TRIMURTI HOSPITALS
THE ART OF MEDICAL CARE
Cure with Care

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ

ગુજરાતી માસિકપત્ર

વર્ષ : ૩ અંક : ૧૧ જુન- ૨૦૧૫

ચાલો, 'સ્ત્રી' વિશે નવેસરથી વિચારીને કલમ કંડારીએ

ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

તંત્રી સ્થાનેથી....

ભારતીય કુટુંબો એક એવા પૂર્વગ્રહથી ખાસ પીડિત છે કે દરેક દંપતીને કમસે કમ એક પુરુષ સંતાન(દીકરો) હોવું જ જોઈએ. એક બાબો અને એક બેબી હોય તે સૌની સામાન્ય પસંદગી હોય છે. વળી તેમાં કેટલાંક દંપતી એક બાબો તો હોવો જ જોઈએ તેવી દૃઢ માન્યતામાં રૂઢ થયેલાં હોય છે. આ ધાર્મિક માન્યતા છે. અહીં ગરીબ-તવગંર-શિક્ષિત-અભણ નો કોઈ ભેદ નથી. વળી આમાં પ્રાચીન અર્વાચીન વલણો મિશ્રિત થયાં છે. એક તો મોટો પૂર્વગ્રહ પોતાનો વંશવારસ જાળવી રાખવા માટે એક પુત્ર અનિવાર્યપણે જરૂરી છે, જે પિંડદાન કરે અને કુળના વારસાઈ ગુણો જાળવી રાખે. અર્વાચીન વલણ પ્રમાણે નાનું કુટુંબ હોય તો આર્થિક વિકાસ ઝડપી બને છે, અને વળી પાછા તમે જ્યારે બિઝનેસ મૅનેજમૅન્ટનાં ખર્ચાળ પાસાંઓનો અભ્યાસ કર્યો હોય ત્યારે તો દીકરી ઉછેરી મોટી કરવી, ભણાવી, ગણાવી, દહેજ આપી, લગ્ન કરાવી પારકે ઘરે મોકલી દેવાની અને જીવનભર ભેટ સોગાદો આપ્યાં કરવાનો 'આર્થિક બોજ' ખૂબ વસમો ન લાગે.

જે લોકો દીકરીને 'આર્થિક બોજ' રૂપે જુએ છે તે રાજસિક વૃત્તિનાં ખાસ લક્ષણો છે. આવા લોકો વિજ્ઞાન અને ટૅક્નોલૉજીનો લાભ લેવા સદાય તત્પર હોય છે. આધુનિક તબીબી યંત્રો ગર્ભપરીક્ષણ કરી આપી, જન્મનાર બાળકની જાતિ નક્કી કરી આપતું હોય તો માદા ભૃણનો ગર્ભપાત કરાવી આર્થિક બોજમાંથી સહેલાયથી મુક્ત થઈ શકાય ! આવે વખતે કોઈ ધર્મ, દયા, લાગણી, પ્રેમ, માનવતા બધુંય શૂન્ય થઈ જાય છે. આ પ્રક્રિયા દરમ્યાન મૃત્યુ પહેલાંની કોઈ ચીસ સંભળાતી નથી. તબીબી નિષ્ણાતો અને દંપતી માનવહત્યાના અપરાધમાં નિર્ભય રીતે સંડોવાઈ જાય છે. ઋણમુક્તિની ભાવના અહીં સમૂળગી અગાઉથી જ નાશ પામી હોય છે. કોઈને યાદ નથી આવતું કે આખરે સૌ માનવોની જન્મદાત્રી સ્ત્રી જાત જ છે. તમામ સ્ત્રીપુરુષો કોઈ સ્ત્રીનાં જ સંતાન હોય છે. એવા સ્ત્રીભૃણની નિર્દયી હત્યા માત્ર આર્થિક લાભ ખાતર જ કરી નાખી છે. ઘણી વાર સ્ત્રી કુદરતી રીતે પોતાના સંતાનની ભૃણહત્યા ન થાય તેવું ઊંડે ઊંડે ઇચ્છતી હોય તો પણ ચારે તરફથી અસહ્ય માનસિક દબાણ અને બ્રેન વૉશિંગ થઈ ગયું હોવાથી, આવી ઇચ્છા પ્રગટ કરવાની હિંમત કરી શકતી નથી. સરકારે ભૃણપરિક્ષણ માટે રોક લગાવી છે તે ઇચ્છનીય છે.

