હૃદય રોગને માટે રામબાણ ઈલાજ છે-દૂધી
હૃદય રોગની અકસીર દવા છે-દૂધી

હૃદય રોગમાં લોહી લઈ જતી નસો (રક્તવાહિનીઓ) જે લોહીને હૃદયમાં પહોંચાડવાનું કાર્ય કરે છે, તેમાં અવરોધ (બ્લોક) આવવાથી (તેના માટે) બાયપાસ સર્જરી અથવા ઍન્જીયોપ્લાસ્ટી એવાં બે પ્રકારના ઈલાજ આજે ઉપલબ્ધ છે. બાયપાસ સર્જરી બહુ જ મોંઘી છે, સાથેસાથે કષ્ટદાયક અને જોખમી પણ છે. મૂળ (મુખ્ય) વાત એ છે કે, આ રક્તવાહિનીઓનો ઈલાજ બાયપાસ સર્જરીથી કરાવ્યા પછી થોડાંક વર્ષોમાં ફરીથી બંધ થવાની આશંકા બની રહે છે. બીજી અથવા ત્રીજી સર્જરી (સારવાર) કરાવવાથી ઘણી વખત ખતરનાક સાબીત થઈ શકે છે. બીજા પ્રકારના ઈલાજમાં બલૂન (ફુગ્ગા) દ્વાર અવરોધ દૂર કરાય છે. આમાં પણ ક્યારેક ઈલાજ દરમ્યાન નસ ફાટી જાય છે. આ ઈલાજ પણ ઘણો મોંઘો હોય છે (રૂ ૧,૦૦,૦૦૦ થી ૨,૦૦,૦૦૦). અત્યારે સામાન્ય આર્થિક સ્થિતીની વ્યક્તિ આ ઈલાજ કરાવી શકતી નથી. હમણાં જ ડબલ્યુ.એચ.ઓ. (વર્લ્ડ હેલ્થ ઑર્ગેનાઈઝેશન), જે સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘની એક મહત્વપૂર્ણ શાખા છે, તેણે પોતાના એક સર્વેક્ષણ દ્વારા એ પ્રમાણ તારવ્યું છે કે બાયપાસ સર્જરી મોટે ભાગે અપયશ આપનારી (અસફળ) સાબીત થઈ છે. પાશ્ચાત્ય (પશ્ચિમી) રાષ્ટ્રો-દેશોમાં આ સર્જરીની અસફળતા (નિષ્ફળતા) નું પ્રમાણ ઘણું છે. બાયપાસ એક અસ્થાયી વ્યવસ્થા છે પણ કાયમી ઈલાજ કે ઉકેલ નથી.

આજ પૃષ્ઠભૂમી ઉપર મુંબઈના કે.ઈ.એમ. હૉસ્પીટલના ડીનના હોદ્દા પરથી અવકાશપ્રાપ્ત (નિવૃત્ત) ડૉક્ટર મનુભાઈ કોઠારી જેઓ આજે પણ ત્યાંજ, એ જ હૉસ્પીટલમાં, ઍનોટોમી વિષયના વિશેષજ્ઞના સંબંધે જોડાયેલા છે, તેઓશ્રીનું સંશોધન બહુજ મૌલિક સાબીત થઈ રહ્યું છે. શરીરને કોઈ પણ પ્રકારનું કષ્ટ (તકલીફ) આપ્યા સિવાયનો આ ઈલાજ સાદો અને ઘણો જ ઓછો ખર્ચાળ છે.
માલેગાંવના વતની કેસરીચંદ મહેતાની ત્રણ પ્રમુખ (મુખ્ય) નાડીઓ (નસ) સંપૂર્ણપણે અવરૂદ્ધ (બ્લોક) થઈ ગઈ હતી, સાથેજ તેઓની નાની નસો પણ ૭૦% બ્લોક થઈ ગઈ હતી. બાયપાસ કરાવતાં પહેલાં તેઓ ડૉ. કોઠારીને મળ્યા. ડૉ. કોઠારીએ તેમને સર્જરી ન કરાવતાં નિમ્નલિખિત ઉપચાર કરવાની સલાહ આપી.

આશરે ૨૫૦ થી ૩૦૦ ગ્રામ દૂધી લઈને છાલ સહીત છીણીથી છીણ પાડીને એ છીણને ગ્રાઈન્ડર (મિક્સર)માં પીસીને એનો રસ ઝીણા પાતળા કપડાંથી અથવા ગરણીથી ગાળી લો. ૧૨૫ થી ૧૫૦ ગ્રામ રસમાં એટલું જ શુધ્ધ પાણી ઉમેરી દો. હવે કુલ ૨૫૦ થી ૩૦૦ ગ્રામના આ મિશ્રણમાં ચાર કે પાંચ કાળાં મરીનો પાઉડર તથા એક-બે ગ્રામ સિંધવ મીઠું ઉમેરી દો. હવે આ ઔષધ (દવા) તૈયાર થઈ ગયું. એને નાસ્તો અથવા ભોજનના અર્ધા કલાક પછી અથવા (શક્ય હોય તો) ભોજનની સાથે દિવસમાં ત્રણ વાર સેવન કરો. પ્રારંભમાં થોડી ઓછી માત્રામાં લઈ શકો છો. તમને પુરેપુરૂં માફક આવ્યા પછી ઉપર જણાવેલી માત્રા પ્રમાણે લેવી જોઈએ. દૂધીનો રસ પાચનક્રીયામાં સહાયક બને છે. કોઈ વ્યક્તિને પ્રારંભમાં ત્રણ ચાર દિવસ પેટમાં ખલબલી અથવા ગડગડાટ મહેસૂસ (અનુભવ) કરાવી શકે છે, પરંતુ એનાથી કંઈ ભયભીત થવાની જરૂર નથી. પછી આદત પડી જતાં કોઈ જ શિકાયત (ફરીયાદ) રહેશે નહીં. પછી સામાન્ય (સાધારણ) સ્થિતીમાં આવી જવાય છે. કોઈકોઈને શરૂશરૂમાં ઝાડા પણ થઈ શકે છે. આ પણ એક સ્વાભાવિક પ્રતિક્રિયા જ છે.

