एक नजर बीते कल पर... आनेवाले कल के लिये

परंपरागत तथा आधुनिक उपचार

दक्षिणपूर्व एशिया में परंपरागत उपचार पद्धतियाँ, जिन्हे पूरक या पर्यायी चिकित्सा भी कहा जाता है, अतिप्राचीन काल से प्रचलित हैं । इन चिकित्सा प्रणालियों का उगम भारत (आयुर्वेद), चीन (वनस्पति औषधियाँ, एक्युपंक्चर, मसाज, व्यायाम), और ग्रीस-पर्शिया (युनानी) में हुआ । तिब्बत चिकित्सा पद्धती (आयुर्वेद, चीनी, पर्शियन और ग्रीक पद्धतियों का मिश्रण), होमिओपॅथी तथा चुंबकीय उपचार इत्यादी चिकित्सा पद्धतियों के साथ-साथ आज भी इनका विश्वभर में उपयोग किया जाता है । माना जाता है कि विकसनशील देशों मे लगभग ८० प्रतिशत और पश्चिमी देशों में लगभग २० प्रतिशत लोग जीर्ण, दीर्घ काल चलनेवाली व्याधियों मे विशेषकर ऱ्हुमॅटिक (संधिवात, आमवात) शिकायतों के लिये परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों का उपयोग करते हैं । आधुनिक चिकित्सा पद्धती के उद्‌गम के बाद परंपरागत एवं आधुनिक चिकित्साओं में हमेशा श्रेष्ठत्व सिद्ध करने के लिये वादविवाद होते रहे हैं । हर एक चिकित्सा प्रणाली दूसरे से बेहतर होने का दावा करती रहती है । आइये ऱ्हुमॅटिक व्याधियों के संदर्भ मे इन परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों का हम अवलोकन करें ।

आयुर्वेद का उगम १०००-६००० ईसा पूर्व युग में हुआ है । 'आयु' याने जीवन और 'वेद' याने विज्ञान-इन दो शब्दों से आयुर्वेद (जीवन का विज्ञान) शब्द बना है । आयुर्वेद संपूर्ण व्यक्ति के बारे में सोचता है न किसी एक विशिष्ट व्याधि के बारे में । व्याधि का मूल कारण शरीरांतर्गत असंतुलन है और उसे ठीक करने पर व्याधि से मुक्ति मिलती है ऐसा समझा जाता है । पौष्टिक आहार, शारीरिक व्यायाम (योग), अध्यात्म (ध्यान), तनावपूर्ण जीवनशैली का त्याग और जरूरत पडने पर वनस्पतिजन्य औषधि ऐसी सर्वसमावेशक चिकित्सा में आयुर्वेद के वैद्य विश्वास रखते हैं । आयुर्वेद मे कुछ खासियत जरूर प्रतीत होती है पर उसके लिए आज के युग में कौनसा प्रमाण उपलब्ध है? एक छोटे से अनुसंधान में पाया गया की ध्यान (Meditation) करने से रुग्णों की भावनिक अस्वस्थता कम होकर उनका जीवनमान सुधरता है, लेकिन आमवात (ऱ्हुमॅटॉइड आर्थ्रायटिस) की तीव्रता में कोई सुधार नहीं आता । दूसरे एक छोटे अल्पकालीन अध्ययन में यह निष्कर्ष सामने आया की आमवात के रुग्णों में आधुनिक फिजिओथेरपी की तुलना में योग से दर्द तथा उदासीनता कम होती है एवं जोडों की हलचल में सुधार आता है । लेकिन आधुनिक संशोधन का संपूर्ण परिशीलन करने के बाद फायब्रोमायाल्जिया, ऑस्टिओआर्थ्रायटिस और ऱ्हुमॅटाइड आर्थ्रायटिस में योग के लक्षणीय फायदे दिखाई नहीं दिखाई दिए । ऱ्हुमॅटॉईड आर्थ्रायटिस में आयुर्वेदीय औषधियों के अनुसंधानो के विश्लेषण में इनकी उपयुक्तता सिद्ध नहीं हो पाई । इन सात अनुसंधानों में से छः अनुसंधान निम्न गुणवत्ता के थे ।

