નેપી રેશીઝ

૬ મહિનાની એક બાળકીને લઈને તેની માતા આવી- પેશાબ કરતી વખતે હંમેશા આ બાળકી ચીસાચીસ કરી મૂકતી. તપાસતા જણાયું કે તેને પેશાબની જગ્યા પર તેમ જ સાથળના ભાગમાં ખૂબ જ લાલાશ હતી તેમજ ઝીણી ઝીણી ફોલ્લીઓ પણ થઈ હતી. આવું તેને વારંવાર થતું હતું. બાળકી માટે માતા-પિતા ડિસ્પોઝેબલ ડાયપર્સ તેમજ નેપી પેડ્સ વાપરતાં. આવાં 'નેપીઝ'નો વધુ પડતો વપરાશ બાળકોમાં ત્વચાની તકલીફ પેદા કરે છે. બાળકોની ત્વચા ખૂબ જ કોમળ હોવાને લીધે આવાં નેપી રેશ થતા હોય છે. ઘણી વખત તો બાળકોની ચામડીમાં કાપાં પણ પડી જતાં હોય છે તે અનેક વખત ફંગલ ઇન્ફેક્શન પણ થાય છે. વળી બાળક જ્યારે એન્ટીબાયોટિક્સ ઉપર હોય છે ત્યારે આવું વધુ જોવા મળે છે કારણ કે આવે વખતે સારા બેક્ટેરિયા પણ મરી જતા હોય છે.

બાળઉછેરની કેડી
ડૉ. એન. સી. જોષી

સારામાં સારા ડાયપર્સ પણ ઘણી વખત પૂરેપૂરી ભીનાશ ચૂસી નથી લેતાં આથી પણ આવી, તકલીફો ઊભી થતી હોય છે. બાળક જ્યારે પણ ઝાડો-પેશાબ કરે ત્યારે તેને સાફ તેમજ સૂકું કરવું જરૂરી છે.

બાળક માટે વપરાતાં સાબુ કે ક્લિન્ઝર તેમજ નેપીઝ પણ ઘણી વખત એલર્જી પેદા કરતાં હોય છે જેને લીધે પણ નેપી રેશ થાય છે.

આ બધાંના ઉપાયરૂપે બાળકને પૂરેપૂરું કોરું રાખવું જોઈએ. વારંવાર નેપીઝ બદલી કાઢવા જોઈએ, આલ્કોહોલરહિત, સુગંધીપદાર્થ રહિત બેબી વાઈપ્સ અથવા મોઈશ્ચરાઈઝ્ડ સાબુ વડે બાળકને સાફ રાખવું જોઈએ. જરૂર ન હોય ત્યારે બાળકને નેપી-ફ્રી રાખી તેના અંદરના ભાગોને હવા મળે તેવું કરવું જોઈએ. બાળક જરા પણ ભીનું હોય તો તેને ટુવાલ પર સૂવડાવવું તેમજ હૂંફાળા વાતાવરણમાં રાખવું. સાવચેતી માટે નેપી પહેરાવતાં પહેલા બાળકને સાથળના ભાગમાં થોડું વેસેલીન લગાવી દેવું. પરંતુ નેપી રેશ થાય ત્યારે ડૉક્ટરને પૂછીને એન્ટી બેક્ટેરિયલ ક્રીમ લગાવવું. નેપી હંમેશા ઢીલા બાંધવા અને દરરોજ ઓછામાં ઓછું એક વાર બાળકને સ્નાન કરાવવું.

શિયાળાની શરૂઆત સાથે સાંધાના દુખાવાના કેસમાં વધારો

શિયાળાની મોસમમાં નવેમ્બરથી જાન્યુઆરી દરમિયાન સાંધાના કેસમાં ૨૦થી ૩૦ ટકાનો વધારો થાય છે. શિયાળામાં સાંધામાં સોજા કરનારા રાસાયણિક પદાર્થોનો ભરાવો થાય છે અને ધીમે ધીમે સાંધાનો દુખાવો શરૂ થાય છે. શરીરને પૂરતો સૂર્યપ્રકાશ મળે એ જરૂરી છે. એનાથી શરીરમાં વિટામિન-ડી ઉત્પન્ન થવામાં મદદ મળે છે અને પીડામાં ઘટાડો થાય છે. સાંધાના દુખાવાથી પીડિતોએ નિયમિત રીતે ડૉક્ટરની મુલાકાત લેવી જોઇએ, શરીરને ગરમ રાખવાના ઉપાયો કરવા જોઇએ અને દવાઓ પણ ચાલુ રાખવી જોઇએ.

