આ ત્રિમાસિક ગાળા દરમિયાન મળેલ દાનની વિગતો

મુખ્ય દાતાઓ

મેઘમણી ઓર્ગેનિક્સ લિમિટેડ	રૂ. ૫,૦૦,૦૦૦
શ્રીમતી સુધાબેન ત્રિલોકભાઈ પરીખ	રૂ. ૨,૦૦,૦૦૦

Save a life (Sponsoring Renal Treatment) કાર્યક્રમના દાતાશ્રીઓ

અમદાવાદ

શ્રી રશ્મિકાંતભાઈ જે. શાહ, વડોદરા	રૂ. ૯૬,૦૦૦
શ્રીમતી વૈશાલીબેન એ. પરીખ	રૂ. ૨૫,૦૦૦
શ્રી સુનીલભાઈ આઈ. પટેલ	રૂ. ૩,૦૦૦
શ્રી પ્રકાશભાઈ આર. જલગાંવકર	રૂ. ૧,૫૦૦

વડોદરા

નારાયણ પાવરટેક પ્રા. લિ.	રૂ. ૯૦,૦૦૦
કેમેટ્રોન ટેક્નોલોજીસ	રૂ. ૨૪,૬૫૦
શ્રીમતી શિલ્પાબેન જે. ચોક્સી	રૂ. ૫,૦૦૦
શ્રીમતી સુવર્ણાબેન સી. દિક્ષિત	રૂ. ૩,૦૦૦

સુરત

ગીલોન ઈન્ડસ્ટ્રીઝ પ્રા.લિ.	રૂ. ૧૫,૦૦૦
શ્રી પરેશભાઈ ગાંધી	રૂ. ૪,૫૦૦

આજીવન સભ્યપદ (રૂ. ૫૦૦૦/-)

ગીર–સોમનાથ

શ્રી જગમલભાઈ જે. વાળા
શ્રી રમેશભાઈ પૂનમચંદ ચોપડકર
શ્રી જીતેન્દ્રભાઈ બી. મહેતા
શ્રી સુરેશભાઈ જે. કંપાણી
શ્રી તેજસભાઈ પ્રભુલાલ પંડ્યા
શ્રી ગિરીશભાઈ કનૈયાલાલ ઠક્કર
ડો. રાજુ ટી. ક્રિષ્નાની

પાંચ વર્ષ સભ્યપદ (રૂ. ૧૦૦૦/-)

શ્રીમતી વર્ષાબેન લાલાણી, ભાવનગર

Oasis નો આ અંક સાહિત્ય મુદ્રણાલય પ્રા. લિ. ના સહયોગથી પ્રકાશિત થયો છે.

ઇન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશન
A–૨૦૬, શપથ–૪, કર્ણાવતી કલબની સામે, સરખેજ–ગાંધીનગર હાઇવે, અમદાવાદ–૩૮૦૦૫૧. ફો. ૦૭૯ ૪૦૦૨ ૭૮૮૪
વડોદરા: ૯૨૨૭૧–૦૧૭૬૨ • સુરત: ૯૨૨૭૯–૨૧૦૬૧ • રાજકોટ: ૯૨૨૭૨– ૫૧૫૮૫ • મહેસાણા: ૮૫૧૧૧૧૪૨૫૬ • ભાવનગર: ૮૫૧૧૧૧૪૨૫૭ • ભૂજ : ૮૫૧૧૧૪૮૨૨૮
e-mail: irf@indiarenalfoundation.org visit us at: www.indiarenalfoundation.org

All contributions to India Renal Foundation are 50% tax exempt u/s 80G

તંત્રીસ્થાનેથી . . .

સ્થાનિક સલાહકાર સમિતિના સભ્યો

અમદાવાદ ચેપ્ટર

૧. શ્રીમતી પ્રિતી અદાણી
૨. શ્રી પી. કે. લહેરી
૩. પદ્મશ્રી ડો. કુમારપાલ દેસાઈ
૪. શ્રી રશ્મિકાન્તભાઈ શાહ
૫. શ્રી રમેશભાઈ પટેલ
૬. શ્રી હેમંત શાહ
૭. શ્રીમતી જયશ્રીબેન મહેતા
૮. શ્રી શુભાંગ શાહ
૯. ડો. વી. એન. શાહ
૧૦. શ્રી નિલેશ દેસાઈ
૧૧. શ્રી ભરતભાઈ મોદી
૧૨. શ્રીમતી રેખા ચોના

વડોદરા ચેપ્ટર

૧. રાજમાતા શુભાંગીની રાજે ગાયકવાડ
૨. શ્રી જી. ડી. જાલાણી
૩. શ્રી કરણ ગ્રોવર
૪. શ્રી મહેશ શાહ
૫. શ્રી જાલ પટેલ
૬. શ્રી યોગેશ વેલાણી
૭. શ્રી મધુ મહેતા
૮. શ્રી કુંજલ પટેલ
૯. શ્રી રોહિત પરીખ

સુરત ચેપ્ટર

૧. શ્રી શરદ કાપડિયા
૨. શ્રી આઈ. જે. દેસાઈ
૩. શ્રી રજનીકાંત કે. મારફતિયા
૪. શ્રી રાજેન્દ્ર ચોખાવાલા
૫. શ્રી મીના માંડલેવાલા
૬. ડો. પ્રફુલ શિરોયા
૭. શ્રી ભરતભાઈ શાહ
૮. શ્રી રોહિત મહેતા
૯. શ્રી કમલેશ યાજ્ઞિક
૧૦. શ્રી પ્રદીપ કલકત્તાવાલા
૧૧. શ્રી જીતેન્દ્ર દાલીયા
૧૨. શ્રી ધિરેન થરનારી
૧૩. ડો. પ્રદિપ અટોદરીયા

Oasis

ઈન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશનનુ ત્રિમાસિક મુખપત્ર
અંક ૭૦ : જુલાઈ – સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૯

પ્રિય મિત્રો,

નમસ્કાર!

