

ಪ್ರಮೇಹದಲ್ಲಿ ಉಂಟು 20 ವಿಧಗಳು!

ಡಯಾಬಿಟಿಸ್ ಎಂದರೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಕಾರ 'ಪ್ರಮೇಹ' ಎಂಬ ಮಹಾವ್ಯಾಧಿ. ನಾವು ಈಗ ಬಳಸುವ 'ಮಧುಮೇಹ' ಎನ್ನುವುದು 'ಪ್ರಮೇಹ'ದ ಒಂದು ಪ್ರಕಾರ ಮಾತ್ರ. 'ಪ್ರಕರ್ಷಣಮೇಹತಿ ಇತಿ ಪ್ರಮೇಹಃ' ಎಂಬರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಮೂತ್ರಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು 'ಪ್ರಮೇಹ' ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಮೇಹದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ವಿಧ. ಒಂದು, ಸಹಜ ಪ್ರಮೇಹ (ಟೈಪ್-1); ಮತ್ತೊಂದು, ಅಪಥ್ಯನಿಮಿತ್ತಜ (ಟೈಪ್-2). ಸಹಜ ಪ್ರಮೇಹವು ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳ ಬೀಜದೋಷದಿಂದ ಉಂಟಾದದ್ದು. ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಬರುವ ಪ್ರಮೇಹ ಇದಾಗಿದೆ. ಈ ದೋಷದಿಂದ ಬಳಲುವವರು ಕೃಶರೂ ಒಣ ಮೈಯುಳ್ಳವರೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುವವರೂ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅತಿ ಬಾಯಾರಿಕೆ

ಕೂಡ ಇದರ ಲಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ.

ಅಪಥ್ಯನಿಮಿತ್ತಜ ಪ್ರಮೇಹದಿಂದ ಬಳಲುವವರು ಸ್ಥೂಲ ಶರೀರಿಗಳೂ ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನುವವರೂ ಸದಾ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವವರೂ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಚರಕ ಸಂಹಿತೆ ಪ್ರಕಾರ ಪ್ರಮೇಹಗಳಲ್ಲಿ 20 ಪ್ರಕಾರಗಳು. ಅವುಗಳನ್ನು ಕಫಜನ್ಯ (ಹತ್ತು), ಪಿತ್ತಜನ್ಯ (ಆರು) ಮತ್ತು ವಾತಜನ್ಯ (ನಾಲ್ಕು) ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಕಫಜನ್ಯ ಪ್ರಮೇಹಗಳು

ಉದಕ ಮೇಹ (ಕೇವಲ ನೀರಿನಂತೆ ಮೇಲಿಂದ ಮೇಲೆ ಮೂತ್ರ ಹೋಗುವಿಕೆ), ಇಕ್ಷುಮೇಹ (ಕಬ್ಬಿನ ಹಾಲಿನಂತೆ ಸಿಹಿಯಾಗಿ), ಸಾಂದ್ರಮೇಹ (ದಪ್ಪವಾಗಿ), ಸಾಂದ್ರ ಪ್ರಸಾದ ಮೇಹ (ಸ್ವಲ್ಪ ದಪ್ಪ, ಸ್ವಲ್ಪ ತಿಳಿಯಾಗಿ), ಶುಕ್ಲ

ಎನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ?

ಪ್ರಮೇಹಕ್ಕೆ ಶೋಧನ ಅಂದರೆ ದೇಹಶುದ್ಧಿ ಮಾಡುವುದೇ ಪ್ರಧಾನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಆಯುರ್ವೇದ ಪದ್ಧತಿಯ ಪ್ರಕಾರ ವಮನಕರ್ಮ, ವಿರೇಚನ ಕರ್ಮ ಮತ್ತು ನಿರೂಪ ಬಿಸ್ತಿ - ಈ ಮೂರು ಪಂಚಕರ್ಮಗಳಿಂದ ದೇಹಶುದ್ಧಿಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆ. ನಂತರದ ಹೆಜ್ಜೆಯೇ ಸಂಶಮನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ದೇಹಧಾತುಗಳಿಗೆ ಬಲವನ್ನು ಕೊಡುವ, ಅಳಿದುಳಿದ ದೋಷಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ, ರಸಾಯನ ಪ್ರಧಾನವಾದ ಸಂಶಮನ ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ನಿತ್ಯ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇದು. 20 ವಿಧದ ಪ್ರಮೇಹಗಳಿಗೂ ಒಂದೊಂದು ರೀತಿಯ ಕಷಾಯವಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ: ಉದಕ ಮೇಹಕ್ಕೆ ಪಾರಿಜಾತ ಕಷಾಯ, ಸಿಕತಾ ಮೇಹಕ್ಕೆ ಚಿತ್ತಕ ಕಷಾಯ, ಹರಿದ್ರಾ ಮೇಹಕ್ಕೆ ರಾಜವೃಕ್ಷ ಕಷಾಯ ಸಿದ್ಧಿಷಧಿ.

ಬಸ್ತಿಯಲ್ಲಿ. ಅಂದರೆ, ಕಿಡಿ ತೊಂದರೆಗಳ ಮೂಲಕವೇ ಪ್ರಮೇಹ ಧಾಳಿವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶ ಪತ್ತೆಯಾಗುವುದು ಅಂಥದ್ದೊಂದು ಸ್ಪಷ್ಟ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಪ್ರಮೇಹ ಖೇಡಿತ್ತರಲ್ಲಿಯೇ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಕಿಡಿ ವೈಫಲ್ಯ ಆಗುತ್ತಿರುವುದು. ಪ್ರಮೇಹದ ಪ್ರಧಾನ ಲಕ್ಷಣ ಎಂದರೆ ಅತಿಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ, ಅತಿಯಾದ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ. ಆವಿಲವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ದಪ್ಪವಾಗಿ ಮೂತ್ರ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಪ್ರಮೇಹ ನಮ್ಮನ್ನು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಆವರಿಸಿದೆ ಅಂತಲೇ ಲೆಕ್ಕ. 'ಡಯಾಬಿಟಿಸ್' ಇರುವವರು ಅನ್ನವನ್ನು ತಿನ್ನಲೇಬಾರದು ಎಂಬುದು ನಿಜವೇ' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ನನಗೆ ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಎದುರಾಗುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬರುವವರಲ್ಲಿ ಶೇ. 50ರಷ್ಟು ಮಂದಿ ಪ್ರಮೇಹಿಗಳೇ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮ ಆ ವಾ ಸ ಸ್ಥಾನ ದ

ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯೊಂದು ಬೆಳೆದುಬಂದಿದೆ. ಸದ್ಯ ನಾವು ಬಳಸುತ್ತಿರುವ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ವಿಕಸನಗೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಬಂದಿರುವಂಥದ್ದು. ಯಾವುದು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಗ್ಗುವುದೋ ಅದನ್ನೇ ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಜರು ಬಳಸುತ್ತಾ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮ್ಮ ಊಟದ ಭಾಗವಾದ ಅನ್ನವನ್ನು ತೃಪ್ತಿಸುವ ಅಗತ್ಯವೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಪ್ರಮೇಹಿಗಳು ಅದರ ಸೇವನೆ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ನಿಜ. ಅಲ್ಲದೆ, ವಿಪರೀತ ರಾಸಾಯನಿಕ ಸುರಿದು ಭತ್ತವನ್ನು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣ ಅನ್ನ ಈಗ ವಿಷಮಯವಾಗಿದೆ.

ಚಿಂತೆ ಬಿಡಿ, ಚುರುಕಾಗಿರಿ

