

فیصلی ڈاکٹر

ڈاکٹر ابرار احمد



مشائی

فیصلی ڈاکٹر

ڈاکٹر ابرار احمد

مشعل

آر-بی 5، سینٹ فلور، عوامی کمپلیکس

عثمان بلاک، نیو گارڈن ٹاؤن، لاہور 54600، پاکستان

فیملی ڈاکٹر

مصنف: ڈاکٹر ابرار احمد
کاپی رائٹ (C) 1997 مشعل

ناشر: مشعل بکس

مشعل
آر-بی 5، سینئر فلور، عوامی کمپلیکس
عثمان بلاک، نیو گارڈن ٹاؤن، لاہور 54600، پاکستان

فہرست

۵	ابتدائیہ
۹	بیماری کیوں لگتی ہے
۱۳	نظام انہضام کی بیماریاں
۸۳	نظام تنفس کی بیماریاں
۱۱۲	دل کی بیماریاں
۱۳۸	خون کی نالیوں کی بیماریاں
۱۵۳	خون کی بیماریاں
۱۷۸	مرکزی اعصابی نظام کی بیماریاں
۲۰۳	آنکھوں کی بیماریاں
۲۱۸	ناک کان گلے کی بیماریاں
۲۲۵	اندرونی غددوں کی بیماریاں
۲۵۸	ہڈیوں، جوڑوں اور پٹھوں کی بیماریاں
۲۸۵	گردوں اور مثانے کی بیماریاں
۳۰۳	امراض مخصوصہ مردانہ
۳۱۹	عورتوں کی بیماریاں
۳۳۹	جلد کے امراض

۱۳۷۶	غذائی امراض
۱۳۹۳	کینسر یا سرطان
۱۴۰۳	الرجی
۱۴۱۹	لغاۓ نظام کی بیماریاں
۱۴۲۳	بیماریوں کی علامات

ابتدائیہ

انسان کی تمام تر خشیوں کا دار و مدار اس کی جسمانی اور رفتہ صحت پر ہے۔ اسی لیے ہم سب اپنی صحت کے متعلق فکر مند ہوتے ہیں یا ہمیں فکر مند ہونا چاہئے لیکن اس فکر مندی اور احتیاط کے باوجود ہم سب کسی نہ کسی مرحلے پر بیماری سے دوچار ضرور ہوتے ہیں۔ دیکھا یہ گیا ہے کہ بعض لوگ معمولی بیماری کی حالت میں شدید اضطراب اور بے چینی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ دوسری طرف ایسے لوگ بھی ہیں جو انتہائی خطرناک بیماری میں بٹلا ہو جانے کے باوجود لاپرواہی کا مظاہرہ کرتے ہیں۔

یہ دونوں گیفیتیں، بنیادی طور پر صحت کے معاملات سے ان کی علمی کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔ ہمارے ملک میں شرح خوانندگی افسوس ناک حد تک کم ہے۔ غربت اور ضعیف الاعتقادی کے ساتھ ساتھ تعلیم کی کمی نے ایسی صورت حال کو جنم دیا ہے جس میں صحت کے مسائل شدید ہوتے چلتے جاتے ہیں۔ طبی سہولتیں بھی ہمارے ملک کے ہر حصے میں موجود نہیں ہیں۔ عطاائی، پیر فقیر، ڈپنسر اس صورت حال کا فائدہ اٹھا کر لوگوں کی جانوں سے کھیل رہے ہیں۔

یہ کتاب اس کمی کو پورا کرنے کی ایک کوشش ہے۔ میڈیسین انتہائی ترقی یافتہ سائنس ہے اور ہر روز اس میں نئے حقائق کا اضافہ ہو رہا ہے۔ ہم نے اس کتاب میں وہ طبی معلومات فراہم کرنے کی کوشش کی ہے جن کی نوعیت بنیادی ہے اور ہمارے پیش نظر یہ مقصد رہا ہے کہ اس کتاب کا قاری صحت اور بیماری کے بنیادی معاملات سے آگاہی حاصل کرے اور اس کی روشنی میں عمل کرے۔ اس کتاب کے مطالعے کے بعد آپ اتنا اندازہ ضرور لگا سکیں گے کہ آپ کو درپیش مسئلے یا تکلیف کی نوعیت کیا ہے اور یہ تکلیف جسم کے کس حصے یا نظام کی خرابی کی علامت ہے اور آپ کو فوری طور پر کیا کرنا چاہئے۔

