# આસિસ્ટન્ટ સર્જનની ફીનો ખર્ચ ચૂકવવા પણ વીમા કંપની જવાબદાર છે

વીમેદારને વીમો લેવા માટે પ્રેરવા માટે વીમા કંપની તરફે વિધવિધ પ્રકારની પ્રલોભક રજૂઆતો થતી હોય છે પરંતુ એ જ વીમેદાર જયારે એ જ વીમા કંપની સમક્ષ એ જ ઈન્શ્યોરન્સ પોલીસી અન્વયેનો કલેમ કરવા આવે ત્યારે વીમાકંપનીઓ તરફે ભાતભાતનાં બહાનાં કાઢીને ક્લેમ નકારવામાં આવતાં હોય છે. કેટલીક વાર એક યા બીજા ઓઠા હેઠળ ઈન્શ્યોરન્સ ક્લેમમાંથી રકમો ખોટી રીતે કાપી લેવાતી હોય છે. હાલમાં કેટલાક કિસ્સાઓમાં એવું પણ જોવા મળ્યું છે કે દર્દીનું ઓપરેશન કરનાર સર્જને, પોતાની સાથે આસિસ્ટન્ટ સર્જનને રાખ્યા હોય તો આસિસ્ટન્ટ સર્જનના ચાર્જીસ વીમેદારને ચૂકવવાનો વીમા કંપની ઈન્કાર કરી દેતી હોય છે.

કિરણભાઈ દેસાઈ વિ. ધ ન્યૂ ઈન્ડિયા એસ્યોરન્સ કંપનીના કેસમાં પણ આવું જ બન્યું હતું. ફરિયાદીએ પોતાનો (ફરિયાદી નં.(1)) તથા તેમનાં પત્ની (ફરિયાદી નં.(2)) નો તથા પોતાનાં માતા-પિતાનો Mediclaim Policy તરીકે ઓળખાતો રૂ. ૩,૦૦,૦૦૦/-નો વીમો સામાવાળા નં. (1) વીમાકંપની પાસેથી લીધેલો. મજકૂર વીમો સૌ પ્રથમ સન 1999ની સાલમાં સામાવાળાએ માંગ્યા મુજબનું પ્રીમિયમ ચૂકવીને લેવામાં આવેલો. જે ત્યાર બાદ, વર્ષોવર્ષ નિયમિત રીતે પ્રીમિયમ ચૂકવીને રીન્યુ કરવામાં આવેલ. મજકૂર વીમો અમલમાં હતો તે દરમ્યાન ઓક્ટોબર-2018ના અરસામાં ફરિયાદી નં.(2)ને દુખાવો જણાતાં તેમ જ ચાલવામાં તકલીફ જણાતાં તા. 10/08/2018ના રોજ ફરિયાદી નં.(2)ને શહેર સુરત મુકામે આવેલ આશુતોષ હોસ્પિટલ લઈ જવામાં આવેલ અને ત્યાં ડૉ. સુમિત કાપડિયાની સલાહ અનુસાર ફરિયાદી નં.(2)ને ઈન્ડોર પેશન્ટ તરીકે દાખલ કરવામાં આવેલ. ત્યાર બાદ મજકૂર હોસ્પિટલમાં ડૉ. સુમિત કાપડિયાએ ફરિયાદી નં.(૨)ના જરૂરી ટેસ્ટ, X-Ray કરાવડાવેલા. જેમાં ફરિયાદીનં.(2) ને B/I Vericose Vein હોવાનું નિદાન થયેલું. જેથી તબીબ ડૉક્ટરે સર્જરી કરવાની સલાહ આપેલી. જેથી તબીબી સલાહ અનુસાર એ જ દિવસે એટલે કે તા. 10/08/2018ના રોજ ડૉ. સુમિત કાપડિયા દ્વારા ઓપરેશન કરવામાં આવેલ અને ફરિયાદી નં.(2)ને જરૂરી ટ્રીટમેન્ટ પણ મજકૂર હોસ્પિટલમાં આપવામાં આવેલી અને ત્યાર બાદ ફરિયાદી નં.(2)ને તા. 11/08/2018 ના રોજ મજકૂર હોસ્પિટલમાંથી રજા આપવામાં આવેલી.