ઈન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશનની સ્થાપના થઈ ત્યારથી કિડનીના સ્વાસ્થ્યના ક્ષેત્રમાં જે કામગીરી કરવામાં આવી છે તેનુ વિશ્લેષણ કરવુ એ ખૂબ અદભૂત લાગણી છે. આપણો સમાજ, જે કિડનીના વિષયમાં મોટેભાગે અજાણ છે તે ક્ષેત્રે કંઈક ફાળો આપી શકવાનો અમને ગર્વ છે. ઇન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશન, ગુજરાત રાજ્યમાં કિડનીના રોગો વિષે સમાજને શિક્ષિત કરતી અને તેના રોકથામ માટે કાર્ય કરતી અગ્રેસર સંસ્થા છે. સંસ્થાની આ કામગીરી માટે પાછલા સત્તર વર્ષથી સમાજ તરફથી મળેલ અવિરત અમૂલ્ય સહયોગ બદલ તેમજ દરેક દાતા, તબીબો અને સ્વયંસેવકોનો જેઓ સંસ્થાનો અભિન્ન હિસ્સો છે તે સૌનો હું હૃદયપૂર્વક આભાર વ્યક્ત કરવા માંગુ છુ.

આપ સૌ જાણો છો કે અમે સંસ્થાની પ્રવૃત્તિઓને સતત વિસ્તૃત કરી રહ્યા છીએ. આપ સૌને જણાવતા ખૂબ જ આનંદની લાગણી થાય છે કે હાલમાં જ સંસ્થા દ્વારા, શ્રી પી.કે. લેહરી સાહેબના અમૂલ્ય સહયોગથી ગીર–સોમનાથ ખાતે એક નવા ચેપ્ટરની શરૂઆત કરવામાં આવી. ગીર–સોમનાથ ચેપ્ટર ખાતે સંસ્થાના સ્થાનિક સલાહકાર બોર્ડની પણ રચના કરવામાં આવી. આ નવા સલાહકાર બોર્ડના તમામ સભ્યોને હું સંસ્થાના પરિવારમાં આવકારુ છુ અને સૌનો આભાર માનુ છુ. તેમના સહયોગથી ગીર–સોમનાથમાં સંસ્થાની પ્રવૃત્તિઓ શરુ કરી દેવામાં આવી છે.

રાજ્યભરમાં લોકજાગૃતિ અને સ્ક્રિનીંગ કેમ્પ યોજવામાં આવ્યા હતા. આ ત્રિમાસિક ગાળા દરમિયાન ઉત્તર ગુજરાતના થરાદથી દક્ષિણ ગુજરાતમાં નવસારી સુધીના વિસ્તારોમાં ૧૯૯ કેમ્પ ગોઠવવામાં આવ્યા હતા. અમે રાજ્યના લગભગ તમામ જિલ્લાઓને આવરી લીધા છે. આમાંના લગભગ ૩૦% કેમ્પ ગ્રામીણ વિસ્તારમાં યોજાયા હતા જેમાં અમદાવાદના સાણંદ જીલ્લાના કુંજાડ, ચેખલા, ભવાનપુરા, વાસણા, વડનગર, વિંછીયા, ઘોડા અને અણદેજ ગામોનો સમાવેશ થાય છે.

હાઈ બ્લડ પ્રેશર અને ડાયાબિટીસ જેવા બિન–ચેપી રોગોનુ દિવસે દિવસે વધતુ પ્રમાણ ચિંતાજનક છે. દર વર્ષની જેમ તાજેતરમાં જ સંસ્થા દ્વારા ક્રોનિક કિડની રોગ માટે જવાબદાર રોગો જાણવા માટે એક સર્વે કરવામાં આવ્યો. ડાયાલિસીસ તેમજ કિડની પ્રત્યારોપણ કરાવેલા કિડનીના દર્દીઓને મળીને કરવામાં આવેલા આ સર્વેમાં એ સ્પષ્ટ થાય છે કે ૭૦% થી વધુ કેસોમાં ક્રોનિક કિડની રોગ માટે હાઈ બ્લડ પ્રેશર અને ડાયાબિટીસ જવાબદાર હતા. અમારા કાર્યકરો નિયમિતપણે બીપી અને ડાયાબિટીસ માટે સ્ક્રિનીંગ કેમ્પ યોજતા હોય છે અને ભાગ લેનાર વ્યક્તિઓને માર્ગદર્શન પણ આપે છે.

અમારુ માનવુ છે કે સુશિક્ષિત અને જાણકાર દર્દી વધુ સારુ જીવન જીવી શકે છે. ત્રિમાસિક ગાળા દરમિયાન, સંસ્થા દ્વારા ચલાવવામાં આવતા ‘પ્રેરણા’ કાર્યક્રમ અંતર્ગત, કિડનીના દર્દીઓને તેમની બિમારી અને તેની સારવાર અંગે વિસ્તૃત માહિતી આપવાના હેતુથી ખંભાત અને નવસારી ખાતે આવા શૈક્ષણિક કાર્યક્રમો યોજવામાં આવ્યા હતા અને આ વિસ્તારના દર્દીઓએ તેમના પરિવારના સભ્યો સાથે મોટી સંખ્યામાં ભાગ લીધો હતો.