ડૉ. તેજસ ઉપાસની
(જોઇન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ સર્જ્યન, ઉપાસની હૉસ્પિટલ)

આ સમય દરમિયાન વિવિધ પ્રકારના આર્થરાઇટિસ થાય છે. યુવાનોમાં સાંધાના દુખાવાનું પ્રમાણ પણ વધ્યું છે. અગાઉ ૬૦થી વધુ વયના લોકોને સાંધાનો દુખાવો થયાનું જોવા મળતું હતું પરંતુ હવે ૩૦ અને ૪૦ વર્ષની વયના લોકોને પણ સાંધાનો દુખાવો થઇ રહ્યો છે. રુમેટોઇડ આર્થરાઇટિસના દુખાવાને યોગ્ય દવા, કસરત અને પોષક આહારના સેવનથી નિયંત્રિત કરી શકાય. રુમેટોઇડ આર્થરાઇટિસ થવા માટે કોઇ ચોક્કસ કારણ નથી. મોટા ભાગના કેસમાં એ આનુવંશિક સમસ્યા હોઇ શકે. પ્રિમિટિવ આર્થરાઇટિસના વધેલા પ્રમાણનું કારણ વહેલું નિદાન પણ હોઇ શકે. એથી વિપરીત બેઠાડું જીવનશૈલી પણ સાંધાના દુખાવાનું એક કારણ છે. વર્તમાન પેઢીને શારીરિક પ્રવૃત્તિ, કસરત કરવી ગમતી નથી. જો તેઓ અચાનક કોઇ શારીરિક પ્રવૃત્તિ હાથ ધરે તો એની તેમના સાંધા પર ગંભીર અસર પડી શકે.

ડેન્ગ્યુ અને ચિકનગુનિયાને કારણે પણ સાંધામાં દુખાવો થાય છે. એમાં યુવાનો સહિત બધાનો સમાવેશ થાય છે. ડેન્ગ્યુ કે ચિકનગુનિયાના હુમલા બાદ શરીરના કોષોમાં સોજો આવે છે જેને કારણે સાંધામાં દુખાવો થાય છે. આ પ્રકારનું પોસ્ટ વાઇરલ પેન વયજૂથની મર્યાદા વગર કોઇપણ પ્રકારના વાઇરલ ઇન્ફેક્શનમાં જોવા મળી શકે. શિયાળામાં અન્ય કેટલાક પ્રકારના આર્થરાઇટિસનો દુખાવો પણ સામાન્ય છે, ઓસ્ટિઓઆર્થરાઇટિસ એમાંનું એક છે. મોટા ભાગે મહિલાઓમાં એનું પ્રમાણ વધુ જોવા મળે છે. સાંધાના સ્નાયુઓને ઘસારાથી આ દુખાવો થાય છે. ઇજા અથવા દુખાવા તરફ દુર્લક્ષ અને કેલ્શિયમ ઓછું લેવાથી પણ સાંધાનો દુખાવો થાય છે.

એન્ક્લોસિંગ સ્પોન્ડિલાઇટિસ મોટા ભાગે પુરુષોમાં અને તે પણ અત્યંત યુવાન વયમાં જોવા મળે છે જેને લીધે કમર અને કરોડરજ્જુમાં દુખાવો થાય છે.

જટિલ પ્રક્રિયા દ્વારા ડાયાબિટીસના દરદીના પેટમાંથી કૅન્સરગ્રસ્ત ગાંઠ દૂર કરાઇ

મુંબઇ, તા. ૨૬ : ઇરાકના બાવનવર્ષીય દરદીના પેન્ક્રિયાસમાંથી કૅન્સરગ્રસ્ત ગાંઠ દૂર કરવામાં ફોર્ટિસ હૉસ્પિટલના ડૉ. રાકેશ રાય (સિનિયર કન્સલટન્ટ એચપીબી એન્ડ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ સર્જરી)ને સફળતા મળી છે. આ દરદી ડાયાબિટીસથી પીડિત છે અને છેલ્લા છ મહિનામાં તેમના વજનમાં નોંધપાત્ર ઘટાડો થયો હતો. દરદીના પેન્ક્રિયાસમાં રહેલી કૅન્સરગ્રસ્ત ગાંઠ જઠર અને મહત્ત્વની રક્તવાહિનીઓ સાથે જોડાયેલી હોવાથી અન્ય ડૉક્ટરોએ સર્જરી અશક્ય હોવાનું જણાવી ફક્ત કૅમોથેરપીનું સૂચન કર્યું હતું. જોકે, ડૉ. રાકેશ રાયે એક જટીલ પ્રક્રિયાની સહાયથી સર્જરી શક્ય હોવાનું જણાવ્યું હતું અને એ પણ વહેલી તકે કરવાનું જણાવ્યું હતું. પરંતુ આ ઓપરેશન જોખમી હોવા અંગે દરદીને માહિતગાર કરવામાં આવ્યા હતા. ડૉ.રાકેશે જણાવ્યું હતું કે ટ્યુમર શરીરમાં અન્ય કોઇ ભાગમાં કૅન્સર ફેલાયું ન હોવાથી એને દૂર કરવું મહત્ત્વનું હતું અને એક જટીલ પ્રક્રિયા દ્વારા ટ્યુમર ઉપરાંત રક્તવાહિનીઓનો કેટલોક ભાગ પણ દૂર કરાયો હતો. પેન્ક્રિયાસમાં રહેલી કૅન્સરગ્રસ્ત ગાંઠ ઘણીવાર પેટમાં ઝડપથી ફેલાઇ જાય છે અને લીવરને પણ ગંભીર નુકસાન થઇ શકે છે. ઓપરેશન પછી દરદીને એક અઠવાડિયા નિરીક્ષણ હેઠળ રાખીને હોસ્પિટલમાંથી રજા આપવામાં આવશે.

