صرف ای-ورژن
(اردو)

سی سی آر اے ایس بلیٹن

سنٹرل کاؤنسل فار ریسرچ اِن آیورویدک سائنسز
وزارت آیوش، حکومت ہند، نئی دہلی

جنوری تا مارچ 2026|جلد سوم|شمارہ اوّل|/nitellub-sarcc/ni.cin.sarcc//:sptth

اس شمارے کے اندر

صفحہ نمبر

اداریہ پیغام

1 کلاسیکی وید سے جدید شواہد تک: سی سی آر اے ایس بلیٹن
عصری دور میں آیوروید کی عملی افادیت کو نمایاں کرتا ہے

کلینیکل تحقیق

3 پشیانگ چورن نے بیکٹیریائی ویجینوسس کے علاج میں امید افزا طبّی نتائج ظاہر کیے

3 چھوٹے اقدامات آگے کی جانب: گوالیار کے دیہی علاقے میں صحت اور عادات کو بہتر بنانا

4 کلینیکل اتفاق رائے نے مرش نسیہ تھراپی کے لیے محفوظ اور معیاری طریقہ مقرر کیا

5 ایک حالیہ تحقیق نے ترپوداشانگ گوگولو کی حفاظت کے شواہد فراہم کیے ہیں—جو ایک معروف آیورویدا فارمولا ہے اور عضلاتی ہڈیوں کی بیماریوں کے لیے تجویز کیا گیا ہے

6 کلینیکل مطالعہ نے آیوروید کے ڈیجیٹل آنکھوں کی تھکن کے انتظام میں کردار کو اجاگر کیا

7 کیس اسٹڈی سے پتہ چلتا ہے کہ آیورویدا گنی کرما (تھرمل) تھراپی مائیگرین کے درد میں فوری آرام کی صلاحیت رکھتا ہے

صحت کے نظام کی تحقیق

8 تحقیق نے تمل ناڈو میں قبائلی برادریوں میں غیر متعدی بیماریوں کے پوشیدہ بوجھ کو ظاہر کیا

فارماکولوجیکل اور بایوکیمسٹری تحقیق

9 ایک پری کلینیکل مطالعہ، آیورویدک پولی ہربل فارمولیشن ''سوادم سٹرادی گھن'' گردوں کو دوائیوں سے ہونے والے نقصان سے بچانے میں امید افزا ہے

10 نینو پارٹیکلز کی بایوجینک سنتھیسز، جس میں ایگل مارمیلوس (بلوا) کے پتوں کے عرق استعمال Co O ہوتے ہیں، بایومیڈیکل اور ماحولیاتی ایپلیکیشنز کے لیے امید افزا ہے

دوائی تحقیق اور طب کے پودوں کا سروے

11 سیسس کوادرانگولیرس ایل۔ کینسر، سوزش، اور اینٹی مائیکروبیل تحقیق میں مضبوط صلاحیت ظاہر کرتا ہے

12 ماحول دوست تبدیلی: مطالعہ مستقبل کی ادویات کے لیے بیجاٹری (پیٹروکارپس مارسوپیئم روکس بی۔) میں ہارٹ ووڈ کے اوپر شاخوں کے استعمال کی حمایت کرتا ہے

13 جنگلاتی حکمت: قبائلی علم کیرالہ میں پوشیدہ طبّی پودوں کی تنوع کو ظاہر کرتا ہے

14 تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ مقام اہم ہے: رانی کیت (ہمالیہ) میں اگائی گئی پیپالی (پائپر لونگم) نے اعلیٰ طبّی صلاحیت کا مظاہرہ کیا

ادب کی تحقیق

14 سی سی آر اے ایس کی کتاب ''پرمیہ روگ کے معائنے کے لیے آیوروید پر مبنی کلینیکل طریقے'' پرمیہ (ذیابیطس) کی آیورویدک تشخیص میں سائنسی درستگی پیش کرتی ہے

ادارتی بورڈ

چیف ایڈیٹر
پروفیسر (ویدیہ) ربی نارائن آچاریہ
ڈائریکٹر جنرل، سی سی آر اے ایس، نئی دہلی

ڈپٹی چیف ایڈیٹر
ڈاکٹر نارائن نم سری کانت
ڈپٹی ڈائریکٹر جنرل، سی سی آر اے ایس، نئی دہلی

ایگزیکٹو ایڈیٹر
مسٹر نوشاد احمد
(ایل آئی او اور انچارج، پبلیکیشن اینڈ میڈیا آؤٹ ریچ)

ایسوسی ایٹ ایڈیٹرز
ڈاکٹر اے کے بینا، اے ڈی (کیمسٹری)
ڈاکٹر رینو سنگھ، ریسرچ آفیسر (آیوروید)
ڈاکٹر راکیش نارائنن، ریسرچ آفیسر (آیوروید)
ڈاکٹر دیپک لامبا، ریسرچ آفیسر (فارماکولوجی)
ڈاکٹر دھیرج سنگھ راجپوت، ریسرچ آفیسر (آیوروید)
ڈاکٹر ایچ۔ ایس سوندرن، ریسرچ آفیسر (آیوروید)
ڈاکٹر اروند کمار، ریسرچ آفیسر (آیوروید)
ڈاکٹر نیتھو کیساون، ریسرچ آفیسر (آیوروید)
ڈاکٹر اشیما جین، ریسرچ آفیسر (پیتھالوجی)
ڈاکٹر لیجیما سی، ریسرچ آفیسر (آیوروید)
ڈاکٹر ریشپال بھردواج، ریسرچ آفیسر (نباتات)
مسٹر کملیشور سنگھ، ریسرچ آفیسر (نباتات)
مس پریتی شرما، اسسٹنٹ ریسرچ آفیسر (کیمسٹری)

علاقائی زبان کے ایڈیٹرز
آسامیز
ڈاکٹر جیوتی رانی داس، ریسرچ آفیسر، کیری گوہاٹی
کنڑ
ڈاکٹر بھاویا بی ایم، ریسرچ آفیسر، کاری بنگلورو
پنجابی
ڈاکٹر ہربن سنگھ، ریسرچ آفیسر انچارج، آر اے آر آئی جموں
اردو
ڈاکٹر اشفاق احمد، ریسرچ آفیسر (یونانی)، این آئی آئی ایم ایچ حیدرآباد
ملیالم
ڈاکٹر وی سی دیپ، اے ڈی، نارپ چیروتھوتھی
تامل
مسٹر سی پریم کمار، اسسٹنٹ ریسرچ آفیسر، سی ایس ایم سی اے آر آئی چنئی
گجراتی
ڈاکٹر سوجیت انیرال، ریسرچ آفیسر، راری احمد آباد
مراٹھی
ڈاکٹر راسیکا کولہے، ریسرچ آفیسر، راری پونے
بنگالی
ڈاکٹر شریاتہ، ریسرچ آفیسر، کری کولکتہ
ہندی
ڈاکٹر وی کے لاونیا، ریسرچ آفیسر، سی سی آر اے ایس ہیڈ کوارٹرز دہلی
اوڈیا
ڈاکٹر بنالی داس، ریسرچ آفیسر، کیری بھونیشور
تیلگو
ڈاکٹر سری دیوی وینیگالا، ریسرچ آفیسر، این آئی آئی ایم ایچ حیدرآباد

تکنیکی معاونت
ڈاکٹر تانیا رے، سائنسی مصنف

گرافک ڈیزائنر
محمد ہارون انصاری، گرافک ڈیزائنر

ادارتی پیغام

کلاسیکی وید سے جدید شواہد تک: سی سی آر اے ایس بلیٹن نے آیورویدا کی جدید دور میں عملی صلاحیتوں کو اجاگر کیا

پروفیسر (ویدیہ) ربی نارائن آچاریہ
چیف ایڈیٹر، سی سی آر اے ایس بلیٹن
ڈائریکٹر جنرل، سی سی آر اے ایس
وزارت آیوش، حکومت ہند، نئی دہلی

سی سی آر اے ایس بلیٹن سی سی آر اے ایس کی تحقیق سے شواہد پر مبنی شراکتیں شائع کرتا ہے، جو آیوروید کے روایتی نظام سے شواہد پر مبنی، تحقیق پر مبنی صحت کی دیکھ بھال کے شعبے کی طرف منتقلی کی عکاسی کرتا ہے۔ اس شمارے میں کلینیکل ٹرائلز، فارماکولوجیکل مطالعات، ادویات کی تحقیق، عوامی صحت کے سروے، اور ادبی تحقیق شامل ہے، جو آیوروید کے عملی پہلوؤں کو اجاگر کرتی ہیں۔

کلینیکل تحقیق:

اجماعی تشکیل اور معیار بندی

اس مسئلے کی ایک بنیادی شراکت مرش نسیہ تھراپی کے لیے کلینیکل اتفاق رائے کے رہنما اصول تیار کرنا ہے، جو ایک پنچکرما طریقہ کار ہے جس میں ناک سے دوائیوں والے تیلوں کی فراہمی شامل ہے۔ طریقہ کار کے پروٹوکولز کی معیاری کاری کلینیکل پریکٹس میں یکسانیت کو یقینی بنانے، خطرات کو کم کرنے، اور مختلف ماحول میں علاج کی تکرار کو بڑھانے کے لیے ضروری ہے۔ اتفاق رائے پر مبنی فریم ورک آیورویدک طریقہ کار کو مرکزی اور مربوط صحت کی دیکھ بھال کے نظاموں میں پروٹوکول پر مبنی انضمام کی طرف ایک ضروری قدم پیش کرتے ہیں۔

کلینیکل ٹرائلز: مؤثریت اور اطلاقیت

ایک کلینیکل ٹرائل جس میں پشیانوگ چرنا کو بیکٹیریل ویجینوسس کے انتظام میں جانچا گیا ہے- ایک ایسی حالت جس کی خصوصیت عالمی سطح پر زیادہ پھیلاؤ اور دوبارہ ہونے کی خصوصیت ہے- نے امید افزا علاجی نتائج رپورٹ کیے ہیں۔ یہ نتائج اہم ہیں کیونکہ یہ ایک جامع متبادل تجویز کرتے ہیں جو روایتی اینٹی بایوٹکس اور ان سے منسلک مضر اثرات پر انحصار کو کم کر سکتا ہے۔ اس کے علاوہ، ڈیجیٹل آنکھوں کی تھکن کے آیورویدک انتظام پر ایک کلینیکل مطالعہ، جو ایک ابھرتا ہوا طرز زندگی کا عارضہ ہے اور طویل اسکرین کے سامنے آنے سے منسلک ہے، کلاسیکی فارمولیشنز کی جدید صحت کے چیلنجز کے مطابق مطابقت پذیری کو ظاہر کرتا ہے جہاں روایتی اختیارات محدود اور زیادہ تر علامات پر مبنی آرام فراہم کرتے ہیں

حفاظتی جائزہ

قائم شدہ آیورویدک مرکبات کے شواہد کو مضبوط کرتے ہوئے، تریودشنگ گگگلو کی حفاظتی جانچ- جو عضلاتی وہڈیوں کی بیماریوں میں وسیع پیمانے پر استعمال ہوتی ہے- منظم طریقے سے تیار کردہ حفاظتی ڈیٹا فراہم کرتی ہے جو اس کے وسیع کلینیکل اپنانے کی حمایت کرتی ہے۔ حفاظتی پروفائلنگ شواہد پر مبنی طب کی بنیاد ہے؛ ایسی دستاویزات معالج اور مریض کے اعتماد کو مضبوط کرتی ہیں اور کلاسیکی آیورویدک مرکبات کی منظم تصدیق کے لیے ایک قابل تکرار ماڈل کے طور پر کام کرتی ہیں۔

کیس رپورٹ

اگنی کرما تھراپی کے استعمال کو دستاویزی شکل دینے والی ایک کیس رپورٹ- جو ایک آیورویدک تھرمل کاؤٹری طریقہ کار ہے، شدید مائیگرین کے واقعے میں تیز اور نمایاں آرام کو ریکارڈ کرتی ہے۔ مائیگرین، جو مریضوں کے ایک ذیلی گروہ میں نمایاں بیماری اور محدود فارماکولوجیکل کامیابی سے منسلک ہے، ایک ایسی حالت کی نمائندگی کرتا ہے جہاں کم سے کم جارحانہ اور کم لاگت والے آیورویدک مداخلتیں معنی خیز کلینیکل سپورٹ فراہم کر سکتی ہیں۔ اگرچہ ایک ہی کیس سے اندازہ لگانا احتیاط کا تقاضا کرتا ہے، لیکن یہ مشاہدہ مزید کنٹرولڈ تحقیقات کے لیے ایک مضبوط مفروضہ فراہم کرتا ہے۔

صحت کے نظام اور کمیونٹی تحقیق:

صحت کے نظام کی تحقیق تمل ناڈو میں قبائلی کمیونٹیز میں غیر متعدی بیماریوں (این سی ڈی ایس) کے پوشیدہ بوجھ کو اجاگر کرتی ہے۔ یہ ظاہر کرتا ہے کہ ناقص صفائی، غیر محفوظ پینے کا پانی، کم خواندگی، اور محدود صحت کی سہولیات صحت کے نتائج پر نمایاں اثر ڈالتے ہیں۔ یہ چیلنجز مسلسل متعدی بیماریوں اور غذائی قلت کے ساتھ ساتھ موجود ہیں، جو دوہری بوجھ پیدا کرتے

جنوری-مارچ 2026 | جلد سوم | شمارہ اول | https://ccras.nic.in/ccras-bulletin/

ہیں۔ حکومت اور این جی اوز کی کوششوں میں بہتری کے باوجود، انفراسٹرکچر اور صحت کی دیکھ بھال کی فراہمی میں بڑے خلا موجود ہیں۔ رویے کے مسائل جیسے کہ صفائی کا کم استعمال اور غذائیت کے بارے میں کم آگاہی پروگرام کی مؤثریت کو کم کرتے ہیں۔ نتائج شامل کرنے والے عوام کی ضرورت پر زور دیتے ہیں کمزور گروہوں جیسے شیڈولڈ ٹرائبز کے لیے صحت کی حکمت عملیاں۔ محققین ثقافتی طور پر حساس مداخلتوں، بہتر بنیادی صحت کی دیکھ بھال، اور پانی وصفائی میں بہتری کی سفارش کرتے ہیں۔ وہ غذائیت کی تعلیم میں اضافہ، خواندگی میں اضافہ، اور ابتدائی شناخت اور انتظام کے لیے این سی ڈی اسکریننگ کو بڑھانے کا بھی مطالبہ کرتے ہیں۔

فارماکولوجیکل اور بایوکیمسٹری تحقیق:

سوادم سٹرادی گھانا، جو ایک پولی ہربل آیورویدک فارمولیشن ہے، پر ایک پری کلینیکل مطالعے نے دوا سے پیدا ہونے والے گردے کو نقصان پہنچانے کے ممکنہ نیفروپروٹیکٹو اثرات ظاہر کیے—جو کہ ایٹروجینک نیفروٹوکسیسٹی کے بڑھتے ہوئے خدشات کے پیش نظر کافی کلینیکل اہمیت رکھتا ہے۔