ખંભાત ખાતે યોજાયેલા આ કાર્યક્રમ માટે ‘હેલ્ધી ફૂડ, યોગાસન અને કિડની’ – વિષયની પસંદગી કરવામાં આવી હતી જ્યારે નવસારીમાં દર્દીઓને હિમોડાયાલિસીસને લગતી રોજબરોજની સમસ્યાઓ વિષે શિક્ષિત કરવામાં આવ્યા હતા. અમે આ કાર્યક્રમ માટે ડો. દીપક ચૌધરી તેમજ યોગાચાર્ય, શ્રી મહેશ લખવાણી અને ડો. દિપક તમાકુવાલાના યોગદાનની અહીં ખાસ નોધ લઈએ છીએ.

આ ત્રિમાસિક ગાળા દરમિયાન પણ સંસ્થાને સારુ દાન મળ્યુ હતુ. અમે સર્વે દાતાઓનો હૃદયપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ જેમના સહયોગ થકી સંસ્થાના ઉદ્દેશ્યને વળગી રહીને પ્રવૃત્તિઓનો અવિરત વિસ્તાર કરવામાં ખૂબ જ મદદ મળી છે.

શુભેચ્છાઓ સાથે,

ત્રિલોકભાઈ પરીખ
ચેરમેન

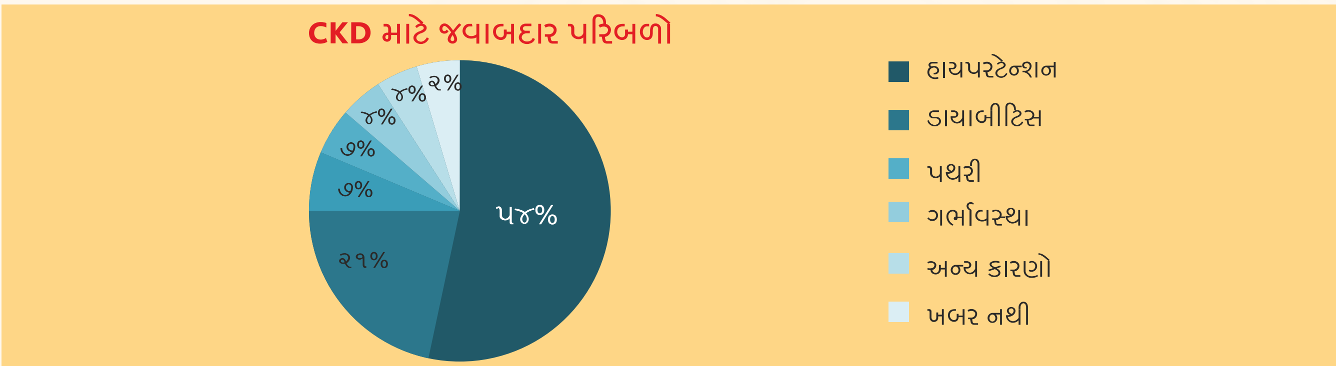
જાગૃતિ અને સ્ક્રિનીંગ કેમ્પ:

એન્ડ–સ્ટેજ રીનલ ડિસીઝ (ESRD) એટલે કે જ્યારે કિડની યોગ્ય રીતે અથવા પૂરતા પ્રમાણમાં કાર્ય કરતી નથી, પરિણામે કચરો અને નકામા પદાર્થોનો સંચય થાય છે. કિડની મુખ્યત્વે આપણા લોહીમાંના નકામા ઉત્પાદનો અને વધારાના પ્રવાહીને બહાર કાઢવાની પ્રક્રિયા કરે છે. કચરો એ આપણા શરીરની મેટાબોલિક પ્રક્રિયાઓથી પરિણમે છે.

જ્યારે કચરો અને નકામા પદાર્થો લોહીમાં ભેગા થાય છે, ત્યારે તેઓ શરીરના કોષો, પેશીઓ અને અવયવોને કાયમી અને ના ઉલટાવી શકાય તેવુ નુકસાન પહોંચાડે છે. જેથી કિડનીના કાર્યને ડાયાલિસીસ અથવા કિડની પ્રત્યારોપણ દ્વારા બદલવાની જરૂર પડે છે.

એવી વ્યક્તિઓ કે જેમની કિડની, જરૂરી ક્ષમતાના ૨૦% થી નીચે કાર્ય કરે છે તેમને રીનલ રિપ્લેસમેન્ટ થેરાપી, એટલે કે ડાયાલિસીસ કે કિડની પ્રત્યારોપણની જરૂર પડે છે. મોટાભાગના કેસોમાં, ESRD અટકાવી શકાય તેવુ હોય છે અને ESRD અને તેના જોખમ પરિબળો અંગેની જાણકારી/જાગૃતિ તેમાં મુખ્ય ભૂમિકા ભજવે છે.

