- किडनी रोग में एनीमिया उन्नत होम्योपैथिक उपचार
- स्वस्थ दांतों के लिए होम्योपैथी

RNI No. MPHIN/2011/40959
डाक पंजीयन क्रमांक MP/IDC/1395/2024-2026
प्रत्येक माह की 6 तारीख को प्रकाशित होकर 10 तारीख को डाक प्रेषण की जाती है।

राष्ट्रीय मासिक स्वास्थ्य पत्रिका

सेहत एवं सूरत

अप्रैल 2026 | वर्ष-15 | अंक-5

पत्रिका नहीं संपूर्ण अभियान
जो रखे पूरे परिवार का ध्यान...

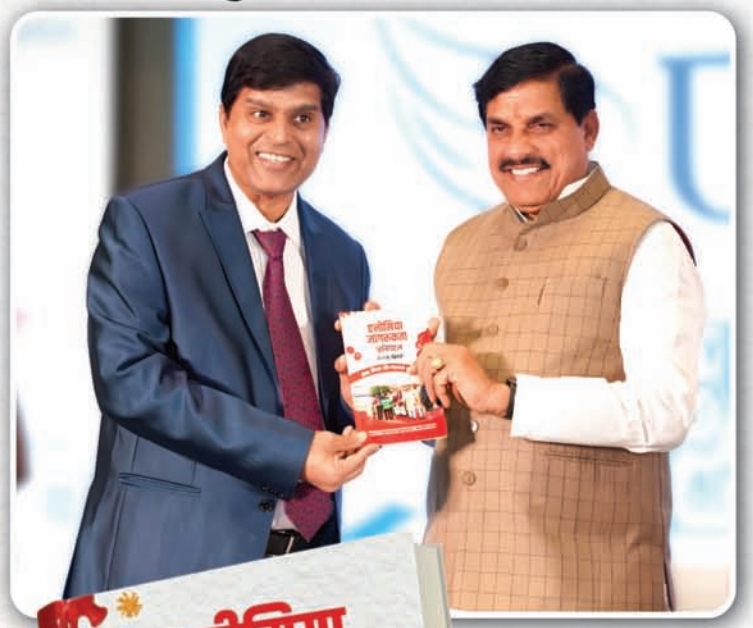
मूल्य ₹60

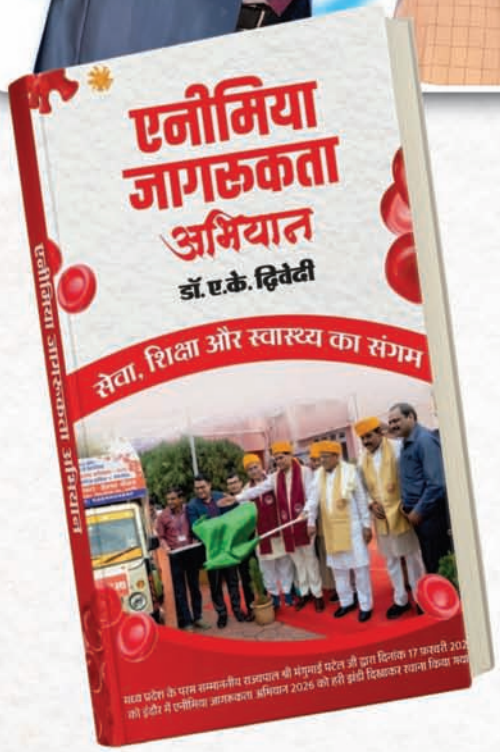
होम्योपैथी दवाओं का असर

आधुनिक तकनीक और होम्योपैथी अनुसन्धान विशेषांक

होम्योपैथी और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस

इंदौर के 'एनीमिया जागरूकता जन-आंदोलन' की मुख्यमंत्री ने भोपाल में की सराहना





■ डॉ एके द्विवेदी ने एनीमिया जागरूकता अभियान पर आधारित पुस्तक की पहली प्रति मुख्य मंत्री डॉ मोहन यादव जी को भेंट की

इंदौर/भोपाल

प्रदेश के मेडिकल हब इंदौर में एनीमिया के विरुद्ध चलाया जा रहा जागरूकता अभियान अब एक सशक्त जन-आंदोलन बन चुका है। इस अभिनव पहल का नेतृत्व प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक डॉ. ए.के. द्विवेदी कर रहे हैं, जिनके प्रयासों से यह अभियान अब तक 20 लाख से अधिक लोगों तक पहुंच चुका है।

भोपाल में आयोजित एक विशेष कार्यक्रम में डॉ. द्विवेदी ने मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के समक्ष 'एनीमिया जागरूकता अभियान' की विस्तृत रिपोर्ट प्रस्तुत की तथा एनीमिया जागरूकता पर आधारित पुस्तक की पहली प्रति भी डॉ एके द्विवेदी ने मुख्यमंत्री डॉ मोहन यादव जी को भेंट की

डॉ. द्विवेदी ने बताया कि इस अभियान के तहत सरकार द्वारा चलाए जा रहे एनीमिया एवं सिकल सेल से संबंधित बीमारी के रोकथाम और उपचार के प्रयासों को भी व्यापक रूप से प्रचारित एवं प्रकाशित किया जा रहा है। मुख्यमंत्री ने इस पहल की सराहना करते हुए इसे अत्यंत सराहनीय और अनुकरणीय प्रयास बताया। उन्होंने डॉक्टर द्विवेदी से इस दिशा में निरंतर आगे बढ़ते रहने के अनुरोध के साथ आश्वस्त किया कि इसके लिए सरकार भी सहयोग के लिए तत्पर है।

घर-घर पहुंचा जागरूकता अभियान

डॉ. द्विवेदी ने बताया कि इस वर्ष के एनीमिया जागरूकता अभियान की शुरुआत मध्य प्रदेश के राज्यपाल मंगु भाई पटेल ने की थी। इसके अंतर्गत विशेष रूप से तैयार "एनीमिया जागरूकता रथ" के माध्यम से इंदौर जिले के विभिन्न क्षेत्रों में घर-घर जाकर लोगों को जागरूक किया गया। इसमें महिलाओं, बुजुर्ग और बच्चों एवं कमजोर वर्गों पर विशेष ध्यान देते हुए पोषण, स्वास्थ्य जांच और सरल जीवनशैली उपायों की जानकारी दी गई।

पोषण आधारित समाधान पर जोर

अभियान के तहत "गुड़ और चना खाएं, हीमोग्लोबिन (रक्त) बढ़ाएं" जैसे अत्यंत सरल स्लोगन के जरिए लोगों को पारंपरिक एवं सुलभ पोषण अपनाने के लिए प्रेरित किया गया। विशेषज्ञों के अनुसार एनीमिया केवल रक्त की कमी नहीं, बल्कि एक व्यापक स्वास्थ्य समस्या है, जो शरीर की ऊर्जा, रोग प्रतिरोधक क्षमता, मानसिक विकास और मातृ स्वास्थ्य को प्रभावित करती है।

नेशनल माडल बनें अभियान

डॉ. द्विवेदी का यह अभियान अब एक ऐसे मॉडल के रूप में उभर रहा है, जिसे पूरे देश में लागू किया जा सकता है। जनभागीदारी, पोषण, जागरूकता और सरल चिकित्सा संदेशों के माध्यम से यह पहल स्वास्थ्य सेवाओं को नई दिशा दे रही है। डॉ. द्विवेदी ने कहा कि उनका लक्ष्य "एनीमिया मुक्त समाज" का निर्माण करना है। इसके लिए वे निरंतर समाज के विभिन्न वर्गों को जोड़ते हुए आगे बढ़ रहे हैं। यह पहल न केवल स्वास्थ्य जागरूकता का उदाहरण है, बल्कि समाज और सरकार के सहयोग से एक स्वस्थ एवं सुरक्षित भविष्य की उम्मीद भी जगाता है।

सेहत एवं सूरत

अप्रैल 2026 | वर्ष-15 | अंक-05

प्रेरणास्रोत
पं. रमाशंकर द्विवेदी, डॉ. पी.एस. हार्डिया

मार्गदर्शक
डॉ. भूपेन्द्र गौतम, डॉ. पी.एन. मिश्रा

प्रधान संपादक
सरोज द्विवेदी

संपादक
डॉ. ए.के. द्विवेदी
9826042287

सहायक संपादक
डॉ. अथर्व द्विवेदी

सह संपादक
डॉ. वैभव चतुर्वेदी, डॉ. कनक चतुर्वेदी
प्रभात शुक्ला, कोमल शुक्ला

वरिष्ठ प्रबन्ध संपादक
दीपक उपाध्याय - 09977759844

प्रबन्ध संपादक
विनय पाण्डेय - 09893519287

संपादकीय टीम
डॉ. विकास सिंघल
डॉ. अनिल अग्रवाल, डॉ. संजय गुप्ता
डॉ. कोमल विजयवर्गीय, डॉ. सुष्मिता मुखर्जी
डॉ. अमित मिश्र, डॉ. आर.के. मिश्रा
डॉ. ओ.पी. अग्रवाल, डॉ. डी.एन. मिश्रा
डॉ. नरेंद्र पाटीदार, डॉ. टीना अग्रवाल
डॉ. अरुण रघुवंशी, डॉ. आर.के. सोडानी
डॉ. अभ्युदय वर्मा, डॉ. राजेश गुप्ता
डॉ. ऋषभ जैन, डॉ. आशीष तिवारी
डॉ. ब्रज किशोर तिवारी, डॉ. डी. सी. जैन
श्री संजय जैन, डॉ. प्रिंस मिश्रा

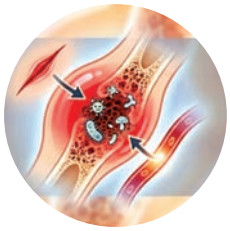
लेआउट डिजाइनर
राजकुमार

वेबसाइट एवं नेटमार्केटिंग
पीयुष पुरोहित

प्रसार ऑफिस :
एडवांस्ड आयुष वेलनेस सेंटर
28 ए, ग्रेटर ब्रजेश्वरी, करणावत
भोजनालय के पास, स्कीम 140 के
सामने, पिपलियाहाना, इंदौर (म.प्र.)
फोन: 0731-4989287
मोबा.: 98935-19287

Visit us : www.sehatevamsurat.com
www.sehatsurat.com

अंदर के पन्नों में...



12 हड्डी का संक्रमण और होम्योपैथिक दवाओं से उपचार

16 हेल्थ इकोनॉमी में होम्योपैथी की भूमिका...

20 मुंह के छाले : प्रकार, दर्द एवं होम्योपैथिक उपचार

32 एक्जिमा और होम्योपैथी

28 सौंदर्य के लिए होम्योपैथी

40 स्वस्थ दांतों के लिए होम्योपैथी

41 गर्मियों में ये फल कूल रखते हैं आपको

हेड ऑफिस : 8/9, मयंक अपार्टमेंट, मनोरमागंज, गीताभवन मंदिर रोड, इन्दौर
मोबाइल 98260 42287, 94240 83040
email : sehatsuratindore@gmail.com, drakdindore@gmail.com

प्रधानमंत्री मोदी के

'मन की बात'

मेरे प्यारे देशवासियो, नमस्कार।

'मन की बात' में एक बार फिर आप सभी का स्वागत है। मार्च का महीना, वैश्विक स्तर पर बहुत ही हलचल भरा रहा है। हम सबको याद है कि पूरा विश्व भूतकाल में कोविड के कारण एक लंबे समय तक अनेक समस्याओं से गुजरा था। हम सभी की अपेक्षा थी कि कोरोना के संकट से निकलने के बाद दुनिया नए सिरे से प्रगति की राह पर आगे बढ़ेगी। लेकिन, दुनिया के अलग-अलग क्षेत्रों में लगातार युद्ध और संघर्ष की परिस्थितियाँ बनती चली गईं। वर्तमान में हमारे पड़ोस में एक माह से भीषण युद्ध चल रहा है। हमारे लाखों परिवारों के सगे-संबंधी इन देशों में रहते हैं, खासतौर पर खाड़ी देशों में काम करते हैं। मैं Gulf Countries का बहुत आभारी हूँ, वे ऐसे एक करोड़ से ज्यादा भारतीयों को वहाँ पर हर प्रकार की मदद दे रहे हैं।

साथियो, जिस क्षेत्र में अभी युद्ध चल रहा है, वह क्षेत्र हमारी ऊर्जा आवश्यकताओं का बड़ा केंद्र है। इसकी वजह से दुनिया भर में पेट्रोल और डीजल को लेकर संकट की स्थिति बनती जा रही है। निश्चित तौर पर यह चुनौतीपूर्ण समय है। मैं आज 'मन की बात' के माध्यम से सभी देशवासियों से फिर यह आग्रह करूंगा कि हमें एकजुट होकर इस चुनौती से बाहर निकलना है। जो लोग इस विषय पर भी राजनीति कर रहे हैं, उन्हें राजनीति नहीं करनी चाहिए।

मेरे प्यारे देशवासियो, देशभर के cricket fans के लिए यह महीना जोश और उत्साह से भर देने वाला रहा है। जब भारत ने T20 World Cup में ऐतिहासिक जीत दर्ज की तो देश में हर तरफ खुशी की लहर दौड़ गई। अपनी team की इस शानदार सफलता पर हम सभी को बहुत गर्व है। पिछले महीने के आखिर में कर्नाटक के हुबली में एक बहुत ही रोचक मुकाबला देखने को मिला, इस मुकाबले को जीतकर जम्मू-कश्मीर की cricket team ने रणजी trophy को अपने नाम कर लिया। सबसे खुशी की बात है कि करीब 7 दशकों के लंबे इंतजार के बाद इस team ने अपना पहला रणजी खिताब हासिल किया। यह अभूतपूर्व सफलता खिलाड़ियों के कई बरसों के निरंतर प्रयासों का परिणाम है। टीम के कप्तान पारस डोगरा ने अद्भुत कौशल दिखाया। अपने नेतृत्व से इस जीत में उन्होंने अहम योगदान दिया। आज देश में कश्मीर के युवा गेंदबाज आकिब नबी के प्रदर्शन की भी चर्चा हो रही है, जिन्होंने रणजी सीजन में 60 विकेट लिए हैं। इस जीत से टीम के खिलाड़ी और coaching staff के साथ-साथ जम्मू-कश्मीर के लोग बहुत रोमांचित हैं।

साथियों, मेरा हमेशा से यह आग्रह रहा है कि आप सभी अपनी fitness पर जरूर ध्यान दें। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस में अब 100 दिनों से भी कम समय बचा है, पूरी दुनिया में योग के प्रति आकर्षण भी लगातार बढ़ रहा है। अफ्रीका के जिबूती में अल्मिस जी अपने अरविंद योग सेंटर के जरिए योग को बढ़ावा दे रहे हैं। वे यहां की कई और जगहों पर भी लोगों को योग सिखाते हैं। आपमें से कई लोगों ने Instagram Content Creator युवराज दुआ की post पर मेरे से reply को लेकर comments किए हैं। उन्होंने मुझसे आग्रह किया था कि मैं उनके पिता से कहूं कि वे sugar intake कम करें। मुझे खुशी है कि मेरे अनुरोध का उनके पिता पर सकारात्मक प्रभाव पड़ा है। मैं आप सभी से आग्रह करूंगा कि आप भी sugar intake को कम करें और जैसा मैंने पहले भी कहा है, हमें खाने के तेल में 10 प्रतिशत की कटौती भी करनी है। इन छोटे-छोटे प्रयासों से आप मोटापे और lifestyle से जुड़ी बीमारियों से दूर रहेंगे।

साथियो, देश के कई हिस्सों में गर्मियों की शुरुआत हो चुकी है यानि ये समय जल संरक्षण के अपने संकल्प को फिर से दोहराने का है। पिछले 11 वर्षों में 'जल संचय अभियान' ने लोगों को बहुत जागरूक बनाया है। इस अभियान के तहत देश-भर में करीब 50 लाख Artificial Water Harvesting Structure बनाए गए हैं। मुझे ये देखकर अच्छा लगता है कि अब जल संकट से निपटने के लिए गाँव-गाँव में सामुदायिक स्तर पर प्रयास होने लगे हैं। कहीं पुराने तालाबों की सफाई हो रही है, कहीं बरसात के जल को सहेजने के लिए प्रयास किया जा रहा हैं। अमृत सरोवर अभियान के तहत भी देशभर में करीब 70 हजार अमृत सरोवर बनाए गए हैं। बारिश का मौसम आने से पहले इन सरोवरों की साफ-सफाई भी शुरू हो गई है। आज मैं आपसे कुछ प्रेरक उदाहरण भी साझा करना चाहता हूँ। ये उदाहरण बताते हैं कि जनभागीदारी से जल संरक्षण का काम कितना व्यापक हो जाता है।

साथियो, 'मन की बात' के लिए मुझे हर महीने देश के अलग-अलग हिस्सों से ढ़ेरों संदेश मिलते हैं। इन संदेशों से ये भी पता चलता है कि दूर-दराज के क्षेत्रों में बैठे लोग कितने चाव से इस कार्यक्रम को सुनते हैं। जब मैं आपके सुझाव पढ़ता हूँ, तो मुझे लगता है कि ये सिर्फ एक कार्यक्रम नहीं है, ये हम सबका एक साझा संवाद बन गया है। आपके विचार, आपके अनुभव, इस कार्यक्रम को लगातार बेहतर बनाने की प्रेरणा देते हैं। आप अपने आसपास की प्रेरक गाथाएं यूं ही साझा करते रहिए। हो सकता है, आपकी एक छोटी सी कोशिश, किसी और के जीवन में बड़ा बदलाव ले आए, किसी को आगे बढ़ने का नया हौसला दे दे - यही तो रेडियो की असली ताकत है। ये देश के अलग-अलग कोने में बैठे लोगों का एक विचार, एक भावना और एक उद्देश्य जोड़ देता है। अगले महीने फिर मिलेंगे, कुछ नए प्रेरक कुछ ऐसे प्रयासों के साथ, जो हमें आगे बढ़ने की नई ऊर्जा देंगे। स्वस्थ रहें, खुश रहें। बहुत-बहुत धन्यवाद।

ॐ भूर्भुवः स्वः

सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु, मा कश्चिद दुःखभाग्भवेत्।।

सभी सुखी हों, सभी रोगमुक्त रहें, सभी मंगलमय घटनाओं के साक्षी बनें और किसी को भी दुःख का भागी न बनना पड़े।

संपादकीय

संपादक

डॉ. ए.के. द्विवेदी

सदस्य

- वैज्ञानिक सलाहकार बोर्ड
  सी.सी.आर.एच., आयुष मंत्रालय, भारत सरकार
- वैज्ञानिक सलाहकार समिति
  नॉर्थ ईस्ट इंस्टीट्यूट ऑफ आयुर्वेद एवं होम्योपैथी,
  शिलांग मेघालय (आयुष मंत्रालय)
- कार्यपरिषद
  देवी अहिल्या विश्वविद्यालय इंदौर

प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष

- फिजियोलॉजी एवं बायोकेमेस्ट्री
  एसकेआरपी गुजराती होम्योपैथिक
  मेडिकल कॉलेज, इंदौर, मध्यप्रदेश

संचालक

- एडवांस्ड होम्यो हेल्थ सेंटर एवं
  होम्योपैथिक मेडिकल रिसर्च प्रा. लि., इंदौर
- एडवांस्ड आयुष वेलनेस सेंटर, इंदौर
- एडवांस योग एवं नेचुरोपैथी हॉस्पिटल, इंदौर
- एडवांस इंस्टीट्यूट ऑफ पैरामेडिकल साईंसेस, इंदौर

मो.: 9826042287
9424083040, 98935-19287

स्वच्छ भारत
स्वस्थ भारत

बदलते परिदृश्य में होम्योपैथी भारत की स्वास्थ्य जीवन रेखा

विश्व होम्योपैथी दिवस के अवसर पर यह विचार करना प्रासंगिक है कि बदलते चिकित्सा परिदृश्य में होम्योपैथी किस प्रकार अपनी सशक्त उपस्थिति दर्ज करा रही है। आज जब जीवनशैली जनित रोग, मानसिक तनाव और जटिल बीमारियाँ तेजी से बढ़ रही हैं, तब एक सुरक्षित, सस्ती और समग्र चिकित्सा पद्धति की आवश्यकता पहले से कहीं अधिक महसूस की जा रही है–और इस आवश्यकता को होम्योपैथी प्रभावी रूप से पूरा कर रही है।

विगत वर्षों में समाज में होम्योपैथी के प्रति विश्वास निरंतर बढ़ा है। एक पीढ़ी जो स्वयं इस चिकित्सा पद्धति से लाभान्वित हुई है, अब अपने बच्चों को भी इसी दिशा में प्रेरित कर रही है–यह इसकी विश्वसनीयता और स्वीकार्यता का सशक्त प्रमाण है।

विशेष रूप से जटिल एवं दीर्घकालिक रोगों–जैसे कैंसर के अंतिम चरण, न्यूरोलॉजिकल विकार, अप्लास्टिक एनीमिया, एलर्जी, माइग्रेन तथा मानसिक तनाव–में होम्योपैथी ने राहत प्रदान करने और जीवन की गुणवत्ता में सुधार लाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

वर्तमान समय की मांग है कि होम्योपैथी चिकित्सा शिक्षा को और अधिक सुदृढ़ किया जाए तथा आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस जैसी आधुनिक तकनीकों का समावेश कर इसे और अधिक प्रभावी एवं वैज्ञानिक बनाया जाए। यदि इस दिशा में ठोस प्रयास किए जाएँ, तो होम्योपैथी न केवल एक वैकल्पिक चिकित्सा पद्धति रहेगी, बल्कि भारत की 'स्वास्थ्य जीवन रेखा' के रूप में स्थापित हो सकती है।

यह समय है कि हम इस चिकित्सा पद्धति की शक्ति को पहचानें और इसे जन-जन तक पहुँचाने का संकल्प लें।

होम्योपैथी और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस-
भविष्य की चिकित्सा क्रांति

आज का युग विज्ञान और तकनीक का युग है, जहां आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) ने जीवन के लगभग हर क्षेत्र को प्रभावित किया है। चिकित्सा जगत भी इससे अछूता नहीं है। ऐसे में एक महत्वपूर्ण प्रश्न उभरता है–क्या पारंपरिक, सिद्धांत-आधारित होम्योपैथी चिकित्सा भी AI के साथ मिलकर एक नई क्रांति ला सकती है? उत्तर है–हाँ, और यह क्रांति शुरू हो चुकी है।

होम्योपैथी की नींव "समान समान को ठीक करता है" के सिद्धांत पर आधारित है। इसमें रोग नहीं, बल्कि रोगी का उपचार किया जाता है। प्रत्येक व्यक्ति की मानसिक, शारीरिक और भावनात्मक स्थिति को ध्यान में रखते हुए दवा का चयन किया जाता है। यही इसकी विशेषता है, और यही इसकी जटिलता भी।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस- चिकित्सा में नई दिशा

AI ऐसी तकनीक है जो डेटा का विश्लेषण, पैटर्न पहचान और निर्णय लेने की क्षमता प्रदान करती है। आधुनिक चिकित्सा में AI का उपयोग–

- रोगों के पूर्वानुमान
- इमेज एनालिसिस
- क्लिनिकल डेटा मैनेजमेंट
- व्यक्तिगत उपचार में तेजी से बढ़ रहा है।

जब होम्योपैथी और AI मिलते हैं

होम्योपैथी में केस-टेकिंग और दवा चयन एक सूक्ष्म और समय-साध्य प्रक्रिया है। यहां AI एक सशक्त सहायक बन सकता है।

केस एनालिसिस में सटीकता: AI हजारों लक्षणों और दवाओं के बीच संबंध स्थापित कर सकता है, जिससे सही औषधि में सहायता मिलती है।

डिजिटल रिपर्टरी और मशीन लर्निंग: पारंपरिक रिपर्टरी को AI के साथ जोड़कर तेज और अधिक सटीक विश्लेषण संभव है।

क्रॉनिक रोगों में उपयोग: एनीमिया, त्वचा रोग, ऑटोइम्यून डिसऑर्डर जैसे जटिल रोगों में AI पिछले केस डेटा का विश्लेषण कर बेहतर उपचार मार्ग सुझा सकता है।

पर्सनलाइज्ड मेडिसिन: होम्योपैथी पहले से ही व्यक्तिगत चिकित्सा है।

शिक्षा और अनुसंधान में AI की भूमिका

AI केवल क्लिनिकल प्रैक्टिस तक सीमित नहीं है, बल्कि-

- छात्रों के लिए वर्चुअल केस सिमुलेशन
- रिसर्च में बिग डेटा एनालिसिस
- क्लिनिकल ट्रायल्स का मूल्यांकन
- नई दवाओं और उनके प्रभावों का अध्ययन को भी सरल और प्रभावी बना रहा है।

चुनौतियां और नैतिक पहलू

हर नई तकनीक के साथ कुछ प्रश्न और चिंताएं भी आती हैं-

- क्या AI चिकित्सक की जगह ले सकता है?
- क्या मशीन "मानव संवेदना (Human Touch)" को समझ सकती है?
- डेटा प्राइवेसी और सुरक्षा कैसे सुनिश्चित होगी?

