

भारत में स्वास्थ्य के क्षेत्र में वैकल्पिक चिकित्सा प्रणालियाँ

वीर कुमार राय,

शोधार्थी

राजनीति विज्ञान विभाग,

बाबासाहेब भीमराव अम्बेडकर विश्वविद्यालय, (केन्द्रीय विश्वविद्यालय) लखनऊ
ई-मेल – veerkumarrai2@gmail.com

भारत में स्वास्थ्य के क्षेत्र में आज वैकल्पिक चिकित्सा प्रणाली का विशेष महत्व में वृद्धि हुयी है। इस प्रणाली के माध्यम से ही समाज के स्वास्थ्य के क्षेत्र में समावेशी विकास हेतु सभी लोगो को स्वास्थ्य सुविधा उपलब्ध कराने में सरकार द्वारा प्रयास किया जा रहा है। इसमें राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के उपघटकों राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन एवं राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन का एक महत्वपूर्ण अंग, वैकल्पिक चिकित्सा प्रणाली के रूप में आयुष प्रणालियाँ हो गयी है, जो तत्कालिक चिकित्सा के रूप में भी कहा जा सकता है। आज जिन्हे हम वैकल्पिक चिकित्सा प्रणाली कह रहे है। वास्तव में वे एक समय में मुख्य चिकित्सा प्रणालियाँ रही है।

वैकल्पिक चिकित्सा प्रणालियाँ

वैकल्पिक चिकित्सा प्रणालियो में आयुर्वेद, यूनानी, सिद्ध, योग, प्राकृतिक चिकित्सा, सेवा-रिंग-पा, आदि शामिल है। इसके अलावा छोटी छोटी कई और भी प्रणालियाँ भी है, जिनमें पंचगव्य चिकित्सा, एक्यूप्रेशसर, एक्यूपंचन आदि है। इन प्रणालियों की सबसे बडी विशेषता यह है कि इन्हे सीधे सीधे मनुष्यो पर प्रयोग किया जा सकता है। और इनका कोई दुष्प्रभाव भी नही है। वास्तव में यूनानी और आयुर्वेद की औषधियाँ तो ऐसी है कि उन्हे रोगी के अतिरिक्त स्वस्थ व्यक्ति भी

ले सकता है। इस प्रकार यह स्वस्थ व्यक्ति के लिए पूरक आहार का काम करती है। आयुर्वेद हो यूनानी या होमियोपैथिक, इनकी दवाएं मूलतः पौधो और उनके पंचागो से बनी होती है। ये अकार्बनिक रसायन से मुक्त होती है उदाहरणतया अश्वगंधा है, उसे कोई स्वस्थ व्यक्ति भी खाये, तो ताकत बढेगी, यूनानी की साफी है जिसे स्वस्थ व्यक्ति द्वारा लेने पर रक्त की शुद्धता बढेगी और रोग प्रतिरोधक क्षमता बढेगी।

योग तो है ही स्वास्थ्य व्यक्ति के करने के लिए, योग से व्यक्ति स्वस्थ रहता है तथा व्यक्ति बीमार कम पड़ता है और लम्बी व स्वस्थ आयु जीता है। प्राकृतिक चिकित्सा, अवश्य केवल चिकित्सा से सम्बन्धित है, लेकिन हम दैनिक जीवन में स्वस्थ होते हुए भी उनका उपयोग कर सकते है, जैसे कि मुल्तानी मिटटी का उबटन लगाना, सभी के लिए लाभकारी है। वाष्प और कटिस्नान से स्वस्थ व्यक्ति भी अपनी ऊर्जा को बढ़ा सकता है।

आयुर्वेद एवं होमियोपैथिक न केवल गर्भावस्था के दौरान माता और गर्भ के स्वास्थ्य पर ध्यान रखते हैं, बल्कि प्रसव को भी सरल कर देते है जिससे सिजेरियन की सम्भावना न्यूनतम हो जाती है। सिजेरियन की सम्भावना घटे, तो बच्चा के स्वास्थ्य होने की सम्भावना बढती है। जामनगर आयुर्वेद विश्वविद्यालय के प्रोफेसर डा0 उमंग पड्डा ने अपनी पुस्तक