કિડનીના રોગોના ક્ષેત્રમાં કાર્ય કરતી NGO હોવાને નાતે, અમે દર વર્ષે ક્રોનિક કિડની ડિસીઝ (CKD) ના જોખમી પરિબળો જાણવા માટે એક સર્વે કરીએ છીએ. હાલમાં કરવામાં આવેલા સર્વેમાં અમારા તારણો જણાવે છે કે દર વર્ષની જેમ હાયપરટેન્શન અને ડાયાબિટીસ જેવા બિન–ચેપી રોગો CKD ના ૭૦% થી વધુ કેસોમાં CKD માટે જવાબદાર પ્રાથમિક કારણો જોવા મળ્યા છે.



આ ત્રિમાસિક ગાળા દરમિયાન ૧૯૯ જાગૃતિ અને નિદાન કેમ્પનુ આયોજન કરવામાં આવ્યુ હતુ.

સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સીટી, સૌરાષ્ટ્ર

લુણાવાળા ગામ ખાતે નિદાન કેમ્પ

સ્થાનિક સલાહકાર સમિતિના સભ્યો

રાજકોટ ચેપ્ટર

૧. શ્રી રમેશભાઈ પટેલ
૨. શ્રી ચંદુભાઈ વિરાણી
૩. શ્રી હરેશભાઈ વોરા
૪. શ્રી શંભુભાઈ પરસાણા
૫. શ્રી સુધીર ભીમાણી
૬. શ્રી કમલેશ જોષીપુરા
૭. શ્રી કિશોરભાઈ કોટક
૮. શ્રી મિત્તલ ખેતાણી
૯. શ્રી રજનીભાઈ પટેલ

અણદેજ ગામ ખાતે નિદાન કેમ્પ

પ્રેરણા
પુનઃર્વસન કાર્યક્રમ

ક્રોનિક કિડની રોગ (સીકેડી) એ શારીરિક કાર્યક્ષમતા પર અસર કરે છે તેથી જીવનની ગુણવત્તા નબળી પડતી જાય છે, જે કોઈપણ વયના સ્ત્રી અને પુરુષ બન્નેમાં જોવા મળે છે.

પુન:ર્વસનની પ્રવૃત્તિઓ તેમના જીવનની ગુણવત્તા સુધારવામાં ખૂબ મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. ઈન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશન આ દર્દીઓ માટે 'પ્રેરણા' કાર્યક્રમ અંતર્ગત ઓક્ટોબર ૨૦૦૨ થી વિવિધ પુન:ર્વસન પ્રવૃત્તિઓ કરી રહી છે.

કિડનીના દર્દીઓ માટે રાજ્યભરના વિવિધ શહેરો અને નગરોમાં ઘણા કાર્યક્રમો યોજાયા હતા. ખંભાત અને તેની આજુબાજુના વિસ્તારના દર્દીઓ માટે અમે ખંભાત ખાતે અને તે જ રીતે નવસારી ખાતે, નવસારી અને નજીકના વિસ્તારમાં રહેતા દર્દીઓ માટે પહેલી વાર આ કાર્યક્રમનુ આયોજન કર્યું હતુ. અમે કાર્ડિયાક કેર હોસ્પિટલ, ખંભાત અને રોટરી ક્લબ ઓફ નવસારી જેવી સ્થાનિક સંસ્થાઓના સ્વૈચ્છિક સહયોગની કદર કરીએ છીએ.

'સ્વસ્થ આહાર, યોગ અને કિડની' – ખંભાત ખાતે યોજાયેલા કાર્યક્રમ માટે આ વિષય રાખવામાં આવ્યો હતો જેમાં ડો. દિપક ચૌધરી દર્દીઓને આહાર અંગે શિક્ષિત કર્યા હતા અને યોગાચાર્ય, શ્રી મહેશભાઈ લખવાણીએ તેમને યોગ અને પ્રાણાયામ શીખવ્યા હતા.

ડો. હસિત પટેલ, નેફ્રોલોજિસ્ટ, દ્વારા અમદાવાદમાં દર્દીઓને આહાર સંભાળ અને હિમોડાયલિસીસથી સબંધિત મુદ્દાઓ વિષે માર્ગદર્શન આપવા આમંત્રણ અપાયુ હતુ. આ કાર્યક્રમ સદવિચાર પરિવારના 'શ્રી મદનમોહન રમણલાલ સભા ગ્રુહ' ખાતે યોજાયો હતો. અમે સદવિચાર પરિવારના ટ્રસ્ટીગણના અવિરત સહયોગ બદલ તેમના ઋણી છીએ.

સુરતમાં અમારા 'પ્રેરણા' સભ્યોએ વિવિધ રમતો અને 'ગરબા' માણ્યા. બધા જ ઇનામો તથા સ્મૃતિચિહ્નો, કિડની પ્રત્યારોપણ કરાવેલ અમારા પ્રેરણા મિત્ર, શ્રીમતી તેજલબેન જોગાણી દ્વારા પ્રાયોજિત કરવામાં આવ્યા હતા. સધર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રી ખાતે આ કાર્યક્રમનુ આયોજન કરવામાં આવ્યુ હતુ અને અન્નપૂર્ણા મંદિર ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટી, શ્રી નિરંજનભાઇ ગોનાવાલા દ્વારા ભોજન આપવામાં આવ્યુ હતુ. છેલ્લા ૧૦ વર્ષથી વધુ સમયથી આ બન્ને સંસ્થાઓ તરફથી પ્રેરણા કાર્યક્રમો માટે અમને અમૂલ્ય સહયોગ મળ્યો છે તે બદલ અમે બંને સંસ્થાઓના ખૂબ ખૂબ આભારી છીએ.

