કળા, વિજ્ઞાન અને તત્ત્વજ્ઞાનના સમન્વય સમી અનોખી તિબેટિયન ચિકિત્સા પદ્ધતિ

દરેક ચિકિત્સા પદ્ધતિની પોતાની ખાસિયત હોય છે. અસાધ્ય બીમારી-રોગનો ભોગ બનેલાઓ માટે આવી પદ્ધતિ ક્યારેક અકસીર સાબિત થતી હોય છે. આયુર્વેદની જેમ જ તિબેટિયન સોવા લિગપા અર્થાત્ દરદ મટાડવાનું વિજ્ઞાન સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્તિના વિવિધ પાસાને આવરી લેનારો દૃષ્ટિકોણ છે. હર્બલ દવાઓ, ખાણી-પીણી અને જીવનશૈલીને લગતાં સૂચનો, શારીરિક થેરપી, માનસિક અને લાગણી સંબંધિત આધાર અને અધ્યાત્મ માર્ગદર્શનને સમાવી લેતી આ ચિકિત્સા પદ્ધતિનું મેન-ત્સી-ખાંગ અર્થાત્ તિબેટિયન મેડિકલ ઍન્ડ એસ્ટ્રો ઈન્સ્ટિટ્યૂટે સંવર્ધન કર્યું છે. લ્હાસામાં તેરમા દલાઈ લામા દ્વારા સ્થાપવામાં આવેલી આ ઈન્સ્ટિટ્યૂટની સ્થાપનાના ૧૦૦ વર્ષની ઉજવણી નિમિત્તે મુંબઈમાં વિવિધ ઉપક્રમોનું આયોજન કરાયું છે. ૧૪મા દલાઈ લામા દ્વારા ભારતમાં ધરમશાલા ખાતે મેન-ત્સી-ખાંગની પુનર્સ્થાપના થઈ હતી અને આ બાબતને પણ હવે પંચાવન વર્ષ થયાં છે. મુંબઈમાં ૨૪થી ૨૬ સપ્ટેમ્બર દરમિયાન ઘાટકોપરમાં તિલક રોડ ખાતે શ્રી કચ્છી ભાનુશાલી સેવા સમાજ ટ્રસ્ટ ખાતે, તો ૨૮થી ૩૦મી સપ્ટેમ્બર વચ્ચે કે.એમ. મુન્શી માર્ગ પર સ્થિત ભારતીય સ્ત્રી સેવા સંઘમાં તિબેટિયન ચિકિત્સા પદ્ધતિની શિબિરનું આયોજન કરાયું છે. આ શિબિરમાં થાંગકા એક્ઝિબિટ્સ અને આર્ટ પ્રદર્શન, મેડિકલ નિદાન, એસ્ટ્રો સાયન્સ કન્સલ્ટેશન, તિબેટિયન દવાઓ તથા એસ્ટ્રો-વિજ્ઞાન પર પરિસંવાદો તથા વીડિયો સ્ક્રીનિંગ્સનો સમાવેશ થાય છે.

તિબેટિયન મેડિસિન એ વિજ્ઞાન, કળા અને તત્ત્વજ્ઞાન છે જે સ્વાસ્થ્ય દરકાર અંગેનો સમગ્રતઃ દૃષ્ટિકોણ ધરાવે છે. તે વિજ્ઞાન છે કેમ કે તેના નિયમો પદ્ધતિસરના તથા તાર્કિક માળખા પર આધારિત છે. આ નિયમો શરીર તથા પર્યાવરણ સાથેના તેના સંબંધના આધાર પર રચાયા છે. તે કળા છે, કેમ કે તેમાં વપરાતી નિદાન પદ્ધતિઓ તબીબની રચનાત્મકતા, ગહન વિચાર, સૂક્ષ્મતા અને કરુણા પર મદાર રાખે છે અને તે તત્ત્વજ્ઞાન પણ છે કેમકે બુદ્ધ ધર્મના પરમાર્થ વૃત્તિ, કર્મ અને નીતિ પર અવલંબે છે. આવી આ ચિકિત્સા પદ્ધતિના પ્રચાર-પ્રસાર માટે દલાઈ લામાના ફિઝિશિયન ડૉ. તેન્ઝિન થાયે લાક પોતાની સાથેના નિષ્ણાત તબીબોની ટીમને લઈને મુંબઈ આવવાના છે. મુંબઈમાં આ શિબિરોના આયોજનમાં કોસ્મિક હાર્ટ ગેલેરીનો સહયોગ મળ્યો છે. કોસ્મિક હાર્ટ ગેલેરીનાં જલ્પા વિઠલાણી કહે છે, ''એક મિનિટના નાડી પરીક્ષણ દ્વારા આ તબીબો વ્યક્તિની બીમારીઓ વ્યાધિઓને પારખી લે છે. ૨૫૦૦ વર્ષ જૂની ફોર્મ્યુલાના આધારે તેઓ દવા બનાવે છે અને આ દવાઓ તેઓ ધરમશાલાથી લાવે છે.'' અત્યારે મેન-ત્સી-ખાંગ ૫૪ પ્રકારની હર્બલ પ્રોડક્ટ્સ બનાવે છે-જેમાં ત્વચા અને વાળની સંભાળ માટેના ઉત્પાદનો ઉપરાંત હેલ્થ ડ્રિન્ક્સ, સપ્લીમેન્ટ્સ અને ધૂપનો સમાવેશ થાય છે.