આમ જોવા જઈએ તો ભારતીય મહિલાઓમાં પરિવાર પ્રત્યેની પારંપરિક નિષ્ઠા તથા મૂલ્યોનું સિંચન હજારો વર્ષોથી થતું આવ્યું છે. તેમનામાં ધીરજનો અખૂટ ભંડાર છે. આપણા સંસ્કૃત સાહિત્યમાં અને સુભાષિતોમાં બહેનો માટે "યત્ર નાર્યસ્તુ પૂજ્યન્તે રમન્તે તત્ર દેવતા" – જ્યાં સ્ત્રીઓનો આદર (પૂજા) થાય છે, ત્યાં દેવતાઓ નિવાસ કરે છે, એવું અનેક વાર કહેવાયું છે

સ્ત્રી અને સંઘર્ષને કદાચ ગર્ભનાળથી જ સંબંધ હોવો જોઈએ. ફક્ત એક સ્ત્રી હોવાની વાત સાથે જ એનો સંઘર્ષ ચાલુ થઈ જાય છે.

સમાજમાં જાણીતી થયેલી કે ઉચ્ચ દરજ્જે પહોંચેલી થોડીઘણી સ્ત્રીઓના સંઘર્ષની વાત તો બહાર આવે છે પણ એવી કેટલીય આમ સ્ત્રીઓ હશે જેની સંઘર્ષયાત્રા બે વારની દાળ-રોટીથી લઈને પોતાના કહેવાય એવા ઘરમાં સન્માનથી જીવવાની ઝંખના સુધી ચાલ્યા જ કરે છે.

એમાંય જો પુરુષ રાશન-પાણી જેટલું કમાઈ લેતો હોય અને ઘરનું ઘર હોય એવા સામાન્ય રીતે સુખી કહેવાતા કુટુંબની સ્ત્રીઓ કરતાં ચાર દીવાલની બહારની દુનિયામાં પોતાનું સ્થાન ટકાવતી, ખુદની જવાબદારી ખુદ ઉપાડતી સ્ત્રીઓમાં લડવાની હિંમત અને ઝઝૂમવાની તાકાત નક્કી બેવડાઈ જતી હશે.

વિદેશોમાં વસતા ભારતીયો દીકરો હોવો જ જોઈએ તેવી માન્યતાથી હવે દુર થવા લાગ્યા છે લગભગ થઇ ચુક્યા છે. ભારતમાં પણ હવે ધીમે ધીમે દુર થશે. મારા દીકરાની વહુનાં બેબી શાવરનાં ફોટા ફેસબુક પર મુકેલા. અમને ખબર જ હતી કે બેબી ગર્લ આવવાની છે. એટલે ઈટ્સ બેબી ગર્લ એવા બલૂન આખા હોલમાં મુકેલા. આવા ફોટા જોઈ ભારતમાંથી અમુક સ્ત્રી મિત્રોએ સવાલ કર્યો કે તમને કઈ રીતે ખબર પડી કે બેબી ગર્લ છે? એમને નવાઈ લાગી હતી. મેં કહ્યું અહી પૂછવાથી ડોકટર કહી દે શુ આવશે.. મેં કહ્યું આ અમેરિકા છે અહી છોકરો છોકરીનું મહત્વ સમાન છે. અહી માદા ભ્રુણ હત્યા થતી નથી અને એવું આપણે ભારતમાં કરીએ છીએ તેવું આ લોકો જાણે તો આંચકો ખાઈ જાય.. અહી ભ્રુણ પરીક્ષણ વિષે કાયદા કરવાની કોઈ જરૂર નથી. એક મહત્વનો પોઈન્ટ કે મને આવા સવાલ પુછનારી યુવાન છોકરીઓ હતી. કોઈ આધેડ સ્ત્રીએ કે એકપણ પુરુષે આવો સવાલ કર્યો નહતો.. આ દીકરીઓ અપરોક્ષ રીતે સ્ત્રી હોવાના લીધે એમને થતા અન્યાયનો પડઘો પાડતી હતી એવું મને લાગ્યું.