حیاتیاتی طریقۂ ترکیب کے ذریعے کوبالٹ آکسائیڈ (Co O) کے نینوذرات کی تیاری پر کی گئی تحقیق، جس میں بیل (ایگل مارمی لوس) کا استعمال کیا گیا، آیوروید کی نینو ٹیکنالوجی اور ماحولیاتی سائنس کے ساتھ مطابقت اور اہمیت کو واضح کرتی ہے۔

ادویات کی تحقیق اور طبّی پودوں کا سروے:

سسس کوآڈرانگولارس (استھی سمہارا) کا جامع فارماکولوجیکل جائزہ اس کی کثیر الاسپیکٹرم حیاتیاتی سرگرمی کو اجاگر کرتا ہے، جس میں اینٹی کینسر، اینٹی انفلامیٹری، اور اینٹی مائیکروبیل خصوصیات شامل ہیں، جو اسے مستقبل کی دواسازی کے پائپ لائنز کے لیے ترجیحی امیدوار کے طور پر پیش کرتی ہیں۔

اس کے علاوہ، پائپر لونگم پر ایک مطالعہ۔ ہمالیہ کے رانی کھیت علاقے میں اگائی جانے والی (پپالی) ظاہر کرتی ہے کہ جغرافیائی ماخذ دوا کی طبّی طاقت پر نمایاں اثر ڈالتی ہے جو آیوروید خام مال کی فراہمی اور فارماکوپیئل وضاحتوں کے معیار کے لیے ایک اہم پہلو ہے۔

پائیدار وسائل کا استعمال

پیٹروکارپس مارسوپیئم Roxb پر ایک مطالعہ۔ (بیجاکا) دوائیوں کی تیاری کے لیے ہارٹ ووڈ کی بجائے شاخوں کے استعمال کی حمایت کرتا ہے، جو وسائل کے استعمال کے سائنسی اور ماحول دوست نقطہ نظر کی عکاسی کرتا ہے۔ یہ اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ ایک قیمتی طبّی نوع کی مسلسل دستیابی ہو بغیر علاج کے معیار کو متاثر کیے یا ماحولیاتی بگاڑ میں حصہ ڈالے۔

نسلی نباتاتی دستاویزات

کیرالہ میں قبائلی طبّی علم کو دستاویزی شکل دینے والا ایک منظم سروے روایتی طور پر استعمال ہونے والے پودوں کی اقسام اور مقامی علاج کے طریقوں کی بھرپور اقسام کو ظاہر کرتا ہے۔

ادبی تحقیق:

پرومیہا (ذیابیطس) کے معائنے کے لیے آیوروید اپر مبنی کلینیکل طریقوں پر سی سی آر اے ایس کی اشاعت ایک منظم، سائنسی طور پر قابل تشریح فریم ورک پیش کرتی ہے جو آیوروید کی تشخیصی درستگی اور انٹیگریٹو ہیلتھ کیئر میں ساکھ کو بڑھاتا ہے۔

مجموعی طور پر، اس شمارے میں پیش کی گئی مطالعات ایک عبوری شعبے کی عکاسی کرتی ہیں۔ آیوروید اکو اب صرف روایت کے زاویے سے نہیں دیکھا جاتا؛ یہ زیادہ تر سخت تجرباتی تصدیق، منظم ڈیٹا جنریشن، اور تنقیدی سائنسی جانچ پڑتال کے تابع ہے۔ یہ ارتقاء آیوروید اکے مرکزی صحت کی دیکھ بھال میں بامعنی انضمام کے لیے ضروری ہے، جہاں شواہد پر مبنی عمل معیار کی بنیاد رہتا ہے۔

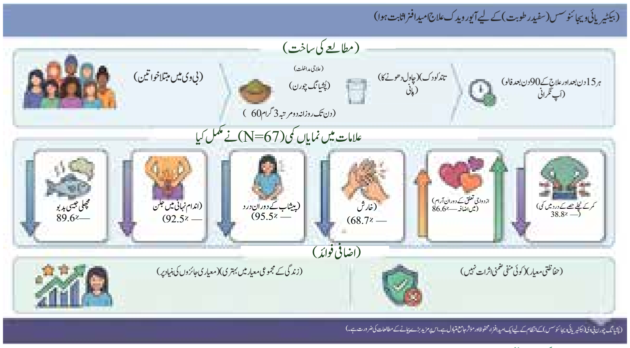
اگرچہ بہت سی تحقیقات ابتدائی ہیں اور بڑے کثیر مرکزی ٹرائلز درکار ہیں، لیکن سمت واضح ہے۔ سخت تحقیق، بین الشعبہ جاتی تعاون، اور عوامی صحت کی اہمیت پر توجہ کے ذریعے، سی سی آر اے ایس قدیم حکمت اور جدید سائنس کے درمیان پل قائم کرتا ہے، آیوروید اکو قابل اعتبار، شواہد پر مبنی طب کے طور پر قائم کرتا ہے۔

پشیانوگ چرنا نے بیکٹیریل ویجینوسس کے انتظام میں امید افزا کلینیکل نتائج دکھائے ہیں

پوشیانگ چورن آیوروید میں روایتی طور پر شوت پردر کے علاج کے لیے استعمال کیا جاتا ہے، جو ایک ایسی کیفیت ہے جس میں اندام نہانی سے سفید رطوبت کا زیادہ اخراج ہوتا ہے اور جدید طب میں اسے بیکٹیریائی ویجائنوسس کے مساوی سمجھا جاتا ہے۔ یہ اپنی قابض، سوزش کم کرنے والی اور جراثیم کش خصوصیات کے لیے معروف ہے، جو رطوبت کو کم کرنے، بدبو پر قابو پانے اور خارش و جلن جیسی علامات کو دور کرنے میں مدد دیتی ہیں۔ معالج کی نگرانی میں اس کا باقاعدہ استعمال اندام نہانی کی صحت کو بحال کرنے اور مجموعی تولیدی صحت کو بہتر بنانے میں معاون سمجھا جاتا ہے۔

سنٹرل کونسل فار ریسرچ ان آیورویدک سائنسز کے تحت کی گئی ایک کلینیکل تحقیق نے سویتاپردرا (بیکٹیریل ویجینوسس) کے انتظام میں پوشیانگ چرن کی حفاظت اور علاجی افادیت کے حوالے سے حوصلہ افزا نتائج رپورٹ کیے ہیں، جو تولیدی عمر کی خواتین کو متاثر کرنے والی ایک عام نسوانی بیماری ہے۔ اس مطالعے کا مقصد اس روایتی فریم ورک کے اندر ایک کلاسیکی فارمولا کا کلینیکل پیرامیٹرز کے ذریعے جائزہ لینا تھا۔

اس مطالعے میں 18 سے 40 سال کی عمر کی 80 خواتین کو شامل کیا گیا، جن میں سب کی طبّی طور پر بیکٹیریائی ویجائنوسس کی تشخیص ہو چکی تھی اور وہ غیر معمولی سفید اندام نہانی رطوبت جیسی نمایاں علامات رکھتی تھیں۔ علاج کے طریقۂ کار کے تحت پشیانگ چورن 3 گرام کی مقدار میں روزانہ دو مرتبہ، کھانے کے بعد تندولوڈک (چاول دھونے کا پانی) کے ساتھ، 60 دن تک دیا گیا۔ علاج کے دوران ہر 15 دن کے وقفے سے مریضات کا جائزہ لیا گیا،



(AI سے تیار کردہ تصویر)

داخل شدہ شرکاء میں سے 67 نے مکمل علاج اور فالو اپ مکمل کیا۔ کلینیکل جائزے نے متعدد علامات والے شعبوں میں شماریاتی اور کلینیکل لحاظ سے نمایاں بہتری دکھائی۔ بدبو کی ریزولوشن، جو بیکٹیریل ویجینوسس کی ایک نمایاں خصوصیت ہے، تقریباً 89.6٪ شرکاء میں دیکھی گئی۔ 92.5٪ مریضوں نے اندام نہانی میں جلنے کے احساس میں کمی رپورٹ کی، جبکہ 95.5٪ نے ڈسوریا سے راحت محسوس کی۔ مزید برآں، 68.7٪ شرکاء نے ولوو ویجائنل خارش میں بہتری کی اطلاع دی۔ فنکشنل نتائج میں بھی مثبت رجحانات نظر آئے، 86.6٪ خواتین نے جنسی سرگرمی کے دوران آرام میں بہتری اور 38.8٪ نے متعلقہ کمر کے درد میں کمی کا ذکر کیا۔

معیارِ زندگی کے جائزوں سے ظاہر ہوا کہ اس علاج کے بعد مجموعی طور پر نمایاں بہتری آئی، جو نہ صرف علامات میں کمی بلکہ روزمرہ کارکردگی میں بہتری کی عکاسی کرتی ہے۔ اہم بات یہ ہے کہ مطالعے کے پورے عرصے کے دوران کسی قسم کے مضر ادویاتی اثرات یا حفاظتی خدشات سامنے نہیں آئے، جو اس مرکب کی بہتر برداشت پذیری کو ظاہر کرتا ہے۔

محققین نے نتیجہ اخذ کیا کہ پوشیانگ چورن بیکٹیریائی ویجائنوسس کے علاج میں ایک محفوظ اور مؤثر طریقۂ علاج کے طور پر نمایاں صلاحیت رکھتا ہے، خصوصاً ہمہ گیر طبّی نگہداشت کے تناظر میں۔ تاہم انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ ان نتائج کی مزید توثیق اور اس کی افادیت کا مروجہ معیاری علاجوں کے ساتھ تقابلی جائزہ لینے کے لیے بڑے پیمانے پر، باقاعدہ کنٹرول شدہ طبّی مطالعات کی ضرورت ہے۔

حوالہ ماخذ: شرما ایس، جین ایس، اوٹا ایس، تریپاٹھی اے، شندے پی، واکوڈے وی، راجپوت ایس، رانا آر، شرما پی ایس، کھنڈوری ایس، کمار اے۔ بیکٹیریل ویجینوسس کے انتظام میں پشیانوگ چرنا کی کلینیکل ایویلیوایشن: ایک ممکنہ سنگل آرم ملٹی سینٹر پائلٹ اسٹڈی۔ جرنل آف ریسرچ ان آیورویدک سائنسز۔ 1 جولائی 2025؛ 9(4):152-60.

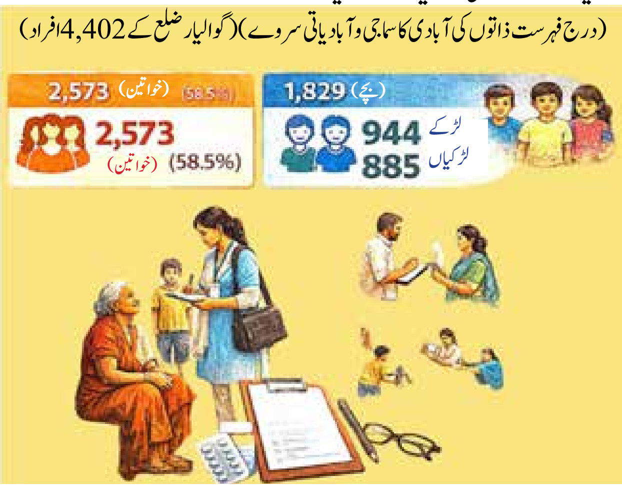
حوالہ لنک: (https://journals.lww.com/jras/fulltext/2025/07000/clinical_evaluation_of_pushyanug_churna_in_the.3.aspx)

چھوٹے قدم آگے کی جانب: گوالیار کے دیہی علاقے میں صحت اور عادات کو بہتر بنانا

گوالیار ضلع کے پانچ دیہات میں، جہاں زیادہ تر رہائشی شیڈولڈ کاسٹ (ایس سی) کمیونٹیز سے تعلق رکھتے ہیں، میں ایک بڑا کمیونٹی سروے کیا گیا ہے، جس سے مثبت پیش رفت اور ایسے علاقوں میں بہتری آئی ہے جہاں خواتین کی صحت اور رہائش کی حالت میں ابھی بہتری کی ضرورت ہے۔ یہ مطالعہ دسمبر 2018 سے دسمبر 2019 کے درمیان کیا گیا۔ محققین نے گھروں کا دورہ کیا اور 4,402 افراد سے معلومات حاصل کیں، جن میں 2,573 خواتین اور 1,829 بچے شامل تھے۔ ایک منظم سوالنامے کے ذریعے، انہوں نے رہائشی حالات، تعلیم، حیض اور حمل کی تاریخ، نشے، اور خواتین کے صحت کی سہولیات حاصل کرنے کے طریقے کے بارے میں تفصیلات جمع کیں۔ بچوں کے لیے، سروے

میں اسکولنگ، ویکسینیشن کی صورتحال، عام بیماریوں، اور نشوونما کا جائزہ لیا گیا

تصویر کا ماخذ: اے آئی سے تیار کردہ تصویر



سروے میں شامل خواتین میں سے تقریباً 35 فیصد نے تکلیف دہ حیض کی شکایت کی، جبکہ 14 فیصد نے بے قاعدہ حیض کا ذکر کیا۔ مثبت پہلو یہ ہے کہ تقریباً 90 فیصد زچگیاں اسپتالوں یا صحت کے مراکز میں ہوئیں، جو ادارہ جاتی زچگی خدمات کے بڑھتے ہوئے استعمال کو ظاہر کرتا ہے۔ صرف تقریباً 10 فیصد ولادتیں گھروں میں ہوئیں، اور لگ بھگ 97 فیصد زچگیاں معمول کے مطابق قدرتی (نارمل) طریقے سے ہوئیں۔

تاہم، اس سروے سے تولیدی صحت سے متعلق آگہی میں کمی بھی سامنے آئی۔ تقریباً 44 فیصد خواتین مانعِ حمل طریقوں سے واقف نہیں تھیں، جبکہ 56 فیصد مناسب حفظانِ صحت ماہواری کے اصولوں پر عمل نہیں کر رہی تھیں۔ غذائی عادات کے حوالے سے تقریباً 72 فیصد خواتین نے بتایا کہ وہ مخلوط غذا استعمال کرتی ہیں، جس میں سبزی اور گوشت دونوں شامل ہوتے ہیں۔ مزید یہ کہ مطالعے میں یہ بھی معلوم ہوا کہ تقریباً 15 فیصد خواتین کسی نہ کسی نشے کی عادی تھیں، جن میں زیادہ تر تمباکو یا پان مسالہ کا استعمال شامل تھا۔

یہ نتائج ظاہر کرتے ہیں کہ اگرچہ ادارہ جاتی زچگی جیسی صحت کی خدمات میں بہتری آ رہی ہے، تاہم ان برادریوں میں خاندانی منصوبہ بندی، حفظانِ صحتِ ماہواری اور صحت مند طرزِ زندگی سے متعلق آگہی میں مزید اضافہ کی ضرورت ہے۔ رہائش اور صفائی ستھرائی کے شعبے اب بھی تشویش کا باعث ہیں۔ اگرچہ 91 فیصد گھرانوں کو بیت الخلا کی سہولت حاصل تھی اور 71 فیصد نے مناسب ہواداری کی اطلاع دی، لیکن تقریباً 80 فیصد افراد غیر صاف شدہ پینے کے پانی پر انحصار کرتے تھے اور لگ بھگ 80 فیصد گھروں میں کھلی نکاسی آب کا نظام موجود تھا۔

