



# ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રી

(આઈ. એસ. ઓ. ૯૦૦૧:૨૦૧૫ પ્રમાણિત સંસ્થા),

"સમૃદ્ધિ", ૪થો માળ, મક્કાઈ પુલ, નાનપુરા, સુરત - ૩૯૫ ૦૦૧

ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧

ફેક્સ નં. ૦૨૬૧-૨૪૭૨૩૪૦

E-mail : [info@sgcci.in](mailto:info@sgcci.in)

Website : [www.sgcci.in](http://www.sgcci.in)

રેફ નં.

તા: ૯/૯/૨૦૨૦

તંત્રીશ્રી, \_\_\_\_\_, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

જત નીચેની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજ.

લિ.

આપનો વિશ્વાસુ,

(ડૉ. સંકેટરી)

## વિશ્વ ફિઝીયોથેરાપી દિવસ નિમિત્તે 'ઘૂંટણની બધી સમસ્યા માટે નિવારણ અને ઉકેલો' વિશે વેબિનાર યોજાયો

સુરત. ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રીએ ઓઘવરામ ફિઝીયોથેરાપી કોલેજની સાથે મળીને મંગળવાર, તા. ૮ સપ્ટેમ્બર ૨૦૨૦ના રોજ 'ઘૂંટણની બધી સમસ્યા માટે નિવારણ અને ઉકેલો' વિષય ઉપર વેબિનારનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં નિષ્ણાંત વક્તા તરીકે એમ.એસ. ઓર્થોપેડિક, એફ.એ.આર.એસ. (જર્મની એન્ડ યુ.એસ.એ.) ડૉ. નરેન્દ્ર પટેલે ઘૂંટણની જુદી-જુદી સ્ટેજની તકલીફના નિદાન વિશે મહત્વનું માર્ગદર્શન આપ્યું હતું.

ડૉ. નરેન્દ્ર પટેલે જણાવ્યું હતું કે, વજન વધારે હોવાને કારણે પણ મોટા ભાગે ઘૂંટણની તકલીફ શરૂ થાય છે. ઉંમર અને ઉચાઈના આધારે વજન નક્કી કરેલું હોય છે પણ જો તેમાં તફાવત જણાય અને વજન વધારે આવે તો વજનને ઓછું કરવા સિવાય બીજો કોઈ વિકલ્પ રહેતો નથી. જો વજન નિયંત્રિત થઈ જાય તો ઘૂંટણની સમસ્યામાંથી છુટકારો મળી શકે તેમ છે. પરંતુ સતત વધારે વજનને કારણે ઘૂંટણની તકલીફમાં વધારો થતો જાય તો જુદા-જુદા સ્ટેપ ઉપર જુદી-જુદી સારવાર કરાવવી પડતી હોય છે.

તેમણે વધુમાં જણાવ્યું હતું કે, ઘૂંટણમાં દુઃખાવો તથા પલાઠી વાળીને બેસવામાં તકલીફ થતી હોવાની ફરિયાદ સાથે દર્દીઓ આવતા હોય છે. ઘૂંટણની તકલીફ મોટા ભાગે સ્પોર્ટ્સ ઇન્જરીઝ, સંધિવાની સમસ્યા અને ઇન્ફલેમેટરી ની પ્રોબ્લેમ્સથી થતી હોય છે. પહેલા ૫૦ વર્ષ બાદ સામાન્યપણે ઘૂંટણની ગાદીમાં ઘસારો થતો હતો પરંતુ વર્તમાન સંજોગોમાં વહેલી તકે ઘૂંટણની ગાદીમાં ઘસારા સાથેની તકલીફ દર્દીઓમાં જોવા મળે છે. તબીબો એક્સ-રે, એમઆરઆઈ, સિટી સ્કેન, સોનોગ્રાફી, સ્કેનોગ્રાફી ઘૂંટણની તકલીફની વિવિધ સ્ટેજ ડાયગ્નોસિસ કરે છે.

ડો. નરેન્દ્ર પટેલે વધુમાં કહ્યું હતું કે, વ્યક્તિનું વજન વધી જાય ત્યારે થાપાથી લઈને એડી સુધીના લાઇનમાં એકસરખું વજન રહેતું નથી. દા.ત. કારનું એલાઇમેન્ટ ન કરીએ તો ટાયર એકતરફ ઘસાવવાનું શરૂ થઈ જાય છે. એવી જ રીતે વધારે વજનને કારણે પણ ઘુંટણમાં ઘસારો થાય છે. એના માટે વજન ઉપર ખાસ ધ્યાન આપવું જોઈએ. ઘુંટણમાં ઘસારાની જુદી-જુદી સારવાર ડોક્ટરો કરતા હોય છે. કેટલાક દર્દીઓને દુઃખાવામાં રાહત ન થાય તો ઘુંટણમાં લુબ્રિકેટિંગ જેલી જેવા ઇન્જેક્શન આપવામાં આવે છે. આનાથી એકથી ત્રણ વર્ષ સુધી ઘુંટણની સમસ્યામાંથી છુટકારો મળી જાય છે. તેમણે હાઇ ટિબિયલ ઓસ્ટેઓટોમી વિશે વિસ્તૃત ચર્ચા કરી હતી. આવા પ્રકારની સારવારથી ઘુંટણની નીચે રહેલા હાડકાને સીધું કરવામાં આવે છે.

તેમણે કહ્યું કે, ઘુંટણની ગાદીમાં ઘસારો વધારે થઈ ગયો હોય તો પગ વાંકા થવાની શરૂઆત થઈ જાય છે. આવા સંજોગોમાં સર્જરી સિવાય બીજો કોઈ વિકલ્પ રહેતો નથી. ની રિપ્લેસમેન્ટ બાદ દર્દી પલાઠી વાળીને પણ જમીન પર બેસી શકે છે. તેમણે કહ્યું કે ઉઠતા-બેસતા ઘુંટણમાં અવાજ આવતો હોય તો એવા કેસમાં કશું કરવાનું રહેતું નથી પણ જો ઘુંટણમાં સોજો આવે અથવા દુઃખાવો થાય તો ડોક્ટરને બતાવવું જોઈએ. તેમણે ઘુંટણની ગાદી ફાટવાની શક્યતા કયા સમયે વધી જાય છે તે વિશે પણ વિસ્તૃત માહિતી આપી હતી. તેમણે મેનિસ્કસ પ્રોબ્લેમ અને લીગામેન્ટ રિકન્સ્ટ્રક્શન વિશે પણ વિસ્તૃત માહિતી આપી હતી.

વેબિનારમાં ચેમ્બરની મેનેજિંગ કમિટિના સભ્ય હિમાંશુ બોડાવાલાએ સ્વાગત પ્રવચન કર્યું હતું. જ્યારે મોડરેટર તરીકે ડો. મેહુલ કોન્ડ્રાકટરે મહત્વની ભૂમિકા ભજવી હતી. પ્રકાશ પટેલે વેબિનારમાં પ્રાસંગિક વિધી કરી હતી અને અંતે નિખિલ પટેલે સર્વેનો આભાર માની વેબિનારનું સમાપન કર્યું હતું.