આવો જ એક કાર્યક્રમ મહેસાણા ખાતે ઉત્તર ગુજરાતના દર્દીઓ માટે યોજવામાં આવ્યો હતો અને તેમને પણ ઇન્સ્યુલેટેડ ક્લાસ અને લંચ બોક્ષ સાથેની કીટ આપવામાં આવી હતી. સંસ્થાના સ્થાનિક સલાકાર સમિતિના સભ્યો જાણીતા વકીલ શ્રી શરદભાઈ શાહ અને વિમલ ગ્રુપના ચેરમેન શ્રી ચંદુભાઈ પટેલના હસ્તે આ કીટ દર્દીઓને આપવામાં આવી હતી. શ્રી ચંદુભાઈ તરફથી દરેક દર્દી પરિવારને આવવા જવાના ભાડા પેટે રૂ.૨૦૦ નું દાન આપવામાં આવ્યુ હતુ. અમે બંને સભ્યોનો ખૂબ ખૂબ આભાર માનીએ છીએ.

નવસારી ખાતે દર્દીઓને સંબોધતા ડો. દિપક તમાકુવાલા

ખંભાત ખાતે દર્દીઓને સંબોધતા ડો. દિપક ચૌધરી

દર્દીને કીટ આપતા શ્રી શરદભાઈ શાહ અને શ્રી ચંદુભાઈ પટેલ

સ્થાનિક સલાહકાર સમિતિના સભ્યો

મહેસાણા ચેપ્ટર

૧. શ્રી શરદભાઈ શાહ
૨. શ્રી ચંદુભાઈ આઈ. પટેલ
૩. શ્રી અજીતભાઈ આઈ. પટેલ
૪. શ્રી સુરેન્દ્રભાઇ બી. પટેલ
૫. ડો. શ્રી મુકેશભાઈ એમ. ચૌધરી
૬. ડો. શ્રી પી.ડી.પટેલ
૭. શ્રી સંદિપભાઈ શેઠ

https://www.facebook.com/irf.india.18

ગીર–સોમનાથ ખાતે નવા ચેપ્ટરની શરુઆત:

જેમ આપ સૌ જાણો છો, ઈન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશન સતત નવા ભૌગોલિક ક્ષેત્રમાં પ્રવૃત્તિઓનો વિસ્તાર કરી રહ્યુ છે. આ ત્રિમાસિક ગાળામાં, ગીર–સોમનાથ ખાતે એક નવુ ચેપ્ટર શ્રી પી. કે. લહેરી સાહેબ અને સોમનાથના પરોપકારી નાગરિકોના ઉદાર સમર્થનથી શરૂ કરવામાં આવ્યુ. અમે ધીમે ધીમે બધી જ પ્રવૃત્તિઓ તેની આજુબાજુના જિલ્લાઓમાં પણ પહોંચાડીશુ.

ગીર–સોમનાથ પ્રકરણની એક સ્થાનિક સલાહકાર સમિતિ પણ બનાવવામાં આવી છે, જે આ સેવાકાર્યનો ત્યાં પ્રચાર કરવા માટે માર્ગદર્શન અને મદદ કરશે. શ્રી પી.કે. લહેરી સાહેબ આ પ્રકરણના સલાહકાર સમિતિના અધ્યક્ષ તરીકે સેવા આપશે.

આ સમિતિના સભ્યોના નામ નીચે મુજબ છે:

૧. શ્રી પ્રવિણભાઇ કે. લહેરી	– પૂર્વ મુખ્ય સચિવ, ગુજરાત સરકાર
૨. શ્રી વિજયસિંહ ચાવડ	– જનરલ મેનેજર, શ્રી સોમનાથ ટ્રસ્ટ
૩. શ્રી જગમલભાઇ વાળા	– ટ્રાન્સપોર્ટર અને સામાજિક કાર્યકર
૪. શ્રી રમેશભાઇ ચોપડકર	– નિવૃત્ત જનરલ મેનેજર, એલિટ શિપયાર્ડ
૫. શ્રી જીતેન્દ્રભાઇ મહેતા	– નિવૃત્ત શાખા મેનેજર, યુનાઈટેડ ઈન્ડિયા ઈન્સ્યોરન્સ કંપની અને વીમા સલાહકાર, શ્રી સોમનાથ ટ્રસ્ટ તથા જીએચસીએલ
૬. શ્રી સુરેશભાઇ કંપાણી	– નિવૃત્ત જનરલ મેનેજર, જિની મરીન અને સેન્ટ્રલ બેંક ઓફ ઈન્ડિયા
૭. શ્રી ગિરીશભાઇ ઠક્કર	– ડાયરેક્ટર, ધી વેરાવળ પીપલ્સ કો–ઓપરેટીવ બેંક
૮. ડો.રાજુભાઇ ક્રિષ્નાની	– હેડ, એડમિનિસ્ટ્રેશન, આદિત્ય બિરલા હોસ્પિટલ
૯. શ્રી તેજસભાઇ પંડ્યા	– એડવોકેટ
૧૦. શ્રી અરૂણકુમાર શર્મા	– સિનિયર વાઇસ પ્રેસિડેન્ટ, અંબુજા સિમેન્ટ્સ લિ.