આ ઈલાજને સંપૂર્ણ રીતે અપનાવ્યા પછી, શ્રી મહેતા કે જેઓ પલંગ પરથી ઉઠવામાં મુશ્કેલી (કષ્ટ)નો અનુભવ કરતા હતા અને પાંચ-દસ ડગલાં ભરતાં જ હાંફ ચડી જતો હતો, તેઓ થોડાક જ મહીનામાં ચાર કીલોમીટર સુધી ફરવા લાગ્યા, તથા આસાનીથી પગથિયાં ચઢવા-ઉતરવા લાગ્યા. દમ (શ્વાસ) ચડવાની ફરીયાદ પણ ન રહી. અને ડૉ. ના કહેવાથી દિવસમાં ૧૦ થી ૧૨ કી.મીટર જેટલું ફરવા લાગ્યા. હવે તેઓ એક તંદુરસ્ત (સ્વસ્થ) વ્યક્તિ છે, અને પોતાના બધા વ્યવહાર સામાન્યરીતે કરી રહ્યા છે. દૂર દૂર સુધી કામની માટે પ્રવાસ પણ કરે છે. હવે તેઓની બધી દવાઓ બંધ છે, અને ફક્ત માત્ર સોર્બીટેટની એક ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત ડૉ. ની સલાહ પ્રમાણે લે છે. દૂધીના રસનો લાભ ઉઠાવનાર મહેતા એકલા જ વ્યક્તિ નથી, એમના જેવા બીજા ઘણા ઉદાહરણ જોવા મળે છે.

આ ઉપચારનો લાભ લેનારા વ્યક્તિઓ માટે કેટલીક મહત્વપૂર્ણ સૂચનાઓ આ પ્રમાણે છે.

1. દૂધી કડવી ના હોય તે માટે ચાખીને લેવી.
2. ખોરાકમાં ખાટી ચીજોનું સેવન ઓછું કરો (પણ બિલકુલ બંધ ન કરો).
3. દરેક વખતે તાજો રસ લેવો જોઇએ.
4. રસ કાઢીને ફ્રીજમાં કલાકો સુધી મુકી ન રાખવો.
5. દૂધીના રસનું સેવન જમવાના અર્ધા કલાક બાદ અથવા જમવા સાથે કરો.
6. દરરોજ નિયમિત રીતે ચાલવાની ટેવ રાખો.
7. ધીમે ધીમે પાંચ કીલોમીટર સુધી ચાલવું જોઇએ.
8. ચાલતી વેળાએ જ્યાં પણ તકલીફ અનુભવાય ત્યાં અટકી જવું જોઇએ (બેસી જવું).
9. આપના ડૉકટરે બતાવેલી સારી દવાઓ ચાલુ રાખીને તે ઉપરાંત રસ સેવન કરી શકાશે.
10. મહીના બે મહીનામાં પોતાના ડૉકટરને બતાવવું જોઇએ.
11. આ રસ પૂરી રીતે સ્વસ્થ તંદુરસ્ત વ્યક્તિ પણ પોતાની તકેદારી માટે લઈ શકે છે. (ખાસ કરીને ૪૦ વર્ષથી મોટી ઉમરના).

આ લેખ દ્વાર હું બધા જ દૂધીના રસનું નિયમિત સેવન કરનારા વ્યક્તિઓને આહ્વાન કરું છું કે તેઓ પોતાના પાછળના દોઢ-બે વર્ષના અનુભવો લખીને પત્રથી મોકલે, જે રોગીઓને આનાથી લાભ થયો છે, તેઓ પોતાના કેસ પહેલાંના તથા દૂધીના રસનું સેવન કર્યા પછીના કેસની ઝેરોક્સ નકલો મોકલી આપવા કૃપા કરશો. આ ઉપરથી રીસર્ચ (સંશોધન) ચાલુ છે, તેમાં મદદરૂપ નિવડશે.

સંપર્ક માટે સરનામું:

ડૉ. મનુભાઈ કોઠારી

1 બી, સ્વામી વિવેકાનંદ માર્ગ, શાંતાક્રુઝ (પશ્ચિમ) મુંબઈ ૪૦૦૦૫૪

ફોન: ૦૨૨ ૬૧૨૮૧૦૭ / ૬૧૦૫૦૩૮ (મો): ૯૮૨૦૪ ૪૩૩૦૫

વધુ જાણકારી માટે સંપર્ક કરો:

અ. તા. નાફડે / પ્રશાંત ખરે ટાઉન, પરાંજપે બાલક મંદિરની પાસે, નાગપુર ૪૪૦૦૧૦.

ફોન: ૫૨૧૨૯૩