

Eczema (ખરજવું) અને Homeopathy હોમીયોપેથી

હમણાં મારે અહીંયા (કેનેડા) ઘણા દર્દી જોવાના થયા જેઓ જુદા જુદા પ્રકારના ચામડીના રોગથી પીડાતા હતા. દા.ત. ખસા/ખરજવું/ સાો રીયાસીસ (Psoriasis), લાઈકન પ્લેનસ (Lichen Planus), કોઢ (Vitiligo), ખીલ (Acne / Pimples), મસા (Warts) વગેરે. વિચાર કરતા મને થયું ચાલો આ વખતે ચામડીની સૌથી સામાન્ય વ્યાધી ખરજવું અથવા જેને medical science Eczema કહે એના વિશે જાણીએ. Eczemaમાં ચામડીમાં સોજો આવે છે અને



Irritation થાય છે. Eczema પણ વિવિધ પ્રકારના હોય છે જેમાંથી સૌથી કોમન છે એટોપીક ડર્મેટાઈટીસ (Atopic Dermatitis or Atopic Eczema) નોર્થ અમેરીકામાં આશરે ૨૦% જેટલા બાળકોમાં તથા ૩% જેટલા મોટા લોકોમાં જોવા મળે છે.

લક્ષણો : ચામડી કશે પણ ખરાબ થઈ હોય પણ એનું મુળ ભુત લક્ષણ હોય છે 'ખંજવાળ'. ચામડીનો રંગ કાળશ પડતો અથવા લાલાશ પડતો થઈ જાય અને ખંજવાળ આવે. ઘણીવાર જ્યારે રોગની શરૂઆત હોય તો ચામડી ઉપર કોઈ ફેરફાર નહીં દેખાય છતાં ખંજવાળ આવે. ખરજવું સામાન્ય રીતે, મોઢા ઉપર, ઘુંટણની પાછળ, પગના હાડકાવાળા ભાગ ઉપર (નાળાવાળા), જાઘના ભાગમાં, હથેળીમાં વગેરે જગ્યાઓમાં જોવા મળે છે. ચામડી સુકી લાગે, જાડી થઈ જાય, એમાંથી ફોતરી નીકળે. બાળકોમાં ચામડી લાલાશ રંગની થાય અને એમાંથી પાણી જેવો ચીકણો પદાર્થ નીકળે તથા એના પોપડા થઈ જાય અને આ બધું ખાસ કરી મોઢાં ઉપર અને માથા ઉપર થાય છે.

કારણો : Eczemaનું ચોક્કસ કારણ તબીબી વિજ્ઞાન પાસે નથી પણ એવું મનાય

છે કે શરીરની રોગ પ્રતિકારક શક્તિ જ્યારે જરૂર કરતા વધારે રીએક્ટ કરે ત્યારે Eczemaના લક્ષણો જોવા મળે છે. Eczema વારસાગત રીતે જોવા મળે છે જ્યાં ચામડીના રોગો હોય અથવા એલર્જી (Allergy)ની તકલીફ અથવા દમ

(Asthma)નો રોગ હોય. કોઈક લોકોને અમુક જાડા, ઉંનના અથવા ખરબચડા કપડાને કારણે, સાબુને કારણે, જાનવર (કુતરા, બીલાડીના) વાળને કારણે આર્ટીફિશિયલ જવેલરી વાપરવાને કારણે થોડા સમય માટે ચામડી ઉપર લક્ષણો જોવા મળે છે. શરદી, ખાંસી વગેરેની સાથે પણ Eczemaના લક્ષણો શરૂ થઈ જાય છે. માનસીક તાણ (Stress)ને પણ એક મહત્વનું કારણ ગણવામાં આવ્યું છે.

Diagnosis : Eczemaને પારખવા કોઈ લેબોરેટરી ટેસ્ટ નથી હોતી પણ રોગના લક્ષણો અને ચામડી ના દેખાવ પરથી નક્કી કરવામાં આવે છે. **Allergy Test** કરવાથી કારણોની જાણ થઈ શકે છે. **સારવાર :** એ લો પો થી (Allopathy)માં Eczema માટે કોઈ દવા નથી. તેઓ માને છે કે આને મટાડવા માટે કોઈ દવા નથી. દવા એના લક્ષણોને કાબુમાં રાખવા માટે અથવા લક્ષણોને દબાવવા માટે હોય છે અને દર્દી જ્યાં સુધી આ દવા લે ત્યાં સુધી એને આરામ મળે છે. દવા બંધ કરવાની સાથે થોડા સમય પછી પાછા આ લક્ષણો દેખાવા માંડે છે. Eczema ની દવામાં મુખ્યત્વે વપરાય છે હાઈડ્રો કોર્ટીસોન (Hydro

