હોમીયોપેથી માર્ગદર્શન અને સારવાર : ખીલ

આપણે ભૌતીક યુગમાં જીવીએ છીએ. આ યુગમાં ભૌતિકતા તરફ બધાનું આકર્ષણ છે. એમાં સૌંદર્યતા સર્વોત્તમ છે. સુંદર દેખાવના પ્રયત્નો પહેલાં મોટે ભાગે સ્ત્રીઓનો ઈજારો હતો. પણ હવે પુરૂષો પણ આ સૌંદર્ય દોડમાં પડયા છે. હવે આપણને ઠેર ઠેર સ્ત્રીઓ માટે તથા પુરૂષો માટે બ્યુટી પાર્લરો જોવા મળે છે. સુંદર દેખાવા માટે અગણિત જાહેર ખબરો જોવા સાંભળવા મળે છે. અને બજારમાં સૌંદર્ય પ્રસાધનોનો ડુંગર ખડકાયા જોવા મળે છે.

આ જેટ-એજમાં માણસને ભોજન માટે સમય પુરતો નથી મળતો એટલે એ ફાસ્ટફુડ તરફ વળે છે. અથવા સૌંદર્ભ પાછળ એટલો સમય કાઢે છે કે એને સંતુલીત અને પૌષ્ટિક આહર લેવા માટે સમય નથી.

સૌંદર્ય - કૂમારા ભર્યા, તેજસ્વી ચહેરાથી દીપી ઉઠે છે. આજના યુવાનને સૌંદર્યની દ્રષ્ટિએ સૌથી વધુ પજવતી આ તકલીફ છે. અને એથી જ ત્વચાને ખીલથી મુક્ત રાખવા વિવિધ પ્રયત્નો કરે છે. આ અંગે ખીલ અને ખીલથી પડેલાં ડાઘ માટે સચોટ માર્ગદર્શનનો આ લેખનો ઉદેશ્ય છે.

ખીલને તબીબી વિજ્ઞાનની ભાષામાં "એક્નિ" (ACNE) કહે છે, અને સામાન્ય અગ્રેજીમાં 'પિમ્પલ્સ' (Pimples) કહે છે.

ત્વચાની નીચે પ્રસ્વેદ ગ્રંથી (Sebaceous Glands) રહેલી છે. જેમાંથી ચીકણું પ્રવાહી નીકળે છે, જેને 'સીબમ' (Sebum) કહે છે. આ પ્રવાહીનું મુખ્ય કામ છે.

૧. ત્વચાની કુમળાશને સાચવી રાખવાનું,

૨. ત્વચા ઉપર કોઈ જીવાણુંનો ગ્રોથ ન થવા દેવો,

૩. લુબ્રીકેટીંગ (Lubricating) અસર.

૪. ગરમી દરમયાન ત્વચાને નુકશાન થતું અટકાવે અને ઠંડી દરમ્યાન શરીરની ગરમીને બહાર જતી અટકાવે.

મનુષ્યના શરીરમાં, મસ્તિસ્કમાં એક ગ્રંથી છે. જે હોરમોનનો સ્રાવ કરે છે. 'પીટયુટરી' (Pituitary) આ ગ્રંથીમાંથી યૌવનકાળ દરમ્યાન હોરમોનનો સ્રાવ વધુ કરે છે, જેની અસર પુરુષની ગ્રંથી 'ટેસ્ટીસ' (Testis) અને સ્ત્રી ગ્રંથી 'ઓવરી' (Overy) પર પડે છે અને એના સ્રાવ એન્ડ્રોજન (Androgen) ઈસ્ટ્રોજન (Oestrogen) નું પ્રમાણે છે. આ હોરમોનોની મદદથી પુરૂષ અને સ્ત્રીમાં યુવાવસ્થાના જરૂરી પરીવર્તનો થાય છે. જેને 'પ્યુબટી' (Puberty) કહે છે.

આ હોરમોનની વધુ ઉત્પત્તિથી સ્રાવ ગ્રંથી (Sebacious Bland) નું ઉત્તેજન થાય છે અને સીબમ વધુ પ્રમાણમાં બહાર નીકળવા પ્રયત્ન કરે છે. પણ હવે એ ઘટ્ટ બની જાય છે અને એની નીળીને બંધ કરી દે છે. એ બહાર ન આવી શકવાને કારણે ચામડી પર ઉભાર દેખાય છે જેને આપણે ખીલ કહીએ છીએ.

૮૦% ખીલ યુવા વસ્થામાં થાય છે. ખીલ વધુ પ્રમાણમાં ચહેરા ઉપર (ગાલ, નાકની આજુબાજુ, કપાળ) વાંસામાં ઉપરના ભાગમાં થાય છે.

ખીલ થવાના કારણો નીચે મુજબ છે.

૧. હોરમોનની વધુ ઉત્પત્તિ- યૌવન વસ્થામાં અને બહેનોમાં માસિક વખતે.