इन प्रश्नों का उत्तर स्पष्ट है– AI डॉक्टर का विकल्प नहीं, बल्कि सहयोगी है। होम्योपैथी में रोगी के भावनात्मक और मानसिक पक्ष को समझना अत्यंत आवश्यक है, जो केवल एक संवेदनशील चिकित्सक ही कर सकता है।

भविष्य की संभावनाएं

आने वाले समय में हम देख सकते हैं-

- AI आधारित होम्योपैथिक क्लिनिक
- मोबाइल ऐप्स द्वारा प्रारंभिक सलाह
- ग्रामीण क्षेत्रों में टेली-होम्योपैथी सेवाएं

- बड़े स्तर पर डेटा आधारित उपचार रणनीतियां

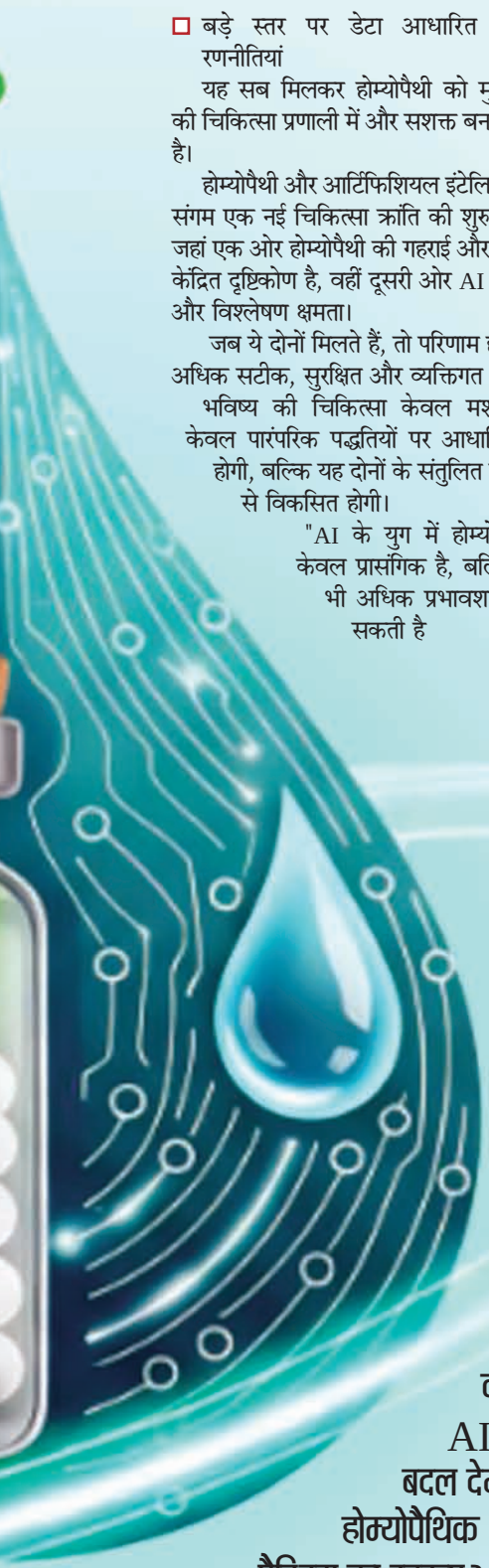
यह सब मिलकर होम्योपैथी को मुख्यधारा की चिकित्सा प्रणाली में और सशक्त बना सकता है।

होम्योपैथी और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का संगम एक नई चिकित्सा क्रांति की शुरुआत है। जहां एक ओर होम्योपैथी की गहराई और व्यक्ति-केंद्रित दृष्टिकोण है, वहीं दूसरी ओर AI की गति और विश्लेषण क्षमता।

जब ये दोनों मिलते हैं, तो परिणाम होता है– अधिक सटीक, सुरक्षित और व्यक्तिगत उपचार।

भविष्य की चिकित्सा केवल मशीनों या केवल पारंपरिक पद्धतियों पर आधारित नहीं होगी, बल्कि यह दोनों के संतुलित समन्वय से विकसित होगी।

"AI के युग में होम्योपैथी न केवल प्रासंगिक है, बल्कि और भी अधिक प्रभावशाली बन सकती है



क्या AI बदल देगा होम्योपैथिक प्रैक्टिस का स्वरूप?

वर्तमान समय में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस ने चिकित्सा जगत में एक नई सोच और नई दिशा प्रदान की है। एलोपैथी, रेडियोलॉजी और सर्जरी जैसे क्षेत्रों में AI का प्रभाव स्पष्ट रूप से दिखाई दे रहा है। ऐसे में स्वाभाविक प्रश्न उठता है– **क्या AI होम्योपैथिक प्रैक्टिस के स्वरूप को भी बदल देगा?**

इस प्रश्न का उत्तर सरल "हाँ" या "नहीं" में नहीं, बल्कि एक संतुलित समझ में छिपा है।

होम्योपैथी की प्रकृति- कला और विज्ञान का संगम

होम्योपैथी केवल लक्षणों का उपचार नहीं, बल्कि व्यक्ति की संपूर्णता (Holistic Approach) पर आधारित चिकित्सा प्रणाली है। इसमें–

- रोगी का स्वभाव
- मानसिक स्थिति
- जीवनशैली
- शरीर की प्रतिक्रियाएं

सबका गहन अध्ययन किया जाता है। इसलिए इसे केवल "डेटा" के आधार पर समझना आसान नहीं है।

AI क्या बदल सकता है?

- **केस-टेकिंग और डेटा मैनेजमेंट:** AI आधारित सॉफ्टवेयर रोगी के लक्षणों को व्यवस्थित कर सकते हैं, जिससे चिकित्सक को एक स्पष्ट चित्र मिलता है।
- **रिपर्टरी विश्लेषण में गति:** जहां पहले घंटों लगते थे, अब AI सेकंडों में हजारों संभावित remedies का विश्लेषण कर सकता है।
- **निर्णय में सहायता :** AI संभावित औषधियों की सूची देकर चिकित्सक के निर्णय को आसान बना सकता है।
- **फॉलो-अप और प्रोग्रेस ट्रैकिंग:** डिजिटल टूल्स मरीज की प्रगति को ट्रैक कर उपचार को अधिक प्रभावी बना सकते हैं।

AI क्या नहीं बदल सकता?

यही सबसे महत्वपूर्ण बिंदु है।

- **मानव संवेदना:** होम्योपैथी में रोगी के मन, भावनाओं और अनुभवों को समझना आवश्यक है।
- AI डेटा पढ़ सकता है, लेकिन भावनाओं को "महसूस" नहीं कर सकता।
- **इंडिविजुअलाइजेशन की गहराई:** हर रोगी अलग होता है। एक अनुभवी चिकित्सक की अंतर्दृष्टि (Clinical Intuition) को AI पूरी तरह प्रतिस्थापित नहीं कर सकता।
- **चिकित्सक का अनुभव:** वर्षों के अनुभव से विकसित निर्णय क्षमता किसी भी एल्गोरिदम से अधिक सूक्ष्म होती है।
- **AI: प्रतिस्थापन नहीं, सहयोगी:** AI को एक "प्रतिस्पर्धी" के रूप में नहीं, बल्कि "सहयोगी" (Assistant) के रूप में देखना चाहिए।

जैसे–

- स्टेथोस्कोप ने डॉक्टर को बदला नहीं, बल्कि उसे बेहतर बनाया
- उसी प्रकार AI चिकित्सक को अधिक सशक्त बनाएगा
- भविष्य की होम्योपैथिक प्रैक्टिस कैसी होगी?
- आने वाले समय में हम देख सकते हैं-
- AI-सहायता प्राप्त क्लिनिक
- मोबाइल ऐप्स द्वारा प्रारंभिक केस-टेकिंग
- टेली-होम्योपैथी
- डेटा आधारित उपचार रणनीतियां
- इससे ग्रामीण और दूरस्थ क्षेत्रों में भी गुणवत्तापूर्ण होम्योपैथिक सेवाएं पहुंच सकेंगी।

चुनौतियां भी हैं

- डेटा प्राइवेसी और सुरक्षा
- AI पर अत्यधिक निर्भरता
- तकनीकी ज्ञान की कमी
- पारंपरिक चिकित्सकों में स्वीकार्यता
- इन चुनौतियों को समझदारी और प्रशिक्षण के माध्यम से दूर किया जा सकता है।
- AI होम्योपैथिक प्रैक्टिस का स्वरूप बदलेगा–लेकिन उसकी आत्मा नहीं।

यह बदलाव होगा

- अधिक वैज्ञानिक
- अधिक संगठित
- अधिक सटीक
- लेकिन होम्योपैथी का मूल–रोगी को समझना, उसकी भावनाओं को सुनना और व्यक्तिगत उपचार देना–हमेशा चिकित्सक के हाथ में ही रहेगा।

भविष्य का सफल होम्योपैथ वही होगा जो–

- परंपरा और तकनीक–दोनों का संतुलन बनाए
- AI को अपनाए, लेकिन मानवता को न छोड़े

डॉ. शशि मोहन शर्मा
प्राचार्य
हैनिमैन कॉलेज ऑफ होम्योपैथी
यूनाइटेड किंगडम (UK)

ऐसी कोई भी बीमारी नहीं है जिसके ईलाज में होम्योपैथी दवाएं कारगर नहीं हैं। छोटी-छोटी स्वास्थ्य परेशानियां जैसे खांसी, सर्दी, जूकाम, कान व नाक में दर्द आदि के इलाज के लिए एक बड़ी आबादी इन दवाओं पर निर्भर है।

होम्योपैथी दवाओं का असर

भारत देश में भी होम्योपैथी दवाएं काफी प्रचलित है और खासतौर पर ग्रामीण इलाकों में इन दवाओं की काफी मांग है। फ्रांस, भारत और जर्मनी जैसे देश होम्योपैथी के फायदे से वाकिफ हैं और इसे अपना पूर्ण समर्थन देते है। होम्योपैथी दवाओं की महत्वपूर्णता चिकित्सा क्षेत्र और समाज द्वारा उठाए जा रहे कदमों को देखकर परखा जा सकता है। वैसे काफी लोग अन्य औषधि को अपनाने के बाद होम्योपैथी दवाओं के प्रति अपना रुख करते हैं। अन्य चिकित्सा प्रणालियों में चिकित्सक काफी कम समय में परामर्श कर मरीज को दवा दे दिया करते हैं किन्तु होम्योपैथी चिकित्सा प्रणाली इन सब से थोड़ा अलग है। इसमें चिकित्सक मरीज के साथ कम से कम 1 घंटे तक परामर्श करता है और बीमारी से जुडी हर एक जानकारी एकत्रित करता है। ऐसा कर बिमारी को जड़ से खत्म करने में मदद मिलती है। साथ ही मरीज भी खुलकर अपनी परेशानियों को बता पाते हैं। इन दवाओं का असर रातो-रात नहीं होता किन्तु मरीजों का कहना है कि दवाओं के असर में कई बार महीनों लग जाते हैं।

इमर्जेंसी में होम्योपैथी का महत्व

आमतौर पर लोगो की धारणा है कि होम्योपैथी इमरजेन्सी में काम नहीं करती है क्योकि इसका असर बहुत धीरे-धीरे होता है, और जब तक दवा असर करेगी तब तक रोगी का बहुत नुकसान हो जायेगा लेकिन ऐसा नहीं है, यदि किसी भी इमरजेन्सी केस में सही समय में सही दवा तुंरत दी जाए तो न केवल रोगी की जान बच जायेगी बल्कि उसे कोई गंभीर नुकसान भी नहीं होगा। एक प्रचलित धारणा यह भी है कि होम्योपैथी दवा सिर्फ बच्चो कि मामूली चोट के लिए ही उपयोगी है किन्तु यहाँ तथ्य पूरी तरह से सही नहीं है । होम्योपैथिक दवा न केवल साधारण चोट में उपयोगी है बल्कि यह हार्ट अटेक, कोमा आदि गंभीर इमरजेन्सी में भी अति उपयोगी है ।

सामान्य चोट

बच्चो को खेलते वक्त चोट लगना ,और काम करते समय मामूली चोट या कट लगना अथवा वाहन से मामूली दुर्घटना होना ।ये सभी सामान्य चोट के अर्न्तगत आते है ।ऐसे समय में कुछ उपयोगी होम्योपैथिक दवाए न केवल कटे हुए घाव भरने, रक्तस्त्राव रोकने में उपयोगी है बल्कि ये दर्द को भी कम कर देती है।

रक्तस्त्राव

यद्यपि रक्तस्त्राव किसी भी प्रकार की बाह्य या आन्तरिक चोट का परिणाम होता है लेकिन रक्तस्त्राव को कई प्रकारों में विभक्त किया जा सकता है - सामान्य चोट लगने पर होनेवाला रक्तस्त्राव, नाक से रक्तस्त्राव (नकसीर), महिलाओं को मासिक धर्म के दौरान होनेवाला अतिस्त्राव आदि। कभी-2 किडनी मे पथरी की समस्या होनेपर भी मूत्र के साथ रक्तस्त्राव संभव है। होम्योपैथी में रक्तस्त्राव फ़ौरन रोकने के लिए भी पर्याप्त दवा उपलब्ध हैं।

संक्रमण

किसी भी प्रकार के संक्रमण को नियंत्रित करने मैं होम्योपैथिक दवाए सक्षम हैं।मौसमी संक्रमण, फोडे, मुहांसे, खुजली, एक्सिमा, एलर्जी आदि के लिए होम्योपैथिक दवाए कारगर हैं।

मोच

सामान्य कार्य के दौरान,भारी वजन उठाने से, गलत तरीके से कसरत करने जैसे आदि अनेक कारण हैं जो मोच के लिए उत्तरदायी हो सकते हैं। प्रायः मोच शरीर के लचीले भागों जैसे कलाई, कमर, पैर, आदि को प्रभावित करती है। लोगों का सोचना है के मालिश ही इसका सर्वोत्तम उपचार है लेकिन मोच के लिए भी

होम्योपैथिक दवाए उपलब्ध हैं जो ना केवल मोच के दर्द से राहत देती हैं बल्कि सुजन को दूर करने मे भी सहायक हैं।

जलना

जलना एक दर्दनाक प्रक्रिया है जो कई कारणों से हो सकती है - महिलाओं का किचन में कार्य करते वक्त जल जाना, आग या भाप से जलना, सनबर्न आदि। जलने पर होम्योपैथिक दवाएं प्रयोग में लायी जा सकती हैं।

हड्डी टूटना

हड्डी टूटना एक आम इमर्जेंसी है जो प्रायः वृद्ध लोगो में, बच्चों में अथवा दुर्घटना आदि के कारण हो सकती है। लोगो के एक आम सोच है के भला होम्योपैथिक दवाए कैसे इसे ठीक कर सकती हैं? लेकिन होम्योपैथी के खजाने में कुछ ऐसे दवाएं भी हैं जो दर्द को दूर करके टूटी हड्डी को पुनः जोड़ने मैं सक्रिय भूमिका निभाती हैं।

लू लगना

गर्मी के मौसम में बरती गयी लापरवाही या कुछ मामूली गलतियाँ लू लगने के लिए जिम्मेदार होती हैं जैसे - धूप में घूमना, धूप से आते ही ठंडा पानी पीना, तेज़ गर्मी से आते ही कूलर या एसी में बैठना इन सब कारणों से शरीर तथा बाहरी वातावरण के बीच संयोजन गडबडा जाता है और व्यक्ति लू का शिकार हो जाता है। प्रायः लोग नहीं समझ पाते कि उनको लू का आघात लगा है। इसके मुख्य लक्षण- तेज़ बुखार, वमन, तेज़ सिरदर्द आदि हैं। लक्षण गंभीर होनेपर रोगी की मृत्यु भी संभव है। लू से बचाव के लिए होम्योपैथिक दवाए उपयोगी हैं। लू लगने पर तुरन्त दी गई 1 या 2 खुराक रोगी की जान बचाने के लिए पर्याप्त हैं।

दाँत निकलने के समय

छोटे बच्चों में दस्त, चिड़चिड़ापन, लार गिरना, बुखार जैसी समस्याएँ सामान्य रूप से देखी जाती हैं। सही होम्योपैथिक औषधि चयन से यह समस्या जल्दी नियंत्रित की जा सकती है।

प्रमुख होम्योपैथिक औषधियाँ : Chamomilla, Podophyllum, Calcarea Phosphorica, Magnesia Carbonica, Belladonna

सदमा

यह एक अत्यधिक गंभीर इमर्जेंसी है जो व्यक्ति पर अस्थायी अथवा दूरगामी दोनों प्रकार के प्रभाव छोड़ सकती है। अचानक कोई खुशी या गम का समाचार, प्रियजनों के मृत्यु, किसी भयानक दुर्घटना या खून आदि के घटना को साक्षात देखना आदि सदमे के मुख्य कारण हो सकते हैं। इसमें व्यक्ति अचानक बेहोश हो जाता है, उसकी आँखें चढ़ जाती हैं, दांत बांध जाते हैं तथा कभी कभी आवाज़ या याददाश्त भी चली जाती है। ऐसी अवस्था में प्रति 5-5 मिनट के अन्तराल पर कुछ विशिष्ट होम्योपैथिक दवाओं के खुराक दे कर व्यक्ति की जान बचाई जा सकती है।

हार्टअटैक

यह बड़ा प्रचलित तथ्य है कि हार्ट अटैक जैसी अति गंभीर इमर्जेंसी और होम्योपैथिक दवाओं के बीच कोई सम्बन्ध नहीं है क्यूंकि ऐसी हालत में हॉस्पिटल ही अंतिम विकल्प है जबकि अनेक बार ऐसा भी होता है कि रोगी हॉस्पिटल पहुँचने से पहले रास्ते में ही दम तोड़ देता है क्योंकि हार्टअटैक के रोगी को फौरन देखभाल तथा उपचार की ज़रूरत होती है। होम्योपैथिक दवाओं मैं केवल हार्टअटैक से बचाव करने के ही शक्ति नहीं है बल्कि यह रक्त संचार को नियमित बनाकर भविष्य मे हार्ट अटैक से बचाव प्रदान करती है, हार्ट के नलियों में खून का थक्का बनने पर उसको तरल करके समाप्त कर देती है तथा हार्ट की पेशियों को ताकत प्रदान करती हैं। सर्वोत्तम बात यह है कि इन दवाओं को जीवनभर प्रयोग करने की आवश्यकता नहीं होती किन्तु इनका प्रभाव स्थाई होता है।

डॉ. ए. के. द्विवेदी
वरिष्ठ होम्योपैथी चिकित्सक
एडवांस्ड होम्यो हेल्थ सेंटर एवं
होम्योपैथी मेडिकल रिसर्च प्रा. लि., इंदौर
मो. 9826042287

क्रॉनिक किडनी डिज़ीज़ कारण, रोकथाम एवं समग्र उपचार

आज की आधुनिक जीवनशैली में जहाँ एक ओर सुविधाएँ बढ़ी हैं, वहीं दूसरी ओर कम उम्र में गंभीर बीमारियाँ भी तेजी से बढ़ रही हैं। क्रॉनिक किडनी डिज़ीज़ (Chronic Kidney Disease) और बढ़ा हुआ क्रिएटिनिन स्तर अब केवल बुजुर्गों तक सीमित नहीं रहे, बल्कि युवा वर्ग में भी देखने को मिल रहे हैं। यह स्थिति चिंताजनक है, क्योंकि किडनी हमारे शरीर से विषैले पदार्थों को बाहर निकालने का मुख्य अंग है।

किडनी रोग व बढ़े क्रिएटिनिन के प्रमुख कारण

कम उम्र के लोगों में बढ़ती स्वास्थ्य समस्या- क्रॉनिक किडनी डिज़ीज़ (CKD) व बढ़ा हुआ क्रिएटिनिन – कारण, रोकथाम एवं समग्र उपचार

- असंतुलित आहार - अधिक नमक, जंक फूड, प्रोटीन का अत्यधिक सेवन
- कम पानी पीना
- हाई ब्लड प्रेशर और डायबिटीज़ (मुख्य कारण)
- दवाइयों का अधिक उपयोग (पेनकिलर आदि)
- धूम्रपान व शराब
- अनुवांशिक कारण व संक्रमण

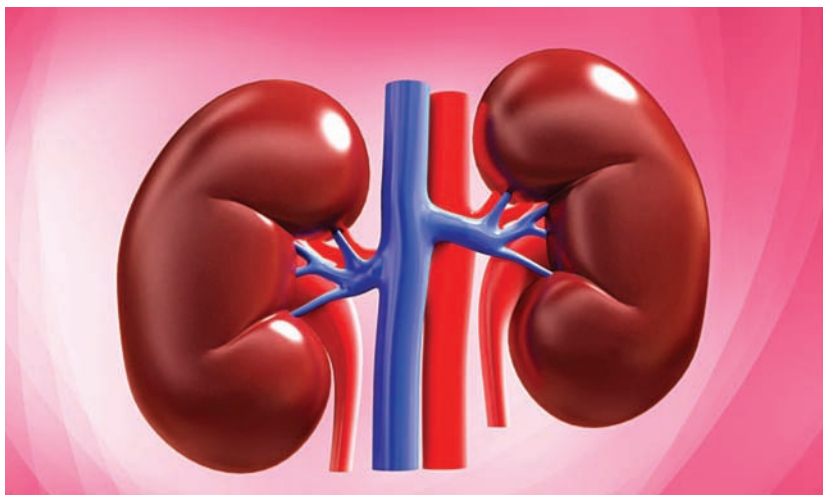
मुख्य लक्षण

- पैरों, चेहरे पर सूजन
- बार-बार या कम पेशाब
- थकान, कमजोरी
- भूख कम लगना
- उल्टी, मतली
- रक्तचाप का बढ़ना

कई बार शुरुआती अवस्था में कोई स्पष्ट लक्षण नहीं होते, इसलिए नियमित जांच आवश्यक है।

घरेलू उपाय

- **नारियल पानी**- किडनी को साफ रखने में सहायक
- **धनिया पानी**- रात में भिगोकर सुबह उबालकर सेवन करें - किडनी डिटॉक्स में उपयोगी
- **गोखरू**- आयुर्वेद में किडनी टॉनिक माना जाता है



- **पुनर्नवा का काढ़ा**- सूजन व किडनी कार्य सुधार में सहायक
- **लौकी का जूस**- शरीर को ठंडक व किडनी को राहत देता है
- कम नमक व प्रोटीन नियंत्रित आहार अपनाएं

योग एवं प्राणायाम

योग किडनी के रक्तसंचार को सुधारता है और तनाव कम करता है।

- **मंडूकासन** – पेट व किडनी पर सकारात्मक प्रभाव
- **भुजंगासन** – पेट के अंगों को सक्रिय करता है
- **पवनमुक्तासन** – शरीर से विषैले तत्व निकालने में सहायक
- **अनुलोम-विलोम** – रक्तशुद्धि व मानसिक शांति
- **कपालभाति (हल्के रूप में)** – मेटाबोलिज्म सुधार
- **वॉकिंग और साइक्लिंग**
  प्रतिदिन 30 मिनट हल्की से मध्यम वॉकिंग सप्ताह में 3-4 बार साइक्लिंग

इससे ब्लड प्रेशर नियंत्रित रहता है और किडनी पर दबाव कम होता है

ध्यान रखें- अत्यधिक थकावट वाले व्यायाम से बचें।

होम्योपैथिक उपचार

होम्योपैथी में किडनी रोग का उपचार रोगी की संपूर्ण स्थिति को ध्यान में रखकर किया जाता है।

प्रमुख औषधियाँ-

- Berberis Vulgaris – किडनी दर्द, पथरी व क्रिएटिनिन में उपयोगी
- Serum Anguillae – किडनी फेल्योर व उच्च क्रिएटिनिन में सहायक
- Apis Mellifica – सूजन व मूत्र संबंधी समस्याओं में लाभकारी
- Solidago Virgaurea – किडनी की कार्यक्षमता सुधारने में उपयोगी
- Lycopodium – गैस, पाचन व किडनी विकारों में प्रभावी
- दवाओं का सेवन विशेषज्ञ होम्योपैथिक चिकित्सक के मार्गदर्शन में ही करें।

जीवनशैली सुधार

- पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं (डॉक्टर की सलाह अनुसार)
- नमक कम करें (5 ग्राम प्रतिदिन से कम)
- जंक फूड, कोल्ड ड्रिंक से दूरी रखें
- नियमित BP और शुगर जांच
- तनाव कम करें, सकारात्मक सोच अपनाएं
- धूम्रपान और शराब से बचें

कम उम्र में किडनी रोग का बढ़ना एक गंभीर चेतावनी है। यदि समय रहते सावधानी बरती जाए, तो इस रोग की प्रगति को रोका जा सकता है। घरेलू उपाय, योग, नियमित व्यायाम और होम्योपैथी चिकित्सा के समन्वय से किडनी को स्वस्थ रखा जा सकता है।

किडनी रोग में एनीमिया उन्नत होम्योपैथिक उपचार

आजकल कम उम्र के लोगों में किडनी की कार्यक्षमता में कमी (CKD), बढ़ा हुआ क्रिएटिनिन तथा साथ में एनीमिया (हीमोग्लोबिन की कमी) एक साथ देखने को मिल रहे हैं। किडनी की खराबी के कारण शरीर में विषैले पदार्थ जमा होते हैं और एरिथ्रोपोइटिन (Erythropoietin) हार्मोन का निर्माण कम हो जाता है, जिससे रक्त निर्माण घटता है और एनीमिया उत्पन्न होता है।

किडनी रोग में एनीमिया क्यों होता है?

