

શરીરમાં ૮૦ પ્રકારના વાયુઓના ઈલાજો:

થોરડી ભોકેશ્વર મહાદેવ મંદિરના પ્રકાશબાપુ દ્વારા આયુર્વેદની પ્રખર સાધના: નજલો ગાંઠિયો વા-સંધિવા- સાઈટિકા- કમરનો દુખાવો- ધનુર્વા- લકવા વગેરે વાયુદર્દના પ્રકાર * તમામને ઉંડાણથી જાણો

શરીરમાં ૮૦ પ્રકારના વાયુ... ઈલાજનું ગહન સંશોધન:

રાજકોટ, લોધિકા પાસે આવેલા થોરડી ગામની બાજુમાં ભોકેશ્વર મહાદેવનું મંદિરે અનોખા સાધકે ધૂણી ધખાવી છે. અહીં બિરાજતા પ્રકાશગિરિબાપુએ માત્ર મૂર્તિને બદલે જન-ધનમાં ઇશ્વરના દર્શન કર્યા છે. આયુર્વેદમાં ઉંડા સંશોધનો કર્યા છે. જંગલમાં ધુમ્પા છે, વનસ્પતિઓ સાથે આત્મીયતા કેળવી છે. જાતે દવાઓ બનાવી છે અને લોકોના આરોગ્ય નિઃસ્વાર્થભાવે ટનાટન રાખે છે.

પ્રકાશબાપુએ વિવિધ સંશોધનો કર્યા છે. તેઓએ વાયુરોગ વિશે આલેખન કર્યું છે. શરીરમાં ૮૦ પ્રકારના વાયુ છે, દરેકનો વિશેષ ઈલાજ છે. બાપુના જ શબ્દોમાં વાયુ-જગતનો પરિચય મેળવીએ.

વાયુ રોગ ઉપર અમે ગહન શોધ સંશોધન કર્યું છે. જેની દવા આશ્રમમાં ઉપલબ્ધ છે. જેની નોંધ લેવી. આ રોગને સંપૂર્ણ મટાડવા લાંબા સમય સુધી સારવાર લેવી જરૂરી છે. આ રોગથી નિરાશ થવાની જરૂર નથી. આશ્રમમાં અનેક વિદ્વાન વૈદ, ડોક્ટરો સાથે મળી વાયુને લગતા અનેક રોગો ઉપર સફળ ઉપાયો કરેલ છે. આ બધી દવાઓ આદી અનાદીકાળથી આપણા ઋષીમુનીઓએ દવાઓ બતાવેલ છે.

આજનાં યુગમાં કેવલ એટલું જ જાણવાનું છે. પ્રાચીનકાળમાં જે તે રોગોને ઋષીમુનીઓ કયાં નામથી ઓળખાવતાં તે જાણીને આજના રોગો ઉપર સારવાર કરી શકાય છે. એમ છતાં વધુ માહિતી માટે રૂબરૂ સંપર્ક કરવો. અમારો હેતુ આપણા ઋષીમુનીઓ આપણી દિવ્ય સંસ્કૃતિ આપણું દિવ્ય વિજ્ઞાન સર્વ લોકો સુધી પહોંચે. જ્યારે આવા રોગોની દવાઓ જહીબુંટીના રૂપમાં ઉપલબ્ધ છે. તો લોકો શા માટે પીડાય અને પૈસા બગાડે છે.

નજલો ગાંઠિયો વા થવાનાં કારણો:

વિરૂધ્ધ આહાર વિહારના સેવનથી એશ આરામમાં રહેવાથી દિવસે સુવાથી કસરતનો તદન અભાવ અને ખુબ ખટાશવાળા પદાર્થો ખાવાથી તન કરતા મનનો શ્રમ વિશેષ કરવાની જુદી જુદી તરેહના

દારૂ પીવાથી મહાવરાથી આ દરદ થાય છે. ગરીબ લોકો બિચારા એશ આરામ શી ચીજ છે તે ભાગ્યે જ સમજે છે. એટલે તેમને આ દર્દ ભાગ્યેજ થાય છે. યુરોપીયનો પારસીઓ, અને ભાટીયા જેવી એસઆરામ ભોગવનારી કોમોમાં આ દરદ વધુ જોવા મળે છે. અર્થાત મુખ્યત્વે કરીને આ રોગ અતિસુક્રુમાર પુરૂષોને થાય છે. જેના આહર અને વિહાર મીથ્યા હાનીકાકરક છે. અને જેઓ જરાપણ હરતા ફરતા નથી તેઓને જ રોગ થાય છે. પોર્ટ વાઇન શેરી અને બીયર વગેરે જાતના દારૂથી આ દરદ વિશેષ થાય છે. વિસ્કીથી થવાનો સંભવ થોડો છે. આ દરદ સ્ત્રીઓ કરતા પુરૂષોને વિશેષ થાય છે. ગરીબ કરતા શ્રીમંતો અને વિદ્વાનોમાં આ દરદ વિશેષ જોવામાં આવે છે. આ દરદ વારસામાં ઉતરે છે. ઘણુ કરીને ત્રીસ વરસની ઉંમર પછી આ વ્યાધી લાગુ પડે છે.

આ બધા ઉપરોક્ત કારણોથી પાચન ક્રિયા બગડે છે. આને પરીણામે લોહી પણ કુષીત થાય છે. લોહીમાં યુરીક એસીડ વધી પડે છે તેને કાઢવા કુદરત પ્રયત્ન કરે છે અને સોડના સંયોગમાં સોડીયમ યુરેટના ક્ષારના રૂપમાં તેને કોઇ સાંધાની આસપાસ કાઢી નાખે છે. ક્ષારના જમાવાથી સાંધો સુજી આવી તેમા દરદ થાય છે પેશાબને રસ્તે પણ કુદરત એ રોગી પદાર્થ કાઢવા યુક્તી નથી પ મુત્રપીડમાં આ પદાર્થ જો જામસે તો ત્યાં તે જામે છે અને તેને લીધે મુત્રપીડનો સંકોચ થાય છે.