કન્સલ્ટિંગ રૂમ

માઈન્ડ કૅર ઍન્ડ મૅનેજમેન્ટ કેસ સ્ટડી-૧૬

ફાઈબ્રોમાયાલ્જિયા એટલે શું ?

ફાઈબ્રોમાયાલ્જિયા એક એવો ડિસઑર્ડર છે જેમાં શરીરની માંસપેશી અને બીજા ભાગોમાં અત્યંત પીડા થાય છે અને સાથે જ થાક, અનિદ્રા, યાદશક્તિમાં નબળાઈ તથા મૂડમાં ફેરફારો થવા જેવી તકલીફો અનુભવાય છે. સંશોધકોના મતાનુસાર શરીરમાં દુખાવાનું એક કારણ મગજ જે રીતે પીડાના સંકેતોનું અર્થઘટન કરે છે તેની સાથે સંલગ્ન છે. પુરુષોની સરખામણીમાં સ્ત્રીઓમાં ફાઈબ્રોમાયાલ્જિયા વધુ જોવા મળે છે. શરીરની પીડા ઉપરાંત માનસિક તણાવ, સાંધાનાં દુખાવા, ચિંતા તેમજ હતાશા પણ અનુભવાય છે. આ ડિસઑર્ડર સામાન્ય રીતે ૪૦થી ૭૫ વર્ષની ઉંમરના વ્યક્તિઓમાં જોવા મળે છે.

લક્ષણો- શરીરમાં વ્યાપક પીડાનો અનુભવ, અત્યંત થાકનો અનુભવ, અનિદ્રાની સમસ્યા, જ્ઞાનાત્મક ક્ષમતાઓ જેવી કે કાર્ય દરમિયાન એકાગ્રતા જાળવવામાં અસક્ષમતા, માથાનો દુખાવો તેમજ પેટના નીચેના ભાગમાં પીડા થવી.

કારણો- તબીબો હજી સુધી ફાઈબ્રોમાયાલ્જિયાના ચોક્કસ કારણો જાણી શક્યા નથી પણ નીચે પ્રમાણેના કેટલાંક પરિબળોને કારણે આવું થતું હોય એવી શક્યતા છે. જીનેટિક્સ - આનુવંશિક કેટલાંક જનીનમાં બદલાવ થવાથી, ચેપ - કેટલીક બીમારીઓમાં ચેપ લાગવાથી પણ આ ડિસઑર્ડર થઈ શકે છે. શારીરિક અથવા માનસિક આઘાત - પોસ્ટ - ટ્રોમેટિક સ્ટ્રેસ ડિસઑર્ડર સાથે અથવા થોડાં સમય બાદ ફાઈબ્રોમાયાલ્જિયાનાં ચિહ્નો જોવા મળતાં હોય છે.

સંશોધકોના મતાનુસાર ચેતાકોષોમાં વારંવાર ઉત્તેજના થવાથી મગજમાં કેટલાંક અસામાન્ય ફેરફારો જોવા મળે છે. જેનાથી મગજના ન્યુરોટ્રાન્સમીટર્સ જરૂરિયાતથી વધારે પ્રમાણમાં છૂટા પડે છે જે સીધાં જ દુખાવાના સાંકેતિક સ્થાનો સાથે સંબંધ ધરાવે છે તદુપરાંત તે સ્થાનો દુખાવાને યાદ રાખવાની ક્ષમતા બિનજરૂરીપણે વધારી દેતા હોવાથી પણ આ સમસ્યા સર્જાય છે.

ઘણી વખત યોગ્ય નિદાન ન થવાથી ઘણાં લોકો જીવનભર પીડાતાં રહે છે. પેઈન કિલર દવાઓનું સેવન કરતાં રહેવાથી તેમની

મેહુલકુમાર દવે
(ન્યુરો સાયકોથેરાપિસ્ટ)

રોગપ્રતિકારક શક્તિ નબળી પડે છે.