શ્રોતાઓને સંબોધતા શ્રી પી.કે.લહેરી સાહેબ

ગીર–સોમનાથ ચેપ્ટરના સલાહકાર સિમિતિના સભ્યશ્રીઓ

શ્રોતાગણ

વેરાવળમાં ઈન્ડીયા રીનલ ફાઉન્ડેશન સોમનાથ ચેપ્ટરનું ઉદ્ઘાટન

પ્રેસ કવરેજ

આ ત્રિમાસિક ગાળામાં 7 ગીર સોમનાથ ખાતે દસ કેમ્પ નું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું

અંગદાન દિવસ

ભારતમાં દર વર્ષે ૧૩ ઓગસ્ટે અંગદાન દિવસ મનાવવામાં આવે છે. આ દિવસનો હેતુ સામાન્ય માનવીને મૃત્યુ પછી અંગોનુ દાન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લેવડાવવાનો, અને અંગદાનના મહત્વ વિષે જાગૃતિ લાવવાનો અને અંગદાન માટે પ્રોત્સાહિત કરવાનો છે.

એક એવો અંદાજ છે કે દસ લાખથી વધુ લોકો અંતિમ તબક્કાના અંગ નિષ્ફળતાથી પીડાય છે, પરંતુ વાર્ષિક ૩૫૦૦ થી વધુ અંગ પ્રત્યારોપણ થતુ નથી. વિશ્વનો બીજા નંબરનો સૌથી વધુ વસ્તી ધરાવતો દેશ હોવા છતા, ભારતમાં અંગદાનનો દર વૈશ્વિક સ્તરે સૌથી નીચો છે.

આ પ્રસંગે, આપ સૌને એક જીવંત કિડની દાતા અને એક કેડેવેરિક (મગજથી મૃત વ્યક્તિ દ્વારા) અંગદાન મેળવનારની લાગણીઓથી માહિતગાર કરીએ...

શ્રી લલિતભાઈ ઓઝાની તેમના પુત્રને અમૂલ્ય ભેટ..

પુત્ર પ્રત્યેના પ્રેમની એ અમૂલ્ય ભેટ હતી જ્યારે ૬૯ વર્ષના શ્રી લલિતભાઇ ઓઝાએ ડિસેમ્બર ૨૦૦૦ માં તેમની કિડની તેમના, ૪૦ વર્ષીય પુત્ર, ગૌરાંગ ઓઝાને નવુ જીવન આપવા માટે દાનમાં આપી હતી. ઓગણીસ વર્ષ પછી, આજે બંને ખૂબ તંદુરસ્ત છે અને આનંદમય જીવન જીવી રહ્યા છે.

શ્રી ગૌરાંગભાઈ તેમના પિતાશ્રી સાથે

ગૌરાંગ ઓઝાનુ જીવન કિડની પ્રત્યારોપણ કરાવ્યા પછી ડાયાલિસીસથી મુક્ત થઈ ગયુ અને ઘણુ સરળ થઈ ગયુ. તેઓ એક વ્યાવસાયિક ગાયક છે અને તેમની પોતાની ઓર્કેસ્ટ્રા છે, જૂનાગઢમાં તેઓ સરગમ મ્યુઝિકલ ઓર્કેસ્ટ્રાના નામથી આ વ્યવસાય સાથે છેલ્લા ૧૫ વર્ષથી સંકળાયેલા છે અને તેમની ધર્મપત્ની શ્રીમતી હિતાર્થી સાથે સુખેથી જીવન પસાર કરી રહ્યા છે.

અહીં, લલિતભાઇ એક જીવંત કિડની દાતા તરીકેના તેમના દ્રષ્ટિકોણથી તેમનો અનુભવ રજૂ કરે છે અને તે કેવી રીતે હંમેશ ની જેમ ખુશ અને સ્વસ્થ છે.

તમારી કિડની દાતા તરીકેની સફર કેવી હતી?

મને કિડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટ સર્જરી માટે મેડિકલ ટેસ્ટની એક સંપૂર્ણ પ્રક્રિયામાંથી પસાર થવુ પડ્યુ. હોસ્પિટલે મને પ્રત્યારોપણ માટે માનસિક રીતે તૈયાર કરવામાં પણ મદદ કરી. મને જરૂરી તમામ સપોર્ટ મળ્યો. હવે તેને ૧૯ વર્ષથી વધુ સમય થઈ ગયો છે અને અમે, હું અને મારો પુત્ર, બંને સ્વસ્થ જીવન માણી રહ્યા છીએ.

જ્યારે તમારી કિડની દાન કરવાની વાત આવી ત્યારે તમને કોઈ ડર હતો?

હા, પરંતુ મને લાગે છે કે કોઈને પણ આવુ લાગે તે સ્વાભાવિક છે. મારો ડર ભાગી ગયો જ્યારે મને સમજ આપવામાં આવી કે હું એક કિડનીથી સામાન્ય, સ્વસ્થ જીવન જીવી શકુ છુ. મેં દાતા બનવાનુ નક્કી કર્યું કારણ કે મારા દીકરાને મારી સહાયની જરૂર હતી, અને આ જ બાબત ઉપર મેં ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું.

જીવંત કિડની દાતા બનવાની ભાવના સાથે તમે કોઈની સાથે કયા વિચારો વહેંચશો?

જો તમારા પ્રિયજનને બચાવવાની તક મળતી હોય, તો તેને ઉપાડી લો. દાતા બનતા ડરશો નહી. એક કિડનીનુ દાન કર્યા પછી તમારૂ જીવન તો સામાન્ય જ રહેશે. હકીકતમાં, મારા હોસ્પિટલના ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કોઓર્ડિનેટરે એકવાર મને કહ્યુ કે એક અધ્યયન દર્શાવે છે કે દાતાઓ સરેરાશ વ્યક્તિ કરતા વધુ સ્વસ્થ રહેવાનુ વલણ ધરાવે છે કારણ કે તેઓ તેમની સ્થિતિ પ્રત્યે વધુ સભાન હોય છે!