લક્ષણો:

એકાએક રાતમાં પાછલા પહોરે પગના અંગુઠામાં અતિશય દરદ થાય છે. અને ટાઢની તમક સાથે આ દરદ થાય છે. આ દરદ થયા પહેલા થોડા રોજ અર્જીણના ચીન્હો જણાય છે. કોઇક વાર આવા સુચક ચિન્હો નથી પણ જણાતા પગના અંગુઠામાં અથવા પગના તળીયામાં કે પગની પાનીમાં અથવા હાથના અંગુઠામાં આ દરદ થાય છે. ત્યાં અસહ્ય વેદના થાય છે. અને તે ભાગ સોજી જાય છે અને રાતો થઇ આવે છે તે ભાગમાં જાણે અઝ્ની મુકયો હોય અથવા ત્યાં આગળ કોઇ ચીરતુ હોય તે પ્રમાણે દરદ થાય છે. સવારની વખતે દરદ થોડુ કમી થાય છે પેશાબ લાલ પીળા રંગનો આવે છે. અને પેશાબ થતા બળતરા બળે છે. પેશાબ રાખી મુકવાથી નીચે થોડો ડહોળો પદાર્થ જામે છે. આવી રીતે બે ત્રણ રાત્રી સુધી દરદ વધે છે. પછી તાવ ઉતરી જાય છે. સોજેલા ભાગ ઉપરથી ચામડી ઉતરી જાય છે. અને ધીમે ધીમે તબીયત જાણે કે પ્રથમ કરતા પણ સારી થઇ ગઇ હોય એમ દરદી માને છે.

આ પ્રમાણે સુધારો થવાથી દરદી પહેલાની પેઠેજ મોજમાં પડે છે. અને પોતાના દુશ્મનરૂપ આ વ્યાધીને વીસરી જાય છે. પણ વ્યાધી તેને વીસરતી નથી ટુંક સમયમાં જ તે પાછો પોતાનો હુમલો શરૂ કરે છે. વારંવારના હુમલા થોડો વખત રહે છે. બે ચાર વર્ષના અંતરને બદલે બે ચાર મહીના

પછી એકેક મહીનો અને અંતે દરદી આ રોગનો હંમેશનો તાબેદાર થઈ પડે છે. આ પ્રમાણે જુના થયેલા વ્યાધીમાં તાવનું કે સાંધાનું જોર હોતુ નથી સાંધાઓની અંદર અને આસપાસ સફેદ આંકવા જેવા ગાંઠા બંધાય જાય છે તેથી આ રોગનો ગાંઠીયો વા કહે છે.

જુના વ્યાધીમાં હાથપગ અને આંગળા ઉપર નાના મોટા ઠિંગરવા જેવા ટેકરા જણાવ છે. તેના સાંધા સજજડ થઈ જાય છે. અને આંગળા વળેલા રહે છે અર્જીણના ધણાખરા ચિહ્નો જણાય છે. પેશાબ બહુ થાય છે અને તેમા યુરીક એસીડ જણાય છે.

આ રોગમાં દરદી બરાબર પરેજી યા પથ્ય નહી રાખે તો ફક્ત દવાઓથી કંઈ જ લાભ નહી થાય નજલાના રોગોને શરીરને યોગ્ય કસરત આપવી, સ્ત્રી સંભોગ ધણો જ ઓછો કરવો, ઉજાગરા કરવા નહી દારૂ પીવો નહી. માંસાહાર મુકી જ દેવો ના છુટકે અવાર નવાર થોડોક લેવો, લીલા શાકભાજી, ફળ વધુ ઉપયોગમાં લેવા, મિષ્ઠાન ન ખાવા, મુરબ્બા, અથાણા, રાયતા, ચટણી, મસ્કો , ચા, કોફી, દહી, ખાટી છાશ ચીજો ત્યજી દેવી દુધભાત, રોટલી, જવ, દુધ, દુધપાક બટાટા લઈ શકાય. ગરમ પાણીથી સ્નાન કરવુ પંગચંપી કરાવવી ગરમ કપડા પહેરવા આડા પેશાબનો ખુલાસો રાખવો. નિયમીત સુવુ અને ઉઠવુ. પ્રવાહી ખોરાક લેવો જવનું પાણી, જવની બનાવેલ વસ્તુઓ ખાવી, એશ આરામનો ત્યાગ કરી મહેનતમાં ચિત્ત પરોવવુ, ઈશ્વરનું સ્મરણ કરવુ માસ મચ્છી દારૂ મટન છોડી જ દેવા.

વાયુના રોગો:

સંધિવા:

સંસ્કૃતમાં સંધિવાને આમવાત કહે છે. અંગ્રેજીમાં આને 'રુમેટિઝમ' કહે છે. સાંધાઓમાં વા હોવાથી સાંધા જકડાઈ જાય છે, એટલે જ આવું જ નામ પડ્યું છે.

સંધિવા થવાના કારણો

સંધિવાનું મૂળ કારણ રક્તવિકાર છે. રક્તવિકારનું મૂળ કારણ વિરૂધ્ધ આહાર વિહાર છે. અન્નનું અજીર્ણપણ આ રોગનું અગત્યનું કારણ છે. ઠંડી તથા શરદીને લઈને પણ આ દર્દ થાય છે. લોહીમાં ખટાશ-યુરીક-એસીડ વધવાથી આ દરદમાં સાંધા જલાય છે. ચાંદી અને પરમિયામાં પણ સાંધા ઝલાય છે. સંધિવા વારસામાં પણ મળે છે. કેટલીક વખત સુવાવડમાં તથા કસુવાવડમાં સ્ત્રીઓના સાંધા જકડાઈ જાય છે.

લક્ષણો:

પ્રથમ તાવ આવે છે, ધીમે ધીમે તાવ વધે છે. જીભ ઉપર સફેદ છારી જામે છે. માથુ દુઃખે છે, કબજીયાત રહે છે. પેશાબ થોડો લાલ રંગનો થાય છે. પરસેવો વળે છે. તરસ લાગે છે. પહેલા ધુંટણ કોણી ખંભો, કાંડાઓમાં જોવા મળે છે. અને એકાદ જલાય જાય છે, પછી બીજા સાંધાઓ પણ ઝલાય છે. આમાં એટલું દર્દ થાય છે કે ઉપર કપડું સરયુ પણ સહન થઈ શકતું નથી આ દર્દ ઘડીકમાં એક સાંધામાં તો ઘડીકમાં બીજા સાંધાઓ આમ બદલાતું રહે છે. દરદી લાકડાની પેઠે પથારીમાં પડી રહે છે. હાથ પગ, હલાવી શકતો નથી, દરદને લઈને ઉંઘ આવતી નથી. પરસેવો એટલો બધો થાય છે કે બિંછાનું આખું ભીંજાય જાય છે. પરસેવો ગંધાય છે. તાવ ૧૦૧ થી ૧૦૫ જેટલો જામે છે.

