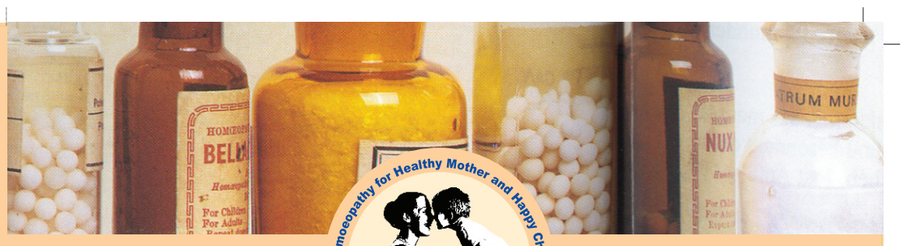

होम्योपैथिक उपचार में सामान्य हिदायतें :

1. इस पत्रिका में निर्देशित औषधियों का उपयोग उसी अवस्था में करना चाहिए जब दिए गए लक्षण रोगी के लक्षणों से मेल खाते हों।
2. औषधि की मात्रा – प्रत्येक तीन घण्टे के बाद 40 नम्बर की 3 गोलियाँ चूस लें अथवा सादे पानी में घोल कर लें।
3. औषधि का सेवन मुँह साफ करके करें और बेहतर होगा कि खाली पेट लें।
4. यदि औषधि सेवन के 24 घंटे की अवधि में आराम आ जाए तो औषधि का सेवन बंद कर दें।
5. यदि औषधि सेवन के बाद 24 घंटे में आराम न आए अथवा लक्षणों में वृद्धि हो तो होम्योपैथिक चिकित्सक की सलाह लें।
6. औषधियों को तेज गन्ध वाली वस्तुओं जैसे कपूर तथा मेंथाल इत्यादि से दूर रखें।
7. औषधियों को ठंडे एवं शुष्क स्थान पर रखें और धूप एवं गर्मी से दूर रखें।
8. औषधियों को बच्चों की पहुँच से दूर रखें।

केन्द्रीय होम्योपैथिक अनुसंधान परिषद्
(भारत सरकार, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के अधीन गठित स्वशासी निकाय)
जवाहर लाल नेहरू भारतीय चिकित्सा एवं होम्योपैथिक अनुसंधान भवन,
61–65 संस्थागत क्षेत्र, डी–ब्लॉक के सामने, जनकपुरी, नई दिल्ली–110058
फोन: 91–11–28521162, 91–11–28525523 फैक्स: 91–11–28521060
ईमेल : ccrh@del3.vsnl.net.in वेबसाइट : www.ccrhindia.org

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

शिशुओं में दस्त 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)

शिशुओं में दस्त

ढीले तथा पतले मल का बार–बार त्यागना, दस्त कहलाता है।

कारण :

- संक्रमण : (वायरस, बैक्टीरिया अथवा परजीवी द्वारा)।
- किसी खाद्य पदार्थ के प्रति अत्यधिक संवेदनशीलता।
- किसी औषधि की प्रतिक्रिया स्वरूप।

यदि दस्त का उचित उपचार न किया जाए, तो **निर्जलीकरण** (शरीर में पानी की कमी) हो सकता है। **शरीर में उपयुक्त मात्रा में जल तथा अन्य द्रव्यों की कमी के कारण, शरीर के सामान्य कार्यों में बाधा आ जाती है।** अत्यंत निर्जलीकरण को तुरंत चिकित्सा की आवश्यकता होती है और यदि इसका समय पर उपचार न किया जाए तो स्थायी रूप से मस्तिष्क को क्षति पहुँच सकती है अन्यथा मृत्यु भी हो सकती है।

शिशु में निर्जलीकरण की अवस्था में निम्नलिखित लक्षण होते हैं:

- चिड़चिड़ापन एवं बेचैनी।
- शुष्क एवं धंसी हुई आँखें।
- अधिक प्यास लगना तथा अत्यधिक उत्सुकता से पानी पीना।
- त्वचा पर चुटकी लेने के बाद उठी हुई त्वचा को सामान्य अवस्था में आने में देरी लगती है।

स्वच्छ पानी पीयें

दस्त से बचाव के उपाय :

