



पुरुष स्वास्थ्य पासपोर्ट



गुजरात राज्य कैंसर नियंत्रण कार्यक्रम
गुजरात कैंसर एण्ड रिसर्च इंस्टीट्यूट

संयुक्त कार्यक्रम : गुजरात सरकार एवं गुजरात कैंसर सोसायटी



'इक्कीसवीं सदी के प्रथम दशक में गुजरात की स्वर्ण जयंती मनाई जा रही है, तब हमारा एक स्वर्ण संकल्प ऐसा है कि गुजरात का प्रत्येक नागरिक निरोगी रहे और गुजरात को स्वस्थ, समृद्ध, सुरक्षित बनाने में सहयोगी बने। स्वास्थ्य सुरक्षा के प्रति जागरूकता आए उस दिशा में भी गुजरात ने पहल की है और प्रत्येक अस्पताल मृत्युजय अस्पताल बना रहे ऐसा दृष्टिकोण अपनाया है।'

नरेन्द्र मोदी

(मुख्यमंत्री, गुजरात राज्य)

जय जय गरवी गुजरात

सूचनाएं

1. यह पासपोर्ट आपके आरोग्य को संतुलित रखने के लिए है । उसमें दी गई हुई माहिती का हर महिने एक बार अवश्य अभ्यास करके उसमें दी गई हुई सूचनाओं का पालन करना ।
2. यह पासपोर्ट आप अपने फेमिली डाक्टर, सरकारी अस्पताल के डाक्टर, कन्सल्टन्ट डाक्टर और महिलाएं के किस्से में स्त्री रोग विशेषज्ञ से भी भरवा सकते है । ईसमें दर्शाई गई तपास हर साल या दो साल में अवश्य करवायें ।
3. अगर आपके डाक्टर सलाह देते हैं तो आप ज्यादा तपास के लिए नजदीक की सरकारी अस्पताल, मेडीकल कालेज से जूडी हुई अस्पताल या केन्सर अस्पताल की जरूर के मुताबिक सेवाएं ले सकते हैं ।
4. यह पासपोर्ट की कीमत 10 रुपिया हैं, हालांकि बी.पी.एल. के दर्दीओं को यह पासपोर्ट बिना किसी मूल्य से अहमदाबाद की केन्सर अस्पताल के कम्युनिटी ओन्कोलोजी सेन्टर से और केन्सर अस्पताल नियोजित अनेक परिक्षण केम्प के दौरान उपलब्ध करवाया जाएगा ।
5. आप अपनी तबीबी जांच का रिपोर्ट ई-मेईल (gcriad1@bsnl.in) पर भेज सकते हैं ।

स्वर्णिम गुजरात उत्सव दौरान सब के सुंदर स्वास्थ्य की अपेक्षा के साथ जाहेर हित में गुजरात केन्सर सोसायटी द्वारा प्रकाशित



डाक्टर का नाम :

.....

पता :

.....

सील :

दिनांक :

मेडिकल एश्योरन्स की विगत :

.....

कैंसर एश्योरन्स की विगत :

.....

नाम :
 उम्र :
 वैवाहिक स्थिति : विवाहित अविवाहित
 व्यवसाय : नौकरी खुदरा मजदूरी दिहाडी मजदूर
 कृषि मजदूर बेरोजगार
 धर्म :
 पता :
 फोन नं. :
 आहार : शाकाहारी मांसाहारी
 व्यसन : हां नहीं हमेशा कभी कभी

प्रकार	प्रमाण प्रतिदिन	कितने समय से
गुटका/पान मसाला
सुपारी
तम्बाकू चबाना
धूम्रपान
नस्वार
शराब

पूर्व में हुई बीमारी

बीमारी	उपचार
डाइबिटीज	<input type="checkbox"/> हां <input type="checkbox"/> नहीं
टी.बी. (क्षय रोग)	<input type="checkbox"/> हां <input type="checkbox"/> नहीं
पीलिया	<input type="checkbox"/> हां <input type="checkbox"/> नहीं
कैंसर	<input type="checkbox"/> हां <input type="checkbox"/> नहीं
एड्स	<input type="checkbox"/> हां <input type="checkbox"/> नहीं
ब्लडप्रेसर की बीमारी	<input type="checkbox"/> हां <input type="checkbox"/> नहीं
कोलेस्टरोल की बीमारी	<input type="checkbox"/> हां <input type="checkbox"/> नहीं
अन्य	<input type="checkbox"/> हां <input type="checkbox"/> नहीं

भौतिक परीक्षण (फिजिकल एक्जामिनेशन)

वजन : कि.ग्रा. ऊंचाई : से.मी.