આ દરદ એટલું ખરાબ છે કે એક વખત થયા પછી તે ફરીથી થાય છે. અને કેટલીક વખત તો લાંબો વખત સુધી સતાવે છે.

સંધિવામાં હૃદય ઉપર પણ અસર પહોંચે છે. સંધિવામાં હૃદય ખાસ જોવું જોઈએ.

સંધિવાના તીક્ષ્ણ અને દીર્ઘ એવા બે પ્રકારો છે. તાવ સાથે સાંધાઓ સખત રીતે જકડાઈ જાય છે. તેને તીક્ષ્ણ સંધિવા કહે છે. તીક્ષ્ણ સંધિવા થઈ ગયા પછી કેટલીક વાર સાંધાઓમાં અથવા શરીરના બીજા ભાગોમાં પણ ઘણા વખત સુધી દરદ થયા કરે છે. કોઈપણ દવાને તે ગણકારતું નથી. આવા ખરાબ દરદને જીર્ણ સંધિવા કહે છે.

ઉપાયો:

આ આમનો વ્યાધિ લંઘન સારો ઉપાય છે. કકડીને ભુખ લાગે નહી ત્યા સુધી ૪-૮ દિવસનું લંઘન કરવાથી આ વ્યાધિ જલદી સારો થઈ જાય છે.

આ દરદમાં દસ્ત સાફ આવે તાવ હલકો પડે લોહી સુધરે તેમ પેશાબ અને પરસેવો ખૂબ થાય એવી દવાઓ આપવી જોઈએ.

શરૂઆતમાં પેટ સાફ લાવવા માટે સુંઠના ઉકાળામાં ૧ અઘોળ દિવેલ પી લેવું અથવા તો અશ્વકચુકીની ૨-૩ ગોળીઓ ગોળના પાણી સાથે લઈ લેવી.

(૧) ઇન્દ્રવારૂણી (ઇન્દ્રવારણ) નું મૂળ પીપર અને ગોળ સમાન ભાગે ૧ તોલો જેટલા વજનમાં લેવાથી સંધિવામાં ફાયદો થાય છે.

(૨) ગોરખમુંડી (બોડિયા કલાર) અને સૂંઢનું ચૂર્ણ તોલ્લેના સવાર સાંજ ગરમ પાણીમાં પીવું ગોરખમુંડી લીબી મળતી હોય તો તેનો રસ તોલો-૧ હમેશા પીવો બહુ સારો ઇલાજ છે.

(૩) સરસિયા તેલમાં ગરમાળાના પાંદડાને બારીને તે ખાવાથી સંધિવામાં ફાયદો થાય છે. આ પ્રયોગ ન થાય તો ગરમાળાનો ગોળ તોલો અને ૦|| નગોદ્રાનો રસ તોલો-૧ હમેશા પીવો.

(૪) ગોખરું તોલો ૧ અને સૂંઠ તોલો ૧ બંનેનો ક્વાથ સવાર-સાંજ પીવાથી સંધિવામાં ફાયદો થાય છે. ગોખરું પેશાબ સાફ લાવે છે. પૌષ્ટિક છે.

(૫) હીમજ હરડેને દિવેલમાં તળી લઈ હમેશા એહિમનો ૧૦-૧૨ ખાવી ઉપરથી સૂંઠમરીનો ઝામો પીવો.

(૬) કળથીની રાબડી પીવાથી પરસેવો સારી રીતે છુટે છે પેશાબ સારો થાય છે. પરસેવો તો આ દરદમાં લાવવો જ જોઈએ સંધિવામાં હમેશા કળથીની રાબ પીવી હિતાવહ છે.

(૭) દિવેલના મૂળનો ક્વાથ હમેશા થોડુંક દિવેલ નાખીને પીવાથી સંધિવા હલકો પડે છે.

(૮) ઘટકચુરો અને સૂંઠ બંનેનું ચૂર્ણ તોલો ૦|| સાટોડીના મુળીયાના ક્વાના સાથે પીવાથી સંધિવામાં ફાયદો થાય છે.

(૯) સાટોડી ચોમાસામાં ઘણી થાય છે એના મુળ ઉતમ મુત્રણ અને શોથદન છે. માટે સાટોડીના તાજા મુળીયાનું ચૂર્ણ તોલો-૧ સવાર સાંજ લઈને પીવાથી ગમે તેવું સંધિવાનું દુઃખ હલકુ પડે છે. ઝાડાની કબજીયાત હોય તો સાથે દિવેલ આપવું સારું.

(૧૦) રાસ્ના ગરમાળાને ગોળ, તેલિયો દેવદાર ગોખરું પુષ્પકમૂળ (પુષ્પકમૂળ સારા મળતા નથી એટલે અને બદલે એરંડાના મુળિયા લેવા સાટોડી, સૂંઠ અને હરડે આ આઠ દવાઓ સમાન ભાગે લઈ તેનો ક્વાથી કરી પીવાથી દરદ સાફ ઉતરે છે. સાંધા છુટી જાય છે. સોજો ઉતરી જાય છે. તાવ ઉતરી જાય છે. અને શરીર જલ્દી સારું થાય છે.

(૧૧) મહાયોગરાજ ગુગળ અથવા ચંદ્રપ્રભાવટીની ગોળીઓ વૈદોને ત્યાં મળે છે આ ગોળીનું લાંબા વખત સુધી સેવન કરવાથી સંધિવા મટે છે. આ બંને દવાઓ સંધિવા માટે સારી છે.

(૧૨) દશમૂલ તોલા રાં એક શેર પાણીમાં ઉકાળી ૫ તોલા પાણી બાકી રહે ગાળીને મધ સાથે પીવાથી સંધિવા મટે છે.