પાના નં ૩ ઉપર

TRIMURTI HOSPITALS
THE ART OF MEDICAL CARE

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ

ગુજરાતી માસિકપત્ર

વર્ષ : ૩ અંક : ૧૧ જુન-૨૦૧૫

મુદ્રક • માલિક • પ્રકાશક
ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા
મો.૯૮૨૫૨ ૩૧૭૩૧

તંત્રી
ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

સહતંત્રી
ડૉ. પરાગ પટેલ ડૉ. શૈલેશ જાદવ
ડૉ. રૂપલ પટેલ ડૉ. નવીન કર્ણ
ડૉ. એમ. ડી.સાંગાણી
ડૉ. બ્રિજેશ જસાણી

સંપાદક મંડળ
અમૃત પોંકીયા ડૉ.નિલેશ ચિખલીયા
ડૉ. અદિતિ દવે ઉમેદ ગામી

પ્રિન્ટર
પાયોનિયર ઓફસેટ-જુનાગઢ
મો.૯૮૯૮૦ ૮૪૬૦૮

'ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ' માસિક પત્ર દ્વારા અમારો ઉદેશ લોકોને રોગ તથા તેની સારવાર વિષે જાણકારી આપવાનો તથા સારવાર લેતી વખતે યોગ્ય નિર્ણય લેવા માટે મદદરૂપ થવાનો છે. અને લોકોને હેલ્થ વિષે જાગૃત કરવા માટે ઉપયોગી થવાનો છે.

સરનામું
ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ કાર્યાલય
ત્રિમૂતિ હોસ્પિટલ
નવા બસ સ્ટેન્ડ પાસે, જુનાગઢ
ફોન : ૦૨૮૫-૨૬૩૧૭૩૧,
મો.૯૮૨૫૨ ૩૧૭૩૧
www.trimurtihospitals.in,
E-mail : trimurtihospitals@gmail.com

શું તમે ડૉક્ટર બનવા માંગો છો ?

ડૉ. પરાગ પટેલ

તાજેતરમાં જ બોર્ડ પરીક્ષાઓના પરિણામ આવ્યા. 'બી' ગ્રુપમાં ટોપમાં આવેલા વિદ્યાર્થીઓને અભિનંદન. અને જે લોકો મેડીકલ ક્ષેત્રેને તેમની કારકીર્દી તરીકે પસંદ કર્યુ છે તેના આવતાં ૧૮ વર્ષનું પ્લાનીંગ આપુ છું.

મે ૨૦૧૫ :
ધોરણ ૧૨ પરીણામ

જુલાઇ ૨૦૧૫ :
મેડીકલ કોલેજ પ્રવેશ

ઓગષ્ટ ૨૦૧૬ :
પ્રથમ વર્ષ એમ.બી.બી.એસ.

ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૫ :
દ્વિતિય વર્ષ એમ.બી.બી.એસ.

ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૦ :
તૃતિય વર્ષ એમ.બી.બી.એસ.

એપ્રીલ ૨૦૨૦ થી માર્ચ ૨૦૨૧ :
ઇન્ટર્નશીપ

૨૦૨૧/૨૦૨૨ :
એમ.આર.બી.

ફેબ્રુઆરી/માર્ચ ૨૦૧૩ :
પી.એચ.સી. (રૂરલ પોષ્ટીંગ)

૨૦૨૪ થી ૨૦૨૬ :
૩ વર્ષ રૂરલ સર્વિસ

ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૬ :
પોષ્ટ ગ્રેજયુએશન

મે ૨૦૨૬ થી એપ્રિલ ૨૦૨૯ :
એમ.ડી/એમ.એસ.

