WHY ?

NAIK HOMOEOPATHY

- No side effects.
- No surgical intervention required except in fracture and dislocations.
- Doesn't interfere with other forms of medicine
- Acts on whole body mind and soul.
- Holistic healing system Increases immunity thereby helps in process of cure
- Best and natural way to get rid of your illness.
- Advance homoeopathy treatment for better and faster results.

Vision and Mission

"Homoeopathy for all"

Committed to caring since 35 years

NAIK HOMOEOPATHY

Rejuvanationg your life

WHY ?
SERIES

Wellness healthcare for you

NHC

March - 2020

Diabetes Care

Homoeopathy Heals

All about Diabetes Care

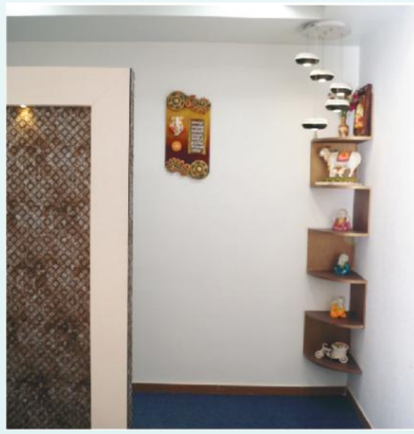
We help you to live a healthy life

An ISO 9001 : 2008 प्रमाणीत

नाईक होमीओपॅथी
प्रा.लि.अकोला

Rejuvanting your life ....

हॉस्पीटल मधिल डॉ.चेंबर आणि वेटींग एरिया



Also Available

Near N.C.C. Office,N.H.6,Alsi Plot,Akola

9552538129 0724 - 2402919

३ राज्य २ हॉस्पिटल १५ शाखा

विक्रीस उपलब्ध नाही.फक्त रूग्णांना दवाखान्यात आल्यानतंर वाचण्याकारिता
ही पत्रिका नाईक होमिओपॅथी प्रा.लि.अकोला ची व्याक्तिगत संस्करण आहे.

काळजी मधुमेहाची.....!

An ISO 9001:2008 प्रमाणीत

नाईक होमिओपॅथी

डॉ.उदय नाईक

प्रस्तावना

नाईक होमिओपॅथी प्रा.लि.अकोला या संस्थेला रूग्णसेवामध्ये जवळपास ३६ वर्ष होत आले आहे.१९८४ पासून रूग्णसेवेचे व्रत वैद्यकीय परिक्षा पास झाल्यानंतर अखंड विश्राम न घेता,नवनविन दालनं उघडता हे ३५ वर्ष पुर्ण केंव्हा होऊन गेली,आता ३६ व्या वर्षी परिश्रमाची फलश्रुती झाल्यासारखी वाटत आहे.अनेक रूग्णांना बर करण. मानसिक,शारिरिक आणि बौध्दीक प्रस्थापना त्यांचा असलेल्या जिवन धारेत करणं हा आत्मीक संतोषाचा आणि स्वतःच्या स्माधानाकरिता खुप मोठा भाग आहे.यापुढील सेवेकरिता डॉ.प्रथमेश उदय नाईक हे मागील ४ वर्षापासुन रुग्णसेवेला रूजू झाले आहेत.प्रारंभी ॲलपेथीमध्ये प्रॅक्टीस केली.स्वतःचे आणि रूग्णांचे पुर्ण समाधान होत नाही आहे किंवा करू शकत नाही आहे ही जाणीव मनाला अस्वस्थ करणारी होती .१९९७ -९८ पासून जेथे स्वतःला आत्मसमाधान आणि रूग्णाला पूर्ण निरोगी करण्याकरिता काय विशेष करू शकतो याचं शोध घेण सुरू केलं आणि दोन वर्षाने जवळ जवळ सहा - सात पॅथी (चिकित्साप्रकार) चा अभ्यास केल्यानंतर होमिओपॅथी हा समाधानकारक आणि रूग्णांसोबत पुर्ण न्याय देणारी पध्दत आहे असे लक्षात आल्यानंतर समकालीन होमिओपॅथी तज्ञांसोबत चर्चा,सेमिनार,शिबीर,व्याख्यानं आणि अभ्यास करून पुर्णपणे होमिओपॅथीला वाहुन घेतलं. होमिओपॅथीने चिकित्सा सुरू केल्यानंतर सुरूवातीला जो काही प्रतिसाद रूग्णांकडनं रुग्णांच्या नातेवाईकांकडनं आणि सम व्यवसायिक तज्ञांकडून मिळाला त्या प्रतिसादाने आपली दिशा बरोबर आहे हे निश्चित झालं आणि साधारणतः १७ ते १८ वर्ष ॲडव्हान्सड् होमिओपॅथीने रूग्णसेवा परमोच्च बिंदूवर पोहोचवली आहे.असाध्य व्याधीचे रूग्णांना आपले मानसिक,शारिरिक व आर्थिक त्रास दुर करण्याकरीता नाईक होमिओपॅथी प्रा.लि.च्या माध्यमातुन १५ शाखा आणि ३० बेडचे रूग्णभरती सुविधा असलेले नयनरम्य.हिरवेगार वातावरणात आय.एस.ओ.प्रमाणित सुसज्ज हॉस्पीटल सुध्दा कार्यान्वीत आहे.मधुमेह या विषयावर ही सचित्र,माहितीपुर्ण आणि उपचार पध्दती असलेली पत्रिका आपणस देतांना अत्यंत आनंद होत आहे.या पत्रीकेवर काम करतांना जे सहकार्य मला डॉक्टर प्रथमेश नाईक असिस्टंट डॉक्टर्स,टेक्नीकल टिम,हिस्ट्री टेकींग टिम आणि प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष ज्यांचे सहकार्य लाभले त्या सर्व नाईक होमिओपॅथी प्रा.ली.अकोला च्या कर्मचाऱ्यांचे मी आभार मानतो व पुढील रूग्णसेवेत आपले असेच आशिर्वाद माझ्या पाठीशी सदैव राहतील हि मनोकामना आणि विश्वास.....!

आपलाच

डॉ.उदय नाईक

डी.एम.ॲण्ड एस.