(૧૩) નગોવડનો રસ તોલો ૧ અને દિવેલ તોલો ૦|| પીવાથી સંધિવા માટે છે.

(૧૪) પરમિયો કે ચાંદિ થઈ હોય અને તેને લીધે સંધિવા થયો હોય તો મહાયોગરાજ ગૂગળ સાથે પોટાશ આયોડાઇડ (મહાયોગરાજ ગૂગળ-૧ પોટાશ આયોડાઇડ ગ્રેન-૨) યોજવો અથવા દેવકસુમા દેવરી યોજવી .

સંધિવા સામાન્ય સુચના:

દરદીને ગરમ કપડા પહેરાવવા શરદી લાગવા દેવી નહી. દુઃખતા ભાગને ગરમ કપડાથી કે ફલાલીનના કકડાથી આખો દિવસ વીંટી રાખવો અને આરામ લેવો.

ખાવામાં સાવ દૂધ ચોખા આપવા કારેલાનું શાક પાણીમાં બાફેલું (ઉપરથી તેલ, મચ્ચું, મીઠું, નાખી લેવું) ખાવાથી સંધિવા મટે છે. ખવાય તો કારેલાનું પાણીમાં બાફેલું શાક ખાવું. એકલા બટેટાનું શાક

ખાવાથી પણ સંધિવા મટવાના દાખલા તબીબી દાકતરોમાં નોંધાયેલા છે. બટાટા બાફેલું પાણી પીવાથી સંધિવા મટે છે. ખટાસ બીલકુલ ન ખાવી. કઠોળ જેવો ભારે ખોરાક પણ ન જ ખાવો. ઝાડો પેશાબ બરોબર સાફ આવે છે કે નહી તેની કાળજી રાખવી અવાર નવાર દિવેલ લેવું આ રોગમાં સારું.

રાંઝણ - ગેઇસી (સાઇટીકા) વા:

ગુજરાતીમાં આને રાંઝણ કહે છે. અંગ્રેજીમાં આને સાયેટિકા કહે છે. આપણા શરીરમાં મોટામાં મોટી ચેતા (neave) આ સાયટીકા છે. આ સાયટીકા છે. આ ચેતાનો સોજો અથવા પીડા એનું નામ સાયટીકા ખરી રીતે આ રોગ નથી પણ એક લક્ષણ (Symptom) છે. કરોડ રજ્જુના ચોથા અને પાંચમાં લમ્બર-કશેરુકા (વટેધ્યા) તેમજ સેકમનો પહેલા, બીજા, ત્રીજા નર્વ રૂટસમાંથી આ ચેતા બને છે. વાત રકત (ગાઉટ) મધુમેહ, નિતંબ સંધિ શોથ સખ્ત કબજીયાત, સ્ત્રીઓમાં બીજગંથીમાં અબુંદ આઘાત મોચ ઇત્યાદિ કારણોથી આ પીડા થાય છે. આ પીડા પિતંબથી લઇને પગની એડી સુધી ઉત્પન્ન થાય છે. આથી કરી પ્રાચીન આચાર્યોએ અર્થાત નિતંબથી શરૂઆત થાય છે. અને ત્યાંથી પછી વેદનાં અનુક્રમે કટિ પૃષ્ઠ, ઊરૂ, જાતું જંઘા અને પગ સુધી પહોંચે છે. એમ કહ્યું છે. કેટલીક વખતે એક તો કેટલીક વખત બન્ને પગોમાં આ દરદ થાય છે. આ બહું દુઃખદાયી દરદ છે. અનેક જાતના વાતવિકારો પૈકીનો આ એક વાત રોગ છે. વાયુ હોય ત્યાં વેદના હોય જ.

ડિસ્ક સ્લિપ ડિસ્ક, કમરનો દુખાવો:

કુદરતે આપણી પીઠ થાંભલા જેવી સિધી બનાવી નથી. આપણી પીઠ ઉપરનાં મણકાની સંખ્યા ૨૪ છે. ગરદનનાં ૭, છાતીના ૧૨, કમરનાં ૫ એમ ૨૪ મણકા છે. કમરનાં પાંચમા મણકા નીચે સેકમ નામનું હાડકું છે. આ સેકમની નીચે કોકસિકસ નામનું હાડકું આવેલું છે. દરેક બે મણકા નીચે ડિસ્ક રહેલી છે. આવી ૨૩ ડિસ્ક હોય છે.

ડિસ્ક સ્થિતિ સ્થાપક પદાર્થની બનેલી છે. ડિસ્કનાં બે ભાગ હોય છે. (૧) કેન્દ્રમાં પોચો જેવી જેવો પદાર્થ જેને ન્યુકિલઅસ પલ્પોસસ કહે છે. ન્યુકિલ અસની આજુ બાજુ રેવા જેવો પદાર્થ હોય છે. જેને એન્યુલસ ફાઇબ્રોસસ કહે છે. ન્યુકિલઅસ અને એન્યુલસ વચ્ચે ખુબ દબાણ હોય છે. દબાણમાં હોવા છતાંય ન્યુકિલઅસ એની મર્યાદાની બહાર ન જાય એની એન્યુલસ ચોકી કરે છે. ડિસ્ક ખૂબ મહત્વની ફરજ બજાવે છે. પોતે પોચી અને સ્થિતિ સ્થાપક પદાર્થની બનેલી હોવાથી આંચકા જીલી લેવાનું મહત્વનું કાર્ય કરે છે.

કમરનો દુઃખાવો:

સ્લિપ ડિસ્ક એટલે બે મણકા વચ્ચેની ગાદી ખસી જવી. સાઇટીકા થવાનાં કારણોમાંનું આ એક મુખ્યકારણ છે. એવું જોવામાં આવ્યું છે કે કમરનાં પાંચમાં મણકા અને સેકમની વચ્ચે સ્લિપ ડિસ્ક સૌથી વધુ પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે. ત્યાર પછી કમરનાં ચોથા અને પાંચમાં મણકાની વચ્ચેની ડિસ્ક ખસે છે. કમરના ચોથા મણકાની ઉપરની ડિસ્ક ખસે છે. પણ એનું પ્રમાણ ઓછું જોવામાં આવે છે. સ્લિપ ડિસ્ક થયા પછી શરૂઆતમાં કમરમાં દુઃખાવો થાય છે. સાયટિકા પછીથી થાય છે. સ્ત્રી-પુરૂષ બન્નેમાં સ્લિપ ડિસ્ક થાય છે.

