

امراض وعلاج

حکیم محمد عمران مغل *

شوگر کا بڑھتا ہوا مرض اور اس کے اسباب

تقریباً تمام انسانی امراض کا تعلق کام و دہن سے ہے، لیکن شوگر کے مرض کا تعلق خاص طور پر خورد و نوش کی عادات اور معدہ سے ہے، اس کے علاوہ کسی جسمانی عضو سے نہیں۔ کوئی چیز معدہ میں پھنس گئی اور آپ نے ازالہ کے لیے پھکی، چورن یا باضمے کی گولی کھالی۔ معدہ کی کیفیت کا ازالہ ہو گیا۔ پھر کبھی یہی تکلیف محسوس ہوئی تو آپ نے پھر یہی کام کیا۔ اسی طرح آپ کو ہاضمہ کی خرابی دور کرنے کے لیے بار بار کوئی چیز استعمال کرنا پڑی تو سمجھ لیں کہ رفتہ رفتہ شوگر کا مرض آپ کے جسم میں جگہ بنا رہا ہے، کیونکہ جو کچھ آپ نے کھایا یا پیا ہے، وہ انسانی صحت کے اصول کے مطابق از خود ہضم ہونا چاہیے۔ اس ہاضمے کے لیے آپ بار بار متبادل ادویہ کھائیں گے تو معدہ اس کا عادی ہو کر اپنا اصل عمل چھوڑ دے گا۔ یاد رکھیں، یہی شوگر کے مرض کی ابتدا ہے۔ جو کام معدے کے ذمے تھا، وہ آپ نے ہاضمہ کی ادویہ سے لینا شروع کر دیا۔ ایک نکتہ یہ بھی بتایا گیا ہے کہ انسانی گردہ ایک دن برف کی طرح ٹھنڈا ہو جاتا ہے۔ جس دن یہ ٹھنڈک آپ کے گردے میں برابر آگئی تو اللہ کی ذات کے سوار کوئی طاقت آپ کو شوگر کے مرض سے نہیں بچا سکتی۔ کوا کولایا دیگر بند بوتلوں کا پانی بھی کچھ عرصے کے بعد آپ کو خون کے آنسو رلائے گا۔ ہم نے ایسے مریض بھی دیکھے ہیں جو کھانے کے ایک آدھ گھنٹے کے بعد پاخانہ کرا کرتے تھے۔ پوچھنے پر بتایا کہ یہ اس تیزابی پانی کا نتیجہ ہے جو ہم بوتلوں میں پیتے تھے۔ تمام مشروبات، میدہ کے بنی ہوئی مصنوعات، کپکپائے کھانے، ہر قسم کے جام، اچار، مرے، چٹنیاں، ان میں ایسے کیمیکل ملائے جاتے ہیں جن سے انتزیوں کا استراتر جاتا ہے۔ پھر یہ کیفیت پیدا ہو جاتی ہے کہ کھانے کے بعد فوراً بیت الخلا جانا پڑتا ہے۔ اور نگ زیب عالمگیر اپنے مطبخ میں میدہ رکھنا گوارا نہ کرتے تھے۔

تانبہ کے برتن میں قلعی کروا کر استعمال کریں، یہ کئی ادویہ کا ملغوبہ ہے۔ مٹی کے برتنوں سے بھی شوگر کا مرض تیزی سے پھیل رہا ہے۔ کھانے کے بعد ایک چنگلی کالی زیری پانی کے ساتھ کھالیں، معدہ واش ہو جائے گا۔ ان شاء اللہ

*فاضل عربی، مستند درجہ اول طبیہ کالج لاہور۔ 4058503-0333

ماہنامہ الشریعہ (۵۶) مئی ۲۰۱۲