ભયનાં પરિબળો- કપિલાબહેનની ઉંમર ૬૪ વર્ષની છે. તેઓ ઘણાં વર્ષોથી સાઉથ આફ્રિકામાં સ્થાયી થયાં છે તેમને છેલ્લાં ૧૦ વર્ષથી માંસપેશીઓમાં સખત દુખાવો થતો હતો. તબીબી ચકાસણીમાં ફાઈબ્રોમાયાલ્જિયા હોવાનું નિદાન કરવામાં આવ્યું. થોડાં સમય સુધી તેમણે દવાઓનું પણ સેવન કર્યું છતાં કોઈ ખાસ રાહત જણાઈ નહીં. વિસ્તૃત કેસ હિસ્ટ્રી લેવામાં આવી અને તબીબી રિપોર્ટ્સનું પણ અધ્યયન કરવામાં આવ્યું. જાણવા મળ્યું કે કપિલાબહેનનાં માતા પણ જીવનનાં છેલ્લાં કેટલાક વર્ષોમાં આવી જ પરિસ્થિતિથી પીડાતાં હતાં કે કપિલાબહેનને આ ડિસઑર્ડર વારસાગત મળ્યો હોવાની સંભાવના છે. શરીર અને માંસપેશીની સતત પીડાને કારણે પૂરતી નિદ્રા લઈ શકતા ન હતા. જેને પરિણામે તેમને કોઈ કાર્યમાં દિલચસ્પી લાગતી ન હતી તથા તેમની એકાગ્રતા પણ ખૂબ ઓછી થઈ હતી. તેઓ ડિપ્રેશનના પ્રથમ તબક્કામાં સરી પડ્યા હતાં. સામાજિક પ્રસંગોમાં હાજરી આપવાનું ટાળતા હતાં.

કપિલાબહેનને હેમોએન્સેફેલોગ્રાફી (એચઈજી) ન્યૂરોફિડબૅક અને લૉ લેવલ લેઝર થેરાપીના ૬૦ સેશન્સ આપવામાં આવ્યા. શરીર અને માંસપેશીનાં દુખાવામાં રાહતનો અનુભવ થયો. તેમની અનિદ્રાની તકલીફ પણ લગભગ દૂર થઈ ગઈ. ગૃહકાર્યમાં તેઓ વધારે રુચિ દર્શાવતા જોવા મળ્યાં અને એકાગ્રતામાં પણ સુધારો થયો. સ્વભાવે પ્રફુલ્લિત બનતાં જ હતાશાનાં ચિહ્નો ગાયબ થઈ ગયાં. હવે ઘરમાંથી બહાર જવામાં તેઓ કોઈ પણ પ્રકારનો ખચકાટ અનુભવતા ન હતાં. કપિલાબહેન અને તેમના કુટુંબીજનોના જણાવ્યા પ્રમાણે તેમની પરિસ્થિતિમાં લગભગ ૫૦ ટકાનો સુધારો થયો.

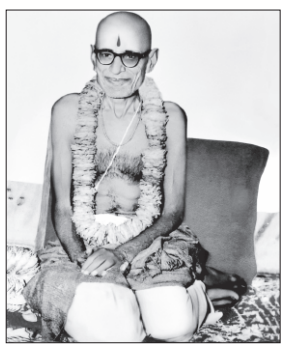
વધુ માહિતી માટે સંપર્ક કરો ન્યુરોસાઇકોથેરાપિસ્ટ ખ્યાતિ- ૮૬૫૫૪૯૦૬૭૧(સંપર્કનો સમય - બપોરના ૨થી રાત્રિના ૮ સુધી જ) અથવા મુલાકાત લો- www.mcarem.com

(અનુભવી કાઉન્સેલિંગ ન્યુરોસાઇકોથેરાપિસ્ટ મેહુલકુમાર દવે દ્વારા સ્થાપિત તથા સંચાલિત 'માઈન્ડ કૅર ઍન્ડ મૅનેજમેન્ટ ઍસોસિએટ્સ પ્રા.લિ.ના માનસિક ચિકિત્સકો અને ન્યુરોસાઇકોથેરાપિસ્ટ્સની ટીમ મગજની બીમારીઓની સારવાર તેમજ માનસિક સ્વાસ્થ્યની જાગૃતિ માટે છેલ્લા અઢી વર્ષથી મુંબઈ અને દિલ્હીમાં સતત કાર્યરત છે.)