સામાન્ય રીતે અઢાર અને પચાસ વર્ષની વયલી ઉંમરમાં અથવા આ ગાળામાં સ્લિપ ડિસ્ક થવાની શક્યતા વધારે છે. પચાસ વર્ષની ઉંમર પછી ડિસ્ક બરડ થાય છે. અને તેમાં ન્યુકિલઅસનું પ્રમાણ પણ સૂકાતું જાય છે. આથી સ્લિપ ડિસ્ક થવાની સંભવના ઉંમરના વધવા પ્રમાણે ઓછી થતી જાય છે. અઢાર વર્ષની નીચેની ઉંમરના સ્ત્રી-પુરૂષોને પાછળનો લિગામેન્ટ જાડો હોય છે અને જલ્દી તૂટતો નથી.

મોટા ભાગના દરદીઓમાં કમરનો અચાનક આંચકો આવવાનો પૂર્વ ઇતિહાસ મળે છે. કોઇ વસ્તુને અચાનક ધક્કો મારવાની જરૂર પડે. કબાટ યા એવી બીજી ભારે વસ્તુ ખસેડવા જોર કરવું પડે, મોટરને ધક્કો મારવો પડ્યો હોય, સ્કુટર યા મોટર સાયકલને દોરી જવી પડી હોય, અથવા અચાનક આંચકો મારીને વજન ઉંચકવું પડ્યું હોય આમ કર્યા પછી થડા કલાકોમાં યા દિવસો પછી સવારે ઉઠ્યા પછી વાંકા વળીને દાંતણ કરતાં અથવા અચાનક છીક યા ઉઘરસ ખાતા યા તો વાંકા વળ્યા પછી સીધા ઉભા થવા જતા કમરનાં નીચેની ભાગમાં એકદમ સખ્ત દુઃખાવો થઇ આવે છે. આ દુઃખાવાનું પ્રમાણ એટલું સખ્ત અને અસહ્ય હોય છે કે માણસ તે જગ્યાએ જડાય જાય છે. અને ત્યાંથી ખસવા અસમર્થ હોય છે. આ દુઃખાવો ધીમે ધીમે ઓછો થતો જાય છે. જેમ દુઃખાવો ઓછો થતો જાય તેમ સાયટીકા શરૂ થાય છે. ઘણી વખત કમરનો દુઃખાવો અને સાયટિકા સાથે હોય છે. ઘણી વાર સાયટિકા એકલો જ હોય છે સ્લિપ ડિસ્કમાં દરદી કમરમાંથી આગળ અને બાજુ પર વાંકો વળી જાય છે. દરદીને પોતાને તેવું લાગતું નથી. પણ જોનારને જણાય છે કે દરદી એક બાજુ વાંકો વળી ગયો છે. એક બાજુનું નિતંબનું હાડકું બીજી બાજુનું હાડકું કરતા વધારે ઊંચું લાગે છે. દરદી આસાનીથી આગળ વળી શકતો નથી. થોડું આગળ નમ્યા પછી સીધા અથવા સીધો થવામાં ખૂબ દુઃખાવો થાય છે. દરદીને પાછળ નમવામાં પણ ખૂબ દુઃખાવો થાય છે.

કમરનો દુખાવો:

બાજુમાં વળવામાં દરદીને દરત થતું નથી. સામાન્ય રીતે સૂતા પછી પગ ૮૦ થી ૯૦ જેટલો પણ ઉંચો થઇ શકવો જોઇએ તે સ્લિપ ડિસ્કમાં જ્ઞાનતંતુ ઉપર દબાણથી માત્રા પ્રમાણે દરદી પોતે પણ

ઉંચો કરી શકતો નથી. ઘણી વખત મોરુદંડ ઉપર દબાણ આવી ગયું હોય તો દરદીના બંને પગ ઉંચા કરતાં દુઃખાવો થાય છે.

હાડકાનાં રોગોનાં દાકતરો ઓર્થોપેડીક સર્જનો સ્લિપ ડિસ્કનું નિદાન દરદીનો પૂર્વ ઇતિહાસ, તપાસ તથા જરૂર જણાય તો એક્સ-રે લઈને કરે છે. કોઈ કોઈ કિસ્સામાં નિદાનની ગૂંચવણ હોય ત્યારે કમરમાં ખાસ પ્રકારનાં ઔષધનું આપીને એક્સ-રે લે છે. આ તપાસને માંગલોગ્રાફી અને એક્સ-રે માપેલોગ્રામ કહે છે.

સ્લિપ ડિસ્ક ઓપરેશન ઔષધો બંનેથી સારો થાય છે. પરંતુ દરદી ધીરજ રાખે તો ત્રણેક મહિનામાં તો ડિસ્ક સારી જ થઈ જાય છે. સર્જનો કેટલાક દરદીઓને કમરે પહેરવાનો ખાસ પટો બનાવડાવી તે પહેરવાની સલાહ આપે છે. ઘણા દરદીઓને પ્લાસ્ટર મારવાની પણ સલાહ આપે છે. ટુંકમાં ડિસ્કના દરદીએ ધીરજથી દવા દારૂ આરામ લેવો જોઈએ.

સ્લિપ ડિસ્કના વધુમાં વધુ દરદીઓ ત્રીસથી પચાસ વર્ષની ઉંમર વચ્ચે જોવામાં આવે છે. પચાસ વર્ષ પછી ડિસ્ક થવાની શક્યતા ઓછી રહે છે.

કેટલાક હાડવૈદ્યો મચેડીને ડિસ્ક બેસાડી આપે છે. પણ તે બરાબર છે કે નહીં તે વિશે અભિપ્રાય આપવામાં અમો નિષ્ણાંત નથી, સંસાર છે. લંબેગો-કટિશૂલ હોય અને આમ મચેડી આપવાથી દરદ મટી જતું હોય દરદી અને તેના સગાઓ ડિસ્ક મટી ગઈ છે એમ કહે છે. ખરી રીતે ડિસ્ક હોય છે કે લંબેગો હોય છે. તેનું નિદાન કરાવ્યાથી આ વાતનો નિર્ણય થઈ શકે.