होमिओपॅथी तज्ञ

सौ.भावना नाईक

आजच्या काळातील स्त्री हि एका क्षेत्रापुरती मर्यादित न राहता विविध क्षेत्रात आपलं कर्तव्य गाजवू शकते. याचे मुर्तिमंत उदाहरण नाईक होमिओपॅथी प्रा. लि. च्या सौ. भावना उदय नाईक ह्या आहेत. पारिवारीक जबाबदारी, नानाविध सेवाभावी.संस्थासोबत समाजसेवा, मुलांची जबाबदारी, नाईक होमिओपॅथी कर्मचारी परिवाराची जबाबदारी,आवड असलेले क्षेत्र पण सांभाळणे जसे संगीत, भावगीत, भक्तीगीत यांच्यांशी असलेले त्याचं नातं अधिक दृढ करित वेळ मिळाला की त्याच्यात काही काळ रमुण जाण शिवाय नाईक होमिओपॅथी प्रा. लि.ची आर्थिक व्यवहाराचे सांभाळ न चुकता, सांभाळणे हि सर्व कामे अतिशय व्यवस्थीत आणि लिलया त्या सांभाळून आहेत.नाईक होमिओपॅथी प्रा. लि. अकोला ची स्थापना करणे त्याचे काम पुढे नेणे, महाराष्ट्रातील पहिले आएसओ प्रमाणित हॉस्पिटल उभं करणं डॉ. उदय नाईक यांना तोलामोलाची साथ देणं सौ.भावना नाईक यांनाच जमू शकलं आणि म्हणून आज सौ भावना नाईक ह्या नाईक होमिओपॅथीच्या डायरेक्टर म्हणून सुरळीत, व्यवस्थीत,आणि शिस्तीमध्ये काम पुर्णत्वास नेत आहेत.त्यांच्या ह्या गुणामुळे यशस्वी महिला उद्योजिका पुरस्कार, उत्कृष्ठ समाजकार्य केल्याबदद्ल जागतिक महिला दिनानिमित्त उत्कृष्ठ महिला पुरस्कार अशी अनेकाअनेक मानसन्मान आणि पुरस्कार त्यांना मिळाले आहेत.एका अपघातात त्या स्वतःही मृत्युच्या दाढेतून जिवनांवर अपार प्रेम असल्यामुळे बाहेर आल्या आहेत.ह्या अपघातात त्यांची सुकन्या कु. पुर्वा त्यांना सोडून देवाघरी निघून गेली.तिची आठवण म्हणून मागील कित्येक वर्षापासून १०,१२ वी पास गोरगरीब मुलांना पुस्तक, रजिष्टर वाटणे, कॉलेज ला लागणारी सामुग्री वाटणे हा वार्षिक कार्यक्रम आजही सुरू आहे.जवळपास ५० मुलींना ज्यांच्या परिवाराची आर्थिक स्थिती नाजुक आहे त्यांच्या लग्नात सढळ हाताने मदत करणे हे पण सौ.भावना नाईक ''सत्व फाऊंडेशन'' च्या माध्यमातून करित आहेत. होतकरू गरिब महिलांना उद्योजक बनविणे त्यांच्या बनविलेल्या वस्तुंची प्रदर्शनी आणि व्रिकी करिता जागा उपलब्ध करून देणे हे उपक्रम पण सत्व फाऊंडेशनच्या माध्यमातून सौ.भावना करित आहेत.मातृत्व,कर्तुत्व,शिस्त,प्रेम आणि व्यवहार कुशलता ह्याचे प्रामाणिकपणे पालन करित आपले पुर्ण जिवन समाजकार्य,नाईक होमिओपॅथी, नाईक होमिओपॅथी कर्मचारी परिवार यांच्या उत्कर्षात वाहून घेतलेले

नुतन जैन
समोपदेशक

हॉस्पिटल

१.होमिओपॅथी हॉस्पीटलची गरज का ?

होमिओपॅथीक हॉस्पीटल ही आजच्या काळाची गरज आहे.कारण कमी खर्च,विना दुष्परिणाम,कोणत्याही रोगाला बर करण्याची ताकद या होमिओपॅथी मध्ये आहे.ॲडव्हॉन्सड होमिओपॅथीमध्ये रोज रूग्णांच्या रोगाच परिस्थितीच, आणि मानसीक स्थितीच अवलोकन करून औषध बदलण्याची संधी किंवा अचुक औषध निवडण्याची संधी मिळते. ॲडव्हॉन्सड होमिओपॅथीमध्ये रुग्णांवर पडणारा फरक हा दिवसागणिक मोजला जावू शकतो. किंवा रोजच्या रोज फरक पाहू शकतो. या श्रेणीतले अदयावत सुसज्य,रमणीय वातावरण आणि सिध्द हस्त होमिओपॅथी तज्ञ डॉ.उदय नाईक आणि डॉ.प्रथमेश नाईक यांच्या देखरेखीत चालणारे नाईक होमिओपॅथी हॉस्पीटल आळशी प्लॉट **अकोला हे होय.** ISO Certified **असलेले ३० रूग्णांना भरती करण्याची सोय असलेल,महाराष्ट्रातल आणि विदर्भातील** उत्कृष्ट हॉस्पीटल आहे.

त्याचप्रमाणे येथे किडनी फेल्युअर,लिव्हर फेल्युअर,कॅन्सर,संधीवात,मानसीक आजार, सोरायसिस,ह्रदयरोग, फॉयब्राईड,ताण,गुडघेदुखी व इतर असाध्य आजारावर नाईक होमिओपॅथी हॉस्पीटल येथे चांगल्या रितीने यशस्वी रित्या उपचार होत आहेत.त्या सोबतच नाईक होमिओपॅथी हॉस्पीटल येथे ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी औषध, होमिआपॅथी रिसर्च मेडीसीन होमिओ सर्पोटिंग मेडीसीन , होमिओपॅथी ऑको मेडीसीन सोबतच खालीलप्रमाणे थेरपी यशस्वीरित्या केल्या जातात.