સોરીગ ઉત્પાદનો માત્ર બાહ્ય શરીરના સ્વાસ્થ્યના સંવર્ધનમાં જ મદદ નથી કરતા બલ્કે માનસિક સ્તરે પણ આધાર આપે છે. દરિયાની સપાટીથી ૩૦૦૦ મીટર ઊંચાઈએ આવેલા તિબેટ અને હિમાલય ક્ષેત્રમાં આ ઔષધિ ઊગે છે. એટલું જ નહીં, આ ઔષધિઓ એકત્ર કરતી વખતે પૂરતી તકેદારી રખાય છે તથા આસપાસના પર્યાવરણનું પણ પૂરેપૂરું માન જળવાય એ પણ જોવાય છે.

આ ચિકિત્સા પદ્ધતિનો જ હિસ્સો છે, થાંગલ પેઈન્ટિંગ્સ, સુતરાઉ કે રેશમી કાપડ પર ચિતરવામાં આવતા પારંપરિક તિબેટિયન બૌદ્ધ ચિત્રો એટલે થાંગકા. સામાન્યપણે બૌદ્ધ દેવી-દેવતા, દશ્યો અથવા મંડળને તેમાં તાદશ કરાય છે. કળાનો ઉપયોગ તિબેટિયનો દ્વારા સમાધિના માધ્યમ તરીકે કરાય છે, જેથી પરમતત્ત્વ ભણી આગળ વધી શકાય. બૌદ્ધ ધર્મના વજયાન સંપ્રદાયનો અનુયાયી થાંગા ચિત્રનો ઉપયોગ પોતાના આરાધ્ય દેવ તરીકે કરે છે. તેઓ પોતે તે દેવ તરીકે કલ્પે છે અને આમ, બુદ્ધના ગુણોનો આવિર્ભાવ પોતાનામાં થાય છે, એવી તેમની માન્યતા છે. થાંગકા ચિત્રો મુખ્ય પીઠીકાની જગ્યાએ અથવા તેની બાજુમાં ટીંગાડવામાં આવે છે તથા શયનખંડ અને ઑફિસમાં પણ તેને સુશોભન તરીકે લગાડી શકાય છે. તિબેટિયન મૂળતત્ત્વ જ્યોતિષશાસ્ત્ર 'બયુંગ-રત્સીસ' પંચ તત્ત્વો બાર વર્ષના ચક્ર, આઠ પર-ખા અર્થાત્ ત્રિગ્રામ્સ અને નવ સ્મી-વા અર્થાત્ જાદુઈ વર્ગ સંખ્યાઓ પર આધારિત છે. મુંબઈમાં યોજાનારા પ્રદર્શન દરમિયાન એસ્ટ્રો સાયન્સ કન્સલ્ટેશન્સ ઉપલબ્ધ હશે. ૪૫ મિનિટના એક સત્રના રૂપિયા બે હજાર જેટલો ચાર્જ થશે. તો, નાડી પરીક્ષણ માટે વ્યક્તિ દીઠ ૧૦૦ રૂપિયા લેવામાં આવશે. આ પરીક્ષણ માટે પહેલેથી નોંધણી કરાવવી જરૂરી છે અને 'જન્મભૂમિ' અને 'જન્મભૂમિ પ્રવાસી'ના વાચકોની સુવિધા માટે આજના અંકમાં એક કૂપન પ્રસિદ્ધ કરાઈ છે, જેમાં જરૂરી વિગતો ભરીને કોસ્મીક હાર્ટ ગેલેરી ખાતે પહોંચાડવાની રહેશે. તમારી પસંદગીની તારીખ અને ટાઈમ સ્લોટ મુજબ તમારી એપોઈન્ટમેન્ટ નક્કી કરવામાં આવશે. મુંબઈમાં કોપરખૈરણે અને મલાડ ખાતે મેન-ત્સી-ખાંગના કેન્દ્રો પણ છે.