५००० से अधिक वर्षों से चीन में विकसित परंपरागत उपचारों का वहाँ व्यापक उपयोग किया जाता है । आयुर्वेद की तरह इसमें भी शारीर क्रियाओं का असंतुलन यह व्याधि का कारण माना जाता है । व्याधि निर्माण में यिन तथा यांग (दो काल्पनिक तथा पूरक भाव उदा. अग्नि और आप/जल), qi ची (उर्जा के स्रोत), स्यू xye (रक्त), जिन्ये jinye (शरीर रस) तथा शरीर रेखाएँ (मेरिडिअन्स) इनका पारस्परिक प्रभाव महत्त्वपूर्ण होता है । स्यू आदि अनुसंधानकर्ताओं ने ऑस्टिओआर्थ्रायटिस में पारंपरिक चीनी दवाइयों के बाह्य प्रयोग (मरहम आदि) का परिणाम पाश्चिमात्य दवाइयों के बाह्य प्रयोग से अधिक उपयुक्त पाया । इन उपचारों के दुष्परिणाम बाह्य प्रयोग की पाश्चात्य दवाई के समान लेकिन पाश्चात्य गोलियों से कम पाए गए । हे आदि अनुसंधानकर्ताओं ने आमवात के ३९६ रुग्णों में डीएमएआर दवाईयाँ (मेथोट्रेक्सेट तथा/अथवा सल्फासॅलॅझिन) तथा पारंपारिक चीनी उपचार (ग्लुकोसिडोरम ट्रिप्टेरीगल टोटोरम तथा यिशेन जुआम्बी गोलियाँ) दिए । परंपरागम चीनी उपचारों ने अच्छे एसीआर २० और ५० परिणाम दिए (एसीआर लक्षणों में क्रमश: २० और ५० प्रतिशत सुधार) लेकिन उनकी तुलना में डीएमएआर दवाइयों से २४ हफ्तों में बेहतर परिणाम दिखाई दिए ।

परंपरागत चीनी उपचारों में एक्युपंक्चर का प्रयोग हजार सालों से अधिक समय से हो रहा है । ऑस्टिओआर्थ्रायटिस में एक्युपंक्चर की उपयोगिता दिखाई दी, लेकिन सुव्यवस्थित समीक्षा में इस उपयुक्तता का कोई प्रमाण नहीं मिला । आजकल के अनुसंधानों मे दिखाई देने वाला वेदनाशमन कार्य यह एक प्लसीबो (अनौषध) परिणाम हो सकता है । ताइ ची इस व्यायाम प्रकार में दीर्घ श्वसन और शिथिलीकरण (धीमी, सौम्य गतिविधि से) इनका समन्वय होता है । ताइ ची के संधिवात में प्रभावी उपचार होने का आज तक कोई विश्वसनीय प्रमाण नहीं मिला है ।

चार दोषों की संकल्पना पर आधारित युनानी उपचार पद्धति एक ग्रीस-अरबी चिकित्सा प्रणाली हैं । दोषों के असंतुलन से व्याधि निर्माण होती हैं । व्याधि का निदान नाडी तथा मूत्र की परीक्षा पर आधारित होता है । युनानी में चार तरह से उपचार किये जाते हैं – इलाज बित तदबीर (रेजिमेन्टल – व्यायाम तथा मसाज), आहार, औषधियाँ तथा शस्त्रकर्म. लेकिन सूजनयुक्त संधिवात में इन सबकी उपयुक्तता को सिद्ध करनेवाला कोई भी अनुसंधान उपलब्ध नहीं है ।

होमिओपॅथी तथा चुंबकीय चिकित्सा की उपयुक्तता के बारे में भी बहुत कम अनुसंधान उपलब्ध हैं । सक्रिय तथा स्थिर आमवात (ऱ्हुमॅटॉइड आर्थ्रायटिस) के रुग्णों पर किये गये अनुसंधान में होमिओपॅथिक औषधि, अनौषध (प्लसीबो) से बेहतर नहीं पाई गर्ल । उसी तरह स्थिर चुंबकीय उपचारों से अनौषध की तुलना में ज्यादा वेदनाशामक परिणाम नहीं दिखाई दिया । ऑस्टिओआर्थ्रायटिस जैसे क्षरणवाले संधिवात में चुंबकीय उपचारों से रुग्णों के मानसिक-भावनिक स्तर में सुधार पाया गया ।