- ओझोन थेरपी
- किलेशन थेरपी
- न्युट्रीशनल थेरपी
- मिनरल थेरपी
- हायड्रोजन परऑक्साईड थेरपी
- ॲमिगॅल्डीन थेरपी
- कोरीयन थेरपी
- फ्रुट थेरपी
- स्टिम डिटॉक्स थेरपी
- अव्हॉइडींग सर्टन फुट
- फुड थेरपी
- ऑटोफेजी थेरपी
- लेझर थेरपी
- ईन्झाईम थेरपी
- कुकरमिन थेरपी
- मायनर ऑटो ह्युमो थेरपी
- नेझलथेरपी
- इअर थेरपी
- ओरलथेरपी
- रेक्टलथेरपी

क्लिनिक

नाईक होमिओपॅथी क्लिनीकची सुरूवात

डॉ.उदय रामचंद्र नाईक यांनी १९८४ मध्ये वैद्यकिय परिक्षा पास केल्यानंतर अकोला लगत शिवणी येथे 'श्री क्लिनीक' या नावाने एक छोट्याश्या जागेत वैद्यकिय सेवा देण्यास सुरूवात केली.तेथे काही वर्षे ॲलोपॅथीची प्रॅक्टीस केल्यानंतर डॉ.उदय नाईक यांना रूग्ण सेवेचे जे खरे समाधान असते ते मिळत नव्हते.यानंतर १९९७ ते १९९८ या कालावधीत अनेक डॉक्टरांना भेटणे,सर्वात चांगली रुग्णसेवा कोणत्या पॅथीमध्ये आहे याची पडताळणी करू लागले.ॲलोपॅथीच्या दुसऱ्या शाखा, नॅचरोपॅथी, इलेक्ट्रोपॅथी,आयुर्वेद इत्यादी सर्व पॅथींचे विश्लेषण केल्यानंतर डॉ.उदय नाईक सर थेट होमिओपॅथीकडे वळले आणि यांच्या असे लक्षात आले कि होमिओपॅथीद्वारे रूग्णाला पूर्ण समाधान देता येते.एका निश्चित कालावधीनंतर होमिओपॅथीमध्ये रूग्ण पुर्णपणे बरा होतो,व्याधी पून्हः पून्हः उलटून येत नाही,औषधांचा कुठलाही दूष्परिणाम नाही, शिवाय औषध कमी खर्चीक आहे या सर्व निष्कर्षानंतर डॉ.उदय नाईक सर यांनी तीन वर्ष होमिओपॅथीचा अभ्यास करणे,सेमिनार अटेंड करणे, समकालीन भारतभर नावाजलेले होमिओपॅथी तज्ञांच्या सहवासात अध्ययन,सेमिनार आणि गहन चर्चेत त्यांच्या समवेत भाग घेवून होमिओपॅथीमध्ये एक नविन दालन ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी या प्रकाराच संपूर्ण शिक्षण घेवून नाईक होमिओपॅथी क्लिनीकची स्थापना केली.आजही डॉ.उदय नाईक यांची अभ्यासूवृत्ती, जिज्ञासा, वाचनशीलता आणि काही करून दाखवण्याची जिद्द तशीच्या तशी आहे.

डॉ.प्रथमेश नाईक
एम.डी.,बी.एच.एम.एस.,
सी.सी.एच.,एम.सी.ए.एच

होमिओपॅथी उपचार घेण्यापुर्वी

प्रामुख्याने सांगायचे आहे की,......

होमिओपॅथी औषधांची निवड ही व्यक्तीच्या शारिरीक व मानसिक गुणधर्मावरून ठरते आणि म्हणूनच आजार मुळापासून नष्ट होण्यास मदत मिळते. होमिओपॅथी मध्ये औषधाची निवड हि पुर्णता रूग्णांनी दिलेल्या माहिती वर अवलंबून असते. तुमच्या जिवनात बदल घडवून आणायला किंवा पुर्ण निरोगी जिवन जगण्याकरिता तुम्ही दिलेली अचुक व पुर्ण माहिती हि अत्यंत मोलाची किंवा गरजेची आहे. जसे होमिओपॅथी केस टेकींग मध्ये तुम्हाला अनेक प्रश्न विचारले जातात,जे आम्हाला औषधाची निवड करण्यास अत्यंत महत्वपुर्ण आहेत. यामधील कोणताही प्रश्न निरर्थक नसून,जरी ते प्रश्न तुमच्या आजाराशी संबधित नाही असे तुम्हाला वाटत असेल तरी औषधाची निवड करतांना निर्णायक ठरतात.

म्हणूनच केस टेकींग दरम्यान तुमच्या सर्व काळजी, व्याधी आणि चिंता आमच्यावर सोपवून तुमच्या जिवनात आनंदी बदल घडवून आणण्यासाठी आम्हाला मदत करा. आपण फक्त दिलखुलास बोला, सर्व माहिती गोपनिय ठेवण्यात येते.

हिस्ट्री / केस टेकींग मद्ये भुतकाळातील घडलेल्या चांगल्या वाईट घटना कोणत्या ? त्या दिवशी आणि त्या क्षणाला आपला अनुभव कसा होता ? आपण त्या घटनेस कोणत्या स्वरूपात घेतले व त्या परिस्थीतीतील त्या घटनेस /प्रसंगास /व्यक्तीस कसे प्रतिउत्तर दिले. त्या वेळेस तुमची अभिव्यक्ती (Perception) कशी होती त्या प्रसंगाला तुमची मनस्थिती कशी होती. व तुमची प्रतिक्रिया (Reaction) काय होती, याचे उदाहरण असे देता येईल की, प्रत्येकाच्या आयुष्यात कधी तरी असा प्रसंग उदभवतो की जसे फसवणूक होणे, धक्का बसणे, प्रचंड भिती वाटणे, एखाद्या घटनेनंतर तब्येत बिघडणे, ऑपरेशन नंतर, काविळ नंतर,ताप आल्यानंतर , काजण्या किंवा गौर आल्यानंतर काही प्रसंगी व्यवसायात नुकसान होणे, अपमान, संताप,मनस्ताप, विश्वासघात, प्रेमभंग, व्देष, मत्सर, तुलना इ.घटनेचा मानवी मनावर परिणाम होतो.असे म्हटले जाते की,आजार अंतरमनातील कलहाचे बाह्य स्वरूप आहे.

