

અસ્થમામાં કયા પ્રકારની ટ્રીટમેન્ટ લાંબા ગાળાનો ફાયદો કરે છે ?

06 MAY 2014

જિગીષા જૈન



આજે વર્લ્ડ અસ્થમા ડે નિમિત્તે જાણીએ કે આ રોગમાં લેવામાં આવતી દવાઓ અને ઇન્હેલર્સ એનાં લક્ષણો પર કાબૂ મેળવવામાં ઉપયોગી છે, પરંતુ લાંબા ગાળાની રાહત માટે અસ્થમાનો સંપૂર્ણ ઇલાજ કરાવવો જરૂરી છે જેમાં ઇમ્યુનોથેરપી અને હોમિયોપથી બન્ને ખૂબ ઉપયોગી નીવડી શકે છે

શ્વાસ આપણો પ્રાણવાયુ છે અને શ્વાસને લગતી કોઈ પણ તકલીફ પ્રાણઘાતક હોઈ શકે છે. શ્વાસને લઈને આજે જે સૌથી મોટો રોગ છે એ છે અસ્થમા. પહેલાં કરતાં દુનિયાભરમાં આજે અસ્થમા જેવા રોગનું પ્રમાણ ઘણું વધી ગયું છે. સમગ્ર દુનિયામાં લગભગ ૧૦૦થી ૧૫૦ મિલિયન લોકો અસ્થમાથી પીડાય છે અને આ આંકડો વધતો જ જાય છે. વળી દુનિયાભરમાં દર વર્ષે અસ્થમાથી થનારો મૃત્યુઆંક અંવરેજ ૧,૮૦,૦૦૦ છે. ભારતની વાત કરીએ તો અહીં ૧૫-૨૦ મિલિયન લોકો અસ્થમાથી પીડાય છે. એમાં પણ આપણે ત્યાં ખાસ પાંચથી અગિયાર વર્ષનાં ૧૦-૧૫ ટકા બાળકોમાં આ રોગ જોવા મળે છે જે ચિંતાનો વિષય છે.

જે વ્યક્તિને અસ્થમા છે તે વ્યક્તિની ફેફસામાં હવાને લઈ જનારી અને એમાંથી હવાને બહાર કાઢનારી શ્વાસનળીઓમાં સોજો આવે છે. આ સોજાને લીધે શ્વાસનો આ માર્ગ ખૂબ જ સંવેદનશીલ બની જાય છે. જેનાથી એલર્જી થઈ શકે એવાં કોઈ પણ જાતનાં તત્ત્વો શ્વાસ દ્વારા શરીરમાં પ્રવેશે છે ત્યારે આ નળીઓમાં રીએક્શન આવે છે. આ સમયે એની આજુબાજુના સ્નાયુઓ સખત એટલે કે કડક બની જાય છે જેને કારણે એ નળીઓ સંકોચાય છે અને શ્વાસનો આવવા-જવાનો આ માર્ગ સાંકડો બને છે. એને કારણે પૂરતી હવા ફેફસાંને મળતી નથી. નળીઓ પર જે સોજો આવે છે એ સોજો પણ આ કન્ડિશનમાં માર્ગને વધુ સાંકડો બનાવે છે જેનાથી હાલત વધુ બગડે છે. આ સમયે નળીઓના કોષો હંમેશા કરતાં વધુ ચીકણો સાવ પેદા કરવા લાગે છે જેને કારણે શ્વાસનો માર્ગ વધુ ને વધુ સાંકડો બનતો જાય છે. આ સમગ્ર હાલતને કારણે અસ્થમાનાં ચિહ્નો પ્રબળ બને છે. ખાસ કરીને શ્વાસમાં સિસોટી જેવો અવાજ, છાતી ભારે થવી, કફ, ટૂંકા શ્વાસ વગેરે જેવાં ચિહ્નો દરદીમાં જોવા મળે છે જેને સાદી રીતે અસ્થમાનો અટેક કહે છે.