મજકૂર હોસ્પિટલાઈઝેશન, ઓપરેશન, X-Ray,મેડિકલ ટ્રીટમેન્ટ, જુદાં-જુદાં ટેસ્ટસ, દવાઓ, ઈન્જેકશનો વગેરે માટે થઈને ફરિયાદી નં.(2)ને કુલ ખર્ચ રૂ. 1,27,271/- થયેલો. જે અંગે હમો ફરિયાદીઓએ સામાવાળા વીમાકંપનીનું નિયત કલેમ ફોર્મ ભરીને સામાવાળા નં. (1) વીમાકંપની સમક્ષ કલેમ કરેલો. મજકૂર ક્લેમની સાથે ફરિયાદીએ સામાવાળાના માંગ્યા મુજબના તમામ જરૂરી પેપર્સ, પ્રિસ્ક્રિપ્શન્સ, બિલ્સ, રીપોર્ટસ, મેડિકલ ફાઈલ, બિલ, રસીદ વગેરે અસલ સામાવાળા સમક્ષ રજૂ કરેલા. સામાવાળા હમો ફરિયાદી નં.(2) નો ઉપરોક્ત સાચો અને વાજબી કલેમ રૂ. 1,27,271/-મંજૂર કરવા જવાબદાર અને બંધાયેલા હતા અને છે. આમ છતાં સામાવાળાઓએ હમો ફરિયાદી નં.(2)ના કલેમના રૂ. 1,27,271/- માંથી ખોટી અને ગેરવ્યાજબી રીતે રૂ. 54,919/- જેવી મોટી રકમ કપાત કરી રૂ. 72,352/- સીધા ફરિયાદીના બેંક અકાઉન્ટમાં તા.31/08/2018 ના રોજ જમા કરાવેલ. જેની જાણ હમો ફરિયાદીને પાછળથી થયેલ. વીમા કંપનીએ કાપેલી રકમમાં મુખ્યત્વે ઓપરેશન દરમ્યાન ઉપસ્થિત આસિસ્ટન્ટ સર્જનની ફીના રૂ.14040/- હતા તેમ જ અનીસ્થેટિસ્ટના રૂ. 8353/- હતા. સામાવાળાના ઉપરોક્ત અભિગમથી ફરિયાદીઓને અત્યંત આશ્ચર્ય અને આઘાત થયેલાં કારણ કે ફરિયાદીઓને ફરિયાદવાળો વીમો સૌ પ્રથમ આપતી વખતે આવી રીતે આસિસ્ટન્ટ સર્જનના ચાર્જીસ વગેરે પ્રકારના ચાર્જીસ કલેમમાંથી કપાત (Deduct) થતાં હોવાની યા જેતે ડીસીઝના કલેમ બાબતે કોઈ (Limit) હોવાની કોઈ શરત સામાવાળાઓએ જણાવી/સમજાવી ન હતી. જો કલેમમાંથી આવી રકમો કપાતી (Deduct)થતી હોવાની જાણકારી / સમજ સામાવાળા દ્વારા ફરિયાદીને ફરિયાદવાળો વીમો આપતી વખતે આપવામાં આવી હોત તો તેવો વીમો લેવો કે નહીં તેનો નિર્ણય ફરિયાદી સમજી / વિચારીને કરી શક્યા હોત. પરંતુ deduction સંબંધિત મજકૂર મહત્ત્વની શરતોની હકીક્તથી ફરિયાદીને જાણકારી / સમજ આપ્યા વિના, ફરિયાદીને અંધારામાં રાખીને સામાવાળાઓએ મજકૂર વીમો ફરિયાદીને વેચેલો, જેથી ફરિયાદીએ ગ્રાહક અદાલતમાં વીમાકંપની સામે ફરિયાદ કરવાની જરૂર પડેલી. સુરત જિલ્લા ગ્રાહક તકરાર નિવારણ ફોરમ (મેન)ના તત્કાલીન પ્રમુખ ન્યાયાધીશ શ્રી એ. એમ. દવેએ એડવોકેટ શ્રેયસ દેસાઈની દલીલો સાથે મહદઅંશે સંમત થઈ ફરિયાદીની ફરિયાદ મંજૂર કરી ફરિયાદના કલેમમાંથી વીમા કંપનીએ ખોટી રીતે કાપી લીધેલ રકમ રૂ. 54,919/- વાર્ષિક 8% ના વ્યાજસહિત તેમ જ વળતર અને ખર્ચ માટે બીજા રૂ. 5,000/- ચૂકવી આપવાનો વીમા કંપનીને હુકમ કર્યો હતો.

