

நீரிழிவு நோயில் யாழ்ப்பாணத்து மருத்துவ மூலிகைகள் செயற்படும் திறன் பற்றிய ஓர் ஆய்வு

டீக் அன்பச்சல்வி, மருத்துவர் க. ஸ்ரீதரன்

ஆய்வுக்கருக்கம்

வாழ்ப்பாணத்தில் உணவுக் கட்டுப்பாட்டுடன் உள்ள நீரிழிவு நோயாளிகள் 50 பேர் தேர்ந்து எடுக்கப்பட்டு அவர்கள் கவனக் உபயோகிக்கும் மூலிகைகளை சிறுதரிசூர், கொவ்வை, கடுவேப்பினை, ஆவாண, நாவல் ஆகிய மூலிகைகளை உபயோகிப்பவர்களின் குளுக்கி குளுக்கோசின் அளவு அளிக்கப்பட்டு, நான்கு வாரங்களுக்கு தொடர்ச்சியாக ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்ட போது சிறுதரிசூர் உபயோகிப்பவர்களின் குளுக்கி குளுக்கோசை 244(+/-47.09) 120(+/-40.59), ஆவாண 229(+/-61.55) 135(+/-34.36), கடுவேப்பினை 260(+/-60.17) 145(+/-30.01), ஆவாண 185.67+/-7.28 106.67+/-3.52, நாவல் 176.67+/-7.28-116.67+/-7.28 என ஆய்வு நாளையில் இடத்து 4 வாரத்தின் பின் குணமடைந்தவர்களிடம் இத்தரவுகளிலிருந்து இம் மூலிகைகள் நீரிழிவு நோயில் சிறப்பாகச் செயல்படுத்துகின்றன எனக் கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

திறவுச்சொற்கள் : சிறுதரிசூர், ஆவாண, கடுவேப்பினை, கொவ்வை, நாவல்.

சுருக்கம்

நீரிழிவு நோயாளியு இன்று மருத்துவ உடலிழைப்பு பெரிசுதொகு சவாலாக அமைந்துள்ளது. இத் நோயினால் சிறியவர்கள் முதல் முதியவர்கள் வரை பெரும்பாலும் பாதிக்கப்படுகின்றனர். இத் நோய் நோய்துவதற்கு முக்கிய காரணமாக அமைவது தற்போதைய தொழில்நுட்பத்தின் விளைவு என்றால் மிகையாகாது. அதிகரித்த வேலைப்பளு, மனவுளைச்சல், இவற்றிரங்கலின் பாவனையாளர்மற்ற உடலுறுப்புருள்நிப்போதல், உடற்பலிற்சியின்மை, உணவுப் பயன்பாட்டின் மாறுபாடு, மக்களிடையே விழிப்புணர்வு இன்மை எனப் பல்வேறு காரணங்களைக் குறிப்பிடலாம்.

யாழ்ப்பாண போதனா வைத்தியசாலைநீரிழிவுச் சிகிச்சை நிலையத்தின் தரவுப்படி யாழ்ப்பாணத்தில் நீரிழிவு நோயாளிகளில் எண்ணிக்கையைச் சரிவாகக் கண்கிட்டுக் கூறமுடியாதுள்ளது. இதில் யாழ்-போதனா வைத்தியசாலையில் சிகிச்சை பெறுபவர்கள், சுற்றயல் வைத்திய நிலையங்களில் சிகிச்சை பெறுபவர்கள், தனிபார்

வைத்திய நிலையங்களில் சிகிச்சை பெறுபவர்கள், சுயமாகத் தமக்குத் தாமே வைத்தியம் செய்பவர்கள் எனப் பல்வேறு வகையில் நீரிழிவு நோயாளிகள் இருப்பதால் தனிபார் கண்கிட்டுக்கட்டுக் குறிப்பிட முடியாது போகிறது. இருத்தும் 2006 ஆம் ஆண்டுப் புள்ளி சிபரத் தகவலின்படி யாழ்ப்பாணத்தில் 6949 நீரிழிவு நோயாளிகளை யாழ்-நீரிழிவு நிலையம் இனங்கண்டுள்ளது. யாழ்-போதனா வைத்திய நிலையத்தில் 2006 ஆம் ஆண்டு 128 நோயாளிகளுக்கு கால்கள் கழற்றப்பட்டும், 104 நோயாளிகளுக்கு வேசர் சிகிச்சை மூலம் கண் பாதிப்புக்கள் குணப்படுத்தப்பட்டும் உள்ள. 63 நோயாளிகள் சிறுதரிசுப் பாதிப்புக்களுக்கு உடனாகிவிடுகின்றார்கள். தற்போது 2013 இல் நிலமை எவ்வாறு இருக்கும் என்பதில் நாம் சிந்திக்கும் நிலை உருவாக வேண்டும்.

