थाइरॉइड रोग को नजर अंदाज न करे

फायटोथैरेपी (मॉडर्न हर्ब) में रोग का जड़ से इलाज संभव है

आज के आधुनिक दौर में थायरॉइड की समस्या आम होती जा रही है। खानपान में गड़बड़ी, व्यायाम व शारीरिक गतिविधियों का अभाव, पानी में क्लोरीन की अधिक मात्रा व फास्ट फूड, मेडीसिन का अत्यधिक प्रयोग व साइड इफेक्ट से थाइरॉइड रोग हो सकता है।

फास्ट फूड में एंटी ऑक्सीडेंट्स तत्वों की कमी और नमक की अधिकता थाइरॉइड हार्मोन के निर्माण को प्रभावित करती है।

थाइरॉइड को साइलेंट किलर माना जाता हैं।

पहले हम यह जाने की थाइरॉइड क्या है?

थाइरॉइड शरीर की प्रमुख (एंडोक्राइन) ग्रंथि जो गले में स्वर तंत्र के ठीक नीचे व सांस नली के दोनों तरफ तितली के पंख के समान फैली है। इससे निकलने वाले हार्मोन्स जब हमारे खून में कम या अधिक मात्रा में पहुँचते है तो शरीर में कई प्रकार की समस्याएँ होने लगती हैं।

थाइरॉइड दो प्रकार का होता है-

1. हाइपोथाइराइडिज्म़।
2. हाइपरथाइराइडिज्म़।

1. हाइपोथाइराइडिज्म़

हाइपो थाइरॉइड में थाइराइड ग्रंथि के सक्रिय नही होने से शरीर में आवश्यकतानुसार टी3, टी4 व टी.एस.एच. हार्मोन्स नहीं बन पाता। हाइपोथाइरॉडिज्म़ शरीर में रासायनिक प्रतिक्रियाओं का संतुलन बिगाड़ देता है।

हाइपोथाइरॉडिज्म़ के लक्षण

- वजन का बढ़ना, सुस्ती आना
- बालों का झड़ना
- माहवारी में ब्लीडिंग अधिक होना
- पैरों में सूजन व ऐंठन
- हाथों का काँपना
- प्रजनन- स्त्री अण्डाणु (बांझपन) व गर्भधारण तथा पुरुष शुक्राणु नपुंसकता व क्षमता प्रभावित होना
- शरीर को रोग-प्रतिरोधक क्षमता का कमजोर होना
- स्मरण शक्ति ह्रास व पाचन तंत्र खराब होना
- बेहोशी आना
- नींद आना, कब्ज होना
- हृदय गति धीमी होना

एक सर्वे के अनुसार 10 से 15% लोग वर्तमान में हाइपोथाइरॉइडिज्म़ की बीमारी से ग्रसित हैं, जिसका इलाज संभव है।

2. हाइपरथाइरॉइडिज्म़

हाइपरथाइरॉइडिज्म़ में थाइरॉइड ग्रंथि ज्यादा सक्रिय हो जाती है और टी3 टी4, टी.एस.एच. हार्मोन्स अधिक मात्रा में निकलकर रक्त में मिल जाते हैं।

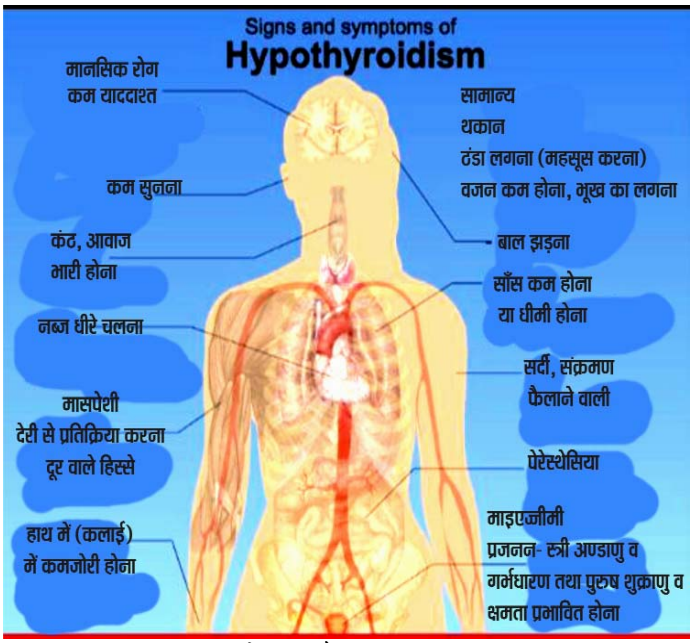
हाइपरथाइरॉइडिज्म़ के लक्षण

- वजन का कम होना
- पसीना आना, घबराहट
- ठंड लगना
- थाइरॉइड कैंसर होना
- बालों का झड़ना
- आँखे बाहर आना, जिसे थाइरॉइड एसोसिएट आई डिसीज़ कहते हैं
- अधिक भूख लगना।