بچوں میں حفاظتی ٹیکہ کاری کی شرح تقریباً 95 فیصد رہی۔ تاہم 6 سے 12 سال کی عمر کے تقریباً 21 فیصد بچے اسکول نہیں جا رہے تھے۔ بار بار ہونے والی بیماریوں میں سانس کی نالی کے انفیکشن سب سے زیادہ عام تھے (16.5 فیصد)، اس کے بعد جلدی اور معدی و آنتوں کے انفیکشن کا نمبر آتا ہے۔ نشوونما کے جائزے سے ظاہر ہوا کہ تقریباً 93 فیصد بچوں کا قد عمر کے لحاظ سے معمول کے مطابق تھا، لیکن 19 فیصد کم وزن کے حامل تھے۔ شدید حاد غذائی قلت بہت کم (0.16 فیصد) پائی گئی، جبکہ مجموعی طور پر 99.8 فیصد بچوں کی نشوونما کی حالت معمول کے مطابق تھی۔۔

نتائج سے ظاہر ہوتا ہے کہ اگرچہ ادارہ جاتی زچگی اور حفاظتی ٹیکہ کاری کی خدمات کی رسائی مضبوط ہے، تاہم صفائی ستھرائی، حفظانِ صحتِ ماہواری کی تعلیم، اور بچوں کی غذائیت کے شعبوں میں مزید توجہ کی ضرورت ہے۔ مطالعہ اس بات کی نشاندہی کرتا ہے کہ بنیادی صحت کی خدمات کو مضبوط بنانا جس میں ثقافتی طور پر قابلِ قبول آیوروید پر مبنی معاونت بھی شامل ہو۔ موجودہ عوامی صحت کے پروگراموں کی تکمیل میں مؤثر ثابت ہو سکتا ہے۔

حوالہ ماخذ: شرما ڈی، سنگھ این کے، سری واستو پی، بھارتی پی ایل، پرکاش او، گوالی کے، ماتا ایس، اوٹا ایس، کھیجاڈی، شاہی وی کے، ماناتھوتھل اے۔ مدھیہ پردیش، بھارت کے ضلع گوالیار میں شیڈولڈ کاسٹ کمیونٹی کی خواتین اور بچوں کی صحت سے متعلق آبادیاتی پروفائل پر ایک مشاہداتی کراس سیکشنل سروے مطالعہ۔ جرنل آف ریسرچ ان آیوروید ک سائنسز۔ 1 جنوری 2026؛10:(1)27-36.

حوالہ لنک: https://journals.lww.com / jras / fulltext / 2026 / 01000 / an_observational_cross_sectional_survey_study_ (on.3.aspx

طبّی اتفاق رائے نے مارشانا سیہ تھراپی کے لیے محفوظ اور معیاری طریقہ مقرر کیا

روایتی آیورویدک طریقۂ علاج کو جدید شواہد پر مبنی طب کے ساتھ ہم آہنگ کرنے کی جانب ایک اہم پیش رفت کے طور پر، ایک حالیہ امکانی مطالعے میں مرشانسیہ، جو آیوروید کا ایک اہم طریقۂ علاج ہے کے لیے طبّی اتفاقِ رائے پر مبنی بیانات تیار کیے گئے ہیں۔ اس اقدام کا مقصد معیاری طبّی رہنما اصول وضع کرنا تھا، جو اس طریقۂ علاج کے عملی اطلاق، تدریس اور جانچ کے انداز کو تبدیل کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ اس تحقیق میں بین الاقوامی طور پر تسلیم شدہ رینڈ/یو سی ایل اے مناسبت طریقہ استعمال کیا گیا، جو ایک منظم طریقہ ہے جس میں سائنسی شواہد اور ماہرین کی آرا کو یکجا کر کے طبّی طریقۂ کار کی موزونیت کا تعین کیا جاتا ہے۔ محققین نے مقصدی نمونہ بندی کے ذریعے آیوروید کے ماہرین پر مشتمل ایک متنوع مجلس تشکیل دی، جس میں ہندوستان کے مختلف جغرافیائی خطوں شہری اور دیہی دونوں کی نمائندگی شامل تھی، اور اس میں کلینیکل پریکٹس، تحقیق، تدریس اور انتظامی شعبوں کے ماہرین کو بھی شریک کیا گیا۔

اعلیٰ معیار مہارت کو برقرار رکھنے کے لیے تحقیق میں صرف ان آیوروید معالجین کا انتخاب کیا گیا جنہیں مرش نسیہ کے عمل میں دس سال سے زائد طبّی تجربہ حاصل تھا۔ مطالعے کی رپورٹ کے مطابق ابتدائی طور پر رابطہ کیے گئے 13 ماہرین میں سے 9 ماہرین نے شرکت پر رضامندی ظاہر کی۔ یہ ماہرین مرش نسیہ سے متعلق کلاسیکی آیورویدک متون اور جدید سائنسی لٹریچر دونوں پر عبور رکھتے تھے، اور ان کی تعداد ریم کے رہنما اصولوں

کے مطابق تھی۔ تحقیقی ٹیم نے کلاسیکی آیورویدک لٹریچر، جدید سائنسی مطالعات، معالجین کی آرا، اور نمایاں آیورویدک اسپتالوں اور تدریسی اداروں سے حاصل کردہ سروے نتائج کے وسیع جائزے کے بعد طبّی حالات کے نمونے اور بہترین عملی بیانات کا مسودہ تیار کیا۔ شائع شدہ مواد کی محدود دستیابی کے پیشِ نظر، ماہرین کی بصیرت نے سفارشات کی تشکیل میں بنیادی کردار ادا کیا۔

(AI سے تیار کردہ تصویر)

اس تحقیق میں ابتدائی طور پر کل 75 بہترین عملی بیانات پیش کیے گئے، جنہیں منظم انداز میں دو مرحلوں پر مشتمل جانچ سے گزارا گیا۔ اس عمل کے نتیجے میں 63 بیانات پر اتفاقِ رائے حاصل ہوا، جنہیں چھ اہم شعبوں میں تقسیم کیا گیا: عمومی اصول، ابتدائی تیاری کے مراحل، بنیادی طریقۂ علاج، بعد از علاج نگہداشت، مقدار سے متعلق پہلو، اور معیار کی یقین دہانی کے اقدامات۔ یہ تمام 63 حتمی بیانات طبّی رہنما اصولوں میں شامل کرنے کے لیے موزوں اور معتبر قرار دیے گئے، جو ماہرین کے درمیان مضبوط اتفاقِ رائے کی عکاسی کرتے ہیں۔ محققین نے واضح کیا کہ دو طریقوں یعنی تالم (سر کے وسطی حصے پر دوا رکھنے کا عمل) اور دوائی ملے سفوف کو سر کی جلد پر ملنا کو بنیادی سفارشات میں شامل نہیں کیا گیا۔ ماہرین نے تجویز دی کہ ان طریقوں کو علاقائی نوعیت کی مداخلتیں سمجھا جائے اور ان کی وسیع تر طبّی قبولیت سے قبل مزید امکانی مطالعات کی ضرورت پر زور دیا۔

یہ نتائج اس امر کو نمایاں کرتے ہیں کہ روایتی طریقۂ علاج کی منظم دستاویز سازی اور سائنسی توثیق کس قدر اہم ہے۔ ایک منظم اور اتفاقِ رائے پر مبنی ڈھانچہ قائم کر کے اس مطالعے نے مرشانسیہ کی طبّی معیار بندی کے لیے مضبوط بنیاد فراہم کی ہے، جس سے اس کی معتبریت اور مختلف طبّی و تعلیمی ماحول میں اس کے یکساں اعادہ کی صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے۔ ماہرین کے مطابق یہ طریقۂ کار دیگر پنچ کرما طریقۂ علاج اور آیورویدک مداخلتوں کے لیے بھی شواہد پر مبنی رہنما اصول تیار کرنے کے نمونے کے طور پر کام کر سکتا ہے۔ اس کے نتیجے میں سامنے آنے والی سفارشات معالجین، محققین، طلبہ اور پالیسی سازوں سمیت مختلف متعلقہ حلقوں کے لیے مفید ثابت ہونے کی توقع ہے۔ عالمی سطح پر ہمہ گیر طب میں بڑھتی ہوئی دلچسپی کے پیشِ نظر، اس نوعیت کی کاوشیں روایتی علمی نظاموں کو جدید طبّی معیارات کے ساتھ ہم آہنگ کرنے کی جانب ایک اہم قدم ہیں۔

حوالہ: نائرڈی آر، اشوتھی کٹی وی، کمار کے پی، لایک ایس، کھنڈوری ایس، چندر شیکھر اراؤ بی، سری کانت این، آچاریہ آر۔ مارشانسیا پر کلینیکل اتفاق رائے کے بیانات آیوروید میں علاجی طریقہ کار کے کلینیکل پریکٹس رہنما اصولوں کی تیاری کی طرف ایک ممکنہ مطالعہ۔ جرنل آف آیوروید اینڈ انٹیگریٹو میڈیسن۔ 2026 1 مارچ؛ 17(2):101298.

حوالہ لنک: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0975947625001743

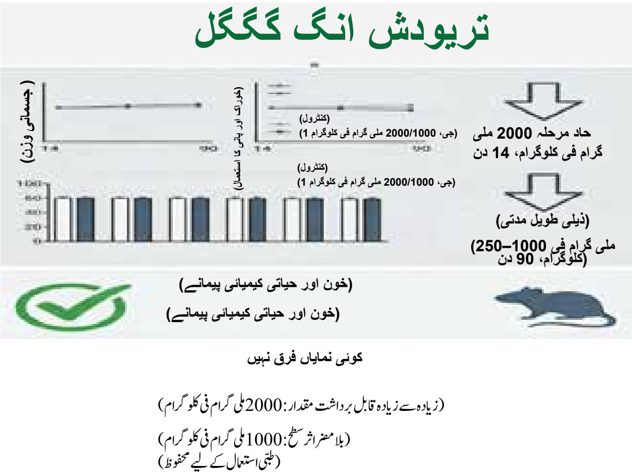
ایک حالیہ تحقیق نے ٹریوداشانگ گوگولو کی حفاظت کے شواہد فراہم کیے ہیں — جو ایک معروف آیوروید فارمولا ہے اور عضلاتی ہڈیوں کی بیماریوں کے لیے تجویز کیا گیا ہے

سینٹرل آیوروید ریسرچ انسٹی ٹیوٹ، کولکاتہ کے محققین کی جانب سے کیے گئے ایک مطالعے میں آیورویدک دوا ٹریوداشانگ گوگولو کی حفاظتی حیثیت کا جائزہ لیا گیا، جس سے جوڑوں اور پٹھوں سے متعلق امراض میں اس فارمولا کے طبّی استعمال کے بارے میں اطمینان بخش شواہد فراہم ہوتے ہیں۔ ٹریوداشانگ گوگولو ایک کلاسیکی آیورویدک فارمولا ہے جو عام طور پر جوڑوں کے درد، اکڑن اور سوزش کے علاج کے لیے تجویز کیا جاتا ہے۔ یہ مختلف معروف جڑی بوٹیوں کے امتزاج سے تیار کیا جاتا ہے، جن میں اشوگندھا، گڈوچی، سونٹھ اور گگلو شامل ہیں، نیز دیگر اجزاء اور گائے کا گھی بھی اس میں شامل ہوتا ہے۔ یہ جڑی بوٹیاں روایتی طب میں سوزش کم کرنے اور مجموعی طور پر جوڑوں کی صحت کو بہتر بنانے کے لیے نہایت اہم سمجھی جاتی ہیں۔

مطالعے کے مطابق اس فارمولا کا ابتدائی جائزہ شدید زبانی زہریلا پن کے تجزیے کے ذریعے لیا گیا، جس میں تجرباتی چوہوں کو جسمانی وزن کے حساب سے 2000 ملی گرام فی کلو گرام کی ایک بڑی مقدار دی گئی۔ اس کے بعد جانوروں کو 14 دن تک مشاہدہ میں رکھا گیا تاکہ کسی بھی فوری زہریلے اثرات کا پتہ چلایا جا سکے۔ مشاہدے کے دوران نہ کوئی اموات ہوئیں اور نہ ہی علاج سے متعلق کوئی مضر اثرات سامنے آئے، جو آزمودہ مقدار پر اس فارمولا کی شدید حفاظتی حیثیت کو ظاہر کرتا ہے۔

اس کے بعد سب کرونک 90 دن کی بار بار خوراک پر مشتمل زبانی زہریلا پن کا مطالعہ کیا گیا، جس میں آزمائشی مادّہ 250، 500 اور 1000 ملی گرام فی کلو گرام جسمانی وزن کی مقداروں میں دیا گیا۔ مطالعے کے دوران جانوروں کو باقاعدگی سے زہریت کی طبّی علامات کے لیے زیرِ نگرانی رکھا گیا، جن میں خوراک اور پانی کے استعمال میں تبدیلیاں، خون سے متعلق پیمانے اور حیاتی کیمیائی اشاریے شامل تھے۔ نتائج سے ظاہر ہوا کہ جسمانی، خون سے متعلق یا حیاتی کیمیائی پیمانوں میں مقدار کے لحاظ سے کوئی نمایاں تبدیلی واقع نہیں ہوئی، جس

سے یہ اشارہ ملتا ہے کہ تجرباتی حالات میں کسی بھی قسم کی مجموعی زہریت موجود نہیں تھی۔



(AI سے تیار کردہ تصویر)

ان مشاہدات کی بنیاد پر 90 روزہ تکراری مقدار کے مطالعے میں ''کوئی مضر اثر ظاہر نہ ہونے کی حد'' (این او اے ای ایل) 1000 ملی گرام فی کلو گرام جسمانی وزن مقرر کی گئی۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اس مقدار پر طویل عرصے تک دینے کے باوجود تجرباتی جانوروں میں کوئی منفی اثرات ظاہر نہیں ہوئے۔

ترجمانی اور صحت عامہ کے نقطۂ نظر سے یہ بات اہم ہے کہ این او اے ای ایل براہ راست انسانوں کے لیے قابل اطلاق مقدار نہیں ہوتا بلکہ ایک زہریاتی حوالہ جاتی حد کے طور پر استعمال ہوتا ہے۔ معیاری خطرہ جانچ کے طریقوں میں غیر یقینی اور حفاظتی عوامل کو شامل کر کے حیوانی اعداد و شمار کی بنیاد پر انسانوں کے لیے محفوظ مقدار کا تعین کیا جاتا ہے، جس کے نتیجے میں عموماً کم مقدار تجویز کی جاتی ہے۔ تریودشنگ گگلگو کے حوالے سے یہ نتائج اس بات کی طرف اشارہ کرتے ہیں کہ آیورویدک عمل میں تجویز کردہ علاجی مقداریں غالباً وسیع حد تک محفوظ دائرے کے اندر آتی ہیں۔

محققین نے نتیجہ اخذ کیا کہ یہ مطالعہ تریودشنگ گگلگو کی حفاظتی خصوصیات کے حق میں تجرباتی شواہد فراہم کرتا ہے۔ تاہم انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ اس کا استعمال مستند طبّی ماہرین کی نگرانی میں ہی ہونا چاہیے، اور بغیر مشورہ مقدار میں اضافہ یا خود علاج سے گریز کیا جائے۔ یہ مطالعہ روایتی آیورویدک مرکبات کی سائنسی توثیق میں اہم کردار ادا کرتا ہے اور شواہد پر مبنی طبّی عمل میں ان کے معقول انضمام کی حمایت کرتا ہے، خصوصاً عضلاتی و ہڈیوں کے امراض کے علاج کے سلسلے میں۔