**ગ્રાહક મંચ**

★ શ્રેયસ દેસાઇ (એડવોકેટ)

# મિલિયન ડોલર પ્રશ્ન! ડાયાબિટીસના દર્દીથી કેરી કે કેરીનો રસ ખવાય કે નહીં?

કેરી એના સ્વાદિષ્ટ સ્વાદ અને સમૃદ્ધ પોષક તત્ત્વો માટે જાણીતી છે, કેરીની સીઝન આવે એટલે ઘણાં બધાં લોકો આ વિશે એક્સપર્ટ બની જતાં હોય છે. તબીબ હોય કે ના હોય.. નિષ્ણાત હોય કે ના હોય.. કોઈ કહેશે, કેરી ના ખવાય.. કોઈ કહેશે જેટલી ખાવી હોય એટલી ખાવ પણ એ સમયે આપણે આ પાછળના કોઈ વૈજ્ઞાનિક તર્ક જાણવાની કોશિશ કરી. આટલાં વર્ષોમાં ઘણા ડાયાબિટોલોજીસ્ટ આ વિશે આપણને સમજાવી પણ ચૂક્યા હશે, હું કદાચ તમને પહેલી વાર આ અંક થકી જાગૃત કરવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યો છું. વેલ, તો જેમ આપણે જાણીએ જ છીએ કે કેરી એ વિટામિન, ખનિજો અને એન્ટીઑકિસડન્ટોથી સમૃદ્ધ ફળ છે. તેમાં ફાઈબરનું પ્રમાણ વધુ હોય છે, જે પાચનમાં મદદ કરે છે, અગણિત એવા ફાયદાઓ સાથે કેરી આવે છે અને એટલે જ એને ફળોનો રાજા કહેવાય છે. જો કે, કેરીમાં પ્રાકૃતિક શર્કરા પણ વધુ હોય છે, એ જો વધુ માત્રામાં ખાવામાં આવે તો લોહીમાં ગ્લુકોઝના સ્તરમાં ઝડપથી વધારો થઈ શકે છે પરંતુ ડાયાબિટીસ ધરાવતી વ્યક્તિઓ માટે વારંવાર પ્રશ્ન ઊભો થાય છેઃ શું ડાયાબિટીસના દર્દીઓ કેરી ખાઈ શકે છે? ટૂંકો જવાબ હા છે પરંતુ કેટલીક સામાન્ય શરતો અને ફેરફાર સાથે. ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે, મુખ્ય વસ્તુ મધ્યસ્થતા/ મોડરેશન છે. થોડું વિસ્તારમાં તર્ક સાથે સમજીએ! સંતુલિત આહારના ભાગ રૂપે કેરીનો આનંદ લઈ શકાય છે પરંતુ તમે કેટલા પ્રમાણમાં લો છો અને તમારા ભોજનમાં એકંદર કાર્બોહાઈડ્રેટનું પ્રમાણ કેટલું છે એ બાબત ધ્યાનમાં લેવી મહત્ત્વપૂર્ણ છે. કેરીનું એક સર્વિંગ સામાન્ય રીતે લગભગ 1/2 કપ હોય છે અથવા બે ચીરી! જેમાં આશરે 15 gm કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ હોય છે. ફળોમાંથી આખા દિવસમાં તમે 30 gm કાર્બોહાઈડ્રેટ લઈ શકો છો એટલે જો અન્ય કોઈ ફળ તમે નથી ખાઈ રહ્યા તો દિવસમાં બે વાર અડધી કેરી તમે લઈ શકો છો અર્થાત્ આખા દિવસની 1 મીડિયમ સાઈઝ કેરી. જો અન્ય ફળો પણ તમે લેતા હોવ તો પછી અડધી કેરી અર્થાત્ 2 ચીરી પર મર્યાદિત રહેવું. વ્યક્તિએ કેરીના ગ્લાયકેમિક ઈન્ડેક્સ (GI)ને ધ્યાનમાં લેવું પણ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. GI એ એક માપ છે કે જે જણાવે છે કે જેતે ખોરાક કેટલી ઝડપથી બ્લડ શુગર લેવલ વધારે છે. ઉચ્ચ GI ધરાવતો ખોરાક લોહીમાં શર્કરાના સ્તરમાં ઝડપી વધારાનું કારણ બની શકે છે, જ્યારે નીચા GIવાળા ખોરાક વધુ ધીરે ધીરે પચે છે, જેના કારણે લોહીમાં શર્કરાના સ્તરમાં ધીમે ધીમે વધારો થાય છે. કેરીનો ગ્લાયકેમિક ઈન્ડેક્સ 51 છે જે એકંદરે ઓછો છે એટલે પૂરતા પ્રમાણમાં કેરી જેમ જણાવ્યું એમ લો તો કંઈ તકલીફ નહીં થાય. કેરીનો GI ફળની પાકવાની વિવિધતાને આધારે બદલાઈ શકે છે. પાકેલી કેરીમાં થોડી પાકી કેરી કરતાં વધુ GI હોય છે. બ્લડ શુગર લેવલ પર અસર ઘટાડવા માટે, થોડી ઓછી પાકેલી કેરી પસંદ કરો અને તેને પ્રોટીન સાથે લો તો ખાંડના શોષણને ધીમું કરવામાં મદદ કરી શકે. પ્રોટીન જ્યારે કેરી જેવા ઉચ્ચ કાર્બોહાઈડ્રેટ ખોરાક સાથે ખાવામાં આવે ત્યારે વધતી બ્લડ શુગરને ઘટાડવામાં મદદ કરી શકે છે. પ્રોટીન તરીકે દૂધ, દહીં, બાફેલાં ઈંડાં વગેરે લઈ શકાય. કેરીમાં કુદરતી રીતે ફાઈબર હોય છે પરંતુ તેમાં ખાસ કરીને પ્રોટીનનું પ્રમાણ વધુ હોતું નથી. તેથી, જો તમે એકલી કેરીની જગ્યાએ સાથે સાથે પ્રોટીન સ્ત્રોત ઉમેરો તો શુગર નિયંત્રણ કરવામાં મદદરૂપ થઈ શકે.

> **ડાયાબિટીસના દર્દીઓ સંતુલિત આહારના ભાગરૂપે કેરીનો આનંદ માણી શકે છે પરંતુ તે મુજબ ફેરફાર કરવો અને તમારા ભોજનની એકંદર કાર્બોહાઇડ્રેટ માત્રાને ધ્યાનમાં લેવી મહત્ત્વપૂર્ણ છે**