ઇલાજ

અસ્થમા એક એવો રોગ છે જેને ક્યોર કરી શકાતો નથી. આમ આખી જિંદગી વ્યક્તિએ દવાઓ પર આધાર રાખવો પડે છે. મોટા ભાગના એલોપથી ડોક્ટર્સ અસ્થમાનો જે ઇલાજ કરે છે એમાં દવાઓ અને ઇન્હેલર્સ મુખ્ય હોય છે. પરંતુ દવાઓ અને ઇન્હેલર્સથી જે ઇલાજ થાય છે એ અસ્થમાનાં લક્ષણોને કાબૂમાં લેવા માટે ઉપયોગી છે. એટલે કે સમજી શકાય કે આ ઇલાજ ઉપરછલો અને અધૂરો છે. અસ્થમા સામે લડવા માટે એના મૂળભૂત કારણને સમજી એનો ઇલાજ કરવો વધુ જરૂરી છે જેને સંપૂર્ણ ઇલાજ કહી શકાય. આજે ઘણા પેશન્ટ્સ આવા સંપૂર્ણ ઇલાજ તરફ વળી રહ્યા છે ત્યારે જાણીએ કે એવી કઈ થેરપી છે જેના વડે અસ્થમાનો સંપૂર્ણ ઇલાજ શક્ય છે. અહીં ધ્યાનમાં લેવા જેવી બાબત એ છે કે આ ઇલાજ લાંબો સમય ચાલે છે, પરંતુ અસ્થમાથી સંપૂર્ણ રાહત અથવા તો કહી શકાય કે મોટા પાયે રાહત આ ઇલાજ દ્વારા મળી શકે છે.

હોમિયોપથી

આજે ઘણા લોકો અસ્થમા જેવી બીમારી માટે હોમિયોપથી તરફ વળી રહ્યા છે અને હોમિયોપથી આવા કેસમાં ઘણી જ અકસીર સાબિત થઈ રહી છે એની પાછળનું કારણ સમજાવતાં **આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે જાણીતા હોમિયોપેથ ડૉ. રાજન સંકરન** કહે છે, 'હોમિયોપથી માને છે કે આપણું સમગ્ર શરીર એક ઊજાથી સંચાલિત થાય છે જે આપણી આખી સિસ્ટમને ચલાવે છે. એ બહારી તત્ત્વોથી આપણું રક્ષણ કરે છે અને શરીર જ્યારે ડેમેજ થાય છે ત્યારે એને રિપેર કરવાનું કામ પણ એ જ કરે છે. જ્યારે આ ઊજા ખંડિત થાય છે ત્યારે શરીરમાં કોઈ પણ પ્રોબ્લેમ આવે છે. હોમિયોપથી મેડિસિન આ ઊજા પર કામ કરે છે. આમ એ રોગનાં લક્ષણોને કાબૂમાં લાવવા માટે જ નહીં, એને મૂળથી દૂર કરવામાં પણ સફળ થાય છે. વળી હોમિયોપથી માને છે કે દરેક વ્યક્તિ અને તેનો રોગ જુદો છે તો એની દવા પણ જુદી જ હોય. આમ હોમિયોપથીમાં દરેક અસ્થમાના પેશન્ટની દવા જુદી જ હોય છે, સરખી હોતી નથી. આમ દરેક પર એ જુદી-જુદી રીતે કામ કરે છે.'

