

## 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. વર્ષી દુનિયાભરમાં દર વર્ષે અસ્થમાથી થનારો મૃત્યુઆંક એવરેજ 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 તત્વો 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 હંમેશ કરતાં વધુ ચીકણો સાવ પેદા કરવા લાગે છે જેને કારણે શ્વાસનો માર્ગ વધુ ને વધુ સાંકડો બનતો જાય છે. આ સમગ્ર હાલતને કારણે અસ્થમાનાં ચિકિત્સા 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 અટક 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 ઉપરછલ્લો 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 ઊર્જાથી સંચાલિત થાય છે જે આપણી આખી સિસ્ટમને ચલાવે છે. એ બહારી તત્વોથી આપણું રક્ષણ કરે છે અને શરીર જ્યારે ડેમેજ થાય છે ત્યારે એને રિપેર કરવાનું કામ પણ એ જ કરે છે. જ્યારે આ ઊર્જા ખંડિત થાય છે ત્યારે શરીરમાં કોઈ પણ પ્રોબ્લેમ આવે છે. હોમિયોપથી મેડિસિન આ ઊર્જા 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 હતું નથી. એ સત્ય નથી. આજ એલોપથીમાં પણ રોગને જડથી દૂર કરી શકે એવી ઇમ્યુનોથેરપી છે જેને ડિસેન્સિટાઇઝડ થેરપી પણ કહે છે. એ વિશે સમજાવતાં દાદર (ઈસ્ટ)માં ડૉ. રોય હેલ્થ સોલ્યુશન ક્લિનિક ધરાવતા અમેરિકન બોર્ડ સર્ટિફાઇડ અસ્થમા એલર્જી સ્પેશ્યલિસ્ટ ઇમ્યુનોલોજિસ્ટ ડૉ. સીતેશ રોય કહે છે, 'આ થેરપીમાં ટેસ્ટ કરીને જાણવામાં આવે છે કે વ્યક્તિને શેની એલર્જી છે. એ જાણ્યા બાદ દવાઓ કે ઇન્જેક્શન દ્વારા એ એલર્જી પેદા કરનારા તત્વને થોડી-થોડી માત્રામાં શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે છે. આ પ્રોસેસ ત્યાં સુધી કરવામાં આવે છે જ્યાં સુધી શરીર એ એલર્જીકારક તત્વથી અસંવેદનશીલ બની જાય. આમ એ એલર્જીનું મૂળ જ ખતમ થઈ જાય. બને કે એને કારણે શરૂઆતમાં શરીરમાં રીએક્શન આવે, પરંતુ એ રીએક્શન એવું હોય છે જેને રોકવું કે એના પર કાબૂ મેળવવો સરળ હોય છે. ઘણી વખત એવું બને કે ટેસ્ટમાં જાણી ન શકાય કે વ્યક્તિને શેની એલર્જી છે તો એ ડૉક્ટરના અનુભવ અને આવડત પર અવલંબે છે કે તે દરદીની એલર્જીનું મુખ્ય કારણ તપાસી શકે.'

## મુખ્ય કારણ

બાળકોમાં જે અસ્થમા થાય છે એમાં લગભગ ૨૫ ટકા કેસમાં એનું કારણ એલર્જી હોય છે, જ્યારે એ સિવાયની કોઈ પણ ઉંમરે જો અસ્થમા થાય તો ૬૦-૬૫ ટકા કેસમાં એની પાછળનું મુખ્ય કારણ એલર્જી હોય છે. એલર્જી વિશે સમજાવતાં ડૉ. સીતેશ રોય કહે છે, 'એલર્જીને સમજીએ તો બહારના કોઈ પણ પદાર્થને શરીર જ્યારે સ્વીકારે નહીં ત્યારે આપણી ઇમ્યુન સિસ્ટમ હાઇપર રીએક્ટિવ બની જાય છે. આ રીએક્શન જ એલર્જી છે. આમ જોવા જઈએ તો આપણા વાતાવરણમાં આજુબાજુ એવાં ઘણાં તત્વો છે જે શરીર માટે હાનિકારક સાબિત થઈ શકે, પરંતુ શરીરની ઇમ્યુન સિસ્ટમ એને કાં તો અપનાવી લે છે અથવા તો અવગણી દે છે. એને લઈને રીએક્ટ કરતી નથી. આમ જ્યારે સિસ્ટમ વધુ સંવેદનશીલ બની રીએક્શન આપવા લાગે ત્યારે એલર્જી કે અસ્થમા જેવા પ્રોબ્લેમ થાય છે. આમ અસ્થમાનું મૂળ કારણ ઇમ્યુન સિસ્ટમની સંવેદનશીલતા છે.'