



ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રી

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

"સંહતિ", છઠો માળ, એસ.આઈ.ઈ.સી.સી. કેમ્પસ, ખજોદ ચાર રસ્તા પાસે, અલયાણ રોડ, સરસાણા, સુરત - ૩૯૫ ૦૦૭

ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧

ફેક્સ નં. ૦૨૬૧-૨૪૭૨૩૪૦

E-mail : info@sgcci.in

Website : www.sgcci.in

Ref no. PN 2026-27/47

Dt. 30/07/2026

તંત્રીશ્રી, _____, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

નીચે મુજબની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજી.

લિ.

આપનો વિશ્વાસુ,

(સેક્રેટરી)

ચેમ્બર દ્વારા 'કમળો: ભ્રમ અને હકીકત' વિષય પર વિશેષ સ્વાસ્થ્ય સેશન યોજાયું

કમળો પોતે કોઈ બીમારી નથી, પરંતુ તે લિવરની ગંભીર સમસ્યાનું માત્ર એક લક્ષણ છે:
ગેસ્ટ્રોએન્ટ્રોલોજિસ્ટ ડૉ. પ્રવીણ બરસોદિયા

હળદર કે પીળો ખોરાક ખાવાથી કમળો વધતો હોવાની વાત તદ્દન ભ્રામક; દર્દીએ પ્રોટીનયુક્ત
બેલેન્સ્ડ ડાયેટ લેવો જરૂરી

લિવરમાં 5%થી વધુ ચરબી જમા થાય તેને ફેટી લિવર કહેવાય; ભવિષ્યમાં લિવર સીરોસિસ (લિવર
સુકાઈ જવું) થવાનું મોટું જોખમ

ફેટી લિવરનો મુખ્ય ઉપચાર વજનમાં 10%નો ઘટાડો અને નિયમિત કસરત

સુરત, 30 જુલાઈ 2026: ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રી (SGCCI) દ્વારા રવિવાર, તા. 26 જુલાઈ 2026ના રોજ સવારે 10:30 કલાકે, નાનપુરા સ્થિત 'સમૃદ્ધિ' બિલ્ડિંગ ખાતે 'કમળો: ભ્રમ અને હકીકત' વિષય પર વિશેષ જાગૃતિ સેશન યોજાયું હતું. આ સેશનમાં મુખ્ય વક્તા તરીકે અગ્રણી ગેસ્ટ્રોએન્ટ્રોલોજિસ્ટ ડૉ. પ્રવીણ બરસોદિયાએ ઉપસ્થિત રહીને કમળા અને ફેટી લિવર અંગે સમાજમાં ફેલાયેલી ગેરમાન્યતાઓ દૂર કરી સાચી તબીબી હકીકતો રજૂ કરી હતી.

ડો. પ્રવીણ બરસોદિયાએ સ્પષ્ટતા કરતા જણાવ્યું હતું કે, કમળો એ પોતે સ્વતંત્ર બીમારી નથી પણ લિવરની ખામી દર્શાવતું લક્ષણ છે. તેમણે કમળા વિશેની પ્રચલિત ગેરમાન્યતાઓ પરથી પડદો ઊંચક્યો હતો:

- **ગેરમાન્યતા 1:** કમળામાં માત્ર શેરડીનો રસ કે ગ્લુકોઝ જ પીવો જોઈએ.
- **હકીકત:** માત્ર પ્રવાહી પર નિર્ભર રહેવાને બદલે દર્દીની રિકવરી માટે પ્રોટીનયુક્ત સંતુલિત આહાર લેવો અત્યંત જરૂરી છે.
- **ગેરમાન્યતા 2:** પીળો ખોરાક કે હળદર ખાવાથી કમળો વધે છે.
- **હકીકત:** ખોરાકના રંગને કમળાના બિલિરુબિન લેવલ સાથે કોઈ જ સંબંધ નથી.
- **ગેરમાન્યતા 3:** દારૂ પીવાથી લિવર સાફ થાય છે.
- **હકીકત:** દારૂ લિવરના કોષોને ગંભીર નુકસાન પહોંચાડે છે અને કમળા દરમિયાન આલ્કોહોલનું સેવન જીવલેણ સાબિત થઈ શકે છે.

તેમણે ઉમેર્યું હતું કે, જ્યારે કમળો અત્યંત ગંભીર સ્વરૂપ ધારણ કરે (જેને સામાન્ય ભાષામાં કમળી કહે છે), ત્યારે દર્દીમાં અતિશય ઘેન-ઊંઘ આવવી, માનસિક મૂંઝવણ, લોહીની ઉલટી થવી, કાળો ઝાડો થવો કે પેટમાં પાણી ભરાવું જેવા ભયજનક લક્ષણો દેખાય છે. આવા સમયે દર્દીને તાત્કાલિક હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવા અનિવાર્ય છે.

ફેટી લિવર અને બગડતી જીવનશૈલી: અત્યારની બેઠાડું જીવનશૈલી અને અનિયમિત ખાનપાનને કારણે વધતા ફેટી લિવર અંગે ચેતવણી આપતા તેમણે જણાવ્યું કે, લિવરમાં 5%થી વધુ ચરબી જમા થાય તેને ફેટી લિવર કહેવાય છે. જો તેને સમયસર નિયંત્રિત કરવામાં ન આવે તો ભવિષ્યમાં લિવર સીરોસિસ (લિવર કાયમી સુકાઈ જવું) થઈ શકે છે. ફેટી લિવર દૂર કરવાનો શ્રેષ્ઠ ઉપાય શરીરમાંથી 10% જેટલું વજન ઘટાડવું અને રોજીંદી દિનચર્યામાં નિયમિત કસરતનો સમાવેશ કરવો તે જ છે.

કાર્યક્રમના પ્રારંભે ચેમ્બર ઓફ કોમર્સના માનદ્ બજાનચી શ્રી અતુલ પટેલે સ્વાગત પ્રવચન કર્યું હતું. પબ્લિક હેલ્થ કમિટીના ચેરમેન ડો. જગદીશ વઘાસિયાએ સેશનની રૂપરેખા આપી હતી અને કો-ચેરપર્સન શ્રીમતી શાલિની હલવાવાલાએ વક્તાનો પરિચય આપ્યો હતો. સેશનના અંતે શ્રોતાઓના પ્રશ્નોના સંતોષકારક જવાબો અપાયા હતા અને પબ્લિક હેલ્થ કમિટીના કો-ચેરમેન ડો. રાજન દેસાઈએ આભારવિધિ કરી હતી. આ પ્રસંગે ગ્રૂપ ચેરપર્સન ડો. પારૂલ વડગામા, ચેમ્બરના સભ્યો અને નગરજનો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.