cortisone or Steroid Cream) ના મલમ જે કોઈક વાર એન્ટીબાયોટીક (Antibiotic) જોડે મીશ્રણમાં અપાય છે. આ સાથે એન્ટી હીસ્ટામીન (Antihistamine) અપાય, તથા ચામડીને ભીની રાખવા વિવિધ પ્રકારના ક્રીમ. હોમીયો પો થી (Homeopathy)માં Eczema માટે ઘણી બધી દવાઓ છે તથા આ રોગ હોમીયોપેથીક દવાથી મટી શકે છે. આપણે કારણોમાં જોયું કે શરીરની રોગ પ્રતિકારક શક્તિ આમા મહત્વનો ભાગ ભજવે છે તથા

આ રોગ વારસાગત જોવા મળે છે, અને તેથી ફક્ત ચામડીની ઉપર જ મલમ લગાડીને આ રોગ નહીં મટાડી શકાય. હોમીયોપેથીક તબીબ સામાન્ય રીતે આવા દર્દીની ઘણી ઝીણવટથી તપાસ કરશે, એના શારીરિક, માનસીક, વારસાગત બીમારીઓ, ભુતકાળની બીમારીઓનું વિશ્લેશણ કરશે અને પછી દર્દીની પ્રકૃતિને અનુલક્ષીને દવા આપશે. આ પ્રકારની દવા લેવાથી સૌથી મહત્વનું એકે ચામડીનો રોગ દબાઈ નહીં જાય. આ મુદ્દે એટલે મહત્વનો છે કારણકે આમારા અનુભવમાં કેટલાય પ્રકારની બીમારીવાળા દર્દીઓ દવા કરાવવા આવ્યા હોય અને તેઓની બીમારીનું મુખ્ય કારણ હોય છે ચામડીની બીમારીને દબાવવાનું. દમ (Asthma) એલર્જી (Allergy), સંધીવા (Arthrities) વગેરે ઘણી બધી બીમારીનું મુળ કારણ ચામડીના રોગને દબાવવાથી થાય છે. આના અગણીત દાખલાઓ આપી શકાય છે. એટલે કોઈ પણ સમયે ચામડીની કોઈ પણ બીમારીને મલમ/ક્રીમ લગાવી દબાવી નહીં દેવી. નહીંતર લાંબેગાળે બીજી બધી બીમારીઓ શરૂ થાય. આ રોગને મટાડવા માટે ધીરજની ખુબ જરૂર છે અને સમય પણ ઘણો જોઈએ. પણ યાદ રહે કે આ રોગ મટી શકે છે.

ઘરગથ્થુ ઉપાયો : ચામડીની ઉપર કોપરેલ અથવા પેટ્રોલિયમ જેલી લગાવો, માનસીક તાણથી દુર રહો, ઉન (Wool) વગેરે ખરબચડા કપડાનો ઉપયોગ ટાળો, સાબુનો ઉપયોગ જરૂર પુરતો કરો, આપણા શરીરને ઘોવા રોજ સુબની જરૂર નથી હોતી, ખાવાપીવામાં કાળજી રાખો, ચામડી ને સુકી નહીં રાખવી, દીવસનું આશરે બેથી ત્રણ લીટર પાણી પીવાનું રાખવું, ચામડી ને ખંજવાળવાનું ટાળવું, એના બદલામાં ચામડી ઉપર હાથ ફેરવવો, ખાવાનું પૌષ્ટિક લેવું, જે ખાવા પીવાથી એલર્જી થતી હોય એવો ખોરાક લેવો નહીં. ધીરજ રાખવી આ રોગ મટી શકે એમ છે.



Homoeopathic Practitioners
Akshay Banker
M.D.[Homeopathy]
Faculty - Ontario College of Homeopathic Medicine
Ex Principal, Professor [India]
Nina Banker MD (Homeopathy)
Ex Professor [Surat, India]
Mobile #: 647 868 4340
Mobile #: 647 773 3074
Email :
homeopathakshay@gmail.com
Mississauga Clinic: 93, Dundas St. E. Suite # 107, Mississauga, ON. L5A 1W7. [Huronario + Dundas] [Monday, Thursday, Friday - 10 to 5]
Brampton Clinic: 134 Queen St. E., Brampton, ON. L6V 1B2. [Queen and Centre Street] [Tuesday, Saturday 10 to 5]
Scarborough Clinic: 2761, Markham road, Aum Beauty Clinic, ON. M1X 1M4 [Markham road + Nashdene] [Wednesday 4 pm to 7 pm]

ક્ષમાપના એટલે અભિમાનનો નાશ, અહંકારનો છેદ અને રાગ દ્રેષની બાદબાકી છે!

