യൂണിറ്റ്

# IV

# വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം

T8M9A2

## പ്രധാന പഠനനേട്ടങ്ങൾ

ഈ യൂണിറ്റിലൂടെ പഠിതാവിന് :

- ആരോഗ്യം, അസ്വാസ്ഥ്യം, അസുഖം എന്നിവ തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം മനസ്സിലാക്കാനും ആരോഗ്യം നിർണയിക്കുന്നതിൽ സംസ്കാരത്തിന്റെ പങ്ക് തിരിച്ചറിയുന്നതിനും കഴിയുന്നു.
- ഇന്ത്യയിലെ വൈദ്യസമ്പ്രദായത്തിന്റെ വൈവിധ്യം വിലയിരുത്തുന്നതിനും വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിലെ വളർന്നുവരുന്ന ഉപമേഖലകളായ വിമർശനാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം ചികിൽസാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം എന്നിവ പരിശോധിക്കുന്നതിനും സാധിക്കുന്നു.
- പരമ്പരാഗത ചികിത്സാസമ്പ്രദായത്തിന്റെ സവിശേഷതകൾ തിരിച്ചറിയാനും ആധുനിക ചികിത്സാസമ്പ്രദായവുമായി അതിന്റെ വ്യത്യാസം മനസ്സിലാക്കാനും കഴിയുന്നു.
- വാർധക്യത്തിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുന്നതിനും വൃദ്ധജനങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കാനുള്ള മാർഗങ്ങൾ നിർദേശിക്കാനും സാധിക്കുന്നു.
- ചികിൽസാധിഷ്ഠിത വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം, വിമർശനാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം എന്നിവയുടെ വ്യത്യാസം തിരിച്ചറിയാനും ആധുനിക ആഗോളവൽകൃതകാലത്ത് ഇതിന്റെ പ്രസക്തി വിലയിരുത്താനും കഴിയുന്നു.
- ഭക്ഷണരീതി, അസുഖം, പോഷണം എന്നി ആശയങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നു.

## ഉള്ളടക്കം

**വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ അർഥവും വ്യാപ്തിയും**

- ആരോഗ്യം, അസുഖം, അസ്വാസ്ഥ്യം എന്നീ ആശയങ്ങൾ

**സംസ്കാരം, ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നിവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം**

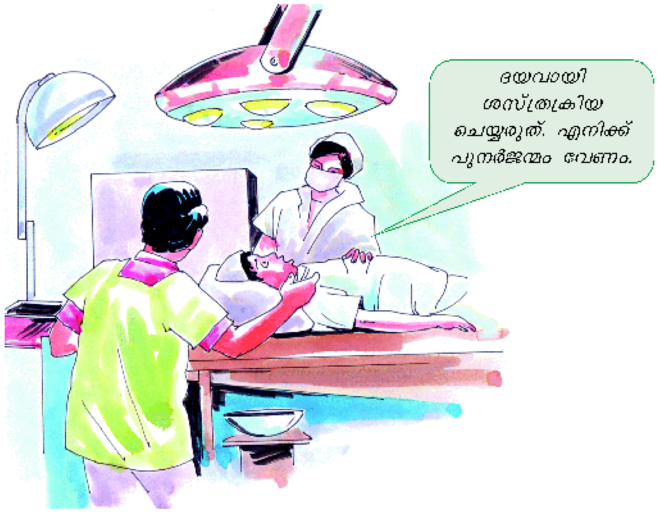
- സംസ്കാരം, ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നീ കാഴ്ചപ്പാടുകളെ സ്വാധീനിക്കുന്നു.
- സാംസ്കാരികരീതികൾ അസുഖത്തെ സ്വാധിനിക്കുന്നു.
- സംസ്കാരം അസുഖങ്ങളുടെ വ്യാപനത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്നു.
- സംസ്കാരം ചികിത്സാരീതിയെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടിനെ സ്വാധീനിക്കുന്നു.

**ഇന്ത്യയിലെ ബഹുചികിത്സാസമ്പ്രദായം**

- ആധുനികവൈദ്യവും പരമ്പരാഗതവൈദ്യവും
- വംശീയവൈദ്യം

**വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ സവിശേഷ മേഖലകൾ**

- വിമർശനാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം
- ചികിൽസാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം
- വാർധക്യപഠനം
- സാംസ്കാരിക മനോരോഗ ചികിത്സാ ശാസ്ത്രം
- പോഷണ നരവംശശാസ്ത്രം




*ജപ്പാനിലെ ചില ജനതകൾ 'ഗോതായി' എന്ന ആശയത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്നു. ജീവിതത്തിലും മരണത്തിലും ശരീരത്തിന്റെ പൂർണത സംരക്ഷിക്കുക എന്നതാണിതുകൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്നത്. ഈ വിശ്വാസത്തിന്റെ ഭാഗമായി കാതുകുത്തുന്ന ആചാരംപോലും ഒഴിവാക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. (ഓനുക്കി ടിയേർണി 1994:235).*

*നാരുഹിതാവോ രാജകുമാരന്റെ വിവാഹാലോചനാവേളയിൽ ഒരു പ്രധാന നിബന്ധന വധുവാകുന്നവൾ കാതുകുത്തരുത് എന്നതായിരുന്നു. ഒരു മുറിവുമില്ലാത്ത പൂർണമായ ശരീരം മാത്രമേ പുനർജനിക്കൂ എന്ന വിശ്വാസമാണ് ഇതിന്റെ അടിസ്ഥാനം. ചരിത്രപരമായി ശത്രുവിന്റെ ശിരച്ഛേദമായിരുന്നു ഏറ്റവും വലിയ ശിക്ഷാവിധി. ഇത് ശരീരത്തിന്റെ പൂർണത ഇല്ലാതാക്കുകയും ശത്രുവിന് പുനർജന്മം ലഭിക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്യും എന്ന കരുതപ്പെട്ടു.*

ജപ്പാനിൽ കുറഞ്ഞ ശസ്ത്രക്രിയാനിരക്കുകൾക്കും അവയവദാനത്തിനെതിരായ ചിന്താഗതിക്കും കാരണം 'ഗോതായി' എന്ന ആചാരമാണ്.

സാമൂഹികമൂല്യങ്ങളെയും സാമൂഹികബന്ധങ്ങളെയും പഠിക്കാനുള്ള ഒരുവഴി എന്ന നിലയിൽ ആരോഗ്യസ്വഭാവത്തെ പരിഗണിക്കുകയാണ് വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം. ചെയ്യുന്നത് (ഫോസ്റ്ററും ആന്റേഴ്സണും). മിക്കവാറും മനുഷ്യസാമൂഹിക സംവിധാനം, സംസ്കാരം, പശ്ചാത്തലം എന്നിവയാൽ സ്വാധിനിക്കപ്പെട്ട ലോകത്താകമാനമുള്ള ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളെയും സംഭവങ്ങളെയും മനസ്സിലാക്കാനാണ് തുടക്കം മുതലേ വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രചിന്തകർ ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നത്.

മേൽക്കൊടുത്ത സംഭവം സാംസ്കാരിക രീതികൾക്ക് വൈദ്യരീതികളുമായി നേരിട്ടുള്ള ബന്ധമുണ്ടെന്നാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. ഇതുപോലെ നിങ്ങളുടെ സമൂഹത്തിൽ ആരോഗ്യവും സംസ്കാരവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്ന സംഭവങ്ങൾ ക്ലാസിൽ ചർച്ചചെയ്യുക. ആരോഗ്യം, അസുഖം, സംസ്കാരം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നരവംശശാസ്ത്രശാഖയാണ് വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം.

## വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ അർഥവും വ്യാപ്തിയും

## (Meaning and Scope of Medical Anthropology)

ആരോഗ്യം, ശരീരം, അസുഖം എന്നിവയുടെ സാംസ്കാരിക ധാരണകളെയാണ് വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം നോക്കിക്കാണുന്നത്. ആരോഗ്യം, അസുഖം, ചികിത്സ

എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങളിൽ നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ സിദ്ധാന്തങ്ങളും രീതികളും പ്രയോഗിക്കുന്ന നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഉപശാഖയാണിത്. വിശാലമായ ലക്ഷ്യങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തെ വൈദ്യപരം, വൈദ്യ നിയമപരം, വൈദ്യ സാമൂഹികം, പൊതുജനാരോഗ്യപരം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മനുഷ്യപ്രശ്നങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കാൻ, മനുഷ്യന്റെ ശാരീരികവും സാംസ്കാരികവുമായ പഠനം നടത്തുന്ന മനുഷ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ ശാഖ എന്ന് നിർവചിക്കാം (ഹസ്സനും പ്രസാദും 1959:21–22).

മറ്റുചില നിർവചനങ്ങൾ താഴെക്കൊടുക്കുന്നു.

- ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി മനുഷ്യന്റെയും മനുഷ്യന്റെ പ്രവൃത്തിയുടെയും ജൈവ സാംസ്കാരിക ധാരണകളുടെ അനുബന്ധമായാണ് വൈദ്യനരവംശാന്വേഷണം നടക്കുന്നത് (ഹോക്സ്റ്റാസറും ടാപ്പും- 1970).
- സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക സവിശേഷതകൾ സ്വാധീനിക്കുന്ന വൈദ്യപ്രതിഭാസങ്ങളെയും വൈദ്യമേഖലകളാൽ അലംകൃതമായ സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക സവിശേഷതകളെയുമാണ് വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം ഉൾക്കൊള്ളുന്നത് (ലീബാൻ 1973).

വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ മറ്റു നിർവചനങ്ങൾ കണ്ടെത്തി അതിന്റെ വിപുലമായ സ്വഭാവവും വ്യാപ്തിയും പരിശോധിക്കുക.

1970 മുതൽ അതിവേഗം വളരുന്ന നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ മേഖലകളിലൊന്നാണ് വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം. ഇതിലെ സവിശേഷമായ മൂന്ന് മേഖലകളാണ് ആരോഗ്യം, അസുഖം, സംസ്കാരം എന്നിവ. ഈ മൂന്ന് ആശയങ്ങളും പരസ്പരബന്ധിതവും പരസ്പരാശ്രിതവുമാണ്.

## ആരോഗ്യം, അസുഖം, അസ്വാസ്ഥ്യം എന്നീ ആശയങ്ങൾ
## (Concept of Health, Disease and illness)

നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽ ആരോഗ്യമെന്നതുകൊണ്ടെന്താണർഥമാക്കുന്നത്? ബലവാനായ ഒരാൾ ആരോഗ്യവാനാണെന്ന് നിങ്ങൾ കരുതുന്നുണ്ടോ? ആരോഗ്യമെന്ന ആശയം എല്ലാ സമൂഹത്തിലും ഒരേപോലെയാണോ?

സൂക്ഷ്മവിശകലനത്തിൽ ഒരു സാധാരണക്കാരന്റെ ആരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമാണ് ആധുനിക വൈദ്യമേഖലയിലേതെന്ന് മനസ്സിലാവും. ഇതുപോലെ അസുഖമെന്ന കാഴ്ചപ്പാടും ഓരോ സമൂഹത്തിലും വ്യത്യസ്തമാണ്. ഒരു സാധാരണ തലവേദന, ജലദോഷം എന്നിവയുടെ കാര്യമെടുക്കുക. ഇത് വ്യക്തിയുടെ ദൈനംദിന പ്രവൃത്തികൾ ചെയ്യുന്നതിന് തടസ്സമാവുമോ? താഴെ കൊടുത്ത നിർവചനങ്ങൾ കൂടുതൽ വ്യക്തത നൽകുന്നു.

### നിർവചനങ്ങൾ പരിശോധിക്കാം

- വെബ്സ്റ്റർ (1969) ആരോഗ്യത്തെ സന്തോഷകരവും ആരോഗ്യകരവും അഭിവൃദ്ധിയുള്ളതുമായ ഒരവസ്ഥ എന്നു നിർവചിക്കുന്നു.

- ഈ ആശയത്തിന് ഒരു സമ്പൂർണമായ നിർവചനം നൽകിയത് ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയാണ് (WHO). ആരോഗ്യമെന്നത് രോഗമില്ലാത്ത അവസ്ഥമാത്രമല്ല, സമ്പൂർണമായ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ സുസ്ഥിതിയാണ്.