धडकन : बीपी : एचबी :

रिपोर्ट :

.....

सलाह :

.....

पूर्व में कैंसर का इतिहास :

स्वयं को हां नहीं साइट :

उपचार :

परिवार हां नहीं साइट :

उपचार :

ऑप्शनल (वैकल्पिक) :

ब्लड ग्रुप : एचआईवी :

ब्लड सुगर : एचबीएस एजी :

मौखिक	अन्य
डाइग्नोसिस :	
<input type="checkbox"/> दांत गिरना <input type="checkbox"/> मुंह से दुर्गंध <input type="checkbox"/> मुंह खोलने में अक्षमता <input type="checkbox"/> निगलने में परेशानी <input type="checkbox"/> कान दर्द <input type="checkbox"/> मुंह से रक्तस्राव <input type="checkbox"/> आवाज में बदलाव <input type="checkbox"/> नॉनहीलिंग अल्सर	<input type="checkbox"/> लिम्फनोड साइट : साइज : <input type="checkbox"/> वजन और भूख में कमी <input type="checkbox"/> कफ <input type="checkbox"/> बोन पेन
कंडीशन :	
<input type="checkbox"/> नॉर्मल <input type="checkbox"/> सस्पियस <input type="checkbox"/> अर्ली <input type="checkbox"/> एडवांस्ड	<input type="checkbox"/> नॉर्मल <input type="checkbox"/> सस्पियस <input type="checkbox"/> अर्ली <input type="checkbox"/> एडवांस्ड

सलाह :

सीएचसी / जिल्ला होस्पिटल / मेडीकल कोलेज / जीसीआरआई

- निदान
 बायोप्सी
 कैंसर केन्द्र को रैफर
 रेगुलर फॉलो-अप
 जीसीआरआई को रैफर

स्वास्थ्य जांच

गुजरात राज्य

Date :

जिला :

नाम :

पता :

रजि. नं. दिनांक

असामान्य रिपोर्ट

 मुंह अन्य

कंडीशन

 नॉर्मल सस्पियस अर्ली एडवांस्ड

सलाह एवं सुझाव

सलाह -

 इन्वेस्टिगेशन बायोप्सी कैंसर केन्द्र को रैफर दंत केन्द्र को रैफर रेगुलर फॉलो-अप जीसीआरआई को रैफर होस्पिटल

(To be entered electronically)

स्वास्थ्य जांच

गुजरात राज्य

Date :

जिला :

नाम :

पता :

रजि. नं. दिनांक

असामान्य रिपोर्ट

 मुंह अन्य

कंडीशन

 नॉर्मल सस्पियस अर्ली एडवांस्ड

सलाह एवं सुझाव

सलाह -

 इन्वेस्टिगेशन बायोप्सी कैंसर केन्द्र को रैफर दंत केन्द्र को रैफर रेगुलर फॉलो-अप जीसीआरआई को रैफर होस्पिटल

भौतिक परीक्षण

वजन : kg

ऊंचाई : cm

धडकन :

बीपी :

एचबी :

रिपोर्ट :

.....

सलाह :

.....

पूर्व में कैंसर का इतिहास :

स्वयं को हां नहीं

साइट :

उपचार :

परिवार हां नहीं

साइट :

उपचार :

ऑप्शनल (वैकल्पिक) :

ब्लड ग्रुप :

ब्लड सुगर :

एचआईवी :

एचबीएस एजी :

भौतिक परीक्षण

वजन : kg

ऊंचाई : cm

धडकन :

बीपी :

एचबी :

रिपोर्ट :

.....

सलाह :

.....