حوالہ ماخذ: بورا ایم، سنہابی ایم، گوتم ایم کے، گائیدھانی ایس این، اپادھیائے ایس این، جماداگنی ایس پی، دکشت اے کے۔ ٹرائیوداشانگ گوگولو کے زہریلے پن کے مطالعے، جو تجرباتی جانوروں میں ایک کلاسیکی آیورویدک فارمولیشن ہے۔ ٹاکسیکولوجی انٹرنیشنل۔ 2023; 30(2):131-8

حوالہ لنک: https://informaticsjournals.co.in/index.)
(php/toxi/article/view/30617/22332

طبّی مطالعہ ڈیجیٹل آنکھوں کی تھکن کے علاج میں آیوروید کے کردار کو اجاگر کرتا ہے

آج کے ڈیجیٹل دور میں، بہت سے لوگ کمپیوٹر اسکرین، موبائل فونز، اور دیگر ڈیجیٹل آلات کو طویل گھنٹے دیکھتے ہوئے گزارتے ہیں۔ نتیجتاً، زیادہ سے زیادہ افراد کمپیوٹر وژن سنڈروم، جسے ڈیجیٹل آئی اسٹرین بھی کہا جاتا ہے، کا شکار ہو رہے ہیں۔ یہ حالت کئی تکلیف دہ علامات پیدا کر سکتی ہے جیسے خشک یا جلن آنکھیں، سرخی، دھندلا یا دوہری نظر، آنکھوں کی تھکن، سر درد، روشنی سے حساسیت، زیادہ آنسو، اور گردن، کندھوں اور کمر میں درد شامل ہیں۔

اسکرین سے متعلق آنکھوں کی بیماریوں کے بڑھتے ہوئے بوجھ کے جواب میں، سینٹرل آیورویدا ریسرچ انسٹی ٹیوٹ فار کارڈیو ویسکولر ڈیزیزز کے محققین نے ایک کلینیکل مطالعے سے حوصلہ افزا نتائج رپورٹ کیے ہیں جو کمپیوٹر وژن سنڈروم کے علاج میں آیورویدک مداخلتوں کا جائزہ لے رہا ہے، یہ ایک ایسی حالت ہے جو طویل عرصے تک ڈیجیٹل آلات کے استعمال سے بڑھتی جا رہی ہے۔

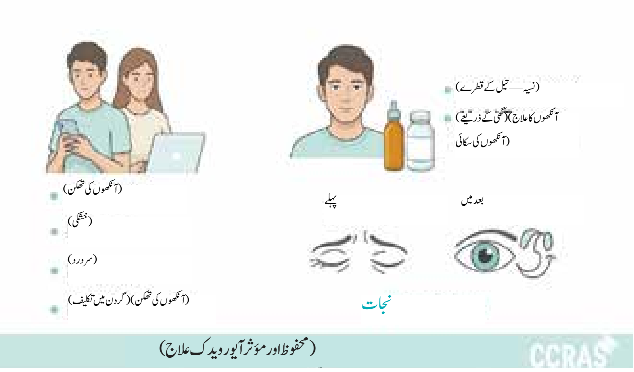
کمپیوٹر وژن سنڈروم میں آنکھوں اور بیرونی آنکھوں کی مختلف علامات شامل ہیں، جن میں خشکی، جلن کا احساس، سرخی، دھندلا یا دوہری نظر، آنکھوں کی تھکن، سر درد، روشنی سے خوفزدہ، زیادہ آنسو آنا، اور عضلاتی و ہڈیوں میں تکلیف شامل ہیں۔ گردن، کندھے، اور کمر۔ اس بیماری کی بڑھتی ہوئی شرح اور محفوظ، پائیدار انتظامی حکمت عملیوں کی ضرورت کے پیش نظر، محققین نے کلاسیکی آیورویدک علاج کی علاجی صلاحیت کا جائزہ لینے کے لیے ایک کلینیکل مطالعہ تیار کیا۔

کل 62 مریض اس مطالعے میں شامل کیے گئے، جن میں شماریاتی تجزیے میں تمام شرکاء کا ڈیٹا شامل تھا۔ زیادہ تر شرکاء نوجوان بالغ تھے، جن میں 40.32٪ 25–30 سال کے گروپ میں اور 38.71٪ 19–24 سال کے درمیان تھے۔ مرد شرکاء گروپ کا 70.97٪ تھے، اور 61.3٪ ڈیسک پر مبنی پیشوں میں مصروف تھے، جو زیادہ اسکرین نمائش کی عکاسی کرتا ہے۔

کلینیکل مطالعے میں، مریضوں کو کھانے سے پہلے روزانہ دو بار تین دن تک ہنگواشک چرنا 3–5 گرام خوراک میں دی گئی، اس کے بعد ویریچنا کے لیے سونے سے پہلے 5 گرام اویپاٹیکر چرنا نیم گرم پانی کے ساتھ دی گئی (علاجی صفائی کے لیے)۔ انو تیلا کے ساتھ نسیا تھراپی ہر صبح ہر نتھنے میں 8 قطرے دی جاتی تھی، سات مسلسل دن (دن 1 سے 7 تک۔ اکشی ترپنا مہاتری فلا دیہ گھرتا کا استعمال کرتے ہوئے صبح کے وقت تین مسلسل دنوں تک کی جاتی تھی اور 15 دن کے وقفے (دن 8–10 اور 26–28) کے بعد دہرائی جاتی تھی۔ مہاتریفلا دیہ گھریتا کی زبانی خوراک دن میں دو بار خالی پیٹ پر 5 ملی لیٹر پر دی گئی —— ایک بار صبح اور پھر شام کے کھانے سے تین گھنٹے پہلے —— کل 42 دن تک، پہلے دن سے شروع ہو کر

کلینیکل اسکریننگ اور باخبر رضامندی کے بعد، شرکاء کو ایک ملٹی موڈل علاج پروٹوکول

سے گزارا گیا جس میں انسیا تھراپی شامل تھی جس میں انو تیلا کو سات دن کے لیے ناک کے ذریعے دیا گیا، اور اکشی ترپنا کو مہاتر یفلادیہ گھریتا کے ذریعے تین دن تک دہرایا گیا، جو 15 دن کے وقفے کے بعد دہرایا گیا۔ اس کے علاوہ مہاترفلادیا گھیرت بطور دوا نیم گرم پانی کے ساتھ روزانہ دو مرتبہ 42 دن تک استعمال کرنے کی ہدایت دی گئی۔



(AI سے تیار کردہ تصویر)

طبّی جائزے سے معلوم ہوا کہ ڈیجیٹل آنکھوں کی تھکن سے متعلق بنیادی شکایات میں شماریاتی طور پر نمایاں بہتری واقع ہوئی۔ جوڑے دار ٹی-ٹیسٹ کے ذریعے کیے گئے تجزیے میں تمام جائزہ اوقات (8واں، 26واں اور 42واں دن) اور 56ویں دن کے فالو اپ میں ابتدائی حالت کے مقابلے میں نہایت اہم نتائج $(p < 0.001)$ سامنے آئے۔ خصوصاً خشکی، جلن اور آنکھوں سے زیادہ پانی آنے جیسی علامات میں 8ویں دن ہی ایک فیصد اہمیت کی سطح پر نمایاں بہتری دیکھی گئی، جبکہ اس ابتدائی مرحلے میں آنکھوں کی سرخی میں بہتری شماریاتی طور پر نمایاں نہیں تھی۔ شرکاء نے آنکھوں کی تھکن، سر درد، دھندلا نظر آنا، خشکی، جلن اور زیادہ پانی آنے میں واضح کمی کی اطلاع دی، اور بعض افراد کو علاج کے پہلے ہی ہفتے میں علامات سے راحت حاصل ہو گئی۔ مزید برآں، معروضی نتائج سے آنکھوں کی نمی برقرار رکھنے والی تہہ کے استحکام میں بہتری ظاہر ہوئی، جو سطحِ چشم کی صحت میں اضافے کی نشاندہی کرتی ہے۔

تھراپی کی تکمیل کے دو ہفتے بعد کیے گئے فالو اپ سے یہ ظاہر ہوا کہ فوائد برقرار رہے، جو ان مداخلتوں کی ممکنہ طویل مدتی افادیت کی نشاندہی کرتا ہے۔ اہم بات یہ ہے کہ پورے مطالعے کے دوران کسی بھی قسم کے مضر ادویاتی اثرات یا حفاظتی خدشات سامنے نہیں آئے، جو اس طریقۂ علاج کی برداشت پذیری کو واضح کرتا ہے۔ محققین نے نتیجہ اخذ کیا کہ آیورویدک مداخلتیں، خصوصاً انو تیلہ کے ساتھ نسیہ اور مہاترفلادیا گھیرتا کے ذریعے آنکھوں کے علاج، ڈیجیٹل آنکھوں کے دباؤ کے انتظام کے لیے محفوظ اور مؤثر تکمیلی طریقے ثابت ہو سکتے ہیں۔ یہ مطالعہ اس بات کو بھی اجاگر کرتا ہے کہ ڈیجیٹل دور میں طرزِ زندگی سے متعلق امراض سے نمٹنے کے لیے روایتی طبّی علم کو جدید طبّی عمل کے ساتھ ہم آہنگ کرنا کس قدر اہمیت اختیار کر رہا ہے۔

حوالہ ماخذ: کھیجاڈی، دعا ایم، اوتا ایس، جادھو این، ویدی ایس کے، بھارتی، شرما بی ایس، کھنڈوری ایس، رانا آر، سنگھل آر، سری کانت این، دھیمان کے ایس، مہاتریفلادیہ گھریتا اور انو تیلا نسیا کی کمپیوٹر وژن سنڈروم کے انتظام میں افادیت کی کلینیکل ایویلیوایشن۔ جے ریز آیورویدک سائنس 2018;2(3):156-163.

حوالہ لنک: (https://journals.lww.com/jras/abstract/2018/02030/clinical_evaluation_of_efficacy_of_mahatriphaladya.2.aspx)

کیس اسٹڈی سے پتہ چلتا ہے کہ آیورویدا اگنی کرما (تھرمل) تھراپی مائیگرین کے درد میں فوری آرام کی صلاحیت رکھتی ہے

مائیگرین ایک پیچیدہ اعصابی عارضہ ہے جو عام سر درد سے مختلف ہوتا ہے اور عالمی سطح پر صحت پر نمایاں بوجھ ڈالتا ہے۔ اس کی نمایاں علامات میں سر کے ایک طرف شدید دھڑکن والا درد، متلی، اور روشنی و آواز کے لیے غیر معمولی حساسیت شامل ہیں۔ یہ مرض دنیا بھر میں معذوری کی بڑی وجوہات میں شمار ہوتا ہے۔ معیاری علاج جیسے نان سٹیرائیڈل اینٹی انفلیمیٹری ادویات اور ٹرپٹنز کی دستیابی کے باوجود، بہت سے مریض ناکافی آرام، مضر ضمنی اثرات، یا بار بار حملوں کی اطلاع دیتے ہیں۔ ایک حالیہ کلینیکل کیس رپورٹ نے اگنی کرما کی طرف توجہ مبذول کرائی ہے، جو ایک قدیم آیورویدک تکنیک ہے جس میں کنٹرولڈ تھرمل کاٹری شامل ہے، جو شدید مائیگرین کے واقعات کے لیے ایک ممکنہ تیز ردِ عمل کی مداخلت ہے۔ آیورویدا میں روایتی طور پر دائمی عضلاتی و ہڈیوں کے درد کے علاج کے لیے استعمال ہونے والی اگنی کرما ایک گرم دھاتی آلہ (شلاکا) استعمال کرتی ہے جو جلد کے نشانے پر عارضی طور پر لگائی جاتی ہے۔

رپورٹ میں 58 سالہ خاتون کا کیس بیان کیا گیا ہے جسے گزشتہ 10 برس سے بار بار مائیگرین ہوتے تھے۔ وہ تین دن سے جاری ایک شدید دورے کے دوران پیش ہوئیں، جس پر روایتی درد کش ادویات کا کوئی اثر نہیں ہو رہا تھا، اور درد کی شدت 10 میں سے 10 درج کی گئی تھی۔ معالجین نے درد کی زیادہ شدت والے مقام کے مطابق دائیں کنپٹی کے حصے پر اگنیکرما کا عمل کیا۔ رپورٹ کے مطابق اس مداخلت سے علامات میں تیزی سے روشنی برداشت کرنے کی صلاحیت اور بغیر کسی تکلیف کے آنکھیں کھول سکتی تھی دھڑکن والے درد میں واضح کمی محسوس کی، اور پانچ منٹ کے اندر درد کی شدت تقریباً صفر تک کم بہتری آئی۔ دو منٹ کے اندر مریض نے درد میں نمایاں کمی کا تجربہ کیا، اور پانچ منٹ تک اس کے درد کا اسکور صفر کے قریب کم ہو گیا تھا۔ مریض نے روشنی کو بھی برداشت کر لیا اور وہ بغیر کسی تکلیف کے اپنی آنکھیں کھولنے میں کامیاب ہو گئی۔

مریض نے روشنی کو برداشت کرلیا اور بغیر کسی تکلیف کے آنکھیں کھولنے کے قابل ہو گئی۔

تصویر کا ماخذ : https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11282372/

یہ طریقہ علاج بخوبی برداشت کیا گیا، اور اطلاق کی جگہ پر صرف ہلکی اور عارضی تکلیف محسوس ہوئی۔ جلد پر معمولی مقامی رنگت کی تبدیلی پیدا ہوئی، جو تقریباً چھ ہفتوں کے اندر مکمل طور پر ختم ہوگئی اور کوئی مستقل داغ باقی نہ رہا۔ مشاہدہ شدہ اثر کے پیچھے تجویز کردہ طریقہ کار ٹرائی جیمینل نرو کے ساتھ نوسیسیپٹو سگنلنگ کی ماڈیولیشن ہے، جو مائیگرین پیتھو فزیالوجی میں ایک اہم راستہ ہے۔ محققین کا مفروضہ ہے کہ کنٹرول شدہ حرارتی محرک عارضی طور پر درد کے سگنل کی ترسیل کو متاثر یا ختم کر سکتا ہے، جس سے مائیگرین کے حملے کو مؤثر طریقے سے کمزور کیا جا سکتا ہے۔

ایک چھوٹے ابتدائی مطالعے سے ملنے والے شواہد سے پتہ چلتا ہے کہ اگنی کرما کو آیورویدک جڑی بوٹیوں کے ساتھ ملا کر مائیگرین کے واقعات اور متعلقہ حسی حساسیت دونوں کو کم کر سکتا ہے۔ تاہم، محققین اس بات پر زور دیتے ہیں کہ یہ نتائج ابھی ابتدائی ہیں۔ اگرچہ یہ روایتی علاج کا متبادل نہیں ہے، اگنیکرما شدید مائیگرین کے انتظام کے لیے کم لاگت اور تیزی سے اثر دکھانے والا تکمیلی طریقہ بن سکتا ہے۔ اس کی افادیت، حفاظت اور بنیادی طریقۂ کار کی تصدیق کے لیے بڑے پیمانے پر اور باقاعدہ کنٹرول شدہ مطالعات کی ضرورت ہے، اس سے پہلے کہ اسے وسیع طبی استعمال کے لیے تجویز کیا جا سکے۔