ഇതുപോലെ അസുഖമെന്ന ആശയവും സംസ്കാരത്തിനനുസരിച്ചുള്ളതാണ്. അസുഖമെന്ന(Disease) വാക്കിന് രണ്ടുഭാഗങ്ങളുണ്ട്. അ - സുഖം. (Dis-Ease) സുഖകരമല്ലാത്ത അവസ്ഥ എന്നാണിതിനർഥം. ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിൽ ഒരു വ്യക്തിയുടെ സ്വാസ്ഥ്യത്തിന് ഭംഗം വരുത്തുന്ന ശാരീരികമോ മാനസികമോ ആയതും യാഥാർഥത്തിലുള്ളതോ ഭാവനാത്മകമായതോ ആയതുമായ അവസ്ഥയാണ് അസുഖം.

ബാക്ടീരിയ, വൈറസ് തുടങ്ങി എന്തെങ്കിലും രോഗാണുക്കളുടെ ആക്രമണഫലമായുണ്ടാകുന്നതും ശാസ്ത്രീയമായി തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നതുമായ ആരോഗ്യപ്രശ്നമാണ് അസുഖം. വസ്തുനിഷ്ഠമായി അളന്നു നിർണയിക്കാൻ കഴിയുന്ന ശരീരത്തിന്റെ അവസ്ഥയെയാണ് രോഗം എന്ന് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. അസ്വസ്ഥത എന്നത് ഇതിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമാണ്.

**അസ്വാസ്ഥ്യം എന്ന ആശയം**

യാപ് ദ്വീപ് നിവാസികൾ വയറിനകത്തെ വിരകൾ ദഹനത്തിനാവശ്യമാണെന്ന് കരുതുന്നു (സൊണ്ടേഴ്സ് 1954). എന്നാൽ ഗ്വാട്ടിമാലയിലെ മായൻ ഇന്ത്യക്കാർ വിരയസുഖം അസ്വസ്ഥതയുണ്ടാക്കുന്നു എന്ന് കരുതുന്നെങ്കിലും ഈ വിരകൾ മലദ്വാരത്തിലൂടെ പുറത്തേക്ക് വന്നാൽ മാത്രമേ ചികിൽസ തേടാറുള്ളൂ.

ഒരു പ്രത്യേക സംസ്കാരത്തിന്റെ ഭാഗമായ വ്യക്തികൾക്ക് രോഗാവസ്ഥയെക്കുറിച്ചുണ്ടാകുന്ന തോന്നലോ കാഴ്ചപ്പാടോ ആണ് അസ്വസ്ഥത (Illness). അസുഖത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ധാരണകൾ സാർവത്രികമാണ്. എന്നാൽ അസ്വസ്ഥത സംസ്കാരത്തിനനുസരിച്ചുള്ളതാണ്. ഒരു പ്രത്യേക സംസ്കാരവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വ്യക്തിയുടെ മോശമായ ആരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടോ അനുഭവമോ ആണ് അസ്വാസ്ഥ്യം. ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള സംസ്കാരത്തിനനുസരിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടുകളും അനുഭവവുമാണ് അസ്വാസ്ഥ്യം എന്ന് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. അസുഖത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാട് സാർവത്രികമാണ്. എന്നാൽ അസ്വാസ്ഥ്യം സംസ്കാരബന്ധിതമാണ്. നല്ലതും മോശവുമായ ആരോഗ്യം, ആരോഗ്യത്തിനുള്ള ഭീഷണികൾ, പ്രശ്നങ്ങൾ എന്നിവ യഥാർഥത്തിൽ സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നതാണ് എന്നാണ് സംസ്കാരാന്തര ഗവേഷണങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. അതിനാലാണ് ജലദോഷം, തലവേദന എന്നിവ അസുഖമായി കണക്കാക്കാതെ, ചില സംസ്കാരങ്ങളിൽ അസ്വസ്ഥതയായി പരിഗണിക്കുന്നത്.

ഒരു പ്രത്യേക സാമൂഹികസാംസ്കാരിക സാഹചര്യത്തിലെ ജനങ്ങളുടെ അനാവശ്യ ചിന്തകൾ, വികാരങ്ങൾ, പെരുമാറ്റവൈകല്യങ്ങൾ, മനോനിലയിലെ ക്രമരാഹിത്യം തുടങ്ങിയവയെല്ലാമുൾക്കൊള്ളുന്ന ഒരു വിശാലമായ പദമാണ് അസ്വാസ്ഥ്യം. വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രജ്ഞർ അസ്വാസ്ഥ്യത്തെയും അസുഖത്തെയും തനതു സാംസ്കാരിക പശ്ചാത്തലത്തിൽ പഠനവിധേയമാക്കുന്നു. ഇംഗ്ലീഷ് സംസാരിക്കുന്ന ജനങ്ങൾ അസ്വസ്ഥമായ തലച്ചോർ എന്നതിനുപകരം അസുഖബാധിത തലച്ചോർ എന്നുപറയും. എന്നാൽ മാനസികാസ്വാസ്ഥ്യം എന്നാണ് അല്ലാതെ മാനസിക അസുഖമെന്നല്ല പറയാറ് (കാസ്സൽ 1979).

ധാരാളം സംസ്കാരങ്ങളിൽ അസുഖം, അസ്വാസ്ഥ്യം എന്നിവ സംബന്ധിച്ച് തനതായ കാഴ്ചപ്പാടുകളുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ സംസ്കാരത്തിലെ അത്തരം സാംസ്കാരികാധിഷ്ഠിത കാഴ്ചപ്പാടുകൾ കണ്ടെത്തി ചർച്ചചെയ്യുക.

ഇതുപോലെ എല്ലാ സംസ്കാരങ്ങൾക്കും ആരോഗ്യം, ശുചിത്വം, അസുഖം, രോഗം ഭേദമാക്കൽ തുടങ്ങിയവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വ്യത്യസ്ത കാഴ്ചപ്പാടുകളുണ്ട്. ഇതിന്റെ സമഗ്രമായ ധാരണയ്ക്കായി ആരോഗ്യം, അസുഖം, സംസ്കാരം എന്നീ ആശയങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം പരിശോധിക്കാം.

## സംസ്കാരം, ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നിവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം
## (Relationship between Culture Health and Disease)

ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നീ ആശയങ്ങൾ സംസ്കാരവുമായി പലതരത്തിൽ നേരിട്ട് ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. താഴെ കൊടുത്തവ അതിൽ ചിലതാണ്.

### 1.സംസ്കാരം, ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നീ കാഴ്ചപ്പാടുകളെ സ്വാധീനിക്കുന്നു.
### (Culture influence perception of Health and Disease)

ഓരോ സംസ്കാരത്തിലും ആരോഗ്യം, രോഗം എന്നിവ സംബന്ധിച്ച് അതിന്റേതായ വിശദീകരണങ്ങളുണ്ടാവും. എന്താണ് ആളുകളെ രോഗിയാക്കുന്നത്? എങ്ങനെ അത് ചികിത്സിക്കും? എങ്ങനെ നല്ല ആരോഗ്യം നിലനിർത്താനാവും? ഇവ സംബന്ധിച്ച് എല്ലാ സംസ്കാരങ്ങളിലും ജനങ്ങൾ പങ്കുവയ്ക്കുന്ന ആശയങ്ങളുണ്ട്. ഒരു സമൂഹത്തിൽ ആരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ചും അസുഖത്തെക്കുറിച്ചും നിലനിൽക്കുന്ന അറിവ് അതിന്റെ സാംസ്കാരികപൈതൃകത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്. ഒരു സമൂഹത്തിൽ ഉരുത്തിരിഞ്ഞുവരുന്ന ചികിത്സാസമ്പ്രദായവും ഈ പാരമ്പര്യത്തിന്റെ ഭാഗംതന്നെ.

ആധുനികസമൂഹത്തിൽ ഒരാളെ അസുഖബാധിതനായി കണക്കാക്കുന്നത് രോഗാണുബാധകൊണ്ട് അയാൾക്ക് ശാരീരികമോ മാനസികമോ വൈകാരികമോ ആയ നിലയിൽ അസംതുലിതാവസ്ഥയുണ്ടാവുമ്പോഴാണ്. എന്നാൽ ചില ഗോത്ര വിഭാഗങ്ങൾക്കിടയിൽ ഒരാൾക്ക് അയാളുടെ ദൈനംദിന ജോലികൾ ചെയ്യാൻ കഴിയാത്തവിധം വയ്യാതാവുമ്പോഴാണ് അയാളെ അസുഖമുള്ളയാളായി കണക്കാക്കുന്നത്. രോഗാണുബാധയുണ്ടെങ്കിലും ഒരാൾക്ക് ദൈനംദിന ജോലികൾ ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അസുഖമായി കണക്കാക്കുകയില്ല എന്നർഥം. ഇതുപോലെ അസുഖം, ആരോഗ്യം എന്നിവയെ സ്വാധീനിക്കുന്ന സംസ്കാരബന്ധിത ആശയങ്ങളാണ് ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നിവ.

**ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നീ ആശയങ്ങൾ (Hot and Cold concept) :** അസുഖത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിശ്വാസങ്ങൾ, അവയ്ക്ക് ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നിവയുമായുള്ള ബന്ധം എന്നിവ സംസ്കാരത്തിനനുസരിച്ച് വ്യത്യാസപ്പെടുന്നു. ചില ഗോത്ര വിഭാഗങ്ങൾ ജലദോഷം, പനി, ശ്വസനേന്ദ്രിയവ്യവസ്ഥയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അസുഖങ്ങൾ എന്നിവ തണുപ്പ് അസുഖങ്ങളായും അൾസർ, പൈൽസ്, മൂത്രാശയസംബന്ധ അസുഖങ്ങൾ എന്നിവ ചൂട് അസുഖങ്ങളായും

കരുതുന്നു. ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നീ ആശയങ്ങൾ ശരീരാവസ്ഥയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടല്ല, ആന്തരികധാതുക്കളുടെ അവസ്ഥയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടാണ് കണക്കാക്കുന്നത്.

ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നീ ആശയങ്ങൾ ഭക്ഷണത്തിനും ബാധകമാണ്. ഭക്ഷണത്തിന്റെ ഭൗതിക ഘടകങ്ങളെയടിസ്ഥാനമാക്കിയല്ല ഈ വർഗീകരണം നടത്തുന്നത്. കേരളത്തിൽ ചില ജനവിഭാഗങ്ങൾക്കിടയിൽ കോഴിയിറച്ചി, ഗോതമ്പ്, മുട്ട എന്നിവ ചൂടുഭക്ഷണമായി കണക്കാക്കുമ്പോൾ പാൽ, കുരുമുളക്, തൈര്, ചായ എന്നിവ തണുപ്പുഭക്ഷണമായി കണക്കാക്കുന്നു. തായ്‌ലന്റിൽ മുട്ട തണുപ്പുഭക്ഷണമായി കരുതുമ്പോൾ ബംഗ്ലാദേശിൽ അത് ചൂടുഭക്ഷണമായി കണക്കാക്കുന്നു. ചൂട്-തണുപ്പ് വൈരുധ്യങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനാശയം അസുഖമൊഴിവാക്കാൻ ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നിവയ്ക്കിടയിലെ സംതുലിതാവസ്ഥ അത്യാവശ്യമാണ് എന്നതാണ്.

നിങ്ങളുടെ സംസ്കാരത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്ന അസുഖവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നീ ആശയങ്ങൾ കണ്ടെത്തി ക്ലാസിൽചർച്ചചെയ്യുക.

## 2.സാംസ്കാരികരീതികൾ അസുഖത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്നു
## (Cultural practices influence Disease)

ഒരു സമൂഹത്തിന്റെ കൂട്ടായ ജീവിതശൈലിയാണ് സംസ്കാരം. ചില പുതിയ അസുഖങ്ങൾ ജീവിതശൈലിയിലെ മാറ്റത്തിന്റെ ഫലമായുണ്ടായതാണ്. ഇവ ജീവിതശൈലീരോഗങ്ങൾ എന്നറിയപ്പെടുന്നു. കഴിഞ്ഞ നൂറ്റാണ്ടിലെ വേഗത്തിലുള്ള സാമ്പത്തിക വികാസം, ജീവിതശൈലിയുടെ വർധിക്കുന്ന പാശ്ചാത്യവൽക്കരണം തുടങ്ങിയവയുടെ ഫലമായി അമിത രക്തസമ്മർദ്ദം, പ്രമേഹം, അമിതവണ്ണം എന്നിവ ഇന്ത്യക്കാരിൽ ഭീമമാം വിധം വർദ്ധിച്ചിരിക്കുന്നു. എയ്ഡ്സ്, ലൈംഗികജന്യരോഗങ്ങൾ എന്നിവ സാംസ്കാരിക മാറ്റത്തിന്റെ ഫലമാണ്. വ്യാവസായികരാജ്യങ്ങളിൽ ഹൃദയസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങളിൽ 22 ശതമാനവും പുകവലികാരണമാണുണ്ടാവുന്നത്. അർബുദം, ശ്വാസകോശസംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾ എന്നിവയും പുകവലികൊണ്ടുണ്ടാവുന്നു. ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ കണക്കുപ്രകാരം (2002) അമിതമദ്യപാനമാണ് പുരുഷന്മാരിൽ 8 മുതൽ 18 വരെയും സ്ത്രീകളിൽ 2 മുതൽ 4 ശതമാനം വരെയും അസുഖങ്ങൾക്ക് കാരണം. വ്യവസായവൽകൃതരാജ്യങ്ങളിലെ 8 മുതൽ 15 വരെ ശതമാനം രോഗാവസ്ഥയുടെ കാരണം അമിതവണ്ണമാണ്. അതേസമയം അമിത കൊഴുപ്പ് 5 മുതൽ 12 ശതമാനം വരെ അസുഖത്തിന് കാരണമാവുന്നു.