پھر یہ کتاب اس معاملے میں بھی آپ کی رہنمائی کرے گی کہ علاج کس وقت لازمی ہو جاتا ہے اور کب تک آپ علاج کے بغیر رہ سکتے ہیں۔ پھر یہ بھی کہ ڈاکٹر بیماریوں کی تشخیص اور علاج کے لیے عام طور پر کس طرح سوچتے ہیں اور مختلف ٹیکنیکیوں کو اپنے جاتے ہیں۔

اس کتاب کے مطالعے سے آپ کو یہ اندازہ بھی ہو گا کہ ڈاکٹر سے رجوع کرنا کیوں ضروری ہے۔ جو مواد اس کتاب میں دیا گیا ہے وہ اس مطالعے اور عملی تجویز کا عشرہ بھی نہیں جس سے ڈاکٹر اپنی تعلیم اور تربیت کے دوران گزرتا ہے۔ اس لیے اس کتاب کو کسی بھی صورت ڈاکٹر کا نعم البدل قرار نہیں دیا جا سکتا اور اس کتاب کا قاری، خواہ وہ کتنا ہی ذہین کیوں نہ ہو، ایک حد تک ہی ان معاملات کو سمجھ سکتا ہے۔

اس کتاب میں ہم نے بیماریوں کی ابتدائی علامات، پیچیدگیوں، علاج اور ان سے بچنے کی ممکنہ تدابیر کے بارے میں معلومات فراہم کی ہیں لیکن ہم نے ہر بیماری کا ذکر نہیں کیا۔ روزمرہ بیماریوں کو ہم نے ترجیح دی ہے۔ ترقی یافتہ معاشرے میں چند بے ضرر ادویات کو چھوڑ کر۔ ڈاکٹری نسخہ کے بغیر آپ کوئی دوانیں خرید سکتے۔ جب کہ ہمارے ہاں معاملہ مختلف ہے۔ اپنا علاج خود کرنے کا رجحان خطرناک ہے۔ اسی لیے ہم نے اس کتاب میں ادویات تجویز نہیں کیں کیونکہ نسخہ تجویز کرنا بہر حال ڈاکٹر کا کام ہے اور وہ ہی یہ فیصلہ کر سکتا ہے کہ کس مریض کو کون سی ادویات کتنی مقدار اور دورانیے کے لیے درکار ہیں۔

ہم نے ہر ممکن کوشش کی ہے کہ سادہ اور قابل فہم زبان استعمال کی جائے اور اردو میں دستیاب طبی اصطلاحات کو استعمال کیا جائے لیکن اردو میں ہر بیماری اور اصطلاح کا نعم البدل موجود نہیں ہے اس لیے جہاں ہم نے انگریزی اصطلاحات اور ناموں کو استعمال ہے، وہ ہماری مجبوری تھی۔

زندگی قدرت کا ایک بیش قیمت تھے اور صحت کے بغیر زندگی کا لطف باقی نہیں رہتا۔ ہمیں یاد رکھنا چاہئے کہ بیماری سے چھنا بیمار ہو کر علاج کرانے سے کہیں بہتر ہے لیکن یہ بات اور بھی اہمیت کی حامل ہے کہ بیماری کی صورت میں آپ اپنی صحت کے لیے جدید علوم

اور طبی مہارت سے موثر فائدہ اٹھا سکیں اور اپنی تکلیف کے تدارک کے لیے سائنسی اور عقلی طرز عمل کا مظاہرہ کریں۔

یہ کتاب انہی مقاصد کے حصول کے لیے لکھی ہے۔ امید ہے کہ آپ کو ہماری یہ کوشش پسند آئے گی۔

ڈاکٹر ابرار احمد

ایم بی بی ایس (پنجاب)

ایم ایس سی (آکوپیشنل میڈیسن) سنگاپور

ڈی ایل او (پنجاب)

ماہر امراض ناک کان گلا و پیشہ و رانہ میڈیسن

MashalBooks.Org

بیماری کیوں لگتی ہے

ہم بیمار ہوتے ہیں تو علاج کے لیے ضرور کوشش کرتے ہیں لیکن یہ نہیں سوچتے کہ
بیماری آخر کیوں لگتی کیوں ہے اور اس سے کس طرح بچا جاسکتا ہے۔
ہر بیماری کی کوئی نہ کوئی وجہ ہوتی ہے۔ چنانچہ مختلف بیماریوں کی مختلف وجوہات
کے بارے میں ہم اس باب میں مختصر آباد کریں گے۔