- किडनी से बनने वाला Erythropoietin हार्मोन कम हो जाता है
- आयरन, फोलिक एसिड और विटामिन B12 की कमी
- रक्त का शुद्धिकरण प्रभावित होना
- बार-बार डायलिसिस या क्रॉनिक सूजन

मुख्य लक्षण

- किडनी खराबी व बढ़ा क्रिएटिनिन
- सूजन (पैर, चेहरा)

कम उम्र के लोगों में बढ़ती स्वास्थ्य समस्या- क्रॉनिक किडनी डिज़ीज़ (CKD) व बढ़ा हुआ क्रिएटिनिन – कारण, रोकथाम एवं समग्र उपचारपेशाब में कमी

- थकान, भूख कम
- उल्टी, सांस फूलना
- एनीमिया
- अत्यधिक कमजोरी
- चक्कर आना
- चेहरे पर पीलापन
- दिल की धड़कन तेज होना

उन्नत होम्योपैथी

50 मिलेसिमल पोटेंसी (LM पोटेंसी) होम्योपैथी की एक उन्नत और सूक्ष्म शक्ति है, जो विशेष रूप से क्रॉनिक (दीर्घकालिक) रोगों में अत्यंत प्रभावी मानी जाती है। यह पद्धति शरीर की जीवन शक्ति (Vital Force) को धीरे-धीरे संतुलित करती है, जिससे बिना किसी तीव्र प्रतिक्रिया के रोग में सुधार होता है।

इसके प्रमुख लाभ

- सुरक्षित और सौम्य उपचार
- लंबे समय तक चलने वाले रोगों में प्रभावी
- किडनी व रक्त निर्माण प्रणाली पर गहरा असर
- दवा की बार-बार छोटी मात्रा में उपयोग से निरंतर सुधार

एनीमिया व हीमोग्लोबिन बढ़ाने के लिए औषधियाँ

- Ferrum Phosphoricum (LM) – शुरुआती एनीमिया
- Calcarea Phosphorica (LM) – पोषण की कमी में

- China Officinalis (LM) – रक्त की कमी, कमजोरी
- Acid Phos (LM) – मानसिक व शारीरिक थकान
- Natrum Mur (LM) – पुरानी एनीमिया स्थितियों में

सहायक आहार व घरेलू उपाय

- अनार, चुकंदर, गाजर का जूस - हीमोग्लोबिन बढ़ाने में सहायक
- हरी पत्तेदार सब्जियाँ - आयरन का अच्छा स्रोत
- किशमिश, खजूर - रक्त वृद्धि में उपयोगी
- नारियल पानी - किडनी को सहारा देता है
- प्रोटीन संतुलित मात्रा में लें

योग, प्राणायाम व दिनचर्या

अनुलोम-विलोम – रक्त शुद्धि व ऑक्सीजन बढ़ाता है

भ्रामरी – मानसिक तनाव कम करता है

हल्की वॉकिंग (20-30 मिनट) – रक्त संचार सुधार

साइक्लिंग (हल्की) – शरीर को सक्रिय रखती है

सावधानियाँ

- स्वयं दवा न लें, योग्य होम्योपैथिक चिकित्सक से परामर्श आवश्यक
- नियमित जांच - क्रिएटिनिन, यूरिया, हीमोग्लोबिन
- BP और शुगर नियंत्रण में रखें
- नमक व प्रोटीन का संतुलन बनाए रखें

किडनी की खराबी से बढ़े हुए क्रिएटिनिन और एनीमिया एक गंभीर लेकिन नियंत्रित किए जा सकने वाले रोग हैं। उन्नत होम्योपैथी (50 मिलेसिमल पोटेंसी) के माध्यम से शरीर की जीवन शक्ति को संतुलित कर किडनी की कार्यक्षमता और रक्त निर्माण दोनों में सुधार किया जा सकता है।

समुचित आहार, योग, नियमित जीवनशैली और होम्योपैथी के समन्वय से रोगी बेहतर और स्वस्थ जीवन जी सकता है।

हड्डी का संक्रमण और होम्योपैथिक दवाओं से उपचार

आधुनिक विज्ञान और समग्र चिकित्सा के संगम पर एक गहन विश्लेषण

मानव शरीर की संरचना में हड्डियों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। ये न केवल शरीर को आकार और मजबूती देती हैं बल्कि आंतरिक अंगों की रक्षा, खनिजों का भंडारण तथा रक्त कोशिकाओं के निर्माण जैसी कई महत्वपूर्ण प्रक्रियाओं में भी भाग लेती हैं। जब इस मजबूत संरचना में संक्रमण प्रवेश करता है, तब स्थिति अत्यंत जटिल और पीड़ादायक हो सकती है।

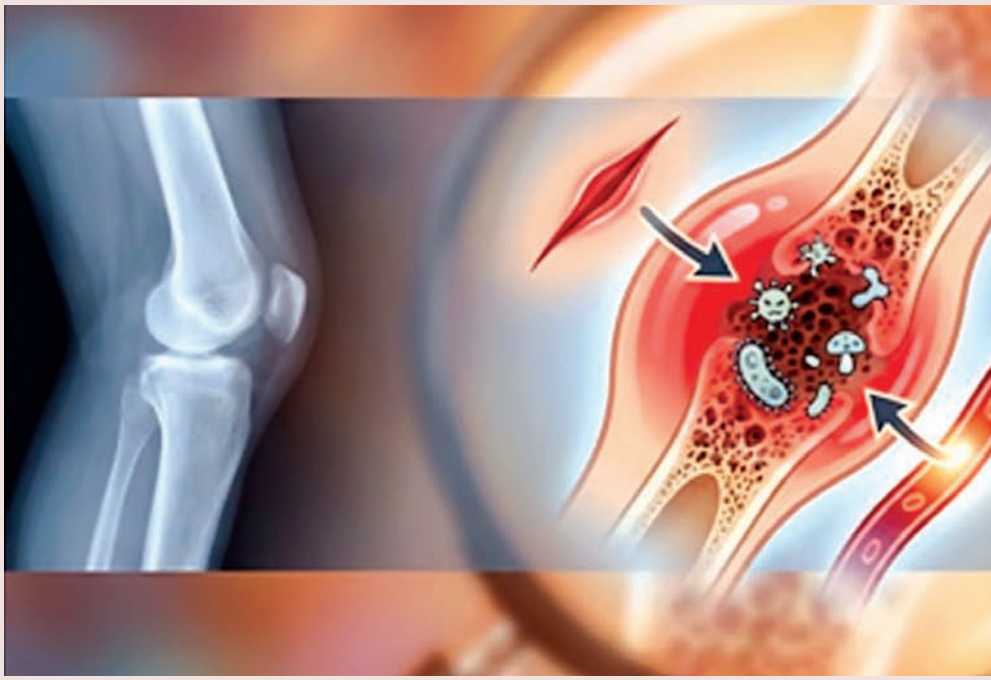
हड्डी का संक्रमण, जिसे चिकित्सकीय भाषा में ऑस्टियोमायलाइटिस कहा जाता है, आज भी विश्व भर में एक चुनौतीपूर्ण रोग माना जाता है। ऐसे में समग्र चिकित्सा पद्धतियों, विशेषकर होम्योपैथी, ने रोगियों और चिकित्सकों का ध्यान आकर्षित किया है। होम्योपैथी न केवल संक्रमण के लक्षणों को कम करने का प्रयास करती है बल्कि शरीर की आंतरिक जीवनशक्ति को सक्रिय कर रोग से दीर्घकालिक मुक्ति दिलाने का लक्ष्य रखती है।

हड्डी का संक्रमण क्या होता है?

हड्डी का संक्रमण तब होता है जब सूक्ष्मजीव, जैसे बैक्टीरिया या फंगस, हड्डी के ऊतकों में प्रवेश कर वहां सूजन, दर्द और ऊतक क्षति उत्पन्न करते हैं। यह संक्रमण सीधे किसी चोट या सर्जरी के माध्यम से हो सकता है, या रक्त प्रवाह के जरिए शरीर के किसी अन्य संक्रमित हिस्से से हड्डी तक पहुंच सकता है। इस संक्रमण के दौरान हड्डी के भीतर सूजन बढ़ जाती है, जिससे रक्त प्रवाह बाधित हो सकता है। परिणामस्वरूप हड्डी के कुछ हिस्सों में ऊतक मरने लगते हैं, जिसे चिकित्सकीय रूप से नेक्रोसिस कहा जाता है।

तीव्र हड्डी संक्रमण

तीव्र हड्डी संक्रमण वह अवस्था है जो अचानक और तेज गति से विकसित होती है। इसे ऑस्टियोमायलाइटिस का तीव्र रूप भी कहा जाता है। इस प्रकार के संक्रमण में बैक्टीरिया या अन्य रोगजनक सूक्ष्मजीव रक्त प्रवाह के माध्यम से या किसी चोट के कारण सीधे हड्डी तक पहुँच जाते हैं और वहाँ तेजी से सूजन तथा संक्रमण पैदा कर देते हैं। इस संक्रमण के प्रमुख लक्षणों में तेज बुखार, दर्द, प्रभावित क्षेत्र में लालिमा व सूजन शामिल होते हैं।



जीर्ण हड्डी संक्रमण

जीर्ण हड्डी संक्रमण धीरे धीरे विकसित होने वाला और लंबे समय तक बने रहने वाला संक्रमण होता है। यह अक्सर तीव्र संक्रमण के अधूरे या असफल उपचार के बाद उत्पन्न होता है, जब संक्रमण पूरी तरह समाप्त नहीं हो पाता और हड्डी के भीतर ही सक्रिय बना रहता है। इस प्रकार के संक्रमण में दर्द तीव्र संक्रमण जितना तेज नहीं होता, बल्कि हल्का या मध्यम स्तर का लगातार बना रहने वाला दर्द हो सकता है। प्रभावित क्षेत्र में समय समय पर सूजन, गर्माहट और त्वचा से मवाद निकलना भी आम लक्षणों में शामिल हैं।

पोस्ट ट्रॉमैटिक संक्रमण

पोस्ट ट्रॉमैटिक संक्रमण वह संक्रमण है जो किसी दुर्घटना, खुला फ्रैक्चर, गहरी चोट या हड्डी से संबंधित सर्जरी के बाद विकसित होता है। जब हड्डी या आसपास के ऊतकों की सुरक्षा परत क्षतिग्रस्त हो जाती है, तब बाहरी वातावरण के जीवाणु सीधे हड्डी तक पहुँच सकते हैं और संक्रमण उत्पन्न कर सकते हैं।

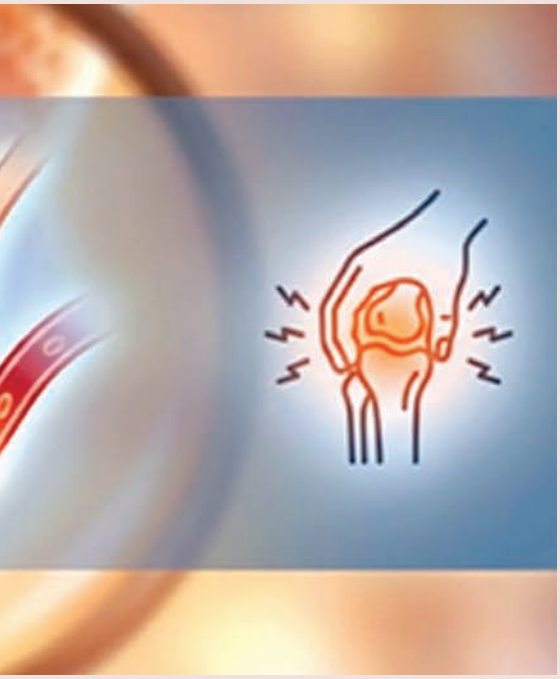
इस प्रकार के संक्रमण के लक्षणों में घाव के आसपास दर्द, सूजन, लालिमा, मवाद बनना, घाव का देर से भरना और कभी कभी बुखार शामिल हो सकते हैं। पोस्ट ट्रॉमैटिक संक्रमण का उपचार अक्सर जटिल होता है क्योंकि इसमें

न केवल संक्रमण को नियंत्रित करना होता है बल्कि हड्डी की संरचना और कार्यक्षमता को भी सुरक्षित रखना होता है।

समुचित स्वच्छता, समय पर चिकित्सा हस्तक्षेप और पुनर्वास उपायों के माध्यम से इस प्रकार के संक्रमण के जोखिम को काफी हद तक कम किया जा सकता है।

हड्डी के संक्रमण के कारण

- **बैक्टीरियल आक्रमण:** सबसे सामान्य कारण बैक्टीरिया का हड्डी तक पहुंचना होता है। त्वचा पर चोट लगने, घाव खुला रहने या ऑपरेशन के दौरान बैक्टीरिया शरीर में प्रवेश कर सकते हैं और हड्डी को संक्रमित कर सकते हैं।
- **रक्तजनित संक्रमण :** कभी-कभी शरीर के किसी अन्य हिस्से में मौजूद संक्रमण रक्त के माध्यम से हड्डी तक पहुंच जाता है और वहां सूजन व संक्रमण पैदा कर सकता है।



- **कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली:** मधुमेह, कैंसर के उपचार, कुपोषण या लंबे समय तक कुछ दवाओं के सेवन से शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है, जिससे संक्रमण होने का खतरा बढ़ जाता है।
- **रक्त प्रवाह की कमी:** जब हड्डी या आसपास के ऊतकों तक पर्याप्त रक्त नहीं पहुंचता, तब शरीर के लिए संक्रमण से लड़ना कठिन हो जाता है और संक्रमण लंबे समय तक बना रह सकता है।

हड्डी के संक्रमण के लक्षण

- प्रभावित स्थान पर धड़कता या लगातार रहने वाला दर्द
- सूजन और उस क्षेत्र में गर्माहट महसूस होना
- त्वचा पर लालिमा दिखाई देना
- बुखार आना
- चलने-फिरने या प्रभावित अंग को हिलाने में कठिनाई होना
- घाव या प्रभावित स्थान से मवाद का स्राव होना
- जीर्ण (पुराने) संक्रमण में थकान और बिना कारण वजन कम होना जैसे सामान्य लक्षण भी दिखाई दे सकते हैं।

आधुनिक चिकित्सा में उपचार

एंटीबायोटिक दवाएं संक्रमण को नियंत्रित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं, लेकिन लंबे समय तक इनके उपयोग से शरीर में प्रतिरोधकता विकसित हो सकती है। सर्जरी के दौरान मृत ऊतक को हटाना आवश्यक हो सकता है, जो शारीरिक व मानसिक दृष्टि से चुनौतीपूर्ण अनुभव होता है। कुछ रोगियों में उपचार के बाद भी संक्रमण पुनः लौट सकता है।

होम्योपैथी का सिद्धांत

होम्योपैथी का मूल सिद्धांत यह है कि मानव शरीर में स्वयं को ठीक करने की प्राकृतिक क्षमता होती है। इस पद्धति के अनुसार सही होम्योपैथिक औषधि शरीर की इसी स्व-उपचार शक्ति को सक्रिय करने में सहायक मानी जाती है, जिससे रोग से उबरने की प्रक्रिया स्वाभाविक रूप से आगे बढ़ती है। इसमें केवल बीमारी के नाम या लक्षणों को नहीं देखा जाता, बल्कि रोगी के संपूर्ण व्यक्तित्व, उसकी मानसिक और भावनात्मक स्थिति, शारीरिक प्रवृत्ति तथा रोग के विशिष्ट लक्षणों का विश्लेषण किया जाता है।

प्रमुख होम्योपैथिक औषधियां

- **सिलिसिया:** पुराने संक्रमण, बार बार फोड़ा बनने और मवाद की प्रवृत्ति में उपयोगी। यह ऊतक की मरम्मत में सहायता करती मानी जाती है।
- **हेपर सल्फ:** तीव्र दर्द और स्पर्श संवेदनशीलता में दी जाती है।
- **कैल्केरिया फॉस:** हड्डी की कमजोरी और पुनर्निर्माण में महत्वपूर्ण।
- **मर्क सोल:** सक्रिय संक्रमण और रात में बढ़ने वाले दर्द में उपयोगी।
- **बेलाडोना:** अचानक सूजन और तेज बुखार के साथ आने वाले मामलों में।

हड्डी का संक्रमण एक गंभीर चुनौती हो सकता है, लेकिन उचित समय पर उपचार और समग्र चिकित्सा दृष्टिकोण से रोगी बेहतर जीवन की ओर लौट सकता है। होम्योपैथी इस दिशा में एक सुरक्षित विकल्प के रूप में उभर रही है। यह न केवल रोग के लक्षणों को कम करने का प्रयास करती है बल्कि शरीर की आंतरिक उपचार कर स्वास्थ्य की नींव रखती है।

केस स्टडी

हड्डी के संक्रमण जैसे जटिल रोगों के उपचार में प्रत्येक रोगी की स्थिति, शरीर की प्रतिरोधक क्षमता, संक्रमण की गंभीरता और उपचार के प्रति प्रतिक्रिया अलग अलग होती है। इसी कारण समग्र और व्यक्तिगत दृष्टिकोण अपनाना कई बार उपयोगी सिद्ध हो सकता है। नीचे दिए गए केस स्टडी उदाहरण इस बात को स्पष्ट करते हैं कि किस प्रकार समन्वित चिकित्सा दृष्टिकोण में होम्योपैथिक उपचार सहायक भूमिका निभा सकता है।

केस 1

एक लगभग 45 वर्षीय मध्यम आयु के व्यक्ति को सड़क दुर्घटना के बाद टांग की हड्डी में फ्रैक्चर हुआ। प्रारंभिक सर्जिकल उपचार और प्लेट फिक्सेशन के बाद कुछ ही सप्ताह में घाव के आसपास लालिमा, सूजन और मवाद निकलने जैसी समस्याएं शुरू हो गईं। जाँच में हड्डी के संक्रमण की पुष्टि हुई। रोगी को कई महीनों तक अलग अलग एंटीबायोटिक दवाएं दी गईं, जिससे संक्रमण कुछ समय के लिए नियंत्रित तो हुआ, लेकिन घाव पूरी तरह नहीं भरा और दर्द लगातार बना रहा। चलने फिरने में कठिनाई और मानसिक तनाव भी बढ़ने लगा।

इस स्थिति में रोगी ने समन्वित उपचार का विकल्प चुना और उसके व्यक्तिगत लक्षणों, दर्द की प्रकृति, तापमान संवेदनशीलता, मानसिक स्थिति तथा नींद के पैटर्न को ध्यान में रखते हुए होम्योपैथिक उपचार शुरू किया गया। उपचार के शुरुआती कुछ हफ्तों में ही दर्द की तीव्रता में कमी आने लगी और सूजन धीरे धीरे कम होने लगी। लगभग चार से पाँच महीनों में घाव का स्राव कम हो गया और त्वचा की स्थिति में स्पष्ट सुधार देखा गया। आठ महीनों के उपचार के बाद किए गए एक्स रे में हड्डी के पुनर्निर्माण के संकेत मिले और रोगी सामान्य सहारे के साथ चलने में सक्षम हो गया। साथ ही उसकी ऊर्जा स्तर और मानसिक आत्मविश्वास में भी सकारात्मक परिवर्तन देखा गया।

डॉ. विकास सिंघल
इंटरनेशनल स्पीकर
फाउंडर डायरेक्टर
होम्यो सागा प्रा लि
चंडीगढ़

थायरॉइड, हाई बीपी, डायबिटीज़ कारण, रोकथाम एवं समग्र उपचार

आज की तेज़ रफ्तार जीवनशैली, तनाव, अनियमित दिनचर्या और असंतुलित आहार के कारण कम उम्र के लोगों में भी थायरॉइड, हाई ब्लड प्रेशर और डायबिटीज़ जैसी समस्याएँ तेजी से बढ़ रही हैं। पहले ये बीमारियाँ 40-50 वर्ष की आयु में देखी जाती थीं, परंतु अब 20-30 वर्ष के युवा भी इससे प्रभावित हो रहे हैं।

प्रमुख कारण

- **अनियमित दिनचर्या** – देर रात तक जागना, पर्याप्त नींद न लेना
- **जंक फूड व प्रोसेस्ड भोजन** – अधिक नमक, शक्कर और तेल का सेवन
- **मानसिक तनाव** – नौकरी, लक्ष्य आधारित कार्य, डिजिटल ओवरलोड
- **शारीरिक निष्क्रियता** – बैठकर काम करने की आदत
- **हार्मोनल असंतुलन**