ഇതുകൂടാതെ ശരീരം മെലിയുന്നതിനായി ഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുകയും അതുവഴി സൗന്ദര്യം കൂടുമെന്നു കരുതുകയും ചെയ്യുന്ന അനൊറെക്സിയ നെർവോസ (സ്വയം പട്ടിണിക്കിടൽ), മറ്റൊരാവസ്ഥയായ ബുലൈമിയ തുടങ്ങിയവയാണ് ഈയിടെയായി കണ്ടുവരുന്ന സംസ്കാരബന്ധിത അസുഖങ്ങൾ. ഭക്ഷണത്തോടുള്ള വിരക്തി, തടികൂടുതലാണെന്ന തോന്നൽ എന്നിവയാണ് അനൊറെക്സിയ നെർവോസയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ. ഈ അവസ്ഥ പുരോഗമിക്കുന്നതോടെ ശരീരഭാരം തീരെക്കുറഞ്ഞ്, മരണംവരെ സംഭവിക്കുന്നു.

ചില സാംസ്കാരികരീതികളും മനുഷ്യരിൽ വൈകല്യങ്ങളുണ്ടാക്കുന്നു. 'കുരു' രോഗം ഇതിനൊരുദാഹരണമാണ്. ന്യൂഗിനിയയിലെ ഫോർ എന്ന ഗോത്ര ജനതയ്ക്കിടയിലാണ് തലച്ചോറിനെ ബാധിക്കുന്ന അപൂർവവും മാരകവുമായ ഈ രോഗം കണ്ടെത്തിയത്. കുടുംബപരമായി മനുഷ്യമൃതശരീരം ഭക്ഷിക്കുന്ന ആചാരം പിന്തുടരുന്നവരാണ് ഈ രോഗത്തിന് ഇരയായത്. ഈ ഗോത്രവിഭാഗക്കാർ കുരു രോഗബാധിതനായ ആളുടെ മരണശേഷം അയാളുടെ ജീവശക്തി അവരുടെ ഗ്രാമത്തിലേക്കു തിരികെ ലഭിക്കാനായി മൃതശരീരം ഭക്ഷിക്കുന്നു. ഇതിൽ തലച്ചോറിന്റെ ഭാഗങ്ങൾ കുട്ടികളും ബന്ധുക്കളായ മുതിർന്നവരുമാണ് കഴിക്കുന്നത്. കുരു രോഗമുള്ളവരുടെ തലച്ചോറിലെ കോശങ്ങൾക്ക് രോഗസാംക്രമികത വളരെ കൂടുതലാണ്.

ചിത്രം 4.1 വികസനജന്യരോഗങ്ങൾ

ന്യൂഗിനിയയുടെ ദക്ഷിണഭാഗത്തുള്ള ഫോർ എന്ന ജനവിഭാഗത്തിനിടയിൽ കാണപ്പെട്ട നാഡീബലക്ഷയ അസുഖമാണ് കുരു രോഗം. ഈ അസുഖം ബാധിക്കുന്നവർക്ക് ചിരി നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയുന്നില്ല എന്നതിനാൽ ഇതിനെ ചിരിരോഗം എന്നും വിളിക്കുന്നു. മനുഷ്യമാംസം ഭക്ഷിക്കുക എന്ന ആചാരത്തിലൂടെയാണ് ഈ ജനവിഭാഗങ്ങൾക്കിടയിൽ ഈ അസുഖം വ്യാപിച്ചത്. 1960 കളിലാണ് ഈ സാംക്രമിക രോഗം ഏറ്റവും വ്യാപകമായത്. ആദ്യം ഇതിനെക്കുറിച്ച് പഠനം നടത്തിയ പണ്ഡിതർ ഇതൊരു ജനിതക വൈകല്യമായാണ് മനസിലാക്കിയത്. ഈ സാധ്യത തള്ളിക്കളഞ്ഞശേഷം കുരു ഒരു വൈറസ് രോഗമായി കണക്കാക്കി. ഈ രണ്ട് കാഴ്ചപ്പാടുകളും തെറ്റാണെന്ന് പിന്നീട് തെളിയുകയുണ്ടായി. ഇന്ന് ഇത് ഒരു നാഡീവൈകല്യ അസുഖമാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കിയിട്ടുണ്ട്. 1961 ൽ ലിന്റൻബാഗ് എന്ന പ്രശസ്ത നരവംശ ശാസ്ത്രജ്ഞ മിഖായേൽ ആൻ പേഴ്സിനൊപ്പം ഫോർ ജനവിഭാഗങ്ങൾക്കിടയിൽ വിപുലമായ ഫീൽഡ് പഠനം നടത്തുകയുണ്ടായി. ജീവശക്തി തിരികെയെത്തിക്കുന്നതിനായി മരണപ്പെട്ടയാളുടെ ബന്ധുക്കൾ അയാളുടെ മൃതശരീരം ഭക്ഷിക്കുന്ന ആചാര രീതിയാണ് ഇവർക്കിടയിൽ ഈ അസുഖം അതിവേഗം വ്യാപിക്കാൻ കാരണമായതെന്ന് ഇവരുടെ ഗവേഷണത്തിലൂടെ മനസ്സിലായി.

സംസ്കാരം മനുഷ്യന്റെ വികാസത്തെ ലക്ഷ്യംവയ്ക്കുന്നു എന്ന് നമുക്കറിയാം. എന്നാൽ ചില സാഹചര്യങ്ങളിൽ വികസന പ്രവർത്തനങ്ങൾ അസുഖങ്ങൾക്ക് കാരണമാവാറുണ്ട്. ഇത്തരം രോഗങ്ങൾ വികസനജന്യ രോഗങ്ങൾ (Disease of Development) എന്നറിയപ്പെടുന്നു. സാമൂഹികസാമ്പത്തിക വികാസത്തിന്റെ ഫലമായി ഉണ്ടാകുന്നതോ വർധിക്കുന്നതോ ആയ അസുഖങ്ങളാണ് വികസനത്തിന്റെ രോഗങ്ങൾ. ഈ ഗണത്തിൽപ്പെട്ട അസുഖങ്ങളാണ് മലേറിയ, ക്ഷയം

തുടങ്ങിയവ. മാരകമായ രോഗങ്ങളിലൊന്നായ മലേറിയ വേട്ടയാടലും ശേഖരണവും നിലനിന്നിരുന്ന സമൂഹങ്ങളിൽ കേട്ടിട്ടുപോലുമുണ്ടായിരുന്നില്ല. എന്നാൽ കൃഷിയുടെ വരവോടെ ജനങ്ങൾ വനപ്രദേശങ്ങൾ വെട്ടിനശിപ്പിക്കുകയും അത് കൊതുക് വളരുന്നതിനും അതുവഴി മലേറിയരോഗം വ്യാപിക്കുന്നതിനും കാരണമായി.

**കൈസാനൂർ വനരോഗം (കുരങ്ങുപനി) (Kysanur Forest Disease -KFD)** ആണ് മറ്റൊരു വികസനരോഗം. കർണാടകയിലെ കൈസാനൂർ എന്ന പ്രദേശത്താണ് 1957 ൽ ആദ്യമായി ഈ അസുഖം തിരിച്ചറിഞ്ഞത്. പകർച്ചപ്പനിക്ക് തുല്യമായി പെട്ടെന്നുള്ള പനി, തണുപ്പ്, തലവേദന, കഴുത്തിന്റെ വലിഞ്ഞുമുറുക്കം, ശരീരവേദന എന്നിവയാണ് ഇതിന്റെ ആദ്യലക്ഷണങ്ങൾ. വനത്തിനടുത്തുള്ള പുതുതായി കാടുവെട്ടി തയാറാക്കിയ സ്ഥലത്തിനടുത്ത് താമസിക്കുന്ന കൃഷിപ്പണിക്കാരെയും ഇടയന്മാരെയുമാണ് ഈ അസുഖം പ്രത്യേകമായി ബാധിച്ചിരുന്നത് എന്ന് അന്വേഷണങ്ങളിൽനിന്ന് മനസ്സിലായിട്ടുണ്ട്. കാട് വെട്ടിത്തെളിച്ച പ്രദേശങ്ങളിൽ അന്താരാഷ്ട്ര കമ്പനികൾ തോട്ടം കൃഷിയും കന്നുകാലിവളർത്തലും ആരംഭിച്ചു. ഇതിന്റെ ഫലമായി ഈ പ്രദേശത്ത് അസുഖം പരത്തുന്ന ചെള്ളുകൾ വ്യാപകമായി. അങ്ങനെ വനനശീകരണം, കന്നുകാലി വളർത്തൽ എന്നിവയിലൂടെ പരിസ്ഥിതിയിൽ മനുഷ്യൻ വരുത്തിയ മാറ്റം പകർച്ചവ്യാധിക്ക് കാരണമായി.

### 3. അസുഖങ്ങളുടെ വ്യാപനത്തെ സംസ്കാരം സ്വാധീനിക്കുന്നു
### (Culture Influences Distribution of Certain Diseases)

അസുഖങ്ങളുടെ വിതരണത്തെയും സംസ്കാരം ബാധിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് കാണാൻ കഴിയും. ഉദാഹരണമായി, 'സിക്കിൾ സെൽഅനീമിയ', തലാസീമിയ, ലാക്റ്റോസ് ഡിഹൈഡ്രോജനുകളുടെ അപര്യാപ്തത എന്നിവ നമ്മുടെ രാജ്യത്ത് ഗോത്രജനതയുടെ ഇടയിലാണ് കാണാൻ കഴിയുന്നത്. (എൻ. വിശ്വനാഥൻനായർ 1995, പേജ് 9 മുതൽ 20 വരെ.) എന്നാൽ ഇത്തരത്തിലുള്ള അനുഭവങ്ങൾ ജാതിസമൂഹത്തിൽ കാര്യമായി കാണാൻ കഴിയില്ല.

രക്തബന്ധുത്വവിവാഹം നിലനിൽക്കുന്ന ഗോത്രജനതയ്ക്കിടയിൽ അരിവാൾരോഗം വ്യാപകമാവുന്നതെന്തുകൊണ്ടാണെന്ന് ചർച്ചചെയ്യുക.

### 4. ചികിത്സാരീതിയെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടിനെ സംസ്കാരം സ്വാധീനിക്കുന്നു
### (Culture Influences the Perception of Treatment)

രോഗചികിത്സാരീതികളും സമൂഹത്തിനനുസരിച്ച് വ്യത്യാസപ്പെടുന്നു. ചില സംസ്കാരങ്ങളിൽ ശരീരം, മനസ്സ് എന്നിവ തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം നിലനിൽക്കുന്നില്ല. അതിനാൽ അത്തരം സമൂഹങ്ങളിൽ മാനസികാസ്വാസ്ഥ്യം എന്ന പ്രത്യേക വിഭാഗമില്ല. എന്നാൽ ആധുനികസമൂഹങ്ങളിൽ ശാരീരിക, മാനസിക, സാമൂഹിക ഘടകങ്ങൾക്ക് അസുഖവുമായി ബന്ധമുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഇവയോരോന്നുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രത്യേക ചികിത്സാരീതികളും നിലവിലുണ്ട്. ഇതുകൂടാതെ ആധുനികകാലത്ത് ഓരോ ശാരീരികാവയവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രത്യേക ചികിത്സാമേഖലകളും വളർന്നു വന്നിട്ടുണ്ട്.

അസുഖത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കാഴ്ചപ്പാടുകൾ സംസ്കാരത്തിനനുസരിച്ച് മാറുന്നതുപോലെ വ്യത്യസ്ത സംസ്കാരങ്ങൾ വ്യത്യസ്ത ചികിത്സാരീതികളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നുമുണ്ട്. ഓരോ സംസ്കാരത്തിലുമുള്ള ജനങ്ങൾ ഓരോതരം ചികിത്സാരീതികളാണ് പ്രയോഗിക്കാനിഷ്ടപ്പെടുന്നത്. ഇത് ഒരേസമയം ഒരു പ്രദേശത്തുതന്നെ വ്യത്യസ്ത ചികിത്സാരീതികൾ നിലനിൽക്കാൻ കാരണമാവുന്നു. ഇത് ബഹുചികിത്സാസമ്പ്രദായം എന്നറിയപ്പെടുന്നു.