पूर्व में कैंसर का इतिहास :

स्वयं को हां नहीं

साइट :

उपचार :

परिवार हां नहीं

साइट :

उपचार :

ऑप्शनल (वैकल्पिक) :

ब्लड ग्रुप :

ब्लड सुगर :

एचआईवी :

एचबीएस एजी :

स्वास्थ्य जांच

गुजरात राज्य

Date :

जिला :

नाम :

पता :

रजि. नं. दिनांक

असामान्य रिपोर्ट

 मुंह अन्य

कंडीशन

 नॉर्मल सस्पियस अर्ली एडवांस्ड

सलाह एवं सुझाव

सलाह -

 इन्वेस्टिगेशन बायोप्सी कैंसर केन्द्र को रैफर दंत केन्द्र को रैफर रेगुलर फॉलो-अप जीसीआरआई को रैफर होस्पिटल

(To be entered electronically)

स्वास्थ्य जांच

गुजरात राज्य

Date :

जिला :

नाम :

पता :

रजि. नं. दिनांक

असामान्य रिपोर्ट

 मुंह अन्य

कंडीशन

 नॉर्मल सस्पियस अर्ली एडवांस्ड

सलाह एवं सुझाव

सलाह -

 इन्वेस्टिगेशन बायोप्सी कैंसर केन्द्र को रैफर दंत केन्द्र को रैफर रेगुलर फॉलो-अप जीसीआरआई को रैफर होस्पिटल

भौतिक परीक्षण

वजन : kg

ऊंचाई : cm

धडकन :

बीपी :

एचबी :

रिपोर्ट :

.....

सलाह :

.....

पूर्व में कैंसर का इतिहास :

स्वयं को हां नहीं

साइट :

उपचार :

परिवार हां नहीं

साइट :

उपचार :

ऑप्शनल (वैकल्पिक) :

ब्लड ग्रुप :

ब्लड सुगर :

एचआईवी :

एचबीएस एजी :

भौतिक परीक्षण

वजन : kg

ऊंचाई : cm

धडकन :

बीपी :

एचबी :

रिपोर्ट :

.....

सलाह :

.....

पूर्व में कैंसर का इतिहास :

स्वयं को हां नहीं

साइट :

उपचार :

परिवार हां नहीं

साइट :

उपचार :

ऑप्शनल (वैकल्पिक) :

ब्लड ग्रुप :

ब्लड सुगर :

एचआईवी :

एचबीएस एजी :

वार्षिक पुनःजांच

डॉक्टर द्वारा मरीज को दी गई सलाह

जांच रिपोर्ट : मुंह अन्य

दिनांक	सलाह	उपचार लिया	
		हां	नहीं
वर्ष 1			
वर्ष 2			

वार्षिक पुनःजांच

डॉक्टर द्वारा मरीज को दी गई सलाह

जांच रिपोर्ट : मुंह अन्य

दिनांक	सलाह	उपचार लिया	
		हां	नहीं
वर्ष 3			
वर्ष 4			

वार्षिक पुनःजांच

डॉक्टर द्वारा मरीज को दी गई सलाह

जांच रिपोर्ट : मुंह अन्य

दिनांक	सलाह	उपचार लिया	
		हां	नहीं
वर्ष 5			
वर्ष 6			

वार्षिक पुनःजांच

डॉक्टर द्वारा मरीज को दी गई सलाह

जांच रिपोर्ट : मुंह अन्य

दिनांक	सलाह	उपचार लिया	
		हां	नहीं
वर्ष 7			
वर्ष 8			

वार्षिक पुनःजांच

डॉक्टर द्वारा मरीज को दी गई सलाह

जांच रिपोर्ट : मुंह अन्य

दिनांक	सलाह	उपचार लिया	
		हां	नहीं
वर्ष 9			
वर्ष 10			

ब्लड प्रेशर नियंत्रित रखने के लिए इतना करें

- ◆ पौष्टिक आहार लें ।
- ◆ नमक का अतिरेक टालें ।
- ◆ वजन नियंत्रित रखें ।
- ◆ नियमित व्यायाम करें ।
- ◆ धूम्रपान, शराब से दूर रहें ।
- ◆ अत्यधिक मानसिक तनाव टालें ।
- ◆ पर्याप्त नींद लें ।

ब्लड सुगर नियंत्रित रखने के लिए इतना करें

- ◆ वजन नियंत्रित रखें ।
- ◆ नियमित व्यायाम करें ।
- ◆ रेशे वाला भोजन लें ।
- ◆ आपके भोजन में हरी सब्जी, फल तथा अनाज का उपयोग बढ़ाएं ।
- ◆ डॉक्टर की सलाह का अमल करें ।
- ◆ भोजन में चीनी की मात्रा नियंत्रित रखें ।

