એલર્જી (Allergy) અને હોમીયોપેથી

એલર્જી શબ્દ કોણે નહીં સાંભળ્યો હોય ? આજના જમાનામાં દર્દી જ્યારે કોઈ તકલીફ લઈને તબીબ પાસે જાય એટલે જો એ તબીબને સમજ નહીં પડે કે શું કામ તકલીફ થાય છે તો કહી દેશે કે તમને કોઈ પ્રકારની એલર્જી છે, આજે આપણે એલર્જી વિશે થોડી સમજણ લઈએ.

એલર્જી એટલે કોઈ વસ્તુ પ્રતિ આપણી રોગ પ્રતિકારક શક્તિનું abnormal reaction. આપણું શરીર જ્યારે પણ કોઈ વસ્તુ કે પદાર્થના સંપર્કમાં આવે ચામડી દ્વારા, શ્વાસોશ્વાસ દ્વારા ખોરાકમાં વગેરે ત્યારે આપણી રોગપ્રતિકારક શક્તિ એ નક્કી કરતી હોય છે કે આ વસ્તુ અથવા પદાર્થ શરીર માટે હાનિકારક છે કે મદદરૂપ છે. જો મદદરૂપ લાગે તો એને સ્વીકારે છે અને જો હાનિકારક લાગે તો એનો વિરોધ કરે છે. એટલે આપણને ઘણીવાર આંખમાં ખંજવાળ, ચામડી પર ખંજવાળ અથવા ઢીમા થવા, છીંક, શરદી, શરીર ફુલી જવું વગેરે જોવા મળે છે જે ઓચિંતુ વગર કોઈ કારણ થાય છે. જ્યારે આપણી રોગ પ્રતિકારક શક્તિ કોઈ વસ્તુ/પદાર્થના સંપર્કમાં આવવાથી એનો વિરોધ કરે છે અને અમુક પ્રકારના લક્ષણો શરીરમાં ઊભા કરે છે એ પરિસ્થિતિને એલર્જી કહે છે. આપણે નીચે મુજબના વસ્તુ/પદાર્થને એલર્જીક હોઈ શકીએ છીએ. ખોરાકમાં ઘઉં (ગ્લુટન), દૂધ અને દૂધની બનાવટો, ઈંડા, નટ(Nut), સીંગદાણા (Peanut), શાકભાજી (ટામેટા, બટાકા, વેંગણ વગેરે), કઠોળ, દારૂ, દરીયાઈ ખોરાક (માછલી, ઝીંગા વગેરે), artificial colours (orange, red, yellow) etc.

વાતાવરણ : ધૂળ, ધુમાડો, વાતાવરણમાં ફેરફાર, ઝાડપાનની રજકણો (pollen), જાનવરના વાળ (fur), house mites, house dust, cigarette, ઘરમાં વપરાતા કેમીકલ (solvent, cleaners), વગેરે.

બીજા પદાર્થો :- પ્લાસ્ટિક (plastic), ધાતુ (તાંબુ, સીસુ વગેરે), દવાઓ (પેનીસીલીન-penicillin, સલ્ફા-sulpha, antibiotic, flu vaccines, etc), વગેરે

આ એલર્જી આપણાં શરીરમાં શ્વાસોશ્વાસ દ્વારા, ચામડી/ત્વચા મારફતે, મોઢા દ્વારા અને લોહી દ્વારા પ્રવેશે છે.

કારણ :- તબીબી વિજ્ઞાન એલર્જીનું ચોક્કસ કારણ નથી જાણી શક્યું. પણ એલર્જી થાય ત્યારે શરીરમાં શું ફેરફાર થાય છે વગેરે વિશે ઘણું બધું જાણે છે, પણ એનો કોઈ જવાબ નથી કે જે વ્યક્તિ કોઈ વસ્તુ-પદાર્થથી એલર્જીક નહીં હોય એ ઓચિંતા કેવી રીતે એ જ વસ્તુ-પદાર્થને એલર્જીક થઈ જાય છે.