## ഇന്ത്യയിലെ ബഹുചികിത്സാസമ്പ്രദായം (Medical Pluralism in India)

ഒരു സമൂഹത്തിൽ ഒരേസമയം ഒന്നിലധികം ചികിത്സാരീതികൾ നിലനിൽക്കുന്ന സമ്പ്രദായമാണ് ബഹു ചികിത്സാ സമ്പ്രദായം.

ചിത്രം 4.2 മണ്ണുചികിത്സ

ഇതിൽ ഓരോ ചികിത്സാരീതിയും വ്യത്യസ്തമായ തത്ത്വങ്ങളെയും കാഴ്ചപ്പാടുകളെയും അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളവയായിരിക്കും. ഇന്ത്യയുടെ മിക്കവാറും ഭാഗങ്ങളിൽ ബഹുചികിത്സാരീതികളും ആരോഗ്യ പെരുമാറ്റക്രമവും ഒരുമിച്ച് നിലനിൽക്കുന്നു. ഇന്ത്യക്ക് സമ്പന്നമായ വൈദ്യവിജ്ഞാന പാരമ്പര്യമുണ്ട്. ആയുർവേദം, യുനാനി, സിദ്ധ തുടങ്ങിയ ക്രമീകൃത പരമ്പരാഗത ചികിത്സാരീതികൾ കൂടാതെ വംശീയവൈദ്യം, മതപരമായ രോഗശമനം, നാട്ടുവൈദ്യം എന്നിവയും ഇന്ത്യയിൽ നിലനിൽക്കുന്നു. ബഹുചികിത്സാസമ്പ്രദായം ആരോഗ്യപ്രവർത്തകർ പ്രത്യേകമായും, വിജയകരമായും കാലാനുസൃതമായും ഉപയോഗിക്കാനായി തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന വ്യത്യസ്തമായ ചികിത്സാരീതികൾ നിർദേശിക്കുന്നു (സ്റ്റോണർ, 1986:4). അസുഖം, ക്ലേശം തുടങ്ങിയവ തടയുന്നതിനും ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനും പരിഹരിക്കുന്നതിനും ചികിൽസിക്കുന്നതിനും ജനങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുന്ന മാർഗമാണ് വൈദ്യസമ്പ്രദായങ്ങൾ. ഭാരതീയ വൈദ്യസമ്പ്രദായത്തെ പലതരത്തിൽ തരംതിരിക്കാവുന്നതാണ്.

## ആധുനിക വൈദ്യവും പരമ്പരാഗത വൈദ്യവും (Modern and Traditional Medical Systems)

ഇന്ത്യൻ വൈദ്യസമ്പ്രദായത്തെ അടിസ്ഥാനപരമായി രണ്ടായിതിരിക്കാം. ഒന്ന് ആധുനികവൈദ്യവും മറ്റേത് പരമ്പരാഗതവൈദ്യവുമാണ്. ആധുനികവൈദ്യം, ജൈവ വൈദ്യം, പാശ്ചാത്യവൈദ്യം കോസ്മോപോളിറ്റൻ ആരോഗ്യസംസ്കാരം, പ്രൊഫഷണൽ ആരോഗ്യസംസ്കാരം എന്നീ പേരുകളിലും അറിയപ്പെടുന്നു. ശരീരത്തിന്റെയും രോഗത്തിന്റെയും അറിവിനെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണ് ആധുനിക വൈദ്യം പൂർണമായും നിലനിൽക്കുന്നത്. ഇത് ലോകമാകെ മിക്കവാറും ഏകരൂപത്തിലുള്ളവയാണ്.

ആധുനികവൈദ്യത്തെ ശാസ്ത്രവും സാങ്കേതികവിദ്യയും നേരിട്ട് സ്വാധീനിക്കുന്നു. ആധുനികവൈദ്യത്തിലെ ചികിത്സകർ ഔദ്യോഗികമായ പരിശീലനം ലഭിച്ചവരായിരിക്കും. രോഗനിർണയത്തിന് ശാസ്ത്രീയ സാങ്കേതികവിദ്യയും യന്ത്രസാമഗ്രികളും ഉപയോഗിക്കുന്നു. ചികിത്സയ്ക്കായി രാസസംയുക്തങ്ങളുടെ ഉപയോഗം, ശസ്ത്രക്രിയ എന്നിവയെ ആശ്രയിക്കുന്നു.

**പരമ്പരാഗതവൈദ്യം**

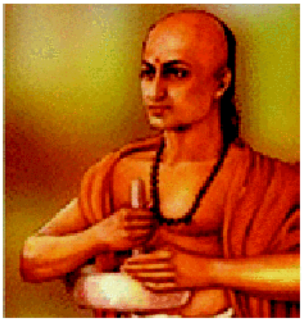
ചെടികൾ, മൃഗങ്ങൾ, ധാതുക്കളെ ആസ്പദമാക്കിയുള്ള മരുന്നുകൾ, ആത്മീയചികിത്സകൾ, കായികമായ സങ്കേതങ്ങൾ, വ്യായാമങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ഉൾപ്പെടുത്തിയ ആരോ ഗ്യപ്രവർത്തനങ്ങൾ, സമീപനങ്ങൾ, അറിവ്, വിശ്വാസം എന്നിവ ചികിത്സ രോഗ നിർണ്ണയം, പ്രതിരോധം എന്നിവയ്ക്കോ സംതുലിതാവസ്ഥ നിലനിർത്തുന്നതിനോ കൂട്ടായോ, ഒറ്റയ്ക്കോ പ്രയോഗിക്കുന്നരീതി ലോകാരോഗ്യസംഘടന (W.H.O) യുടെ കണക്കനുസരിച്ച് ലോകത്തെ 80 ശതമാനം ആളുകൾ മൃഗങ്ങളെയോ സസ്യങ്ങളെയോ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള ഔഷധങ്ങളാണ് പ്രാഥമികമായും ആശ്രയിക്കുന്നത്.

ലോകത്തിലെ വ്യത്യസ്ത സംസ്കാരങ്ങളിൽ നിലനിൽക്കുന്ന പ്രാദേശിക ചികിത്സാരീതികളെ സൂചിപ്പിക്കുന്നതിന് പാരമ്പരാഗതമായുപയോഗിക്കുന്ന പദമാണ് പാരമ്പര്യവൈദ്യം. ലോകാരോഗ്യസംഘടനയുടെ അഭിപ്രായത്തിൽ പരമ്പരാഗത വൈദ്യമെന്നത് പ്രായോഗിക അനുഭവത്തെയും നിരീക്ഷണത്തെയും പൂർണമായും ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നതും തലമുറകളിലേക്ക് വാമൊഴിയായോ വരമൊഴിയായോ കൈമാറ്റം ചെയ്യപ്പെടുന്നതും മാനസികവും ശാരീരികവും സാമൂഹികവുമായ അസന്തുലിതാവസ്ഥകൾ തിരിച്ചറിയുന്നതിനോ തടയുന്നതിനോ ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനോ ഉപയോഗിക്കുന്നതുമായ, വിശദീകരിക്കാൻ കഴിയുന്നതോ അല്ലാത്തതോ ആയ എല്ലാ അറിവിന്റെയും പ്രയോഗത്തിന്റെയും ആകെത്തുകയാണ് (ഡബ്ല്യു എച്ച് ഓ 1976).

ഇന്ത്യയിലെ പാരമ്പര്യചികിത്സാസമ്പ്രദായത്തിൽ രണ്ട് ധാരകൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. ഒന്ന് നേരിട്ട് ലഭ്യമാവുന്ന പ്രാദേശികവിഭവങ്ങളെ ആശ്രയിച്ചുള്ള പ്രാദേശിക വിശ്വാസങ്ങളും ആചാരങ്ങളുമാണ്. ഇത് ലഘു പാരമ്പര്യവൈദ്യസമ്പ്രദായം എന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. ഗോത്രവൈദ്യം, വംശീയവൈദ്യം എന്നിവയെല്ലാം ഇതിലുൾപ്പെടുന്നു. ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ വൈദ്യപരമായ അറിവുകൾ ഒരു തലമുറയിൽ നിന്ന് മറ്റൊന്നിലേക്ക് വാമൊഴിയായാണ് കൈമാറ്റം ചെയ്യപ്പെടുന്നത്. ഇത് മിക്കവാറും നിരക്ഷരരായ ഗോത്രജനതയാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ മതത്തിനും മന്ത്രവാദത്തിനും ചികിത്സാരീതികളിൽ വലിയ സ്വാധീനമുണ്ട്. ഇതിലെ ചികിത്സകൻ പൊതുവെ 'ഷാമൻ' എന്ന പേരിലറിയപ്പെടുന്നു. വേരുകളും പച്ചിലകളും ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു പുറമെ മത മന്ത്രവാദ ചടങ്ങുകളും രോഗചികിത്സയ്ക്കായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. വിശ്വാസങ്ങളും ആചാരങ്ങളും പരമ്പരാഗത വൈദ്യത്തിൽ പ്രധാന പങ്കുവഹിക്കുന്നു. വംശവൈദ്യത്തെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ തുടർപേജുകളിൽ നൽകിയിരിക്കുന്നു.

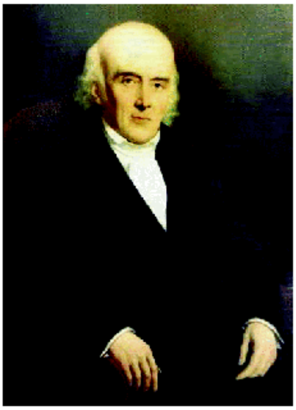
സൈദ്ധാന്തികമായ അടിത്തറയുള്ള ആസൂത്രിത അറിവ് രണ്ടാമത്തെ ഗണമായ ബൃഹദ്പാരമ്പര്യത്തിലുൾപ്പെടുന്നു. ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ അറിവുകൾ വാമൊഴിയായോ വരമൊഴിയായോ കൈമാറ്റം ചെയ്യാം. ഇതിലെ ചികിത്സകർ പരമ്പരാഗത വൈദ്യന്മാരോ

പരിശീലനം നേടിയവരോ ആയിരിക്കും. രാസവസ്തുക്കൾക്കൊപ്പം മരുന്നായി പ്രകൃതി വസ്തുക്കളും ഉപയോഗിക്കുന്നു. ആയുർവേദ, സിദ്ധ, യുനാനി തുടങ്ങി ധാരാളം ചികിത്സാരീതികൾ ഇതിലുൾപ്പെടുന്നു. ഇതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരു ലഘുവിവരണം താഴെ കൊടുക്കുന്നു.



ചിത്രം 4.3 ചരകൻ

**ആയുർവേദം (Ayurveda):** ആയുർവേദം ഏറ്റവും പഴക്കം ചെന്ന ചികിത്സാരീതികളിലൊന്നാണ്. ഇത് വേദകാല വൈദ്യം എന്ന പേരിലും അറിയപ്പെടുന്നു. ഇത് വർഷങ്ങൾക്കുമുൻപ് ഭാരതത്തിൽ രൂപപ്പെടുകയും ഒരു പ്രധാന പരമ്പരാഗത ചികിത്സാരീതിയായി തുടരുകയും ചെയ്യുന്നു. ആയുസ്സ് എന്നർഥമുള്ള 'ആയുർ', അറിവ് എന്നർത്ഥമുള്ള 'വേദ' എന്നീ സംസ്കൃതവാക്കുകൾ ചേർന്നതാണ് ആയുർവേദം എന്ന വാക്ക്. മഹത്തായ 'ഗ്രന്ഥത്രയം' എന്നറിയപ്പെടുന്ന മൂന്ന് പുരാതന പുസ്തകങ്ങളാണ് ആയുർവേദത്തിലെ പ്രധാന ഗ്രന്ഥങ്ങൾ. അവ ചരകസംഹിത, സുശ്രുത സംഹിത, അഷ്ടാംഗഹൃദയം എന്നിവയാണ്. ആയുർവേദ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനം ത്രിദോഷസിദ്ധാന്തമാണ്. ആയുർവേദചികിത്സയുടെ മൗലിക തത്ത്വങ്ങളാണിവ. വാതം, പിത്തം, കഫം എന്നിവയാണ് ത്രിദോഷങ്ങൾ. ഇവ ശരിയായ അനുപാതത്തിലാണെങ്കിൽ വ്യക്തി സമ്പൂർണ ആരോഗ്യവാനായിരിക്കും. ധന്വന്തരി, ചരകൻ, സുശ്രുതൻ തുടങ്ങി നിരവധി പ്രധാന ആചാര്യന്മാർ ആയുർവേദത്തിന്റെ പ്രചാരണത്തിനായി സംഭാവന ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. സമ്പൂർണ ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്നതിനും അഭിവൃദ്ധിപ്പെടുത്തുന്നതിനും ആയുർവേദമരുന്നുകളുപയോഗി ക്കുന്നുണ്ട് എന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയും. അതിനാൽ ആയുർവേദം ദിർഘായുസ്സിന്റെ ശാസ്ത്രം എന്ന പേരിലും അറിയപ്പെടുന്നു.