मुख्य लक्षण

1. थायरॉइड
- वजन बढ़ना या घटना
- थकान, बाल झड़ना
- ठंड/गर्मी के प्रति संवेदनशीलता

2. हाई बीपी
- सिरदर्द, चक्कर
- बेचैनी, नींद न आना
- कभी-कभी कोई स्पष्ट लक्षण नहीं

3. डायबिटीज़ (हाई शुगर)
- बार-बार प्यास और पेशाब
- कमजोरी, धुंधला दिखना
- घाव का देर से भरना

घरेलू उपाय

- **मेथी दाना**– रात में भिगोकर सुबह सेवन - शुगर नियंत्रण में सहायक
- **दालचीनी पाउडर**– गुनगुने पानी के साथ - ब्लड शुगर व बीपी में लाभकारी
- **लौकी/करेला जूस**– डायबिटीज़ में विशेष उपयोगी
- **आंवला और एलोवेरा जूस**– थायरॉइड और इम्युनिटी के लिए लाभदायक
- **लहसुन**– रक्तचाप नियंत्रित करने में सहायक

योग एवं प्राणायाम

नियमित योग से हार्मोन संतुलन, मानसिक शांति और शरीर की कार्यक्षमता बढ़ती है।

थायरॉइड के लिए-
- सर्वांगासन
- मत्स्यासन
- उज्जायी प्राणायाम

हाई बीपी के लिए-
- अनुलोम-विलोम
- भ्रामरी प्राणायाम
- शवासन

डायबिटीज़ के लिए-
- मंडूकासन
- पवनमुक्तासन
- कपालभाति

वॉकिंग और साइक्लिंग का महत्व

- रोज़ाना 30-45 मिनट तेज़ चाल से चलना
- सप्ताह में 3-4 दिन साइक्लिंग
- इससे हृदय स्वस्थ रहता है, वजन नियंत्रित होता है और शुगर/बीपी संतुलित रहता है

होम्योपैथिक उपचार

होम्योपैथी में रोगी के संपूर्ण लक्षणों और प्रकृति के आधार पर दवा दी जाती है, जो सुरक्षित और प्रभावी होती है।

थायरॉइड
- Thyroidinum
- Calcarea Carbonica
- Lycopus Virginicus

हाई बीपी
- Rauwolfia Serpentina
- Natrum Mur
- Crataegus O&yacantha

डायबिटीज़
- Syzygium Jambolanum
- Uranium Nitricum
- Phosphoric Acid

दवा का चयन योग्य होम्योपैथिक चिकित्सक के परामर्श से ही करें।

जीवनशैली में सुधार

- संतुलित आहार - हरी सब्जियाँ, फल, साबुत अनाज
- नमक और चीनी का सीमित सेवन
- प्रतिदिन 7–8 घंटे की नींद
- स्क्रीन टाइम कम करें
- नियमित स्वास्थ्य जांच

हमें अपनी जीवनशैली सुधारने की आवश्यकता है। योग, व्यायाम, संतुलित आहार और होम्योपैथी के समन्वय से इन समस्याओं को नियंत्रित किया जा सकता है और स्वस्थ जीवन जिया जा सकता है।

परीक्षा के दौरान मानसिक तनाव को कम करने में सहायक होम्योपैथी

आज के प्रतिस्पर्धात्मक युग में परीक्षा केवल ज्ञान की नहीं, बल्कि मानसिक संतुलन और धैर्य की भी परीक्षा बन गई है। विद्यार्थी पूरे वर्ष मेहनत करते हैं, लेकिन परीक्षा के समय तथा परिणाम घोषित होने के दौरान उनमें तनाव, चिंता, घबराहट और असफलता का भय बढ़ जाता है। यह मानसिक दबाव कई बार उनके प्रदर्शन को प्रभावित करता है और स्वास्थ्य पर भी प्रतिकूल असर डालता है। ऐसे में होम्योपैथी एक सुरक्षित, प्रभावी और दीर्घकालिक समाधान के रूप में सामने आती है।

मानसिक तनाव के प्रमुख कारण

परीक्षा के समय विद्यार्थियों में तनाव के कई कारण होते हैं, जैसे–

- अपेक्षाओं का दबाव (परिवार व समाज)
- असफलता का भय
- तैयारी में कमी का अहसास
- प्रतिस्पर्धा की भावना
- परिणाम को लेकर अनिश्चितता

यह तनाव कई बार अनिद्रा, सिरदर्द, चिड़चिड़ापन, भूलने की समस्या, घबराहट, दिल की धड़कन तेज होना जैसी समस्याओं में परिवर्तित हो जाता है।

होम्योपैथी की भूमिका

होम्योपैथी चिकित्सा पद्धति व्यक्ति के मानसिक, भावनात्मक और शारीरिक तीनों स्तरों पर कार्य करती है। यह केवल लक्षणों को दबाती नहीं, बल्कि व्यक्ति की संपूर्ण प्रकृति के अनुसार उपचार करती है। इसलिए परीक्षा तनाव जैसी स्थितियों में यह अत्यंत प्रभावी सिद्ध होती है।

उपयोगी होम्योपैथिक औषधियाँ

कुछ प्रमुख औषधियाँ जो परीक्षा तनाव में सहायक मानी जाती हैं–

- **Argentum Nitricum:** परीक्षा से पहले अत्यधिक घबराहट, जल्दबाजी, पेट में गड़बड़ी, बार-बार शौच जाने की इच्छा।
- **Gelsemium:** कमजोरी, सुस्ती, डर के कारण हाथ-पैर कांपना, दिमाग सुन्न सा लगना।
- **Kali Phosphoricum:** मानसिक थकान, याददाश्त कमजोर होना, पढ़ाई में मन न लगना।
- **Aconite:** अचानक भय, घबराहट, दिल की धड़कन तेज होना।
- **Ignatia:** भावनात्मक तनाव, निराशा, रोने की प्रवृत्ति, परिणाम को लेकर अत्यधिक चिंता।

(नोट-औषधि का चयन योग्य होम्योपैथिक चिकित्सक द्वारा ही किया जाना चाहिए।)

परिणाम के समय मानसिक संतुलन

परिणाम के समय विद्यार्थियों में उत्सुकता के साथ-साथ भय भी रहता है। इस समय सकारात्मक सोच, आत्मविश्वास और परिवार का सहयोग अत्यंत आवश्यक है। होम्योपैथी इस अवस्था में मानसिक संतुलन बनाए रखने में मदद करती है, जिससे विद्यार्थी सफलता या असफलता–दोनों परिस्थितियों को सहजता से स्वीकार कर सके।

जीवनशैली एवं व्यवहारिक सुझाव

होम्योपैथी के साथ-साथ कुछ सरल उपाय अपनाकर तनाव को और भी कम किया जा सकता है–

- नियमित नींद और संतुलित आहार
- योग एवं ध्यान
- समय-समय पर ब्रेक लेकर पढ़ाई
- सकारात्मक सोच और आत्मविश्वास बनाए रखना
- मोबाइल और सोशल मीडिया का सीमित उपयोग

परीक्षा जीवन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, लेकिन यह जीवन का अंतिम सत्य नहीं है। मानसिक स्वास्थ्य बनाए रखना सबसे अधिक आवश्यक है। होम्योपैथी एक सुरक्षित, सुलभ और प्रभावी माध्यम है जो विद्यार्थियों को तनावमुक्त रखकर उनके बेहतर प्रदर्शन में सहायक बन सकती है।

समाज, परिवार और शिक्षकों का भी दायित्व है कि वे विद्यार्थियों पर अनावश्यक दबाव न डालें, बल्कि उनका मनोबल बढ़ाएं। स्वस्थ मन ही सफलता की पहली सीढ़ी है, और इस दिशा में होम्योपैथी एक मजबूत सहायक के रूप में कार्य कर रही है।

हेल्थ इकोनॉमी में होम्योपैथी की भूमिका: सस्ती, सुरक्षित और प्रभावी चिकित्सा

भारत जैसे विशाल और विविधतापूर्ण देश में स्वास्थ्य सेवाओं की उपलब्धता, गुणवत्ता और वहनीयता (affordability) एक बड़ी चुनौती है। बढ़ती जनसंख्या, महंगी एलोपैथिक चिकित्सा, दवाओं की ऊँची कीमतें और अस्पतालों पर बढ़ता दबाव–ये सभी कारक हेल्थ इकोनॉमी को प्रभावित कर रहे हैं। ऐसे परिदृश्य में होम्योपैथी एक सस्ती, सुरक्षित और प्रभावी विकल्प के रूप में उभर रही है, जो न केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य को बेहतर बनाती है बल्कि देश की स्वास्थ्य अर्थव्यवस्था को भी मजबूत करती है।

हेल्थ इकोनॉमी और वर्तमान चुनौतियाँ

हेल्थ इकोनॉमी का तात्पर्य स्वास्थ्य सेवाओं पर होने वाले खर्च, संसाधनों के उपयोग और उनके प्रभाव से है। भारत में बड़ी संख्या में लोग अभी भी महंगे इलाज के कारण आर्थिक संकट में फंस जाते हैं। विशेष रूप से क्रॉनिक (दीर्घकालिक) बीमारियों–जैसे डायबिटीज, हाइपरटेंशन, अस्थमा, गठिया–के इलाज में लंबे समय तक दवाओं और जांचों पर भारी खर्च होता है।

होम्योपैथी: कम लागत में अधिक लाभ

होम्योपैथी की सबसे बड़ी विशेषता इसकी कम लागत है। इसमें उपयोग होने वाली औषधियाँ अत्यंत सूक्ष्म मात्रा में दी जाती हैं, जिससे उनकी लागत बहुत कम होती है। एक बार सही औषधि मिलने पर रोगी को बार-बार महंगी जांचों या दवाओं की आवश्यकता नहीं पड़ती।

- कम खर्च में दीर्घकालिक उपचार
- न्यूनतम जांच की आवश्यकता
- अस्पताल में भर्ती होने की कम जरूरत
- ग्रामीण और दूरस्थ क्षेत्रों में भी सुलभ

इन सभी कारणों से होम्योपैथी हेल्थ इकोनॉमी पर सकारात्मक प्रभाव डालती है।

सुरक्षित और साइड-इफेक्ट रहित चिकित्सा

होम्योपैथी की दवाएँ प्राकृतिक स्रोतों से तैयार की जाती हैं और अत्यंत सूक्ष्म मात्रा में दी जाती हैं, जिससे इनके दुष्प्रभाव नगण्य होते हैं। यही कारण है कि यह बच्चों, महिलाओं, बुजुर्गों और गर्भवती महिलाओं के लिए भी सुरक्षित मानी जाती है।

जबकि कई एलोपैथिक दवाओं के दीर्घकालिक उपयोग से साइड इफेक्ट्स और अतिरिक्त खर्च बढ़ सकता है, वहीं होम्योपैथी इस जोखिम को कम करती है, जिससे अप्रत्यक्ष रूप से स्वास्थ्य पर होने वाला आर्थिक बोझ भी घटता है।

रोग की जड़ पर उपचार

होम्योपैथी केवल लक्षणों को दबाने के बजाय रोग के मूल कारण पर कार्य करती है। यह व्यक्ति की मानसिक, शारीरिक और भावनात्मक स्थिति को ध्यान में रखकर उपचार करती है। इससे रोग की पुनरावृत्ति की संभावना कम होती है और रोगी को स्थायी राहत मिलती है।

इस प्रकार, बार-बार होने वाले इलाज और खर्च से बचाव होता है, जो हेल्थ इकोनॉमी के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है।

सार्वजनिक स्वास्थ्य में योगदान

भारत सरकार द्वारा आयुष (AYUSH) प्रणाली को बढ़ावा दिया जा रहा है, जिसमें होम्योपैथी एक प्रमुख भूमिका निभा रही है। सरकारी अस्पतालों और स्वास्थ्य केंद्रों में होम्योपैथिक सेवाओं की उपलब्धता बढ़ रही है, जिससे आम जनता को सस्ती चिकित्सा मिल रही है।

- राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन में सहयोग
- प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाओं में योगदान
- एनीमिया, कुपोषण, त्वचा रोग, एलर्जी आदि में प्रभावी उपयोग
- विशेष रूप से जागरूकता अभियानों–जैसे एनीमिया नियंत्रण–में होम्योपैथी की भूमिका सराहनीय रही है।

भविष्य की संभावनाएँ

वर्तमान समय में रोगों की रोकथाम पर अधिक जोर दिया जा रहा है। होम्योपैथी इस क्षेत्र में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है। यह शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाकर रोगों से बचाव में मदद करती है।

डिजिटल हेल्थ, टेलीमेडिसिन और रिसर्च के माध्यम से होम्योपैथी को और अधिक प्रभावी बनाया जा सकता है, जिससे यह हेल्थ इकोनॉमी में और बड़ा योगदान दे सके

हेल्थ इकोनॉमी के संदर्भ में होम्योपैथी एक व्यवहारिक, किफायती और सुरक्षित चिकित्सा प्रणाली है। यह न केवल रोगी के आर्थिक बोझ को कम करती है, बल्कि स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक सुलभ और टिकाऊ बनाती है।

आज आवश्यकता है कि समाज, चिकित्सा समुदाय और नीति-निर्माता होम्योपैथी के महत्व को समझें और इसे मुख्यधारा की स्वास्थ्य प्रणाली में और अधिक सशक्त रूप से शामिल करें। सस्ती और प्रभावी चिकित्सा के रूप में होम्योपैथी भारत की हेल्थ इकोनॉमी को सुदृढ़ बनाने में एक महत्वपूर्ण स्तंभ साबित हो सकती है।

पैलिएटिव केयर में होम्योपैथी

कैंसर के अंतिम चरण में भी सहायक

कैंसर आज के समय की सबसे गंभीर और चुनौतीपूर्ण बीमारियों में से एक है। चिकित्सा विज्ञान में निरंतर प्रगति के बावजूद, कई ऐसे मरीज होते हैं जो रोग के अंतिम चरण में पहुँच जाते हैं, जहाँ पूर्ण उपचार संभव नहीं होता। ऐसे समय में चिकित्सा का उद्देश्य रोग को पूरी तरह समाप्त करना नहीं, बल्कि मरीज के दर्द को कम करना, जीवन की गुणवत्ता को बेहतर बनाना और मानसिक शांति प्रदान करना होता है। इसी को पैलिएटिव केयर कहा जाता है।

इस महत्वपूर्ण अवस्था में होम्योपैथी एक सहायक चिकित्सा पद्धति के रूप में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है।

पैलिएटिव केयर क्या है?

पैलिएटिव केयर का मुख्य उद्देश्य है–

- दर्द और अन्य कष्टदायक लक्षणों को कम करना
- मानसिक और भावनात्मक तनाव को घटाना
- मरीज को गरिमा के साथ जीवन जीने में सहायता देना
- परिवार को भी मानसिक सहयोग प्रदान करना

यह उपचार कैंसर के अंतिम चरण में अत्यंत आवश्यक हो जाता है, जहाँ मरीज को केवल चिकित्सा ही नहीं, बल्कि संवेदनात्मक सहारे की भी जरूरत होती है।

होम्योपैथी की विशेषता

होम्योपैथी एक समग्र चिकित्सा पद्धति है, जो व्यक्ति के शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक पहलुओं को ध्यान में रखकर उपचार करती है। कैंसर के अंतिम चरण में यह चिकित्सा विशेष रूप से सहायक होती है क्योंकि–

- यह दर्द और अन्य लक्षणों को कम करने में मदद करती है
- दवाओं के दुष्प्रभाव अत्यंत कम होते हैं
- मरीज की आत्मबल बढ़ता है
- जीवन की गुणवत्ता में सुधार होता है

कैंसर के अंतिम चरण में होम्योपैथी की भूमिका

- **दर्द नियंत्रण:** कैंसर के मरीजों में सबसे बड़ी समस्या असहनीय दर्द होती है। होम्योपैथिक औषधियाँ व्यक्ति विशेष के लक्षणों के आधार पर चयनित होकर दर्द की तीव्रता को कम करने में सहायक हो सकती हैं।
- **अन्य लक्षणों में राहत**
  - भूख न लगना
  - उल्टी, मतली
  - कमजोरी और थकान
  - सांस लेने में तकलीफ
  - अनिद्रा

इन सभी लक्षणों में होम्योपैथी सहायक भूमिका निभा सकती है, जिससे मरीज को आराम मिलता है।

- **मानसिक एवं भावनात्मक सहयोग:** कैंसर के अंतिम चरण में मरीज अक्सर भय, निराशा, चिंता और अवसाद से ग्रस्त हो जाता है। होम्योपैथी व्यक्ति की मानसिक स्थिति को संतुलित करने में मदद करती है, जिससे मरीज अधिक शांत और सकारात्मक महसूस करता है।
- **दुष्प्रभावों में कमी:** कई मरीज कीमोथेरेपी या रेडियोथेरेपी के दुष्प्रभावों से परेशान रहते हैं। होम्योपैथी इन दुष्प्रभावों–जैसे कमजोरी, मुंह के छाले, त्वचा समस्याएँ–को कम करने में सहायक हो सकती है।

कुछ होम्योपैथिक औषधियाँ

- **Arsenicum Album:** अत्यधिक कमजोरी, बेचैनी, जलन और भय
- **Carcinosinum:** कैंसर प्रवृत्ति वाले रोगियों में समग्र सुधार
- **Phosphorus:** कमजोरी, रक्तस्राव, चिंता और सहानुभूति की आवश्यकता
- **Bryonia:** हलचल से दर्द बढ़ना, स्थिर रहने की इच्छा
- **Conium:** ग्रंथियों से संबंधित कैंसर में सहायक

(नोटः औषधियों का चयन केवल योग्य होम्योपैथिक चिकित्सक द्वारा ही किया जाना चाहिए।)

परिवार और समाज की भूमिका

पैलिएटिव केयर में केवल चिकित्सा ही नहीं, बल्कि परिवार का सहयोग भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। मरीज को प्रेम, सहानुभूति और सम्मान देना उसकी मानसिक स्थिति को बेहतर बनाता है।

कैंसर के अंतिम चरण में जब उपचार सीमित हो जाते हैं, तब मरीज को राहत, सम्मान और मानसिक शांति देना ही सबसे बड़ा लक्ष्य होता है। होम्योपैथी इस दिशा में एक सुरक्षित और सहायक विकल्प के रूप में कार्य करती है।

यह समझना आवश्यक है कि होम्योपैथी पैलिएटिव केयर में "पूरक चिकित्सा" के रूप में उपयोगी है, जो पारंपरिक उपचार के साथ मिलकर मरीज की जीवन गुणवत्ता को बेहतर बना सकती है।

माइग्रेन के लिए होम्योपैथिक दवाएं

होम्योपैथिक दवाएं पौधों, खनिजों और जानवरों सहित विभिन्न स्रोतों से बनाई जाती हैं। माइग्रेन के इलाज के लिए होम्योपैथिक दवाएं एक सुरक्षित और प्रभावी तरीका हैं।

माइग्रेन काफी दर्दनाक और कभी-कभी असहनीय होता है। माइग्रेन सिरदर्द सबसे आम है और स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं में तीसरी सबसे अधिक बार दर्ज की जाने वाली शिकायत है। इन्हें अक्सर सिर के एक तरफ चक्कर आने जैसी अनुभूति और धीमी धड़कन या धड़कते दर्द के रूप में वर्णित किया जाता है, जो एक समय में दोनों हाथों और पैरों तक फैल जाता है। माइग्रेन मतली, उल्टी और प्रकाश के प्रति संवेदनशीलता से जुड़ा है। माइग्रेन केंद्रीय तंत्रिका तंत्र को प्रभावित करता है। आनुवंशिकी और पर्यावरणीय कारकों सहित कई कारक माइग्रेन का कारण बन सकते हैं। जब आपको माइग्रेन होता है, तो हर दिन इससे उबरना कठिन हो सकता है। लेकिन ऐसी कई चीजें हैं जो आप खुद को बेहतर महसूस करने में मदद के लिए कर सकते हैं- और उनमें से एक है आपके माइग्रेन के लिए एक अच्छा होम्योपैथी डॉक्टर ढूंढना! माइग्रेन के लिए कई होम्योपैथिक दवाएं माइग्रेन के लिए प्रभावी हो सकती हैं।

माइग्रेन क्या है?

माइग्रेन तंत्रिका संबंधी विकार है जो तब होता है जब सिर के एक या दोनों तरफ की रक्त वाहिकाएं 24 घंटे से अधिक समय तक सिकुड़ जाती हैं। हालांकि इसके कारण बुखार, प्रकाश और ध्वनि के प्रति संवेदनशीलता, मतली और उल्टी जैसे हल्के लक्षण हो सकते हैं, माइग्रेन सिरदर्द अक्सर सिर के उस क्षेत्र में गंभीर दर्द के साथ होता है जहां आभा उत्पन्न होती है।

होम्योपैथी उपचार क्या है?

होम्योपैथी प्राकृतिक उपचार की एक प्रणाली है जो पौधे, खनिज और पशु पदार्थों का उपयोग करती है जिनका मानव शरीर पर अनुकरणात्मक प्रभाव होता है। अन्य पुरानी समस्याओं के अलावा, माइग्रेन से पीड़ित रोगियों का इलाज होम्योपैथिक दवा से किया जा सकता है। एक होम्योपैथी डॉक्टर कुछ जटिल समस्याओं में आपकी मदद कर सकता है। माइग्रेन सिरदर्द के इलाज के लिए होम्योपैथिक दवा को सुरक्षित और प्रभावी माना जाता है। होम्योपैथी इलाज बहुत आगे बढ़ चुका है। इस प्रकार होम्योपैथी में माइग्रेन का इलाज संभव है।

माइग्रेन के लिए होम्योपैथिक दवाएं

माइग्रेन के लिए होम्योपैथिक उपचार में कई प्रकार की दवाएं शामिल हैं, जिनमें बेलाडोना, कैल्केरिया कार्बोनिका, मर्क्यूरियस कोरोसिवस, हेपर सल्फ्यूरिस और मैग्नीशियम फॉस्फोरिकम शामिल हैं।

- **बेलाडोना:** बेलाडोना माइग्रेन के लिए सबसे अच्छी होम्योपैथिक दवाओं में से एक है। यदि आपको प्राथमिक लक्षणों में से एक के रूप में धड़कता हुआ सिरदर्द है, तो यह दवा इसे कम करने में मदद करती है। इसके अलावा अगर आपको सिर में भारीपन महसूस हो रहा है। और अगर सिर दर्द सूरज की किरण के संपर्क में आने से खराब हो जाता है। यदि आपको अचानक और तीव्र माइग्रेन के दौरे पड़ते हैं, तो आप बेलाडोना का विकल्प भी चुन सकते हैं।
- **नक्स वोमिका:** नक्स वोमिका माइग्रेन और गैस्ट्रिक संबंधी समस्याओं के कारण होने वाले अन्य प्रकार के सिरदर्द के लिए एक शक्तिशाली होम्योपैथिक दवा है। कब्ज, अपच या फिर बवासीर होने पर भी माइग्रेन बढ़ सकता है। यदि आपका माइग्रेन इन समस्याओं से बनता है या पाचन संबंधी समस्याएं हैं, तो आप अपने माइग्रेन को कम करने के लिए नक्स वोमिका का चयन कर सकते हैं। यदि आपको जंक फूड, गरिष्ठ भोजन या शराब लेने में कठिनाई होती है तो तुरंत राहत पाने के लिए आप इस दवा का विकल्प चुन सकते हैं।
- **ग्लोनाइम:** ग्लोनाइम माइग्रेन के लिए प्रभावी होम्योपैथिक दवाओं में से एक है। यदि सिर में जमाव के कारण माइग्रेन का सिरदर्द होता है तो यह होम्योपैथी दवा बहुत प्रभावी है। इस दवा का उपयोग माइग्रेन के दर्द के इलाज के लिए भी किया जाता है जो लंबे समय तक सूरज की रोशनी के संपर्क में रहने के कारण होता है।
- **सेंगुइनेरिया कैनाडेंसिस:** यदि माइग्रेन का सिरदर्द आपके सिर के दाहिनी ओर महसूस होता है तो सेंगुइनेरिया कैनाडेंसिस एक व्यावहारिक विकल्प हो सकता है। दर्द जो आपके सिर के पीछे शुरू होता है और दाहिनी आँख तक पहुँच जाता है, इस दवा से इलाज किया जा सकता है। माइग्रेन का दर्द जो सुबह शुरू होता है और समय के साथ धीरे-धीरे बिगड़ता जाता है, उसका इलाज सेंगुइनेरिया कैनाडेंसिस से भी किया जा सकता है। रजोनिवृत्ति के बाद महिलाओं को माइग्रेन की समस्या हो सकती है। ऐसे में राहत पाने के लिए इस दवा का इस्तेमाल किया जा सकता है।
- **स्पाइजेलिया:** हमारे सिर के बाई ओर माइग्रेन के दर्द का इलाज स्पाइजेलिया से किया जा सकता है। ऐसे माइग्रेन के दर्द को लेफ्ट साइडेड माइग्रेन कहा जाता है। आप बाएं कनपटी क्षेत्र, माथे और आंखों में दर्द महसूस कर सकते हैं।
- **जेलफिनियम:** यह माइग्रेन के दर्द के लिए एक और प्रभावी दवा है जो तब होता है जब शारीरिक थकावट और सुस्ती महसूस होने लगती है। कभी-कभी, अत्यधिक तनाव के कारण, व्यस्त दिनचर्या के कारण या खरीदारी के बाद हमें माइग्रेन का दर्द हो सकता है। इस तरह के माइग्रेन में डल पेन होता रहता है।

कब्ज: हर उम्र की समस्या और उसका समग्र समाधान

होम्योपैथी उपायों के एक विस्तृत जानकारी

कब्ज आज के समय की एक सामान्य लेकिन गंभीर स्वास्थ्य समस्या बन चुकी है। यह केवल पेट की गड़बड़ी नहीं, बल्कि पूरे शरीर के संतुलन को प्रभावित करने वाला विकार है। बदलती जीवनशैली, गलत खान-पान, तनाव और शारीरिक निष्क्रियता के कारण हर आयु वर्ग–शिशु से लेकर वृद्ध तक–इस समस्या से प्रभावित हैं। यदि समय रहते इसका समाधान न किया जाए, तो यह बवासीर, फिशर, फिस्टुला, गैस, सिरदर्द, त्वचा रोग और मानसिक तनाव जैसी समस्याओं को जन्म दे सकता है।

कब्ज क्या है?