आलेल्या प्रत्येक रूग्णाला पुर्ण बरे करण्याचे किंवा आजारमुक्त करण्याचे ध्येय आमच्या समोर आहे. करिता वरील सर्व बाबी आमच्या आणि रूग्णाच्या फायद्याच्या आहेत आणि हे सिध्द झालेले आहे. धन्यवाद !

डॉ.प्रथमेश नाईक
होमिओपॅथी तज्ञ

अनुक्रमणिका

अ.क्र.	विषय	पान क्र.
1	मधुमेहची माहीती	1
2	मधुमेहचे आजार	2
3	सांकेतीक सुचना	3
4	अभिप्राय	4
5	आहार नियम	8
6	समज गैरसमज	9
7	मधुमेह बद्दलचे तथ्य	10
8	टिप्स	11
9	पाककृती	12
10	वारंवार विचारलेले प्रश्न	13
11	क्लिनिक	14
12	हॉस्पीटल	15

वारंवार विचारलेले प्रश्न

१) इंन्सुलिन बंद होऊ शकते काय ?

उत्तर - इंन्सुलिन बंद होऊ शकते परंतु ही गोष्ट सापेक्ष ठरू शकते. रूग्णांपरत परिणाम वेगवेगळे आढळून येतात. औषधासमवेत आहार आणि व्यायाम अनिवार्य आहे.

२) होमिओपॅथी औषधाने मधुमेह पेशंटमधील साखरेच्या प्रमाणात समतोल राखु शकतो का ?

उत्तर- हो, निश्चीतच ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी औषधासोबत आहार व व्यायाम याची सांगड घालणे गरजेचे ठरते.

३) मधुमेह बरा होऊ शकतो का ?

उत्तर - मधुमेह अंशतः बरा होऊ शकतो परंतु वय, वजन व आजाराचा प्रकार या गोष्टीवर अवलंबून असतो. त्यामुळे त्याचे परिणाम व्यक्तीपरत वेगवेगळे असू शकतात

४) होमिओपॅथी मध्ये मधुमेहाची ट्रिटमेंट कश्याप्रकारे केली जाऊ शकते.?

उत्तर - रूग्णांची पुर्ण हिस्ट्री घेवून योग्य औषधाची निवड केली जाते व त्याचबरोबर नाईक होमिओपॅथी येथे संशोधित केलेले औषध अतिरीक्त स्वरूपात दिल्या जाते. होमिओपॅथी औषधी सातत्याने घेतल्यास मधुमेह आपण निश्चितच बरा करू शकतो.

५) मधुमेह हा आजार कोणाला होऊ शकतो.?

उत्तर - आनुवंशिकता तसेच जेवणाच्या बाबतीत अनियमितता, चरबीयुक्त पदार्थाचे अतिरीक्त सेवन आणि व्यायामाचा अभावा बिघडलेली जीवनशैली या गोष्टीमुळे मधुमेह होऊ शकतो.

पाककृती

Recipes

अंकुरित दाळीचे वडे-

डायबीटीज च्या रूग्णांना अंकुरित मुगाच्या दाळीच्या मिश्रणासोबत हिरव्या कांद्याची पात, पुदीना घेवून त्याचे मिश्रण मिक्सर मधून काढून ते त्याचे वडे कढईत तळून दिल्यास अधिक उत्तम

यासोबत मटकीच्या सोबत कांद्याची पात, पुदीनाची चटणी,धनिया घेवून त्या मिश्रणाचे उत्तपा बनविल्यास त्याचा नाश्ता केल्यास डायबिटीज रूग्णांना व्हिटॅमीन अधिक मिळू शकते.

नाचणीची खिचडी

हिरवी मिरची,धनिया,कांद्याची पात सोबत घेवून ओटसच्या पिठासोबत अर्थात नाचणीची खिचडी अश्या डायबिटीज रूग्णांना खाण्यास द्यावी.अर्थात हि खिचडी तयार करून त्वरीत खाण्यास द्यावी. ह्या नाचणीच्या पिठाचे सोबत गव्हाचे पिठ घेवून बिस्कीट केलेत तरी चालतील

कारल्याचे धपाटे

नाचणीच्या किंवा गव्हाच्या आट्यासोबत कारल्याचे धपाटे बनविल्यास ते अधिक कडू जरी असतील तरी डायबिटीज रूग्णांना त्याचा अधिक फायदा होता. अश्या धपाट्यांचा आहारात समावेश करावा.

मधुमेह माहीती

मधुमेह

मधुमेह हा एक असा रोग आहे. ज्यामध्ये आपले रक्तात साखरेचे चे प्रमाण खुप जास्त होते. आपण खात असलेल्या पदार्थामधून साखर तयार होते. इंन्सुलिन हा एक हार्मोन आहे. जो आपल्या पेशीमध्ये साखरेला उर्जा देण्यासाठी रूपांतरित करतो. पुरेश्या इन्सुलिन अभावी साखर आपल्या शरिरात तशीच पडून राहते. त्याचे आपल्या शरिरात प्रादुर्भाव होऊ शकतात जसे डोळे, मुत्रपिंड आणि रक्त वाहुन नेणा-या नसांना इजा होऊ शकते. मधुमेहामुळे हृदयरोग, ब्रेनस्ट्रोक पॅरालेसीस, किडनी फेल्युअर अश्या प्रकारचे आजार होऊ शकतात. मधुमेह हा एक दिर्घकालीन उपाय करावे लागणारा आजार आहे. इन्शुलिन हे स्वादुपिंडामधील पेशीमद्ये तयार होते. स्वादुपिंड जठराच्या मागील बाजुस असते. रक्तातील अधिक पातळीच्या साखरेमुळे रक्तामधील पाण्याची पातळी वाढते.स्वादुपिंडाचे आजार, अति मद्यपान, कुपोषण आणि शरिरावर ताण पडला. अश्या कारणांमुळे मधुमेह झाल्याची उदाहरणे आहेत. पोटदुखी, उलट्या, श्वसनाचा वेग वाढणे, आणि गुंगी येणे, पुरेशी काळजी घेतली नाही तर मधुमेही रूग्ण बेशुध्दावस्थेत आणि कदाचित कोमामध्ये जाऊन मृत्यु ओढवू शकतो.