பொதுவாக நீரிழிவு நோயைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கு வைத்திய சம்பந்தப்பட்டோர் மட்டுமல்லாமல் எல்லோரும் ஒத்துழைக்க வேண்டும். நோயைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கு மக்களிடையே



விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதன் மூலம் ஆரம்ப நிலையில் கண்டுபிடிக்கலாம். பின்னர் அவர்களுக்கு முறைபாண பராமரிப்பு முறைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். இதன் மூலம் தோவாளியின் உடல் நலத்தைப் பேறுவதோடு நீரிழிவிலும் ஏற்படும் வித்தப்பக்களைத் தடுக்க முடியும். நீரிழிவு தோளைக் கட்டுப்படுத்த உணவு, மருத்துவ முறைகளுடன், சீரான உடற்பயிற்சி, போதிய ஒவ்வொன்றும் எப்படியும் முக்கியமானவைவாகும். நீரிழிவு தோயில் வாழிப்பாணத்து மருத்துவ மூலிகைகள் எவ்வாறு செயலாற்றுகின்றன என்பதை ஆராய்வதே இங்கு ஆய்வாளர்களின் இலக்காகும்.

வாழிப்பாணப்பழமிளவையுறண்டு உயர்நிலை வடிவம் கொண்டு நீரை அதிகம் கொண்ட பிரதேசமாகும். இங்கு வாழும் மூலிகைகள் வாழிப்பாண தட்ப-வெப்ப நிலைகளுக்கெதிராக இயற்கையாக வளருகின்றனவாகும். இம் மூலிகைகளில் காணப்படும் வேதிவற் பொருட்கள் செறிவானதும், மருத்துவ குணத்தில் சிறந்ததுமாகும். இதனார்தான் வேறு பிரதேசங்களில் விட வாழிப்பாண மூலிகைகள் சிறப்பானவைவாகக் காணப்படுகின்றன. இதற்கு ஏற்றாத போல் வாழிப்பாணத்தில் மூலிகைகள் எவற்றிய முறைக்குப் பெரும் வரவேற்பு காணப்படுகிறது. இக் காரணத்தினால் பல்வேறு தோய்களுக்குரிய பல்வேறு மூலிகைகள் கைவைத்திய முறைகளுக்கு பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. இருமல் சளி போன்றவற்றுக்கு இக்மிரி, அஸ்சி, துதுவலை, ஆடாதோடை, கண்டக்கத்திரி போன்றவைவும், வாததோய்க்கு வாதமடக்கி, ஆமணக்கு, தொச்சி என்பனவும் பயன்பட்டது போல் நீரிழிவு தோய்க்கு சிறுதறிஞ்சா, நாவல், ஆவாண, கொய்வை, கறிவேப்பிலை, வேம்பு, அறுகம்புழி, பலாவினை, அஸ்சி, பாகற்காய் போன்ற மூலிகைகளை மக்கள் பயன்படுத்தி வந்தமை ஆய்வாளர்களினால் அறிவப் பட்டது. வாழிப்பாணத்து மூலிகைகள் மனித உடலில் செயற்படும் விதம் பற்றி ஆய்வுகள் இதுவரையில் மேற்கொள்ளப்படாமல் இருந்ததும், அதனை மருத்துவ விஞ்ஞானரீதியில் நிரூபிப்பதற்காக இன்னும் மக்களால் கருதலாய் பயன்படுத்தும் இந்த ஐந்து மூலிகைகளும் இங்கு தெரிவு செய்யப்பட்டுள்ளன.



சிறுதறிஞ்சா
படம் : 1



ஆவாண
படம் : 2



படம் : 3
கறிவேப்பிலை



படம் : 4
அஸ்சி



படம் : 5
நாவல்

ஆய்வினை முக்கியங்கள்

வாழிப்பாணத்தில் காணப்படும் மூலிகைகளில் சில நீரிழிவு தோளைக் கட்டுப்படுத்துவதில் வகிக் கும் மருத்துவ செய்ற்றணை மட்டும் ஆராய்தல்.

ஆய்வு முறையியல் : உள் வாங்கப்படும் தோவாளிகள்

- உணவுகள் கட்டுப்பாடுடன் மூலிகை மருத்துவச் சம்போகிப்போர்

- * மேலவத்தேய மருத்துகளைக் கடத்த 3 மாதங் களாக உபயோகிக்காதோர்
- வளைவேற்றப்படும் மூலிகைகள்**
- * விசுத்தபங்கஜூடல் மேலவத்தேய மருத்துகல் உபயோகிப்போர்
- * மேலவத்தேய மருத்துகல், மூலிகைகல் கவுத்து உபயோகிப்போர்
- * உணவுபுதிவமுறைகளைகடைப்பிடிக்காதோர்.

