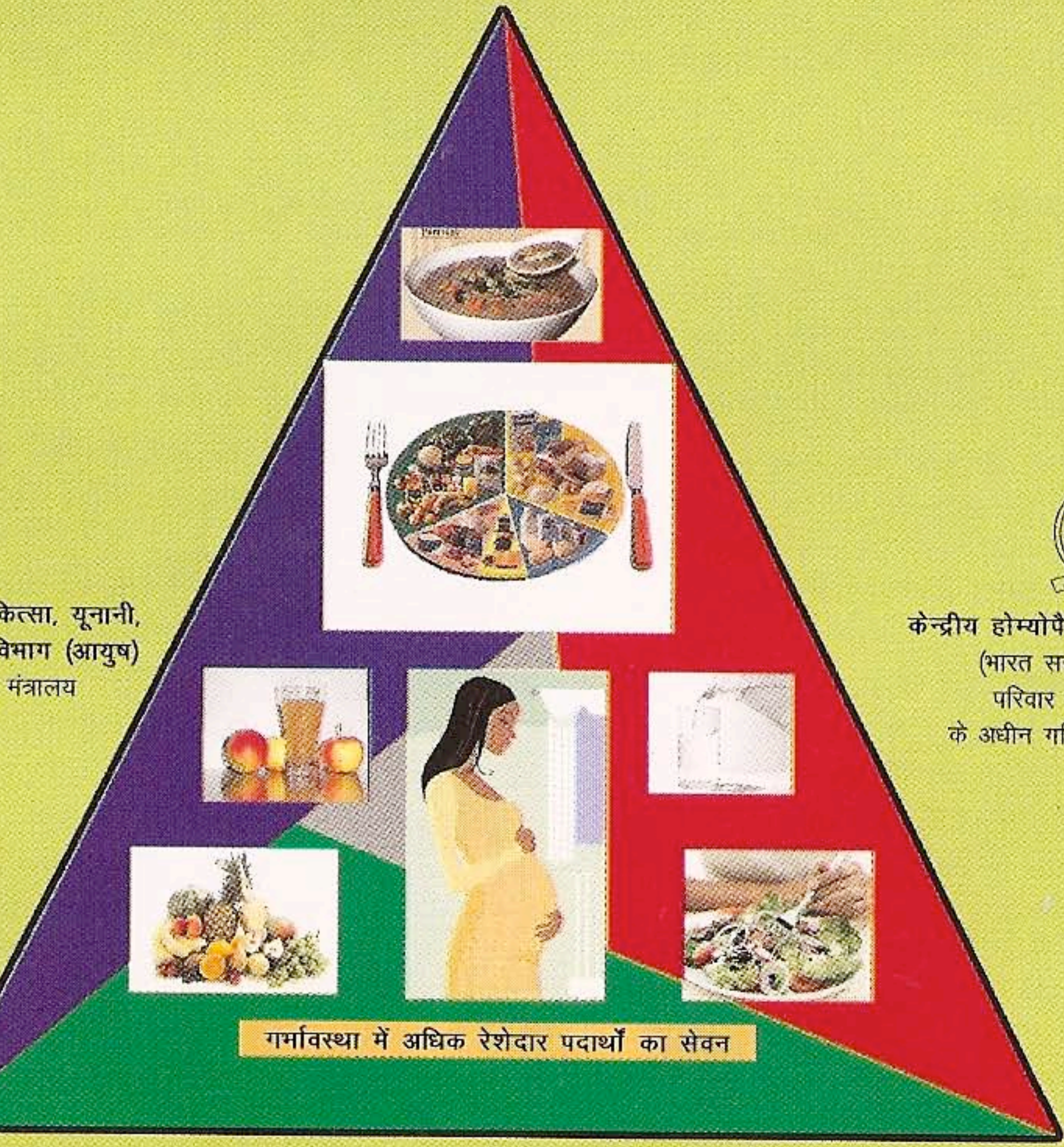
Homoeopathy for Healthy Mother and Happy Child

Multimedia campaign and three tier workshop at national, state and district levels

होम्योपैथी द्वारा
मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य रक्षा हेतु
राष्ट्रीय अभियान