सध्या मधुमेह पुर्णपणे बरा करेल असे एकही औषध उपलब्ध नाही.असं मानल्या जाते. पण मधुमेह आटोक्यात ठेवला तर रूग्ण सामान्य आयुष्य जगू शकतो. परंतु होमिओपॅथी त्यातही ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी उपचार डायबिटीज च्या रूग्णांना चांगला दिलासा मिळू शकतो. ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी उपचार केल्यास मधुमेह १० ते १२ महिन्यात अंशतः नियंत्रणात आणता येते. जेथे इतर पॅथीने औषध जिवनअंता पर्यन्त घ्यावे लागतात.

मधुमेह उपचाराची दोन लक्षणे आहेत पहिले रक्तातील साखरेचे प्रमाण सामान्य पातळीवर ठेवणे आणि दुसरे मधुमेहामुळे उत्पन्न होणा-या व्याधी टाळणे, योग्य आहार, व्यायाम औषधे नियमित घेऊन मधुमेहावर चांगलेच नियंत्रण ठेवता येते. आहारातील बदल योग्य तो आहार आणि पुरेसा व्यायाम ही मधुमेह रूग्णांच्या उपचाराची पहिली पायरी आहे. वजन कमी करणे हा मधुमेह नियंत्रणाचा उत्तम उपाय आहे.

मधुमेह या आजारामध्ये रक्तातील साखरेचे प्रमाण खुप जास्त असते. इंन्सुलिन या हार्मोनचा रक्तातील साखरेवर नियंत्रण ठेवण्यात महत्वाचा वाटा असतो. इंन्सुलिन हा हार्मोन पॅनक्रियाज नावाच्या ग्रंथीपासून येतो. अन्न ग्रहण केल्यानंतर आपल्या शरिरात चयापचयाच्या प्रक्रिया होतात. ग्रहण केलेल्या अन्नघटकांचे मुख्यत्वे तीन पदार्थात रूपांतर होते. कार्बोहायड्रेट (कर्बोदके), फॅटस (मेद) आणि प्रोटीन्स (प्रथिने) कार्बोदकाचे रूपांतर ग्लुकोज म्हणजे (साखरेत) होते. फॅटस् (मेद) चे रूपांतर फॅटी ॲसीड्स (मेदाम्ल) आणि नंतर ग्लिसरोल मध्ये होते. प्रोटीन्स चे रूपांतर अमिनो ॲसीड मध्ये होते. कर्बोदकांचे रूपांतर जेव्हा ग्लुकोज मध्ये (साखरेमद्ये) होते तेव्हा शरिरात ग्लुकोजचे प्रमाण वाढते.

मधुमेहाची लक्षणे

वाढलेली तहान
वारंवार मुत्रविसर्जन
अत्यंत भूक लागणे
वजन कमी होणे
थकवा वाटणे चिडचिडेपणा,
कंटाळा येणे धुसर दृष्टी
जखमा लवकर न बसणे
त्वचेवर फोड येणे
डायबेटीक रेटिनोपॅथी
डायबेटीक नेफ्रोपॅथी -किडनीवर प्रार्दुभाव होणे,

मधुमेह प्रकार

ज्या रूग्णांची रक्तातील शर्करा सामान्य पेक्षा थोडी जास्त आहे. अश्या रूग्णांना बॉर्डर लाईन मधुमेह संबोधल्या जातं याच्या निदानाकरिता जेवण झाल्यानंतर किंवा सकाळी उपाशी पोटी रक्तांचे नमुने घेवून शर्करा तपासली जाते. सामान्यां एवढी किंवा जास्त असेल तर आहार विहाराचे नियमन केल्यास हा मधुमेह बरा होऊ शकतो. यामध्ये कार्बोहायड्रेटस कमी खाणे बेकरीचे पदार्थ साखर असलेले पदार्थ कमी खाणे किंवा पोहणे, धावणे जिम ला जाणे सायकल चालविणे किंवा ४५ मिनीटे गतीने चालणे हे उपाय पण या मधुमेहाला पुढे रेटू शकतो. किंवा टाळू शकतो.

मधुमेहाचे मुख्य दोन प्रकार असतात टाईप १, टाईप २

टाईप- १-

टाईप १- मधुमेह व इंन्सुलिन आश्रीत मधुमेह आहे जो अल्पवयीन मुलांमध्ये आणि ३० च्या आतील तरूणांमध्ये आढळतो. हा मधुमेह जागतिक टक्केवारीत मधुमेहाच्या रूग्णामध्ये १० टक्के आढळून आलेला आहे. स्वादुपिंड (पॅनक्रियाज) मधील क्षतिग्रस्त बिटा पेशीमुळे अंशतः किंवा पुर्णपणे इंन्सुलिन तयार करण्याच्या अक्षमतेमुळे मुख्यतः हि स्थिती उद्‌भवते. यामुळे शर्करा साठवून राहू शकत नाही. आणि उर्जेच्या रूपात तिचा वापर हि होत नाही. या कारणाने रक्तप्रवाहात शर्करा अधिक होते. टाईप १ मधुमेहात दोन वेगळे प्रकार आहेत. १) किशोरवयीन मुलांमध्ये आढळून येणारा मधुमेह २) बिटापेशी नष्ट झाल्यामुळे किंवा काम न करत असल्यामुळे टाईप २ च्या रूग्णाचाही याच्यात समावेश होतो.

टाईप - २ हा मधुमेह संशोधनाव्दारे असे लक्षात आले आहे की, हा प्रकार जास्त प्रमाणात आढळतो. यामध्ये आवश्यक असलेली इंन्सुलिन ची मात्रा शरिरामध्येच तयार होवू शकत नाही. किंवा शरिरात असलेल्या शर्करा ला इन्सुलिन ऊर्जेमध्ये परिवर्तीत करू शकत नाही. अश्यावेळेला रक्तात शर्करेची मात्रा वाढते. टाईप २ मधुमेह वय वर्षे ३० किंवा त्याच्यापेक्षा अधिक वयाच्या लोकांना होण्याची शक्यता अधिक असते. संशोधनाव्दारे असेही लक्षात आले आहे की, लहान मुलांमध्ये सुध्दा आनुवंशिकता असली तरी हा प्रकार होऊ शकतो. टाईप २ प्रकारचा मधुमेह बैठी जिवनशैली, कमी किंवा शुन्य शारिरीक हालचाल, तणाव आणि चुकीची खाद्यप्रवृत्ती मुळे हल्लीच्या काळात जास्त प्रमाणात आढळत आहे.