थाइरॉइड के जोखिम

थाइरॉइड की आशंका महिलाओं में ज्यादा-

पुरुषों की तुलना में हायपोथाइरॉइडिज्म़ की आशंका महिलाओं में ज्यादा पाई जाती है। यह ऑटो इम्यून डिसॉर्डर है। इम्यूनिटी सिस्टम शरीर के हर अंग को पहचानने के कारण उसे बीमारियों से बचाता है, लेकिन जब वह शरीर के अंग को पहचान नही पाता तो एंटीबाडी बनाकर शरीर के अंग के खिलाफ ही लड़ने लगता है, इसे ऑटो इम्यून डिसॉर्डर कहते हैं। महिलाओं में थाइरॉइड की समस्या 20 से 40 साल की उम्र में ज्यादा होती है या फिर गर्भधारण के तुरंत बाद भी थाइरॉइड हो सकता है। पीरियड्स लेट



आना, कद न बढ़ना थाइरॉइड हो सकता है।

हाइपरथायरॉइडिज्म में पीरियड्स बंद हो जाता है। जबकि हाइपोथाइरॉइड महिलाओं में ब्लीडिंग बहुत ज्यादा, कई बार 8 से 10 दिन तक होने लगती है। लड़कों में दाढ़ी-मूँछ लेट आना, थकान, पैरों में सूजन, इन्फर्टीलिटी, बच्चों में लंबाई न बढ़ना, वृद्धावस्था में कब्ज की शिकायत और थाइरॉइड ग्रंथि का बढ़ना भी थाइराइड की बीमारी के प्रमुख लक्षण है। पुरुषों में यह बीमारी 30 से 50 साल की उम्र में ज्यादा होती है।

गर्भावस्था में थाइरॉइड

गर्भावस्था के तीसरे महीने के बाद से आवश्यक थाइरॉइड ग्रंथि को थाइरॉइड हार्मोन्स बनाने के लिए आयोडीन की आवश्यकता होती है-

-जो माँ से बच्चे को मिलती है यह हार्मोन्स गर्भावस्था के समय एवं जन्म के तीन वर्ष तक बच्चे के मस्तिष्क के विकास के लिए जरूरी है, जिसकी कमी से बच्चे का आईक्यू लेवल कमजोर होता है। जन्म के तुरंत बाद से ही थाइरॉइड ग्रंथि लगातार काम करती है, इसके असंतुलन से शरीर की भीतरी कार्य प्रणाली अवरुद्ध हो जाती है। थाइरॉइड हार्मोन्स की कमी होने से नाक चपटी एवं शारीरिक विकास कम होता है। गर्भपात का खतरा व कम वजन के बच्चे होना भी थाइरॉइड रोग के कारण है।

''**आयोडीन नमक का सही तरीके से प्रयोग करने से आयोडीन रहेगा बरकरार।**''

1. नमक को खाना पकाते समय डालने की जगह, यदि पकने के बाद डाला जाय तो आयोडीन की मात्रा बरकरार रहती है, खाना पकाते समय आयोडीन नमक डालने से आयोडीन नष्ट हो जाता है।

2. नमक में आयोडीन बना रहे, इसलिए हमेशा नमक को एक एयर टाईट कंटेनर में रखें।

3. नमक के पेकेट का उपयोग उसकी एक्सपायरी डेट (समाप्ति की तिथि) के बाद प्रयोग नही करना चाहिए। उसमें आयोडीन कम हो जाता है।

थाइरॉइड का पूर्ण उपचार संभव है

उनके लिए नहीं जो एक गोली जीवनभर खाना आसान इलाज मानते हैं?

क्या थाइरॉइड रोग ठीक हो सकता है कुछ दिनों के उपचार से? जी हाँ।

डॉ. एस.एल. जैन के अनुसार बीसीयों वर्षों से थाइरॉइड की दवा खा रहे मरीज जो ये मान चुके थे कि थाइरॉइड रोग ठीक नहीं हो सकता, वे फायटोथैरेपी (माडर्न हर्ब) के द्वारा कुछ ही दिनों में ठीक व स्वस्थ होकर सामान्य जीवन जी रहे हैं।

डॉ एस एल जैन,
एम.डी. (ई.एच.)
एण्डोक्राइनोलॉजिस्ट 'हॉर्मोन'
9926073031-info@healthily.in

संपर्क

हेल्थिली फायटोथैरेपी क्लीनिक, अलखधाम नगर, साँवेर रोड, उज्जैन (म.प्र.) पि. 456010 (मिलने का समय शाम 6 से 9 बजे) हेल्पलाईन न. 9522285222,
www.healthily.in

रेबीज़ का अंतिम समय में भी इलाज (फ्री) निःशुल्क

किसी भी मनुष्य या पशु को कुत्ते द्वारा काट लेने पर होने वाली रेबीज़ (Rabies) का अंतिम समय (Last stage) में भी इलाज सम्भव है। कुत्ते के काटने पर एंटी रेबीज डोज लगवाने में देरी तथा लापरवाही एवं डॉक्टर द्वारा एंटी रेबीज देने में देरी होने पर, संक्रमण की रोकथाम न कर पाने के कारण रेबीज एक जानलेवा रोग हो सकता है।

सलाह व उपचार के लिए संपर्क करें- डॉ. एस. एल. जैन 99260-73031, हेल्थिली फायटोथैरेपी क्लीनिक, अलखधाम नगर, साँवेर रोड, उज्जैन (म.प्र.) पि. 456010 (मिलने का समय शाम 6 से 9 बजे) हेल्पलाईन न. 9522285222, www.healthily.in