શ્રી ગૌરાંગભાઈ તેમના પત્ની શ્રીમતી હિતાર્થી સાથે

એકમાત્ર સંતાનને પિતાએ કિડની આપી

https://www.facebook.com/irf.india.18

કુ. ખ્યાતિ રાજાણી, એક યોધ્ધા, જેણે જીવન સફર દરમિયાન આવેલા દરેક પડકારને ઝીલ્યા અને સાથે સાથે જીવનને સંપૂર્ણ રીતે માણે છે. તેમની જીવન જીવવાની કળાને બિરદાવીએ.....

ખ્યાતિબેન રાજાની

૨૭ વર્ષના ખ્યાતિબેન, બે વખત કેડેવર કિડની પ્રત્યારોપણ મેળવનાર, બે વખત નવજીવનની અમૂલ્ય ભેટ મેળવવા માટે ભાગ્યશાળી રહ્યા છે.

તરુણાવસ્થામાં શાળાએ જતી આ કિશોરી બધા મિત્રો અને કુટુંબીઓ સાથે મજા-મસ્તી કરતી કરતી પોતાના જીવનમાં મસ્ત સુખી જીવન જીવતી હતી ત્યારે ૧૫ વર્ષની કુમળી વયે કુ. ખ્યાતિને ક્રોનિક કિડની રોગ (સીકેડી) હોવાનુ નિદાન થયુ હતુ.

આ નિદાન સાંભળીને તેમના પરિવારની દુનિયા ઉપર-નીચે થઈ ગઈ હતી. રોગનો સામનો કેવી રીતે કરવો અને આગળ કઈરીતે વધવુ એ વિચાર કુ. ખ્યાતિને અને તેના પરિવારને કોરી ખાતો. પરંતુ આ પરીસ્થિતિમાં ઘણી બધી આર્થિક મુશ્કેલીઓ વચ્ચે પણ તેના પરિવારે ખૂબ જ મજબૂત રહી તેમને માનસિક ટેકો આપ્યો. તેમના પોતાના પરિવારમાંથી તેમને કોઈ કિડની આપી શકે તેમ ના હોઈ તેમણે કેડેવર કિડની માટેની પ્રતિક્ષા યાદીમાં પોતાનુ નામ નોંધાવ્યુ. શરૂઆતમાં ચાર મહિના હિમોડાયલિસીસની સારવાર લીધા પછી, વર્ષ ૨૦૦૬ માં તેમનુ પ્રથમ વખત કેડેવર કિડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટ થયુ. તેનાથી તેણીને હિમોડાયાલિસીસની સારવારમાંથી થોડી રાહત મળી.

પરંતુ તે બહુ લાંબુ ચાલ્યુ નહી. પ્રત્યારોપિત કરેલી કિડની માત્ર બે વર્ષમાં જ નિષ્ફળ થઈ અને ફરીથી તેણીએ હિમોડાયાલિસીસ લેવાનુ શરુ કરવુ પડ્યુ.

પાછળથી વર્ષ ૨૦૦૮માં તેણી બીજુ કેડેવર કિડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટ મેળવવામાં સદભાગી રહી. આજે ૧૧ વર્ષથી વધુનો સમય વીતી ગયો છે અને તેણી સ્વસ્થ જીવન જીવે છે અને અન્ય દર્દીઓને પણ મજબૂત રહેવા માટે પ્રેરણા આપી પ્રોત્સાહિત કરે છે.

પ્રતિક્ષા યાદી પર જીવન

ભારતમાં કેડેવર અંગદાનનુ પ્રમાણ ખૂબ જ ઓછુ હોવા માટેના જવાબદાર મુખ્ય કારણોમાં સમાજમાં આ અંગે જાગૃતિનો અભાવ અને તેને કારણે પરિવારના સભ્યોનુ અંગદાન કરવા માટે અચકાવુ.

ઈન્ડિયા રીનલ ફાઉન્ડેશન, 'જીવનદાન' નામના કાર્યક્રમ અંતર્ગત વર્ષ ૨૦૦૫ થી અંગદાન અંગે જાગૃતિ લાવવાનુ કામ કરી રહ્યુ છે.

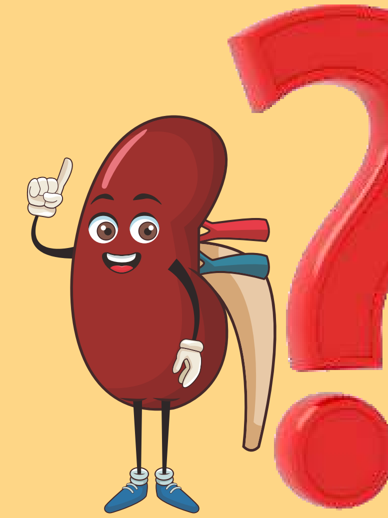
આ અંગે લોકજાગૃતિ કાર્યક્રમો ગોઠવવા માટે અમારો સંપર્ક કરવા માટે આપને નમ્ર વિનંતી કરીએ છીએ. આપના સમાજ/સંસ્થામાં કામ કરતા લોકોને કિડની રોગો અને કેડેવર અંગ દાનને લગતા વિવિધ પાસાઓ પર શિક્ષિત કરવા માટે આ શ્રેષ્ઠ તક છે.