ઘણા માણસો લંબેગોનું ટચાકિયું કહે છે. અને તે ફોડી આપનાર માણસો પણ હોય છે. ટચાકિયું મચેડીને એક જાતનો આંગળીઓના ટેટા ફોડતા જેવો અવાજ થાય છે. તેવો અવાજ થાય છે. સર્જનો કહે છે કે આવો અવાજ મોટે જાણે ટચાકિયું બેસાડનાર માણસનાં આંગળાનો જ હોય છે.

સ્લિપ ડિસ્ક લંબેગો બંનેનું નિદાન લગભગ સરખું જ હોય છે. ગમે તેમ હોય બંનેમાં કમરનો દુઃખાવો હોય છે

પગની એડીનો દુઃખાવો:

પગની એડીના દરદીની મુખ્ય ફરીયાદ એ હોય છે કે શરૂઆતમાં સવારમાં પથારીમાંથી ઉઠ્યા પછી એડી જમીન ઉપર મુકતા અસહ્ય દુઃખાવો થાય છે. દરદી ધીમે ધીમે પગના પંજા ઉપર ચાલે છે. અને ધીરે ધીરે એડી ઉપર જમીન ઉપર મુકાય છે. અને ધીમે ધીમે દુઃખાવો મટી જાય છે. જાણે કે કંઈ જ હતું નહીં એમ. આખો દિવસ આવો દરદી બધું કામકાજ કરી શકે છે. પરંતુ બીજા દિવસે પણ પથારીમાંથી ઉઠીને ચાલવા જતાં એડીમાં સતત દુઃખાવો અનુભવે છે. આવું થોડા દિવસો ચાલે છે. અને ધીમે ધીમે દુઃખતું બંધ પડી જાય છે. દવા સિવાય મટી જાય છે. આ દરદમાં પાક થતો નથી. આ દરદનું કારણ દાકતરો નક્કી કરી શકતા નથી.

આવું દરદ વાયુને લઇને જ હોય છે. આર્યુવેદની એ માન્યતા છે સિદ્ધાંત છે કે જ્યાં જ્યાં વા ત્યાં ત્યાં વેદનાં એટલે આ વાયુનાં દરદમાં વાયુના ઉપચાર કરવા.

ખભાનો દુઃખાવો:

ખભામાં અચાનક દરદ થઇ આવે છે અને દરદી ધોતિયુ કે સાડી પોતે પહેરી શકતો નથી. હાથ ઉંચા થતા નથી. ખાવાનું પણ એ હાથે ખાઇ શકતો નથી. દરદી ખભાનો લકવો થયો છે એમ માને છે અને કહે છે. પરંતુ જાણી લેવું જરૂરી છે કે ખભાનો સ્થાનિક દુઃખાવો છે. લકવા જેવું નથી જ ખંભાનું હાડકું ઉતરી ગયું છે એમ માની દરદી હાદવૈદ્ય પાસે જાય છે. હાડવૈદ્ય આમા કશું કરી શકતો નથી. આ દરદ લાંબા સમયે આપોઆપ મટી જાય છે. વાયુનો આ રોગ છે એમ માની દેશી ઉપચાર કરવા નગોડાના તાજાપાન તોલા ૨૥ મંગાવી ચટણી જેવા બારીક લસોટી રસ નીકળે તે રોજ ભૂકી નાખી ઉકાળો કરવો અને એ ઉકાળો રોજ ૧ ચમચો દિવેલ નાખીને દિવસમાં એક વખત પીવો અને શેક કરવો. ગુગળની કોઇપણ બનાવટ ઉકાળા સાથે લેવી શેક કરવો.

સંધિશૂળ:

આ રોગ થવાનું ચોકકસ કારણ હજી સુધી શોધી શકાયું નથી. પુરૂષો કરતાસ્ત્રીઓમાં આ રોગ વધુ જોવામાં આવે છે. પારસી કોમમાં આ દરદ વધુ પ્રમાણમાં માલુમ પડે છે. ગમે તે ઉંમરે આ રોગ પેદા થઇ શકે છે. યુવાનમાં પણ ઘણાને આ દરદ થાય છે અને જીંદગી આખી હેરાન થાય છે. રોગની શરૂઆત ખૂબ ધીરેથી થાય છે. શરૂઆતમાં સવારમાં ઉઠતી વખતે હાથ અને પગનાં આંગળા સ-ડ થઇ જાય છે. જે સામાન્ય હલન ચલન પછી પાછા નરમ થઇ જાય છે. આખો દિવસ કંઈ તકલીફ થતી નથી આગળ જતા આંગળાના સાંધા ઉપર સહેજ સોજો ચડે છે. અને થોડોક દુઃખાવો જણાય છે.

હાથના આંગળાથી આ પ્રમાણે શરૂઆત થાય પછી દરદ ધીરે ધીરે આગળ વધે છે. અંતે કાંડાનો સાંધો, કોણી, ઘુંટનાં સાંધા વારાફરતી પકડાઇ છે. થાપાનો સાંધો મોટે ભાગે પકડાતો નથી. ઘણા આગળ વધેલા દિવસમાં ડોકીના અને કમરના સાંધા પણ પકડાઇ જાય છે. જડબામાં સાંધાઓ જ્યારે જકડાઇ ત્યારે ખોરાક ચાવવામાં મુશ્કેલી પડે છે. દરદીને સામાન્ય ઝીણો તાવ પણ રહે છે. દિન-પરદિન અશક્તિ અનુભવાય છે. જેમ જેમ રોગ આગળ વધે તેમ તેમ એક સાંધાથી બીજે, બીજેથી ત્રીજે એમ સાંધા ખરાબ કરતો જાય છે. દુઃખાવો વધતો જાય છે અને છેક આગળ વધેલા કેશોમાં દરદીના સાંધાઓ નાશ પામીને દરદી પથારીવશ થઇ જાય છે. આંગળા અને કાંડાનાં હાડકાનો નાશ થઇ જાય. હાથ બેડોળ અને નકામાં થઇ જાય છે.