गर्भधारणेसंबंधी मधुमेह

हा मधुमेह गर्भधारणेच्या वेळी होतो. गर्भधारणेनंतर काही आईच्या रक्तांमध्ये सामान्य पेक्षा जास्त शर्करा चे प्रमाण आढळते. गर्भधारणेत झालेला मधुमेह जर वेळेवर ओळखता आला नाही किंवा बरा करता आला नाही तर आई आणि बाळाला मधुमेह कायम येण्याची संभावना नाकारता येत नाही. या करिता स्वतःची काळजी घेणे, कुठलेही औषध मनाने न घेणे, डॉक्टरांचा सल्ला घेवून औषध व आहारविहाराचा समतोल ठेवणे फार गरजेचे असते.

Rejuvenating your life...
An ISO 9001:2008 प्रमाणित
नाईक होमिओपॅथी

टिप्स

मधुमेहचा आजार असलेल्या रूग्णांसाठी टिप्स्

- वजनावर लक्ष ठेवणे (नियमित वजन करणे)
- किती वजन असावे याचे ध्येय निश्चित करावे.
- संतुलित आहार घ्यावा.
- रोजनिशी प्रमाणे आहार (Diet) निश्चीत करावा
- नियमित आरोग्य तपासणी करावी.
- सातत्याने प्रयत्न करत राहावे,निराश होऊ नये,
- वजन कमी झाले की स्वतःला प्रोत्साहन द्यावे.
- संतुलित आहार,नाईक होमिओपॅथीचे औषधी आणि दैनंदिन व्यायामामुळे तुम्ही कोणतेही हानिकारक परिणाम न होता निरोगी व उत्साही आयुष्य जगू शकता
- स्वतःवर प्रेम आणि स्वतःशी प्रामाणिक राहाणे यशाची गुरूकिल्ली ठरेल.
- नो फॅट, लो कार्ब,ग्लुटेन फ्री, लो ग्लायकेमिक इन्डेक्स असलेला आहार घ्यावा.
- पंचतत्वावर आधारित आहार सुचविल्या जातो.

RESEARCH WORKS IN PROGRESS

मधुमेह कार्य सुधारण्यासाठी
मददगार औषधी

Rejuvenating your life...
An ISO 9001:2008 प्रमाणित
नाईक होमिओपॅथी

मधुमेह बद्दलचे तथ्य

- डायबिटीज (मधुमेह) हा भारतात विशेषतः केरळ अधिक तामिळनाडू व पंजाब मध्ये अधिक आहे.सध्या देशात २.९ दक्षलक्ष लोक ग्रस्त असून भारतात इतर देशाच्या तुलनेने सर्वाधिक मधुमेह रूग्ण आहेत.
- डायबिटीज (मधुमेह) या आजारामुळे अंधत्व,मुत्रपिंड निकामी होणे, हृदयविकाराचा झटका पॅरालोसीस आदी आजार त्वरीत उदभवू शकतात.
- डायबिटीज (मधुमेह) चे प्रमाण गेल्या २५ वर्षात दहा पटीने वाढले आहे.
- नियमित तपासणी, उपचार घेतल्यास डायबिटीज (मधुमेह) नियंत्रणात राहू शकतो.
- कोरोना (कोव्हीड-१९) व्हायरस मधुमेहाच्या रूग्णांकरिता जीवघेणा ठरतो.

सांकेतीक सुचना

अचानक भुकेने तळमळणे (खाण्याची तिव्र इच्छा होणे)

गरजेपेक्षा जास्तवेळा लघवीला जाणे विशेषतः रात्री

सतत तहानलेले असणे (वारंवार तहान लागणे)

वजनातील घट होणे

डोळ्याने अस्पष्ट दिसणे

सहजपणे थकल्यासारखे जाणवणे

परत परत होणारे संसर्ग,उदा. हिरड्या,कातडी,मुत्राशय

जखमांना बरे होण्यास अधिक वेळ लागणे

चिडचिडेपणा,अस्थिर मन

तळहात किंवा पायाखालच्या भागास जळजळीच्या संवेदना

अभिप्राय

माझा ब-याच वर्षापासूनचा डायबिटीज नियंत्रीत झाला.

मी ज्ञानोबा, कात्रज येथे राहतो.मला गेले अनेक दिवसापासून डायबिटीज चा त्रास होता.मला नाईक होमिओपॅथी येथे ॲडव्हॉन्सड् उपचाराची माहिती मिळाली असता मी येथे उपचारासाठी आलो माझी हिस्ट्री घेवून मला औषधी देण्यात आली मी साधारणतः तीन महिने औषधी घेवून उपचार केला असता माझा आता थकवा देखील दुर झाला. त्यातच माझे वजन ही ७ किलो कमी झाले. मला जवळजवळ ८० टक्के फायदा झाला.आहे खरोखर डायबिटीज च्या रूग्णांनी ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी उपचार घ्यावा असा मी अभिप्राय देत आहे.

दोन महिन्याच्या उपचारानंतर मला आता खुप फायदा झाला.

मी सुरज,अमरावती येथे राहतो,मला गेल्या दोन वर्षापासून डायबीटीज चा त्रास होता. मला नाईक होमिओपॅथी येथील ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी बाबत माहिती मिळाली मी लगेच येथे उपचारासाठी आलो. माझी हिस्ट्री घेतल्यानंतर मला औषधे देण्यात आले. दोन महिन्याच्या उपचारानंतर खुप फायदा झाला.माझी शुगर लेव्हल कमी झाली. मला फेश वाटते आहे.होमिओपॅथी औषधे कोणतीही दुष्परिणाम विरहीत असल्याने सर्वानी त्याचा फायदा घ्यावा असे मी जरूर सुचवेन.