- આશિષ ભીન્ડે

માઈન્ડ કેર ઍન્ડ મેનેજમેન્ટ કેસ સ્ટડી-૬

લર્નિંગ ડિસઍબિલિટિઝમાં હેમોએન્સેફેલોગ્રાફી ન્યૂરો ફીડબેક

મેહુલકુમાર દવે
(ન્યુરો સાયકોથેરાપિસ્ટ)

લર્નિંગ ડિસએબિલિટિઝ મગજના જ્ઞાનતંતુઓની કાર્યપદ્ધતિમાં ઉત્પન્ન થતી સમસ્યાઓને આધારિત જન્મ લે છે. જેને લીધે નવા કૌશલ જેવા કે વાંચન, લેખન, ગણતરી વગેરેમાં પીડિત વ્યક્તિ મુશ્કેલી અનુભવે છે. તેમ જ ઉચ્ચ કક્ષાના કૌશલ-સમયનું આયોજન, ગૂઢ તર્ક, સંયોજન, યાદશક્તિ અને એકાગ્રતામાં પણ અવરોધ ઉત્પન્ન કરે છે. તદુપરાંત એ સ્પષ્ટપણે જાણવું અત્યંત જરૂરી છે કે લર્નિંગ ડિસએબિલિટિઝ ફક્ત વ્યક્તિના શિક્ષણ સુધી જ મર્યાદિત ન રહેતા તેના વ્યક્તિગત જીવન, અંગત સંબંધો અને સામાજિક જીવનને પણ ખલેલ પહોંચાડે છે.

લર્નિંગ ડિસએબિલિટિઝને આંખ-કાનની વિકલાંગતા, મંદબુદ્ધિ, લાગણીમાં વિક્ષેપ, વાતાવરણ, સંસ્કૃતિ અથવા આર્થિક પ્રતિકુળતા સાથે ગૂંચવીને આપણો સમાજ સૌથી મોટી ભૂલ કરે છે. સામાન્ય રીતે, લર્નિંગ ડિસએબિલિટિઝથી પીડિત બાળકોની બુદ્ધિ મધ્યમ અથવા મધ્યમથી ઉચ્ચની શ્રેણીમાં હોય છે. છતાં તેમની વાસ્તવિક સફળતા અને ક્ષમતા વચ્ચે અંતર જોવા મળતું હોય છે. તેથી જ લર્નિંગ ડિસએબિલિટિઝને 'છૂપી સમસ્યા' તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. કારણકે દેખાવમાં પીડિત વ્યક્તિ તદ્દન સામાન્ય લાગે છે પણ જ્યારે ક્ષમતાના નિદર્શન સમયે તે અસમર્થ થઈ જાય છે. કેટલીક થેરાપી દ્વારા આ ડિસએબિલિટિઝથી પીડિત વ્યક્તિઓ કેટલાક અંશે દૈનિક જીવન, સામાજિક અને કાર્યક્ષેત્રે તેમ જ વ્યક્તિગત સંબંધોમાં સફળતા મેળવી શકે છે.

આજની કેસ સ્ટડી લર્નિંગ ડિસએબિલિટિઝને લગતી છે. અલબત્ત બધાં પ્રકારનાં લક્ષણોનું થોડુંઘણું સંયોજન જોવા મળે છે જે અત્યંત ગંભીર નથી. મૃણાલની ઉંમર ૧૨ વર્ષની છે અને તે એક મુંબઈની પ્રખ્યાત સ્કૂલમાં છઠ્ઠાં ધોરણમાં અભ્યાસ કરે છે. તેને શાળાની શરૂઆતથી જ લેખન-વાંચન, ગણિત, યાદશક્તિમાં મુશ્કેલીઓ થતી, પણ તેના માતા-પિતાએ આ સમસ્યાઓની અવગણના કરી અને સમય સાથે સુધારો થઈ જશે એવી આશાનું સેવન કર્યું હતું. પણ જેમ મૃણાલ આગળના વર્ગમાં પ્રવેશતો ગયો તેમ તેની મુશ્કેલીઓ વધતી જણાતી હતી.ખૂબ મહેનત કરવા છતાંય પરીક્ષામાં ધાર્યું પરિણામ મળતું ન હતું. શાળાના શિક્ષકો પણ સમયાંતરે આ બાબતે ચિંતા વ્યક્ત કરતા અને સ્કૂલના કાઉન્સેલરને કંઈક સંદેહ લાગતા તેમના માતા-પિતાને મને સંપર્ક કરવા માટે જણાવ્યું.

