අරිෂ්ට බිව්වම සිරෝසිස් හැදෙනවාද?

විදේශ රටවල ජීවත් ජනතාව ශ්‍රී ලාංකිකයන් පමණක් නොව ආයුර්වේදය හා අනුගත වී ජීවත් වන ලංකාවේ වෙසෙන බොහොමයකගේද ඇති ප්‍රධානම ගැටලුවකි මෙය. අතුරු විපාක අවම කරගෙන ශල්‍යකර්ම වලින් මිදී ආයුර්වේද ප්‍රතිකාර මගින් රෝග නිට්ටාවට සුව කර ගැනීමට බොහොමයක් දෙනා කැමති වුවද ඒ ගැන දෙ-වරක් සිතා බලන්නේ අරිෂ්ට මගින් තමන්ගේ අක්මාව රෝගී වේ යයි ඇති අනියත බිය නිසාමය.

ඇත්තෙන්ම සිරෝසිස් යනු භයානක රෝගී තත්වයකි. අක්මාව රෝගී වීමේ අවසාන අවස්ථාව මේ සිරෝසිස් (Cirrhosi) තත්වයයි. මෙහිදී අක්මා සෛල තව දුරටත් ක්‍රියාකාරී විය නොහැකි තරමටම අකර්මණ්‍ය වන නිසා අක්මාවෙන් කෙරෙන කාර්යයන් සියල්ල නිසියාකාරව සිදු නොවේ . අවසානයේ රෝගියාගේ මරණය පවා සිදුවිය හැකිය.

සිරෝසිස් රෝගයට ප්‍රධානම හේතු ලෙස දිගු කාලයක් තිස්සේ මද්‍යසාර භාවිතය , අක්මා

කොයි කාගේත් අවධානය යොමු විය යුත්තේ වර්තමාන ජීවන රටාව අනුව අපි නොදැනුවත්වම අපේ අක්මාව රෝගී වීමට ඇති ඉඩ කඩ පිලිබඳවය

ප්‍රදාහය (Hepatitis), අක්මාවේ මේදය තැන්පත් වීම (non Alcoholic fatty liver disease) ආදිය හේතු විය හැකිය. (දියවැඩියාව , අදික ස්ථුල තාව, රුධිර ගත මේදය, අධික රුධිර පීඩනය ආදී හේතු නිසා පහසුවෙන්ම non Alcoholic fatty liver disease ඇති විය හැකිය.) මෙයට අමතරව සුළු වශයෙන් පිත්තාශ ගත රෝග, පිත්තාශයේ ගල් හට ගැනීම, සමහර ඖෂධ වර්ග භාවිතය , ශරීරගත වන සමහර විෂ වර්ග ආදිය නිසාද සිරෝසිස් ඇතිවිය හැකිය.

මී ලඟට අපි අරිෂ්ට ගැන සොයා බලමු. අරිෂ්ට යනු අවරුදු 3000ට පමණ ඈත අතීතයේ සිටම ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමය තුළ නැතිවම බැරි වූ ප්‍රධානම ඖෂධ කාණ්ඩයකි. සකස්කරන ක්‍රමය අනුව අරිෂ්ට හා ආසව යනුවෙන් වර්ග දෙකක් වුවද සාමාන්‍ය ජනතාව මේ දෙකම එකක් ලෙස පොදුවේ අරිෂ්ට යනුවෙන් හඳුන්වති. ඇත්තෙන්ම අරිෂ්ට ප්‍රබල ඖෂධ වර්ගයකි. නියම ප්‍රමිතියට අරිෂ්ට සෑදීමේදී අතුරු ඵලයක් වශයෙන් ඉතා සුළු වශයෙන් ඇල්කොහොල් නිපදවේ. මේ නිසාම කිසියම් ප්‍රතිකාරයක් ලෙස අරිෂ්ට පානය කල විට වහ වහා රුධිර ගත වී ක්ෂණිකවම අදාල සුවය ලබාදේ.මේ හේතුව නිසා අරිෂ්ට වර්ග වලට ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාව තුළ ප්‍රබල ස්ථානයක් හිමි වී ඇත. රෝග සුවය සඳහා කරන අභ්‍යන්තර ප්‍රතිකාර පද්ධතියෙහි ප්‍රධාන අංගයක් වී ඇත.

නමුත් මෙය කිසියම් කෙනෙක්ගේ අක්මාව අඩපණ කිරීමට තරම් ප්‍රබල වන්නේ නැත. එසේ වුවද කිසියම් කෙනෙක් දැනටමත් රෝගී වූ අක්මාවෙන් යුක්ත නම්, එසේම අක්මාව ලෙඩ වීම සඳහා ඉහතින් දක්වන ලද හේතු වලින් යුක්ත නම් ,එම කෙනා විසින් අරිෂ්ට භාවිත කිරීමෙන් එය තව දුරටත් රෝගී වීමට උදව්වක් වේ. මේ නිසා දක්ෂ වෛද්‍යවරයා කිසියම් කෙනෙකුට රෝගයක් සඳහා ප්‍රතිකාර පද්ධතියෙහි අරිෂ්ට යෙදීමට ප්‍රථම තව දුරටත් එම රෝගීයගේ වෙනත් රෝග හා රෝගී ඉතිහාසය කෙරෙහිද සැලකිලිමත් වීම විශේෂයෙන්ම කළ යුතුය. තවද වෛද්‍යවරයා රෝගයකට නිර්දේශ කරන්නේ අරිෂ්ට පමණක්ම නොවේ. ඒ හා සමගාමීව යන වෙනත් ඖෂධ වර්ගයන්ද අන්‍යොන්‍යන්තර ප්‍රතිකාර පද්ධතියෙහි අඩංගු වේ. එසේම එකම ඖෂධය දිගු කාලයක් මුළුල්ලේම භාවිතා නොකර රෝගයෙහි විවිධ අවස්ථානුකූලව ඖෂධ වෙනස් කිරීම කරයි.