समज गैरसमज

गैरसमज

डायबिटीज बरा होऊ शकत नाही.

समज - असे नाही डायबिटीज बरा होऊ शकतो, ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथीचे अचुक औषध,आहार आणि व्यायाम यांची सांगड घातल्यास आपण डायबिटीज नियंत्रीत करू शकतो.

गैरसमज

फक्त आहार नियमनाने डायबिटीज बरा होऊ शकतो.

समज - आहार विहार व ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी औषधाने डायबिटीज अंशतः बरा होऊ शकतो.

गैरसमज

इंन्सुलिन पुर्णपणे बंद होऊ शकत नाही.

समज - ॲडव्हॉन्सड होमिओपॅथीचे अचुक औषध, व्यायाम, संतुलीत आहार, मिनरल्स, ईन्झाइम घेतल्यास इंन्सुलिन बंद होऊ शकते.

गैरसमज

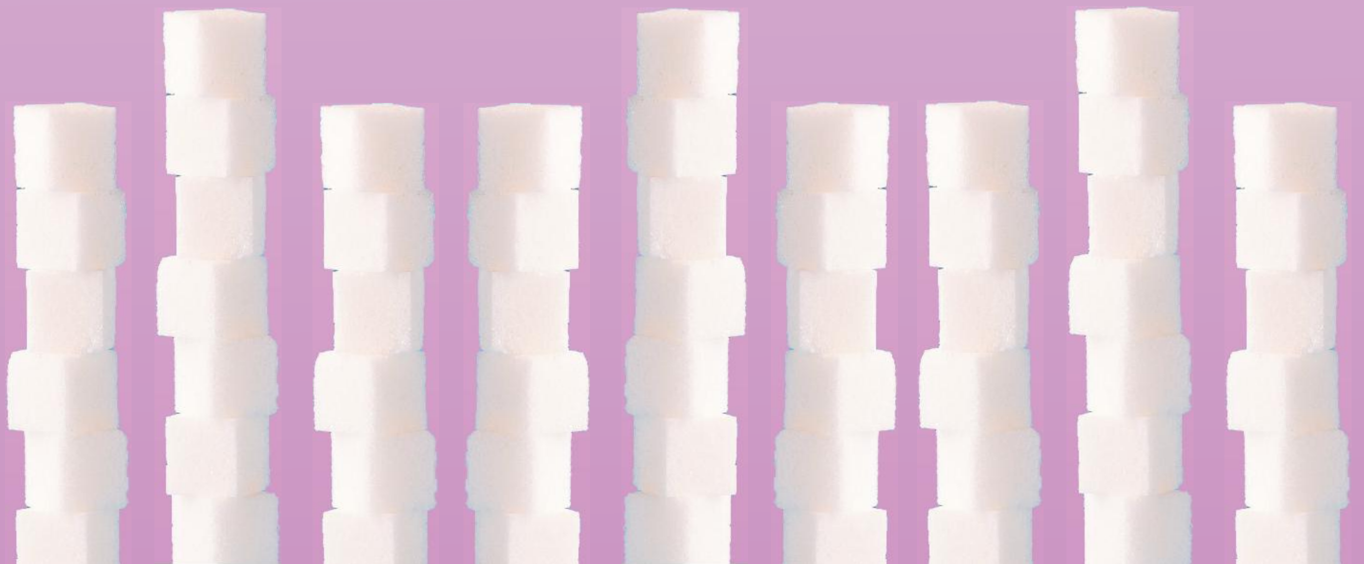
डायबिटीज चे दुष्परिणाम टाळू शकत नाही.

समज - साखरेचे रक्तातील प्रमाण नियंत्रीत ठेवल्यास आपण डायबीटीज चे दुष्परिणाम निश्चीतच टाळू शकतो.

गैरसमज

डायबेटीक ग्रॅग्रीन मध्ये बाधित झालेला अवयव कापल्याशिवाय बरा होत नाही.

समज - हे योग्य नाही ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथीच्या अचुक औषधाने आपण अश्या डायबिटीक ग्रॅगीनवर मात करू शकतो.



आहार नियम

काय खायचे-

गहू - गहू कोरडे भाजून पीठ करावे. त्याच्या पोळया किंवा फुलके करता येतील.
ज्वारी - कोरडी भाजावी त्याचे पीठ बनवून भाकरी करता वापरावे.
भाजतांना एरंडेल तेलाचा हात द्यावा आणि पिठ मळतांना तेल टाकून मळावे.
डाळ - मुगड़ाळ,मसूर डाळ भाजून आमटी करा.डाळींचा वापर सालासकट करावा.
फळे - संत्री मोसंबी जांभूळ आवळा इ.तुरट कडू आणि तिखट पदार्थ जास्त खावेत.
मधुमेहाच्या रूग्णांनी पचन होण्यास हलका असलेला त्याच सोबत सहज मिसळणारे आहार घ्यावेत.
लवकर पचणारे फळे उदा.टरबुज,पपई,बोर इत्यादी फळे जे लवकर पचतात आणि
आतड्यांना साफ ठेवण्यास मदत करतात.
मधुमेह झाल्यास तरल पदार्थ घ्यावेत उदा.लिंबू पाणी,फळांचा रस,भाज्यांचा रस,
सुप इत्यादी.यामुळे देखील मधुमेह नियंत्रणात येण्यासाठी मदत होईल.
तज्ञांकडून सल्ला घेवून रोगी पौष्टीक आहारासाठी एक मधुमेह आहार तक्ता बनवून घेऊ शकतात.

काय खावू नये -

सारखेचे गोड पदार्थ, गुळ मध, नानाविध मिठाई, खव्याचे पदार्थ, बेकरी पदार्थ,
आहारात मिठाचे प्रमाण कमी ठेवावे
वडापाव,समोसा सारखी तेलकट पदार्थ टाळावेत.
मांसाहाराचे प्रमाण कमी करावे
कोल्ड्रींक्स हवाबंद पदार्थ खाणे टाळावेत.
केळी चिकू सिताफळे फणस,आंबा ही गोड फळे खाऊ नयेत.
बटाटे, रताळे गाजर वांगी ह्या फळभाज्या खाऊ नयेत.
एकाचवेळी भरपेट जेवण टाळा.दिवसातून चार वेळा खावे,शिळे भोजन खाऊ नये.

