दिमाग़ से जुड़ी मान्यताओं की जाँच

# पुरानी कहावतें, नया विज्ञान




## डॉ. आनंद दिवाण

कंसल्टेंट न्यूरोलॉजिस्ट · वयस्क और बच्चे

दिमाग, रीढ़, नस और मांसपेशी रोग विशेषज्ञ

**MBBS, DNB (Neurology) · MMC Reg. No. 88279**

नारायणी हॉस्पिटल **0253 2224411**

डॉ. आनंद दिवाण न्यूरोलॉजी क्लिनिक **0253 2472111**


अपॉइंटमेंट के लिए स्कैन करें

# हमारे क्लिनिक में इन बीमारियों का इलाज होता है

- मिर्गी, दौरे, झटके (एपिलेप्सी)
- लकवा (पैरालिसिस, स्ट्रोक)
- बार-बार सिरदर्द, माइग्रेन
- चक्कर आना, संतुलन बिगड़ना
- पार्किंसन, हाथ-पैर काँपना, धीमापन
- याददाश्त कम होना (डिमेंशिया)
- गर्दन और कमर दर्द, सायटिका, रीढ़ की समस्याएँ
- हाथ-पैरों में झुनझुनी, जलन (न्यूरोपैथी)
- मांसपेशियों की कमज़ोरी
- दुर्घटना में सिर की चोट
- रात में नींद न आना
- बच्चों में दौरे, देर से चलना-बोलना, विकास में देरी

## नारायणी हॉस्पिटल में एक ही छत के नीचे जाँचें

EEG · वीडियो EEG · EMG / NCS · VEP · BERA · VNG (चक्कर की जाँच) · CT ब्रेन · CSF जाँच · सभी खून की जाँचें

हर किसी को जाँच की ज़रूरत नहीं होती। ज़रूरत होने पर कौन-सी और क्यों, यह डॉक्टर समझाते हैं।

# बड़े क्या कहते हैं – विज्ञान क्या बताता है

दिमाग़ के बारे में कई मान्यताएँ परिवार और पड़ोस से पीढ़ी-दर-पीढ़ी चलती हैं। कुछ आंशिक रूप से सही हैं; कई नुक़सान पहुँचा सकती हैं। आइए जाँचें।

### “दौरे 'नज़र', जादू-टोने या भूत-प्रेत से आते हैं।”

**भ्रम**

दौरा दिमाग़ में अचानक बिजली जैसी गड़बड़ी से आता है। दवाइयों से यह नियंत्रित रहता है। ताबीज़ या धागा काम नहीं करता।

### “दौरे के समय हाथ में चाबी या लोहा पकड़ाएँ।”

**भ्रम**

इससे दौरा नहीं रुकता और हाथ में चोट लग सकती है। ज़्यादातर दौरे १–२ मिनट में अपने आप रुक जाते हैं।



# सिरदर्द की मान्यताएँ

### “सिर में 'गर्मी' चढ़ने से सिरदर्द होता है।”

**भ्रम**

आम सिरदर्द माइग्रेन या तनाव से होते हैं। शरीर की 'गर्मी' कारण नहीं है।

### “सिर में तेल लगाकर मालिश से सिरदर्द ठीक होता है।”

**आंशिक सच**

तनाव वाले सिरदर्द में मालिश से मांसपेशियाँ ढीली होती हैं। माइग्रेन या दूसरे कारणों का यह इलाज नहीं है।

### “उपवास या खाना छोड़ने से सिरदर्द हो सकता है।”

**सच**

हाँ। खाना छोड़ना और पानी कम पीना माइग्रेन के आम कारण हैं। समय पर खाएँ, पर्याप्त पानी पिएँ।



# लकवे और दर्द की मान्यताएँ

### “तेल की मालिश से लकवा ठीक हो जाता है।”

**भ्रम**

मालिश से ताक़त वापस नहीं आती। जल्दी अस्पताल में इलाज और नियमित फ़िज़ियोथेरेपी से आती है।