۱- جراشیم

جراشیم یا بیکٹیریا اتنے چھوٹے ہوتے ہیں کہ عام آنکھ سے انہیں دیکھانہیں جاسکتا
اور اس کے لیے مانگروں کوپ استعمال کرنا پڑتا ہے۔
وائرس۔ بیکٹیریا سے بھی چھوٹے ہوتے ہیں۔

- جراشیم اور وائرس انسانی جسم میں مندرجہ ذیل طریقوں سے داخل ہوتے ہیں۔
- انس کی نالی سے۔ ہوا میں موجود جراشیم، کھانسی سے منتقل ہونے والے جراشیم گرد و
غبار وغیرہ کے ذریعے انس کی نالی میں داخل ہو جاتے ہیں۔
- خون کے ذریعے۔ مثلاً مچھروں یا دوسرا کیڑوں کے کاشنے سے جراشیم خون میں
داخل ہو جاتے ہیں۔
- خوراک کی نالی کے ذریعے۔ آلو دہ پانی اور خوراک کے ذریعے جراشیم جسم میں داخل
ہو جاتے ہیں۔

اکثر جراشیم کو زندہ رہنے کے لیے ہوا کی ضرورت ہوتی ہے۔ پانی بھی جراشیم کی
بنیادی ضرورت ہے لیکن کچھ جراشیم بغیر ہوا کے بھی زندہ رہتے ہیں۔

ایسے جراثیم جو انسانی جسم میں بیماری پیدا کرتے ہیں انہیں زندہ رہنے کے لیے اتنے ہی درجہ حرارت کی ضرورت ہوتی ہے جو انسانی جسم کا درجہ حرارت ہوتا ہے۔ اسی لیے اگر خوراک کو ہم ریفاربیریٹر یا فریزر میں رکھ دیں تو اس میں جراثیم زندہ نہیں رہ سکتے لیکن کچھ جراثیم ایسے بھی ہوتے ہیں جو اس قدر کم درجہ حرارت پر بھی زندہ رہ سکتے ہیں۔

اسی طرح اگر درجہ حرارت بہت بڑھ جائے تو بھی جراثیم زندہ نہیں رہ سکتے۔ اسی لیے سرجری کے آلات اور سرجنوں کو ابالا جاتا ہے تاکہ جراثیم ختم ہو جائیں۔ ابالنے سے پانی بھی جراثیم سے پاک ہو جاتا ہے۔ روشنی بھی جراثیم پر اثر انداز ہوتی ہے۔ سورج کی تیز روشنی میں جراثیم زندہ نہیں رہ سکتے جبکہ اندھیرے میں تیزی سے بڑھتے اور زندہ رہتے ہیں۔

۲۔ جراثیم جسم کو کیسے نقصان پہنچاتے ہیں:

جراثیم جسم کوئی طریقوں سے نقصان پہنچاتے ہیں۔ بعض جراثیم جسم کے خلیوں کو بتاہ کر دیتے ہیں۔ دوسرے جراثیم جسم میں داخل ہو کر زہریلی رطوبت (Toxin) پیدا کرتے ہیں۔ پھر جراثیم جسم کے ایک حصے سے باقی حصوں میں بھی آسانی سے پہنچ جاتے ہیں۔ لیکن انسانی جسم کی اپنی قوت مدافعت ہوتی ہیں جو جراثیم کے حملے کا مقابلہ کرتی

ہے۔ اس لیے بیماری سے بچنے کے دورہنما اصول یہ ہیں:

۱۔ جراثیم کے حملے سے بچنے کی ہر ممکن تدبیر کی جائے۔

۲۔ اپنی عمومی صحت کا خیال رکھا جائے تاکہ جسم اپنی قوت مدافعت سے جراثیم کا مقابلہ کر سکے۔

بعض جراثیم اتنے خطرناک ہوتے ہیں کہ اگر وہ جسم میں داخل ہو جائیں تو قوت مدافعت کے باوجود شدید بیماری کا سبب بنتے ہیں۔ ایسی بیماریوں کا اکثر اوقات موثر علاج بھی ممکن نہیں ہوتا۔ ایسی بیماریوں سے بچنے کے لیے حفاظتی ٹینکے لگائے جاتے ہیں اور یہی بچاؤ کا موثر طریقہ ہے۔