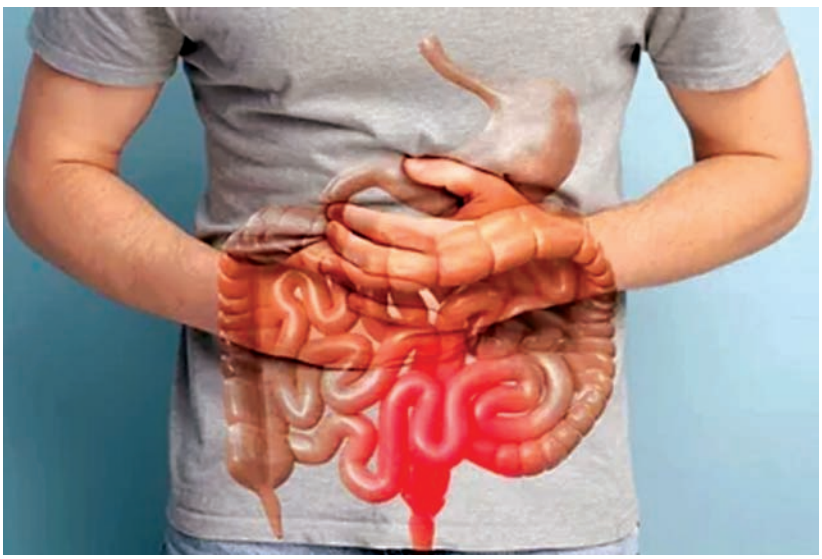
जब मल त्याग में कठिनाई हो, मल कठोर हो जाए या 2-3 दिन तक शौच न हो, तो इसे कब्ज कहा जाता है। सामान्यतः स्वस्थ व्यक्ति को प्रतिदिन एक बार शौच होना चाहिए।

कब्ज के प्रकार

- **तीव्र कब्ज :** अचानक उत्पन्न होता है। यात्रा, खान-पान में बदलाव, दवाइयों से अस्थायी होता है।
- **पुरानी कब्ज:** लंबे समय तक बनी रहती है आदत बन जाती है। गंभीर समस्याओं का कारण बन सकती है।
- **स्पास्टिक कब्ज:** आंतों में ऐंठन के कारण मल थोड़ा-थोड़ा निकलता है। IBS (इरिटेबल बॉवेल सिंड्रोम) में देखा जाता है
- **एटोनिक कब्ज:** आंतों की मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं। बुजुर्गों में अधिक मल जमा होता रहता है।
- **आदतन कब्ज:** समय पर शौच की आदत न होने से बच्चों और ऑफिस जाने वालों में सामान्य होता है।

हर उम्र में कब्ज के कारण

- **शिशु एवं छोटे बच्चे:** माँ के दूध के अलावा गलत आहार, पानी की कमी, फॉर्मूला मिल्क, शौच की आदत न बनना
- **किशोर एवं युवा:** जंक फूड, देर रात जागना, कम पानी मोबाइल/कंप्यूटर का अधिक उपयोग



- **वयस्क:** तनाव, अनियमित भोजन, बैठकर काम करना, चाय-कॉफी का अधिक सेवन
- **गर्भवती महिलाएं:** हार्मोनल बदलाव, आयरन दवाइयाँ, शारीरिक गतिविधि में कमी
- **वृद्ध व्यक्ति:** पाचन शक्ति कम होना, आंतों की गति धीमी, कम पानी पीना, दवाइयों का प्रभाव,

कब्ज के लक्षण

मल त्याग में कठिनाई, कठोर मल, पेट फूलना, गैस, सिरदर्द, मुंह का स्वाद खराब, भूख कम लगना, चिड़चिड़ापन।

कब्ज से होने वाले रोग

बवासीर, गुदा विदर, फिस्टुला, गैस्ट्रिक समस्या, त्वचा रोग, माइग्रेन, मानसिक तनाव।

कब्ज से बचाव के सामान्य उपाय

- नियमित दिनचर्या अपनाएं, रोज एक समय पर शौच जाएं, सुबह जल्दी उठें
- पानी का पर्याप्त सेवन, दिन में 8-10 गिलास पानी, सुबह गुनगुना पानी
- फाइबर युक्त आहार, फल, सब्जियाँ, सलाद साबुत अनाज
- व्यायाम और योग, प्राणायाम, टहलना, पवनमुक्तासन
- तनाव से बचें, ध्यान, सकारात्मक सोच

होम्योपैथी में कब्ज का उपचार

होम्योपैथी व्यक्ति की प्रकृति, लक्षण और कारण के अनुसार दवा देती है, जिससे रोग जड़ से समाप्त होता है।

मुख्य होम्योपैथिक औषधियाँ

- **Nux Vomica:** बैठकर काम करने वालों के लिए, अधिक चाय, कॉफी लेने वाले, अधूरा मल त्याग
- **Bryonia:** मल बहुत सूखा और कठोर, प्यास अधिक लगना
- **Alumina:** लंबे समय तक कब्ज, बिना दबाव के मल नहीं निकलता
- **Silicea:** मल निकलने में कठिनाई, कमजोर व्यक्तियों में
- **Lycopodium:** गैस और पेट फूलना, शाम को समस्या बढ़ना
- **Sulphur:** पुरानी कब्ज, गर्मी महसूस होना
- **Opium:** मल बहुत कठोर, लंबे समय तक शौच न होना

ध्यान दें- दवा का चयन योग्य होम्योपैथिक चिकित्सक की सलाह से ही करें।

मुंह के छाले : प्रकार, दर्द एवं होम्योपैथिक उपचार

मुंह के छाले एक सामान्य लेकिन अत्यंत कष्टदायक समस्या है, जो किसी भी उम्र के व्यक्ति को प्रभावित कर सकती है। ये छाले छोटे-छोटे घाव के रूप में जीभ, होंठों के अंदर, मसूड़ों या गालों की अंदरूनी सतह पर हो जाते हैं। इनमें जलन, चुभन और खाने-पीने में दर्द प्रमुख समस्या होती है।

मुंह के छालों के प्रकार

1. **सामान्य छोटे छाले**
- सबसे सामान्य प्रकार
- छोटे, गोल और सफेद रंग के
- 7-10 दिनों में अपने आप ठीक हो जाते हैं
- हल्का दर्द और जलन

2. **बड़े छाले**
- आकार में बड़े और गहरे
- अधिक दर्दनाक
- ठीक होने में 2-3 सप्ताह लग सकते हैं
- कभी-कभी निशान छोड़ जाते हैं

3. **समूह में छाले**
- बहुत छोटे लेकिन समूह में होते हैं
- संख्या अधिक (10-100 तक)
- अत्यधिक दर्द और जलन
- आपस में मिलकर बड़े घाव बना सकते हैं

मुंह के छालों के कारण

- पेट की खराबी, एसिडिटी
- विटामिन B12, आयरन या फोलिक एसिड की कमी
- तनाव और मानसिक चिंता
- हार्मोनल परिवर्तन
- तीखा, गरम या मसालेदार भोजन
- बार-बार दांत से कट जाना

मुख्य लक्षण

- मुंह में जलन और तीव्र दर्द
- सफेद या पीले रंग के घाव
- खाने-पीने में कठिनाई
- बोलने में परेशानी
- कभी-कभी बुखार और कमजोरी

होम्योपैथिक उपचार

होम्योपैथी में छालों का उपचार व्यक्ति के लक्षणों के आधार पर किया जाता है, जिससे दर्द में शीघ्र राहत मिलती है और पुनरावृत्ति भी कम होती है।

Borax
- मुंह के अंदर अत्यधिक संवेदनशीलता
- छूने या खाने से दर्द बढ़ता है
- छोटे बच्चों में विशेष उपयोगी

Mercurius Solubilis
- छालों के साथ अधिक लार आना
- मुंह से दुर्गंध
- रात में लक्षण अधिक

Nitric Acid
- छाले जिनमें चुभन कांटे जैसी
- खून आने की प्रवृत्ति
- अत्यधिक दर्द

Kali Floricum
- मुंह में सफेद छाले और सूजन
- जलन और दुर्गंध
- बार-बार होने वाले छाले

Natrum Muriaticum
- बार-बार होने वाले छाले
- होंठों के किनारों पर
- मानसिक तनाव के बाद

Sulphur
- जलनयुक्त दर्द
- गर्मी से समस्या बढ़ना
- बार-बार छाले होना

घरेलू देखभाल

- ठंडे पानी से कुल्ला करें
- नारियल पानी और छाछ का सेवन करें
- बहुत ज्यादा मसालेदार और गरम भोजन से बचें
- विटामिन B और आयरन युक्त आहार लें
- तनाव कम करें (योग, ध्यान)
- मुंह की स्वच्छता बनाए रखें

मुंह के छाले भले ही सामान्य समस्या लगें, लेकिन इनमें होने वाला दर्द जीवन की दिनचर्या को प्रभावित कर सकता है। होम्योपैथी इन छालों में सुरक्षित, प्रभावी और दीर्घकालिक राहत प्रदान करती है। सही औषधि और संतुलित जीवनशैली अपनाकर इस समस्या से आसानी से छुटकारा पाया जा सकता है।

एआई के सहयोग से होम्योपैथी को मिली नई दिशाः इंदौर में राष्ट्रीय कॉन्फ्रेंस

इंदौर में 1 मार्च को आयोजित 'AAAS 12वीं राष्ट्रीय होम्योपैथी कॉन्फ्रेंस-2026' ने चिकित्सा क्षेत्र में नई संभावनाओं को उजागर किया। देशभर से आए विशेषज्ञों ने होम्योपैथी की वैज्ञानिकता, प्रभावशीलता और एआई आधारित शोध की भूमिका पर चर्चा की। आयोजन समिति के अध्यक्ष डॉ. ए.के. द्विवेदी ने अप्लास्टिक एनीमिया जैसे जटिल रोगों में सफल उपचार अनुभव साझा किए।

आयोजन सचिव डॉ. विकास सिंघल ने कहा कि होम्योपैथी अब केवल सामान्य रोगों तक सीमित नहीं रही, बल्कि जटिल और क्रॉनिक बीमारियों में भी प्रभावी परिणाम दे रही है तथा शोध के माध्यम से इसकी विश्वसनीयता लगातार बढ़ रही है।

सांसद शंकर लालवानी ने इसे सस्ती, सुलभ और दुष्प्रभाव रहित चिकित्सा बताते हुए "भारत की स्वास्थ्य जीवन रेखा" बनने की क्षमता जताई। सम्मेलन में एविडेंस बेस्ड रिसर्च, इंटीग्रेटिव मेडिसिन और जीवनशैली रोगों पर विशेष जोर दिया गया। यह सम्मेलन होम्योपैथी, आधुनिक तकनीक और विभिन्न चिकित्सा पद्धतियों के समन्वय की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम साबित हुआ।

श्री शंकर लालवानी
सांसद-इंदौर

इंदौर में 1 मार्च को आयोजित 'AAAS 12वीं राष्ट्रीय होम्योपैथी कॉन्फ्रेंस-2026'

डॉ. जयेश पटेल

डॉ. शुभांशु शेखर आचार्य

डॉ. सुखजीत कौर बाठला

डॉ. अर्पित चौपड़ा जैन

डॉ. नवनीत शर्मा

डॉ. विभा सेठ

प्रो. डॉ. समीर चौक्कर

डॉ. अर्थव द्विवेदी

डॉ. शिवानी पारिख

डॉ. संदीप मोहंती

डॉ. अनुष्का गावड़े

डॉ. विभा मेवाड़ा शर्मा

में देशभर से बतौर वक्ता शामिल होम्योपैथी चिकित्सक, शिक्षक एवं अनुसंधानकर्ता

डॉ. शिवा सिंह पंडित

डॉ. विकास सिंघल

डॉ. संगीता पानेरी

डॉ. वैभव चतुर्वेदी

डॉ. ए.के. द्विवेदी

डॉ. ज्योति संदीप कलंत्री

डॉ. कमलेश काकड़े

डॉ. पुष्कर महाजन

डॉ. विजय सिंह यादव

डॉ. हेमंत खेरनार

डॉ. वैभव जैन

डॉ. रंजीत सोनी

डॉ. ए.के. द्विवेदी
आयोजन अध्यक्ष

डॉ. एस. पी. सिंह
प्राचार्य

डॉ. आर.के. चतुर्वेदी

डॉ. शैफाली राठौर

डॉ. विकास सिंघल
आयोजन सचिव

AAAS 2026
12TH NATIONAL
HOMEOPATHY
CONFERENCE
01st March 2026
In Association With: Sansad Seva Prakalp, Indore and
Institute of Management Studies (IMS) DAVV,
Devi Ahilya Vishwavidyalaya, Indore

01 MARCH 2026

राष्ट्रीय होम्योपैथी कॉन्फ्रेंस-2026 में भावनात्मक क्षण

इंदौर में आयोजित 'AAAS 12वीं राष्ट्रीय होम्योपैथी कॉन्फ्रेंस-2026' के दौरान एक भावनात्मक पल देखने को मिला, जब जयपुर (राजस्थान) से आए श्री लालाराम जी एवं मुरादाबाद (उत्तर प्रदेश) से श्री यशपाल जी ने अपने अनुभव साझा किए। श्री यशपाल जी के पुत्र ने अप्लास्टिक एनीमिया जैसी गंभीर बीमारी से होम्योपैथी उपचार के माध्यम से राहत प्राप्त की। इस अवसर पर दोनों अतिथियों ने कृतज्ञता व्यक्त करते हुए डॉ. ए.के. द्विवेदी को सम्मान स्वरूप मोमेंटो भेंट किया। यह क्षण सम्मेलन में उपस्थित सभी लोगों के लिए प्रेरणादायक रहा, जिसने चिकित्सा के साथ-साथ मानवीय विश्वास और आभार की भावना को भी सशक्त रूप से प्रस्तुत किया।

रक्ताल्पता (एनीमिया) जागरूकता
कुछ विशेष खाद्य पदार्थ जिसे नियमित प्रयोग किया जा सकता है
सिकल सेल एनीमिया को हराएं होम्योपैथी को अपनाएं
Roasted gram + Jaggery
Warm milk with turmeric
बादाम (Almond) भुनी हुई (Rosted)
Soybean
Carrot
Sapodilla
Sugar beets
Apple
अनार
किशमिश

12TH NATIONAL HOMEOPATHY CONFERENCE
AAAS 2026
12TH NATIONAL

सौंदर्य के लिए होम्योपैथी

स्वस्थ और चमकती हुई त्वचा अक्सर पूरे शरीर के स्वास्थ्य का दर्पण होती है । त्वचा की समस्याएं अक्सर आंतरिक स्वास्थ्य समस्याओं के कारण होती हैं जो किसी व्यक्ति के समग्र स्वास्थ्य को प्रतिबिंबित करती हैं। त्वचा की समस्याएं आमतौर पर एलर्जी के कारण या हार्मोन में असंतुलन हो जाने से या कुपोषण अथवा निर्जलीकरण के कारण होते हैं। अन्य प्रचलित चिकित्सा में, त्वचा की समस्याओं के इलाज के लिए, ज्यादातर सामयिक क्रीम का इस्तेमाल किया जाता है। होम्योपैथी सामयिक क्रीम के इलाज को गलत नहीं समझता लेकिन क्रीम से त्वचा पर तत्काल असर हो सकता है, हमेशा के लिए समाधान नहीं हो सकता जबकि होम्योपैथी रोग के जड़ को हीं ख़त्म कर देता है जिससे उस रोग के दुबारा पनपने की संभावना बहुत कम रहती है। अन्य चिकित्सा में रोग दब जाता है जो शरीर में अन्य विकार पैदा कर सकता है।

होम्योपैथी चिकित्सा में लक्षण को समझकर पूरे शरीर का इलाज किया जाता है जिससे की शरीर का पूरा तंत्र संतुलित रूप में काम करने लगे। होम्योपैथी मुँहासे, एक्जिमा, घावों, हाइव्स, सोरियासिस, चकत्ते, दाद इत्यादि जैसे त्वचा की बीमारियों को ठीक करने में बहुत हीं प्रभावकारी माना जाता है। होम्योपैथिक उपचार से आप स्वस्थ और तेजपूर्ण त्वचा पा सकते हैं।

एंटीमोनिअम टार्ट, बेलाडोना, केलकेरिया कार्बोनिका, हीपर सल्फ, पल्सेटिला, सीलीसिया, सल्फर इत्यादि कुछ ऐसे होम्योपैथिक उपचार हैं जो मुँहासे के इलाज में बहुत हीं उपयोगी होते हैं। इनमें से प्रत्येक मुँहासे के उपचार के लिए विभिन्न कारणों से उपयोगी माने जाते हैं। इसलिए आपके मुँहासे के लिए सबसे अच्छा विकल्प कौन होगा इसके लिए बेहतर है कि आप एक होम्योपैथिक चिकित्सक से परामर्श करें।

जीर्ण एवं एलर्जी के प्रति सवेदनशील त्वचा के उपचार के लिए कई होम्योपैथिक औषधियां प्रभावी एवं कारगर होती है। आरुम ट्राईफाइलम, आरसेनिक्म एल्बम, ग्रेफाईट्स, मेंजरिअम, पेट्रोलियम और रस-टोक्सीकोडेनड्रोन एक्जिमा में आमतौर पर उपचार के रूप में इस्तेमाल किये जाते हैं। इनमें से प्रत्येक औषधि एक्जिमा के विभिन्न लक्षणों में उपचार के रूप में कारगर सिद्ध होती हैं। अन्य होम्योपैथिक औषधियां जो एक्जिमा के उपचार के लिए प्रभावी हो सकती हैं वे एंटीमोनिअम-क्रूडम, केलकेरिया-कार्बोनिका, हिपर-सल्फ और सल्फर इत्यादि हैं।

मरक्युरिअस, नेट्रम म्यूर ऐसे व्यक्तियों के लिए उपयोगी होती हैं जिनकी त्वचा तैलीय होती है। ऐनाकारडियम, एंटीमोनिअम-क्रूड, आर्निका, आरसेनिक्म-एल्बम, बेलाडोना, कास्टिकम, डलकामारा, हेमामेलिज, फाईटोलक्का, पल्सेटिला, रस-टक्स इत्यादि कुछ ऐसी औषधियां हैं जिनका आमतौर पर त्वचा विकारों के लिए इस्तेमाल किया जाता है।

होम्योपैथिक के द्वारा स्व उपचार करना हानिकारक हो सकता है। त्वचा की समस्या या अन्य कोई समस्या लम्बे समय तक चलती जा रही हो या बार बार उत्पन्न हो जाती हो तो किसी कुशल होम्योपैथिक चिकित्सक से परामर्श लें ताकि वे अच्छी तरह से आपकी समस्या को समझकर ऐसी औषधि दें जिससे आपकी समस्या दूर होने के साथ साथ आपका पूरा सिस्टम भी संतुलित हो जाये।

इंदौर (मध्यप्रदेश) से 15 वर्षों से प्रकाशित

स्वास्थ्य पर आधारित राष्ट्रीय हिन्दी मासिक स्वास्थ्य पत्रिका

भारत में रह रहे आपके प्रियजन/परिजन को
सेहत एवं सूरत की सदस्यता उपहार स्वरूप देने हेतु
सादर सम्पर्क कर सकते हैं।
विदेश में रह रहे आपके प्रियजन/परिजन को
सेहत एवं सरूत की सदस्यता उपहार स्वरूप
ई-मेल द्वारा भी भेजी जा सकती है।
कृपया आपका अनुरोध हमें मेल करें।

drakdindore@gmail.com
sehatsuratindore@gmail.com

Visit us:
www.sehatsurat.com
www.facebook.com
/sehatevamsurat

मूल्य ₹60/-

प्रत्येक माह अलग-अलग बीमारियों पर प्रकाशित

SUBSCRIPTION DETAIL

For 1 Year	For 3 Year	For 5 Year
₹700/-	₹2100/-	₹3500/-

पहला सुख निरोगी काया, क्या आपने अभी तक पाया

सेहत एवं सूरत आपके पते पर प्राप्त करने हेतु सम्पर्क करें-

विनय पाण्डेय
9893519287

दीपक उपाध्याय
99777 59844

G Pay
accepted here

Advanced Homeo Health Centre
+91 97527 20429

9752720429@okbizaxis

BHIM UPI

राष्ट्रीय मासिक स्वास्थ्य पत्रिका

सेहत एवं सूरत

एडवांस्ड आयुष वेलनेस सेंटर

28-ए, ग्रेटर ब्रजेश्वरी, पिपलियाहाना चौराहा, इंदौर

Call: 0731-4989287

कई पाठकों/संस्थानों के विशेष आग्रह पर
लाइफ टाइम तक सेहत एवं सूरत प्राप्त करने के लिए
सहयोग शुल्क मात्र 11000/- रुपए

कुछ भ्रम और उनकी सच्चाई

होम्योपैथिक दवाएं सिर्फ मीठी गोलियां नहीं

होम्योपैथिक गोलियों को लेने से इनमें मौजूद औषधि जीभ से अवशोषित होकर शरीर में जाती है। होम्योपैथी चिकित्सा और इसमें प्रयोग होने वाली दवाओं को लेकर समाज में कई तरह के भ्रम मौजूद हैं जिन्हें दूर करना जरूरी है। आइए जानते हैं ऐसे ही कुछ भ्रम और उनकी सच्चाई के बारे में-

भ्रम : होम्योपैथी औषधियों का असर देर से होता है?

