ધી સધર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી

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

"સંહતિ", છઠ્ઠો માળ, એસ.આઇ.ઇ.સી.સી. કેમ્પસ, ખજોદ ચાર રસ્તા પાસે, અલથાણ રોડ, સરસાણા, સુરત – ૩૯૫ ૦૦૭

ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧ ફેકસ નં.૦૨૬૧–૨૪૭૨૩૪૦

E-mail : info@sgcci.in Website : www.sgcci.in

SGCCI

Ref no. PN 2026-27/108 Dt. 17/09/2026

તંત્રીશ્રી, ____________________________, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

નીચે મુજબની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજી.

લિ.
આપનો વિશ્વાસુ,

(સેક્રેટરી)

ચેમ્બર દ્વારા 'ઘૂંટણનો ઘસારો એટલે જોઈન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ જ, કેટલું સાચું?' વિષય પર અવેરનેસ સેશન યોજાયું

ઘૂંટણનો ઘસારો એટલે સર્જરી જ કરાવવી પડે તે ગેરમાન્યતા: ઓર્થોપેડિક સર્જન ડૉ. ભરત સુતરિયા

40થી 50 વર્ષની વયે ઉતાવળે આખો ઘૂંટણ ન બદલાવવો; કૃત્રિમ સાંધાની આવરદા 20થી 22 વર્ષની હોય છે

વજન નિયંત્રણ અને સાથળના સ્નાયુઓની મજબૂતાઈથી કુદરતી ઘૂંટણને લાંબો સમય સાચવી શકાય

થેલેસેમિયા પીડિત બાળકો માટે સ્વૈચ્છિક રક્તદાન કરવા લોક સમર્પણ કેન્દ્રના પ્રમુખ હરિભાઈ કથીરિયાની અપીલ

સુરત, 17 સપ્ટેમ્બર 2026: ધી સધર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઇન્ડસ્ટ્રી (SGCCI) દ્વારા રવિવાર, તા. 13 સપ્ટેમ્બર 2026ના રોજ સવારે 10:30 કલાકે, વરાછા સ્થિત લોક સમર્પણ રક્તદાન કેન્દ્ર ખાતે 'ઘૂંટણનો ઘસારો એટલે જોઈન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ જ, કેટલું સાચું?' વિષય પર વિશેષ જાગૃતિ સત્ર યોજાયું હતું. આ સેશનમાં જાણીતા ઓર્થોપેડિક સર્જન ડૉ. ભરત સુતરિયાએ ઘૂંટણના ઘસારાના કારણો, બિન-સર્જિકલ ઉપાયો તેમજ આધુનિક સારવાર પદ્ધતિઓ અંગે વિસ્તૃત માર્ગદર્શન પૂરું પાડ્યું હતું.

આ પ્રસંગે પોતાના સંદેશામાં ચેમ્બર પ્રમુખ શ્રી અશોક જીરાવાલાએ જણાવ્યું હતું કે, "કોઈપણ ઉદ્યોગ કે વ્યવસાયની સાચી સફળતા અને સમૃદ્ધિ તેના શ્રમિકો અને માનવસંસાધનના સુદ્રઢ સ્વાસ્થ્ય પર નિર્ભર છે. ઔદ્યોગિક પ્રગતિની દોડ વચ્ચે કામદારો અને ઉદ્યોગસાહસિકો બંને પોતાના આરોગ્યની ઉપેક્ષા ન કરે તે અત્યંત જરૂરી છે. ઘૂંટણ કે સાંધાની સમસ્યાઓમાં સાચી જાગૃતિ, નિયમિત જીવનશૈલી અને યોગ્ય સમયે લેવાયેલું તબીબી માર્ગદર્શન બિનજરૂરી સર્જરીઓથી બચાવી શકે છે. ચેમ્બર માત્ર વેપાર-ઉદ્યોગના વિકાસ માટે જ નહીં, પરંતુ સમાજ અને શ્રમિક વર્ગના શ્રેષ્ઠ સ્વાસ્થ્ય માટે પણ સદાય કટિબદ્ધ છે."