ચિત્રકૂટના ૯૮મા તારા નેત્રદાન યજ્ઞનો પ્રારંભ

જાનકીકુંડના શ્રી સદ્‌ગુરુ સેવા સંઘ ટ્રસ્ટ અંતર્ગત સંચાલિત ચિત્રકૂટસ્થિત સદ્‌ગુરુ નેત્ર ચિકિત્સાલયમાં તાજેતરમાં ૯૮મા તારા નેત્રદાન યજ્ઞનો શુભારંભ થયો. સ્વ. રણછોડદાસજી મહારાજના ''દૃષ્ટિહીન કો દૃષ્ટિ''ના સંકલ્પને તેમનાં અનુયાયી અને ભક્તગણ આજે અનુસરી રહ્યા છે. આ નેત્રયજ્ઞનું ઉદ્‌ઘાટન ટ્રસ્ટના ચેરમેન વિશદભાઈ મફતલાલના વરદહસ્તે કરવામાં આવ્યું. તેઓ ભૂતપૂર્વ ચેરમેન તેમજ ટ્રસ્ટનાં સ્થાપક અધ્યક્ષ સ્વ. અરવિંદભાઈ મફતલાલનાં પૌત્ર છે. ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટી અને નિર્દેશક ડૉ. બી. કે. જૈનની આગેવાની હેઠળ ચિત્રકૂટમાં ગયા વર્ષે ૧,૪૫,૦૦૦ નેત્ર સર્જરી સફળતાપૂર્વક થઈ હતી. આ વરસે આ આંકડો ૧,૫૦,૦૦૦ સુધી કરવાનું લક્ષ્ય છે.

આ તારા નેત્રયજ્ઞનો પ્રારંભ રણછોડદાસજી મહારાજે ૧૯૫૦માં કર્યો હતો. ત્યારે ચિત્રકૂટમાં વીજળી-પાણી અને સડકની કોઈ સગવડ ન હતી. ચિત્રકૂટનાં પ્રમોદવનમાં ટેન્ટ બાંધી ગુરુદેવે પ્રથમ નેત્રયજ્ઞ આયોજિત કર્યો. મુંબઈથી ઑપરેશન માટે ડૉક્ટરની ટીમે મોતિયાના ૯૫૦ ઑપરેશન સફળતાપૂર્વક પાર પાડ્યા હતા. દર્દીનું ઑપરેશન ડૉક્ટર કરતા અને ગુરુદેવ સ્વયં ટોર્ચ લઈ ઉભા રહેતા, તે સાથે દર્દીની સેવા-સુશ્રુષા, દવા-ભોજન આદિની સમગ્ર વ્યવસ્થા ગુરુદેવ પોતાનાં નાનકડાં શિષ્ય સમુદાય સાથે કરતા ધીરે ધીરે આ પુનિત કાર્યની સુવાસ ફેલાવા લાગી અને ચિત્રકૂટને વીજળીની વ્યવસ્થા સરકાર દ્વારા આપવામાં આવી.



પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રીરણછોડદાસજી મહારાજને સ્વ. અરવિંદભાઈ મફતલાલનો સાથ સાંપડ્યો. આ પુનિત કાર્યમાં ડૉ. બી. કે. જૈન પણ સહભાગી થયા. આજે ચિત્રકૂટનું સદ્‌ગુરુ નેત્ર ચિકિત્સાલય પોસ્ટ ગ્રેજ્યુએટ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઑફ ઓફથેલ્મોલૉજીનાં રૂપમાં પરિણીત થયું છે. આ નવું ભવન રદ મોડ્યુલર ઑપરેશન થિયેટરથી સુસજ્જ છે.

આ ભવનનું ઉદ્‌ઘાટન નવેમ્બર, ૨૦૧૫મા ભાજપના રાષ્ટ્રીય પ્રમુખ અમિત શાહએ કર્યું હતું.

નેત્રયજ્ઞમાં રોજ આશરે ૬૦૦-૮૦૦ ઑપરેશન થાય છે. આ સિવાય સદ્‌ગુરુ નેત્ર ચિકિત્સાલયની 'આઉટરીય ટીમ' દ્વારા આસપાસના ગામોમાં દર વર્ષે ૩૦૦૦ આઈ કેમ્પ યોજાય છે. જેમાં ડૉક્ટરની ટીમ ગામડે-ગામડે

જઈ સ્ક્રીનિંગ કરે છે અને દર્દીઓને ચિત્રકૂટ લઈ આવે છે. જ્યાં આધુનિક મશીનો દ્વારા ચેકઅપ કરીને સર્જરી કરવામાં આવે છે એ પછી તેમને દવા અને ચશ્માં આપીને પાછા એમના ગામ પહોંચાડવામાં આવે છે. આ રીતે અંધત્વ નિવારણની ''ઘર પહોંચ'' સેવા અહીંયા શરૂ કરવામાં આવી છે.