حوالہ ماخذ: بالا کرشنن پی، سورندرن ای ایس، راج ایل ایس۔ مائیگرین کے شدید درد کے دورے کے لیے اگنی کارما تھراپی کے ساتھ فوری درد سے کم—ایک کیس رپورٹ۔ جرنل آف آیوروید اینڈ انٹیگریٹیو میڈیسن۔ 2024 مئی 1؛15(3):100953۔

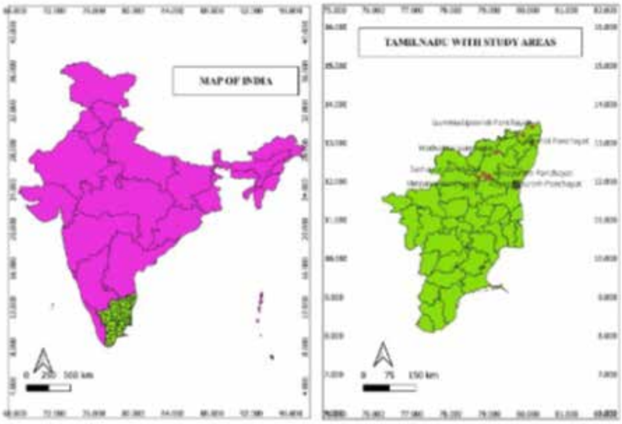
حوالہ لنک: (https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11282372/)

صحت کے نظام کی تحقیق

تحقیق نے تمل ناڈو میں قبائلی برادریوں میں غیر متعدی بیماریوں کے پوشیدہ بوجھ کو ظاہر کیا

ریجنل آیوروید ریسرچ انسٹی ٹیوٹ، چنئی کے محققین کی جانب سے کی گئی حالیہ کراس سیکشنل اسٹڈی؛ جنوبی بھارتی ریاست تمل ناڈو میں شیڈولڈ ٹرائب (ایس ٹی) آبادی کو درپیش صحت کے چیلنجز پر نئی روشنی ڈالتی ہے، جس سے سماجی و اقتصادی پسماندگی، ماحولیاتی خطرے کے عوامل، اور غیر متعدی بیماریوں (این سی ڈی) کے بڑھتے ہوئے بوجھ کے پیچیدہ تعلق کو ظاہر کیا گیا ہے۔ اگرچہ یہ ریاست کی آبادی کا صرف تقریباً 1.1٪ ہے، تقریباً 7.95 لاکھ افراد۔ یہ کمیونٹیز معیاری اور سستی صحت کی سہولیات تک رسائی کے لحاظ سے نمایاں طور پر محروم ہیں۔

یہ مطالعہ، جو اگست 2020 سے مارچ 2021 کے درمیان کیا گیا، تھرواللور اور تھرووانامالائی اضلاع میں آٹھ ایس ٹی غالب پنچایت علاقوں پر مرکوز تھا۔ محققین نے 1,729 گھروں کے 7,074 افراد سے گھر گھر جانے اور منظم انٹرویوز کے ذریعے سروے کیا، جس کا مقصد این سی ڈی کی شرح کو صحت کے سماجی و آبادیاتی اور ماحولیاتی عوامل کے ساتھ ساتھ جانچنا تھا۔



تصویر کا ماخذ: https://www.ijam.co.in/index.php/ijam/article/view/5698/1401

نتائج سے معلوم ہوا کہ سروے کی گئی آبادی کا 8.98٪ کم از کم ایک غیر متعدی بیماری کا شکار تھا۔ ان میں سے، اوسٹیو آرتھرائٹس سب سے زیادہ عام حالت (7.39٪) کے طور پر ابھری، اس کے بعد ذیابیطس (1.46٪)، جبکہ فالج اور دمہ نسبتاً نایاب تھے۔ اگرچہ یہ اعداد و شمار معمولی لگ سکتے ہیں، محققین خبردار کرتے ہیں کہ کم تشخیص اور محدود صحت کی سہولیات اصل بوجھ کو چھپا سکتی ہیں۔

مطالعے کی ایک نمایاں خصوصیت آبادی کی سماجی و آبادیاتی کیفیت کا جائزہ تھا۔ بالغ افراد میں نصف سے زیادہ (50.27 فیصد) ناخواندہ تھے، جو ریاستی اوسط کے مقابلے میں نمایاں طور پر زیادہ ہے۔ شرحِ خواندگی میں تفاوت خاص طور پر خواتین کے درمیان زیادہ واضح تھا۔ آبادی صنفی لحاظ سے تقریباً برابر تقسیم تھی، جبکہ بالغ افراد کی بڑی اکثریت (76.63 فیصد) شادی شدہ تھی۔ زیادہ تر شرکاء نے درمیانی درجے کی جسمانی سرگرمی کی اطلاع دی، جس کی بنیادی وجہ ان کے پیشوں کی محنت طلب نوعیت تھی۔

تحقیق کے مطابق تقریباً تمام شرکاء (99.86 فیصد) غیر نباتاتی غذا استعمال کرتے تھے، جو پروٹین کی دستیابی کو ظاہر کرتا ہے، تاہم غذائی تنوع کی کمی کے باعث خرد غذائی اجزاء کی کمی کا امکان بھی ظاہر ہوتا ہے، اور یوں طرز زندگی اور رویّہ جاتی خطراتی عوامل صحت پر اثر انداز ہونے والے اہم عناصر کے طور پر سامنے آتے ہیں۔ تمباکو کا استعمال، سگریٹ نوشی اور شراب نوشی بالترتیب 2.43 فیصد، 13.22 فیصد اور 10.70 فیصد افراد میں پائی گئی، جو دائمی امراض کے خطرے میں اضافہ کرنے والی عادات ہیں۔ سروے سے معلوم ہوا کہ 60.4 فیصد گھرانوں میں مناسب ہواداری موجود نہیں تھی، جبکہ 99.2 فیصد کھلے نکاسی آب کے نظام پر انحصار کرتے تھے، جو ماحولیاتی حالات کے باعث صحت کے خطرات میں مزید اضافہ کا باعث بنتے ہیں۔ اگرچہ 82.1 فیصد گھروں میں بیت الخلا کی سہولت موجود تھی، مگر اس کا استعمال کم تھا، اور 17.06 فیصد گھرانے اب بھی کھلے میں رفع حاجت کرتے تھے۔ پینے کے پانی کی صفائی بھی ایک بڑا مسئلہ تھا: تقریباً 98.8 فیصد افراد غیر صاف شدہ پانی استعمال کرتے تھے، جس سے معدی و آنتوں کے انفیکشن کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ محققین نے یہ بھی مشاہدہ کیا کہ زیر مطالعہ آبادی میں رہائشی حالات سادہ نوعیت کے تھے، جہاں تقریباً نصف گھروں کی چھتیں گھاس پھونس کی تھیں اور بہت سے گھر کھانا پکانے کے لیے لکڑی، کوئلہ یا گوبر جیسے حیاتی ایندھن استعمال کرتے تھے، جو گھریلو فضائی آلودگی اور سانس کی بیماریوں سے وابستہ عوامل ہیں۔ مچھروں کو بھگانے والی کوائلز کا تقریباً ہمہ گیر استعمال بھی وبائی امراض اور اندرونی فضائی معیار کے حوالے سے تشویش کا باعث قرار دیا گیا۔

مطالعے کے مطابق، ان کمیونٹیز کے بچوں کو اضافی چیلنجز کا سامنا کرنا پڑا۔ سروے کیے گئے 2,031 بچوں میں سے تقریباً ایک تہائی 10 سال سے کم عمر اسکول نہیں جا رہے تھے۔ بار بار انفیکشنز رپورٹ ہوئے، جن میں سانس، معدے اور جلدی مسائل شامل ہیں۔ تشویشناک بات یہ ہے کہ کسی بھی بچے کو آئرن یا وٹامنز جیسے غذائی سپلیمنٹ نہیں مل رہے تھے، جس سے طویل مدتی ترقیاتی نتائج کے بارے میں خدشات پیدا ہوئے۔ نابالغ لڑکیوں میں 11 فیصد سے زائد میں ماہواری کے آغاز میں تاخیر دیکھی گئی، جو بنیادی غذائی کمیوں کی طرف اشارہ کرتی ہے۔

یہ مطالعہ اس بات پر زور دیتا ہے کہ ماحولیاتی اور سماجی و اقتصادی عوامل جیسے ناقص صفائی، غیر محفوظ پانی، کم خواندگی، اور محدود صحت کی سہولیات تک رسائی کس طرح قبائلی آبادیوں میں صحت کے نتائج کو تشکیل دیتے ہیں۔ یہ نتائج وسیع تر قومی اعداد و شمار سے مطابقت رکھتے ہیں جو پسماندہ کمیونٹیز میں این سی ڈی کے بڑھتے ہوئے بوجھ کی نشاندہی کرتے ہیں، حالانکہ متعدی بیماریاں اور غذائی قلت برقرار ہے۔ محققین اس بات پر زور دیتے ہیں کہ اگرچہ حکومتی اقدامات اور غیر سرکاری تنظیموں نے انفراسٹرکچر اور صحت کی دیکھ بھال کی فراہمی کو بہتر بنانے میں پیش رفت کی ہے، لیکن نمایاں خلا موجود ہیں۔ رویے کے عوامل، جیسے صفائی کی سہولیات کا کم استعمال اور غذائیت و صفائی کے بارے میں ناکافی آگاہی، موجودہ پروگراموں کی مؤثریت کو محدود کرتے رہتے ہیں۔

جبکہ بھارت متعدی اور غیر متعدی بیماریوں کے دوہری بوجھ سے نبرد آزما ہے، یہ مطالعہ اس فوری ضرورت کو اجاگر کرتا ہے کہ کمزور آبادیوں، جیسے شیڈولڈ قبائل، ملک کی عوامی صحت کی ترقی میں پیچھے نہ رہ جائیں۔ محققین نے ان چیلنجز سے نمٹنے کے لیے ہدف شدہ، ثقافتی طور پر حساس مداخلتوں کی ضرورت پر زور دیا۔ سفارشات میں قبائلی علاقوں میں بنیادی صحت کی دیکھ بھال کی رسائی کو مضبوط بنانا، غذائیت کی تعلیم کو فروغ دینا، پانی اور صفائی کے انفراسٹرکچر کو بہتر بنانا، اور خواندگی کو بڑھانا شامل ہے، خاص طور پر خواتین میں۔ این سی ڈی کے لیے اسکریننگ پروگرامز کو وسعت دینا اور انہیں موجودہ عوامی صحت کی پہل کاریوں کے ساتھ مربوط کرنا بھی ابتدائی شناخت اور انتظام میں مدد دے سکتا ہے۔

حوالہ: سرینواس پی، دیوی کے پی، آشا ایس، کرشنا سی ایم، کاچارے کلپنا، کھیجاڈی، ابھا شرما، اے محمد کالیبتھلا، نارائن نم سری کانت۔ تھرواللور اور تھرووانامالائی ضلع، تمل ناڈو کے منتخب علاقوں میں شیڈولڈ قبائل کی صحت اور آبادیاتی پروفائل: ایک بین الشعبہ جاتی مطالعہ۔ انٹرنیشنل جرنل آف آیورویدک میڈیسن، جلد 16 (1)، 2025:99-94.

حوالہ لنک: https://www.ijam.co.in/index.php/ijam/article/view/5698

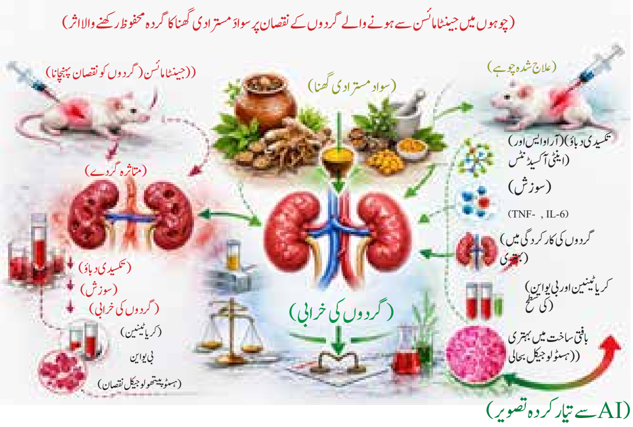
فارماکولوجیکل اور بایوکیمسٹری تحقیق

پری کلینیکل مطالعہ، آیورویدک پولی ہربل فارمولیشن "سوادمستر ادی گھنا" گردوں کو دوائیوں سے ہونے والے نقصان سے بچانے میں امید افزا ہے

گردے جسمانی توازن برقرار رکھنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں، جیسے سیال اور الیکٹرولائٹ کی سطح کو منظم کرنا، فضلہ کو خارج کرنا، تیزاب-بیس توازن برقرار رکھنا، اور بلڈ پریشر کو کنٹرول کرنے کے لیے ضروری ہارمونز خارج کرنا۔ تاہم، ان کی محدود تجدیدی صلاحیت انہیں زہریلے زخموں کے لیے بہت زیادہ حساس بناتی ہے، جو اکثر طویل مدتی پیچیدگیوں اور نیفروٹوکسسٹی کا باعث بنتی ہے۔ ایک حالیہ پری کلینیکل مطالعے نے سوادمسٹرادی گھانا، جو ایک روایتی آیورویدک پولی ہربل فارمولیشن ہے، کی نیفروپروٹیکٹو صلاحیت کی حمایت میں حوصلہ افزا شواہد فراہم کیے ہیں، جو عام طور پر استعمال ہونے والے اینٹی بایوٹک جینٹامیسن کی وجہ سے گردے کے نقصان کو کم کرنے میں مدد دیتے ہیں۔

اسی تناظر میں، محققین نے سوادم سٹرادی گھانا کے حفاظتی اثرات کا جائزہ لیا، جو گوکشورا (ٹریبولس ٹیریسٹرس)، ایرنڈا (ریکینس کیمونیس)، ورونا (Crateva nurwala)، اور سنتھی (Zingiber officinale) کے برابر حصوں پر مشتمل ہے۔ یہ جڑی بوٹیاں روایتی طور پر اپنی متنوع فارماکولوجیکل خصوصیات کے لیے جانی جاتی ہیں، جن میں سوزش کم کرنے والی اور اینٹی آکسیڈنٹ سرگرمیاں شامل ہیں۔ مطالعہ

ابتدا میں وسٹر نسل کے چوہوں میں شدید زبانی زہریلا پن کا جائزہ لیا گیا، جس سے ثابت ہوا کہ فارمولا 2000 ملی گرام فی کلو گرام کی خوراک تک محفوظ ہے، اور 14 دن کے دوران زہریلا پن یا موت کے کوئی آثار نہیں دیکھے گئے۔ اس کے بعد، نیفروٹوکسسٹی تجرباتی طور پر جینٹامسین کے ذریعے اندرونی طور پر 10 دن تک دی گئی۔ جینٹامیسن گردے کے ٹشوز میں آکسیڈیٹو اسٹریس کو متحرک کرنے کے لیے جانا جاتا ہے، جس کے نتیجے میں لپڈ پر آکسیڈیشن، جھلی کو نقصان پہنچتا ہے، اور گردے کی کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔ یہ عام طور پر خون میں یوریا نائٹروجن (بی یو این)، کریٹینین، اور پروٹینیوریا جیسے بایومارکرز کی بلند سطح کے ساتھ ساتھ اینٹی آکسیڈینٹ انزائم کی سرگرمی میں کمی سے ظاہر ہوتا ہے۔