મૃણાલની પ્રથમ વિઝિટમાં જ તેની કેસ હિસ્ટ્રી લેવામાં આવી તેના માતા-પિતા મુજબ નીચે પ્રમાણેની સમસ્યાઓ જણાતી હતી. વાંચન અને લેખનમાં મુશ્કેલી તેમ જ ધીમી ગતિ હોવી, આયોજનનો અભાવ અને ઓછી એકાગ્રતા, યાદશક્તિ નબળી હોવી, સામાન્ય ગણિતની ગણતરીમાં સમસ્યાનો અનુભવ, વિચારોની અભિવ્યક્તિમાં વિલંબ થવો.

આ સમસ્યાઓની સાયકોલોજીકલ ચકાસણી કરવા માટે મારી સાયકોથેરાપિસ્ટની ટીમ દ્વારા મૃણાલની કેટલીક વર્બલ-નોન-વર્બલ ટેસ્ટ લેવામાં આવી. જેના પરિણામમાં કોઈ ચોક્કસ લર્નિંગ ડિસએબિલિટી ન હોવાનું જાણવામાં મળ્યું. તેથી તેના માતા-પિતાને આ વિગતથી અવગત કરી કોઈ ચિંતાજનક સમસ્યા ન હોવાનું સાંત્વન આપવામાં આવ્યું. ત્યારબાદ બે વિવિધ થેરાપીઓ હેમોએન્સેફેલોગ્રાફી (એચઈજી) ન્યુરોફિડ બૅક અને લો લેવલ લેઝર થેરાપી (એલએલએલટી)ના ૨૦ સેશન્સ આપવા માટે સૂચન કરવામાં આવ્યું.

હેમોએન્સેફેલોગ્રાફી (એચઈજી) ન્યુરોફિડબૅક ૨૧મી સદીની ટેક્નૉલૉજી અને વિજ્ઞાનનું અદ્ભૂત સંયોજન છે જેને જન્મ આપનાર અમેરિકાના વૈજ્ઞાનિકો છે. આ થેરાપીએ મગજની ઘણી બીમારીઓમાં સફળતાપૂર્વકના પરિણામો આપેલા છે. આ થેરાપીમાં મગજના 'સીઈઓ' જેનું સ્થાન પ્રીફ્રન્ટલ કોર્ટેક્સ (કપાળ)માં છે તેને લક્ષ્યમાં લેવામાં આવે છે. યાદશક્તિ, ગણિતની ગણતરી, સમયનું આયોજન, નિર્ણયશક્તિ વગેરે જેવી અગત્યની ક્ષમતાઓનું સંચાલન આ ભાગ કરે છે. લો લેવલ લેઝર થેરાપી (એલએલએલટી)ને ફોટો બાયોમોડ્યુલેશન તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. જે બજારમાં મળતી સસ્તી લેઝર લાઈટથી તદ્દન અલગ અને ખાસ મનુષ્ય પર ઉપયોગ માટે બનાવેલી હોય છે. વિશ્વમાં છેલ્લા ૫૦ વર્ષથી મૅડિકલ ફિલ્ડમાં સારવાર માટે એલએલએલટી ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે આ લાઈટને શરીરના કેટલાક નક્કી કરેલા પોઈન્ટ્સ તેમ જ સ્કેલ્પ (ખોપરી)ના જરૂરિયાત પ્રમાણેનાં પોઈન્ટ્સ પર આપવામાં આવે છે. આ લાઈટ ચેતાકોષોનું પુનર્જનન, મગજના વ્હાઈટ અને ગ્રે મેટરમાં વધારો અને સમગ્ર મગજની કાર્યક્ષમતામાં હકારાત્મક ફાયદો કરે છે. એચઈજી ન્યુરોફિડબૅક અને એલએલએલટી બંને આડઅસરોથી મુક્ત, દવાના ઉપયોગ રહિત અને લાંબા સમય સુધીના પરિણામ આપતી મગજની બીમારીઓથી પીડિત વ્યક્તિ માટે આશીર્વાદરૂપ નીવડે છે.