સ્થાનિક સલાહકાર સમિતિના સભ્યો
ભાવનગર ચેપ્ટર

૧. શ્રી જનાર્દનભાઈ ભટ્ટ
૨. શ્રી સુનિલભાઈ વડોદરીયા
૩. શ્રી અશેષભાઈ ત્રિવેદી
૪. શ્રી ચેતન કામદાર
૫. શ્રી રાજુભાઈ બક્ષી
૬. શ્રી મેહુલભાઈ પટેલ

કયા અંગોનુ દાન થઈ શકે ?

કિડની વિશે વારંવાર



૧. હું ૩૫ વર્ષનો છુ અને ૨ વર્ષ પહેલા મને કિડનીમાં પથરી થઈ હતી. જ્યારે હું ૨૦ વર્ષનો હતો, ત્યારે પણ મને બે વખત કિડનીમાં પથરી થઈ હતી. શું આનાથી મારી કિડની બગડવાનુ જોખમ વધે છે ?

પથરી એટલે કે જયારે પેશાબમાંના ક્ષારના કણો (Crystals) એકબીજા સાથ ભેગા થઈને મૂત્રમાર્ગમાં કઠણ પદાર્થ બનાવે છે. નાના કણો પેશાબ વાટે શરીરમાંથી બહાર નીકળી જાય છે પરંતુ મોટી પથરી મૂત્રમાર્ગમાં અવરોધ ઊભો કરે છે જેને કારણે પેશાબ કિડની, મૂત્રનલિકા અને મૂત્રાશય તરફ પાછો જાય છે. જેનાથી પીડા થાય છે.

સારવાર ન કરાયેલ કિડનીની પથરી, કિડની બગાડવાનુ જોખમ ખરેખર વધારી શકે છે, કારણ કે તે પેશાબના માર્ગમાં અવરોધ ઊભો કરે છે. ધીરે ધીરે કિડનીમાં લોહીનો પ્રવાહ પણ ઓછો થશે. આના પરિણામે કિડની ઉપર સોજો આવશે અને કિડની ફૂલી જશે.

જો કે, કિડનીની પથરીને કારણે કિડની ખરાબ થવાની ટકાવારી ડાયાબિટીસ અને હાયપરટેન્શનની તુલનામાં ઓછી છે. આ ઉપરાંત, કિડનીના પથરી સામાન્ય રીતે પીડાદાયક હોય છે, તેથી તેની સારવાર પણ જલ્દી થઈ જતી હોય છે જેથી કિડનીનુ કાર્ય ખરાબ થવા સુધી ભાગ્યે જ વાત પહોંચે છે. કિડનીના પથરી સામાન્ય રીતે એક કિડનીમાં જો હોય તો એક જ કિડની ખરાબ થઇ શેક છે અને કિડનીનુ કાર્ય બગડ્યુ એવુ ત્યારે જ કહેવાય જયારે બંને કિડની યોગ્ય રીતે કાર્ય કરતી નથી. જેને એન્ડ-સ્ટેજ રીનલ ડિસીઝ (ESRD) તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે.

૨. હું વારંવાર મારી પીઠના ભાગમાં દુખાવો અનુભવુ છું. મેં ક્યાંક વાંચ્યુ છે કે તે કિડની નિષ્ફળતાનુ લક્ષણ છે. શું તે સાચુ છે?

સામાન્ય રીતે પીઠનો દુખાવો એ મોટાભાગના કિડની રોગોનુ લક્ષણ નથી. જ્યારે કિડનીમાં પેશાબનો પ્રવાહ અવરોધિત થવાને કારણે સોજો આવે છે અથવા ચેપ લાગે છે, ત્યારે તે પીડા ઊભી થઈ શકે છે. કિડનીમાં પથરીના કારણે પણ ગંભીર પીડા થઈ શકે છે, ખાસ કરીને જ્યારે પથરી જયારે મુત્રનલિકાની નીચે આવે છે. પીઠના દુખાવાના અન્ય કારણોમાં સ્નાયુઓમાં દુખાવો અથવા કરોડરજ્જુના રોગો પણ હોઈ શકે છે.

કિડની રોગ અને કિડનીની નિષ્ફળતા, આ બન્ને અલગ અલગ શબ્દો છે અને તેમનો અર્થ એકસમાન નથી. અમે કિડનીની નિષ્ફળતા ફક્ત ત્યારે જ કહીએ છીએ જ્યારે કિડનીના કાર્ય બરાબર નથી થતુ અને શરીરમાં પ્રવાહીનુ સંતુલન જાળવવામાં અસમર્થ હોય છે, જેના પરિણામે શરીરમાં નકામા પદાર્થો એકઠા થાય છે.

કિડની નિષ્ફળતાના લક્ષણો અલગ અલગ વ્યક્તિઓમાં જુદા જુદા હોઈ શકે જેમ કે,

- પેશાબની માત્રામાં ઘટાડો
- ઉબકા અને ઉલટી
- હાથ અને પગની ઘૂંટીનો સોજો
- આંખોની આસપાસ સોજા
- ખંજવાળ
- ઊંઘ ના આવવી
- ભૂખ ના લાગવી
- હાઈ બ્લડ પ્રેસર

ડૉ. હસિત પટેલ,
નેફ્રોલોજિસ્ટ