ઉતાવળે સર્જરી કરાવવાનું ટાળવું: ડૉ. ભરત સુતરિયા

ડૉ. ભરત સુતરિયાએ જણાવ્યું હતું કે, "ઘૂંટણમાં ઘસારો થાય એટલે તરત જ જોઇન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ કરાવવું પડે તે બિલકુલ ખોટી માન્યતા છે. અગાઉ 60 વર્ષ પછી જોવા મળતી આ સમસ્યા હવે બેઠાડું જીવનશૈલી અને ખોટી આદતોને કારણે 40થી 60 વર્ષની વયજૂથમાં ઝડપથી વધી રહી છે. ખાસ કરીને 40થી 50 વર્ષની નાની વયે ઉતાવળે ટોટલ ની રિપ્લેસમેન્ટ (આખો સાંધો બદલવો) કરાવવાથી બચવું જોઈએ. સામાન્ય રીતે કૃત્રિમ સાંધાની લાઈફ 20થી 22 વર્ષ રહે છે, જ્યારે રિવિઝન સર્જરી બાદ તેની આવરદા ઘટીને 10થી 12 વર્ષ થઈ જાય છે અને તેમાં જટિલતાઓનું જોખમ પણ વધે છે."

સ્નાયુઓની મજબૂતાઈ અને નોન-સર્જિકલ કેર

તેમણે જણાવ્યું હતું કે, વજન નિયંત્રણ ઘૂંટણના સાંધા પરનો અતિરિક્ત ભાર ઘટાડવા માટે અત્યંત જરૂરી છે. સાથળના સ્નાયુઓ ઘૂંટણ માટે કુદરતી શોક-એબ્સોર્બર (બમ્પર) તરીકે કામ કરે છે, જેથી કસરત દ્વારા સ્નાયુ મજબૂત રાખવા જોઈએ. ઘૂંટણના દુખાવામાં અપાતા સ્ટીરોઈડ ઈન્જેક્શન સોજો-દુખાવો માત્ર કામચલાઉ ધોરણે ઘટાડે છે, જ્યારે હાયલોરોનિક એસિડ ઈન્જેક્શન પણ માત્ર પ્રારંભિક તબક્કામાં જ અસરકારક રહે છે. તેથી દર્દીની ચોક્કસ સ્થિતિ જોઈને જ સારવાર નક્કી કરવી હિતાવહ છે.

દરેક દર્દી માટે ટોટલ રિપ્લેસમેન્ટ અનિવાર્ય નથી

સર્જિકલ વિકલ્પોની ચર્ચા કરતાં તેમણે જણાવ્યું હતું કે, નાની ઉંમરે પગનું અલાઈનમેન્ટ વાંકું હોય તો 'હાઈ ટીબિયલ ઓસ્ટીયોટોમી' (HTO) દ્વારા અલાઈનમેન્ટ સુધારી શકાય છે. જો માત્ર અંદરનો જ ભાગ ઘસાયો હોય તો 'પાર્શિયલ ની રિપ્લેસમેન્ટ' શ્રેષ્ઠ વિકલ્પ છે, જેમાં કુદરતી લિગામેન્ટ સુરક્ષિત રહે છે. જ્યારે સાંધો અતિશય અને ગંભીર સ્તરે ક્ષતિગ્રસ્ત થાય ત્યારે જ ટોટલ જોઈન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ જરૂરી બને છે. રોબોટિક ટેક્નોલોજી સર્જરીમાં સચોટ અલાઈનમેન્ટ મેળવવામાં મદદ કરે છે, પરંતુ ઈમ્પ્લાન્ટના માર્કેટિંગ દાવાઓ કરતાં સર્જનની કુશળતા અને ચોકસાઈ વધુ મહત્વપૂર્ણ છે.

કાર્યક્રમના પ્રારંભે ચેમ્બરના માનદ્ મંત્રી શ્રી પરેશ લાઠીયાએ પ્રાસંગિક ઉદ્બોધન કર્યું હતું. લોક સમર્પણ રક્તદાન કેન્દ્રના પ્રમુખ શ્રી હરિભાઈ કથીરિયાએ થેલેસેમિયા પીડિત બાળકોની સારવાર માટે નાગરિકોને સ્વૈચ્છિક રક્તદાન કરવા અનુરોધ કર્યો હતો. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન ચેમ્બરની ઈન્ડસ્ટ્રીયલ વર્કર્સ હેલ્થ કમિટીના ચેરમેન શ્રી નિખિલ વઘાસિયાએ કર્યું હતું, જ્યારે કમિટીના કો-ચેરમેન શ્રી લાલજીભાઈ હિરાનીએ વક્તાનો પરિચય કરાવ્યો હતો.