અહીં ફક્ત નેત્ર ચિકિત્સા જ નહીં પરંતુ નેત્ર તબીબોને તૈયાર કરવામાં આવે છે. હોસ્પિટલનાં મેડિકલ એડમિનિસ્ટ્રેટર ડૉ. ઇલેશ જૈનનાં માર્ગદર્શન હેઠળ ''સદ્‌ગુરુ-એલ્કોન ટ્રેનિંગ સેન્ટર'' ચાલે છે જેમાં રિસર્ચની સાથે-સાથે સર્જરીની આધુનિક તાલીમ આપવામાં આવે છે. જાનકીકુંડ ચિકિત્સાલય એક જનરલ હૉસ્પિટલ છે, ત્યાં જનરલ મેડિસીન, જનરલ સર્જરી, એલોપેથી, આયુર્વેદ, હોમિયોપથી, નેચરોપથી, ગાઈનેકોલૉજી જેવી સુવિધા ઉપલબ્ધ છે, જે ક્ષેત્રનાં ગ્રામીણને સ્વાસ્થ્ય લાભ અને આરોગ્ય પ્રદાન કરવામાં તત્પર છે. સ્વાસ્થ્ય સિવાય શિક્ષા, ગૌ-સેવા, સંત-સેવા અને નારી સશક્તીકરણનાં ક્ષેત્રમાં પણ ટ્રસ્ટ સમાજમાં એક આગેવાનની ભૂમિકા નિભાવે છે.

સામાન્ય વ્યક્તિનાં જીવનમાં દરરોજની સ્વાસ્થ્ય, શિક્ષા આદિની નાની-મોટી જરૂરિયાતને પૂરું પાડતું સદ્‌ગુરુ ટ્રસ્ટ એક સામાજિક ઉદ્યોગ એટલે કે સોશિયલ ઇન્ડસ્ટ્રીના સ્વરૂપે કાર્યરત છે.

મુંબઈમાં માંડવીની જનકલ્યાણ મેડિકલ સોસાયટીના સમારોહમાં છ કરોડ રૂપિયાનું દાન જાહેર

નવનીત કૅન્સર રિસર્ચ હૉસ્પિટલ ઍન્ડ ડાયાલિસીસ સેન્ટરનું નામકરણ

માંડવી કચ્છ ખાતેની જનકલ્યાણ મેડિકલ સોસાયટીના ઉપક્રમે તાજેતરમાં દાદરના યોગીસભા ગૃહ (મુંબઈ)માં યોજાયેલા ખાસ સમારોહમાં દાતાઓએ નવનીત કૅન્સર રિસર્ચ હૉસ્પિટલ ઍન્ડ ડાયાલિસીસ સેન્ટરમાં દાતાઓએ દાનની સરવાણી વહેવડાવીને અંદાજે છ કરોડ જેટલાં દાનની જાહેરાત કરવામાં આવી હતી. સંસ્થાના અને સમારોહ પ્રમુખ ડૉ. મધુકરભાઈ રાણાએ કૅન્સરની સારવાર વહેલું નિદાન અને શિક્ષણ, પ્રવર્તમાન સમયની જરૂરિયાત લેખાવી ઉમેર્યું કે દેશમાં બે પૈકી ગુજરાતનું એક માત્ર હૉસ્પિટલ અને ડાયાલિસીસ સેન્ટર માંડવીમાં છે.

આ પ્રસંગે પૂર્વ રાજ્ય પ્રધાન અને માંડવી/મુન્દ્રાના ધારાસભ્ય તારાચંદભાઈ છેડાએ કૅન્સર માટે અત્યંત મહત્વની એવા રેડીએશન સેન્ટરની સુવિધા માટે સરકાર અને સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓના લોક ભાગીદારીથી ટૂંક સમયમાં પ્રયાસો કરવાની ખાતરી આપી હતી. કચ્છ યુવક સંઘની બિદડા શાળાના વહીવટની અનુકરણીય અનુમોદના કરી હતી. છેડાએ નવનીત પરિવારની જીવદયા ક્ષેત્રે રૂા. ત્રણ કરોડના દાનને બિરદાવ્યો હતો.

સાંસદ વિનોદભાઈ ચાવડાએ જનસેવા એ પ્રભુ સેવા ગણાવી ત્રણ વર્ષમાં રૂા. ત્રણ લાખનું દાન ચેકથી આપવાની જાહેરાત કરી હતી. તેમણે રાષ્ટ્રહીતના કાર્યમાં સહયોગી બનવા અપીલ કરતાં વધુમાં જણાવ્યું હતું કે, માંડવી, ભુજ અને ગાંધીધામ સહિતના જેનરિક દવાના બાવન સ્ટોર કચ્છમાં ખૂલ્યા છે. અને આગામી સમયમાં ૫૦૦ સ્ટોર ખૂલા થશે. આ પ્રસંગે નવનીત પરિવારના ડુંગરશીભાઈ અને જિતેન્દ્રભાઈએ રિમોટ દ્વારા નવનીત કૅન્સર રિસર્ચ હોસ્પિટલ અને ડાયાલિસીસ સેન્ટરનું ઉદ્‌ઘાટન કર્યું હતું, જનચેતના જેમાં સંસ્થાની વિવિધ પ્રવૃત્તિની માહિતી આપતા સોવેનિયરનું વિમોચન ડૉ. વશિષ્ઠ મણિયાર, સંસ્થાના ઉપપ્રમુખ સરોજબેન રાણા અને માલતીબેન બારોટ દ્વારા કરાયું હતું.