મૃણાલને એચઈજી ન્યુરોફિડબૅક અને એલએલએલટીના ૨૦ થેરાપી સેશન્સ સમયાંતરે કાઉન્સેલીંગ સાથે આપવામાં આવ્યા જેમાં ત્રણ મહિનાનો સમય લાગ્યો. પરિણામસ્વરૂપ તેના વાંચન-લેખન, ગણિતની ગણતરી, આયોજનશક્તિમાં ઉલ્લેખનીય સુધારો જોવામાં આવ્યો. જેથી મૃણાલના આત્મવિશ્વાસમાં પણ વધારો થયો. યાદશક્તિ અને એકાગ્રતામાં પણ પહેલાની તુલનામાં હકારાત્મક ફેરફાર થવા લાગ્યો જોકે, મુશ્કેલ ગણતરીમાં તેની સમસ્યા પહેલાની જેમ જ હતી,પણ આ થેરાપી અથવા કોઈપણ દવા ૧૦૦ ટકા પરિણામ આપી શકે તે અશક્ય છે. વધુ માહિતી માટે સંપર્ક કરો ન્યુરોસાકોથેરાપિસ્ટ ૮૬૫૫૪૯૦૬૭૧ (સમય-બપોરે બેથી રાત્રિના આઠ સુધી) અથવા મુલાકાત લો - www.mcarem.com

(નિષ્ણાત કાઉન્સેલીંગ ન્યુરોસાયકોથેરાપિસ્ટ મેહુલકુમાર દવે દ્વારા સ્થાપિત અને સંચાલિત 'માઈન્ડ કૅર ઍન્ડ મેનેજમેન્ટ ઍસોસિયેટ્સ પ્રા.લિ.'ના મનોચિકિત્સકોની ટીમ માનસિક બીમારીઓ અને માનસિક સ્વાસ્થ્યની જાગૃતિ માટે છેલ્લાં અઢી વર્ષથી મુંબઈ અને દિલ્હીમાં સતત કાર્યરત છે.)

બાળવિકાસ અને 'રેડ ફ્લેગ્સ'

(૨)

બાળઉછેરની કેડી
ડૉ. એન. સી. જોષી

બાર મહિના સુધીના બાળકના તંદુરસ્ત વિકાસનું કુદરતનું સમયપત્રક ગયા રવિવારે જોયું. આ વખતે ૧૨ મહિનાથી ૨૪ મહિના સુધીના તંદુરસ્ત બાળકના વિકાસનું સમયપત્રક મુજબ બાળકોનો વિકાસ ન થતો હોય, તેમાં રુકાવટ આવી હોય કે વિકાસ વધારેપડતો ધીમો હોય તો 'રેડ ફ્લેગ્સ'-ભયસૂચક નિશાની ગણાય. જે માટે નિદાન તેમ જ સારવાર નિષ્ણાત ડૉક્ટર પાસે કરાવવાં જોઈએ.

દસથી બાર મહિનાનું બાળક બે અક્ષરના શબ્દો બોલી ન શકે અને પંદર મહિના થઈ જાય તો આ સ્થિતિ ચિંતાજનક ગણાય. સાધારણ રીતે ૧૮મા મહિને બાળક છ શબ્દ કે તેથી વધુ બોલી શકે છે. આમ ન કરે ઉપરાંત આંગળી ચીંધી કંઈ ન બતાવે તો આ બાબતે ડૉક્ટરની સલાહ લેવી આવશ્યક બને છે. વળી અઢાર મહિનાનું થાય ત્યાં સુધી પણ બાળક પગના આગળના ભાગ ઉપર ચાલે છે અથવા જરાય ચાલતું નથી તો 'રેડ ફ્લેગ્સ' ભયસૂચક નિશાની આપી દે છે. ૧૮ મહિના પછી બાળકના શબ્દભંડોળમાં પંદરેક શબ્દ તો આપવા જ જોઈએ. આ ઉંમરનું બાળક હાથમાં ફોન લઈને કાન પર લગાડે છે, ખાવાપીવાનાં વાસણનો વપરાશ કરતાં શીખે છે, દાંતિયો કે હેરબ્રશ વાળમાં ફેરવે છે. ઘરનાઓનું અનુકરણ કરીને બોલતાં તેમ જ બીજી ક્રિયાઓ કરતાં શીખવા લાગે છે. પૈડાંવાળી ગાડીને ધક્કો મારી ખુશ થાય છે. જો આ પ્રકારની પ્રગતિ બાળક ન બતાવે, હજી પણ ભાંખોડિયે ન ચાલી શકે અથવા તેના શરીરની એક બાજુ ઘસડીને ખેંચે, સહારા વિના ચાલી ન શકે, માથું ન હલાવે અને બોલે નહિ, ચાલી ન શકે તો 'રેડ ફ્લેગ્સ' છે. આવા બાળકને વિના વિલંબે નિષ્ણાત ડૉક્ટરને બતાવી સારવાર કરાવવી માતાપિતા માટે આવશ્યક બને છે.