सच : यह बिल्कुल गलत है। ज्यादातर मामलों में रोगी होम्योपैथी डॉक्टर के पास तब आता है जब वह लंबे समय से उसकी बीमारी से पीड़ित रहता है तथा किसी भी अन्य चिकित्सा पद्धति से लाभ नहीं हुआ होता है। ऐसी अवस्था में उपचार में समय अवश्य लगता ही है।

भ्रम : यह पद्धति पहले रोग बढ़ाती है फिर ठीक करती है?

सच : अगर विशेषज्ञ के पास आने से पहले रोग को दबा दिया गया हो तो इलाज के दौरान कई बार पुराने दबे लक्षण फिर से उभर आते हैं जो सामान्य प्रक्रिया है।

भ्रम : यह मीठी गोलियां ज्यादा असर नहीं करतीं?

सच : ये मीठी गोलियां दवा के वाहक की तरह काम करती हैं। इन गोलियों में दवा के अर्क को मिलाया जाता है। इनमें मौजूद औषधि जीभ से अवशोषित होकर शरीर में जाती है।

भ्रम : डायबिटीज के रोगी को ये गोलियां नहीं लेनी चाहिए?

सच : इन दवाओं में शुगर की मात्रा न (नैनोडोज) के बराबर होती है। परन्तु डायबिटीज के रोगी होम्योपैथिक दवाइयों को डिसटिल्ड वाटर में या उबले हुए पानी में प्रयोग कर सकते हैं।

भ्रम : यह चिकित्सा विश्वास पर आधारित है, इसकी कोई प्रमाणिकता नहीं है?

सच : सभी होम्योपैथिक दवाएं वैज्ञानिक तरीके से प्रमाणित होती हैं। इन औषधियों का परीक्षण हर आयु वर्ग की महिला एवं पुरूष पर करने के बाद, उनसे प्राप्त लक्षणों को इस चिकित्सा पद्धति का आधार बनाया जाता है।

भ्रम : इसमें बहुत परहेज करना पड़ता है?

सच : होम्योपैथिक दवाएं जीभ से अवशोषित होती हैं इसलिए इन्हें लेने से पहले और बाद के 15 मिनट तक जीभ व मुंह का साफ होना जरूरी होता है। इस उपचार में रोगी को बीमारी के अनुसार सामान्य परहेज करने की सलाह दी जाती है।

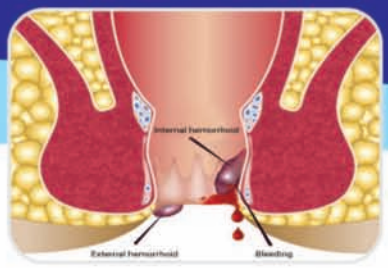
भ्रम : होम्योपैथिक चिकित्सा के दौरान रोगी इमरजेंसी में अन्य दवाएं नहीं ले सकता है?

सच : ऐसा नहीं है, रोगी अन्य दवाओं का सेवन कर सकता है।

भ्रम : सभी होम्योपैथिक दवाएं एक जैसी होती हैं?

सच : नहीं, ये दवाएं सिर्फ दिखने में एक जैसी होती हैं। इस पद्धति में प्रत्येक रोगी के लिए दवा का चयन रोगों के आधार के साथ-साथ लक्षण व उसके व्यक्तित्व के आधार पर किया जाता है।

ब्लीडिंग पाइल्स की समस्या खत्म होते ही शरीर में बढने लगा खून



मेरा नाम अविनाश बाहेती है। मेरी उम्र 40 वर्ष है। मैं कई वर्षों से ब्लीडिंग पाइल्स की समस्या से परेशान था और उसके कारण मेरा हीमोग्लोबिन 5.3 ग्राम % तक कम हो गया था। मुझे होम्योपैथिक चिकित्सक डॉ. ए.के. द्विवेदी जी के बारे में पता चला, मैं उनके क्लीनिक पहुँचा और उन्होंने मेरा इलाज शुरू किया। कुछ ही माह में मेरा हीमोग्लोबिन 12 ग्राम % के ऊपर आ गया । अब मेरी ब्लीडिंग पाइल्स की समस्या पूरी तरह ठीक हो गई और खून भी बढ गया। मैं डॉ. ए. के. द्विवेदी जी को बहुत-बहुत धन्यवाद देता हूँ।

3 साल में 30 किलो वजन भी कम हुआ और घुटनों के दर्द में भी राहत मिली

मैं संध्या भारद्वाज, डॉ. ए. के. द्विवेदी और उनकी टीम द्वारा की गई होम्योपैथिक व प्राकृतिक चिकित्सा एवं खान पान में सुधार करते हुए 30 किलो वजन कम कर सकी। 2022 से 2025, 3 साल में ही मेरा 30 किलो वजन कम हुआ। पहले मैं घुटनों और एड़ी में तेज दर्द और सूजन के कारण चलने-फिरने में असमर्थ थी, लेकिन अब वजन कम होने और होम्योपैथी दवा से पूरी तरह ठीक हूँ और घर के सभी काम पहले की तरह कर पा रही हूँ। मैं डॉ. द्विवेदी जी एवं उनकी पूरी टीम का हृदय से आभार व्यक्त करती हूँ

एडवांस्ड होम्यो-हेल्थ सेंटर एवं होम्योपैथिक मेडिकल रिसर्च प्रा.लि. इन्दौर

8/9, मयंक अपार्टमेंट, मनोरमागंज, गीता भवन मंदिर रोड, इन्दौर (म.प्र.)

Mob. 99931-90140, 98935-19287 Clinic 07314064471

Watch us on YouTube

हमारी अन्य कहीं कोई शाखा नहीं है

रविवार अवकाश

dr ak dwivedi homeopathy

Call for Homeopathy Treatment **98260 42287**

E-mail : drakdindore@gmail.com

एक्जिमा और होम्योपैथी

एक्ज़िमा एक प्रकार का चर्म रोग है जिसमें रोगी की स्थिति अति कष्टपूर्ण होती है। इस रोग की शुरुआत में रोगी को तेज़ खुजली होती है तथा बार-बार खुजाने पर उसके शरीर में छोटी-छोटी फुंसियां निकल आती हैं। इन फुंसियों में भी खुजली और जलन होती है तथा पकने पर उनमें से मवाद बहता रहता है और फिर यह जख्म का रूप ले लेता है।

एक्ज़िमा शरीर के किसी भी भाग में एक गोलाकार दाने के रूप में पैदा होता है जिसमें हर समय खुजली होती रहती है। मुख्य रूप से यह रोग खून की खराबी के कारण होता है और चिकित्सा न कराने पर तेज़ी से शरीर में फैलता है। कब्ज़, हाज़मे की खराबी आदि और भी कारण से एक्ज़िमा हो सकता है। इस रोग में सफाई रखना अत्यंत आवश्यक है क्योंकि यह संक्रमित रोग है। एक्ज़िमा में रोगी को खून साफ़करने वाली औषधियों का प्रयोग करने के साथ नहाने के पानी में नीम की पत्तियां या एंटीसेप्टिक लिक्विड डालकर नहाना चाहिए। रोगी को खट्टी-मीठी वस्तुओं का प्रयोग नहीं करना चाहिए।

एक्जिमा के कारण

एक्जिमा शरीर में खून की खराबी के कारण होता है। एक्जिमा होने पर अगर तुरन्त ही इसकी चिकित्सा न कराई जाए तो ये बहुत तेजी से पूरे शरीर में फैलता है। कुछ लोगों में एक्जिमा सफाई नहीं रखने और भोजन में लापरवाही बरतने की वजह से कई सालों तक बना रहता है। एक्जिमा से संक्रमित व्यक्ति के जख्म को छूने से दूसरे लोग भी एक्जिमा के शिकार हो जाते हैं। हाजमे की खराबी की वजह से कब्ज (गैस) बन जाने के कारण भी एक्जिमा हो जाता है। औरतों में मासिकधर्म से सम्बंधित रोगों के कारण भी एक्जिमा हो जाता है।

लक्षण

एक्जिमा रोग की शुरुआत में रोगी को तेज खुजली होती है। बार-बार खुजली करने पर उसके शरीर में छोटी-छोटी फुंसियां निकल आती हैं। इन फुंसियों में बहुत तेज जलन और खुजली होती है। फुंसियों के पक जाने पर उसमें से मवाद बहता रहता है। फुंसियों के जब जख्म बन जाते हैं तो उसमें से पूरी तरह मवाद बहने लगता है।

परहेज

- एक्जिमा रोग में रोगी को खून साफ करने वाली औषधियों का प्रयोग करना चाहिए।

- एक्जिमा रोग में रोजाना नीम के साबुन से या पानी में थोड़ा डिटोल डालकर नहाना चाहिए।
- एक्जिमा रोग में रोगी को भोजन में खट्टी-मीठी चीजों का प्रयोग नहीं करना चाहिए।

होम्योपैथिक इलाज

- **एलुमिना:** त्वचा का बेहद खुश्क, रूखा, सूखा और सख्त हो जाना, दरारें पड; जाना और बेहद तेज खुजली होना और खुजाने पर फुसियां उठ आना विशेष लक्षण है। कब्ज रहना, बिस्तर में पहुंचकर गरमाई मिलने के बाद अत्यधिक खुजलाहट, सुबह उठने पर और गर्मी से परेशानी बढ;ना और खुली हवा में एवं ठंडे पानी से आराम मिलना आदि लक्षणों के आधार पर उक्त दवा 30 एवं 200 शक्ति में अत्यंत कारगर है।
- **रसवेनेनैटा:** किसी भी प्रकार का खुश्क एक्जीमा, जिसमें त्वचा पर दाने की फुंसियां हों और तेज खुजली होती हो, श्रेष्ठ दवा है. रात में अधिक खुजली, गर्म पानी से धोने पर आराम मिलना, त्वचा में लाली, त्वचा की ऊपरी सतह (एपिडर्मिस) में वेसाइकिल बन जाना आदि लक्षणों के आधार पर 200 एवं 1000 शक्ति की दवा की दो-तीन खुराकें ही पर्याप्त होती है।
- **सोरिनम:** इसका एक्जिमा खुश्क होता है। इसमें स्केल्स बनते रहते हैं विशेषकर चेहरे पर व सिर पर। इसमें रोगी के बाल झड़ते रहते हैं। एक्जिमा से जो स्राव निकलता रहता है उस पर छिलका जम जाता है। इस छिलके के नीचे से जो स्राव निकलता रहता है उससे यह छिलका ऊपर उठ जाता है और उसके नीचे नये दाने बनते दिखाई देते हैं। रात को खुजली और जलन बढ़ जाती है।
- **सल्फर:** रोगी मैला और गंदा हो, शरीर से दुर्गंध आती हो, फिर भी अपने को राजा महसूस करें, रोगी शरीर में गर्मी का अनुभव करता हो, पैरों में जलन होती हो, मीठा खाने की प्रबल इच्छा, अत्यधिक खुजली, किन्तु खुजाने पर आराम मिलता है और अधिक खुजाने पर खून निकलने लगे, बिस्तर की गर्मी से परेशानी बढना, खडे रहना दुष्कर, सुबह के वक्त अधिक परेशानी, किन्तु सूखे एवं गर्म मौसम में बेहतर महसूस करें. इन लक्षणों के आधार पर सल्फर की 30 एवं 200 शक्ति की दवा की एक-दो खुराक ही चमत्कारिक असर दिखाती हैं. इस दवा के रोगी की एक अन्य विशेषता यह है कि शरीर के सारे छिद्र तथा नाक, कान, गुदा अत्यधिक लाल रहते हैं, अत्यधिक खुजली एवं जलन रहती है. साथ ही पहले कभी एक्जिमा वगैरह होने पर अंग्रेजी दवाओं के लेप से उन्हें ठीक कर लेना और उसके बाद कोई अंदरूनी परेशानी लगातार महसूस करते रहना इसका मुख्य लक्षण है।
- **पेट्रोलियम:** खुश्क एक्जिमा जिसमें दरार पड़ जाए उनमें खून दिखे परन्तु स्राव न हो।
- **मेजेरियम:** सिर पर छिलके जैसे जम जाते हैं जिनमें नीचे गाढ़ा सफेद मवाद जमा हो जाता है, यह बदबुदार होता है एवं इसमें कृमि हो जाते हैं।
- **टेल्बूरियम:** इसमें अंगूठी की तरह गोल-गोल निशान पड़ते हैं। नाई के उस्तरे से हो जाने वाली खुजली में यह उपयोगी है।

फंगल इन्फेक्शन और होम्योपैथी

चर्मरोग में सबसे आम बीमारी है फंगल इन्फेक्शन, जो गर्मी और बारिश में बहुत होता है। इसे साधारण भाषा में दाद भी कहते हैं। दाद एक प्रकार का चर्मरोग होता है, जो किसी भी प्रकार की क्रीम या दवा लगाने या खाने के बाद भी बार बार हो जाता है, परन्तु होम्योपैथी की दवाओं से यह कुछ ही समय में हमेशा के लिए ठीक हो जाता है। यह किसी को भी किसी भी उम्र में हो सकता है। यह शरीर के किसी भी भाग में हो सकता है। इसे रिंगवर्म भी कहते हैं। बारिश और गर्मी के मौसम में यह ज्यादा तेजी से फैलता है।

कारण

वैसे तो यह टीनिया नामक वायरस के कारण माना जाता है, परन्तु होम्योपैथी के अनुसार शरीर में सोरा दोष माना जाता है शरीर के अलग अलग जगह पर होने के कारण इसके अलग-अलग नाम है, जैसे शरीर में हैं, तो टीनिया कार्पोरिस, सिर में है तो टीनिया केपेटिस, पैर में है तो टीनिया पेडिस, हाथों में है तो टीनिया मेनम आदि। यह बहुत तेजी से फैलने वाला रोग होता है। नमी या पसीने के कारण यह तेजी से फैलता है।

लक्षण

- दाद वाले स्थान पर खुजली होना
- दाद में जलन होना
- त्वचा पर लाल रंग के गोल-गोल चकत्ते होना
- चिपचिपा सा पानी बहना
- गले में हमेशा कफ आते रहना
- आंव की तकलीफ होना
- चिड़चिड़ापन होना

होम्योपैथिक इलाज

- **होम्योपेथिक** दवाओं से दाद हमेशा के लिए ठीक हो जाता है। होम्योपैथी में रोगी के शारीरिक और मानसिक लक्षण के अनुसार दवा दे कर रोग को ठीक किया जाता है।
- **क्रासोबियम:** यह त्वचा पर बहुत तेजी से काम करती है । पैर और जाघों में अत्याधिक खुजली होना। दाद से एक विशेष प्रकार की गंध वाला पानी निकलना। त्वचा, पपड़ी के रूप में निकलती है। यह दाद का पानी सुखा कर चर्म को रोगमुक्त करती है।
- **बेसिलिनम:** फेफड़ों की पुरानी तकलीफ, रिंगवर्म, एक्जिमा, सांस संबधित तकलीफ, गले की ग्लैंड्स बढ़ी हुई रहती हैं। चिड़चिड़ापन और डिप्रेशन रहे। (इस दवा को बार-बार रिपीट न करें)
- **सेलेनियम:** पैर के यह अंगुलियों के बीच के स्थान में जहां -जहां त्वचा दोहरी है, वहां-वहां खुजली मचती है। अंगुलियों के बीच छोटी-छोटी फुंसियां हो जाती हैं। कई बार आईब्रो एवं दाढ़ी के बाल झड़ जाते हैं।
- **ग्रेफैटिस:** दाद या किसी भी प्रकार के चर्मरोग से पानी बहता रहे जो शहद के समान चिपचिपा हो। छोटी से छोटी चोट भी पक जाती हैं। त्वचा में दरारें पड़ जाती हैं। उंगलियों के नाखून काले हो जाते हैं, और फट जाते हैं। चर्मरोग के साथ-साथ गले में कफ की तकलीफ हो। कब्ज की शिकायत रहे। त्वचा में रात को तकलीफ ज्यादा हो, लेकिन ढक कर रखने से कम हो जाती हैं। सिर में खुजली हो।
- **क्रोटन-टिग:** बहुत ज्यादा खुजली हो खास कर जननागों में। खुजली के बाद दर्द हो। पानी भरे छाले हो, हेर्पिस-जोस्टर, पस भरे दाने, कुछ भी खाते पीते ही दस्त लग जाएं।
- **रस-टोक्स:** त्वचा पर पानी भरे छाले हो जाते हैं। त्वचा लाल रंग की होती है। अत्याधिक जलन होती है। त्वचा सूख कर झरती है। बहुत ज्यादा खुजली होती है। अत्याधिक बेचैनी रहती है। त्वचा रोगों के साथ-साथ जोड़ो का दर्द होता है। बहुत ज्यादा नींद आती है।
- ***नोट:** होम्योपैथी में रोग के कारण को दूर करके रोगी को ठीक किया जाता है। प्रत्येक रोगी की दवा उसकी शारीरिक और मानसिक अवस्था के अनुसार अलग-अलग होती हैं। अतः बिना चिकित्सकीय परामर्श यहां दी हुई किसी भी दवा का उपयोग न करें।*

होम्योपैथी से तनाव का इलाज

आज के युग में तनाव, चिंता अवसाद, इत्यादि आम समस्याएं बन गई हैं और आज लोगों को जिस तरह की जीवन शैली अपनानी पड़ती है वह इन समस्याओं को और बढ़ावा देती है। होम्योपैथिक उपचार आपकी तंत्रिका प्रणाली को दुरुस्त करके तनाव, चिंता, अवसाद इत्यादि समस्याओं से मुक्ति दिलाता है साथ हीं साथ आपकी भावनाओं से जुडी समस्याओं में भी काफी लाभ पहुंचाता है एवं आपको दुःख से उबरने की शक्ति प्रदान करता है।

मानसिक समस्याओं के शुरूआती लक्षणों को पहचानना जरूरी है जिससे की आप जल्द से जल्द उनका उपचार शुरू कर सकें। चिड़चिड़ापन,अनिद्रा, भय या अपराध की भावना से ग्रस्त होकर दुखी रहना; ये सब मानसिक रोग होने के संकेत हैं जिनका शीघ्र उपचार किया जाना चाहिए। ज्यादातर विशेषज्ञों का मानना है की अवसाद इत्यादि जैसी बीमारियाँ पुरानी मानसिक बीमारी हो चुकी होती हैं जिनका लम्बी अवधि तक उपचार चल सकता है।

होम्योपैथिक उपचार बच्चों से बड़ों तक यानि कि हर उम्र के लोगों के लिए लाभकारी होता है। अगर बच्चों में व्यवहार की कुछ समस्याएं हैं या किशोरों में आत्मविश्वास की कमी है या वयस्कों में कोई भावनात्मक समस्या है, तो होम्योपैथिक उपचार इन सबमें कारगर सिद्ध हो सकता है।

तनाव के उपचार में होम्योपैथी

होम्योपैथी चिकित्सा की एक ऐसी पद्धति है जो रोग को दबाने की बजाये शरीर को इस कदर

तैयार करती है जिससे कि शरीर खुद उस रोग को जड़ से बहार निकाल फेंके। होम्योपैथी बीमार व्यक्ति के शरीर और मन दोनों का उपचार करता है।

होम्योपैथिक उपचार कारगर और सुरक्षित चिकित्सा प्रणाली है जो शरीर और मन दोनों को स्वस्थ करती है। बहुत हीं तेज एंटीडीप्रेसेंट्स या ट्रंक्वीलाइजर्स की तरह होम्योपैथिक दवाओं के साइड इफेक्ट नहीं होते हैं और आदमी इस का आदी भी नहीं होता। पारंपरिक दवाओं की अपेक्षा होम्योपैथिक उपचार अवसाद, तनाव और अन्य मन तथा भावनात्मक समस्याओं को ठीक करने में बहुत प्रभावी होता है। एक सक्षम होम्योपैथिक चिकित्सक आमतौर पर तनाव या अवसाद के इलाज के लिए आप के लिए उपयुक्त आहार एवं औषधि निर्धारित करतें हैं।

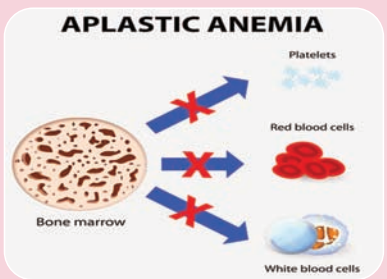
अवसाद में होम्योपैथिक उपचार

अगर दो लोगों को अवसाद है तो कोई जरूरी नहीं है कि दोनों को एक हीं दवा चलेगी क्योंकि दोनों के लक्षणों में भिन्नता आ सकती है।

तनाव के लिए होम्योपैथी उपचार

तनाव के विभिन्न कारणों के आधार पर होम्योपैथी में कुछ खास औषधियां हैं। जिन्हें लक्षणों के आधार पर हर 1 - 4 घंटे के भीतर तब तक दी जा सकती हैं जब तक कि लक्षण पूरी तरह से मुक्त न हो जायें।

यदि आप डेंगू के इलाज के बाद भी प्लेटलेट्स की कमी से जूझ रहे हैं। सभी प्रयासों के बावजूद भी रक्त में आपके प्लेटलेट्स नार्मल नहीं आ रहे हैं तो आप डॉ. ए.के. द्विवेदी द्वारा दी जाने वाली होम्योपैथी की 50 मिलिसिमल पोटेंसी की दवाईयों के सहायता से आपके शरीर में प्लेटलेट्स बढ़ाने में सफलता हासिल कर सकते हैं।



9993190140, 9826042287, 9424083040

एडवांस्ड होम्यो-हेल्थ सेंटर एवं होम्योपैथिक मेडिकल रिसर्च प्रा.लि.

रेडिक्यूलोपैथी, कब्ज़ और पेशाब की समस्या से संपूर्ण राहत ''एडवांस्ड होम्योपैथी का प्रभाव''

होम्योपैथी पर विश्वास नहीं था, लेकिन 15 दिन में बिस्तर से चलने लगा, अब पूरा भरोसा है। मैं आदिल खान निवासी उज्जैन, रेडिक्युलोपैथी से पीड़ित था, डॉक्टर्स ने ऑपरेशन की सलाह दी लेकिन डॉ. ए. के. द्विवेदी जी से होम्योपैथिक इलाज लिया और सिर्फ 15 दिन में बिस्तर छोड़कर चलने लगा। अब होम्योपैथी और डॉक्टर साहब, दोनों पर पूरा भरोसा है। मैं आदिल खान, उज्जैन रेडिक्युलोपैथी के कारण पेशाब और पैखाना जाने में भी परेशानी होती थी लेकिन उसमें भी उन्ही दवाओं से राहत मिली होलिस्टिक ट्रीटमेंट को समझा

होम्योपैथी से राहत: L3-L5 समस्या से उबरकर फिर सक्रिय जीवन

मैं गिरजेश कुमार त्रिपाठी मुझे रीढ़ की हड्डी के L3, L4 और L5 स्तर पर गंभीर परेशानी थी, जिसके कारण चलना-फिरना कठिन हो गया था। कई उपचार कराने के बाद भी स्थायी लाभ नहीं मिला और ऑपरेशन की सलाह दी गई। डॉ. ए. के. द्विवेदी जी (एडवांस्ड होम्यो हेल्थ सेंटर, इंदौर) से होम्योपैथिक उपचार लेने पर बिना ऑपरेशन उल्लेखनीय सुधार हुआ। आज मैं सामान्य दिनचर्या सहजता से कर पा रहा हूँ। डॉ. द्विवेदी जी का संवेदनशील मार्गदर्शन, दवाएँ और जीवनशैली सुझाव मेरे लिए निर्णायक साबित हुए।

एडवांस्ड होम्यो-हेल्थ सेंटर एवं होम्योपैथिक मेडिकल रिसर्च प्रा.लि. इन्दौर

8/9, मयंक अपार्टमेंट, मनोरमागंज, गीता भवन मंदिर रोड, इन्दौर (म.प्र.)