गर्भावस्था के दौरान होने वाली कब्ज तथा बवासीर का होम्योपैथिक उपचार



आयुर्वेद, योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा, यूनानी, सिद्ध एवं होम्योपैथी चिकित्सा विभाग (आयुष)
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय
भारत सरकार

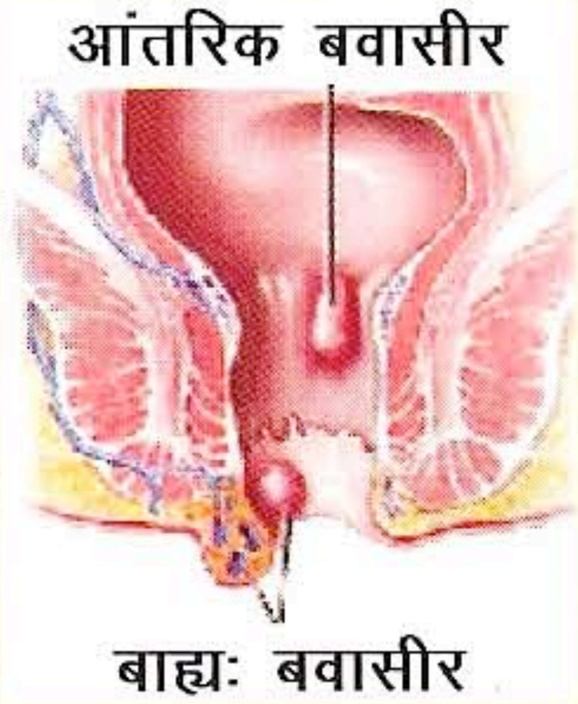
केन्द्रीय होम्योपैथिक अनुसंधान परिषद्
(भारत सरकार, स्वास्थ्य एवं
परिवार कल्याण मंत्रालय
के अधीन गठित स्वशासी निकाय)

गर्भावस्था के दौरान होने वाली कब्ज तथा बवासीर

कब्ज :
- यदि मल त्यागने में कठिनाई हो या मल त्याग की इच्छा कम होने लगे तो उसे कब्ज कहा जाता है।
- गर्भवती महिला के लिए प्रतिदिन मल का त्याग आवश्यक नहीं, परन्तु मल त्याग के समय कठिनाई नहीं होनी चाहिए तथा मल सख्त भी नहीं होना चाहिए।

कारण :
- गर्भावस्था में शारीर में स्त्रीपरक हॉरमोन के स्त्राव की अधिकता के कारण आंतों की गति में शिथिलता आना।
- गर्भावस्था के अंत के समय में बढ़ते भ्रूण के कारण आंतों पर दबाव पड़ना।

बवासीर :
- आंतों के अंतिम हिस्से या मलाशय की धमनी शिराओं के फैलने को बवासीर कहा जाता है।
- बवासीर दो प्रकार की हो सकती है : बाह्य – फैली हुई धमनी शिराओं का मल द्वार से बाहर आना तथा आंतरिक – धमनी शिराओं का मलाशय के अंदर ही रहना।



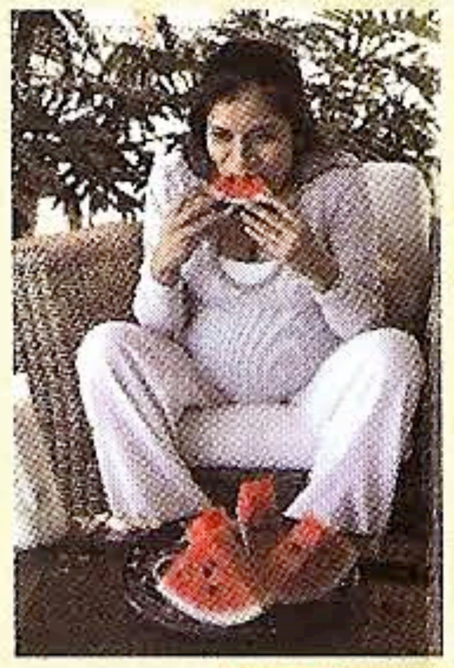
- बवासीर गर्भावस्था के समय उत्पन्न हो सकती है अन्यथा पहले से चल रही बवासीर में गर्भावस्था के समय वृद्धि हो सकती है।