જુન ૨૦૩૦ :
ડી.એમ./એમ.સી.એચ. એન્ટ્રેન્સ પરીક્ષા

ઓગષ્ટ ૨૦૩૦ થી ૨૦૩૩ ઓગષ્ટ :
ડી.એમ./એમ.સી.એચ.

જયારે તમે એ.સી.એચ/ડી.એમ. ની ફાઇનલ પરીક્ષા માટેની તૈયારી કરતા હશો ત્યારે ૨૦૧૫માં જયારે તમે મેડીકલમાં પ્રવેશ લીધો ત્યારે તે સમયે જન્મેલ બાળક તમારી ફાઇનલ પરીક્ષા વખતે મેડીકલમાં પ્રવેશ માટે ઇન્ટરવ્યુ આપતા હશે.

દક્ષિણ ભારતનાં એક એનેસ્થેસીયોલોજીસ્ટ ડૉ. રાધાક્રિષ્ને ફેસબુક પર લખેલા એક બ્લોગમાં ભારતમાં ડૉકટર્સની પરિસ્થિતિનું મુલ્યાંકન કર્યુ હતુ.

અમારી પેઢી અને ત્રણ ચાર દાયકાની સીનીયર જનરેશનની સાથે વાર્તાલાપ કરી, તેમનાં અનુભવો અને મુલ્યાંકનો પરથી ડૉકટર માટેની પરિસ્થિતિમાં ઘણો નેગેટીવ અભિગમ જણાયો.

દર્દીના પ્રમાણમાં ડૉકટરનું પ્રમાણ જોઇએ તો ભારતમાં ૦.૭ ડૉકટરોએ ૧૦૦૦નું પ્રમાણ જોવા મળે છે. જે અન્ય દેશોમાં જોઇએ તો...

ચીનમાં ૧.૯ ડૉકટર / ૧૦૦૦ દર્દી
યુ.કે.માં ૨.૮ ડૉકટર / ૧૦૦૦ દર્દી
અમેરીકા ૨.૫ ડૉકટર / ૧૦૦૦ દર્દી
સ્પેનમાં ૪.૯ ડૉકટર / ૧૦૦૦ દર્દી

આ આંકડાઓ જોઇએ તો ભારતમાં ડૉકટરોને જોરદાર લકઝરી છે, કે જેને કોમન મેનની ભાષામાં જોરદાર ગ્રાહક / લેવાલી છે.

• હવે જોઇએ ડૉકટર્સની લાઇફ...

૧. ડૉકટર બનવા માટે સમય, માતાપિતા, પત્નિ અને બાળકોનું બલિદાન આપવું પડે છે.

ભારતમાં એવરેજ દિવસના ૯ કલાક × ૭ દિવસ માટે ગણીએ તો સરેરાશ ૬૩ કલાક અઠવાડીયમાં વર્ક કરવામાં આવે છે. પરંતુ ભારતની સિસ્ટમ અને વર્કિંગ કલ્ચર એ પ્રકારનું

દેશ	હેલ્થકેર માટે જીડીપીની ટકાવારી	આરોગ્ય માટે માથાદીઠ ખર્ચ	સરકારનો આરોગ્યમાં હિસ્સો	સરકારના ટોટલ ખર્ચમાં આરોગ્ય પાછળ ખર્ચ	અન્ય ખર્ચ
અમેરીકા	૧૮	૮૬૦૮	૪૬	૨૦	૧૧
યુ.કે.	૯	૩૬૦૯	૮૩	૧૬	૯
ભારત	૪	૬૦	૩૧	૮	૬૦
ચીન	૫	૨૭૮	૫૬	૧૨	૩૫
બ્રાઝીલ	૯	૧૨૨૧	૪૬	૯	૩૧
જર્મની	૧૧	૪૮૭૫	૭૬	૧૪	૧૨
રશીયા	૬	૮૦૭	૬૦	૬	૩૫
નાઇજીરીયા	૫	૮૦	૩૭	૮	૬૦

છે કે જેમાં ડૉક્ટરે ૮૦ કલાક અઠવાડીયામાં કામ કરવું પડે છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો રીસોર્સ મેનેઝમેન્ટની અવ્યવસ્થાને કારણે આપણે એક જ ડૉક્ટર પાસે એવી અપેક્ષા રાખીએ છીએ કે તે જ હંમેશા હાજર હોવા જોઇએ.