ગ્રીવા અને પૃષ્ઠવંશ વિકાર:

સર્વિક્સ એટલે ડોકી, સર્વાઈફલ એટલે ડોક સંબંધી આ રોગમાં 'ખભાની આજુબાજુ, ડોકીથી નીચેના ભાગમાં દુઃખાવો, ડોકના મણકાની આજુબાજુનો દુઃખાવો, ડોકમાંથી દરદની શરૂઆત થઈ કોણીની નીચે થઈ જઈ છેક આંગળા સુધી દુઃખાવો થવો, કોઈકવાર માથાના પાછળના ભાગનો દુઃખાવો ડોકી ફેરવતા દુઃખાવો થવો, ચક્કર, હાથની આંગળીઓમાં ઝણઝણાટી અથવા બહેરાશ આ બધી જ ફરિયાદો બે-ત્રણ સાથે કે ફક્ત એકાદ સર્વાઈફલ સ્પોન્ડિલાઈટિસનો કારણે થઈ શકે.'

ડોકીના મણકા સાથે વચ્ચેની ગાદીની આ વિકૃતિ છે

ડોકમાં સાત મણકા છે, દરેક મણકા વચ્ચે ગાદી છે. આ ગાદી કોઈ પણ કારણસર ખસી જાય તો ગળાના મેરૂંડ ઉપર અથવા તેમાંથી નીકળતી હાથની નસો પર દબાણ કરે છે તો ઉપર પ્રમાણે દુઃખાવો અને દરદ થાય. ઘણી વખત તો કોઈ આઘાતથી આ ગાદી ઉપર અસર થઈ હોય છે અને તેને લઈને સાંધાના હલન-ચલનની જે કુદરતી ધરી છે તેમાં વિક્ષેપ પડે છે એને લઈને તે સાંધામાં ઘસારો લાગે છે અને દરદ રહે છે. ઉંમરના વધવા સાથે પણ આ ગાદીમાં કુદરતી ફેરફાર થઈ બરડ પણ આવી જાય છે. તેની પ્રતિક્રિયારૂપ મણકામાં જે નવી હાડકીનું દબાણ મેરૂંડ વા મેરૂંડમાંથી નીકળતી હોવાની નસો પર આવે તો પણ આગળ વર્ણવેલી તકલીફ થાય છે.

'માથા પર વજન લઈ કામ કરવાવાળાસ્ટ્રી-પુરૂષોમાં આ રોગ બહુ ઓછો જોવામાં આવે છે.'

'માથા નીચે વધુ પ્રમાણમાં ઓશીકા લઈને સુવાની ટેવવાળાસ્ટ્રી-પુરૂષોને આ રોગ વહેલા મોડો અચુક થાય છે'

'ડોકી સતત નીચે રાખીને જે તે કામકાજ કરવું પડતું હોય તેવાઓને આ તકલીફ થવાની વધુ શક્યતા છે.'

સર્જનો આ દરદમાં દર્દીને ગળામાં પદ્ધે પહેરાવે છે પરંતુ આવા પદ્ધવાળા દરદી કંટાળીને પદ્ધે કાઢી નાખે છે.

ધનુર્વા થવાના કારણો:

કોઈપણ જાતના ઘા વિના દરદ થતું જ નથી ચાલવાથી ઠેસ વાગે, પડી જવાથી અંગ છોલાય જાય, કાંટો વાગે ઘોડેથી પડી જવાય, કોઈપણ અક્સ્માતથી ઘા થાય, આ બધી ઇજાઓથી ધનુર થાય છે. જન્મ થતી વખતે બચ્ચાની નાળ વધારતી વખતે જો ગંદી કાતર અથવા ચખ્ખુનો ઉપયોગ કર્યો હોય અથવા ઘણી જ ગંદી જગોમાં નાળ વધેરવાનું કાર્ય કરવામાં આવ્યું હોય તો નાના બચ્ચાને પણ ધનુર થાય છે. શીતળા ટકાવતા જો હથિયારો ગંદા હોય છે તો તેનાથી પણ ધનુર થાય છે. કેટલીક વખત વાઢકાપ વખતે હથિયારો બરાબર સાફ ન કર્યા હોય તો તેથી પણ ધનુર થાય છે. મોટા ઘા સીવવા માટે જે તારના ટેભા મારવામાં આવે છે તે તાવ અથવા દોરા જો બરાબર સાફ ન હોય તો પણ ધનુર થાય છે. બહુ ઉંડા ઘા કરતા છોલાયેલા ઘાથી ધનુર થવાનો વધુ સંભવ રહે છે.

કહેવાય છે કે, સરશ ઉપર ધનુરના જંતુઓ બહુ રહે છે માટે ખુબ ગરમ પાણીમાં સરેશને પિગળાવી પછી જ ઉપયોગમાં લેવો. ઘોડાઓને ધનુરવધુ થાય છે અને તેથી ધનુરની અકિસર રસી જેને અંગ્રેજીમાં 'ઓન્ટિપિનિક સીરમ' કહે છે તે બનાવવામાં ઘોડાઓનો જ ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. આ રોગના જંતુઓ મોટે ભાગે, ખેડાણ જમીનમાં અને બાગોની જમીનમાં જ નિવાસ કરે છે. રણ ઉપર લડનારા યોધાઓ જ્યારે ખેડાણ ખેતરો ઉપર આવે છે ત્યારે તેમને આ રોગ લાગુ પડે છે. દવાખાનાની ભોંય ઉર પણ આ જંતુઓનો વાસ માલુમ પડ્યો છે. આથી જ દવાખાનામાં લાંબો વખત સુધી યંત્રોને ઉકાળવામાં આવે છે અને પછી તે ઉપયોગમાં લેવાય છે.