“श्रेष्ठ एवं स्वास्थ्य संतान एक वैज्ञानिक विश्लेषण” पुस्तक में आयुर्वेद के महत्व पर प्रकाश डाले हैं।

विभिन्न आयुष प्रणालियों के प्रकार

आयुर्वेद : आयुर्वेद स्वास्थ्य एक प्रचीनतम प्रणाली है। यह 5000 वर्ष पहले वेदों के दस्तावेजों से उत्पन्न हुआ है तथा वर्तमान में यह भारत और भारतीय महाद्वीप के अनेक देशों में प्रचलित एवं स्थापित है। यह प्राचीनतम स्वास्थ्य देखरेख प्रणालियों में से एक है जो मानव जीवन के सामाजिक, शारीरिक, मानसिक एवं आत्मिक पहलुओं, स्वास्थ्य एवं बीमारियों की समग्र दृष्टि प्रदान करता है। बीमारियों, स्वास्थ्य के बिखरे संदर्भों तथा प्राकृतिक स्रोतों के इस्तेमाल के लिए शुरु में वेदों में उपचार (विशेषकर ऋग्वेद एवं यजुर्वेद में) बताया गया तथा लगभग 1000 ई0पू0 आयुर्वेद के ज्ञान का व्यापक रूप में पहली बार चरक संहिता और सुश्रूत संहिता में सारांश में लिखा गया। आयुर्वेद के अनुसार स्वस्थ जीवन के लक्ष्यों धर्म (कर्तव्य), अर्थ (वित्त), काम (कार्य), और मोक्ष (मुक्ति) की प्राप्ति हेतु आधारभूत पूर्वापेक्षा माना गया है। आयुर्वेद के मौलिक सिद्धान्तों के अनुसार सभी वस्तुएं और जीवित प्राणी पांच आधारभूत तत्वों, जिसे पंच महाभूत कहा जाता है, पृथ्वी (धरा), जल (पानी), अग्नि (आग), वायु (हवा) और आकाश (व्योम), से बने हैं। आयुर्वेद का लक्ष्य शारीरिक एवं मानसिक संस्थाओं का एक संतुलन बनाये रखना है, जो एक अच्छे स्वास्थ्य का संकेत है। आंतरिक या बाह्य कारकों में वृद्धि के कारण किसी असंतुलन से बीमारियाँ होती हैं तथा विभिन्न प्रक्रियाओं, क्षेत्रों, आहारों, दवाओं तथा व्यवहार परिवर्तन द्वारा असंतुलन को खत्म कर उपचार किया जाता है।

आयुर्वेद के महत्व का एक महत्वपूर्ण उदाहरण – थैलिलिसमिया माइनर से पीडित माता-पिता को एकदम स्वस्थ संतान की प्राप्ति हुयी है। प्रो० उमंग पड्डा कहते हैं कि – आयुर्वेद के उपयोग से गर्भाधान से पहले यदि माता-पिता के शरीर की शुद्धि और पुष्टि करा दिया जाये तो उत्पन्न होने वाली संतान शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ और उन्नत होती है। ऐसी बच्चों की रोग प्रतिरोधक क्षमता की काफी अधिक होती है। उनमें जन्म के समय होने वाली बीमारियों एवं गडबडियों की आशंका भी न्यूनतम होती है। इसी प्रकार “पथरी की बीमारी” के लिए एलोपैथ में सर्जरी के अलावा कोई विकल्प नहीं जबकि आयुर्वेद “कुत्थी की दाल” और “पत्थर चट्टा” के पत्तों के सेवन से पथरी को समाप्त किया जा सकता है। हाल ही में एम्स में एक परीक्षण में यह साबित किया गया है कि रेमुटेड अर्थराइटिस (संधिशोथ एवं आमवात बीमारी) में अश्वगंधा और सिद्ध ध्वज का प्रयोग काफी लाभदायक होता है।