### “कुछ घंटे रुककर देखें – कमज़ोरी अपने आप चली जाएगी।”

**भ्रम**

हर मिनट क़ीमती है। तुरंत CT स्कैन वाले अस्पताल जाएँ।

### “चक्कर हमेशा गर्दन की हड्डी (स्पॉन्डिलोसिस) से आता है।”

**भ्रम**

घूमने वाला चक्कर ज़्यादातर अंदरूनी कान (BPPV) से आता है, जो सिर की आसान हरकतों से ठीक हो जाता है।



# शादी, गर्भावस्था और बच्चे

## “मिर्गी वाले व्यक्ति को शादी नहीं करनी चाहिए या बच्चे नहीं होने चाहिए।”

**भ्रम**

मिर्गी वाले ज़्यादातर लोग शादी करते हैं और उनके स्वस्थ बच्चे होते हैं। गर्भावस्था की योजना डॉक्टर के साथ बनाएँ; कुछ दवाइयाँ बदली जाती हैं और फ़ोलिक एसिड दिया जाता है।

## “देर से बोलने वाला बच्चा अपने आप बोलेगा – 'आइंस्टीन भी देर से बोले थे'।”

**भ्रम**

देर से बोलना सुनने की कमी, ऑटिज़्म या देर से विकास का संकेत हो सकता है। जल्दी जाँच कराएँ – जल्दी मदद सबसे अच्छी।

## “बुख़ार में सिर से नहलाने पर दौरा आता है।”

**भ्रम**

छोटे बच्चों में बुख़ार के साथ दौरा बुख़ार से ही आता है। बुख़ार कम करें और डॉक्टर को दिखाएँ।



# घरेलू नुस्ख़े और टॉनिक

### “ब्राह्मी या अश्वगंधा मिर्गी या बीपी की दवा की जगह ले सकते हैं।”

**भ्रम**

ये विकल्प नहीं हैं। दी गई दवाइयाँ कभी बंद न करें – इससे ख़तरनाक दौरे या लकवा हो सकता है। आप क्या लेते हैं, डॉक्टर को बताएँ।

### “उत्तर की ओर सिर करके सोने से दिमाग़ को नुक़सान होता है।”

**भ्रम**

इसका कोई वैज्ञानिक प्रमाण नहीं। दिशा से ज़्यादा अच्छी नींद ज़रूरी है।

### “दिमाग़ की दवाइयाँ 'भारी' होती हैं और किडनी ख़राब करती हैं।”

**भ्रम**

ज़्यादातर दिमाग़ की दवाइयाँ बताए अनुसार लेने पर सुरक्षित हैं। डॉक्टर जाँचों से दुष्प्रभावों पर नज़र रखते हैं।

## याद रखें

- परंपरा का सम्मान करें, पर बीमारी में विज्ञान पर भरोसा करें।
- कोई भी नुस्ख़ा आज़माने से पहले डॉक्टर से पूछें।

# अपॉइंटमेंट

**सोमवार से शनिवार · रविवार बंद**

## नारायणी हॉस्पिटल

परामर्श, जाँचें व भर्ती

श्री वल्लभ नगर, छान होटल के पीछे, मुंबई नाका के पास, नाशिक ४२२००९

परामर्श: सुबह ११ – दोपहर ३ · जाँचें: सुबह १० – शाम ५

*इमरजेंसी के लिए हॉस्पिटल २४ घंटे खुला*

**0253 2224411**

## डॉ. आनंद दिवाण न्यूरोलॉजी क्लिनिक

शाम का परामर्श

११, यशिका प्लाज़ा, सत्यम स्वीट के पास, गोविंद नगर, नाशिक ४२२००९

परामर्श: शाम ६ – रात ८

**0253 2472111**

अपॉइंटमेंट के लिए स्कैन करें

**या WhatsApp पर बुक करें**

**83900 00385 · 93702 54026**

WhatsApp केवल अपॉइंटमेंट के लिए है।

narayanihospitalfrontdesk@gmail.com

**www.diwanneurology.com**

ऑनलाइन और जानकारी

**डॉ. आनंद दिवाण** · MBBS, DCH, DNB (Pediatrics), DNB (Neurology), PGDDN · MMC Reg. No. 88279

यह पुस्तिका सामान्य जानकारी के लिए है; डॉक्टर की सलाह का विकल्प नहीं है। इमरजेंसी में नज़दीकी अस्पताल जाएँ।