

## પેટના કેટલાક રોગોમાં અસરકારક હોમિયોપેથીક દવાઓ

**ચોમાસાની** શરૂઆત થતાં જ સમાચારપત્રોમાં સરકાર તરફથી 'ઝાડા-ઊલટીના રોગચાળાથી બચવા આટલું ધ્યાનમાં રાખો' કે 'મેલેરિયાથી બચવા આટલું કરો' જેવી જાહેરાતો પ્રદર્શિત થવા માંડે છે. ચોમાસાની મોસમ એટલે રોગચાળાની મોસમ. આ દિવસોમાં ડૉક્ટરના ક્લિનિકો દર્દીઓથી ઊભરાય છે. જેને ડૉક્ટર કે દવાવાળા સીઝન સારી છે તેમ કહેતા હોય છે. રોગ થાય અને તેનો ઉપચાર કરીએ તેના કરતાં કેટલીક કાળજી રાખીને રોગ ન થાય તેમ કરવું વધારે સલાહભર્યું છે. ચોમાસામાં પાણીને કારણે ફેલાતા રોગ થવાનો ભય વિશેષ રહેલો હોય છે. ચોમાસામાં ગટરનું દૂષિત પાણી પીવાના પાણી સાથે મિશ્ર થઈ જતાં કે દૂષિત ખોરાક, વાસી ખોરાક કે ફળ ખાવામાં આવતાં રોગ થાય છે. આ માટે પાણી ગાળીને કે ઉકાળીને જ પીવું જોઈએ. વાસી ખોરાક કે બજારનો ખુલ્લો ખોરાક ન ખાવો જોઈએ. જાહેર પ્રસંગોમાં રોગચાળાની શક્યતા વિશેષ રહેલી હોય છે તેથી આવા પ્રસંગોમાં ખાવા-પીવા માટે ખૂબ જ સાવચેતી રાખવી જરૂરી છે. ચોમાસાની ઋતુમાં પાચનશક્તિ ખૂબ જ મંદ થઈ જાય છે. તેનાથી પણ પેટની તકલીફ ઉદ્ભવતી હોય છે. માટે જ દરેક ધર્મમાં ઉપવાસ પણ આ સમયમાં જ કરવાનું વિધાન હોય છે. પેટની તકલીફથી બચવા માટે ઉપવાસ કરવા, ભૂખ કરતાં ઓછું જમવું, પ્રવાહી વધારે લેવા અને સુપાચ્ય ખોરાક લેવો. રાત્રે મોડા જમવાથી પાચનનો યોગ્ય સમય રહેતો નથી. માટે જ સાંજે વહેલા જમી લેવું જરૂરી છે. પેટની તકલીફ માટે ઉપરની કાળજી લેવા છતાં પણ ક્યારેક રોગના ભોગ બની જઈએ ત્યારે નીચેની દવાઓ લેવી જોઈએ. ઝાડા-ઊલટીમાં તો હોમિયોપેથીક દવા કામ કરતી હશે ? એવો ખોટો ખ્યાલ મનમાંથી દૂર કરી અનુભવ કરશો ત્યારે હોમિયોપેથીક દવાની શક્તિનો ખ્યાલ આવશે.

**આર્સેનિક આલ્બ :** ફૂડ-પોઈઝનિંગ માટે આ શ્રેષ્ઠ દવા છે. ઝાડા-ઊલટી કે ઉબકા આવતા હોય, ઝાડામાં ખૂબ જ વાસ મારતી હોય, અશક્તિનો અનુભવ થતો હોય. ઝાડા-ઊલટી સાથે તાવ પણ હોય અને પાણીની તરસ વારંવાર લાગતી હોય ત્યારે આ દવાનો ઉપયોગ કરવો હિતાવહ છે. તકલીફ વધારે હોય ત્યારે ૨૦ જેટલી ગોળી એક કપ પાણીમાં ઓગાળી, તૈયાર કરેલ પ્રવાહી દર કલાકે કલાકે એક ચમચી જેટલું આપી શકાય.

**કાઝો વેજ :** મંદ પાચનને કારણે થતા ગેસ માટેની આ દવા છે. ખૂબ જ સાદો કે પ્રમાણસર માત્રામાં લીધેલ ખોરાક પણ જાણે વાયુમાં રૂપાંતર પામતો હોય તેમ લાગે છે. પેટ ફૂલી જાય છે. દર્દીને દુર્ગંધ મારતી વાહૂટ થાય છે અને વાહૂટ થવાથી જ પેટમાં રાહત મળે છે. ઘણી વખત વાહૂટ સાથે ઝાડો પણ થઈ જાય છે.

**નડસ-વોમીકા :** બહાર ખાધેલ ખોરાકને કારણે અથવા વધુ પડતા ખોરાકને કારણે કે પછી ખોરાકની અનિયમિતતાને કારણે થતી પેટની તકલીફ જેવી કે એસીડીટી, વાયુ કે મરડા માટે આ દવા ઉપયોગી છે. રાત્રે વધારે પડતા ઉજાગરા, આલ્કોહોલનો ઉપયોગ કે બેઠાણું જીવન પેટની તકલીફ પેદા કરે ત્યારે આ દવા સારું પરિણામ આપે છે. દર્દીને પેટમાં દુઃખાવો થયા પછી સંડાસ જવાની ઈચ્છા થાય છે અને સંડાસ ગયા પછી સારું લાગે છે.

**મર્ડસોલ :** મરડા માટે ઉપયોગમાં લેવાતી આ દવા છે. જેમાં ચીકાશવાણું, દુર્ગંધ મારતું સંડાસ થાય છે. પેટમાં આંકડી આવે છે અને સંડાસ કર્યા પછી પણ સંતોષ થતો નથી. ચોમાસાની સીઝનમાં ઠેર ઠેર પાણીના ખાબોચિયા તો ભરાવાના જ. આ સંગ્રામેલા, બંધીયાર પાણીમાં મચ્છર પેદા થાય છે અને મલેરિયાનો ફેલાવો થતો હોય છે. સૂર્યપ્રકાશની ગેરહાજરી કે ભેજવાણું હવામાન મચ્છર માટે વધારે અનુકૂળ હોય છે. માટે જ ચોમાસામાં સ્વચ્છતા રાખવી જરૂરી છે. મલેરિયાના તાવ માટે હોમિયોપેથીક માં ચાઈના, આર્સેનિક આલ્બ, નેટમમુર કે યુપેટોરીયમ જેવી દવાઓ છે. જે નિષ્ણાત ડૉક્ટરની ભલામણથી લઈ શકાય છે.