यूनानी: दवाओं की यूनानी प्रणाली ग्रीस से शुरु हुई तथा भारत में इसकी स्थापना से पहले यह विभिन्न देशों से होते हुए मध्यकाल में यह भारत आई। यह प्रणाली हिप्पोक्रेटस और गैलन के शिक्षण पर आधारित है जो अरबवासियों द्वारा विकसित किया गया एवं फैलाया गया।

यूनानी की महत्ता के बारे में वर्णन महात्मा गांधी ने अपने पुस्तक “हिन्द स्वराज” में किया है। गांधी जी ने इसमें यूनानी पद्धति को एलोपैथ से श्रेष्ठकर प्रकृतिक चिकित्सा माना है।

यूनानी प्रणाली मानवीय प्रकृति जैसे रक्त की उपस्थिति, कफ, पीले पीत, काले पीत की मानव में स्थिति पर आधारित है। व्यक्ति का इलाज आशावादी, उदास, सुस्त तथा चिड़चिड़ा स्वभावों की उपस्थिति और सम्मिश्रण

के अनुसार निर्भर होता है। यूनानी सिद्धान्त के अनुसार मनोविनोद और औषधीय पौधे उपचार के लिए बहुत जरूरी है। स्वभाव में किसी भी तरह का गुणात्मक एवं संख्यात्मक परिवर्तन मानव शरीर के स्वास्थ्य की स्थिति में परिवर्तन लाता है। स्वास्थ्य की उचित देखभाल के लिए स्वभाव में उचित संतुलन आवश्यक है।

योग : योग अत्यन्त सूक्ष्म विज्ञान पर आधारित एक आध्यात्मिक अनुकूलन है जो मन और शरीर के मध्य समरसता स्थापित करने पर केन्द्रित है। इसके स्वास्थ्य संबंधी महत्ता को देखते हुए यूएनओ (UNO) ने शारीरिक, मानसिक तथा आध्यात्मिक स्वास्थ्य के लिए 'योग' के सर्वांगीण लाभों को मान्यता दी तथा प्रत्येक वर्ष 21 जून को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने के लिए दिसम्बर 2014 में महासभा में प्रस्ताव पारित किया। पहली बार "21 जून 2015" को योग दिवस मनाया गया। योग शब्द संस्कृत के "युग" से आता है, जिसका अर्थ एकता अथवा एकीकृत होना है। 'योग' शब्द संस्कृत के 'युग' से आता है जिसका अर्थ 'एकता अथवा एकीकृत होना' है। योग लोगों के स्वयं के चेतना और ब्रह्मण्ड चेतना का समूह है। यह प्रारंभिक रूप में जीवन का एक मार्ग है। इसका क्रमबद्ध रूप में प्रथम प्रतिपादन पतंजलि ने किया था। इसके आठ नियम संयम (यम), तपस्या का निरीक्षण (नियम), शारीरिक मुद्रा (आसन), श्वसन व्यायाम (प्राणायाम), इंद्रिय संयम (प्रत्याहार), चिंतन (धरन), ध्यान (ध्यान) तथा गहरा ध्यान (समाधि) होते हैं। योग के इन चरणों को करने से सामाजिक एवं व्यक्तिगत व्यवहार में परिवर्तन आता है तथा शरीर रक्त में ऑक्सीजन के बेहतर परिसंचरण से शारीरिक स्वास्थ्य अच्छा बनता है, इंद्रियों पर संयम से मानसिक शांति मिलती है। योग करने से कुछ निश्चित मनोदैहिक बीमारियों से बचाव में भी लाभ होता है तथा तनावपूर्ण