وراثت (Heredity)

بعض بیماریاں موروثی ہوتی ہیں۔ یعنی وہ وراثت کے ذریعے والدین سے پھیلنے

میں منتقل ہوتی ہیں۔ مثلاً شوگر یا ذیابٹیس۔

یہ حقیقت ہے کہ کچھ بیماریاں کسی خاندان کے افراد میں زیادہ پائی جاتی ہیں یہ ثابت نہیں کرتی کہ یہ بیماریاں موروثی ہیں۔ لیکن خاندان کی مشترکہ عادات اور ان کا رہن سکھن ایسی بیماریوں کے اسباب میں شامل ہو سکتا ہے۔

مردوں اور عورتوں میں بھی بیماریوں کی باہت فرق پایا جاتا ہے۔ مثلاً مردوں کو دل کی بیماریاں عورتوں کی نسبت زیادہ ہوتی ہیں۔ اسی طرح مردوں میں پھیپھڑوں اور جگر کے امراض عورتوں کی نسبت زیادہ تناسب سے پائے جاتے ہیں۔ دوسری طرف عورتوں میں گلہڑ کی بیماری مردوں کی نسبت زیادہ پائی جاتی ہے۔

اسی طرح شخصی عادات بھی بیماری کے معاملے میں بنیادی کردار ادا کرتی ہیں۔

سگریٹ نوشی، شراب نوشی، بے وقت سونا، بہت زیادہ مصروفیت، بداحتیاطی، لاپرواہی وغیرہ ایسے عوامل ہیں جو انسان کو بیمار کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

مختلف عوامل:

بیماری لگنے میں مختلف عوامل بیک وقت کا فرمہ ہوتے ہیں۔ کسی جڑو میں کا جسم میں داخل ہو جانا ضروری نہیں کہ بیماری پیدا کرے۔ مثال کے طور پر ٹینی بی کے جراشیم اکثر افراد کے جسم میں داخل ہو جاتے ہیں لیکن وہ بیماری پیدا نہیں کر سکتے۔ اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ جسم کی قوت مدافعت، موروثی اور دیگر عوامل ان جراشیم کا مقابلہ کرتے رہتے ہیں۔ صرف اسی وقت بیماری حاوی ہوتی ہے جب انسان کی مدافعت کسی وجہ سے کمزور پڑ جائے۔

لاپرواہی سے حادثات ہوتے ہیں اور انسان زخمی ہو جاتا ہے۔

ماحولیاتی آلوگی اور اسی طرح کے دوسرے عوامل بیماری پیدا کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

انسانی عادات:

(1) خوراک: غذا انسانی جسم کی مدافعت کو بہتر کرتی ہے لیکن جس طرح کم غذا کھانا جسم کو کمزور کر دیتا ہے اسی طرح خوراک کی زیادتی انسانی جسم پر دباؤ ڈال کر اسے کمزور

کرتی ہے اور مختلف بیماریوں کا راستہ کھول دیتی ہے۔

(۲) ذاتی عادات: دو طرح کی عادات انسانی صحت پر اثر انداز ہوتی ہیں۔

(الف) مشتبہ عادات۔ جو صحت کو بہتر کرنے میں مددگار ثابت ہوتی ہیں۔

(ب) منفی عادات۔ جو صحت کے لیے نقصان دہ ہوتی ہیں۔

مناسب اور کافی غذا، مناسب ورزش، ترقی کھانوں کے اوقات میں باقاعدگی وہ

ثبت علامات ہیں جو صحت مند جسم کے لیے مددگار ہوتی ہیں۔

زیادہ کھانا پینا، شراب نوشی، سکریٹ نوشی، نیند اور آرام کے اوقات میں بے ترتیبی، بلا وجد ادویات کا استعمال، چائے کافی اور کولا دیگرہ کا زیادہ استعمال منفی عادات کے زمرے میں آتا ہے۔

کچھ بیماریاں انسان کو ہر حال میں لگ جاتی ہیں اور ان کا تعلق انسان کی عمر سے ہے۔ جوں جوں انسان کی عمر بڑھتی ہے، اس کا جسم پرانا ہوتا چلا جاتا ہے اور اس میں توڑ پھوڑ کا عمل بڑھتا چلا جاتا ہے۔ انسانی اعضا کی کارکردگی عمر کے ساتھ ساتھ کم ہوتی جاتی ہے۔ دل اور گردے عمر کے ساتھ جلدی کمزور ہو جاتے ہیں اس لیے بڑھاپے میں دل اور گردوں کے امراض کی شرح بہت بڑھ جاتی ہے۔