रक्त का दबाव

दिनांक	सिस्टोलिक	डायस्टोलिक	पॉजिशन			सलाह
			खड़े	सोते	बैठे	

सामान्यतः रक्त का दबाव :

सिस्टोलिक : 120 | डायस्टोलिक : 80

ब्लड सुगर का प्रमाण

दिनांक	ब्लड सुगर का प्रमाण			सलाह
	भूखे पेट	भोजन के बाद	HbA ₁ C	

सामान्यतः ब्लड सुगर का प्रमाण :

भूखे पेट : 80-120 mg/dl

HbA₁C : < 6.5

10 वर्ष के दौरान वयस्क व्यक्तियों में प्रकार-2 डाइबिटीज (मधुप्रमेह) होने के जोखिम की जांच के लिए डाइबिटीज रिस्क स्कोर (फाइन्ड रिस्क) का दर्शाया गया फॉर्म पूर्णतः भरें।

प्रकार-2 डाइबिटीज की जांच का फॉर्म

नीचे दर्शाए गए जवाबों के विकल्पों में आपके जवाब चुन कर उसे चिह्न करें तथा इसके लावा आपके जवाबों को भी लिख सकते हैं।

1. पोईन्ट उम्र
 - (0) 45 वर्ष के कम
 - (2) 45-54 वर्ष
 - (3) 55-64 वर्ष
 - (4) 64 वर्ष से अधिक
2. पोईन्ट बॉडी मास इंडेक्स
 - (0) 25 कि.ग्रा./मी. स्क्वेयर
 - (1) 25-30 कि.ग्रा./मी. स्क्वेयर
 - (2) 30 कि.ग्रा./मी. स्क्वेयर
3. कमर का माप
 - (0) 90 से.मी. से कम
 - (3) 90-102 से.मी.
 - (4) 102 से.मी. से अधिक
4. क्या आप काम की जगह पर या खाली समय में हर रोज 30 मिनट व्यायाम करते हैं ? (हररोज की जानेवाली सामान्य प्रवृत्तियों के साथ)
 - (0) हां
 - (2) नहीं

5. आप कितनी बार सब्जियां और फल खाते हैं ?
 (0) हर रोज
 (1) हर रोज नहीं
6. आप नियमित रूप से ब्लड प्रेसर की दवाई लेते हैं ?
 (0) नहीं
 (2) हां
7. आपको कभी भी उंची मात्रा में ब्लड सुगर आया है ? (उदा. बीमारी के दौरान, शारीरिक जांच में या गर्भ हो तब)
 (0) नहीं
 (5) हां
8. आप के परिवार के किसी सदस्य और अन्य संबंधी लोगों को डायबिटीज हुआ है ? (टाईप 1 और 2)
 (0) नहीं
 (3) हां. दादा, दादी, काका,काकी अथवा काका के पुत्र, पुत्री (परंतु अपने माता-पिता, भाई-बहन या बालक को न हो)
 (5) हां. माता-पिता, भाई-बहन अथवा अपने बालक

रिस्क का स्कोर

दस वर्ष के दौरान प्रकार-2 डायबिटीज होने की संभावनाएं

7 से कम	कम : 100 में से एक को होने की संभावना
7-11	कुछ अधिक : 25 में से एक को होने की संभावना
12-14	सामान्य : 6 में से एक को होने की संभावना
15-20	अधिक : 3 में से एक को होने की संभावना
20 से अधिक	बहुत अधिक : 2 में से एक को होने की संभावना

युनिवर्सिटी ऑफ हेलसिनकी, डिपार्टमेंट ऑफ पब्लिक हेल्थ के प्रोफेसर जाक्को तुमिला और एम. एफ. एस. नेशनल पब्लिक हेल्थ इंस्टीट्यूट के डॉ. जाना लिन्स्ट्रोप द्वारा यह जांच फॉर्म बनाया गया है ।

वजन का चार्ट

Height	Weight (in kgs.)
5'-2"	59-63
5'-3"	60-64
5'-4"	61-65
5'-5"	62-67
5'-6"	63-68
5'-7"	64-69
5'-8"	65-71
5'-9"	67-72
5'-10"	68-73
5'-11"	69-75
6'-0"	71-77
6'-1"	72-78
6'-2"	74-80
6'-3"	75-82
6'-4"	77-84