Mob. 99931-90140, 98935-19287 Clinic 07314064471

Watch us on YouTube

हमारी अन्य कहीं कोई शाखा नहीं है
रविवार अवकाश
dr ak dwivedi homeopathy

Call for Homeopathy Treatment

98260 42287

E-mail : drakdindore@gmail.com

देश के प्रमुख अखबारों में प्रकाशित खबरें

शिलांग से इंदौर के होम्योपैथिक चिकित्सक डॉ. ए.के. द्विवेदी को विशेष आमंत्रण

स्वदेश समाचार ■ इंदौर

होम्योपैथी के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य एवं उल्लेखनीय योगदान के लिए इंदौर के प्रसिद्ध होम्योपैथिक चिकित्सक डॉ. ए.के. द्विवेदी को एक और महत्वपूर्ण सम्मान प्राप्त हुआ है। उत्तर-पूर्वी आयुर्वेद एवं होम्योपैथी संस्थान, शिलांग द्वारा उन्हें विश्व होम्योपैथी दिवस 2026 के भव्य आयोजन में मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित किया गया है।

यह प्रतिष्ठित कार्यक्रम 10 अप्रैल 2026 को शिलांग स्थित इंस्टीट्यूट परिसर में आयोजित किया जाएगा, जो होम्योपैथी के जनक डॉ. सैमुअल हैनिमैन की 271वीं जयंती के उपलक्ष्य में मनाया जा रहा है। इस वर्ष की थीम 'भारतीय होम्योपैथी : परंपरागत ज्ञान को ठोस एवं प्रमाणित विज्ञान में रूपांतरित करने की दिशा' रखी गई है, जो भारतीय होम्योपैथी की वैज्ञानिक प्रगति, अनुसंधान आधारित दृष्टिकोण एवं वैश्विक स्वीकार्यता को सशक्त रूप से प्रदर्शित करती है। संस्थान के निदेशक प्रो. (डॉ.) विजय कुमार द्वारा भेजे गए आधिकारिक आमंत्रण पत्र में डॉ. द्विवेदी से न केवल मुख्य अतिथि के रूप में कार्यक्रम की गरिमा बढ़ाने का अनुरोध किया गया है, बल्कि उनसे वैज्ञानिक सत्र में एक विशेष व्याख्यान देने का भी आग्रह किया गया है। इस सत्र में देशभर के फैकल्टी सदस्य, मेडिकल अधिकारी, पीजी छात्र एवं शोधार्थी भाग लेंगे, जिससे ज्ञान-विनिमय एवं नवाचार को नई दिशा मिलेगी।

शिलांग से डॉ. एके द्विवेदी को विशेष आमंत्रण

इंदौर. होम्योपैथी के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य एवं उल्लेखनीय योगदान के लिए इंदौर के होम्योपैथिक चिकित्सक डॉ. ए.के. द्विवेदी को एक और महत्वपूर्ण सम्मान प्राप्त हुआ है. उत्तर-पूर्वी आयुर्वेद एवं होम्योपैथी संस्थान, शिलांग द्वारा उन्हें विश्व होम्योपैथी दिवस 2026 के भव्य आयोजन में मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित किया गया है. यह प्रतिष्ठित कार्यक्रम 10 अप्रैल को शिलांग स्थित एनईआईएएच परिसर में आयोजित किया जाएगा, जो होम्योपैथी के जनक डॉ. सैमुअल हैनिमैन की 271वीं जयंती के उपलक्ष्य में मनाया जा रहा है. इस वर्ष की थीम भारतीय होम्योपैथी : परंपरागत ज्ञान को ठोस एवं प्रमाणित विज्ञान में रूपांतरित करने की दिशा- रखी गई है, जो भारतीय होम्योपैथी की वैज्ञानिक प्रगति, अनुसंधान आधारित दृष्टिकोण एवं वैश्विक स्वीकार्यता को सशक्त रूप से प्रदर्शित करती है. संस्थान के निदेशक प्रो. (डॉ.) विजय कुमार द्वारा भेजे गए अधिकारिक आमंत्रण पत्र में डॉ. द्विवेदी से न केवल मुख्य अतिथि के रूप में कार्यक्रम की गरिमा बढ़ाने का अनुरोध किया गया है, बल्कि उनसे वैज्ञानिक सत्र में एक विशेष व्याख्यान देने का भी आग्रह किया गया है. इस सत्र में देशभर के फैकल्टी सदस्य, मेडिकल अधिकारी, पीजी छात्र एवं शोधार्थी भाग लेंगे, जिससे ज्ञान-विनिमय एवं नवाचार को नई दिशा मिलेगी. डॉ. ए.के. द्विवेदी का होम्योपैथी के क्षेत्र में, विशेष रूप से अप्लास्टिक एनीमिया, प्रोस्टेट कैंसर एवं जोड़ों के दर्द रीढ़ की हड्डियों में दर्द तथा त्वचा रोगों के उपचार में, योगदान अत्यंत सराहनीय रहा है। उनके वर्षों के अनुभव, शोध कार्य एवं सामाजिक जागरूकता अभियानों ने उन्हें राष्ट्रीय स्तर पर विशिष्ट पहचान दिलाई है.

आयुष मंत्री से डॉ. द्विवेदी की रिसर्च सेंटर और सेंटर फॉर एक्सक्लेंस इन होम्योपैथी पर चर्चा

इंदौर. भारत सरकार के आयुष मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) प्रतापराव जाधव के इंदौर आगमन पर इंदौर एयरपोर्ट पर हुई मुलाकात में एनीमिया जागरूकता जन-आंदोलन, देवी अहिल्या विश्वविद्यालय में प्रस्तावित होम्योपैथी रिसर्च सेंटर एवं सेंटर फॉर एक्सक्लेंस इन होम्योपैथी की स्थापना को लेकर महत्वपूर्ण चर्चा हुई.

इस अवसर पर केंद्रीय होम्योपैथी अनुसंधान परिषद के वैज्ञानिक सलाहकार मंडल के सदस्य एवं वरिष्ठ होम्योपैथिक चिकित्सक डॉ. ए.के. द्विवेदी ने आयुष मंत्री को अभियान की जानकारी दी. साथ ही विश्वविद्यालय की में हो रहे विकास कार्यों से अवगत कराते हुए सहयोग का आग्रह किया. डॉ. द्विवेदी ने बताया कि इंदौर से शुरू हुआ एनीमिया जागरूकता अभियान अब तक 20 लाख से अधिक लोगों तक पहुंच चुका है. एनीमिया जागरूकता रथ के माध्यम से घर-घर जाकर जागरूकता फैलाई गई. डॉ. द्विवेदी ने बताया कि डीएवीवी में सीसीआरएच के सहयोग से होम्योपैथी रिसर्च सेंटर स्थापित करने की प्रक्रिया जारी है और शीघ्र ही एमओयू होने की संभावना है. आयुष मंत्री प्रतापराव जाधव ने सुझाव दिया कि विश्वविद्यालय से आयुष मंत्रालय को सेंटर फॉर एक्सक्लेंस इन होम्योपैथी के रूप में विकसित करने हेतु प्रस्ताव भेजा जाए और आश्वासन दिया कि इस दिशा में आयुष मंत्रालय, केंद्र सरकार पूर्ण सहयोग प्रदान करेगी.

भारतीय होम्योपैथी की वैश्विक पहचान की ओर एक और कदम

शिलांग से इंदौर के प्रख्यात होम्योपैथिक चिकित्सक डॉ. ए.के. द्विवेदी को विशेष आमंत्रण

डॉ. एके द्विवेदी विश्व होम्योपैथी दिवस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि

प्रजातंत्र संवाददाता | इंदौर

अनुरोध: सेंटर फॉर एक्सीलेंस इन होम्योपैथी स्थापित करे डीएवीवी

आयुष मंत्री ने सीसीआरएच के सदस्य ने की मुलाकात

● इंदौर/ राज न्यूज नेटवर्क

आश्वासन दिया

एनीमिया जागरूकता अभियान में शामिल हुए चिकित्सक

जबलपुर। समाज में एनीमिया के प्रति जागरूकता लाने के उद्देश्य से 12 दिवसीय एनीमिया जागरूकता रथ अभियान का आयोजन इंदौर में हुआ। अभियान को राज्यपाल मंगुभाई पटेल ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। इस अभियान में शहर से होम्योपैथिक मेडिकल एसोसिएशन ऑफ इंडिया राज्य शाखा के पदाधिकारी भी शामिल हुए। प्रांतीय अध्यक्ष डॉ. आर के गुप्ता ने बताया कि राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य डॉ. एके द्विवेदी के मार्गदर्शन में आयोजित जागरूकता अभियान में उनके अलावा शहर से डॉ. आरके चतुर्वेदी, डॉ. अवधेश भट्ट, डॉ. आयशा अली, डॉ. तुलाराम लढ़िया, डॉ. रविशंकर नामदेव, डॉ. वीरेंद्र

साहू, डॉ. विकाश विश्वकर्मा, डॉ. प्रवीन जाट, डॉ. भरत पवार, डॉ. ऋषि सिंह शामिल हुए। इस मौके पर डॉ. द्विवेदी ने कहा कि होम्योपैथिक चिकित्सा के माध्यम से अप्लास्टिक एनीमिया जैसे गंभीर रोगों के अनेक मरीजों को स्वास्थ्य लाभ प्राप्त हुआ है। इस अभियान के अंतर्गत होम्योपैथिक चिकित्सा के छात्र-छात्राओं की टीम ने घर-घर जाकर लगभग 20 लाख नागरिकों को एनीमिया के प्रति जागरूक किया तथा पोषण के सरल उपाय विशेषकर गुड़ एवं चने के सेवन की जानकारी दी।

CM Yadav praises Indore's "Anemia Awareness Mass Movement"

DR. A.K. DWIVEDI PRESENTS BOOK ON ANEMIA AWARENESS CAMPAIGN TO CM

अस्थमा और होम्योपैथी

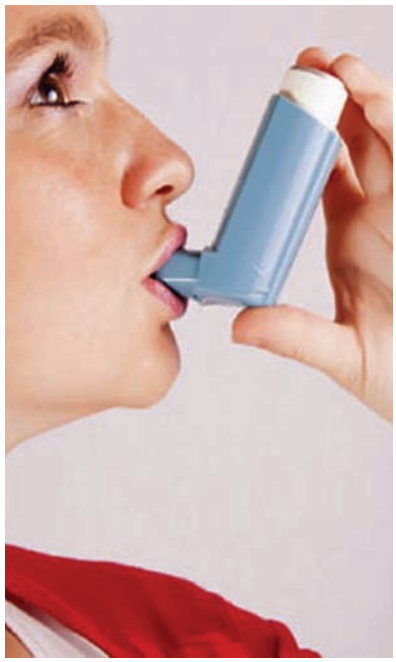
अस्थमा एक गंभीर बीमारी है, जो श्वास नलिकाओं को प्रभावित करती है। श्वास नलिकाएं फेफड़े से हवा को अंदर-बाहर करती हैं। अस्थमा होने पर इन नलिकाओं की भीतरी दीवार में सूजन होता है। यह सूजन नलिकाओं को बेहद संवेदनशील बना देता है और किसी भी बेचैन करनेवाली चीज के स्पर्श से यह तीखी प्रतिक्रिया करता है। जब नलिकाएं प्रतिक्रिया करती हैं, तो उनमें संकुचन होता है और उस स्थिति में फेफड़े में हवा की कम मात्रा जाती है। इससे खांसी, नाक बजना, छाती का कडा होना, रात और सुबह में सांस लेने में तकलीफ आदि, जैसे लक्षण पैदा होते हैं।

अस्थमा एक अथवा एक से अधिक पदार्थों (एलर्जेन) के प्रति शारीरिक प्रणाली की अस्वीकृति (एलर्जी) है। इसका अर्थ है कि हमारे शरीर की प्रणाली उन विशेष पदार्थों को सहन नहीं कर पाती और जिस रूप में अपनी प्रतिक्रिया या विरोध प्रकट करती है, उसे एलर्जी कहते हैं। हमारी श्वसन प्रणाली जब किन्हीं एलर्जेंस के प्रति एलर्जी प्रकट करती है तो वह अस्थमा होता है। यह साँस संबंधी रोगों में सबसे अधिक कष्टदायी है। अस्थमा के रोगी को सांस फूलने या साँस न आने के दौरे बार-बार पडते हैं और उन दौरों के बीच वह अकसर पूरी तरह सामान्य भी हो जाता है।

'दमा का कोई स्थायी इलाज नहीं है लेकिन इस पर नियंत्रण जरूर किया जा सकता है, ताकि दमे से पीडित व्यक्ति सामान्य जीवन व्यतीत कर सके। अस्थमा तब तक ही नियंत्रण में रहता है, जब तक मरीज जरूरी सावधाननियां बरत रहा है।'

दमा रोग के लक्षण

इस रोग के लक्षण व्यक्ति के अनुसार बदलते हैं। अस्थमा के कई लक्षण तो ऐसे हैं, जो अन्य श्वास संबंधी बीमारियों के भी लक्षण हैं। इन लक्षण को अस्थमा के अटैक के लक्षण के रूप में पहचानना जरूरी है। अस्थमा को बार बार होने वाली घरघराहट, सांस लेने में होने वाली तकलीफ़ सीने में जकडन और खांसी से पहचाना जाता है। खांसी के कारण फेफड़े से कफ उत्पन्न हो सकता है लेकिन इसको बाहर लाना काफी कठिन होता है। किसी दौरे से उबरने के समय यह मवाद जैसा लग सकता है जो कि श्वेत रक्त कणिकाओं के उच्च स्तर के कारण होता है जिन्हें इओसिनोफिल कहा जाता है। आमतौर पर रात में और सुबह-सुबह या व्यायाम और ठंडी



हवा की प्रतिक्रिया के कारण लक्षण काफी खराब होते हैं।

लक्षण

दमा या तो धीरे-धीरे उभरता है अथवा एकाएक भडकता है। जब दमा एकाएक भडकता है तो उससे पहले खाँसी का दौरा होता है, किंतु जब दमा धीरे-धीरे उभरता है तो उससे पहले आमतौर पर श्वास प्रणाली में संक्रमण हो जाया करता है। दमा का दौरा जब तेज होता है तो दिल की धडकन और साँस लेने की रफ्तार दोनों बढ जाती हैं तथा रोगी बेचैन व थका हुआ महसूस करता है। उसे खाँसी आ सकती है, सीने में जकडन महसूस हो सकती है, बहुत अधिक पसीना आ सकता है और उलटी भी हो सकती है।

- सामान्यतया अचानक शुरू होता है
- रात या सुबह बहुत तेज होता है
- ठंडी जगहों पर या व्यायाम करने से या भीषण गर्मी में तीखा होता है
- दवाओं के उपयोग से ठीक होता है, क्योंकि इससे नलिकाएं खुलती हैं।
- बलगम के साथ या बगैर खांसी होती है
- सांस फूलना, जो व्यायाम या किसी गतिविधि के साथ तेज होती है
- शरीर के अंदर खिंचाव (सांस लेने के साथ रीढ के पास त्वचा का खिंचाव)

होम्योपैथिक इलाज

होम्योपैथी सिर्फअस्थमा लक्षणों का उपचार नहीं करती, यह अस्थमा को जड से ठीक करती है। शोधों ने यह दर्शाया है कि होम्योपैथिक दवाइयां महत्वपूर्ण रूप से हमारी श्वांस लेने की क्षमता, पूर्ण स्वास्थ्य में सुधार लाती है। यह शरीर की रक्षा को भी प्रेरित करती है।

अर्सेनिकम अलबम: इस दवा का उपयोग सामान्य तौर पर एक एक्यूट अस्थमा के रोगी के लिए किया जाता है। इसका उपयोग आम तौर पर बैचेनी, भय, कमजोरी और आधी रात को या आधी रात के बाद इन लक्षणों का बढना, जैसे लक्षणों से पीडित मरीजों के लिए किया जाता है।

ब्लैटा ओरियेन्टेलिस मूल अर्क: जब दमे का दौर हो तो 10 से 15 बूंद बार-बार गर्म पानी में देने से रोगी को आराम मिलता है। जब दौर निकल जाए तब मूल अर्क बंद करके उच्च शक्ति में खुराक जी जाए।

कार्बो वेज: यह औषधि विशेषतौर पर वृद्ध व्यक्तियों के दमें में ज्यादा उपयोगी है। ऐसे रोगी जिनकी शक्ति क्षीण हो गई है, दमे का आक्रमण होने पर ऐसा लगता है मानो उनके प्राण निकल जाएंगे। सांस लेने के लिए वे बैचेन हो उठते हैं। डकार आने पर उनको आराम मिलता है।

स्पोंजिआ: यह दवा उन अस्थमा से पीडित लोगों के लिए उपयोग में लाई जाती है, जिनको बेहद कष्टदायी खांसी होती है, और छाती में बहुत कम या बिल्कुल भी कफ नहीं होता है। इस प्रकार का अस्थमा एक व्यक्ति को ठंड लगने के बाद शुरू होता है। इन मरीजो में अक्सर सूखी खांसी होती है।

लोबेलिआ: इस दवा का उपयोग उन अस्थमा से पीडित लोगों के लिए बेहद फायदेमन्द है, जिन्हें सांस की घरघराहट के साथ एक लाक्षणिक अस्थमा का दौरा पडता है।

सेमबकस नाइग्रा: इस दवा का उपयोग उन अस्थमा से पीडित लोगों के लिए बेहद फायदेमन्द है, जिन लोगों में सांस की घरघराहट की आवाज के साथ दम घुटने के लक्षण दिखाई देते हैं, खासकर यदि ये लक्षण आधी रात को या आधी रात के बाद, या लेटने के दौरान या जब मरीज; ठंडी हवा के संपर्क में आते हैं, ऐसी स्थिति में अधिक बढते हैं।

इपेकाक: इस दवा का उपयोग उन अस्थमा से पीडित लोगों के लिए बेहद फायदेमन्द है, जिन लोगों की छाती में बहुत अधिक मात्रा में बलगम होता है।

हृदय रोगों के लिए होम्योपैथी

होम्योपैथिक उपचार विभिन्न हृदय रोगों में कारगर हैं। यह रोगसूचक हृदय रोग, उच्च रक्तचाप, हाइपर कैलोस्ट्रोलेमिया में तीव्रता से राहत दे सकता है। यह सुरक्षित और प्राकृतिक है, और लगभग कई दुष्प्रभावों से रहित है, एवं लत की कोई संभावना नही है।

होम्योपैथी हृदय रोगों की रोकथाम और दिल के दौरे के बाद रोग के रोगियों के प्रबंधन में मुख्य है। होम्योपैथिक दवाएं नियंत्रण और दिल के दौरे के विभिन्न कारणों जैसे कोलेस्ट्रॉल मे वृद्धि, उच्च रक्तचाप को रोकता है। गंभीर दिल का दौरा के मामले में एक रोगी के प्रबंधन में इसका कोई कार्य नहीं है।

उच्च कोलेस्ट्रॉल के लिए उपचार

उच्च कोलेस्ट्रॉल उपचार कर अथेरोस्क्लेरोसिस को नियंत्रित कर सकता है जो धमनियों के अवरोधन में दिल और दिल के दौरे के कारण होता हैं। होम्योपैथिक की कुछ दवाएं जैसे नैट्रम सल्फ, हाईड्रेनसिया रक्त कोलेस्ट्रॉल को कम करने के लिए प्रभावी रहे हैं। कुछ होम्योपैथिक उपचार के लिए हृदय वाहिकाओं मे कोलेस्ट्रॉल के संचय को कम करने के लिए जाना जाता है। इनमे क्रेटेगस, ऑरम मेट, बेराइटा कार्ब, केलकेरिया कार्ब शामिल हैं।

होम्योपैथिक उपचार आहार संशोधन और नियंत्रण के साथ जुडा है, और शारीरिक व्यायाम भी किया जाना चाहिए। उपचार में कोई परिवर्तन प्रायः रक्त कोलेस्ट्रॉल के परीक्षण के बाद किया जाता है। इलाज की प्रतिक्रिया के आधार पर उपचार आमतौर पर धीरे-धीरे कम होता जाता है। अक्सर दवा का चयन लक्षणों और वैयक्तिक आधार पर होता है। उच्च रक्तचाप के उपचार रोगियो में उच्च रक्तचाप का उपचार रोगी दोनों मे से कौन सा एलोपैथी उपचार कर रहा है या नहीं, के आधार पर चयनित है। उच्च रक्तचाप के उपचार के लिए कुछ दवाओं में आरम मेट, बेलाडोनम, कैल्केरिया कार्ब, ग्लोनाइन, लैकेसिस, नैट्रम म्यूर, नक्स वोमिका, फॉस्फोरस शामिल हैं।

रोगियों जो एलोपैथिक दवाओं का इस्तेमाल करते है जैसे बीटा ब्लॉकर्स कैल्शियम, चान्नी ब्लॉकर्स, एसीई इनहेबीटर लम्बी अवधि के लिए उपयोग करते हैं साथ ही उच्च रक्तचाप के नियंत्रण के लिए होम्योपैथिक उपचार भी ले सकते हैं जिससे आने वाली बिमारी को नियंत्रित किया जा सकते हैं। रोगियो में जो एलोपैथिक दवाएं उच्च रक्तचाप के उपचार के लिए लेते हैं साथ ही कुछ होम्योपैथी दवाएं दिल के लिए (जैसे रोवोलिया, पेसिफ्लोरा, एड्रेनालिन, बेलाडोना, ग्लोनोइन, जेलसीमियम आदि) भी दी जाती है।

उच्च रक्तचाप के लिए दी गई दवाओं के अलावा आपका चिकित्सक आमतौर पर यदि आप मोटे है तो वजन कम करने की सलाह देगा, एक कम कैलोरी युक्त आहार, व्यायाम और धूम्रपान, मानसिक तनाव का परिहार करे।

होम्योपैथिक उपचार के साथ सावधानी

यदि आप उच्च रक्तचाप के लिए नियमित रूप से होम्योपैथी उपचार कर रहे है, या उच्च कोलेस्ट्रॉल होने पर आपको अपने होम्योपैथिक चिकित्सक के साथ नियमित रूप से उपचार का पालन करने की आवश्यकता होगी। यदि आप एलोपैथिक दवाएं लेने के साथ होम्योपैथिक उपचार कर रहे है तो इस बारे में अपने दोनों चिकित्सको को सूचित करे। अपने चिकित्सक के परामर्श के बिना एलोपैथिक दवाओं को लेना बंद या उनके साथ समायोजन मत करो। होम्योपैथिक दवाओं के साथ तीव्र दिल के दौरे के उपचार स्वीकार्य नहीं है। यदि आपको दिल का दौरा है तो आपको एलोपैथिक दवाओं के साथ इलाज की जरूरत है। रोगियों में होम्योपैथिक दवाओं के साथ संभावित उपचारात्मक समाधान प्रस्तुत है, दुर्लभ या कोई दुष्प्रभाव नही, लत की संभावना नही और शायद ही कभी नकारात्मक दवा पारस्परिक क्रियाएं हो। इन उपायों से आपके संपूर्ण शरीर को लाभ होगा और आप उत्तम स्वस्थ को प्राप्त करेंगे।