ஆய்வு தொடங்கப்பட்ட காலம் : மூட மாதம் 2014 - சித்திரை மாதம் 2014

ஆய்வுக்குரிய பிரதேசம் வரம்புப்பாணமாதும், இங்கு காணப்படும் மூலிகைகளில் சிறுகுறிஞ்சா, தாவல், கொம்பை, சுறிவேப்பிவை, ஆவாரை ஆகியவைது பெருமளவு பயன்படுத்தும் மூலிகைக் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு அவற்றை உபயோகிக்கும் நோயாளிகளில் குகுதிப் பரிசோதனை செய் யப்பட்டு ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது. ஆய் வில் போது ஆய்வாளரால் நோயாளிகள் சயமாகத் தாங்களே தங்களுக்குரிய மூலிகைள பயன்படுத்துபவர்களை இளங்கண்டு அவர்களில் சம்மதம் பெறப்பட்டு, அவர்கள் மீதான ஆய்வை

மேற்கொள்ளும்படி இங்கு குறிப்பிடத்தக்கது. ஒவ்வொரு குழுவிலும் 10 நோயாளிகள் என மொத்தமாக 50 நோயாளிகள் ஆய்வினை தெரிவு செய்யப்பட்டனர். தொடர்ச்சியாக உபயோகிப்பதானும், இயர்களில் எந்தவித நில குணங்களைக் காட்டாததானும் ஆய்வினை இடைவியாவல், நீயவியைவுகள் என்பன அவதானிக் கப்பட்டவியாவல் ஆய்வினைகுழு-1 இய்சிறுகுறிஞ்சா உபயோகிக்கின்ற நோயாளிகள், குழு - 2 இய் கொம்பை உபயோகிக்கின்ற நோயாளிகளையும், குழு - 3 இய் சுறிவேப்பிவை உபயோகிக்கின்ற நோயாளிகளையும், குழு - 4 இய் ஆவாரை உபயோகிக்கின்ற நோயாளிகளையும், குழு - 5 இய் தாவல் உபயோகிக்கின்ற நோயாளிகளுமாக ஐத்து குழுக்கல் பிரிக்கப்பட்டு அவர்கள் எடுக்கின்றனவு மூலிகைகல் பயன்படுத்த தப்பட்டன. ஆய்வுபுதிவ் பெற்ற குகுதிப் பரிசோதனையும், பிசு மிழமை - 1, மிழமை - 2, மிழமை -3 ஆகிய மூன்று தடவைகல் பெற்றகுகுதிப்பரிசோதனைகளில்பெறுபெறுகலும் எடுக்கப்பட்டு ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது.

ஆய்வினை பண்பல்க்கல்

ஆட்டவணை 1 : மூன்று வார சிவ்வியில் குகுதிக்குகூக்கோசில் அளவு

Gorups	Initial PPBS (mg/dl)	1st Week PPBS (mg/dl)	2nd Week PPBS (mg/dl)	3rd Week PPBS (mg/dl)
Group - 1 (Gymnema Sylvestre சிறு குறிஞ்சா)	244 (+/-47.09)	224 (+/-47.49)	158 (+/-32.46)	120 (+/-40.59)
Group - 2 (Coccinia indica கொம்பை)	229 (+/-61.55)	183 (+/-51.57)	160 (+/-40.73)	125 (+/-34.35)
Group - 3 (Murraya Koenegii சுறிவேப்பிவை)	260 (+/-60.17)	211(+/-60.32)	170 (+/-47.56)	145 (+/-30.01)
Group - 4 (Cassia auriculata ஆவாரை hot infusion)	186.67 +/-7.28	166.67 +/-7.28	126.67 +/-7.28	106.47 +/-3.52
Group - 5 (Engenia Jambolana தாவல்)	176.67 +/-7.28	152.42 +/-4.32	136.47 +/-3.52	116.67 +/-7.28

ஆய்வினை சிறுநீர்த்ஞ்சா, கொவ்வை, சுறிவேப் பினை ஆவாண, நாவல் போன்ற மூலிகைகளின் பயன்பாட்டில் குருதிக்குளுக்கோசின் அளவு குறைந்திருப்பது அவதானிக்கப்பட்டுள்ளது.