- બકુલેશ આર. ઠક્કર

કૅન્સરના દરદીઓ માટે આશાનું કિરણ : ગર્સન થેરપી

ઉદિત શાહ
(વિન્ડસર-કેનેડા)
(Udit56@gmail.com)

ડૉ. આલ્બર્ટ સક્વિટ્ઝરને ૧૯૫૦માં ૭૫ વર્ષની વયે ટાઇપ ટુ પ્રકારનો ડાયાબિટીસ થયો હતો. તેઓ છ મહિનામાં જ કૅન્સરમાંથી સંપૂર્ણપણે સાજા થઇ ગયા અને ૧૯૫૨માં એમની 'રેવરેન્સ ફોર લાઇફ' ફિલોસોફી માટે મળેલું નોબેલ પારિતોષિક લેવા માટે પણ ગયા.

એમનાં પત્ની હેલનને ૧૯૨૯માં ૬૩ વર્ષની વયે ટીબી થયો હતો અને એમાંથી એ સાજા થઇ ગયાં હતાં. ત્યારે ટીબી માટે કોઇ એન્ટીબાયોટિક ઉપલબ્ધ નહોતી અને ટીબીના મોટાભાગના દરદી મૃત્યુ પામતા હતા. ત્યાર બાદ તેઓ ૨૮ વર્ષ જીવ્યા હતા.

તેમની ૧૯ વર્ષની પુત્રી રેહાના પણ ત્વચાના અસાધ્ય ગંભીર રોગમાંથી સાજી થઇ હતી.

જાપાનની ફુકુશિમા મેડિકલ કોલેજના પ્રોફેસર ઓફ મેડિસિન યોશિહિકોને ૧૯૯૨માં આંતરડા અને લીવરનું કેન્સર થયું હતું. તેઓ એમાંથી સંપૂર્ણપણે સાજા થયા હતા અને ૧૯૯૮માં આ થેરેપી વિશે પુસ્તક લખીને જાપાનને આ ઉપચાર પદ્ધતિનો સૌપ્રથમ પરિચય કરાવ્યો હતો.

અમેરિકાના એરિઝોનામાં રહેનારી સિરિ અમરજીત કૌરને ૧૯૯૭માં બ્રેસ્ટ કેન્સર થયું હતું અને છ મહિનામાં જ એ કેન્સરમુક્ત થઇ ગયા હતા. આજે પણ તેઓ સ્વસ્થ જીવન જીવી રહ્યા છે.

આ બધા કેસમાં સામાન્ય શું છે?

આ બધા લોકોએ એક જ ઉપચાર પદ્ધતિ અજમાવી હતી. આ સિવાય પણ કેન્સરગ્રસ્ત અસંખ્ય લોકોએ આ થેરેપીનો ઉપયોગ કરી રોગમુક્ત થયા છે.

ગર્સન થેરેપીની પહેલ ડૉ. મેક્સ ગર્સને ૧૯૩૪માં કરી હતી અને જીવલેણ રોગ ધરાવતા દરદીઓમાં આશાનું કિરણ પ્રગટાવ્યું હતું. તેઓ જર્મન ડૉક્ટર હતા. શરૂઆતમાં તેમણે પોતાના માઇગ્રેન (આધાશીશી)ના ભયંકર દુખાવા માટે આ ઉપચાર પદ્ધતિની અજમાયશ કરી હતી. તેમને આ થેરેપી વિશે વધુ સંશોધન કરવાની જરૂર લાગી. તેમના દરદીનો ત્વચાનો ટીબી આ પદ્ધતિથી સાજો થઇ જતાં તેમણે ફેફસાંના ટીબી માટે એનો પ્રયોગ કર્યો અને અનેક કેસમાં તેમને સફળતા મળી. ત્યારબાદ તેમણે કૅન્સરના ઇલાજ માટે પણ સફળ પ્રયોગ કર્યો. ૧૯૫૯માં તેમનું નિધન થયું હતું પરંતુ તેમણે શરૂ કરેલી થેરેપીને લોકો અનુસરી રહ્યા છે.

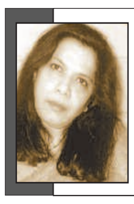
એમની પુત્રી શેરલોટ ગર્સને મેક્સિકોમાં ગર્સન થેરેપી ક્લિનિક શરૂ કર્યું છે.