कैलरी चार्ट

1. ऑफिस में आराम से बैठे रहनेवाले पुरुष
2400
2. मध्यम श्रेणी का काम करनेवाले पुरुष
2500
3. बहुत अधिक मेहनत करनेवाले पुरुष
3900

वजन को नियंत्रित रखने के लिए इतना करें

- ◆ आपके भोजन में हरी सब्जी तथा फल का उपयोग बढ़ाएं ।
- ◆ चर्बी वाला भोजन कम मात्रा में लें ।
- ◆ नियमित व्यायाम करें ।
- ◆ आपके भोजन में दलहन तथा दाल की मात्रा बढ़ाएं ।

वजन

दिनांक	वजन	सलाह

कैंसर से बचने के लिए इतना करें



ब्यसन से दूर रहें



रेशे वाला भोजन लें



अधिक धूप से बचें



प्रदूषण से बचें



डॉक्टर की सलाह पर
अमल करें

कैंसर होने से रोका जा सकता है ? कैसे ?



स्वच्छ आहार



नियमित जीवन और स्वास्थ्य जांच



शराब, तम्बाकू से मुक्त जीवन



सात्विक भोजन

मुंह के कैंसर के खतरे के लक्षण

हमारे प्रदेश में मुंह, जीभ, तलवा और गलोफा के कैंसर का प्रमाण बहुत अधिक है । पिछले कुछ वर्षों से तम्बाकू और विभिन्न प्रकार के पान-मसाले की बुरी आदत बहुत व्यापक बनी है, जिससे इस कैंसर का प्रमाण और भी बहुत बढ़ने की संभावना है ।

मुंह के कैंसर के शीघ्र निदान के लिए निम्न चिह्न मुंह में है या नहीं उसकी स्वयं जांच जरूरी है । यदि आप तम्बाकू का उपयोग करते हैं तो आप अपने स्वास्थ्य पर अधिक ध्यान दें ।

- ◆ सफेद दाग
- ◆ लाल दाग
- ◆ खुरदरा भाग
- ◆ चांदी/छाला
- ◆ सूजा हुआ भाग
- ◆ दाने जैसा भाग

मुंह के कैंसर की स्वयं जांच

मुंह में निम्न दर्शाए चिह्न अधिकांश मुंह के कैंसर का जल्दी निदान संभव बनाते हैं ।



स्वयं जांच : पर्याप्त रोशनी में दर्पण के सामने खड़े रह कर निरीक्षण और उंगली के स्पर्श से सफेद दाग, लाल दाग, खुरदरा भाग, चांदी, सूजा भाग, दाने जैसा भाग जैसे कोई चिह्न दिखते हैं या नहीं उसकी स्वयं जांच करें ।

यह जांच माह में एक बार अवश्य करें । आशंका लगे तो तुरंत ही डॉक्टर की सलाह लें ।

मुंह के कैंसर से बचने के लिए क्या करेंगे ।



तम्बाकू-शराब का
व्यसन न करें ।



पौष्टिक आहार लें ।



मुंह की स्वच्छता
रखें ।



नियमित मुंह की
स्वयं जांच करें और
कराएं ।

आप के लिए उपयोगी टेलीफोन नंबरों की सूची

डॉक्टर	नाम	टेलीफोन नंबर
फैमिली डॉक्टर		
कार्डियोलॉजिस्ट		
सर्जन		

एम्बुलेंस : 108



“मेरा घर तम्बाकु मुक्त”



કેટલું

ડરે તે મરે
જાણે તે જાણે

महत्त्वपूर्ण सूचनाएं

- ◆ लगातार पांच वर्ष स्वास्थ्य जांच करवाने वाले को गुजरात कैंसर सोसायटी जरूरत पडने पर राहत दर पर उपचार देगी ।
- ◆ पांच वर्ष तक लगातार स्वास्थ्य जांच करानेवाली महिला को कैंसर अस्पताल में जरूरत पडने पर पासपोर्ट पेश करने से उपचार में विशेष राहत दी जाएगी ।
- ◆ पासपोर्ट धारक और रक्तदान करनेवाले व्यक्ति को जब भी जरूरत पडे तब कैंसर अस्पताल में राहत दी जाएगी ।
- ◆ बीपीएल कार्डधारकों को मुफ्त उपचार दिया जाएगा ।
- ◆ अनुसूचित जाति और अनुसूचित जनजाति को राहत दर पर सरकारी आदेशानुसार उपचार दिया जाएगा ।