මේ පිළිබඳව පැහැදිලිව කිව යුතු කරුණක් නම් කිසියම් රෝගයක් සඳහා වෛද්‍ය උපදෙස් වලට අනුකූලව පමණක්, කිසියම් නිශ්චිත කාලයක් තුලදී පමණක් නියමිත මාත්‍රාවෙන් අරිෂ්ට පානය කිරීමෙන් අක්මාවට හානි වන්නේ නැත යන්නය. එනමුත් කිසියම් කෙනෙක් හිතුමතයේ නියමිත මාත්‍රාවකින් තොරව දිගු කලක් අරිෂ්ට භාවිත කලොත් එය සුළු වශයෙන් මත්පැන් පානය කලා හා සමානවම සිරුරට හානිකර වේ. එසේම ප්‍රමිතියෙන් තොර ඖෂධ භාවිතයෙන්ද, නිසි දැනුමක් නොමැති වෛද්‍ය නිර්දේශයන් නිසාද මෙය සිදු විය හැකි බව කණගාටුවෙන් වුවද සඳහන් කල යුතුය. මේ සැමටම වඩා දුක්ඛිත කරුණ වෙන කිසියම් රෝගයක් නිසා හෝ දිගු කලක් ඇල්කොහොල් භාවිතය නිසා අක්මාව රෝගී වූ විට ඒ සැමෙකක්ම අරිෂ්ට මත පැටවීමයි.

ඉහත දැක් වූ කරුණු සියල්ලටම වඩා කොයි කාගේත් අවධානය යොමු විය යුත්තේ වර්තමාන ජීවන රටාව අනුව අපි නොදැනුවත්වම අපේ අක්මාව රෝගී වීමට ඇති ඉඩ කඩ පිලිබඳවය. අද බොහොමයක් දෙනා කාර්ය බහුල කම නිසාමත් , ශරීරය කෙට්ටු කර ගැනීමේ අභිලාශය නිසාත් කෑම වේල් මග ඇරීමට පුරුදු වීම විලාසිතාවක් බවට පත් කරගෙන ඇත. කෑම වේල් මග ඇරීම gastritis වැනි වෙනත් රෝගයන්ට මෙන්ම විශේෂයෙන්ම පිත්තාශ ගත රෝග, පිත්තාශ ගල් ඇති වීම, අක්මාවෙහි මේදය තැන්පත් වීම වැනි රෝග වලට හේතු වේ. මේවයේ අවසාන ප්‍රතිඵලය අක්මාව රෝගී වීමයි. එසේම ආහාර වලින් අවශ්‍යි පෝෂණය ලබනවාට වඩා කෘතිම රසායන සංයෝග වලින් බහුල වූ විටමින් වර්ග හා විවිධ පාන වර්ග වලින් කුස පුරවා ගැනීම අද විලාසිතාවක් වී ඇත. මේවයේ අවසාන ප්‍ර තිඵලය ද එම රසායන වර්ග තැන්පත් වීමෙන් හා අනවශ්‍ය විෂ රසායන උදාසීන කරන්නට අධික වශයෙන් ක්‍රියාකාරී වීමෙන් අක්මාව හා වකුගඩු විනාශයට පත් වීමයි. මේ නිසා අරිෂ්ට වලින් සිරෝසිස් හැදෙනවා යනුවෙන් අභියෝග කිරීමට පෙර තම තමන් තම ශරීර ඉන්ද්‍රියයන් නිරෝගී ව පවත්වා ගෙන යා හැකි පරිදි වත් තමන්ගේ ආහාර පිලිවෙත් ගැන සොයා බලනවා ද යන්න සලකා බැලීම වටී .

ශ්‍රී ලංකා රජයේ හිටපු ආයුර්වේද වෛද්‍ය නිලධාරිණී
උදේනි ලියනආරච්චි
(ඕස්ට්‍රේලියාවේ ලියාපදිංචි ආයුර්වේද වෛද්‍ය, පංච කර්ම විශේෂඥ සහ මනෝ උපදේශක)
B.A.M.S. [Hons]) Uni' of Colombo" Sri Lanka
(Panchakarma Special) Rajiv Gandhi University" Bangalore. India Dip' Psychology & Counselling, Uni' of Sri J~Pura" Sri Lanka

සඳකඩ පහන

ප්‍රවීණ ගායන ශිල්පි සුනිල් එදිරිසිංහ ගේ සඳකඩ පහන ප්‍රසංගය ඩිරෙක්ට් ප්‍රොඩක්ෂන්ස් අනුග්‍රහයෙන් පසුගියදා මෙල්බන් හිදී සාර්ථක ලෙස වේදිකාගත වුණි මේ එහි අවස්ථා කීපයක් කැමරා ඇසට අසුවූ සැටියි

ඇබෑර්තු

රියැදුරන් අවශ්‍යයි

Victoria Hire Cab Driver

UBER X Commercial Car Driver

විමසීම්

0422 671 826