વીસમા વર્ષીતપના આરાધક નરેન્દ્રભાઈ નંદુએ સંસ્થાના વિકાસ માટેના દાતાઓને દાન માટે ટહેલ નાખી હતી જેના પ્રતિસાદમાં દાતાઓએ માતબર દાનની જાહેરાત કરી હતી. આ પ્રસંગે શામજી કોરશી છેડા પ્રિન્સ પ્લાસ્ટિક ડોણ તરફથી સંસ્થાને એમ્બ્યુલન્સની ચાવી શ્રીમતી રાણા, કિરણભાઈ સંઘવી ને વિનોદભાઈ ચાવડા અને તારાચંદભાઈ છેડાના હસ્તે અર્પણ કરવામાં આવી હતી. આ પ્રસંગે પ્રતાપભાઈ જોઈસર, એલ. વી. પટેલ, સર્વેશ વોરા, માંડવીના નગર અધ્યક્ષા સુજાતાબેન ભાયાણી, સરોજબેન રાણાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યાં હતાં. વલ્લભજી ગડા, મૂલચંદ છેડા, નિર્મળાબેન ગંગર, ચેતનભાઈ ભાનુશાલી, શાંતિભાઈ પટેલ, સંસ્થાના ઉપપ્રમુખ કિરણભાઈ સંઘવી, સહમંત્રી સંજયભાઈ ડગાળાવાળા મંચસ્થ હતા.

આ પ્રસંગે નવનીત પરિવારના ડુંગરશીભાઈ તથા જિતેન્દ્રભાઈ ગાલા, કુલીનકાંતભાઈ, વલ્લભજી શાહ, નરેન્દ્રભાઈ નંદુ, રીટાબેન ફુરીયા અને મહેશ શાહનું અભિવાદન કરાયું હતું. આ સમારોહમાં વિજયભાઈ છેડા, સુંદરજી શાહ, શાંતિલાલ મારૂ, કોમલ છેડા, વાડીલાલ દોશી, અરવિંદ છેડા, દિનેશભાઈ શાહ, જયેશભાઈ શાહ સહિતના કચ્છ અને મુંબઈના વિવિધ સમાજના અગ્રેસરો હાજર રહ્યા હતાં.

કાર્યક્રમનું સંચાલન નરેન્દ્રભાઈ નંદુ અને રીટાબેન હરીયા, જ્યારે સંસ્થાના સહમંત્રી સંજયભાઈ ડગાળાવાળાએ આભારવિધિ કરી હતી.

સવાલ તમારા જવાબ અમારા

પેશાબની સમસ્યા

પ્રશ્ન : મને થોડા વખત પહેલાં પેશાબની બીમારી થઈ હતી. પેશાબે બળતરા થાય, દુઃખાવો થાય. વારંવાર પેશાબે જવું પડે. તપાસ કરાવતાં આલ્બ્યુમીન લોહી, પરું જેવા વિકાર નીકળ્યા. એન્ટિબાયોટિક લેવા પડ્યા. ઉપરાંત દવા કરાવી છતાં ગાડું પાટે ચઢ્યું નથી. આ માટે આયુર્વેદિક સારવાર, પરેજી અને રોગ થવાનું કારણ દર્શાવવા વિનંતી.

-કાકુભાઈ, તારદેવ

ઉત્તર : આયુર્વેદમાં મૂત્રવિકારો ઉપર નિદાન વિગતવાર આપવામાં આવ્યાં છે. મૂત્રપિંડ, મૂત્રનલિકા અને મૂત્રાશયની એનેટોમી વિગતવાર ન હોય છતાં પથરી મૂત્રકચ્છ (કષ્ટમૂત્ર) મૂત્રાઘાત (મૂત્ર સૂકાઇ જવું) પ્રમેહ વગેરે જુદી જુદી અવસ્થા વર્ણવી છે. જૂના સમયમાં ચરક-સુશ્રુત અને વાગભટના સમયમાં વનસ્પતિ વૈદક મુખ્યત્વે હતું. ચૌદમી શતાબ્દી પછી પારો, ગંધક અને મેટલ્સનો ઉપયોગ આવ્યો પણ અકસીર છે. એના વિશે ખોટો ભય અને હાઉ ઊભો કરવામાં આવ્યો છે. હકીકતમાં વનસ્પતિ ઉપરાંત ભસ્મોનું સંયોજન અમૃતતુલ્ય બને છે.