कारण :
- भारीर में स्त्रीपरक हॉरमोन के स्त्राव की अधिकता के कारण मलाशय की धमनी शिराओं में शिथिलता आना।
- बढ़ते हुए भ्रूण द्वारा आंतों की मुख्य शिरा (ऊर्ध्व महाशिरा) पर दबाव पड़ना।
- दीर्घ समय से चल रही कब्ज।

लक्षण एवं चिन्ह :
- गुदा (मलद्वार) के आसपास खुजली होना।
- मल त्याग के समय कष्ट अथवा पीड़ा (दर्द) का आभास होना।
- मलद्वार के आसपास पीड़ायुक्त सूजन होना।
- मलत्याग के समय अथवा उसके बाद मलद्वार से रक्त का स्त्राव होना।
- मलत्याग के बाद पूर्ण रूप से संतुष्टि न महसूस करना।

कब्ज के निवारण एवं बवासीर से बचाव के उपाय :

- अत्यधिक मात्रा में पानी तथा अन्य तरल पेय लें।
- अधिक रेशेदार खाद्य पदार्थ जैसे फल, सब्जियाँ, भूसी या चोकर तथा अनाज आदि लें।



- मल त्याग के समय अधिक ज़ोर न लगाएँ।
- शारीरिक गतिशीलता बनाये रखें।
- अधिक समय तक निरंतर न बैठें, विशेषकर सख्त कुर्सी आदि पर।

- गुनगुने पानी की सिकाई करें अथवा **'सिट्स बाथ'** लें। एक टब में गुनगुना पानी इतनी मात्रा में लें जिसमें आसानी से नितंब तथा कूल्हे डूब जाएँ। इसमें 20–30 मिनट तक बैठें। ऐसा करने से बवासीर के मस्से सिकुड़ जाते हैं।

होम्योपैथी द्वारा गर्भावस्था में होने वाली कब्ज तथा बवासीर का निवारण कैसे किया जा सकता है ?

निम्नलिखित औषधियाँ गर्भावस्था में होने वाली कब्ज तथा बवासीर में सामान्यतः प्रयोग की जाती हैं। परन्तु किसी भी औषधि के प्रयोग से पहले किसी योग्य होम्योपैथिक चिकित्सक की सलाह अवश्य लें।

कब्ज :

लक्षण	औषधि
• मल त्याग की इच्छा न होना। • मल सख्त न होने पर भी अत्यधिक जोर लगाना। • मल त्याग से काफी देर पहले पीड़ादायक दबाव महसूस करना।	*ऐल्यूमिना 30*
• कब्ज के लिए अत्यधिक औषधियों के प्रयोग से उत्पन्न दुष्प्रभावों के लिए लाभदायक है। • मलत्याग की निरंतर परन्तु निष्फल इच्छा होना। • थोड़ी–थोड़ी मात्रा में मल त्याग करना। • मलत्याग के बाद पूर्ण रूप से संतुष्टि नहीं होना।	*नक्स वॉमिका 30*
• मल त्याग की निरंतर, परन्तु निष्फल इच्छा होना। • नरम मल, जो मलद्वार के साथ चिपका रहे।	*प्लैटिना 30*
• मलाशय में कुछ गेंद जैसा फँसे होने का आभास होना। • मलत्याग के समय जोर लगाने में कष्ट होना। • मल सख्त तथा अधिक मात्रा में होना। • मलाशय में मल त्याग के काफी समय बाद दर्द का आभास होना, जो ऊपर की ओर जाए।	*सीपिया 30*

बवासीर :

लक्षण	औषधि
• बवासीर के मस्से, गुच्छे की तरह बाहर की ओर निकलना। • अत्यधिक रक्त का स्त्राव होना। • मलाशय में जलन तथा पीड़ा का आभास होना जिसमें ठंडे पानी से धोने पर आराम मिले।	*ऐलो सोकोट्रिना 30*
• दु:साध्य कब्ज तथा बाहर की ओर निकले हुए बवासीर के मस्से। • सख्त तथा शुष्क मल के साथ पीड़ा तथा उदरवायु (अफारा) होना। • पीड़ादायक बवासीर तथा रक्तस्त्राव। • मलाशय में शूल जैसा आभास होना।	*कॉलिनसोनिया 30*

पीछे दिए गए निर्देशों का पालन करें