ઘણા દર્દીઓની માહિતીઓ અને અવલોકન પછી એવું તારણ બાંધવામાં આવ્યું છે કે એવા ઘણા કારણો છે જે કદાચ કારણભુત હોય એલર્જીને શરૂ કરવામાં. દા.ત. શારીરિક/માનસિક તાણ, તકલીફોને દવાઓથી દબાવી દેવાથી, દવાઓની આડ અસરો, જાતે જાતે દવાઓ લેવી, vaccinations, ખોરાકમાં preservatives વપરાતા વગેરે. થોડું આપણે આપણા વડીલો વિશે વિચારીએ તો એ લોકોને એલર્જી હતી ? તેઓ પ્રકૃતિની નજીક રહેતા, તાજું ખાવાનું ખાતા, શારીરિક શ્રમકરતા, માનસિક તાણ નોતી, કારણ વગર દવાઓ નહીં લેતા, રોગને અથવા તકલીફને ઘરગથ્થું ઉપચાર અથવા જડીબુટ્ટીથી મટાડતા, vaccine નોતા લેતા. જ્યારે આપણે ? આ બધાથી બિલકુલ વિરુધ્ધ કરીએ છીએ.

લક્ષણો :- છીંકો આવવી, નાક ગળવું, નાકમાં ખંજવાળ, આંખો લાલ થઈ જવી, શ્વાસ લેવામાં તકલીફ (દમ/asthma), હોઠ, ગળું સુજી જવા, પેટનો દુઃખવો, ઝાડા, શીળસ, ચામડી લાલ થઈ જવી અને સુજી જવી, વગેરે.

નિદાન :- દર્દીની મેડીકલ હીસ્ટ્રીથી એલર્જી વિશે જાણી શકાય. એલર્જી ટેસ્ટ, સ્કીન ટેસ્ટ, IgE, Total serum IgE

સારવાર :- એલર્જી કરતા વસ્તુ/પદાર્થથી દૂર રહેવુ એ પ્રથમપગલું છે, પણ આ દર વખતે નથી થઈ શકતું અને આ રોગનો ઇલાજ નથી.

Allopathyમાં એલર્જી માટે :- Antihistamines, decongestants, corticosteroids અથવા immuno therapy (allergy shots) સારવાર અપાય છે. આ દવાઓની ઘણી આડ અસરો છે, દા.ત. ઘ આવવી, મોઢું સૂકાઈ જવું, દયના ધબકારા વધી જવા, ઝાંખું દેખાવું, કબજીયાત, blood pressure વધી જવું, માથાનો દુખાવો, અનિંદ્રા વગેરે. આ સારવાર રોગને મટાડતી નથી પણ એલર્જીના લક્ષણોને કાબુમાં રાખે છે. જેવી દવા બંધ કરો એટલે પાછા લક્ષણો શરૂ થવા માંડે.

Immuno therapy અથવા Allergy shotsમાં જે વસ્તુની એલર્જી હોય એ વસ્તુને ઈન્જેક્સન દ્વારા શરીરમાં નાખવામાં આવે છે ઓછા પ્રમાણથી લઈ ધીરે ધીરે વધારે પ્રમાણમાં જેથી આપણી રોગપ્રતિકારક શક્તિ એનાથી ટેવાઈ જાય અને એ વસ્તુના સંપર્કમા આવવાથી એલર્જીના લક્ષણો નહીં બતાવે. આ સારવાર અઘરી છે. કારણ કે એક તો દર અઠવાડિયે આ injection લેવા પડે વર્ષો સુધી અને ત્યાર પછી પણ ખાતરી નથી હોતી કે એલર્જી મટી જશે. બીજું, એક વ્યક્તિ ઘણી વસ્તુ-પદાર્થથી એલર્જીક હોય છે. તો દરેક વસ્તુઓના injection લેવાનું અઘરૂં છે. ત્રીજું, ઘણીવાર એ ખબર જ નથી પડતી કે વ્યક્તિ કઈ વસ્તુથી એલર્જીક છે અને ઘણીવાર લોહીની તપાસથી પણ ચોક્કસ ખબર નથી પડતી.