عمر کے ساتھ جسم کی کمزوری میں وراشت کا عمل خل ہوتا ہے لیکن یہاں بھی ہم یہ ضرور کہیں گے کہ اگر انسان اپنی پوری زندگی صحت کے اصولوں کو مذکور رکھتے ہوئے گزارے تو اس کا بڑھاپا نسبتاً بہت بہتر گزر سکتا ہے۔

مندرجہ بالا حقائق کے بیان کے بعد ہم اصولی طور پر چند باتیں بتانا چاہیں گے تاکہ بیماری سے بچاؤ کے لائچ عمل بنانے میں آسانی ہو:

(۱) بیماری سے بچنے کی کوشش کی جائے اور اس کے لیے جسم کا مدفعی نظام بہتر بنایا جائے۔ جراثیم کی پیدائش اور افزائش کے حالات پیدا نہ ہونے دیئے جائیں۔

ماحولیاتی صفائی کا خیال رکھا جائے۔ ذاتی صفائی اور صحت مند عادات کو اپنایا جائے۔

(۲) بچوں کو حفاظتی نیکوں کے ذریعے خطرناک بیماریوں سے بچایا جائے۔

(۳) ممکن ہو تو سال میں ایک مرتبہ اپنے فیملی ڈاکٹر سے اپنا طبی معائشوں کو اگر کوئی

یکاری اپنی ابتدائی علامات کے ساتھ ظاہر ہو رہی ہے تو اس کی روک تھام کی جاسکے۔
اگر آپ کی عمر ۳۵ برس سے زیادہ ہے تو کسی بھی تکلیف کے لیے جب ڈاکٹر کے
پاس جائیں تو اپنا بلڈ پریشر ضرور چیک کروائیں۔

اگر آپ کے خاندان میں شوگر (ذی طیس) کا مرض موجود ہے تو نشاستہ دار اور میٹھی
غذا سے پر ہیز کو اپنی عادت بنالیں اور سال میں ایک مرتبہ پیشاپ اور خون کا شوگر کے لیے
ٹمیٹ کراتے رہیں۔

اپنے وزن کی مناسب حدود میں رکھیں۔ موٹا پا بہت سے امراض کا باعث ہے۔
اسی طرح لاغر اور کمزور جسم پر بھی یکاریاں آسانی سے حملہ آور ہو جاتی ہیں۔

نظام انہضام کی بیماریاں

(Diseases of the Digestive Tract

ہونٹ، منہ و دانت اور زبان

دانت میں پیپ پڑ جانا (Tooth Abscess)

دانتوں کی نکست و ریخت پر اگر بروقت توجہ نہ دی جائے تو دانت کی بنیاد میں موجود خلاء یا Cavity میں انسپیشن ہو جاتی ہے اور ارد گرد کی جگہ میں سوجن اور درد شروع ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات جراشیم دانت اور مسوز ہے کی درمیانی جگہ میں راہ پا لیتے ہیں اور دانت کی جڑ میں پھوڑایا پیپ بن جاتی ہے۔

اگر یہ انسپیشن ہڈی تک پہنچ جائے تو دانت ہلنے لگتا ہے اور ریشمہ مزید بڑھ جاتا ہے۔ اس دوران مریض میں مندرجہ ذیل علامات موجود ہوتی ہیں۔

دانت کی جگہ پر سوجن ہو جاتی اور درد ہوتا ہے۔

مریض کو بیمار ہو جاتا ہے۔

متاثرہ جگہ کے پاس کی لمف نوڈ پھول کر گلٹی بن جاتی ہے۔

ایٹھی بائیوکٹ Antibiotic) ادویات اس تکلیف میں خاصا فائدہ دیتی ہیں لیکن دانتوں کے ڈاکٹر سے رجوع کرنا ہی اس کا مناسب علاج ہے۔ اس پیپ کو نکالنے کے لیے بعض اوقات Drill سے سوراخ کرنا پڑتا ہے۔ اس طرح دانت کو بچایا جا سکتا ہے۔ پیپ کے اخراج کے بعد دانت پر توجہ دینی چاہئے ورنہ دانت بالآخر گرسکتا ہے۔