स्वास्थ्य को प्रभावित करता है साइबर सिकनेस

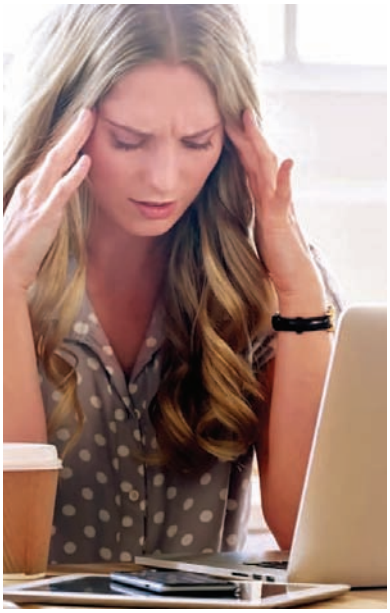
अभी तक स्मार्टफोन की लत और मोबाइल की रिंगटोन के डर के बारे में बात हो रही थी। लेकिन अब साइबर सिकनेस नाम की बीमारी ने भी हमला कर दिया है। इस हमले ने चिकित्सकों और मनोवैज्ञानिकों को भी हैरान कर दिया है जिससे जाहिर हो जाता है कि ये काफी चिंतनीय स्थिति है। हालत इसलिए भी गंभीर हो रही है क्योंकि कंप्यूटर पर काम करने वालों की संख्या लगातार बढ़ रही है। बच्चे से लेकर बूढ़े तक घंटों कंप्यूटर के सामने बिताते हैं। आइए इस लेख में साइबर सिकनेस के बारे में विस्तार से चर्चा करते हैं।

कंप्यूटर स्क्रीन से लगता है डर

कई बार सुनने में आता है कि फलाना इंसान को कार की स्पीड से डर लगता है। किसी को पहाड़ की ऊंचाई से तो किसी को समुद्र की गहराई को देखकर डर लगता है। लेकिन क्या आपने कभी सुना है कि किसी इंसान को कंप्यूटर के सामने बैठ कर डर लगता है। हां, ऐसा हो रहा है। कुछ लोगों में हाल ही में ये समस्या देखने को मिल रही है कि उन्हें कम्प्यूटर की स्क्रीन के सामने बैठते ही चक्कर आने लगते हैं। विशेषज्ञ इसकी वजह नींद पूरी ना होने और कम नींद को मान रहे हैं। साथ ही आज की बदलती जीवनशैली में अव्यवस्थित खान-पान भी इसकी वजह है।

डिजिटल मोशन सिकनेस

वहीं दूसरी तरफ कोवेंट्री यूनिवर्सिटी के साइकलोजिस्ट व मस्तिष्क शोधकर्ता कहते हैं



कि अगर आपको कम्प्यूटर स्क्रीन पर घण्टों काम करने के बाद चक्कर आना व सिर भारी होना जैसी शिकायते होती हैं तो आप 'डिजिटल मोशन सिकनेस' के शिकार हैं।

ये समस्या बिल्कुल उसी तरह है जब आपको कार, बोट या हवाई जहाज से यात्रा करते हुए सिर घूमने व चक्कर आने जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ता है। बिल्कुल इसी तरह जब आप कम्प्यूटर स्क्रीन के सामने बैठते हैं और स्क्रीन पर स्क्रोल अप और स्क्रोल डाउन जैसी एक्टीविटी करते हैं तब आपको चक्कर आने जैसा एहसास हो तो आप डिजिटल मोशन सिकनेस या साइबर सिकनेस के शिकार हैं।

चिंताजनक स्थिति

शरीर के बिना मूवमेंट के दौरान जब हमारा दिमाग यह मानने लगे कि वो रफ्तार में चल रहा है तो स्थिति चिंताजनक है। ऐसी स्थिति में दिमाग और शरीर के बीच में कशमकश बनी रहती है जो आपके शरीर के स्थिर रहते हुए भी आपको मूवमेंट होने का एहसास दिलाती है।

साइबर सिकनेस के लक्षण

- सिर में दर्द होना
- चक्कर आना
- नींद ना आना
- आखों में जलन होना
- ज्यादा मात्रा में शरीर से पसीना आना
- चीजों पर फोकस नहीं कर पाना

साइबर सिकनेस से बचाव के उपाय

- कम्प्यूटर स्क्रीन पर काम करते वक्त बीच बीच में कुछ समय का ब्रेक लें।
- बहुत ज्यादा लम्बे समय तक मूवी ना देखें और वीडियो गेम ना खेलें।
- स्क्रीन पर देर तक फोकस करने से बचें।
- चक्कर आने से बचने के लिए कुछ मीठी चीज़ खाते रहें।
- आंखों को बीच बीच में ठंडे पानी से धोते रहें।

पढ़ें अगले अंक में

मई - 2026

मेंटल हेल्थ विशेषांक

सेहत एवं सूरत

राष्ट्रीय मासिक स्वास्थ्य पत्रिका

पत्रिका नहीं संपूर्ण अभियान, जो रखेगी पूरे परिवार का ध्यान...

स्वस्थ दांतों के लिए होम्योपैथी

दांतों से सम्बंधित समस्याओं के उपचार में होम्योपैथिक चिकित्सा उपयोगी है क्योंकि होम्योपैथी रोगियों का होलिस्टिकली उपचार करता है। होम्योपैथिक उपचार बहुत प्रभावी होते हैं और शायद ही कभी इसका कोई दुष्प्रभाव होता है और होम्योपैथिक उपचार दांत दर्द, मुँह का अल्सर, मसूड़े की सूजन, दांत पीसने की बीमारी या दांतों से सम्बंधित अन्य बीमारी का इलाज प्रभावी ढंग से कर सकता है।

दांत का दर्द एक आम समस्या है जिसमें दांतों के आस-पास के मसूड़ों में दर्द उठता है, मसूड़े सूज जाते हैं जो संभवतः दांतों तथा मसूड़ों में संक्रमण फैलने की वजह से होता है।

दांत का दर्द निम्नलिखित कारणों में से किसी भी एक कारण की वजह से हो सकता है-

- दांतों में छेद होने से या दांत सड़ने की वजह से (दंत क्षय)
- दाँत की जड़ में सूजन एवं संक्रमण (पलपीटीस)
- दांत में फोड़े का होना
- दांत के टूटने या उसमें दरार पड़ने की वजह से
- मसूड़ों के रोग की वजह से
- दाँत के जड़ के बाहर दिखने की वजह से
- दांतों के बीच या गम रेखा के नीचे खाद्य पदार्थ फंसने की वजह से
- दांतों की तंत्रिका में जलन (दांत पीसने या जोर से किटकिटाने की वजह से)
- दांतों में चोट लगने के बाद

मरक्युरिअस, केमोमिला, बेलाडोना, कोफिया, सीलीसिया, केलकेरिया फ्लुओरिका, केलकेरिया फोसफोरिका, स्टेफिसेग्रिया, क्रिओजोट, आर्निका, जैसी कई औषधियां दांत दर्द के उपचार के लिए उपयोग की जाती हैं। आपको जो दवाइयां दी जाती हैं वे आपके दर्द के लक्षणों पर आधारित होती हैं।

होम्योपैथिक उपचार दांत की कई समस्याओं, जैसे मुँह अल्सर, मसूड़ों का सूजन, दांत दर्द, दांतों का पीसना, दांतों में फोड़े इत्यादि में बहुत उपयोगी होता है। कई दंत चिकित्सक अक्सर उपचार के रूप में एक्सट्रेकशन के बाद आर्निका तथा फास्फोरस का उपयोग मसूड़ों से बहने वाले खून को बंद करने के लिए करते हैं। जिनके दांत दबाव या सुन्न करने वाली दवाइयों के प्रति संवेदनशील होते हैं उनके प्रभाव को कम करने के लिए कुछ चिकित्सक एकोनाईट का प्रयोग करते हैं। होम्योपैथिक माउथवाशेज (जो हाईपेरिकम , प्रोपोलिस और कैलेंडुला जैसे जड़ी बूटियों के मिश्रण के बने हुए होते हैं) घरेलू उपचार के तौर पर इस्तेमाल किये जाते हैं।

होम्योपैथिक उपचार के दौरान सावधानी

होम्योपैथिक दवाएं दांतों में अचानक उठने वाले तेज दर्द या किसी भी तरह की अन्य समस्या से निजात दिलाने में प्रभावकारी होती है। होम्योपैथिक चिकित्सा में दांतों का अच्छी तरह देखभाल एवं उपचार किया जा सकता है जिससे कि दांत स्वस्थ रहे लेकिन इसका ये मतलब नहीं है कि आप स्वयं दांतों की सफाई इत्यादि पर ध्यान देना छोड़ दें। यदि आप किसी दंत समस्या के लिए होम्योपैथिक दवाओं का उपयोग कर रहे हैं तो आपको सलाह दी जाती है कि किसी अच्छे दंत चिकित्सक से भी इस सम्बन्ध में अवश्य मिलें। एक दंत चिकित्सक आपके दांतों में पारा की फिल्लिंग्स कर सकते हैं या रूट कैनाल उपचार अथवा एक्स-रे करवा कर उपचार कर सकते हैं हालाँकि इन उपचार से कुछ दुष्प्रभाव होने की संभावना रहती है। यदि आप दंत समस्या के लिए स्वयं चिकित्सा कर रहे हैं लेकिन ज्यादा फायदा नहीं हो रहा है तो आप किसी अच्छे होम्योपैथिक चिकित्सक से मिलकर उन्हें पूरी बात बताएं और सही उपचार करवाएं।

गर्मियों में ये फल कूल रखते हैं आपको

मौसम के साथ खानपान की आदतों में भी बदलाव आना चाहिए, और जहां तक बात गर्मियों की करी जाए तो इस मौसम में भूख कम लगती है। नतीजतन शरीर में पोषक तत्वों की कमी होने का अंदेशा हमेशा बना रहता है। इस कमी को फलों के जरिए पूरा किया जा सकता है। पसीना अधिक आने और भूख कम लगने के कारण शरीर में जरूरी पोषक तत्वों की कमी हो जाती है। अगर समस्या को पूरी तवज्जो न दी जाए तो कई तरह के रोग भी हो सकते हैं। इन पोषक तत्वों की कमी को आप मौसमी फलों को अपनी डायट चार्ट में शामिल कर पूरा किया जा सकता है। फलों में पानी, कार्बोहाइड्रेट, फाइबर, विटामिन और पौष्टिक तत्व अधिक मात्रा में पाए जाते है। गर्मियों में मिलने वाले आम, तरबूज, खरबूज, बेल व मौसमी आदि फल प्रतिदिन खाने से बीमारियों के खतरे को कम किया जा सकता है। आइये जानें ऐसे ही कुछ लाभकारी फलों के बारें में जो गर्मी में भी आपको रखें ठंडा-ठंडा कूल कूल।

फलों का राजा आम

आम को फलों का राजा माना जाता है। गर्मी आते ही बाजार में आम की कई किस्में नजर आती हैं। आम स्वादिष्ट तो होते ही हैं साथ ही इसमें कई स्वास्थ्यवर्धक तत्व भी होते हैं। इसमें विटामिन सी, ई, पोटैशियम और आयरन पाया जाता है। यह शरीर को तुरंत ऊर्जा देता है, इसमें पाए जाने वाले तत्व आंखों के लिए फायदेमंद होते है। आम एंटीआक्सीडेंट का अच्छा स्रोत भी है। लेकिन ज्यादा आम खाना नुकसानदेह भी हो सकता है।

शरीर की गर्मी दूर करें बेल

गर्मियों में बेल का शरबत पीने से शरीर की गर्मी दूर होती है और लू लगने से भी आराम मिलता है। बेल शरीर में पानी की कमी को पूरा करता है और यह पेट की तमाम बीमारियों जैसे गैस, कब्ज, जलन, भूख न लगना आदि से आराम दिलाता है। गर्मियां आते ही बेल व बेल का शरबत आसानी से मिल जाते हैं।

विटामिन सी से भरपूर आलूबुखारा

आलूबुखारा बहुत फायदेमंद होता है क्योंकि यह मीठा, जूसी और विटामिन सी से परिपूर्ण होता है। आलूबुखारा खाने से शरीर को आयरन मिलता है, जो शरीर में रक्त, प्रवाह को बेहतर बनाए रखने में मददगार होता है। इसमें एंटी आक्सीडेंट और पौष्टिक तत्व प्रचुर मात्रा में पाए जाते है, जो बीमारी से बचाते है। यह कैलोरी और वसा से भी बिल्कुल मुक्त है। इसे छिलके के साथ खाना चाहिए क्योंकि इसके ज्यादातर पौष्टिक तत्व इसी में होते हैं। यह कैंसर प्रतिरोधी भी होता है।

पानी की कमी दूर करें तरबूज

तरबूज का गर्मियों के दौरान सेवन करना बहुत ही फायदेमंद होता है। इस मौसम में शरीर के अन्दर पानी की कमी हो जाती है और इसमें पानी, कार्बोहाइड्रेट और फाइबर भरपूर मात्रा में होता है। ऐसे में तरबूज शरीर में पानी की कमी को पूरा करता है। तरबूज में विटामिन्स भी पाये जाते है, इसमें कोलेस्ट्राल नहीं होता, यह आखों के लिए भी उपयोगी होता है। गर्मियों में भरपूर तरावट के लिए हर दिन एक प्लेट तरबूज जरूर खाएं, लेकिन तरबूज खाने के साथ पानी न पिएं।

फाइबर से भरपूर पपीता

पपीता खाने से पेट की समस्याएं नहीं होतीं। पोषक तत्वों से भरपूर पपीते में पर्याप्त मात्रा में बीटा कैरोटीन, विटामिन, फाइबर और पौटैशियम पाया जाता है। । पपीते में मौजूद विटामिन ए से आंखों की रोशनी ठीक रहती है। पपीते के सेवन से रक्त साफ रहता है, महिलाओं के लिए यह अच्छा फल है। सुंदर चमचमाती त्वचा के लिए भी इसे जरूर खाएं।

थकान दूर करें खरबूजा

गर्मी के मौसम के लिए खरबूज सबसे अच्छे फलों में से एक माना जाता है। आप खाने के साथ खरबूजे का मजा ले सकते हैं या थोड़ी देर बाद भी खा सकते हैं। लेकिन ध्यान रहे खरबूजे के साथ पानी नहीं पीएं। इसमें विटामिन ए, बी, सी, मैग्नीशियम, सोडियम और पोटेशियम होता है। इसमें मौजूद फॉलिक एसिड गर्भवती महिलाओं और बच्चे को स्वस्थ रखता है। यह थकान कम करता है और अनिद्रा की समस्या में भी लाभदायक है।

गर्मियों में इन सभी फलों का इस्तेमाल करके आप भी इस मौसम में स्वस्थ रह सकते है।

मानसिक स्वास्थ्य पर सोशल मीडिया का प्रभाव

सोशल मीडिया को आम तौर पर उन वेबसाइटों और अनुप्रयोगों के लिए एक सामूहिक शब्द के रूप में परिभाषित किया जाता है जो संचार, बातचीत, सामग्री-साझाकरण और सहयोग पर ध्यान केंद्रित करते हैं। हाल के वर्षों में सोशल मीडिया पर संचार, कनेक्शन और जानकारी साझा करने के तरीके में तेज़ी से वृद्धि हुई है। विभिन्न प्लेटफ़ॉर्म बनाए गए हैं और विभिन्न उद्देश्यों के लिए उपयोग किए जा रहे हैं, जिनमें से मुख्य हैं फ़ेसबुक, ट्विटर और इंस्टाग्राम। इस डिजिटल परिवर्तन ने मानसिक स्वास्थ्य पर इसके संभावित प्रभाव के बारे में भी चिंताएँ पैदा की हैं। सोशल मीडिया और किसी व्यक्ति की भलाई के बीच एक संबंध है। भलाई पर सोशल मीडिया के सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रभाव हैं।

सोशल मीडिया का मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव

1. **सामाजिक सहायता**– सोशल मीडिया दोस्तों, परिवार और दूर-दूर के लोगों से जुड़ने में उपयोगी पाया गया है। मानसिक स्वास्थ्य के मामले में, चिंता और अवसाद जैसी कुछ मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से गुज़र रहे लोगों को अक्सर सही पेशेवरों से जुड़ना उपयोगी लगता है जो उनकी मदद कर सकते हैं या वर्चुअल रूप से समान अनुभव वाले लोगों से जुड़ सकते हैं। शोध बताते हैं कि ऑनलाइन सामाजिक संपर्क बनाए रखने से समग्र मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है।

2. **जागरूकता और शिक्षा**– सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म अक्सर मानसिक स्वास्थ्य के बारे में बहुमूल्य जानकारी प्रदान करते हैं। इन प्लेटफॉर्म का इस्तेमाल विभिन्न स्तरों पर जागरूकता फैलाने और मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों से जुड़े कलंक के खिलाफ लड़ने के लिए किया जाता है।

3. **अभिव्यक्ति और रचनात्मकता**– व्यक्तिगत अनुभव, रचनात्मकता और काम को साझा करना अक्सर सशक्त बनाता है और आत्म-सम्मान को बढ़ाने में मदद करता है। इसलिए इसका मानसिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। अध्ययनों से पता चला है कि रचनात्मक गतिविधियों में शामिल होने से तनाव कम हो सकता है और मूड में सुधार हो सकता है।

सोशल मीडिया के प्रभाव को मॉडरेट करने वाले मुख्य कारक

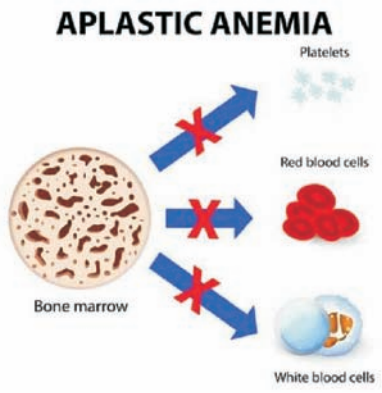
सोशल मीडिया और मानसिक स्वास्थ्य के बीच संबंध को कई कारक प्रभावित करते हैं-

1. **आयु और भेद्यता**– किशोरों और युवा वयस्कों को सोशल मीडिया के नकारात्मक प्रभावों के प्रति अधिक संवेदनशील माना जाता है क्योंकि वे अभी भी अपनी आत्म-पहचान विकसित कर रहे हैं। वे अन्य आबादी की तुलना में साइबर बदमाशी, सामाजिक तुलना और अलगाव का अनुभव करने के लिए अधिक प्रवण हैं।

2. **व्यक्तिगत लचीलापन**– हर व्यक्ति किसी भी तनाव से निपटने के तरीके में अलग-अलग होता है। किसी व्यक्ति का लचीलापन और व्यक्तिगत रवैया सोशल मीडिया के तनावों से निपटने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। मज़बूत सामाजिक समर्थन, आत्म-सम्मान और प्रभावी मुकाबला कौशल लचीलापन बढ़ाने के कुछ कारक हैं।

मानसिक स्वास्थ्य पर सोशल मीडिया का प्रभाव जटिल और एक उभरता हुआ मुद्दा है। किसी व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य पर सोशल मीडिया के प्रभाव से जुड़े कई सकारात्मक और नकारात्मक पहलू हैं। संभावित नकारात्मक प्रभावों को पहचानना, उन्हें कम करना सीखना और ज़रूरत पड़ने पर मानसिक स्वास्थ्य पेशेवर से मदद लेना ज़रूरी है।

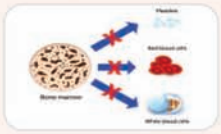
एनीमिया (रक्ताल्पता) पर चर्चा देश की माननीय राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मू जी के साथ



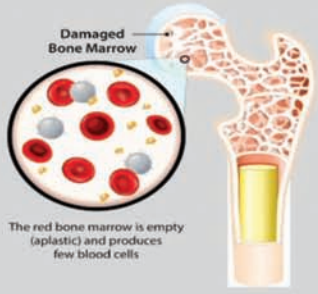
भारत सरकार के आयुष मंत्री श्री प्रतापराव जाधव जी को 2026 में इंदौर में एनीमिया जागरूकता अभियान की विस्तृत जानकारी देते हुए डॉ एके द्विवेदी

RNI No. MPHIN/2011/40959 प्रत्येक माह की 6 तारीख को प्रकाशित होकर 10 तारीख को डाक प्रेषण की जाती है। डाक पंजीयन क्रमांक MP/IDC/1395/2024-2026

अप्लास्टिक एनीमिया पर बड़ी जीत



मैं जफ़र शेख, बुलढाणा (महाराष्ट्र) का निवासी, जनवरी 2020 में अप्लास्टिक एनीमिया की गंभीर अवस्था में एडवांस होम्यो-हेल्थ सेन्टर, होम्योपैथी इलाज कराने पहुँचा था। उस समय मेरा प्लेटलेट काउंट केवल 3,000-5,000 और हीमोग्लोबिन 4-5gm% था। डॉ. ए.के. द्विवेदी के एडवांस्ड होम्योपैथिक उपचार से जनवरी 2020 से 2022 तक निरंतर इलाज लेने के बाद मैं पूरी तरह स्वस्थ हो गया। आज, दवा बंद हुए 3 वर्ष से अधिक हो चुके हैं, इसके बावजूद हीमोग्लोबिन 14-15gm% और प्लेटलेट्स काउंट 1.5 लाख पूरी तरह सामान्य और स्थिर बना हुआ है, वह भी बिना किसी दवा के।



मेरी कहानी आपका हौसला हार कभी मत मानिए

छोटी परेशानियों से हार मत मानिए मैं, रिज़िया खातून पश्चिम बंगाल की निवासी हूँ। मुझे अप्लास्टिक एनीमिया की गंभीर बीमारी हो गई थी। डॉ द्विवेदी जी के होम्योपैथी इलाज से नई ज़िंदगी पाकर मैंने न केवल गंभीर बीमारी को हराया, बल्कि शिक्षक परीक्षा में 60 में से 57 अंक लाकर अपना सपना भी पूरा किया। छोटी मुश्किलें जिन्दगी के सफर को कभी नहीं रोकतीं, सही दिशा और निरंतर प्रयास ही लक्ष्य तक पहुँचाते हैं। होम्योपैथी के अमूल्य सहयोग के लिए धन्यवाद। डॉ. द्विवेदी जी की होम्योपैथिक चिकित्सा ने मुझे ताक़त और हिम्मत दोनों लौटाए।

एडवांस्ड होम्यो-हेल्थ सेंटर एवं होम्योपैथिक मेडिकल रिसर्च प्रा.लि. इन्दौर

8/9, मयंक अपार्टमेंट, मनोरमागंज, गीता भवन मंदिर रोड, इन्दौर (म.प्र.)

Mob. 99931-90140, 98935-19287 Clinic 07314064471

Watch us on YouTube

हमारी अन्य कहीं कोई शाखा नहीं है
रविवार अवकाश
dr ak dwivedi homeopathy

Call for Homeopathy Treatment
98260 42287
E-mail : drakdindore@gmail.com

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक डॉ. अश्विनी कुमार द्विवेदी* द्वारा 22-ए, सेक्टर-बी, बख्तावरराम नगर, इन्दौर मो.: 9826042287 से प्रकाशित एवं कविता ऑफसेट प्रिंटर्स, प्लॉट नं. 7, बेसमेंट नं.-6, क्वालिटी परिकमा, प्रेस काम्प्लेक्स, जोन-1, एमपी नगर, भोपाल से मुद्रित। प्रकाशित रचनाओ से संपादक का सहमत होना आवश्यक नहीं है। किसी भी विवाद का न्याय क्षेत्र इन्दौर रहेगा। *समाचार चयन के लिए पीआरबी एक्ट के तहत जिम्मेदार।