આપણે ડ્રાઇવરને ૨૪ કલાક ગાડી ચલાવવા નથી આપતા. કારીગર કે એન્જીનીયરને ૨૪ મશીન ચલાવવા નથી આપતા. પરંતુ બહુમુલ્ય માણસની ઉપર ડૉક્ટરને ૨૪ કલાક સતત કામ કરવા આપીએ છીએ અને અપેક્ષા પણ રાખીએ છીએ.

૨. સપનાઓનું બલિદાન

૧૮ વર્ષ મેડીકલમાં પ્રવેશ વખતે ગેસ્ટ્રોસર્જનનું સપનું હોય અને ૧૫ વર્ષના એમ.એસ.નાં અભ્યાસ પછી અહેસાસ થાય કે ગુજરાત આખામાં ગેસ્ટ્રોસર્જરીની એક સીટ છે. અને પંદર વર્ષે સ્વપ્ન બદલાઇ જાય છે. (ક્રમશઃ)

“આજીવન શારીરિક તંદુરસ્તી માટે ચાલ્યા વગર છુટકો નથી.”

ડૉ. બ્રિજેશ જસાણી
(ઓર્થોપેડીક સર્જન)

'પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા' આ કહેવત કદાચ સદીઓથી સાર્થક થયેલ છે. પરંતુ આજની વ્યસ્ત જીંદગીમાં દરેક મનુષ્ય આર્થિક સમૃધ્ધીને જ પ્રાધાન્ય આપે છે અને પોતાના શરીરની તંદુસ્તીને ધ્યાનમાં રાખતો નથી અને એક અણધાર્યા રોગનો ભોગ બને છે.

કુદરતે મનુષ્યને આપેલી મોટી ભેટ એ બે પગ છે. જેના પર માણસ ઉભી શકે, ચાલી શકે, દોડી શકે વગેરે... પગ વગરની માણસની જીંદગીની કદાચ કલ્પના પણ ન થઇ શકે તેમ નથી.

ફરે તે લાંબુ જીવે અને બેસી રહેનાર અસંખ્ય દુઃખોને નિમંત્રણ આપે. આમ ચાલવાના અનેકવિધ ફાયદાઓ આ કહેવતમાં સમાયેલ છે.

આજના યંત્ર અને વાહનોના યુગમાં આજનો માનવી ચાલવાની સાહજીક ક્રિયા ભુલી ગયેલ છે. આ લેખનો મુખ્ય હેતુ ચાલવાના ફાયદાઓ અને કાળજી પર ધ્યાન દોરવાનો છે.

ચાલવાના પ્રકાર :

૧. લીઝર વોકીંગ (ટહેલવું) :

દિવસ દરમ્યાન જે નોર્મલ ઝડપથી ચાલવાની પ્રક્રિયા કે જેમાં પાંચ-દસ મિનિટ ચાલવાનું ત્યાર બાદ ઉભા રહી જવાનું થતું હોય તેને લીઝર વોકીંગ કહી શકાય, કે જેનો શારીરિક ફાયદો થતો નથી.

૨. બ્રિસ્ક વોકીંગ :

આશરે દસ મિનિટમાં એક કિલોમીટર ચાલી શકાય તેવું ઝડપથી ચાલવું તેને બ્રિસ્ક વોકીંગ કહેવાય છે. ચાલવાની કસરત માટે આ પ્રક્રિયા શ્રેષ્ઠ છે.