ઇમ્યુનોથેરપી

મોટા ભાગે લોકોનું માનવું છે કે રોગને જડથી દૂર કરવા માટે આયુર્વેદ, હોમિયોપથી કે નેચરોપથી જ કામ આવે છે; એલોપથીમાં એવું હોતું નથી. એ સત્ય નથી. આજે એલોપથીમાં પણ રોગને જડથી દૂર કરી શકે

મોટા ભાગે લોકોનું માનવું છે કે રોગને જડથી દૂર કરવા માટે આયુર્વેદ, હોમિયોપથી કે નેચરોપથી જ કામ આવે છે; ઍલોપથીમાં ઍવું હોતું નથી. એ સત્ય નથી. આજે ઍલોપથીમાં પણ રોગને જડથી દૂર કરી શકે ઍવી ઇમ્યુનોથેરપી છે જેને ડિસેન્સિટાઇઝ્ડ થેરપી પણ કહે છે. એ વિશે સમજાવતાં ઢાદર (ઇસ્ટ)માં ડૉ. રૉય હેલ્થ સૉલ્યુશન ક્લિનિક ધરાવતા અમેરિકન બોર્ડ સર્ટિફાઇડ અસ્થમા ઍલર્જી સ્પેશ્યલિસ્ટ ઇમ્યુનોલૉજિસ્ટ ડૉ. સીતેશ રૉય કહે છે, ‘આ થેરપીમાં ટેસ્ટ કરીને જાણવામાં આવે છે કે વ્યક્તિને શેની ઍલર્જી છે. એ જાણ્યા બાદ દવાઓ કે ઇન્જેક્શન ઢ્વારા એ ઍલર્જી પેદા કરનારા તત્વને થોડી-થોડી માત્રામાં શરીરમાં ઢાખલ કરવામાં આવે છે. આ પ્રોસેસ ત્યાં સુધી કરવામાં આવે છે જ્યાં સુધી શરીર એ ઍલર્જીકારક તત્વથી અસંવેદનશીલ બની જાય. આમ એ ઍલર્જીનું મૂળ જ ખતમ થઇ જાય. બને કે ઍને કારણે શરૂઆતમાં શરીરમાં રીઍક્શન આવે, પરંતુ એ રીઍક્શન ઍવું હોય છે જેને રોકવું કે ઍના પર કાબુ મેળવવો સરળ હોય છે. ઘણી વખત ઍવું બને કે ટેસ્ટમાં જાણી ન શકાય કે વ્યક્તિને શેની ઍલર્જી છે તો એ ડૉક્ટરના અનુભવ અને આવડત પર અવલંબે છે કે તે દરદીની ઍલર્જીનું મુખ્ય કારણ તપાસી શકે.’

મુખ્ય કારણ

બાળકોમાં જે અસ્થમા થાય છે ઍમાં લગભગ ૨૫ ટકા કેસમાં ઍનું કારણ ઍલર્જી હોય છે, જ્યારે ઍ સિવાયની કોઇ પણ ઉંમરે જો અસ્થમા થાય તો ૬૦-૬૫ ટકા કેસમાં ઍની પાછળનું મુખ્ય કારણ ઍલર્જી હોય છે. ઍલર્જી વિશે સમજાવતાં ડૉ. સીતેશ રૉય કહે છે, ‘ઍલર્જીને સમજાવે તો બહારના કોઇ પણ પદાર્થને શરીર જ્યારે સ્વીકારે નહીં ત્યારે આપણી ઇમ્યુન સિસ્ટમ ઢાઇપર રીઍક્ટિવ બની જાય છે. આ રીઍક્શન જ ઍલર્જી છે. આમ જોવા જઇએ તો આપણા વાતાવરણમાં આજુબાજુ ઍવાં ઘણાં તત્વો છે જે શરીર માટે હાનિકારક સાબિત થઇ શકે, પરંતુ શરીરની ઇમ્યુન સિસ્ટમ ઍને કાં તો અપનાવી લે છે અથવા તો અવગણી દે છે. ઍને લઇને રીઍક્ટ કરતી નથી. આમ જ્યારે સિસ્ટમ વધુ સંવેદનશીલ બની રીઍક્શન આપવા લાગે ત્યારે ઍલર્જી કે અસ્થમા જેવા પ્રૉબ્લેમ થાય છે. આમ અસ્થમાનું મૂળ કારણ ઇમ્યુન સિસ્ટમની સંવેદનશીલતા છે.’