મૂત્રરોગમાં સોજામાં એનિમિયામાં પુનર્નવામંડુર અકસીર છે. એમાં વીસ વનસ્પતિ છે અને બમણે ભાગે મંડુર ભસ્મ છે. મંડુર એટલે લોઢાનો કાટ, એને આયર્ન પાઇરાઇ કહે છે. તેની ભસ્મ અને ગૌમૂત્ર મેળવીને એકદમ નરમ અને સૌમ્ય બનાવટ તૈયાર કરવામાં આવે છે. બેથી ત્રણ ગોળીઓ સવાર, બપોર, સાંજ સુધી આપતાં લોહીમાં લાલકણો વધે છે. સોજા ઓછા થાય છે. જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત બને છે. મળનું વિસર્જન થાય છે. દરદીને બળ મળે છે. સમગ્ર શરીર ધીરે ધીરે સુવર્ણમર્ય સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. ધીરજ અને ખંતથી આ પ્રયોગ કરવા જોઈએ. આની સાથે વાયવર્ણો નામની વનસ્પતિ સાથે સાટોડી, પાષાણભેદ, ગોખરુ, ગળો, અનંતમૂળ, ચંદન, હળદર, દારૂહળદર જેવી વનસ્પતિના ઉકાળા

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

આપવા જોઇએ. આરોગ્યવર્ધની કિડની માટે અકસીર છે. જાણકાર વૈદ્યની દેખરેખ હેઠળ બ્રહતવાત ચિન્તામણીનો પ્રયોગ કરી શકાય.

અન્ય એક દરદીને મૂત્રપિંડનો વિકાર થયો હતો. આલ્બ્યુમીન વધ્યું હતું. આલ્બ્યુમીન શબ્દ ઇંડાનો સફેદ ભાગ જેને પ્રોટિન કહે છે તે છે. કુદરતના અનેક ખાદ્ય પદાર્થોમાં તે છે. આપણા શરીરમાં પ્લાઝમા પ્રોટિનમાંથી તે ૫૫ ટકા છે. ટૂંકમાં કિડની કામ ન કરે ત્યારે કુદરતે પુનર્નવા (સાટોડી નામની વનસ્પતિ)નું નિર્માણ કર્યું છે. ખોરાકમાં દહીં, દાળ, કઠોળ, માંસ, ચીકન, ઇંડાં વગેરે પ્રોટિન પ્રદાન ખોરાક બંધ કરાવ્યા. એ દરદીને બે-ત્રણ વર્ષ પછી મળ્યા ત્યારે તેમનું કિડનીનું દરદ સાવ મટી ગયું હતું. એમને અપાયેલી દવાથી સોજા, એનિમિયા, મંદાગ્નિ મટી પેશાબનો રોગ દૂર થયો. આવા ઘણા કેસ જોવા મળે છે.

અનેક વૈદ્યોને કિડનીના દરદોમાં સફળતા મળે છે. પણ રોગ જ્યારે આગળ વધી ગયેલો હોય લિવર કામ કરતું ન હોય ત્યારે આપણા શરીરમાં કફ તત્ત્વો મૂત્ર મારફતે આવે છે. માત્ર પ્રોટિનવાળો ખોરાક નુકસાન કરે છે. એની સાથે થોડી સાકર અને ચરબી જરૂરી બને છે. શરીરના વિકાસ માટે પ્રોટિન જરૂરી છે. માત્ર ચરબી કે ખાંડથી પ્રોટિનની ગરજ સરે નહીં કારણકે એમાં નાઇટ્રોજન નથી. જેમ આ સૃષ્ટિમાં ઘડતર અને ઘસારાનો ક્રમ ચાલે છે તેમ આપણા શરીરમાં ઘસારો અને નવરચના ચાલે છે.

ઘણા દરદીઓ આયુર્વેદિક ઉપચારો કરાવવા આવે છે. માત્ર લક્ષણો ઉપરથી સારવાર કરવી એવો સિદ્ધાન્ત આયુર્વેદનો નથી. મૂત્રપિંડના વિકારોમાં દરદીઓની એક મુખ્ય ફરિયાદ હોય છે કે કમરમાં દુઃખાવો થાય. હવે માત્ર કમરનો દુઃખાવો થાય.

હવે માત્ર કમરના દુઃખાવાની દવારૂપે ગૂગળના કલ્પોનું સેવન કરાવીએ તો નિદાન થાય નહીં. કિડનીમાં સોજો હોય તો પણ દુઃખે, કિડનીમાં પથરી હોય તો પણ દુઃખે. હવે જો હૃદયમાં સોજો હોય તો એ સોજાની શરૂઆત પગ ઉપર ખાસ થાય છે. લિવરમાં સોજો હોય તો પેટ્ટમાં પાણી ભરાય. જ્યારે કિડનીમાં ખરાબી હોય તો તે દરદીના ચહેરા ઉપરથી થાય છે. એનો ચહેરોમહેરો ચાડી ખાય છે. કિડનીનો સોજો તીવ્ર સ્થિતિમાં હોય તો એ બધાનો લક્ષણપૂર્વક આયુર્વેદ ઊંડો અભ્યાસ કર્યો છે, પણ ક્યારેક