અમેરિકામાં એફડીએએ એને માન્યતા આપી નથી. આથી તેઓ સેન ડિયેગોમાં ફક્ત કન્સલ્ટિંગ ઓફિસ ધરાવે છે અને મેક્સિકોમાં ક્લિનિક ધરાવે છે. કૅન્સરના દરદીઓ માટે આ એક સરળ થેરેપી છે પરંતુ એના માટે પ્રતિબદ્ધતા જરૂરી છે. (ક્રમશઃ)

કન્સલ્ટિંગ રૂમ

સવાલ તમારા જવાબ અમારા

ચામડી પરના ડાઘ



આયુર્વેદ
ડૉ. મલ્લિકા ચંદ્રશેખર ઠકકુર
ટેલિ.૨૬૦૪૭૫૭૪ dr.mallika@sinpha.com
(૧૦.૦૦થી સાંજે ૫.૦૦ સુધી)

પ્રશ્નઃ મને શરીરમાં અનેક જગ્યાએ અને ખાસ કરીને ચહેરા અને ગળા ઉપર નાના નાના સફેદ ડાઘ થઈ આવ્યા છે. આથી હું હંમેશા માનસિક તાણમાં રહું છું. લોકો હિણપત નજરથી જુએ છે. મારા કરતાં મારા બાળકોની સમાજમાં કેવી અસર પડશે. આ એક ખામી જીવનને છિન્નભિન્ન કરી નાખશે? શું આ રોગ વારસાગત છે? આની કોઈ અકસીર આયુર્વેદિક ઔષધિ હોય તો જણાવશો.

- રમીલાબહેન, ઘાટકોપર

ઉત્તરઃ સૌ પ્રથમ તો આ રોગ વારસાગત નથી. આ શરીરમાં અમુક એલર્જી અથવા તો હોર્મોન્સના અસમતુલનને લીધે, જ્યારે ચામડી નીચેનું પિગ્મેન્ટેશન જે આપણી ચામડીને અનેક રંગોની બનાવે છે. ગોરી, કાળી, ઘઉંવર્ણી વગેરે. એ પિગ્મેન્ટેશન ખોરવાઈ જાય છે ત્યારે એટલો ભાગ સફેદ રંગનો દેખાય છે. આ રોગ ચેપી પણ નથી. આનાથી સૂગ કેળવવી એ ભારોભાર અજ્ઞાનતા અશિક્ષિતપણું અને સંકુચિત માનસ બતાવે છે.

આયુર્વેદમાં દર્શન, સ્પર્શન અને પ્રશ્ન પદ્ધતિથી નિદાન કરાવાય છે. દરદીનો ચહેરો જ ચાડી ખાય છે. એ બહેનની માત્ર એકાદ-બે માસથી આ સ્થિતિ હતી. આ બહેન ખાટું, ખારું, તીખું, મરચાં, મસાલાવાળી ચીજોનો પણ ઉપયોગ કરતા ન હતા, પણ છેલ્લા કેટલાક વખતથી લગ્નગાળામાં જવા આવવાનું થતા જલેબી, ખાજલી, દહીં, બટાટાવડા, પૂરી વગેરે ખાવાનું બહુ થતું રહ્યું. લગ્નગાળામાં ખાનપાનમાં કાળજી રખાઈ નહીં.

આ ડાઘ સાથે આહારની એલર્જીનો પણ સંબંધ બેસતો જણાય છે. ક્યારેક મુસાફરીમાં પણ ખાનપાનનાં ઠેકાણા રહેતાં નથી. જ્યાં જે મળ્યું

તે ખાઈ લે છે. એમાં પણ એ ચીજો કેટલી ચોખ્ખી કે પૌષ્ટિક છે એ ખબર નહીં પડે. બહારનું ખાવાથી શરીરે ચળ ઊપડે. એકબાજુ ખંજવાળે ત્યાં લાલ નિશાન અને ચાઠાં ચામઠાં ઊપડી આવે. ક્યારેક હાલત કંગાળ સ્થિતિમાં પણ મુકાઈ જાય. આરોગેલી ચીજોમાં ચણાનો લોટ, મેથીની ભાજી અને ચટણી પણ હતી. આવે વખતે એલર્જીને લીધે ખંજવાળ ઊપડે. આવે વખતે ક્યારેક એન્ટી એલર્જીક ગોળી પણ લઈ શકાય.