(AI سے تیار کردہ تصویر)

نتائج سے معلوم ہوا کہ سوادم سٹرادی گھانا کے علاج میں چوہوں نے ان مرضی تبدیلیوں میں نمایاں تبدیلی دکھائی۔ خاص طور پر، میلونڈائلڈیہائیڈ (ایم ڈی اے) کی سطح میں نمایاں کمی دیکھی گئی، جو گردے کے خلیوں کی جھلیوں کو آکسیڈیٹو نقصان میں کمی ظاہر کرتی ہے۔ مزید برآں، علاج شدہ گروپوں نے جسمانی وزن میں بہتری دیکھی، جو نظامی زہریلا پن کی عدم موجودگی کی نشاندہی کرتا ہے۔

بایوکیمیکل تجزیے نے بی یو این، سیرم کریٹینین، اور پروٹینیوریا کی سطحوں میں نمایاں کمی دیکھی، خاص طور پر زیادہ خوراک والے گروپ میں، جو گردے کی کارکردگی میں بہتری کی نشاندہی کرتی ہے۔ الیکٹرولائٹ کا توازن بھی بحال ہوا، جس میں سوڈیم اور کلورائیڈ کی سطح میں کمی اور پوٹاشیم کی سطح میں معمولی حد تک معمول پر آ گیا۔ اہم بات یہ ہے کہ علاج شدہ جانوروں میں اینٹی آکسیڈنٹ دفاعی میکانزم کو بہتر بنایا گیا۔ سپر آکسائیڈ ڈسمیوٹیز (ایس او ڈی) کی سطح میں نمایاں اضافہ ہوا، جو صحت مند کنٹرولز کے برابر ہو گیا، جبکہ کیٹالیز (سی اے ٹی) کی سرگرمی بھی بہتر ہوئی۔ یہ انزائمز آکسیڈیٹو اسٹریس کو غیر مؤثر بنانے اور گردے کے ٹشوز کو نقصان سے بچانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

ہسٹوپیتھولوجیکل معائنے نے ان نتائج کی مزید تائید کی، جس سے گردے کی ساخت میں خوراک پر منحصر بحالی ظاہر ہوئی۔ جڑی بوٹیوں کی تشکیل حاصل کرنے والے جانوروں میں گلومیرولر بندش اور نیکروسس جیسی انحطاطی تبدیلیاں نمایاں طور پر کم ہوئیں، جو کہ ٹشو کی نمایاں مرمت کی نشاندہی کرتی ہیں۔ محققین ان حفاظتی اثرات کی وجہ اس فارمولیشن میں موجود بایو ایکٹیو مرکبات جیسے ٹیننز اور کومارنز کی موجودگی سے منسوب کرتے ہیں۔ یہ فائٹو کیمیکلز اپنی اینٹی آکسیڈنٹ، سوزش کم کرنے والی، اور خون کی نالیوں کو پھیلانے والی خصوصیات کے لیے جانے جاتے ہیں، جو گردے کے خون کے بہاؤ میں بہتری، فائبروسس میں کمی، اور زہریلے مادے کو بہتر بنانے میں مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔

امید افزا نتائج کے باوجود، اس مطالعے نے کچھ حدود کو تسلیم کیا۔ تشخیص کو نیفروٹوکسسٹی کے ایک واحد ماڈل تک محدود رکھا گیا جو بنیادی طور پر آکسیڈیٹو اسٹریس اور اپوپٹوسس پر مرکوز تھا۔ دیگر اہم میکانزم، جن میں مدافعتی ردعمل، فائبروسس کی ترقی، اور اینڈوتھیلیل فنکشن شامل ہیں، مستقبل کی تحقیقات میں دریافت کیے جانے والے ہیں۔ مجموعی طور پر، یہ مطالعہ سواد مسترادی گھانا کی نیفروپروٹیکٹو افادیت کے لیے بنیادی شواہد قائم کرتا ہے۔ علاج شدہ چوہوں میں بایوکیمیکل پیرامیٹرز اور تقریباً نارمل ہسٹولوجیکل ساخت کی بحالی سے ظاہر ہوتا ہے کہ یہ فارمولا گردے کی حفاظت کے لیے ایک علاجی ایجنٹ کے طور پر صلاحیت رکھتا ہے۔ محققین اس بات پر زور دیتے ہیں کہ مزید تحقیقات، جن میں میکینسٹک مطالعات اور کلینیکل ٹرائلز شامل ہیں، ان نتائج کی تصدیق اور دائمی گردے کی بیماری کے ماڈلز اور انسانی آبادیوں میں ان کی اطلاق کا جائزہ لینے کے لیے ضروری ہیں۔

حوالہ: سونم ڈی، وکرم ای این، یادو پی، ایلاوار اسان آر، گلیب آر، پردیپ پی۔ سوادم سٹرادی گھانا کا نیفروپروٹیکٹو اثر: چوہوں میں جینٹامیسن سے پیدا ہونے والے گردے کے نقصان پر آیورویدک پولی ہربل فارمولیشن کا خشک آبی مرکب۔ جرنل آف ڈرگ ریسرچ ان آیورویدک سائنسز۔ 1 جنوری 2026؛11(1):68-76.

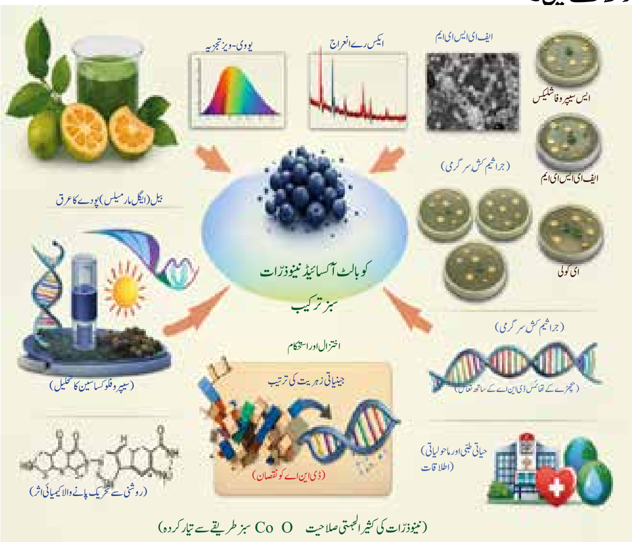
حوالہ لنک: https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/nephroprotective_effect_of_swadamstradi ghana__a.8.aspx?context=latestarticles

کوبالٹ آکسائیڈ (سی او تین او چار) کے نہایت باریک ذرات کی حیاتیاتی تیاری، بیل کے پتوں کے عرق کے استعمال سے، حیاتی طبّی اور ماحولیاتی میدانوں میں امید افزا امکانات ظاہر کرتی ہے

ایک سائنسی تحقیق نے ماحول دوست نینو ٹیکنالوجی کی صلاحیت کو اُجاگر کرتے ہوئے یہ واضح کیا ہے کہ نباتاتی عرق کے ذریعے تیار کیے گئے کوبالٹ آکسائیڈ (Co O) کے نہایت باریک ذرات (NPs) صحتِ عامہ اور ماحولیاتی تطہیر میں اہم کردار ادا کر سکتے ہیں۔ محققین نے سبز ترکیب کا طریقہ اختیار کیا، جس میں بیل کے پتوں کے عرق کو استعمال کیا گیا۔ یہ ایک معروف طبّی پودا ہے جو آیوروید جیسے روایتی ہندوستانی نظامِ طب میں وسیع پیمانے پر مستعمل ہے۔ یہ نباتاتی عرق قدرتی طور پر تحلیل کرنے اور استحکام فراہم کرنے والے عامل کے طور پر کام کرتا ہے، یوں یہ روایتی کیمیائی طریقہ ہائے ترکیب کے مقابلے میں ایک پائیدار اور کم لاگت متبادل فراہم کرتا ہے۔ پلانٹ کے عرق نے قدرتی طور پر کم کرنے کے ساتھ ساتھ اسٹیبلائزنگ ایجنٹ کے طور پر کام کیا، جو روایتی کیمیائی ترکیب کے طریقوں کا ایک پائیدار اور سرمایہ کاری مؤثر متبادل پیش کرتا ہے۔ نینو پارٹیکلز کی تشکیل کی تصدیق UV–مرئی سپیکٹروسکوپی کے ذریعے ہوئی، جس نے 2.1 eV کی بینڈ گیپ انرجی کا انکشاف کیا۔ ایکس رے ڈفریکشن (XRD) کا استعمال کرتے ہوئے ساختی تجزیے نے ان کی کرسٹل نوعیت کو قائم کیا، جبکہ فیلڈ ایمیشن اسکیننگ الیکٹران

کے اوسط ذرات کے سائز nm 60.50 نے تقریباً (FESEM) مائیکروسکوپی کے ساتھ ایک مخصوص چٹان نما مورفولوجی ظاہر کی۔ اضافی خصوصیات نے ایک مستحکم کی مدد سے mV پوٹینشل–21.3 zeta کولائیڈل نظام کی نشاندہی کی، جس کی حاصل ہے۔

اس مطالعے میں حیاتیاتی طریقے سے تیار کردہ نینو ذرّات کی حیاتیاتی خصوصیات کا مزید جائزہ لیا گیا۔ خاص طور پر، کوبالٹ آکسائیڈ نینو ذرات نے کئی بیماری پیدا کرنے والے جرثومی اقسام کے خلاف مؤثر ضدِ بیکٹیریا سرگرمی ظاہر کی، جن میں اسٹیفائیلوکوکس سیپروفائٹیکس، ایسچریشیا کولی اور اینٹروکوکس فیکالس شامل ہیں، اور ان کے خلاف روکنے والے حلقوں کا قطر 20 ملی میٹر تک ریکارڈ کیا گیا۔ اس کے مقابلے میں سالمونیلا ٹائفیموریم کے خلاف نسبتاً کم یعنی 12 ملی میٹر سرگرمی دیکھی گئی۔ ضدِ جراثیم اثرات کے علاوہ، ان نینو ذرات نے قابلِ پیمائش مضادِ تکسیدی سرگرمی بھی ظاہر کی۔ ڈی پی پی ایچ اخراجی آزمائش کے ذریعے محققین نے 100 ملی گرام فی ملی لیٹر ارتکاز پر تقریباً 8.08 فیصد سرگرمی نوٹ کی، جبکہ کم ارتکاز پر اس میں معمولی کمی واقع ہوئی۔ یہ نتائج اس بات کی نشاندہی کرتے ہیں کہ کم مقدار میں بھی یہ نینو ذرات مؤثر مضادِ تکسیدی صلاحیت برقرار رکھ سکتے ہیں۔



تحقیق کا ایک اہم پہلو جینیاتی مواد کے ساتھ تعاملات کا جائزہ لینا تھا۔ نینو پارٹیکلز نے بچھڑے کے تھائمس ڈی این اے کے ساتھ مضبوط جڑنے کی صلاحیت دکھائی، ممکنہ طور پر اسٹیکنگ اور الیکٹروسٹیٹک تعاملات کے ذریعے۔ اندرونی بائنڈنگ مستقل (کے بی) کا حساب 4×10^2 تھا، جو تعامل کی نسبتاً زیادہ سطح کی نشاندہی کرتا ہے اور ممکنہ جینوٹاکسک ماڈیولیشن صلاحیتوں کی نشاندہی کرتا ہے۔ ماحولیاتی اطلاقات کا بھی جائزہ لیا گیا۔ تیار کردہ نینو پارٹیکلز نے فارماسیوٹیکل کمپاؤنڈ سیپروفلوکساسن کی مؤثر فوٹوکیٹالیٹک خرابی کا مظاہرہ کیا، اور یووی روشنی میں 70 منٹ کے اندر تقریباً ٪73 خرابی حاصل کی۔ یہ ان کے فضلہ پانی کی صفائی اور آلودگی کے خاتمے میں ممکنہ استعمال کو اجاگر کرتا ہے۔

ماہرین نوٹ کرتے ہیں کہ ایگل مارمیلوس، جو روایتی طور پر سوزش، بخار، تپ دق اور معدے کی بیماریوں کے علاج کے لیے استعمال ہوتا ہے، روایتی علم کو جدید نینو سائنس کے ساتھ جوڑ کر مطالعے کی مزید قدر بڑھاتا ہے۔ مجموعی طور پر، یہ نتائج گرین سنتھیسائزڈ Co O نینو پارٹیکلز کی کثیر الجہتی نوعیت کو اجاگر کرتے ہیں، جو ان کے مشترکہ اینٹی بیکٹیریل، اینٹی آکسیڈنٹ، ڈی این اے بائنڈنگ، اور فوٹو کیٹالیٹک خصوصیات کو ظاہر کرتے ہیں۔ محققین کا ماننا ہے کہ ایسے نینو میٹریلز کو بایومیڈیسن، ماحولیاتی صفائی، اور علاجی مداخلتوں میں استعمال کے لیے مزید ترقی دی جا سکتی ہے۔ مستقبل کی تحقیقات میں ردعمل دینے والی آکسیجن انواع (آر او ایس) کی پیداوار کے طریقہ کار، سائٹوٹوکسیٹی پروفائلز، اور صنعتی ایپلیکیشنز کے لیے پیداوار بڑھانے پر توجہ مرکوز کی جائے گی۔

حوالہ: نارائنن ایل، چیلاپندی ٹی، پریا ایس، تھیسواسوامی سی، سراوانن ایم، کرشناکے وی، نینو پارٹیکلز کی Co3O4 اشوک ایچ، تھلادا وی، چترا ایس، ایس آر ایس، گھوش کے۔ بایوجینک سنتھیسز: اینٹی بیکٹیریل، اینٹی آکسیڈنٹ، ڈی این اے بائنڈنگ، اور ادویات کی خرابی کے مطالعے کے لیے ایک کثیر المقاصد طریقہ۔ جرنل آف سول-جیل سائنس اینڈ ٹیکنالوجی۔ 2026 مارچ؛ 117(3):85.