હોમીયોપેથી એલર્જીની સારવારમાં ઘણી અક્સીર પુરવાર થઈ છે, હોમીયોપેથીક દવાઓથી એલર્જી મટી શકે છે એ અસંખ્ય દર્દીઓમાં પુરવાર થઈ ચુક્યું છે. મહત્વની વાત એ છે કે હોમીયોપેથીક દવાઓની આડઅસર પણ નથી હોતી. હોમીયોપથી મૂળભૂત એવું માને છે કે જો આપણી રોગ પ્રતિકારક શક્તિ, આપણી શરીરની પ્રકૃતિ જો તંદુરસ્ત હોય તો શરીરમાં રોગ નથી થઈ શકતા અને હોમીયોપેથીક દવાઓ આ બે વસ્તુને તંદુરસ્ત કરે છે જેથી શરીર પોતે જ રોગને મટાડવા સક્ષમ બને છે. પણ આ શરીરની પ્રકૃતિ તથા રોગ પ્રતિકારક શક્તિને સમજવા માટે જરૂર છે - દર્દીની સંપૂર્ણ માહિતી જેમાં-એલર્જીના લક્ષણો, ભૂતકાળની માંદગીઓ અને લીધેલ સારવાર, વારસાગત માંદગીઓ, દર્દીની આદતો, શોખ, ગમા, અણગમા, માનસિક લક્ષણો, વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આ બધું જાણ્યા પછી દર્દીને હોમીયોપેથીક દવા અપાય છે જે રોગને મટાડવામાં શરીરને મદદ કરે છે.

Spring, Summer, fall વગેરે ઋતુમાં થતી શરદી ખાંસી, શ્વાસ/દમની એલર્જી જે જુદા weedsથી વાતાવરણના ફેરફારથી થાય; peanut, gluten કે બીજી કોઈ વસ્તુ ખાવાથી થતી એલર્જી અથાવ એવી એલર્જી જેના વિશે દર્દી જાણી નથી શક્યા એ બધાની સારવાર હોમીયોપથીમાં છે.

ધીરજથી, શાંતિથી, ખંતથી, અને હોમીયોપેથ કહે એટલો સમય દવા કરવી જેથી રોગ જડમૂળથી નીકળી જાય.

હોમીયોપથી બધા પ્રકારના રોગમાં મદદરૂપ થઈ શકે છે. એટલે આપ જે કોઈ પણ રોગથી પીડાતા હો, આપ એકવાર તમારા હોમીયોપેથી જોડે ચર્ચા કરો અને મને ખાતરી છે કે તમારા રોગમાં ચોક્કસ હોમીયોપેથીક દવા તમને મદદ કરશે.

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. [Hurontario + 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: 885, Progress Avenue, Office # 216, Scarborough, ON. (Markham Rd. + Progress Ave., South of 401, behind McDonald)

સ્ત્રી શક્તિને વંદન

જે પાત્ર માં રેડો પ્રવાહી, બની જશે 'સ્ત્રી' તે પ્રવાહી,
જીવન માં પણ આ ભળી જતું પાત્ર છે સ્ત્રી.
જોઇએ તેને સ્નેહ સન્માન, પીડાતી તે મીણ છે,
બધાંથી તે લડી રહેશે,તે પ્રબળ શક્તિ સ્ત્રી છે.
ભરોસા થી છેતરાઈ જશે, જાણવાં છતાં ચૂપ રહે,
મનથી જાણી લે બધુ,છતાં મૌન રહે તે સ્ત્રી છે.
હૃદય નાં સ્તર પર સંતોષ તેની મંજીલ છે,
પ્રેમ આપશો તો મળી જશે, પ્રેમાળ આ સ્ત્રી છે.
કોશિશ કરતી રહે છે સતત, બધાં ને ખુશ રાખવાની,
ભવ્ય રીતે જીવન સફળ કરતી, વીરાંગના આ સ્ત્રી છે.
પોતાની અસમર્થતા હોવાં છતાં, ગમે તે કરી છૂટે,
'ક્ષમતા' અને 'લાગણી' ની છબી એ સ્ત્રી છે.
ખુદ થી કદી હારે નહી,જીત એ નિશ્ચિત કરે,
દરેક પડકારો ને ઝીલી રહી, જીંદગી થી લડતી રહે.
મહિલા દિન નાં આ પર્વે, નમન છે 'સ્ત્રી સમૂહદાય' ને.
જીવન થી હર પળે સાથ દેતી આ સ્ત્રી છે.

- શૈલેશ એસ મહેતા