स्थितियों के सहन के लिए व्यक्तिगत सहनशक्ति एवं योग्यता भी बढ़ाता है। योग स्वास्थ्य के सभी क्षेत्रों में विकासात्मक, बचावकारी, पुनरुत्पादित तथा निरोगी हस्तक्षेप है। स्वास्थ्य में सुधार, बीमारियों से बचाव तथा बीमारी की देखभाल के लिए योग साहित्य में ढेर सारी मुद्राओं का वर्णन है। शारीरिक मुद्रा का चयन तथा उन्हें सही तरह से करना जरूरी है जिससे बीमारियों से बचाव, स्वास्थ्य में बेहतर तथा उपचार का लाभ मिल सके।

प्राकृत चिकित्सा : प्राकृत चिकित्सा प्राकृतिक चिकित्सा के सिद्धान्त पर आधारित अनेक संस्कृतियों और समयों के प्राकृतिक ज्ञान की जड़ में है। प्राकृतिक चिकित्सा का सिद्धान्त और प्रयोग जीवनशैली में एकीकृत है। यदि व्यक्ति प्रकृति के पास रहता है। प्राकृत चिकित्सा स्वविहीन अमूल्य और आकांक्षक उपचार है जो स्वस्थ जीवन और स्वास्थ्य देखरेख के लिए प्राकृतिक तत्वों का इस्तेमाल करता है। यह जीवनशक्ति, रक्तविषाक्तता, शरीर की आत्मचिकित्सा क्षमता तथा स्वस्थ जीवन के सिद्धान्तों पर आधारित है। प्राकृत चिकित्सा बिना दवाओं के स्वास्थ्य परिरक्षण तथा बीमारियों के प्रबंधन के लिए साधारण प्राकृतिक उपचार तथा व्यापक प्रचलित जीवनशैली, वैश्विक रूप से स्वीकृत और चिन्हित उपचार प्रणाली है। प्राकृत चिकित्सा कहता है कि प्रकृति के रचनात्मक सिद्धान्तों के साथ शारीरिक, मानसिक, नैतिक और आत्मिक योजनाओं का सामंजस्य होना चाहिए। यह शक्तिवर्द्धक, प्रतिरक्षक, निरोगी के साथ-साथ मजबूती भी प्रदान करेगी।

सोवा-रिंग-पा – सोवा-रिंग-पा सामान्यतः तिब्बत अथवा अमची दवाओं के नाम से जाना जाता है। यह हिमालय क्षेत्र के अनेक भागों में अधिकांशतः तिब्बती लोगों द्वारा परंपरागत दवाओं के रूप में प्रचलित है। सोवा-रिंग-पा

का अर्थ 'चिकित्सा विज्ञान' है तथा इस दवा के प्रयोगकर्ता अमची के रूप में जाने जाते हैं। भारत में यह दवा प्रणाली लद्दाख और पठार-पांगे जम्मू और कश्मीर के क्षेत्र में, हिमाचल प्रदेश, उत्तराखंड, अरुणाचल प्रदेश, सिक्किम, दार्जिलिंग-कलिंगपोंग (पश्चिम बंगाल), सारनाथ (उत्तर प्रदेश) तथा तिब्बती लोग जो भारत एवं विदेशों में रह रहे हैं, प्रचलित हैं।