अभिप्राय

९ महिन्यानंतर माझा डायबिटीज नियंत्रणात आला.

मी नुतन रा.अकोला मला मागील वर्षापासून मधुमेह आहे. त्यामुळे संध्याकाळ झाली की,मरगळ येणे,अशक्तपणा येणे, चिडचिड होणे, डोके दुखणे,जेवण न पचणे आणि झोप न येणे असे अनेकोअनेक त्रास असल्यामुळे मला फार अस्वस्थ वाटायचे. यानंतर मला न्युजपेपरच्या माध्यमातून नाईक होमिओपॅथी बद्दल माहिती मिळाली.नाईक होमिओपॅथी येथे आल्यावर माझी हिस्ट्री घेण्यात आली. आज ९ महिन्यानंतर माझे बरेचसे आजार कंट्रोलमध्ये आले आहेत चिडचिड कमी झाली आहे. आणि आज तारखेला माझे वजन १४ किलोने कमी झाले आहे. ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी औषधे डायबिटीज च्या रूग्णांना खुप मदत करू शकतात असा माझा विश्‍वास बळावला आहे करिता हा अभिप्राय देत आहे.

नाईक होमिओपॅथीच्या औषधाने माझा डायबिटीज नियंत्रीत झाला.

मी विवेक, गोदिंया येथे राहत असून मला डायबिटीज मुळे पायाला आपोआप जखम झाली होती. व ती काहीही केल्या बसत नव्हती पू वाहणे, वास येणे, दुखणे इत्यादी प्रॉब्लेम नेहमीचेच झाले होते. पायाला गँगरीन झाला तर पाय कापावा लागेल असे सुचविल्यावर मी फार घाबरून गेलो होते. टिव्ही वर डॉ. उदय नाईक यांची मुलाखत पाहून मी नाईक होमिओपॅथी येथे गेलो असता माझी काऊंसलिंग करून हिस्ट्री घेण्यात आली. सहा महिन्याच्या औषधोपचारानंतर माझी जखम पुर्ण बरी झाली आहे. पाय दुखणे कमी झाले आहे. वजन कमी झाल्यामुळे मला खुप हलके हलके आणि चांगले वाटत आहे. मला मिळालेला फायदा सर्व डायबिटीक रूग्णांना मिळावा करिता हा अभिप्राय देत आहे.

ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी औषधी घेतल्यानंतर मला ८० टक्के फायदा झाला.

माझे नांव के. सिंग मी अकोल्यात राहत असून डायबिटीज आणि गॅंगरीन मुळे माझ्या पायाचे शेवटचे तीन बोटे कापली होती. आणि ती जखम बसत नव्हती पायातून सारखा पू आणि सिरम वाहायचा याची खुप दुर्गंधी यायची. डॉ. नी पोटरी पासून पाय कापावा लागेल असे सांगितल्यावर मी खुप घाबरलो मित्राकडून मिळालेल्या महितीवरून मी नाईक होमिओपॅथी मध्ये आलो. येथे उपचार घेतल्यानंतर मला खुप फायदा झाला. माझा पाय कापण्याची गरज राहिली नाही. खरोखर डायबिटीज च्या रूग्णांनी ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी औषधी घेवून आपले स्वास्थ चांगले करावे असे मी सुचवितो.

....आणि तिन महिन्याच्या उपचाराने माझी शुगर लेव्हल नियंत्रणात आली.

मी सौ. कबाडे माझ्या ९ वर्षीय मुलाला घेवून नाईक होमिओपॅथी मध्ये आले होते. आनुवंशिकता आणि फॅमिली हिस्ट्री मुळे त्याला ५५० ते ६०० पर्यन्त ब्लड शुगर असायची मी ॲलोपॅथीचे ३ ते ४ डॉक्टरांचे औषधे घेवून चुकले होते तरीही त्याची शुगर कमी होत नव्हती संध्याकाळ झाली की तो झोपून जायचा. त्याच्यात काहीच ताकद राहायची नाही, अभ्यास होत नव्हता, शाळेत दुपारी झोपुन जायचा नाईक होमिओपॅथी मध्ये औषध घेतल्यानंतर तीन महिन्यापासून त्याची शुगर लेव्हलला यायला लागली. अभ्यासात मन लागून राहिले. शाळेत दुपारी झोपत नाही. आणि संध्याकाळी तो अभ्यास करतो एवढी ताकद त्याच्यात राहते.

ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी उपचाराने इन्सुलिन घेणे बंद झाले

मी डॉ. विजय, मला गेल्या १० ते १२ वर्षापासून डायबिटीज चा त्रास होता. मला त्यामुळे फारसा त्रास नव्हता, परंतु त्यापासून भूक लागत नव्हती, फ्रेश वाटत नव्हते. मी अगोदर इतर उपचार केले असता मला त्यांनी इंन्सुलिन घेण्याचे सांगितले होते. त्यानुसार मी रोज ४० युनिट इन्सुलिन घ्यायचो. त्यानंतर मला नाईक होमिओपॅथी बाबत माहिती मिळाली असता. मी येथे उपचार घेण्याचे ठरविले साधारणतः ६ महिन्याच्या उपचारानंतर आता माझे इंन्सुलिन घेणे पुर्णपणे बंद झाले आहे. मला फ्रेश वाटते. होमिओपॅथी अत्यंत प्रभावी आहे असे मी म्हणेन.

डायबिटीज च्या रूग्णांनी खरोखर ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी औषधी घ्यावी.

मी नाजुकराव, माझी दिवसेंदिवस शुगर वाढत होती. मी नाईक होमिओपॅथी येथे उपचार केल्यानंतर ५ महिन्यानंतर मला जी वारंवार लघवी होत होती ती आता कमी झाली. माझा एक खांदा सतत दुखायचा तो आता बरा झाला आहे. त्यासोबच मला आता एकदम फ्रेश वाटत आहे. डायबिटीज च्या रूग्णांनी खरोखर ॲडव्हॉन्सड् होमिओपॅथी औषधी घ्यावी. असे मी माझ्या उपचारावरून नक्कीच सुचवेन.