सूचना : दूसरी बार आएँ तब स्वास्थ्य पासपोर्ट तथा सलाह के अनुसार जांच करा कर रिपोर्ट साथ लेकर आएँ ।

रु. 2005/- भर कर (आजीवन प्रीमियम) कैंसर बीमा का लाभ लें ।

कैंसर के चेतावनी सूचक चिह्न

1. लम्बे समय से न भरने वाली चांदी ।
2. लम्बे समय से बैठी आवाज/खांसी ।
3. शरीर के किसी भी भाग में गांठ ।
4. शौच-लघुशंका की आदत में अचानक फेरबदल ।
5. शरीर के किसी भी भाग से असामान्य रूप से रक्त स्राव ।
6. मसा या तिल के कद में असामान्य फेरबदल ।
7. भोजन-पानी निगलने में होने वाली तकलीफ ।

उपर दर्शाए विवरणों से सम्बंधित चित्र
बराबर के पृष्ठ पर दर्शाए गए हैं।

ऐसी तकलीफ यानी कैंसर है ऐसा मान लेने की जरूरत नहीं है, परंतु
जांच करवा कर आश्वस्त होना जरूरी है ।

कैंसर चेतावनी सूचक चिह्न



1



2



3



4



5



6



7

कैंसर रोग को लेकर अधिक जानकारी के लिए वासणा में स्थित स्थायी कैंसर प्रदर्शनी को देखें । शैक्षणिक संस्था के साथ मुलाकात आयोजित की जा सकती है ।

पासपोर्ट के संदर्भ में अधिक जानकारी व खरीदने के लिए संपर्क :

- वासणा : कम्युनिटी ऑकोलोजी सेंटर,
प्रवीणनगर बस अड्डे के पास,
वासणा-सरखेज रोड, वासणा,
अहमदाबाद-380007
फोन : 26608448, 26604023
- गुजरात केन्सर सोसायटी : 22688017, 22681433
- एम. पी. शाह कैंसर अस्पताल : सिविल अस्पताल परिसर, अहमदाबाद
फोन : 22688000, 22688081

धी गुजरात केन्सर सोसायटी और धी न्यु इन्डिया एश्योरन्स कंपनी लीमीटेड

संयुक्तता से पेश करते हैं

तंदुरस्त व्यक्ति के लिए एक अनुठी स्वास्थ्य बीमा योजना

केन्सर मेडीकल एक्सपेन्सीज़ योजना की विशेषताएं

- 70 साल की वयसीमा तक की किसी भी स्वस्थ व्यक्ति इस योजना में जूड सकती हैं ।
- पोलीसी की रकम रु. 50,000/- से रु. 75,000/- ।
- दंपति के लिए जीवनपर्यन्त अभियान रु. 2,005 सिर्फ एक बार ।
- छोटी-मोटी संस्थाएं एवं औद्योगिक गृहों के कर्मचारीओं के लिए विशेषकर फायदेमंद योजना ।
- चेक 'धी गुजरात केन्सर सोसायटी' के नाम से भेजना होगा ।

केन्सर मेडिकल एक्सपेन्सीज़ पोलीसी के बारे में विशेष जानकारी के लिए यहाँ संपर्क करें :

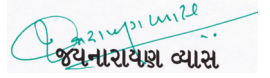
धी गुजरात केन्सर सोसायटी

कम्युनिटी ओन्कोलोजी सेन्टर
प्रविणनगर बस स्टेन्ड के पास,
वासणा, अहमदाबाद-7
फोन : 26608448, 26604023

रु नं. 68, एम. पी. शाह केन्सर होस्पिटल
असारवा, अहमदाबाद-16
फोन : 22688000, 22688080



‘स्वास्थ्य विभाग और उससे सम्बद्ध संस्थाएं स्वास्थ्य क्षेत्र में अपना विशिष्ट योगदान कर गुजरात को पूर्णतः स्वास्थ्य में स्वस्थ बनाने की सफलता हासिल करेंगे, तब गुजरात में सही अर्थ में सोने के सूरज के साथ-साथ स्वास्थ्य का सूरज उगेगा ।’


ज्योतिरामेश व्यास

(मंत्रीश्री - स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग,
गुजरात राज्य, गांधीनगर)

જય જય ગરવી ગુજરાત

मूल्य रु. : 10/-