सरकार द्वारा इस क्षेत्र में किये गये प्रयास

भारत में स्वास्थ्य के क्षेत्र में वैकल्पिक चिकित्सा प्रणाली के प्रयास किये जा रहे हैं। इसके लिए आयुष विभाग का गठन किया गया है। इसके अलावा "राष्ट्रीय औषधीय पौध बोर्ड" का गठन भी किया गया है। योग के महत्व को बढ़ावा देने के लिए प्रत्येक वर्ष 21 जून को 'योग दिवस' मनाया जा रहा है। आयुर्वेद को वैज्ञानिक रूप से बढ़ावा देने के लिए फार्माकोपिया कमीशन ऑफ इण्डियन मेडीसिन ऑफ होम्योपैथिक फार्माकोपिया कमेटी राष्ट्रीय संस्थान, आयुर्वेद संस्थान परिषद, फार्माकोपियल लैवोरेटरी आफ इण्डियन मेडिसिन और राष्ट्रीय आयुर्वेद विद्यापीठ भी है। नई दिल्ली में "अखिल भारतीय आयुर्वेद" की स्थापना से अनुसंधान एवं विकास तथा विभिन्न पद्धतियों की शिक्षा का विकास होगा। इन्स्टीट्यूट ऑफ पोस्ट ग्रेजुएट टीचिंग एण्ड रिसर्च इन आयुर्वेद जामनगर को अप्रैल 2013 विश्व स्वास्थ्य संगठन कोलोबैरियम सेंटर का दर्जा मिलने से आयुर्वेद का विकास तथा वैश्विक दिशा में कार्य करने का अच्छा अवसर मिला है। राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन की आयुष को मुख्य धारा में लाने की रणनीति के अन्तर्गत प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों, सामुदायिक स्वास्थ्य

केन्द्रों, जिला अस्पतालों और अन्य अस्पतालों में आयुष की सुविधा देने से आयुर्वेदिक सेवाओं की उपलब्धता बढ़ी है। इस रणनीति के कारण लगभग 18128 स्वास्थ्य केन्द्रों पर आयुष मुख्य रूप से आयुर्वेद की सेवाएँ दी जा रही हैं।

भारत में 187 स्नातक तथा 42 परास्नातक होम्योपैथिक चिकित्सा कॉलेज हैं, जो एम ए.,डी सिंह और डॉक्टरेट की उपधि प्रदान करते हैं। भारत में होम्योपैथिक में स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं को राज्य सरकारों व नगर पालिका निकायों द्वारा 225 अस्पतालों एवं 6812 डिस्पेंसरी में, केन्द्रीय सरकार स्वास्थ्य योजना की 35 डिस्पेंसरी श्रम मंत्रालय की 39 डिस्पेंसरी और रेलवे मंत्रालय की 129 डिस्पेंसरी के द्वारा प्रदान किया जाता है। भारत द्वारा अगले कदम के रूप में राष्ट्रीय आयुष मिशन की भी शुरुआत की गयी है।

निष्कर्ष

चिकित्सा की वैकल्पिक प्रणालि स्वास्थ्य के क्षेत्र में स्थायी एवं गुणवत्तापूर्ण निदान की प्रमुख प्रविधि के रूप में उभरी है जो ऐलोपैथ के दुष्प्रभावों को कम करने में मददगार साबित होगी। इससे कम मूल्य में समाज के सभी वर्गों को चिकित्सा की उपलब्धता सुनिश्चित की जा सकेगी। इसके लिए केन्द्र सरकार, राज्य सरकारें स्थानीय निकायों एवं गैर सरकारी संगठनों द्वारा समन्वित रूप से प्रयास किया जाना चाहिए।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. कुमारी, मिथलेस, 2013 "स्वास्थ्य का समाजशास्त्र" यूनिवर्सिटी पब्लिकेशन, नई दिल्ली, पृ0 सं0 5.

2. योजना, जून 2015, 64-बी, सूचना भवन, सीजीओ परिसर, लोधी रोड, नई दिल्ली, पृ0 सं0 9-22.
3. भारत, 2014, प्रकाशन विभाग, सूचना और प्रसारण मंत्रालय, भारत सरकार, नई दिल्ली, पृ0सं0 387।
4. पंडडा, डॉ0 उमंग-2015 "श्रेष्ठ एवं स्वस्थ संतान : वैज्ञानिक विश्लेषण" धरोहर प्रकाशन, नई दिल्ली।
5. राष्ट्रीय ग्रामीण एवं स्वास्थ्य मिशन, कार्य योजना (खण्ड-12)।

Copyright © 2015, Veer Kumar Rai. This is an open access refereed article distributed under the creative common attribution license which permits unrestricted use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.