حوالہ لنک: https://link.springer.com/article/10.1007/s10971-026-07115-1

ادویاتی تحقیق اور طبّی پودوں کا سروے

سیسس کوادرانگولیرس ایل۔ کینسر، سوزش، اور اینٹی مائیکروبیل تحقیق میں مضبوط صلاحیت ظاہر کرتا ہے

ایک حالیہ سائنسی تحقیق نے سسس کواڈرینگیولیرس ایل کی علاجی صلاحیت پر روشنی ڈالی ہے، جو روایتی طب میں طویل عرصے سے ہڈیوں کی شفا یابی اور سوزش کم کرنے کی خصوصیات کے لیے معروف پودا ہے۔ محققین نے ایک جامع دواسازی و نباتاتی تجزیہ کیا، جسے جدید حسابی تجزیے کے ساتھ ملا کر انجام دیا گیا، اور اس کے نتیجے میں اس پودے کے ایک اہم حیاتی فعال مرکب میں امید افزا ادویاتی خصوصیات سامنے آئیں۔

مطالعے کا آغاز پودے کی توثیق اور اس کی ظاہری و خوردبینی خصوصیات کے تفصیلی جائزے سے ہوا۔ معیاری طبعی و کیمیائی جانچ جس میں خشک ہونے پر وزن میں کمی، راکھ کی مقدار، استخراجی مقدار اور پی ایچ شامل تھے نے پودے کے مادّے کی پاکیزگی اور معیار کی تصدیق کی، جس سے یہ بات یقینی ہوئی کہ یہ مزید تحقیق کے لیے موزوں ہے۔ یہ پیمانے آلودگی یا ملاوٹ کی نشاندہی کے لیے نہایت اہم سمجھے جاتے ہیں اور ان کے ذریعے حاصل ہونے والے نتائج کی قابلِ اعتماد حیثیت مزید مستحکم ہوتی ہے۔

تصویر: سیسس کوادرانگولیرس ایل۔ اسٹیم کے خشک کٹے ہوئے ٹکڑے جو میکروسکوپک خصوصیات دکھارہے ہیں

تصویر کا ماخذ: https://link.springer.com/article/10.1007/s44395-025-00035-z#Sec9

ابتدائی فائیٹو کیمیکل اسکریننگ سے اہم ثانوی میٹابولائٹس جیسے فلیوونوئڈز، فینولز، اور ٹیننز کی موجودگی ظاہر ہوئی یہ مرکبات اپنی اینٹی آکسیڈنٹ اور علاجی خصوصیات کے لیے مشہور ہیں۔ اس بنیاد پر، محققین نے کالم کرومیٹو گرافی کا استعمال کرتے ہوئے پودے کے ہیکسان ایکسٹریکٹ سے ایک اہم بایو ایکٹو جزو کو الگ کیا۔

اس مرکب کی شناخت بیٹا سیٹوسٹرول کے طور پر ہوئی، جو سفید قلمی ٹھوس شکل میں حاصل کیا گیا اور مزید تطہیر کے لیے از سرِ نو قلمی سازی کے عمل سے گزارا گیا۔ جدید تجزیاتی طریقوں، جن میں ایف ٹی آئی آر طیف بینی، پروٹون اور کاربن این ایم آر اسپیکٹروسکوپی، اور ماس اسپیکٹرومیٹری شامل ہیں، نے اس کی سالماتی ساخت کی تصدیق کی۔ بیٹا سیٹوسٹرول ایک معروف نباتی سٹیرول ہے، تاہم یہ مطالعہ اس پودے کے طبّی سیاق وسباق میں اس کے خصوصی کردار اور اہمیت کو نمایاں کرتا ہے۔

اس کی علاجی صلاحیت کا جائزہ لینے کے لیے، تحقیقی ٹیم نے ان۔ سلیکو مالیکیولر ڈاکنگ اسٹڈیز کیں۔ ان تخیلاتی تجربات سے یہ بات سامنے آئی کہ بیٹا سیٹوسٹرول متعدد حیاتیاتی طور پر اہم اہداف کے ساتھ مضبوط جُڑاؤ کی صلاحیت رکھتا ہے۔ خاص طور پر، اس میں انسانی ڈائی ہائیڈروفولیٹ ریڈکٹیز (hDHFR) کے ساتھ زیادہ بائنڈنگ انرجی ظاہر ہوئی، جو اینٹی مائیکروبیل اور اینٹی کینسر ادویات کی تیاری میں ممکنہ استعمالات کی نشاندہی کرتا ہے۔ اسی طرح، اینڈو تھیلیل نائٹرک آکسائیڈ سنتھیز (eNOS) کے ساتھ نمایاں تعامل سوزش کم کرنے والے اور قلبی فوائد کی طرف اشارہ کرتا ہے۔

مزید کمپیوٹیشنل تجزیے سے پروسٹیٹ اور لبلبے کے کینسر سے منسلک اہداف کے ساتھ مثبت تعاملات اور تپ دق سے متعلق پروٹینز کے خلاف اینٹی بیکٹیریل سرگرمی سامنے آئی۔ اس مرکب نے اے ڈی ایم ای ٹی پروفائلنگ کے ذریعے قابلِ قبول فارماکو کینیٹک اور دوا جیسی خصوصیات بھی دکھائی، جس سے اس کی ممکنہ علاجی ایجنٹ کے طور پر امیدواری مضبوط ہوئی۔

ان امید افزا نتائج کے باوجود، محققین خبردار کرتے ہیں کہ نتائج کمپیوٹیشنل ماڈلز پر مبنی ہیں۔ وہ اس بات پر زور دیتے ہیں کہ لیبارٹری تجربات، حیوانی مطالعات، اور کلینیکل ٹرائلز کے ذریعے مزید تصدیق کی ضرورت ہے تاکہ مؤثریت، حفاظت، اور عمل کے طریقہ کار کی تصدیق کی جاسکے۔

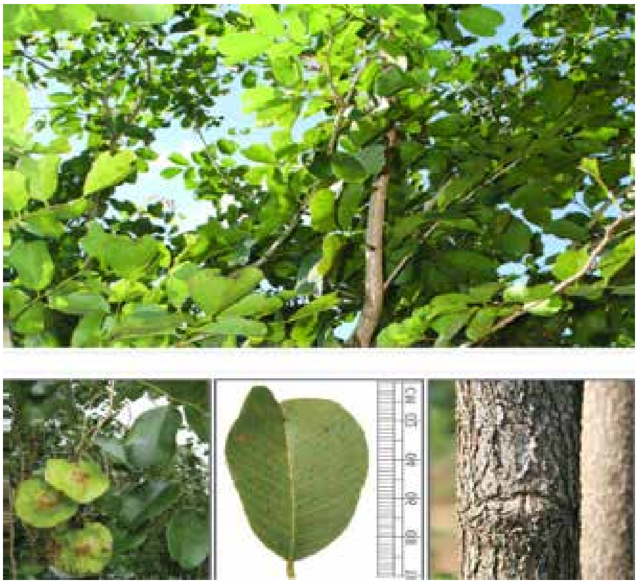
یہ مطالعہ روایتی علم کو جدید سائنسی طریقوں کے ساتھ یکجا کرنے کی بڑھتی ہوئی اہمیت کو واضح کرتا ہے۔ کلاسیکی فارماکوگنوسیا کو جدید کمپیوٹیشنل ٹولز کے ساتھ ملاکر، محققین پودوں پر مبنی ادویات کی دریافت میں نئے راستے کھول رہے ہیں جس سے قدیم جڑی بوٹیوں پر مبنی علاج مستقبل کی جدید دواؤں میں تبدیل ہونے کی راہ ہموار ہوسکتی ہے۔

مضمون کا حوالہ: گھوش کے، گوپال کے، نارائنن ایل، کرشناوی کے، پانڈے اے، سومیا ایم سی، درگا کے ایس، پریا ایس، سوسیم ایس آر، چترا ایس، بیناء کے۔ جامع فارماکوگنوسٹک جائزہ، بایو ایکٹو کمپاؤنڈ آئسولیشن، ساختی وضاحت، اور سسس کوادرانگولارس ایل کا سلیکو تجزیہ۔ فارماسیوٹیکل سائنسز کو دریافت کریں۔ 13 فروری 2026؛2:(1)6:.

حوالہ لنک: https://link.springer.com/article/10.1007/s44395-025-00035-z#Sec9

ماحول دوست تبدیلی: مطالعہ مستقبل کی ادویات کے لیے بیجاڑی (پیٹروکارپس مارسوپیئم روکس بی۔) میں ہارٹ ووڈ کے اوپر شاخوں کے استعمال کی حمایت کرتا ہے

عام طور پر بیجا یا کینو، پیٹروکارپس کے نام سے جانا جاتا ہے مارسوپیئم کو آیوروید میں اس کے وسیع علاجی فوائد کی وجہ سے طویل عرصے سے قدر دی جاتی رہی ہے، خاص طور پر ذیابیطس (پرمیہا)، خون کی کمی (پانڈو)، موٹاپے (میڈودوسا)، اور جلدی امراض (کستھا) کے انتظام میں۔ درخت کی ہارٹ ووڈ خاص طور پر اپنی طبّی خصوصیات کی وجہ سے قیمتی سمجھی جاتی ہے۔ تاہم، ہارٹ ووڈ کی مسلسل کٹائی پودے کی بقا کے لیے سنگین خطرہ ہے، کیونکہ یہ درختوں کی ساخت کو کمزور کرتی ہے اور ماحولیاتی نقصان اور کیڑوں کے لیے حساس ہو جاتی ہے۔ بیجاڑی (پیٹروکارپس مارسوپیئم روکس بی۔) پر کی گئی ایک تحقیق روایتی طب اور ماحولیاتی تحفظ دونوں کی حمایت کرتی ہے، محققین نے پیٹروکارپس مارسوپیئم کی چھوٹی شاخوں کو شناخت کیا ہے، جو ایک معروف آیورویدک طبّی درخت ہے، جو اس کے روایتی طور پر استعمال ہونے والے ہارٹ ووڈ کے متبادل کے طور پر ایک امید افزا اور پائیدار متبادل ہے۔



تصویر کا ماخذ: https://www.asia-medicinalplants.info/pterocarpus-marsupium-roxb/

اس تشویش کو حل کرتے ہوئے، حالیہ تحقیق نے یہ جانچا کہ آیا چھوٹے اور کم نقصان دہ پودوں کے حصے، خاص طور پر چھوٹی شاخیں، مؤثر متبادل کے طور پر کام کر سکتے ہیں۔ محققین نے ہارٹ ووڈ اور چھوٹی شاخوں کا موازنہ جدید تکنیکوں جیسے ہائی پرفارمنس تھن-لیئر کرومیٹوگرافی (ایچ پی)، ہائی پرفارمنس لیکوئڈ کرومیٹوگرافی (ایچ پی ایل سی)، اور ہائی ریزولوشن لیکوئڈ کرومیٹوگرافی-ماس اسپیکٹرو میٹری (ایل سی ایم ایس/ایم ایس) کے ذریعے وسیع پیمانے پر فائیٹو کیمیکل اور مالیکیولر تجزیے کیے۔

ان دریافتوں سے دونوں پودوں کے حصوں میں حیرت انگیز مماثلتیں سامنے آئیں۔ دل کی لکڑی اور چھوٹی شاخوں دونوں میں تقریباً ایک جیسے فائیٹو کیمیکل پروفائلز تھے، جن میں کیٹیچن کی مشابہ سطحیں بھی شامل تھیں، جو ایک اہم حیاتیاتی فعال مرکب ہے اور اپنی اینٹی آکسیڈنٹ اور اینٹی ذیابیطس خصوصیات کے لیے جانا جاتا ہے۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ چھوٹی شاخیں روایتی طور پر استعمال ہونے والی ہارٹ ووڈ کی طرح علاج کی صلاحیت برقرار رکھ سکتی ہیں۔

نتائج کو مزید مضبوط کرنے کے لیے، مالیکیولر ڈاکنگ اسٹڈیز نے 21 بایو ایکٹو مرکبات کی کے خلاف مضبوط بائنڈنگ (-نشاندہی کی جو ٹیومر نیکروسس فیکٹر-الفا (ٹی این ایف فینیٹی رکھتے ہیں، جو سوزش اور دائمی بیماریوں میں شامل ایک اہم پروٹین ہے۔ خاص طور پر، ان میں سے 12 مرکبات دل کی لکڑی اور چھوٹی شاخوں دونوں میں مشترک تھے۔ دونوں پودوں کے حصوں میں گریوولینک ایسڈ، پیٹالوٹوسائیڈ-بی، اور فلوسینولون جیسے مرکبات موجود تھے، جو مشترکہ فارماکولوجیکل اہمیت کی نشاندہی کرتے ہیں۔

اس کے علاوہ، مالیکیولر ڈائنامکس سیمولیشنز نے دکھایا کہ کچھ فائیٹو کیمیکلز—خاص طور پر فین ایتھائل -6 گیلوگلوکوسائیڈ—نے 100 نینو سیکنڈ کی سیمولیشن مدت میں ٹی این کے ساتھ اعلیٰ استحکام اور مضبوط تعامل دکھایا۔ یہ تعاملات ممکنہ سوزش اور کینسر -ایف مخالف خصوصیات کی نشاندہی کرتے ہیں، جو پودے کی علاجی اہمیت کو مزید بڑھاتے ہیں۔

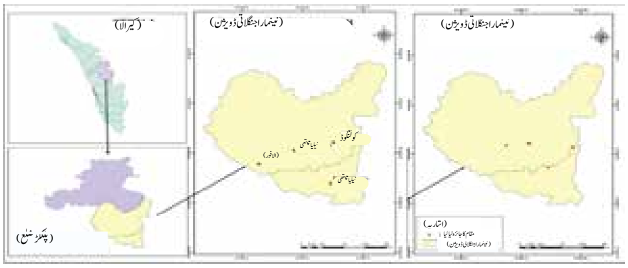
ماہرین کا کہنا ہے کہ ہارٹ ووڈ کے بجائے چھوٹی شاخوں کا استعمال کرنے کی صلاحیت پیٹروکارپس مارسوپیئم پر ماحولیاتی دباؤ کو نمایاں طور پر کم کر سکتی ہے، جس سے پائیدار کٹائی کے طریقوں کو فروغ ملے گا اور طبی استعمال کے لیے اس کی دستیابی بھی برقرار رہے گی۔ اگرچہ نتائج حوصلہ افزا ہیں، محققین اس بات پر زور دیتے ہیں کہ شاخوں کو متبادل کے طور پر استعمال کرنے کی افادیت اور حفاظت کی تصدیق کے لیے مزید فعلیاتی اور طبی مطالعات ضروری ہیں۔ تاہم یہ تحقیق روایتی طب میں نباتاتی حصوں کے استعمال کے طریقہ کار پر از سرِ نو غور کرنے کے لیے ایک مضبوط سائنسی بنیاد فراہم کرتی ہے۔ چونکہ عالمی سطح پر جڑی بوٹیوں پر مبنی ادویات کی طلب میں مسلسل اضافہ ہو رہا ہے،، ایسی تحقیق علاج کے استعمال اور تحفظ کے درمیان توازن کی اہمیت کو اجاگر کرتی ہے۔

حوالہ: بیناالے کے، شرماپی، پرکاش او، بھارتی وی، عمر ٹی، سنگھ اے، او جھا وی، سری کانت این، آچاریہ آر۔ پائیدار متبادل استعمال کے لیے پیٹروکارپس مارسوپیئم ہارٹ ووڈ اور چھوٹی شاخوں کا فائٹوکیمیکل اور مالیکیولر ڈاکنگ تجزیہ۔ جرنل آف ڈرگ ریسرچ ان آیورویدک سائنسز۔ 1 جنوری 2026؛11(1):38-50.