● ચાલવાથી શરીરને થતા ફાયદાઓ :

૧. સૌથી સરળ કસરત છે, કોઇ ટ્રેનીંગની જરૂરીયાત નથી.
૨. કોઇપણ ઉંમરની વ્યકિત કરી શકે છે.
૩. હૃદય મજબુત થાય છે. કોલેસ્ટોલ ઘટે છે. હૃદયરોગનું જોખમ ઘટે છે.
૪. બી.પી. નિયંત્રિત રહે છે.
૫. ડાયાબીટીસ કાબુમાં રહે છે.
૬. સ્નાયુ અને સાંધા મજબુત રહે છે.
૭. શરીરની રોગપ્રતિકારક શકિત વધે છે.
૮. શરીર અને મન પ્રફુલીત રહે છે.
૯. માનસિક તનાવ ઓછો થશે.
૧૦. એકાગ્રતા વધે છે.

● ચાલવાની શરૂઆત કઇ રીતે કરવી.

૧. ઘરની નજીકના બગીચા, વોકીંગ ટ્રેક કે તળાવ વગેરે જગ્યા પર દરરોજ ચાલી શકાય .
૨. ચાલવા માટે બને એટલા લુઝ કપડા પહેરવા અને પગને માફક આવે તેવા સ્પોર્ટસુઝ પહેરવા. બને ત્યાં સુધી ચપલ કે સ્લીપર્સ પહેરીને ચાલવું નહીં.
૩. દરરોજ ચાલતા વહેલા ભારે ખોરાક લેવાનું ટાળવું, પરંતુ ડિહાઇડ્રેશન ન થાય તે માટે ફ્રુટનું જયુશ કે પાણી લેવું.
૪. દરરોજ નિયમિતપણે અને ચોક્કસ સમયે ચાલવાનો સંકલ્પ નિર્ધાર કરવો અને તેમાં અનિયમિત ન થવાય તેની કાળજી રાખવી.
૫. દરરોજ પોષ્ટીક આહાર લેવો.
૬. ધુમ્રપાન અને બીજા વ્યસનો બંધ કરવા.

● કોણે બ્રિસ્ક વોકીંગ ન કરવું :

૧. શ્વાસની બિમારી હોય.
૨. વજન ખુબજ વધારે હોય.
૩. લાંબી બિમારીને લીધે શરીરમાં ખુબ જ નબળાઇ આવતી હોય.
૪. ઢીંચણનો વા ખુધ વધી ગયેલ હોય (શરૂઆતના વાના તબક્કામાં બ્રિસ્ક વોકીંગ કરી શકાય)
૫. હૃદયની લાંબાગાળાની તકલીફ હોય.

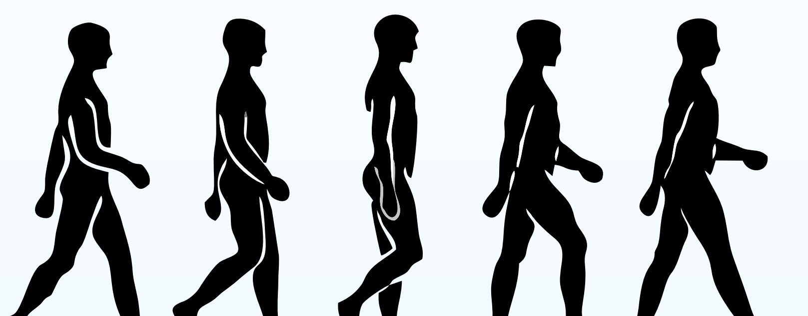
● ચાલવાના સ્પોર્ટ સુઝની ખાસીયતો :

ચાલવાના સ્પોર્ટ સુઝ પગ માટે આરામદાયક હોવા જોઇએ કે જે લાંબો સમય ચાલવાથી પગના પંજામાં થતી કપાસી, ફોડલીઓ વગેરે સામે રક્ષણ આપતા હોઇએ તેવી શકય એટલા પોચા ઇનસોલ હોય તેવા બુટ પહેરવા જોઇએ તેમજ બને એટલા હળવા હોવા જોઇએ.

● બ્રિસ્ક વોકીંગ બાદ આટલું કરવું.