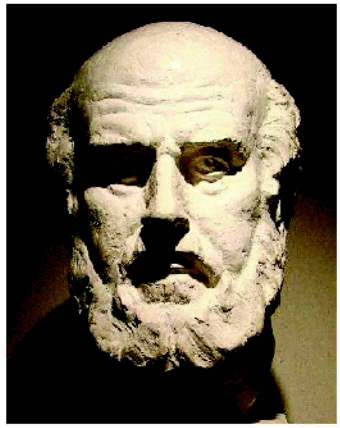


ചിത്രം 4.4 സാമുവൽ ഹാനിമാൻ

**ഹോമിയോപ്പതി (Homeopathy):** ഹോമിയോപ്പതി എന്ന ചികിൽസാ സമ്പ്രദായം ആദ്യമായി മുന്നോട്ടുവച്ചത് ജർമൻ ഭിഷഗ്വരനായ സാമുവൽ ഹനിമാനാണ്. 'സദൃശം സദൃശത്തെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നു' എന്ന വാചകത്തിൽ ഇതിന്റെ അടിസ്ഥാന ആശയം ഉൾപ്പെടുന്നു. പരിഹാരനിർദേശത്തിന് രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കൂടാതെ രോഗിയുടെ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ അവസ്ഥയും ഹോമിയോപ്പതിയിൽ പരിശോധിക്കുന്നു. മരുന്നിന്റെ ചെറുമാത്രകൾ ഉപയോഗിച്ച് ശരീരത്തിന്റെ പ്രതിരോധശേഷി വർധിപ്പിക്കുക എന്നതാണ് ഹോമിയോപ്പതിയുടെ അടിസ്ഥാനതത്ത്വം. ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ ചികിത്സകൻ വളരെയേറെ നേർപ്പിച്ചെടുത്ത മരുന്നു മാത്രകളാണുപയോഗിക്കുന്നത്. തിരഞ്ഞെടുത്ത ഒരു ഘടകം സ്വേദിതജലത്തിലോ ആൽക്കഹോളിലോ തുടർച്ചയായി നേർപ്പിച്ചെടുത്ത്, ശക്തിയായ സമ്മർദ്ദത്തിന് വിധേയമാക്കുന്ന

പ്രക്രിയയിലൂടെ കടത്തിവിട്ടാണ് ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ മരുന്നുകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. ഈ പ്രക്രിയയെ സക്സഷൻ (Succession) എന്ന് വിളിക്കുന്നു.

**യുനാനി (Unani) :** പുരാതന ഗ്രീക്കിലെ ഹിപ്പോക്രാറ്റസിന്റെയും ഗാലന്റെയും വൈദ്യ ആശയങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കി വികസിച്ച ടിബ്ബ് എന്ന പേരിലറിയപ്പെടുന്ന ചികിത്സാരീതിയാണ് ഇത്. ആദ്യകാല ഇസ്ലാമിക കാലഘട്ടത്തിൽ രൂപപ്പെട്ട ഗ്രീക്ക് ചികിത്സാരീതിയാണ് യുനാനി. ഹിപ്പോക്രാറ്റസ് ഇതിന്റെ പിതാവായി അറിയപ്പെടുന്നു. ഇദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രബോധനങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണ് യുനാനിവൈദ്യത്തിന്റെ സൈദ്ധാന്തിക ചട്ടക്കൂട് രൂപപ്പെട്ടിട്ടുള്ളത്. ഗ്രീക്ക് ധാതുസിദ്ധാന്തങ്ങളെ (Humoral Theory) യാണ് യുനാനി വൈദ്യം അടിസ്ഥാനമാക്കിയിരിക്കുന്നത്. ഇത് ശരീരത്തിൽ ദം (രക്തം), ബാൽഗം (കഫം), സഫ്ര (പിത്തം), സൗദ (വാതം) എന്നീ നാലു ധാതുക്കളുണ്ടെന്ന് അംഗീകരിക്കുന്നു. ഈ ധാതുക്കളുടെ ആപേക്ഷിക അനുപാതം ഒരു വ്യക്തിയുടെ ആരോഗ്യത്തെ നിർണയിക്കുന്നു. ഈ ധാതുക്കളുടെ സംതുലിതാവസ്ഥ നിലനിർത്തുന്നതിൽ പരിസ്ഥിതി പ്രധാന പങ്കുവഹിക്കുന്നു. യുനാനി വൈദ്യപ്രകാരം അസുഖമെന്നത് ഒരു സ്വാഭാവികപ്രക്രിയയും, അതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ ശരീരത്തിന്റെ അസുഖത്തോടുള്ള പ്രതികരണത്തിന്റെ സൂചനയുമാണ്. യുനാനി ചികിത്സകന്റെ പ്രാഥമികധർമ്മം ശരീരത്തിന്റെ സ്വാഭാവികമായ ശക്തി വളർത്തലാണ്. ഇന്ത്യയിൽ അറബികൾ യുനാനിസമ്പ്രദായം പരിചയപ്പെടുത്തുകയും പ്രചരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു.



ചിത്രം 4.5 ഹിപ്പോക്രാറ്റസ്

**സിദ്ധ (Siddha) :** ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ വികസിച്ച ചികിത്സാരീതികളിൽ വളരെ പഴക്കം ചെന്നവയിലൊന്നാണ് സിദ്ധവൈദ്യസമ്പ്രദായം. സിദ്ധ എന്ന പദത്തിനർഥം നേട്ടം എന്നാണ്. മരുന്നുകളുടെ കാര്യത്തിൽ നേട്ടങ്ങൾ കൈവരിച്ചവരാണ് സിദ്ധന്മാർ. അവർക്ക് ശരീരത്തെ മനസ്സിലാക്കാനുള്ള അസാമാന്യശേഷിയുണ്ട്. പതിനെട്ട് സിദ്ധന്മാരാണ് ഈ സമ്പ്രദായത്തെ വികസിപ്പിച്ചതെന്ന് കരുതുന്നു. സിദ്ധവൈദ്യസാഹിത്യം തമിഴിലാണ്. ഈ സമ്പ്രദായം കൂടുതലായി ഉപയോഗിക്കപ്പെടുന്നത് തമിഴ് സംസാരിക്കുന്ന ഇന്ത്യയിലെയും വിദേശത്തെയും പ്രദേശങ്ങളിലാണ്. ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ ധാതുക്കളും, ലോഹങ്ങളുമാണ് കൂടുതലായും ചികിത്സയ്ക്കുള്ള മരുന്നായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്.

**പ്രകൃതിചികിത്സ (Naturopathy):** ഇത് പ്രത്യേകമായ ഒരു പ്രാഥമിക ചികിത്സാരീതിയാണ്. ചികിത്സാരീതികളിലൂടെയും വസ്തുക്കളിലൂടെയും അസുഖത്തിന്റെ പ്രതിരോധം, പ്രതിവിധി എന്നിവയ്ക്കും പരമമായ ആരോഗ്യത്തിനും പ്രകൃതിചികിത്സ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നു. ഇതിലുപയോഗിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ വ്യക്തിയുടെ ജന്മസിദ്ധമായ പ്രതിരോധശേഷിയെയും സ്വയം രോഗത്തെ സുഖപ്പെടുത്താനുള്ള ശരീരത്തിന്റെ കഴിവിനെയും പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നു. ഗാന്ധിജി സ്വന്തം ജീവിതത്തിൽ പ്രയോഗിച്ചുകൊണ്ട്, ഈ സമ്പ്രദായത്തെ ജനകീയമാക്കി. പ്രകൃതിയോട് സമരസപ്പെട്ടുജീവിക്കുക എന്നതാണ്

ഈ ചികിത്സാസമ്പ്രദായത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന തത്ത്വം. ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ ഭക്ഷണത്തെ തന്നെ മരുന്നായി കണക്കാക്കുന്നു. ചികിത്സയുടെ ഭാഗമായി വിഷപദാർത്ഥങ്ങളെ ശരീരത്തിൽനിന്ന് ഇല്ലാതാക്കിക്കളയുന്നു. സൂര്യസ്നാനം, മണ്ണുചികിത്സ, ധ്യാനം തുടങ്ങിയവ ഈ രീതിയിലെ ചില ചികിത്സാരീതികളാണ്.

**യോഗ (Yoga):** വ്യക്തിയുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും വൈകാരികവും ആത്മീയവുമായ തലങ്ങളിൽ ആരോഗ്യവും സംതുലിതാവസ്ഥയും പ്രദാനം ചെയ്യുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ രൂപപ്പെടുത്തിയ ആദ്യകാല പഠനശാഖയാണിത്. ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ ശ്വസന നിയന്ത്രണം, ആസനങ്ങൾ, ധ്യാനം എന്നിവയാണ് ചികിത്സയ്ക്കായി നിർദേശിക്കുന്നത്. ഇത് നാഡീവ്യവസ്ഥയെ ശാന്തമാക്കുന്നതായി വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. ഊർജരേഖകളെ തുറന്നുകൊണ്ടും പ്രാണനെ പ്രവഹിപ്പിച്ചു കൊണ്ടുമാണ് ഈ സമ്പ്രദായത്തിലൂടെ അസുഖത്തെ പ്രതിരോധിക്കുന്നത്. രക്തസമ്മർദ്ദം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും മാനസിക സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കുന്നതിനും ഏകാഗ്രത, ഉറക്കം, ദഹനം എന്നിവ വർധിപ്പിക്കുന്നതിനും യോഗ വ്യാപകമായി ഉപയോഗിക്കപ്പെടുന്നു.

പരമ്പരാഗത ചികിത്സാസമ്പ്രദായത്തിന്റെ വ്യത്യസ്ത പ്രവർത്തനരീതികൾ വിശദീകരിച്ചുകൊണ്ട് മേൽ കൊടുത്ത വിവരണം കൂടുതൽ വിപുലപ്പെടുത്താൻ കഴിയും. മേൽ വിവരിച്ച ചികിത്സാസമ്പ്രദായങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രാദേശിക ചികിത്സകരെ ബന്ധപ്പെട്ട് അതിൽ പറയുന്ന രോഗകാരണങ്ങൾ, ചികിത്സാ പദ്ധതികൾ, മരുന്നുസമ്പ്രദായം, പ്രതിരോധമാർഗങ്ങൾ എന്നിവ മനസ്സിലാക്കുക. ഇവ ഓരോന്നിനെയും സംബന്ധിച്ച് ലഘുലേഖ തയാറാക്കുക.

അമേരിക്കൻ വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രജ്ഞനായ ഫാബ്രിഗാ (1972) വൈദ്യ നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ രണ്ട് പ്രധാന മേഖലകൾ നിർദേശിക്കുന്നു. ഒന്ന് വംശവൈദ്യവുമായും മറ്റേത്, ജൈവവൈദ്യവുമായും ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നിവ പാശ്ചാത്യ ശാസ്ത്രീയ ആരോഗ്യ അറിവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് മനസ്സിലാക്കുന്നതിനെയാണ് ജൈവവൈദ്യം എന്നുവിളിക്കുന്നത്. ഒരു മനുഷ്യ വംശത്തിന്റെ എല്ലാ ആരോഗ്യ പരിരക്ഷണസ്വഭാവവും ഉൾക്കൊള്ളുന്നതാണ് വംശവൈദ്യം. ചെടികളുടെ ഉപയോഗം, ആത്മീയത, സ്വാഭാവിക പരിതസ്ഥിതി എന്നിവയെല്ലാം ചേരുന്ന സങ്കീർണവും ബഹുപഠന മേഖല ഉൾക്കൊള്ളുന്നതുമായ പ്രവർത്തനമാണ് വംശവൈദ്യം.