- मल त्याग के बाद बच्चों में साबुन से हाथ धोने की आदत डालें
- स्वच्छ पानी पीएँ।
- खाने से पहले हाथ अवश्य धोएँ।
- फल एवं सब्जियाँ धोकर खाएँ।
- खाद्य पदार्थों को ढक कर रखें।

खाने से पहले व मल त्याग के बाद हाथ धोएँ

खाद्य पदार्थों को ढक कर रखें

फल व सब्जियाँ धोकर खाएँ।

क्या करें :

- सर्वप्रथम शिशु में पानी की कमी को पूरा करें।
- शिशुओं को स्तनपान कराते रहें।
- शिशुओं का ओ.आर.एस. अथवा घर पर तैयार किया गया चीनी तथा नमक का घोल पिलाएँ।
- धीरे–धीरे शिशु को नरम खाद्य पदार्थ जैसे केला, चावल, उबले आलू, सिका हुआ टोस्ट, दही अथवा सूप आदि देना आरम्भ करें।

क्या न करें :

- शिशु को दूध और दूध से बनी वस्तुएँ न दें।
- ऐसे तरल पदार्थ न दें जिसमें कैफीन हो जैसे कॉफी, कोला आदि।
- तैलीय, अधिक रेशेदार तथा अधिक मीठे खाद्य पदार्थ न दें।

घर पर चीनी एवं नमक का घोल कैसे बनाएँ ?

एक लीटर अथवा 5 कप उबले एवं ठंडे किए हुए पानी में 1 छोटा चम्मच नमक एवं 8 छोटे चम्मच चीनी डालकर अच्छी तरह घोल लें। इस मिश्रण को 24 घंटे के अंदर ही प्रयोग करें। **बचे हुए मिश्रण को फेंक दें।**

चिकित्सक की सलाह अवश्य लें यदि :

- दस्त असाध्य हो जाएँ अथवा 2–3 दिन से ज्यादा रहें।
- मल में रक्त तथा श्लेष्मा (म्यूकस) का स्त्राव हो।
- दस्त बार–बार हों अथवा शिशु का वजन कम हो रहा हो।
- शिशु में जलहीनता के लक्षण दिखाई दें।
- शिशु में उल्टी, ज्वर तथा पेट में दर्द अथवा ऐंठन हो।

होम्योपैथी द्वारा दस्त में किस प्रकार लाभ हो सकता है ?

निम्नलिखित होम्योपैथिक औषधियाँ शिशुओं में दस्त के प्राथमिक उपचार के लिए प्रयोग की जाती हैं। परन्तु किसी भी औषधि के प्रयोग से पहले किसी योग्य चिकित्सक की सलाह अवश्य लें।

लक्षण	औषधि
अपचित, पतला तथा हरे रंग का मल होना। मल त्याग से पहले पेट में दर्द एवं ऐंठन होना। मल त्याग के बाद कमजोरी एवं शिथिलता का आभास होना।	*ऐथ्यूज़ा साइनेपियम 30*
रसीले फल अथवा सेब का रस लेने से दस्त होना। हरे, चिपचिपे तथा अपचित मल तथा दुर्गंधयुक्त वायु का निकास होना।	*कैल्केरिया फॉस्फोरिका 30*
शिशु का अत्यधिक चिड़चिड़ा होना। शिशु का एक गाल लाल एवं एक फीका अथवा पीला होना। चिपचिपा, हरा एवं दुर्गंधयुक्त मल त्यागना। माथे पर अत्यधिक पसीना आना।	*कैमोमिला 30*
खट्टे फल लेने से होने वाले पीड़ारहित दस्त जो अधिकतर प्रातःकाल में हों। हरे, पतले, दुर्गंधयुक्त, अधिक मात्रा में तथा तेज बहाव के साथ मल त्याग होना।	*पोडोफाइलम 30*
अम्लीय गंध वाला दस्त। शिशु के शरीर से अम्लीय दुर्गंध आना। उदर में पीड़ा होना तथा मल त्यागने की इच्छा के साथ पीड़ा होना।	*र्यूम 30*
शिशु में दूध का पाचन न होना। दूध पीने से उदर (पेट) में पीड़ा होना। अपचित तथा अम्लीय दुर्गंध वाले मल।	*मैग्नीशिया कार्बोनिकम 30*

पीछे दिए गए निर्देशों का पालन करें