पर्यायी तथा पूरक उपचारों के अनुसंधान में उनकी सुरक्षितता के बारे में कोई उल्लेख न होना विशेष चिंताजनक है । गर्दन-परिचालन (मॅनिप्युलेशन) उपचार और गर्दन की रुधिरवाहिनी का विच्छेदन होना अथवा विशिष्ट पक्षाघात (वर्टिब्रल बेसिलर व्हॅस्क्युलर ॲक्सिडेंट) होना इनका गहरा संबंध है । एक्युपंक्चर की जगह मांसपेशियों में मंद वेदना अथवा

रक्तस्राव होना तथा परिचालन या मसाज के बाद दर्द में वृद्धि होना – यह भी पाया गया है।

ऑस्टिओआर्थ्रायटिस की चिकित्सा में ग्लुकोसामाईन और सेलेकोक्सिब की तुलना में आयुर्वेदिक दवाइयों से यकृत संबंधित ट्रान्सअमायनेस विकर (एन्जाइम) बढ जाते हैं लेकिन इसके कोई लक्षण नहीं दिखते। यह दोष औषध बंद करने के बाद ठीक हो जाता है। वनस्पति औषधियों के दुष्परिणाम न होने के दावे किये जाते हैं लेकिन पेट की शिकायतें (उदा. अतिसार, जी मचलना, उल्टी होना, पेट में दर्द), तंत्रिका संबंधी लक्षण (उदा. सरदर्द, चक्कर आना), हृदय की गति बढना, घबराहट होना, खाँसी, एलर्जी, प्लेटलेट पेशियों पर परिणाम (एन्टी प्लेटलेट इफेक्ट), रक्तशर्करा कम होना इत्यादि अनेक दुष्परिणाम वनस्पति औषधियों की वजह से पाए गए हैं। आर्थिक दृष्टि से देखा जाए तो आधुनिक चिकित्सा की तुलना में पूरक और पर्यायी चिकित्सा सस्ती समझी जाती है। लेकिन यह गलत हो सकता है। कमरदर्द के लिए जनरल प्रॅक्टिशनर के उपचारों की तुलना में मसाज उपचार अधिक महँगे हो सकते है।

इनमें से कुछ परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों में रोगनिदान एवं उपचारों के बारे में विशेष अंतदृष्टि दिखाई देती है। लेकिन उनका वैज्ञानिक दृष्टि से विकास नहीं हो पाया और वह काल के कोहरे में खो गये। परंपरागत चिकित्सा पद्धतियों की उपयुक्तता दर्शानेवाले अनुसंधान, संख्या तथा गुणवत्ता में पर्याप्त नहीं है, न ही उनकी अल्प या दीर्घकालीन सुरक्षितता के बारे में कोई आधार सामग्री। इसलिए ऱ्हुमॅटॉलॉजी की व्याधियों में बेहतर तथा किफायती दवाइयाँ ढूंढने के लिए इन पारंपारिक चिकित्सा पद्धतियों में उच्च गुणवत्तावाले प्रदीर्घ अनुसंधान आवश्यक है। पारंपरिक चिकित्सा पद्धतियों में अंतर्भूत संपूर्ण स्वास्थ्य के कुछ सिद्धांत अपनाने से आधुनिक वैद्यक को लाभ हो सकता है।

संदीप चौहान, विकास अग्रवाल,
लुकिंग इन द पास्ट फॉर द फ्युचर – ट्रॅडिशनल व्हर्सस मॉडर्न मेडिसिन.
संपादकीय : ऱ्हुमॅटॉलॉजी, ॲडव्हान्स ॲक्सेस मार्च १८, २०१४
हिंदी रूपान्तर : डॉ. उषा दूरकर, डॉ. श्रीकान्त वाघ