પણ આયુર્વેદમાં આવે વખતે આરોગ્યવર્ધની લેવાનું સૂચવ્યું છે. આના ઉપયોગથી ગોરી ચામડી કાંચનવર્ણી થઈ શરીર સ્વસ્થ બને છે. એ પછી શીળસ, ડાઘ, ખંજવાળ એવું કંઈ પણ થાય નહીં. એલર્જીની વાત કરીએ તો મેથીની ભાજીના અનુભવ જાણો. કેટલાક લોકો સેવપુરી ખાય તો કંઈ ન થાય, પણ દહીં બટાટા પૂરી ખાય એટલે ગળું પકડાઈ જાય. દહીં ખાટું ન હોય, ચટણી, મરચાં, મસાલાયે ન હોય પણ સાદું સાત્વિક ગણીએ તેવું પણ ગળું પકડી લે. આથી ઠસકો ઊપડે, ગળુ છોલાય, કલાકેકમાં ખંજવાળ આવે. એલર્જી ગમે ત્યારે થાય. ગમે ત્યાં થાય. આવે સમયે સંકટ વેળા સાંકળ ખેંચવી પડે તેવા દ્રવ્યો તત્કાળ એક કે બે માત્રામાં લઈ શકાય. પણ પછી આવી ચીજો આરોગતાં પહેલાં અનેક વાર વિચાર કરવો પડશે.

કેટલીક વાર બહેનો ટ્રેનમાં બેઠા બેઠા જમરુખ, ચીકુ, જાંબુ ખાયા કરે. આવી બહેનોને કોઈક વાર કંઈ ઓર જ તકલીફ થાય. આખા શરીરે શીળસ સાથે ખાંસી, શરદી ઊપડે. ઋતુ પરિવર્તન વેળા પણ એલર્જીની ખાસ અસર થઈ આવે છે. મુસાફરીમાં પ્રાથમિક ઉપચારમાં હોમિયોપથિક, આયુર્વેદિક કે એલોપથી ઉપચાર સાથે રાખ્યા હોય તો કામ લાગે. જમરુખથી ઘણાને એલર્જી થાય છે. આનું કારણ શું કહેવાય કે એમને આંતરડામાં કોઈક ગરબડ હોવી જોઈએ. આંતરડામાં મ્યુકસ કે એસીડીટીની અસર હોય. ઊલટી કે બકારી જેવું થાય. પેટમાં કૃમિ થાય. બધા જ રોગમાં કુપિત મળ એટલે બગડેલા વાયુપિત્ત બગડેલી રસ રક્તાદિ ધાતુઓ ઉપરાંત બગડેલા મૂત્ર, મળ અને પરસેવો કારણરૂપ બને છે. દરેક વ્યક્તિને જોઈ દેશ, કાળ, દોષ, જઠરાગ્નિ, બળ, વય આ બધાનો વિચાર કરી દવા-ઉપચાર કરવા જોઈએ. આમ ખાવામાં કાળજી રાખવાથી આવી મુસીબતોમાંથી પાર ઉતરી જવાય. બને ત્યાં સુધી તળેલા ફરસાણ કે આમલીની ચટણીવાળી ભેળ એ નબળા આંતરડાંવાળાને હાનિરૂપ બને છે. એટલે ખાનપાનમાં કાળજી રાખવાથી આવી તકલીફ નિવારી શકાય છે. આમ આપણા ખોરાકને ચામડીના ડાઘ સાથે ઊંડો સંબંધ છે.

જન્મભૂમિ પ્રવાસી

નામ : ____________________

સરનામું : ____________________

____

ફોન : ____________________

આ કૂપન લઈ આવનારને દાંતની દરેક પ્રકારની સારવાર આધુનિક મશીન દ્વારા રાહતના દરે અને દાંતનું ચૅકઅપ નિ:શુલ્ક

જીવન જ્યોત ડ્રગ બૅન્ક

સમય : સવારે ૧૦.૦૦ વાગ્યાથી સાંજે ૭.૦૦ વાગ્યા સુધી. રવિવારે બંધ

જી-૩, ગાંજાવાલા ટાવર, સાને ગુરુજી માર્ગ, સુમન જ્વેલર્સની પાછળ, તારદેવ, મુંબઈ-૩૪.

ફોન : ૨૩૫૨૩૭૧૫ /૨૩૫૨૯૦૪૭

મોબાઈલ : ૯૩૨૨૨ ૩૧૮૪૫

www.jivanjyotdrugbank.org

e-mail:jjdb08@gmail.com

જીવન જ્યોત ડ્રગ બૅન્ક રાજ્ય સરકારે ૩૫એસીની મંજૂરી આપી છે. દાનવીરોને ૧૦૦% કરરાહત મળશે.