**വംശവൈദ്യം (Ethnomedicine)**

1960 ൽ വംശീയവൈദ്യം എന്ന പദം ആദ്യമായി ഉപയോഗിക്കപ്പെട്ടപ്പോൾ പാശ്ചാത്യേതര ചികിത്സാസമ്പ്രദായം എന്ന് മാത്രമാണ് ഉദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടിരുന്നത്. ഇപ്പോൾ ഒഴിവാക്കപ്പെട്ടതും പ്രാകൃതവൈദ്യം എന്ന മുൻപ് ഉപയോഗിച്ചതുമായ വാക്കിനു തുല്യമായാണ് അക്കാലത്ത് ഈ വാക്ക് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്. യാഥാർഥത്തിൽ ജൈവവൈദ്യമുൾപ്പെടെ എല്ലാ ചികിത്സാരീതികളും വംശീയവൈദ്യമാണ്. കാരണം അവയെല്ലാം പ്രത്യേകമായ സാമൂഹ്യ, സാംസ്കാരിക ചരിത്രപരമായ അടിസ്ഥാന മുള്ളതാണെന്ന് മാത്രമല്ല, സാംസ്കാരികമായി നിർമ്മിക്കപ്പെട്ടതുമാണ്. ആധുനിക ചികിത്സാസമ്പ്രദായത്തിന്റെ

ആശയചട്ടക്കൂടിൽ നിന്ന് ഉരുത്തിരിഞ്ഞിട്ടില്ലാത്തതും തദ്ദേശീയ സാംസ്കാരിക വികാസത്തിന്റെ ഉൽപ്പന്നവുമായ രോഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വിശ്വസങ്ങളെയും ആചാരങ്ങളെയും പരാമർശിക്കുന്നതിനാണ് വംശീയവൈദ്യം എന്ന പദം മിക്കവാറും ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഈ സമ്പ്രദായം ആദിവാസിവൈദ്യം, തദ്ദേശീയ ചികിത്സാരീതി, ജനകീയ ചികിത്സാരീതി, ജനകീയ ആരോഗ്യസംസ്കാരം എന്നിങ്ങനെ വ്യത്യസ്ത രീതികളിൽ അറിയപ്പെടാറുണ്ട്. ഈ സമ്പ്രദായത്തിൽ രോഗകാരണങ്ങൾ, രോഗനിർണയം, ചികിത്സ, രോഗപ്രതിരോധം എന്നിവയെല്ലാം വിശ്വാസങ്ങളും ആചാരങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

**രോഗകാരണങ്ങൾ (Causes of Disease) :** രോഗകാരണങ്ങൾ നിർണയിക്കുന്നത് അസുഖബാധിതരും അവരുടെ ചുറ്റുപാടുകളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണ്. പോൾഗാർ (1962) അസുഖത്തിന് യാന്ത്രികവും വൈകാരികവും അതേപോലെ, മതപരവും മന്ത്രവാദപരവുമായ കാരണങ്ങൾ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഗ്ലിക്ക് (1967) രോഗകാരണങ്ങളിൽ മതപരമായ കാര്യങ്ങൾക്കും, ദുഷ്ടശക്തികൾക്കും പ്രാധാന്യം നൽകുന്നു. വംശീയവൈദ്യത്തിലെ അസുഖ കാരണങ്ങളെ പൊതുവായി പ്രകൃതിപരം അല്ലെങ്കിൽ ഭൗതികം എന്നും വ്യക്തിപരം അല്ലെങ്കിൽ പ്രകൃത്യതീതപരം എന്നും തരംതിരിച്ചിരിക്കുന്നു.

**ഭൗതികകാരണങ്ങളിൽ (Physical Causes)** ശാരീരിക അശുദ്ധി, ആചാര അശുദ്ധി, ഉചിതമല്ലാത്ത കാലാവസ്ഥ, ഉചിതമല്ലാത്ത ഭക്ഷണം എന്നിവ ഉൾപ്പെടുന്നു.

**ശാരീരിക അശുദ്ധി (Physical Impurity):** ഒരാൾ ബന്ധം പുലർത്താൻ പാടില്ലാത്ത ആളുകളുമായോ അശുദ്ധിയുള്ള ആളുകളുമായോ സമ്പർക്കം പുലർത്തിയാൽ അയാൾ ശാരീരിക അശുദ്ധിയുള്ളയാളാകും എന്നതാണ് വംശവൈദ്യ വിശ്വാസം. ഉദാഹരണമായി ഉയർന്നത് എന്നു കരുതപ്പെടുന്ന ജാതിയിൽ പെട്ട ഒരാൾ താഴ്ന്നതായി കരുതപ്പെടുന്ന ജാതിയിൽപ്പെട്ടവരുമായി ശാരീരികമായോ ഭൗതികമായോ സമ്പർക്കം പുലർത്തുന്നത് അശുദ്ധിക്ക് കാരണമാകും എന്ന് കണക്കാക്കപ്പെട്ടു.

**ആചാരപരമായ അശുദ്ധി (Ritual Impurity) :** ഒരു വ്യക്തി തന്റെ അടുത്ത ബന്ധുവിന്റെ മരണം, പ്രസവം തുടങ്ങിയ ജീവിതചക്ര ചടങ്ങുകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട സമയങ്ങളിൽ ആചാരപരമായ അശുദ്ധിയിലാവുന്നു . ഇക്കാലയളവിൽ ഇവർ മതപരമായ ചടങ്ങുകളിൽ പങ്കെടുക്കാൻ പാടില്ല. ഈ നിയന്ത്രണം ലംഘിക്കുന്നവർ അസുഖബാധിതരാവും എന്ന് ചിലർ വിശ്വസിക്കുന്നു.

**അനുചിത കാലാവസ്ഥ (Improper Weather):** കാലാവസ്ഥാരീതിയിൽ വരുന്ന മാറ്റത്തിന്റെ ഫലമായുണ്ടാകുന്ന അസുഖങ്ങളാണിതിൽപ്പെടുന്നത്. അതികഠിനമായ തണുപ്പും ചൂടും ഇത്തരത്തിൽ രോഗങ്ങളുണ്ടാക്കുന്നു.

**അനുചിത ഭക്ഷണം (Improper Food):** ശരിയല്ലാത്ത രീതിയിലുള്ള ഭക്ഷണ ഉപയോഗമാണിതിൽ പെടുന്നത്. ചൂടുകാലത്ത് ചൂടുഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതും തണുപ്പുകാലത്ത് തണുപ്പു ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതും അസുഖകാരണമാകുന്നു. കൂടാതെ ഇടവിട്ടിടവിട്ട് ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നിവയുള്ള ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതും അസുഖമുണ്ടാക്കും

എന്ന് വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. ചില ആഹാരവസ്തുക്കൾ അനുയോജ്യമായവയും മറ്റുചിലവ വിരുദ്ധവുമാണെന്ന ധാരണയുമുണ്ട്.

**പ്രകൃത്യതീത കാരണങ്ങളിൽ (Supernatural causes)** : ദൈവകോപം, പ്രേതബാധ, കരിങ്കണ്ണ്, മുജ്ജന്മപാപം എന്നിവയിലുള്ള വിശ്വാസങ്ങളുൾപ്പെടുന്നു.

**ദൈവകോപം (Anger of God)** : തെറ്റുചെയ്യുന്നവരെ ദൈവം ശിക്ഷിക്കുന്നു എന്ന് വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നു. ഇത്തരത്തിൽ ദൈവകോപത്തിന്റെ ഫലമായുള്ള ശിക്ഷയാണ് ചില അസുഖങ്ങൾ എന്നതാണ് വിശ്വാസം. വസൂരി, കോളറ തുടങ്ങിയവ ദൈവകോപത്തിന്റെ ഫലമായുണ്ടാവുന്ന അസുഖങ്ങളായി കണക്കാക്കപ്പെട്ടിരുന്നു.

**കണ്ണേറ് (Evil Eye)** : ചില വ്യക്തികളുടെ നോട്ടത്തിന് പ്രത്യേകമായ ചില ശക്തികളുണ്ടെന്ന് ആളുകൾ കരുതുന്നു. ഇതുവഴി അവർക്ക് കുട്ടികൾ, കെട്ടിടങ്ങൾ, മറ്റ് സ്വത്തുക്കൾ എന്നിവയ്ക്ക് നാശമുണ്ടാക്കാമെന്നാണവരുടെ വിശ്വാസം.

**പ്രേതബാധ (Evil Spirit)** : വേണ്ടരീതിയിൽ അംഗീകരിക്കപ്പെടാതിരിക്കുകയോ പെട്ടെന്ന് മറന്നുപോവുകയോ ചെയ്താൽ പ്രേതാത്മാക്കൾ അസുഖങ്ങളുണ്ടാക്കുമെന്ന് ചിലർ വിശ്വസിക്കുന്നു.

**മുജ്ജന്മപാപം (Sin of Previous life) :** ചിലർ പുനർജന്മത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്നു. കഴിഞ്ഞജന്മത്തിലെ പാപത്തിന്റെ ഫലമാണ് ഈ ജന്മത്തിലെ അസുഖങ്ങൾ എന്നാണ് അത്തരം വിശ്വാസികൾ കരുതുന്നത്. അന്ധത, കുഷ്ഠം തുടങ്ങിയ അസുഖങ്ങൾ ഇത്തരം രോഗങ്ങൾക്കുദാഹരണമായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കപ്പെടുന്നു.

ഇന്ത്യയിലെ ബഹുചികിത്സാസമ്പ്രദായം, വംശവൈദ്യത്തിലെ രോഗകാരണങ്ങൾ എന്നിവ കാണിക്കുന്ന ചാർട്ട് തയാറാക്കുക.

## ചികിത്സകർ (Practitioners)

വിവിധ രോഗങ്ങൾ ഭേദമാക്കുന്ന പ്രക്രിയകൾ യാഥാർഥത്തിൽ നടത്തി പരിചയമുള്ള ആളുകളാണ് വംശീയവൈദ്യത്തിലെ ചികിത്സകർ. ഇത്തരം രോഗ ചികിത്സയിൽ പ്രത്യേകം പരിജ്ഞാനം നേടിയവരെ 'ഷാമൻ' എന്ന് വിളിക്കുന്നു. ഇതിൽ പച്ചമരുന്നുചികിത്സകർ, ജ്യോതിഷികൾ, പ്രസവശുശ്രൂഷകർ, വിഷഹാരികൾ, എല്ലുരോഗ ചികിത്സകർ തുടങ്ങിയവരുൾപ്പെടുന്നു.

ചിത്രം 4.6 വ്യത്യസ്ത ചികിത്സാസമ്പ്രദായങ്ങളിലെ ചികിത്സകർ

**രോഗനിർണയം (Diagnosis) :** വേദന തോന്നുകയും രോഗി ചികിത്സ തേടുകയും ചെയ്യുന്ന ഘട്ടത്തിൽ ആദ്യം ചെയ്യുന്നത് രോഗനിർണയമാണ്. എന്താണ് യഥാർഥ പ്രശ്ന മെന്നും എന്ത് ചികിത്സയാണ് നൽകേണ്ടതെന്നും തീരുമാനിക്കുന്ന പ്രക്രിയയാണിത്. എങ്ങനെയാണ് ഒരു ഡോക്ടർ രോഗനിർണയം നടത്തുന്നത്? ഇതിന് അദ്ദേഹം പല രീതിയിലുള്ള പ്രക്രിയകൾ നടത്തുന്നതു കാണാം. വംശീയവൈദ്യത്തിൽ ഇത് വളരെ വ്യത്യസ്തമാണ്. ഭാവിപ്രവചനം പോലെ മത, മന്ത്രവാദപരമായ സങ്കേതങ്ങളാണിതിൽ ഉൾപ്പെടുന്നത്. പ്രകൃത്യതീത കഴിവോ, രോഗലക്ഷണങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള വിശദവിവരം മനസ്സിലാക്കലോ ആണ് ഇതിൽ പ്രധാനം. കണ്ണ്, മുഖം, നാഡിമിടിപ്പ് എന്നിവയുടെ പരിശോധനയിലൂടെയും രോഗം നിർണയിക്കുന്നു. നല്ല ഒരു 'ഷാമന്' നാഡിമിടിപ്പുകൾ തിരിച്ചറിയാനുള്ള ശേഷിയുണ്ടായിരിക്കും.

**രോഗചികിത്സ (Treatment of illness)**

ഇതിൽ മത മന്ത്രവാദ, രാസപദാർഥങ്ങളുപയോഗിച്ചുള്ള രീതികൾ പ്രയോഗിക്കുന്നു. വേഗത്തിലുള്ള രോഗശാന്തി ലക്ഷ്യമിട്ട് ഒന്നിലധികം ചികിത്സാരീതികൾ യഥാക്രമം പ്രയോഗിക്കുന്നു. രാസപദാർഥങ്ങളും പച്ചിലകളും ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ തന്നെ മത മന്ത്രവാദ രീതികളും പ്രയോഗിക്കുന്നു.