ડાયાબિટીસના દર્દીઓ માટે અન્ય મોટો પ્રશ્ન એ છે કે કેરી ક્યારે ખાવી? તમારા ભોજનના બેલેન્સ ડાયટના ભાગ રૂપે કેરી ખાવાથી બ્લડ શુગર લેવલ પર થતી અસરને ઓછી કરવામાં મદદ મળી શકે છે પરંતુ આદર્શ રીતે સવારના નાસ્તા અને બપોરના જમવાની વચ્ચે કે પછી બપોરના જમવા અને સાંજના જમવાની વચ્ચે કેરી લેવી વધુ યોગ્ય છે. ક્યારે પણ એક મીઠાઈ તરીકે કે પછી ડેઝર્ટ તરીકે જમ્યા બાદ કેરી ખાવી સલાહભર્યું નથી. તમારું શરીર કેવો પ્રતિભાવ આપે છે તે જોવા માટે કેરી ખાધા પછી તમારા બ્લડ શુગરના લેવલને મોનિટર કરવું વધુ ઉચિત છે. જે દર્દીઓ ઈન્સ્યુલિન લેતા હોય કે જેઓનો ડાયાબિટીસ સતત અનિયંત્રિત રહેતો હોય તેઓએ તેમના નિષ્ણાત તબીબની સલાહ લેવી. હવે વાત આવે છે કેરીના રસની! તો કેરીનો રસ ડાયાબિટીસના દર્દીએ બિલકુલ ના ખાવો જોઈએ. આગળ જણાવ્યા મુજબ કેરી ખાઈ શકાય પણ જો રસ ખાવામાં આવે તો તમારી શુગર ઊંચા પ્રમાણમાં વધવાની શક્યતા રહેલી છે. એ એટલે કેમ કે કેરીના રસમાં ફાઈબર લગભગ હોતા નથી, રસ ગળાઈ ગયો હોય છે, ઉપરાંત એક વાટકી રસ એ એક કેરી નથી પરંતુ 2-3 કેરીઓ છે. નિષ્કર્ષમાં, કેરીમાં મોટાભાગની કેલરી એમાં રહેલી શુગરમાંથી આવે છે, જેનો અર્થ છે કે આ ફળ બ્લડ શુગરનું સ્તર વધારી શકે છે પરંતુ તેમાં ફાઈબર, એન્ટીઑકિસડન્ટો છે અને ગ્લાયકેમિક ઈન્ડેક્સ ઓછો છે, તેથી તેનો અર્થ એ કે કેરી અચાનક બ્લડ શુગરમાં વધારો કરી શકશે નહીં પરંતુ સમય જતાં વધારો થશે જ્યારે યોગ્ય મર્યાદિત માત્રાનું ધ્યાન ના રાખ્યું હોય. ડાયાબિટીસના દર્દીઓ સંતુલિત આહારના ભાગરૂપે કેરીનો આનંદ માણી શકે છે પરંતુ તે મુજબ ફેરફાર કરવો અને તમારા ભોજનની એકંદર કાર્બોહાઈડ્રેટ માત્રાને ધ્યાનમાં લેવી મહત્ત્વપૂર્ણ છે. થોડી ઓછી પાકેલી કેરી પસંદ કરવી, ભાગના કદ પર ધ્યાન રાખવું અને પ્રોટીન, ફાઈબર સાથે કેરીની જોડી રાખવાથી બ્લડ શુગર લેવલ પરની અસર ઘટાડવામાં મદદ મળી શકે છે અને બેશક, વ્યક્તિગત આહાર સલાહ માટે તમારા સારવાર કરતા નિષ્ણાત તબીબની સલાહ લેવી સૌથી વધુ હિતાવહ!

**હેલ્થ ટાઈમ**

★ ડો. મંથન શેઠ

**-:: ઈત્તેફાક્ ::-**

'નથી ફાવતું'ની કશી રટ વગર,
હું જીવ્યા કરું કોઈ ખટપટ વગર.
કશે હદ જરૂરી છે વ્યવહારમાં,
નદીનીય કિંમત નથી તટ વગર.
- સુનીલ શાહ