விவரத்தரும்

பொதுவாக சிறுநீர்த்ஞ்சா மூலிகையே மக்கள் மனதில் பிரபலம்மானதாக அறியப்பட்டுள்ளது. இம் மூலிகைவின் ஆய்வுகள் செய்யப்பட்டு நிறுமிக்கப்பட்டுள்ளனமவும் குறிப்பிடத்தக்கது. சிறுநீர்த்ஞ்சா, தீரீழிவு நோயாளிகளின் சந்தவியின் இயல்களின் சிறுநீர்த்ஞ்சல்களின் தொழிற்பாட்டை சீர் செய்து இல்களினைச் சுரக்கச் செய்வதாக ஆய்வினை கண்டறியப்பட்டுள்ளது. ஆரம்ப கட்ட தீரீழிவு நோயாளிகளின் பயன்படுத்துவதன் இலக்ககார் சிறுநீர்த்ஞ்சல்கட்ட இழையங்களைச் சீர் செய்வது இவருவானதாகும். மற்றும் குருதியில் உள்ள கொவ்வரோசல் அளவுகளை சீர் செய்வதும், சிறுநீரில் வெளியேறும் சிறிய அல்புமின்கள் வெளியேறுவதைத் தடுப்பதும் சிறப்பாக தொழினாத்துவதாக ஆய்வு மூலம் அறியப்பட்டுள்ளது.

நாவல் பொதுவாக வாழையடி, வாழையாக பாட்டி, வைத்திய முறைவின் கைமுறை மருத்தாக நாவல் கோப்பி வாழ்ப்பாணத்து மக்களிடையே பாவணமில் இருந்து வந்தது ஆய்வாளர்களினால் அறியப்பட்டுள்ளது. தற்போது இம் முறை வழக்கோழித்து போனாறும் தீரீழிவு நோயாளியின் குருதிக்குளுக்கோசின் அளவைக்

குறைப்பதும், இரத்தத்திழுவின் கொவ்வரோசல் அளவு என்பவற்றை குறைப்பதும் ஆய்வினை மூலம் தீரூமிக்கப்பட்டுள்ளது. பொதுவாக சுறிவேப்பினை, கொவ்வை என்பன சம்பளாகச் சாப்பிடுவது வாழ்ப்பாண மக்களிடையே வழக்கமான விடயமாகும். ஆவாண, நாவல் என்பன வெந்திறல் பாவமாக பயன்படுத்தப்பட்டு வருவதும் குறிப்பிடத்தக்கது. சுறிவேப்பினை குருதியின்குளுக்கோசின் அளவை குறைப்பது ஆய்வினை கண்டுபிடிக்கப்பட்டுள்ளது.

தற்போது வாழ்ப்பாண மக்கள் தீரீழிவு நோயில் வெக்கண்ட மூலிகைகளை உணவுமுறைவாகவும், மேலவைத்தல் மருத்துவமூடல் உபயோகித்து வருகின்றார்கள். ஆய்வாறு உபயோகித்து வருபவர்கள் சரியான உணவுக் கட்டுப்பாட்டுடன் ஆரோக்கியமாக இருப்பது கண்டறியப்பட்டுள்ளது. தனியே மூலிகைகளைவோ அல்லது தனியே மேலவைத்தல் மருத்துவகளைவோ பயன்படுத்துவதை விட ஒன்றினைத்த மருத்துப் பாவண சிறப்பாக செயற்படுவது குறிப்பிடத்தக்கது.

குடிமுறை

தீரீழிவு நோயைக் கட்டுப்பாட்டில் கொண்டு வருவதில் மூலிகைகள் சிறப்பாக செயற்படுகின்றன. எனினும் அவற்றின் செயற்பாடு தாமதமாகவே உள்ளது. இருந்தும் எத்தனை பக்கவினைவுகளையும் இம்மூலிகை மருத்துவ சிசிச்சை முறையில் அறிவப்படவில்லை.

Foot Notes

1. ALA-Romaiyan, Asaranne, H.;Maity, C.R.;Chatterjee, S.K.;Koley, N.;Biswas, T.;Chatterj, A.K.; Huang, G.C.;Amiel, S.A.;Persaud, S.J.;Jones, P.M.A nove Gymnema sylvestre extract stimulates insulin secretion from uman islets in vivo and in vitro. Phytother. Res., v.24, p.1370 - 1376, 2010.
2. Nasir A, Prabhu KM, Murthy PS, Dev G. Hypoglycemic and hypolipidemic effects of ethanolic extract of Seeds of Eugenia jambolana in alloxan induced diabetic rabbits. J Ethnopharmacol 2003; 85: 201 - 206.
3. Gupta SS, Varlyu MC. Experimental Studies on pituitary on Diabetes. IV. Effect of Gymnema sylvestre and Coccinia india indica against the Hyperglycaemic response of somatotropin and corticotrophin hormones. Indian J Med Res. 1964 Feb;52:200-207
4. Khan Beena A, Abraham Annie, Leelamma S., Hypoglycemic Action Of Murraya koenigii And Brassica juncea: Mechanim Of Action, Indian J. Biochem. Biophys., 1995;32(2): 106-108.
5. William Felicia, Lakshminarayan S, Chegu Hariprasad, Effect Of Some Indian Vegetab.