દરરોજ વોકીંગ બાદ સ્ટ્રેચીંગ કરવું એટલે સ્નાયુઓમાં નવી શકિતઓનો સંચાર થાય.

તો ચાલો આજે જ આળસ ખંખેરીને નિયમિત રૂપે ચાલવાનો નિર્ધાર કરીએ.



“જાહેર આમંત્રણ”

ભાવનાબેન ચિખલીયા
૧૪.૨.૧૯૫૫ - ૨૮.૬.૨૦૧૩

ભાવનાબેન ચિખલીયા ફાઉન્ડેશન-જૂનાગઢ, આયોજીત

દ્વિતિય વાર્ષિક પુણ્યતિથિ અંતર્ગત

: તારીખ :
૨૦-૬-૨૦૧૫, શનિવાર

: સમય :
રાત્રે ૮:૩૦ કલાકે

: સ્થળ :
અક્ષર પુરૂષોત્તમ સ્વામિનારાયણ મંદિર
‘મુખ્ય સભામંડપ’
ટીંબાવાડી રોડ, જૂનાગઢ

સ્ત્રી

મસ્તી, પ્રિતિ, શકિત ભકિત, મુકિત

એક વિશેષ તત્વચિંતન

એક સ્ત્રીના જીવનકાળ દરમ્યાન ભજવાતા વિવિધ સ્વરૂપને રજુ કરતાં વિષય પર તત્વચિંતક તથા સાહિત્યકાર **શ્રી જય વસાવડા**નું વકતવ્ય(પ્રવચન) તથા રાષ્ટ્રપતિ એવોર્ડ પ્રાપ્ત ગુજરાત સૌરાષ્ટ્રના લોક લાડીલા લોક સાહિત્યકાર **શ્રી ભિખુદાનભાઇ ગઢવી**ના લોક સંગીતના સંગાથે રજુઆત. શ્રીમતિ ભાવનાબેન ચિખલીયાની દ્વિતિય વાર્ષિક પૂણ્યતિથિ પ્રસંગે શ્રધ્ધા સુમન અર્પણ કરવા માટેના એક અનોખા અને અદભુત (એક વિષય પર બે રજુઆત) કાર્યક્રર્મમાં હાજર રહેવા માટે ખાસ આમંત્રણ છે.

ભારત સરકારના પદ્મશ્રી એવોર્ડ વિજેતા **શ્રી મથુરભાઈ સવાણી**
(બેટી બચાવો અભિયાન તેમજ જળક્રાંતિ પ્રણેતા)નું વિશેષ સન્માન

શ્રી ભિખુદાનભાઈ ગઢવી

શ્રી જય વસાવડા

: નિમંત્રક :
ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા
ભાવનાબેન ચિખલીયા ફાઉન્ડેશન-જૂનાગઢ

(કાર્યક્રમ નિર્ધારીત સમયે અચુક ચાલુ થઈ જશે.)

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત **ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ**

Postal Reg. No. G-JND/313, Valid Upto Dt.31.122015
RNI Regi.No. : GUJGUJ/2012/46125

If Undelivered, Please Return to,
Trimurti Hospitals, Near New Bus Station, Junagadh
Ph : (0285) 2631731, M. 98252 31731
www.trimurtihospitals.in, E-mail : trimurtihospitals@gmail.com

Book-Post

To, ____________________

જુનાગઢમાં સૌ પ્રથમ (ANM) નર્સિંગ સ્કુલ

મહાત્મા ગાંધી સ્કુલ ઓફ નર્સિંગ

ઓકઝીલરી નર્સ મીડવાઈફ (ANM)
(ગુજરાત નર્સિંગ કાઉન્સીલ-અમદાવાદ તથા ઈન્ડીયન નર્સિંગ કાઉન્સીલ-દિલ્હી માન્ય)

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ્સ બિલ્ડીંગ
એસ.ટી. રોડ, જૂનાગઢ-૩૬૨૦૦૧, મો.૯૮૨૫૫ ૨૯૩૪૫
મો.૯૯૭૪૬ ૫૪૦૧૭