પર્યુષણ પર્વનો છેલ્લો દિવસ એટલે સંવત્સરી. આ ક્ષમાપનાનો દિવસ છે. આ પ્રસંગે આપણે પરસ્પર ક્ષમાનો ભાવ પ્રગટ કરીએ છીએ અને મિચ્છામિદુક્કડ્મ કહીએ છીએ પણ આપણે કોની માફી માગીએ છીએ. આપણે આપણા શત્રુઓની, વિરોધીઓની આપણું આડુંઅવળું, બોલનારાઓની કે આપણી ટીકા-ગિંદા કરનારાઓની કે આપણી સાથે અંટશ રાખનારાઓની માફી માગીએ છીએ કે? તેમની પાસે જઈને ક્ષમાનો ભાવ પ્રગટ કરીએ છીએ કે? થોડું આત્મનિરીક્ષણ કરજો સાચી વાત માલૂમ પડશે.

કોઈની પણ સાથે જ્યારે મનદુઃખ થાય, વિરોધ સર્જાય અને દુર્ભાવિ ઊભો થાય ત્યારે આપણું મન તેના વિશેના નકારાત્મક વિચારો કરતું થઈ જાય છે, જે માણસ પહેલા સારો લાગતો હતો તે નઠારો બની જાય છે.

આપણી દૃષ્ટિ બદલાઈ જાય છે આપણે તેના અંગે જાતજાતની અને ભાતભાતથી વાતો કરતા થઈ જઈએ છીએ. માણસ તો એનો એ જ છે પણ આપણો તેના અંગેનો માપદંડ બદલાઈ જાય છે. કોઈની પણ સાથે મનભેદ થાય ત્યારે તે આપણા અજ્ઞાત મનમાં અને હૃદયમાં બોજ બની જાય છે. જ્યારે જ્યારે એ વ્યક્તિ કે તેનું નામ આપણી સામે આવે છે ત્યારે અંદર એક સૂક્ષ્મહિંસા ઊભી થાય છે અને તે હિંસા આપણને એક યા બીજી રીતે

કોતરતી રહે છે.

આપણે ક્ષમા માગીએ કે આપણે બંનેમાં આપણું હિત છે. માફી વ્યક્ત કરીને, ક્ષમાપના કરીને દિલ ચોખ્ખું કરી નાખીએ તો મન પરનો એક મોટો બોજ હટી જશે. મન હળવું થઈ જશે અને તેનો આનંદ અનોખો હશે. આ આપણા અહંકારની કસોટી છે. કોઈ માફી માગે તો આપણાનું સહેલું છે એમાં આપણો હાથ ઊંચો રહે છે પણ તે વખતે આપણે પણ સામો એવો ભાવ વ્યક્ત ન કરીએ અને તેને ઉમળકાભેર આવકારીએ નહીં અને અક્કડ બનીને ઊભા રહીએ તો સામો માણસ આ દોષમાંથી બચી જાય છે. પણ આપણે દોષિત બની જઈએ છીએ. ક્ષમાપના એટલે અભિમાનનો નાશ, અહંકારનો છેદ અને રાગ દ્રેષની બાદબાકી છે.

ક્ષમાપના અંગે આટલું જાણ્યા પછી પ્રાયશ્ચિત્ત ખરેખર શું છે તે જાણવું જોઈએ. અંતરતપનું આ પ્રથમ ચરણ છે. પ્રાયશ્ચિત્તને તપ ગણવામાં આવ્યું છે. પશ્ચાત્તાપ અને પ્રાયશ્ચિત્તમાં ઘણો ફરક છે. પશ્ચાત્તાપનો સંબંધ બીજાની સાથેનો છે જ્યારે પ્રાયશ્ચિત્તનો સંબંધ પોતાની સાથેનો છે. પશ્ચાત્તાપનો સંબંધ કૃત્ય કરણી સાથે છે જ્યારે પ્રાયશ્ચિત્તનો સંબંધ અંતરપરિવર્તન સાથેનો છે. પશ્ચાત્તાપ બહારનો છે. પ્રાયશ્ચિત્ત ભીતરનું છે.