അട്ടപ്പാടിയിലെ ഇരുളരുടെ വംശീയവൈദ്യം എന്ന പ്രബന്ധത്തിൽ പി. ആർ. ജി. മാത്തൂർ ഇരുള ഗോത്രവിഭാഗത്തിന്റെ ചില ചികിത്സാവിധികൾ വിവരിക്കുന്നു.

| **രോഗത്തിന്റെ പേര്** | **പ്രാദേശിക പേര്** | | **ചികിത്സ** |
|---|---|---|---|
| തലവേദന | തലവെട്ട് | 1. | നികിതക്കൊടി തല സിത്തരിയുടെ ഉണങ്ങാത്ത ഇല യോ കമ്പോ പിഴിഞ്ഞ് ചാറെടുത്ത് മൂക്കിലുറ്റിക്കുക. |
| | | 2. | മുക്കുറ്റിക്കൊടിയുടെ തളിരിലയുടെ നീരെടുത്ത് നെറ്റിയിൽ പുരട്ടുക. |
| | | 3. | പുളിയുടെ കുഴമ്പ് ഒരുമണിക്കൂർ നേരം നെറ്റിയിൽ പുരട്ടുക. |
| പനിയും തലവേദനയും | കച്ചേലു തലവെട്ട് . | 1. | കുറുന്തോട്ടിയുടെ വേരും ഇലയും ഇടിച്ചു കലക്കി കുളിക്കുന്നതിന്മുൻപ് തലയിൽ പുരട്ടുക. |
| | | 2. | കൊളിജിരകം, ചെറുകാന്താരി, ഉണങ്ങിയ പുളി എന്നിവ ചേർത്ത് തയാറാക്കുന്ന മിശ്രിതം കഴിക്കുക. |
| ചെവിവേദന | കാതുകുത്തൽ | 1. | പിനാകി ചെടിയുടെ വേര് അരച്ച് ഉപ്പ് ചേർത്ത് ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കലക്കി വൃത്തിയുള്ള തുണിയിൽ അരിച്ചെടുത്ത ലായനി ചെവിയിലുറ്റിക്കുക. |

**അവലംബം-** ആന്ത്രോപോളജി ഓഫ് ട്രൈബൽ ഹെൽത്ത് ആൻഡ് മെഡിസിൻ ഇൻ ഫോറസ്റ്റ് എൻവയൺമെന്റ്-എൻ. വിശ്വനാഥൻനായർ എഡിറ്റ് ചെയ്തത് (1995)

വംശീയവൈദ്യത്തിൽ ചികിത്സകൾ നിർണയിക്കപ്പെടുന്നത് രോഗകാരണങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണ്. ഇതിൽ മന്ത്രവാദം, പ്രാർഥന, നേർച്ച തുടങ്ങിയ മത മന്ത്രവാദ പരമായ രീതികളും അസ്ഥി യോജിപ്പിക്കൽ പോലുള്ള യാന്ത്രിക രീതികളും പച്ചിലകൾ, വേരുകൾ, കിഴങ്ങുകൾ തുടങ്ങിയ മറ്റു മരുന്നുകളുപയോഗിച്ചുള്ള രീതികളും ഉപയോഗിക്കുന്നു.

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് ലഭ്യമാവുന്ന പച്ചമരുന്നുകളുടെ വിവരം ശേഖരിച്ച് ഒരു റിപ്പോർട്ട് തയാറാക്കുക. നിങ്ങളുടെ വിദ്യാലയത്തിലോ വീട്ടിലോ ഔഷധച്ചെടികൾ നട്ടുപിടിപ്പിച്ച് ഒരു ഔഷധോദ്യാനം നിർമ്മിക്കുകയും ചെയ്യാം.

## പ്രതിരോധമാർഗങ്ങൾ (Preventive measures)

ജൈവ വൈദ്യസമ്പ്രദായത്തിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന രോഗപ്രതിരോധരീതികൾ നിങ്ങൾക്കറിയാമല്ലോ. പിള്ളവാതം, ബി.സി.ജി, മഞ്ഞപ്പിത്തം, റൂബെല്ല തുടങ്ങിയവയ്ക്കെടുക്കുന്ന കുത്തിവെപ്പുകൾ ഇത്തരത്തിലുള്ള ചില പ്രതിരോധരീതികളാണ്. വംശീയ വൈദ്യത്തിൽ ഇത്തരം രോഗപ്രതിരോധരീതികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് നിങ്ങൾക്ക് തോന്നുന്നുണ്ടോ? നമുക്ക് ചർച്ചചെയ്യാം.

നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് നിലവിലുള്ള കർക്കടകക്കഞ്ഞി, പേറ്റുമരുന്ന് തുടങ്ങിയ രോഗപ്രതിരോധ സംവിധാനങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരങ്ങൾ ശേഖരിക്കുക.

പ്രതിരോധമാണ് പ്രതിവിധിയേക്കാൾ മെച്ചം എന്ന് കണക്കാക്കുന്നതിനാൽ വംശീയ വൈദ്യത്തിലും പല രോഗപ്രതിരോധരീതികളും നിലവിലുണ്ട്. ആവിക്കുളി, എണ്ണക്കുളി, ഉഴിച്ചിൽ, മണ്ണ് പുരട്ടിയുള്ള കുളി, മത മന്ത്രവാദ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാം രോഗപ്രതിരോധത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ആരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിനും ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്നതിനും കാലാനുസൃതമായ ഭക്ഷണരീതികൾ സ്വീകരിക്കാറുണ്ട്. കേരളത്തിൽ പ്രസവാനന്തരപ്രശ്നങ്ങൾ ഇല്ലാതിരിക്കാൻ പേറ്റുമരുന്ന് ഉണ്ടാക്കി കഴിക്കാറുണ്ട്. ഇതോടൊപ്പം പ്രാർഥന, പ്രകൃത്യതീതശക്തികൾക്കുള്ള നേർച്ച, ഏലസ്സുകെട്ടൽ എന്നിവയും രോഗപ്രതിരോധത്തിനായി ചിലർ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

ചിത്രം 4.7 ഉഴിച്ചിൽ

മേൽക്കൊടുത്ത ചർച്ച അടിസ്ഥാനമാക്കി ജൈവവൈദ്യത്തെയും വംശീയ വൈദ്യത്തെയും താരതമ്യപ്പെടുത്തി ഒരു ചാർട്ട് തയാറാക്കുക.

## വൈദ്യനരവംശസ്ത്രത്തിന്റെ സവിശേഷ മേഖലകൾ (Special Areas of Medical Anthropology)

ഓരോ വൈദ്യസമ്പ്രദായത്തിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചും വ്യത്യസ്തമായ അഭിപ്രായങ്ങളുണ്ട്. വൈദ്യസമ്പ്രദായങ്ങളുടെ എകീകരണത്തിനായുള്ള നിർദേശങ്ങൾ

ഉയർന്നുവരുന്നുണ്ടെങ്കിലും ചില വൈദ്യരീതികളുടെ സാധുതയെയും പ്രാധാന്യത്തെയും കുറിച്ച് തർക്കങ്ങൾ ഉയർന്നുവരാറുമുണ്ട്. പലപ്പോഴും ഒരു ആധിപത്യപരമായ പൊതുബോധത്തിന്റെയടിസ്ഥാനത്തിലാണ് ഇതിൽ സമവായമുണ്ടാവാറുള്ളത്. ഇത് സ്വാഭാവികമായും വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ വ്യത്യസ്തങ്ങളായ ഗതി രൂപപ്പെടാൻ കാരണമായി. ഇത്തരത്തിലുള്ള രണ്ട് വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്ര കാഴ്ചപ്പാടുകളാണ് വിമർശനാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം, ചികിത്സാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം എന്നിവ.

**വിമർശനാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം (Critical Medical Anthropology)**

വിമർശനാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം ആരോഗ്യത്തെ സംബന്ധിച്ച് തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായ സമീപനം സ്വീകരിക്കുന്നു ആരോഗ്യരക്ഷാ സംവിധാനത്തിന്റെ ആശയ സംഹിതയും പ്രബലമായ ആശയ-സാമൂഹികക്രമങ്ങളും തമ്മിൽ അധീശത്വപരമായ ഒരു ബന്ധം നിലനിൽക്കുന്നു എന്ന് ഇത് കരുതുന്നു. ഒരു പ്രത്യേക പ്രശ്നത്തെ വൈദ്യപരമായി കണക്കാക്കി അതിന് ചികിത്സ ആവശ്യമാണ് എന്ന് തീരുമാനിക്കുന്ന രീതിയെ ഇത് വിമർശനാത്മകമായി പരിശോധിക്കുന്നു. യഥാർത്ഥത്തിൽ ഈ പ്രശ്നം സാമൂഹികമോ സാമ്പത്തികമോ രാഷ്ട്രീയപരമോ ആയിരിക്കും. ഉദാഹരണമായി തൊണ്ടമുഴ പോലെയുള്ള ചില അസുഖങ്ങൾ വരാതിരിക്കാൻ അയോഡിൻ ചേർത്ത ഉപ്പ് കഴിക്കണമെന്ന് ഡോക്ടർമാർ നിർദേശിക്കാറുണ്ട്. പക്ഷേ കടൽവിഭവങ്ങൾ ധാരാളമായി ഭക്ഷിക്കുന്നവർക്ക് ഇത്തരത്തിൽ അയോഡൈസ്ഡ് ഉപ്പ് കഴിക്കണമെന്നു നിർബന്ധമില്ലെന്ന് ചൂണ്ടിക്കാണിക്കപ്പെടുന്നു. അതിനാൽ നിർബന്ധമായും അയോഡിൻ ചേർത്ത ഉപ്പ് ഉപയോഗിക്കണമെന്ന നിർദേശത്തെ വിമർശനാത്മകമായി കാണേണ്ടതാണ്.

**ചികിൽസാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം (Clinical Medical Anthropology)**

ആരോഗ്യരക്ഷാ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ലക്ഷ്യത്തെ കൂടുതൽ ഉറപ്പിക്കാൻ വൈദ്യ നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ അറിവുകൾ പ്രയോഗിക്കുന്നതിനെയാണ് ചികിൽസാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം എന്നു പറയുന്നത്.

ഉദാഹരണമായി ബഹുസാംസ്കാരിക രീതികൾ നിലനിൽക്കുന്ന സ്ഥലങ്ങളിൽ രോഗിയും ഡോക്ടറും തമ്മിലുള്ള ധാരണ വർധിപ്പിക്കുന്നതിന് ഡോക്ടർക്ക് പ്രാദേശിക സംസ്കാരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവ് വളരെ ഉപകാരപ്രദമായിരിക്കും. സാംസ്കാരികമായി ഏറ്റവും അനുഗുണമായ ആരോഗ്യ ഇടപെടൽ നടത്തുന്നതിനും ആരോഗ്യപ്രവർത്തകർ സാധാരണയായി കണക്കിലെടുക്കാത്ത രോഗഘടകങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതിനും ഇത് വളരെ സഹായകമാകും.

വിമർശനാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം, ചികിൽസാത്മക വൈദ്യ നരവംശശാസ്ത്രം എന്നിവ തീർത്തും പരസ്പരവിരുദ്ധമായ ആശയങ്ങളാണെന്ന് കാണാൻ കഴിയുമെങ്കിലും ചില വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രജ്ഞർ ഇതിനെ പരസ്പരം ബന്ധിപ്പിക്കാനുള്ള പരിശ്രമങ്ങൾ ആരംഭിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇത്തരമൊരു സമവായം പ്രായാധിക്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കുന്നതിന് ആവശ്യമാണ്. ഇത് വാർധക്യപഠനം എന്ന മേഖലയിലാണ് ചർച്ചചെയ്യുന്നത്.