૨. વધુ પડતો ચરબીયુકત ખોરાક ખાવો.

૩. અનિયમીત ભોજન.

૪. ત્વચાની અસ્વચ્છતા.

૫. સૌંદર્ય પ્રસાધનોનો ઉપયોગ.

ખીલનો કાળો રંગ ધુળ અથવા બાહરી ખરાબીને કારણે નથી હોતો પણ ઘટ્ટ સીબમની હવા સાથેની પ્રક્રિયાને લીધે હોય છે. ઘણી વખત બેકટેરીયા (જીવાણું) આ ઘટ્ટ સીબમમાં જઈને ઈન્ફેકશન કરે છે તેથી તેમાં પુરૂ થાય છે. ઘણા યુવાનોમાં આ મોટો ફોલ્લાના આકારમાં પરિણમે છે.

સારવાર : ૧. મોટે ભાગે ખીલ એક પોતાની મેળે મટે એવો ત્વચાનો વિકાર છે. જ્યારે હોરમોનનું પ્રમાણ સમતોલ થઈ જાય ત્યારે ખીલ આપોઆપ ચાલ્યા જાય છે. ૨. ત્વચાની કાળજી- ચામડીને સ્વચ્છ રાખવી. ૩. ખોરાકમાં : ચોકલેટ, ચરબીયુક્ત વાનગી, તળેલી વાનગી, આયોડીન યુક્ત મીઠું, દરીયાઈ વાનગી, જરૂરી પ્રોડક્ટ, ગળ્યા પદાર્થ, ઠંડાપીણા નહી લેવા. ૪. સૌંદર્ય પ્રસાધનોનો નહીવત ઉપયોગ કરવો અથવા કોઈ જાણકારને પુછીને કરવો. ૫. ભોજન નીયમીત , પૌષ્ટિક અને સમય ફાળવીને લેવું. ૬. ગરમ પાણીથી ખીલવાળો ભાગ ધોવો. ૭. ખીલને દબાવવા નહીં. ૮. પરૂ થયેલા ખીલને દબાવવા નહી કે એ પરૂ કાઢવું નહી કારણ કે એ ઈન્ફેકશન વધારી શકે છે અને પછી એ જગ્યાએ ખાડા રહી જાય છે.

હોમીયોપેથીક દવાઓ : એસ્ટીરીયા રુબેન્સ (Asteria Rubens), કાલી બ્રોમ (Kali Brom), સલ્ફર (Sulphur), બરબેરીસ એક્વિફોલીયમ (Berberis Aquifolium), હેપાર સલ્ફ (Hepar Sulph), બોવીસ્ટા (Bovista), આર્સ આયોડ (Ars. Iod), નેટ્રમમુર (Nat. Mur), એન્ટીમ ક્રુડ (Antim Crud), વિગેરે... આ દવાઓને કોઈ ડાકટરની દેખરેખ હેઠળ અને દર્દીની પ્રકૃતિને લક્ષમાં લઈને આપેલી હોય તો વધારે ફાયદો કરે છે.

મારા બે કેસ વર્ણવું : એક બેબી ઉ. ૧૯ વર્ષની, મારી પાસે આવી. એના બેઉ ગાલ ઉપર લગભગ ૧ વર્ષથી ખીલ હતા. જે માસિકની પહેલા દેખાય વધારે, સાથે કબજીયાત હતી, વાળ ધોળા થઈ જતા હતા, માથાનો દુઃખાવો હતો અને બર્બેરીસ એકિવ. (Berberis Aqui.) આપવામાં આવી અને લગભગ તરણ અઠવાડીયામાં બધા ખીલ ગાયબ થઈ ગયા અને ત્વચા પણ ઉઘડી ગઈ. બીજા કેસમાં એક બાબો, ઉપર ૧૭ વર્ષ મારી પાસે આવ્યો. એને લાલ રંગના ખીલ હતા. મોઢાં ઉપર, છાતીના ઉપલા ભાગ પર, વાંસાના ઉપલા ભાગ પર. એણે બહુ દવા કરેલી, મલમ લગાડેલા પણ કોઈ ફરક નોતો લાગતો. એના બીજા લક્ષણ જોતા એને સલ્ફર આપવામાં આવી. પછી થોડો વખત ખીલ થોડા વધ્યા પણ આશરે બે મહિનામાં ત્વચા એકદમ સ્વચછ થઈ ગઈ અને કોઈ ડાઘા કે ખીલના કોઈ ચિન્હ નહોતા રહ્યા.

Dr. Nina Banker
M.D. (Homeopathy)
Ex Professor, Homeopathic College
[Surat, Gujarat]
Mobile : 647 773 3074
Email : ninabanker@gmail.com
Banker Homeopathic Clinic
134, Queen Street East, Suite 203,
Brampton, ON. [Queen + Center St.]
Monday, Thursday, Friday -
10 am to 6 pm
Our Other locations : Mississauga and Scarborough
An official Support Centre of Dr Rohit's "www.alopeciacure.com" in Canada