ધનુર્વાના લક્ષણો:

ધનુર્વાની અસર થવા માંડતા જ તુરંત જડબુ બંધ થઇ જાય છે અને એક વખત જડબુ બંધ થયા પછી તે ઉઘડતુ જ નથી. જ્યારે ધનુરનું ઝેર ઉતરી ગયુ હોય ત્યારે જ તે ઉઘડે છે. ઘણી વખત ઝેરકચોલુ ખુબ ખાઇ જવામાં આવ્યુ હોય છે અથવા ઝેરકચોલાનું સત્વ (સ્ટ્રીકનીત) ખુબ ખાઇ જવામાં આવ્યુ હોય છે તો બરાબર ધનુર્વા જેવા જ લક્ષણ જણાય છે. પરંતુ ઝેરકચોલાના ઝેરમાં પ્રથમથી જડબુ બંધ થઇ જતુ નથી આવેશ-જોરા વખતે જ જડબુ બિડાયેલુ રહે છે. વચલાગાળામાં જડબુ કઇક ઉઘડી શકે છે. જ્યારે ધનુર્વામાં તો જડબુ બંધ થયુ તે થયુ જ. હડકાયા કુતરાના ઝેરના કેટલાક ચિન્હો આને મળતા આવે છે પરંતુ આમા જડબુ થોડીવાર ખુલ્લુ થોડીવાર બંધ એમ વારાફરતી થયા જ કરે છે. આ સિવાય હડકવામાં પાણી જોઇને ઘેલછા વધે છે એ હડકવાનુ અગત્યનું ચિહ્ન છે. ધનુર્વામાં આવુ કઇ થતુ નથી. ધનુર્વાના દરદી તો ઇશારાથી વાતો પણ કરી શકે છે. દરદનું જોર ખુબ હોય તો સ્પષ્ટ વાતો નથી કરી શકતો.

ધનુર્વાના જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થયા પછી એકથી વીસ દિવસની અંદર ધનુર્વા થાય છે. શરૂઆતમાં બોચી અક્કડ થઇ જાય છે પછી નીચલુ જડબુ ભારે થઇ જાય છે. ચાલતા તે જટ થાકી જાય છે. શરીરને ટાઢિયા તાવની માફક ટાઢ લાગે છે. વાંસો પણ જલાય જાય છે અને ઘણી વખત માણસ કમાનવાળી દે છે મોં વાંદરા દાંતિયા કરે છે એના જેવુ થઇ જાય છે. પરસેવો છુટે છે. તાવ ઘણાને નથી હોતો કેટલાકને સખત તાવ હોય છે. ધનુર્વાના દર્દીને આંચકી પર આંચકી આવે છે આને લીધે માંસપેશીઓ થાકી જાય છે અને થાકથી જ મરણ થાય છે. જો ખેંચો અટકાવી શકાય તો દરદીને બચાવી શકાય.

લકવો - પક્ષઘાત:

શરીર-આખુ યા અડધુ જુકું પડી જાય અર્થાત સ્પશાખાનસામ રહેલ થઇ જાય એનું નામ લકવો.

આપણે આપણે મરજી મુજબ શરીરના અવવયો ચલાવી શકીએ છીએ. અવવયોની ગતી જુતી પડી જાય તે લકવો અથવા પક્ષઘાત આર્યુવેદક મુજબ વાયુજપતેક અવવયોને ગતી આપનાર છે. વાયુ જ શબ્દજ ગતી અને ગંધન ધાતુમાંથી બન્યો છે. વાયુ આ શક્તિ આગળ કફ અને પિત, બન્ને પાંગળા છે. આ બંનેને વાયુ જ્યા ધસડી જાય છે. ત્યાં તેમને જવુ પડે છે. આર્યુવેદમાં વાયુ શબ્દ ખૂબજ પ્રાણવાત શબ્દ છે. અને એથી તો વાયુ એ જ આયુષ્ય, વાયુ એજ બલ, વાયુ એજ શરીરનો વિધાતા વાયુ જ સમસ્ત વિશ્વ અને વાયુ જ પ્રભુ છે. એમ કહેલું છે લકવો એ વાયુની વકૃતિનો જ રોગ છે. શરીરમાં સર્વતતુઓનો સબંધ મગજ સાથે છે કરોડ રજજુ અથવા મેરૂદંડ (સ્પાઇનલ કોર્ડ) નો સબંધ મગજ સાથે છે મગજ કે કરોડ રજજુને કોઇ પ્રકારની ઇજા થાય વ્યાધિ થાય, અથવા તેના ઉપર દબાણ આવે તો તેનું પરીણામ લકવામાં આવે છે.

જે ભાગ જુઠો પડી ગયો હોય છે તે લાકડા જેવા થઇ જાય છે જે જુઠો પડેલો ભાગ દર્દી પોતે ઉપાડી શકતો નથી. એ ભાગ ઉપર ચૂંટી ખણવાથી કે ટાંકણી ભોકવાથી તેની વેદના શરીરને થતી નથી. એટલી હદસુધી તે ભાગનું ચેતન્ય હણાય ગયેલું હોય છે. એક બાજુનો પગ એક બાજુનો હાથ જુઠા પડી ગયેલા હોય છે મો પણ ખેચાઇ ગયેલું હોય છે. દરદીને બોલતા ફાફા પડે છે. મો ખેચાઇ જવાથી ડોક બરાબર બીડાતા નથી એટલે દરદીના મો માંથી એ બાજુથી લાળ પડયા કરે છે. કુક મારવાનું કહેતાએ બાજુનો ગાલ દર્દી કુલાવી શકતો નથી. કેટલીક વખતે આંખ પણ ખેચાઇ જાય છે. આંખમાંથી પાણી આવ્યા કરે છે. એ અકકલ હોશીયારી બહેર મારી જાય છે. અને દરદી લાચાર બની જાય છે.

જ્ઞાનતંતુઓનું જ્ઞાન ખૂબજ વિકસ્યુ છે અને એના પરીણામે આ વ્યાધિની સમજ પણ ઠીકઠીક વધી છે કરોડ રજજુ અને મગજ અંતરગત ગ્રે મેટલનો અમે તેમાંના સંદેશા ગ્રહણ કરવા સંદેશા પહોંચાડવા સંદેશા મગજમાંથી આવે તે મેળવવા આ બધા કાર્ય કરનારા ગ્રંથોનું ખૂબજ જીણવટથી અભ્યાસ થયો છે.

આલેખન: પ્રકાશગિરિબાપુ, ભોકેશ્વર મંદિર થોરડી-લોધિકા. મો. ૯૪૨૯૭ ૮૨૮૫૭

<http://sunandivya.com>