

ہماری خوراک اور دن بدن بڑھتے امراض

مشرقی تہذیب و تمدن میں جو امراض آج کل دیکھنے سننے میں آرہے ہیں، طبی کتب میں ان کا تفصیل سے ذکر ہے، مگر عوامی سطح پر اکثر لوگ ان سے واقف نہیں تھے۔ اس کی ایک بڑی وجہ صحت اور اخلاق کی بلندی تھی، مگر اب مشرقی معاشرے بھی پستی اور زوال کا شکار ہو چکے ہیں۔ آج ہر مشرقی انگوٹھی پر مغربی نگینہ دور سے دیکھا جاسکتا ہے۔ ہماری بود و باش، خورد و نوش سب مغربی تہذیب و تمدن کے رنگ میں رنگی جا چکی ہے۔ صبح اٹھتے ہی آب حیات یعنی چائے نہ ملے تو ہمارے ہوش و حواس بحال نہیں ہو پاتے۔ میں نے وہ حضرات بھی دیکھے ہیں جنہیں چائے کی خوشبو سونگھتے ہی تے ہونی لگتی تھی۔ وہ کہتے تھے کہ ہمیں رات کی باسی لسی اور باسی دہی نہ ملے تو دن بھر کام کاج کے قابل نہیں ہوتے۔ پھر انہی حضرات کا کہنا ہے کہ ہمارے سامنے نئی نسل باریک آٹے اور میدے سے بنی ایشیا کھا کر طرح طرح کے امراض کا شکار ہوتی جا رہی ہے اور ہم بے بس ہیں۔ باریک آٹے نے ہی شوگر کا پہاڑ کھڑا کر دیا ہے اور چھوٹا بڑا ہر کوئی شوگر کی بیماری میں جکڑا جا رہا ہے۔ امریکن شوگر سنٹر کے صدر اور امراض بچکان کے ماہر پروفیسر ڈاکٹر فرانس نے کہا ہے کہ پیزا، سینڈویچ یا میدہ کی بنی ایشیا کے شوقین بچے میرے علاج سے تندرست نہ ہوں تو تحقیق سے پتہ چلا کہ یہ سب باریک آٹے کی کارستانی ہے جس کی وجہ سے چھوٹے بچے بھی درجہ دوم کی شوگر کے مرض میں مبتلا ہو رہے ہیں۔

موٹاپے کا عذاب بھی شروع ہو چکا ہے۔ بند بوتلوں کے پانی، بند ڈبوں کی خوراک پر کافی تحقیق ہو چکی ہے۔ بزرگ اطباء نے صدیوں پہلے بتا دیا تھا کہ یہ زہر ہے۔ اس سے دل، دماغ، گردہ اور جگر تباہ ہو جائیں گے۔ آج جو لنگڑے لوگ، اپانچ اور پولیوزہ بچے پیدا ہو رہے ہیں، اس کی یہی وجہ ہے۔ بچوں کی پیدائش کے کیس بھی خراب ہو رہے ہیں۔ ماؤں میں بچے جنم دینے کی طاقت ختم ہوتی جا رہی ہے۔ ہمارے ملک کی مایہ ناز ڈاکٹر خالدہ عثمانی بھی بار بار کہہ چکی ہیں کہ میدے کی ایشیا سے بچیں اور مشرقی کھانوں کو رواج دیں۔

*فاضل عربی، مستند درجہ اول طبیہ کالج لاہور۔ 4058503-333

ماہنامہ الشریعہ (۵۶) فروری ۲۰۱۳