حوالہ لنک: https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/phytochemical_and_molecular_docking_analysis_of.5.aspx?context=latestarticles

جنگلاتی حکمت: قبائلی علم کے ذریعے کیرالہ میں ادویاتی پودوں کے پوشیدہ تنوع کا انکشاف

نیشنل آیوروید ریسرچ انسٹی ٹیوٹ فار پنچ کرما، چیروتھروتھی کے محققین کی جانب سے حالیہ میڈیکو-ایتھنوبوٹینیکل مطالعے نے مقامی قبائلی کمیونٹیز کے استعمال ہونے والے طبی پودوں پر قیمتی روایتی علم کو دستاویزی شکل دی ہے۔ پالکڈ، کیرالہ کے سب سے بڑے اضلاع میں سے ایک، کئی نسلی گروہ آباد ہیں جو طویل عرصے سے صحت کی دیکھ بھال اور روزگار کے لیے جنگلاتی وسائل پر انحصار کرتے آئے ہیں۔ نینمارا فاریسٹ ڈویژن میں تین قبائلی گروہ آباد ہیں جو نو بستیوں میں رہتے ہیں۔ اپنے روایتی علم کو دستاویزی شکل دینے کے لیے، محققین نے ان بستیوں میں موسمی فیلڈ سروے کیے اور کمیونٹیز میں عام طور پر استعمال ہونے والے پودوں کے طبّی استعمال کو ریکارڈ کیا۔ پودوں کے نمونے جمع کیے گئے، شناخت کیے گئے، اور سائنسی دستاویزات کے لیے ہربیریم کے نمونوں کے طور پر محفوظ کیے گئے۔ اس مطالعے میں 27 پودوں کی اقسام کو دستاویزی شکل دی گئی جو 26 اجناس اور 19 خاندانوں سے تعلق رکھتی تھیں جن کی نسلی طبّی اہمیت تھی۔ ان میں سے پودوں کے خاندان جیسے زنگیبیریسی، ایسٹریسی، یوفوربیاسی، اپوسیناسی، لیمیاسی، اکانتھیسی، روٹیسی، اور فابیسی روایتی علاج میں اکثر استعمال ہوتے تھے۔



امیج سورس: https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/ethno_botanical_composition_of_nenmara_forest.4.aspx

پتے سب سے زیادہ استعمال ہونے والا نباتاتی حصہ پائے گئے، جو ان کی آسان دستیابی اور مقامی طریقۂ علاج میں ان کی افادیت کی نشاندہی کرتا ہے۔ محققین نے پی اے ایس ٹی 4.03 سافٹ ویئر کے ذریعے سورنسن سیلیریٹی انڈیکس (ایس آئی) اور ٹیکسونومک ڈسٹنسس کے ذریعے مختلف مسکن میں پودوں کی تنوع کا تجزیہ بھی کیا۔ نتائج نے ویران زمینوں اور زوال پذیر جنگلات میں سب سے زیادہ مماثلت دکھائی، جبکہ زوال پذیر جنگلات نے نسلی طبّی پودوں کی سب سے زیادہ درجہ بندی کی خصوصیت دکھائی۔

یہ نتائج روایتی طبّی علم کی دستاویزی شکل دینے اور اس کے تحفظ کی اہمیت کو نمایاں کرتے ہیں۔ مزید یہ کہ ایسے حفاظتی حکمتِ عملیوں کی ضرورت پر بھی زور دیا گیا ہے جو حیاتیاتی تنوع اور مقامی صحت کی روایات دونوں کو محفوظ رکھیں، تاکہ یہ قیمتی قدرتی اور ثقافتی وسائل آئندہ نسلوں کے لیے برقرار رہ سکیں۔

حوالہ ماخذ: تھولسی آر، نائرپی جی، دیپتی جی ایس، روہت کے ایس، شیدھا ملایا این، وینکٹیشورالو بی، سدھاکر ڈی، سری کانت این۔ پالکڈ ضلع کے نینمارا فاریسٹ ڈویژن کی نسلی نباتاتی ترکیب۔ جرنل آف ڈرگ ریسرچ ان آیورویدک سائنسز۔ 1 جنوری 2026؛ 27-37:(1)11.

حوالہ لنک: https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/ethno_botanical_composition_of_nenmara_forest.4.aspx

تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ مقام اہم ہے: رانی کھیت (ہمالیہ) میں اُگائی گئی پپلی (پائپر لونگم) اعلیٰ درجے کی طبّی قوت کی حامل ثابت ہوئی

ایک نئی سائنسی تحقیق سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ پائپر لونگم، جو آیوروید میں کثرت سے استعمال ہونے والی ایک اہم جڑی بوٹی ہے، کی طبّی افادیت اس کے مقامِ کاشت کے لحاظ سے نمایاں طور پر مختلف ہوتی ہے، اور ہمالیائی خطے میں اُگنے والے نمونوں میں علاجی صلاحیت زیادہ پائی گئی ہے۔ یہ پودا سوزش کم کرنے، اینٹی آکسیڈن اور حیاتیاتی اثرات کو بڑھانے والی خصوصیات کے لیے معروف ہے اور صدیوں سے روایتی طب کا ایک اہم جزو رہا ہے۔ اس کی افادیت بنیادی طور پر اہم حیاتی فعال مرکبات، جیسے پائپرین اور پائپر لونگومین، سے منسوب کی جاتی ہے۔ تاہم حالیہ نتائج سے ظاہر ہوتا ہے کہ ان مرکبات کی مقدار پر جغرافیائی عوامل کا گہرا اثر پڑتا ہے۔

اس مطالعے میں محققین نے بھارت کے تین مختلف خطوں سے پودے کے نمونے جمع کیے: ہمالیائی بیلٹ میں رانی کھیت، کیرالا کے مغربی گھاٹ، اور بنگلور۔ ان نمونوں پر معیاری طریقوں کے ذریعے جامع دواسازی، طبعی وکیمیائی اور نباتاتی کیمیائی تجزیات کیے گئے۔ اہم اجزائے نشان کی مقدار معلوم کرنے کے لیے جدید تجزیاتی تکنیکیں استعمال کی گئیں، جن میں ریورس فیز ہائی پرفارمنس لیکوئڈ کرومیٹوگرافی (آر پی-ایچ پی ایل سی) شامل ہے جبکہ ڈی پی پی ایچ ٹیسٹ کے ذریعے اینٹی آکسیڈنٹ سرگرمی کا جائزہ لیا گیا۔ نتائج سے خطوں کے درمیان نمایاں اور قابلِ توجہ فرق سامنے آیا۔

رانی کھیت سے حاصل کردہ نمونے میں پائپرین کی مقدار سب سے زیادہ 12.57 ± 0.25 ملی گرام فی گرام اور پائپر لونگومین کی مقدار 0.865 ± 0.012 ملی گرام فی گرام پائی گئی۔ اس کے برعکس، مغربی گھاٹ اور بنگلور کے نمونوں میں پائپر لونگومین کی موجودگی سرے سے نہیں پائی گئی۔ مزید برآں، رانی کھیت کے نمونے اعلیٰ اینٹی آکسیڈنٹ سرگرمی دکھائی، اور اس میں کل فینولز اور فلیوونائڈز کی مقدار بھی زیادہ تھی یہ ایسے مرکبات ہیں جو صحت کے تحفظ میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

محققین نے پودے کے پھلوں میں نمایاں ظاہری فرق بھی مشاہدہ کیا، جن میں جسامت اور رنگ میں تبدیلیاں شامل تھیں، جو اس بات کی مزید تصدیق کرتی ہیں کہ ماحولیاتی حالات پودے کی خصوصیات پر گہرا اثر ڈالتے ہیں۔ ماہرین کے مطابق آب و ہوا، مٹی کی ساخت اور بلندی جیسے عوامل ان فرقوں کا سبب بن سکتے ہیں، جو بالآخر پودے کی بایو کیمیکل پروفائل اور علاجی اہمیت کو متاثر کرتی ہیں، یہ نتائج ظاہر کرتے ہیں کہ مخصوص علاقوں، خصوصاً رانی کھیت، سے حاصل کردہ پپلی کا استعمال ان جڑی بوٹیوں پر مبنی مرکبات کی افادیت کو بڑھا سکتا ہے جو پائپر لونگومین سے متعلق سرگرمی پر انحصار کرتے ہیں۔

یہ مطالعہ طبّی پودوں کی معیار بندی اور معیار کے نگہداشت میں جغرافیائی ماخذ کی نہایت اہمیت کو اجاگر کرتا ہے۔ چونکہ عالمی سطح پر جڑی بوٹیوں پر مبنی ادویات کی طلب میں مسلسل اضافہ ہو رہا ہے، اس نوعیت کی معلومات بہتر حصولی حکمت عملیوں کی رہنمائی فراہم کر سکتی ہیں، جس سے یکساں اثر پذیری اور بہتر علاجی نتائج یقینی بنائے جا سکتے ہیں۔ محققین اس بات پر زور دیتے ہیں کہ کاشت اور حصول کے طریقوں میں جغرافیائی عوامل کو شامل کرنا آیوروید اور دیگر روایتی نظام طب کی سائنسی بنیاد کو مزید مضبوط بنا سکتا ہے اور انہیں جدید معیار کے تقاضوں کے ساتھ زیادہ ہم آہنگ کر سکتا ہے۔

حوالہ: مسرو ایل، جیون اے ایس، موریہ آر، رادھا کرشنن ٹی، بوئنی ٹی، راجیش وی آر، روہت کے ایس، کماروی، میناا ے کے، سری کانت این، آچاریہ آر۔ پائپر لونگم کی بائیو ایکٹو ترکیب اور اینٹی آکسیڈنٹ پوٹینشل پر علاقائی تغیرات کا اثر۔ کیمسٹری اور حیاتیاتی تنوع۔ 1)23:2026(جنوری):e02460۔

حوالہ لنک: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/cbdv.202502460

ادبیاتی تحقیق

سی سی آر اے ایس کی کتاب ''آیوروید پر مبنی کلینیکل میتھڈز فار ایگزامینیشن آف پرمیہا روگا'' آیوروید میں ذیابیطس (پرمیہا) کی تشخیص کو سائنسی دقت کے ساتھ پیش کرتی ہے

سنٹرل کونسل فار ریسرچ ان آیورویدک سائنسز کی جانب سے شائع کردہ کتاب ''آیوروید پر مبنی کلینیکل میتھڈز فار ایگزامینیشن آف پرمیہ روگا''، جو آیوروید طبّی طریقۂ کار کی چوتھی جلد ہے، پرمیہ (ذیابیطس) کی تشخیص اور جانچ کے لیے ایک منظم اور شواہد پر مبنی خاکہ پیش کرتی ہے۔ یہ

مرض عمومی طور پر میٹابولک اور پیشابی عوارض سے وابستہ سمجھا جاتا ہے۔ سن 2022 میں شائع ہونے والی یہ کتاب آیوروید کے طلبہ، محققین اور معالجین کی رہنمائی کے لیے مرتب کی گئی ہے، تاکہ وہ کلاسیکی آیوروید اصولوں پر مبنی ایک منظم طریقہ اختیار کرتے ہوئے اپنی تشخیصی مہارت کو بہتر بنا سکیں، اور ساتھ ہی جدید طبّی تقاضوں کے ساتھ ہم آہنگی بھی برقرار رکھیں۔

تصویر کا ماخذ: https://publicatiآن۔ccras.res.in/product/ayurveda-clinical-methods-series-iv-ayurveda-based-clinical-methods-for-examination-of-پرمہا-roga/

یہ کتاب تین جامع حصوں پر مشتمل ہے۔ ابتدا ایک مفصل ادبی جائزے سے ہوتی ہے، جس میں کلاسیکی آیوروید متون جیسے چرک سمہیتا، سشروت سمہیتا، اشٹنگ سنگرہ اور مادھو ندانا سے استفادہ کیا گیا ہے۔ اس کے ساتھ نمستے پورٹل کی معیاری اصطلاحات کو بھی شامل کیا گیا ہے، جس سے طبّی دستاویزات اور تحقیق میں یکسانیت پیدا ہوتی ہے۔ دوسرے حصے میں ایک نیا اور تدریجی تشخیصی خاکہ پیش کیا گیا ہے، جسے مفصل پروفارما کے ذریعے مرتب کیا گیا ہے۔ اس میں ایک اسکریننگ ٹول شامل ہے جس میں ڈاکٹر کے ذریعے مکمل کیے جانے والے فارمیٹ اور مریض کے خود جائزے کے سوالنامے دونوں موجود ہیں اور ساتھ ہی پرمیہ کے لیے مخصوص تشخیصی پروفارما بھی شامل ہے۔ یہ دوہرا طریقہ پہلے مرحلے میں جلد تشخیص اور اس کے بعد پرمیہ کی بیس ذیلی اقسام میں درست درجہ بندی کو ممکن بناتا ہے۔ اس تشخیصی نمونے میں آیوروید کے مختلف جائزہ معیارات شامل کیے گئے ہیں، جیسے دوش، دوشیہ، سروتس اور روگ پریکشا، جس سے مرض کا ہمہ جہتی جائزہ ممکن ہوتا ہے۔ خاص طور پر مترپر کچھا پر زور دیا گیا ہے، جو آیوروید میں بنیادی اہمیت رکھتا ہے، اور اسے جدید طبّی فہم کے ساتھ ہم آہنگ بھی کیا گیا ہے۔

تیسرا حصہ ایک مفصل رہنما کتابچہ کے طور پر پیش کیا گیا ہے، جس میں ان پروفارما کو عملی طبّی میدان میں استعمال کرنے کے لیے مرحلہ وار ہدایات فراہم کی گئی ہیں۔ واضح توضیحات، لفظی تراجم، خاکے اور تصویری مثالیں اس کی افادیت کو بڑھاتی ہیں اور نتائج کی یکسانیت کو یقینی بناتی ہیں، جس سے خاص طور پر طلبہ اور نوآموز معالجین کو فائدہ ہوتا ہے۔

ماہرین کے مطابق اس کتاب کی ایک اہم خصوصیت یہ ہے کہ اس میں کلاسیکی آیوروید علم کو عملی اور معیاری طبّی ٹول کی صورت میں پیش کیا گیا ہے۔ اس سے نہ صرف تشخیص کی درستگی میں اضافہ ہوتا ہے بلکہ یکساں انداز میں معلومات جمع کرنے میں بھی مدد ملتی ہے، جو کثیر مراکزی مطالعات، طبّی جائزوں اور شواہد کی تیاری کے لیے نہایت ضروری ہے۔ تحقیقی نقطۂ نظر سے یہ منظم خاکہ اور واضح نتائجی معیارات پرمیہ سے متعلق آئندہ طبّی اور مشاہداتی مطالعات کے لیے مضبوط بنیاد فراہم کرتے ہیں۔ منظم دستاویز بندی اور تجزیے کے ذریعے یہ کتاب آیوروید کو جدید تحقیقی طریقہ کار کے ساتھ مربوط کرنے میں مدد دیتی ہے۔

مجموعی طور پر یہ اشاعت شواہد پر مبنی آیوروید کے فروغ میں ایک اہم سنگ میل سمجھی جا رہی ہے۔ روایتی آیوروید کو جدید طبّی معیارات کے ساتھ ہم آہنگ کر کے یہ مریضوں کی بہتر دیکھ بھال، تعلیمی معیار کی بہتری اور آیوروید کے سائنسی جواز کو مضبوط بنانے کے لیے ایک قابل اعتماد راستہ فراہم کرتی ہے۔ جیسے جیسے امتزاجی اور شخصی نوعیت کی طب میں دلچسپی بڑھ رہی ہے، اس نوعیت کی کاوشیں عالمی نظام صحت میں آیوروید کے مؤثر مقام کے تعین میں اہم کردار ادا کریں گی۔