## വാർധക്യപഠനം (Gerontology)

പ്രായാധിക്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ജൈവ-വൈദ്യ നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ ശാഖയാണ് വാർധക്യപഠനം. പ്രായം കൂടിവരുന്ന പ്രക്രിയയാണ് വാർധക്യം. പ്രതീക്ഷിത ജീവിതകാലയളവ് വർധിക്കുന്നതിനനുസരിച്ച് വികസിതരാജ്യങ്ങളിലും വികസ്വരരാജ്യങ്ങളിലും വാർധക്യപ്രശ്നങ്ങൾ സവിശേഷ പരിഗണന നേടുന്നു. വികസിത രാഷ്ട്രങ്ങൾക്കൊപ്പം 75 വയസ്സിനുമുകളിൽ ആയുർദൈർഘ്യമുള്ള കേരളം പോലുള്ള സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ ഈ കാര്യം കൂടുതൽ ശ്രദ്ധയാകർഷിക്കുന്നു. മെച്ചപ്പെട്ട ആരോഗ്യ സംരക്ഷണസംവിധാനങ്ങൾ, ഉയർന്ന സാക്ഷരത, ഉയർന്ന ജീവിതനിലവാരം തുടങ്ങിയവയാണ് കേരളത്തിൽ ഈ നിലയിൽ ആയുർദൈർഘ്യം വർധിക്കാൻ സഹായകമായത്. കാലക്രമത്തിൽ ഒരു വ്യക്തിയിലുണ്ടാവുന്ന മാറ്റമാണ് വാർധക്യം. ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ ബഹുമുഖ പ്രക്രിയയാണ് ഇത്. വാർധക്യത്തിൽ ചില മേഖലകൾ കാലക്രമത്തിൽ വളരുകയും മറ്റു ചില മേഖലകൾ ക്ഷയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഉദാഹരണമായി, പ്രതികരണത്തിനുള്ള സമയം വയസ്സാകുന്നതിനനുസരിച്ച് കുറയുമ്പോൾ ലോകപരിജ്ഞാനം വർധിക്കുന്നു.

വാർധക്യമെന്നത് ഒരു ജീവശാസ്ത്ര യാഥാർഥ്യമാണ്. സാധാരണയായി 60 മുതൽ 65 വയസ്സുവരെയുള്ള, ജോലിയിൽനിന്ന് വിരമിക്കുന്ന കാലയളവാണ് വാർധക്യത്തിന്റെ ആരംഭമായി കണക്കാക്കുന്നത്. എന്നാൽ വികസ്വരരാഷ്ട്രങ്ങളിൽ പലയിടങ്ങളിലും വാർധക്യത്തെ സംബന്ധിച്ച സാമൂഹികമായി നിർമ്മിക്കപ്പെട്ട അർഥങ്ങൾ നിലവിലുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തുനിന്ന് ഇത്തരം വിവരങ്ങൾ ശേഖരിച്ച് താഴെക്കൊടുത്തിരിക്കുന്ന സൂചനകൾ വിപുലപ്പെടുത്തുക.

- വാർധക്യം ലോകത്തോട് നിരാശാബോധം പുലർത്തുന്നു.
- വൃദ്ധരിൽ അരക്ഷിതബോധം നിലനിൽക്കുന്നു.
- മിക്കപ്പോഴും ശിശുസഹജമായ പ്രതീക്ഷകളാണുണ്ടാവുക.
- ആരോഗ്യം ക്ഷയിക്കുന്നു.
- ..............................

വാർധക്യമാവുന്നതിനൊപ്പം പ്രമേഹം, ഹൃദ്രോഗങ്ങൾ, അർബുദം, സന്ധിവാതം, വൃക്കരോഗം തുടങ്ങിയ ധാരാളം രോഗങ്ങൾ വർദ്ധിക്കുന്നു..

എന്നാൽ ചെന്നിക്കുത്തുപോലെയുള്ള അസുഖങ്ങൾ താരതമ്യേന സ്ഥിരമായി നിൽക്കുന്നു. അതേസമയം ആസ്തമ പോലെയുള്ള അസുഖങ്ങൾ ചിലപ്പോൾ കുറയുകയും ചെയ്യും. അതിനാൽ വാർധക്യമെന്നത് അസുഖങ്ങളുടെ ഒരു സഞ്ചയമാണ് എന്ന ചിന്ത ശരിയല്ല. വൃദ്ധജനങ്ങൾക്ക് കൂടുതൽ പരിഗണനയും കരുതലും കിട്ടേണ്ടതാണെന്ന് നിങ്ങൾ കരുതുന്നില്ലേ?

വൃദ്ധജനങ്ങളുമായി ഇടപഴകിക്കൊണ്ട് അവരുടെ യാഥാർഥ പ്രശ്നങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുക. വൃദ്ധരായ ബന്ധുക്കളെയോ വൃദ്ധസദനങ്ങളിലെ അന്തേവാസികളെയോ അഭിമുഖം നടത്തി ഒരു റിപ്പോർട്ട് തയാറാക്കുക

വാർധക്യം എന്ന ആശയം പോലെത്തന്നെ ചില മാനസികാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങളും സംസ്കാരത്തിനനുസരിച്ചുള്ളവയാണ്. വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിലെ ഈ പഠനമേഖല സാംസ്കാരിക മനോരോഗ ചികിത്സാശാസ്ത്രം എന്നറിയപ്പെടുന്നു.

### സാംസ്കാരിക മനോരോഗചികിത്സ (Cultural Psychiatry)

വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഈ മേഖല വംശീയവൈദ്യവുമായി അടുത്ത് ബന്ധപ്പെട്ടുകിടക്കുന്നു. ചില പ്രാദേശികരോഗങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുന്നതിൽ ആ സംസ്കാരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെ ഇത് ഊന്നിപറയുന്നു. ഹിസ്റ്റീരിയ പോലെയുള്ള ചില പ്രാദേശികരോഗങ്ങൾ അല്ലെങ്കിൽ സംസ്കാരബന്ധിതരോഗങ്ങൾ മാനസികവും ശാരീരികവുമായ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണിക്കുന്നു. ഇത്തരം ലക്ഷണങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതിന് സംസ്കാരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവ് അനിവാര്യമാണ്. ഇത്തരം നാട്ടുരോഗങ്ങൾ പാശ്ചാത്യ രോഗനിർണയമേഖലയിൽ ഉൾപ്പെടുത്താൻ കഴിയില്ല.

### പോഷണനരവംശശാസ്ത്രം (Nutritional Anthropology)

സാമ്പത്തികസംവിധാനങ്ങൾ പോഷണ അവസ്ഥ, ഭക്ഷ്യസുരക്ഷ എന്നിവയോട് എങ്ങനെയാണ് പരസ്പരം ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതെന്നു പരിശോധിക്കുന്ന പഠനമേഖലയാണ് പോഷണനരവംശശാസ്ത്രം. പോഷണാവസ്ഥ മൊത്തം ആരോഗ്യവസ്ഥ, ജോലിയുടെ മേൻമ, സാമ്പത്തികവളർച്ചയുടെ ആകെ കഴിവ് എന്നിവയെ ബാധിക്കുന്നു. അതുപോലെ ചില സാമ്പത്തികസംവിധാനങ്ങൾ പരിമിതമായ ഭക്ഷ്യലഭ്യത മാത്രമേ നൽകുന്നുള്ളൂ. അത് സ്വാഭാവികമായും പോഷണനിലവാരം കുറയാനും ഇടയാക്കുന്നു.

പോഷണമെന്നത് ജീവികൾക്ക് അവയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നതിനും വളർച്ച, നവീകരണം എന്നിവ ഉറപ്പുവരുത്തന്നതിനുമുള്ള വസ്തുക്കൾ സ്വീകരിക്കുകയും ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനായുള്ള പ്രക്രിയയുടെ സംയോജനമാണ്. നമുക്ക് വളർച്ച ഊർജം, നിലനിൽപ്പ്, സംരക്ഷണം എന്നിവയ്ക്കെല്ലാം ഭക്ഷണം ആവശ്യമാണ്. ശരിയായ രീതിയിലുള്ള ഭക്ഷണം കഴിച്ചില്ലെങ്കിൽ ശരീരം വളരുകയോ ശരിയായി പ്രവർത്തിക്കുകയോ ഇല്ല. ഇത് പല രോഗങ്ങൾക്കും കാരണമാവുന്നു. മാംസ്യ (protein) ഊർജ അപപോഷണം ഒരു പൊതുവായ അഭാവരോഗമാണ്.

ഈ യൂണിറ്റിന്റെ തുടക്കം മുതൽ തന്നെ നാം ആരോഗ്യം, രോഗം, സംസ്കാരം എന്നിവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം

**അപപോഷണം (Malnutrition)**

ഒന്നോ അതിലധികമോ പോഷകഘടകങ്ങളുടെ ആപേക്ഷികമോ കേവലമോ ആയ കുറവോ കൂടുതലോ കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന രോഗാവസ്ഥ.

**പോഷണക്കുറവ് (Undernutrition)**

ആവശ്യത്തിൽ കുറവുമാത്രം പോഷകഘടകങ്ങൾ ഒരു ദീർഘമായ കാലയളവിലേക്ക് കഴിക്കാത്തതുകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന രോഗാവസ്ഥ.

**അമിതപോഷണം (Overnutrition)**

ദീർഘമായ കാലയളവിൽ അമിതമായ അളവിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കുകയും അതുവഴി ശരീരത്തിൽ അമിതമായ കലോറിയുണ്ടാവുകയും ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ടുള്ള രോഗാവസ്ഥ. (ലോകാരോഗ്യ സംഘടന)

പരിശോധിക്കുകയുണ്ടായി. ഇപ്പോൾ സംസ്കാരം മനുഷ്യവർഗത്തിന്റെ നിലനിൽപ്പിന് ആവശ്യമാണെന്ന് നമ്മൾ മനസിലാക്കിക്കഴിഞ്ഞു. നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ മേഖലകളും സംസ്കാരത്താൽ സ്വാധീനിക്കപ്പെടുന്നു. മേൽ കൊടുത്ത ബന്ധം പരിശോധിക്കുന്ന വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ നാലു മേഖലകളിൽ പ്രധാനപ്പെട്ടതാകുന്നു. ഈ പഠനമേഖലയുടെ അറിവ് സാധാരണക്കാർക്കും പ്രൊഫ ഷനലുകൾക്കും അവരുടെ ലോകബോധം വിപുലപ്പെടുത്താനും വൈദ്യപ്ര വർത്തനങ്ങളെക്കുറിച്ച് വിപുലമായ ധാരണ ലഭിക്കുന്നതിനും സഹായകമാവുന്നു.

## സംഗ്രഹം

- വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം: ആരോഗ്യം, അസുഖം, ചികിത്സ എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം നൽകാനായി നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ സിദ്ധാന്തങ്ങളും രീതികളും പ്രയോഗിക്കുന്ന പഠനമേഖല.

- ആരോഗ്യം: രോഗമില്ലാത്ത അവസ്ഥമാത്രമല്ല സമ്പൂർണമായ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ സുസ്ഥിതി.

- അസുഖം : ബാക്ടീരിയ, വൈറസ് തുടങ്ങി ഏതെങ്കിലും രോഗാണുക്കൾ കാരണമുണ്ടാകുന്നതും ശാസ്ത്രീയമായി തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയുന്നതുമായ ആരോഗ്യ പ്രശ്നം.

- അസ്വാസ്ഥ്യം : ഒരു പ്രത്യേക സംസ്കാരത്തിൽ ജീവിക്കുന്ന വ്യക്തിക്ക് തോന്നുന്നതോ അനുഭവിക്കുന്നതോ ആയ മോശമായ ആരോഗ്യാവസ്ഥ.

- സംസ്കാരം എന്ന ആശയം അസുഖം ആരോഗ്യം എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഉദാഹരണമായി ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നീ ആശയങ്ങൾ സംസ്കാരത്തിനനുസരിച്ച് മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഭക്ഷണത്തിന്റെ ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നീ ആശയങ്ങളും സംസ്കാരത്തിനനുസരിച്ചുള്ളവയാണ്. സാംസ്കാരിക രീതികൾക്കും ജീവിതരീതികൾക്കും രോഗവുമായി പ്രത്യക്ഷ ബന്ധമാണുള്ളത്. ചില ജനിതകരോഗങ്ങൾ ജാതി ജനസംഖ്യയിലേതിനേക്കാൾ കൂടുതൽ ഗോത്രവിഭാഗങ്ങൾ ക്കിടയിലാണ് വ്യാപകമായിരിക്കുന്നത്.

- ബഹുചികിത്സാ സമ്പ്രദായങ്ങൾ ഒരുമിച്ച് നിലനിൽക്കുന്നതിനാൽ ഇന്ത്യ ഒരു ബഹു ചികത്സാസമ്പ്രദായമുള്ള രാജ്യമാണെന്ന് പറയാം. ഇന്ത്യയിലെ ബഹുചികിത്സാ രീതികളിൽ ഗോത്രവൈദ്യം പോലെയുള്ള ചെറുപാരമ്പര്യ ചികിത്സാരീതികളും ആയുർവേദ, യുനാനി, സിദ്ധ, യോഗ, ഹോമിയോപ്പതി, പ്രകൃതിചികിത്സ, പാശ്ചാത്യ വൈദ്യം എന്നീ ബൃഹദ് പാരമ്പര്യ ചികിത്സാരീതികളും ഉൾക്കൊള്ളുന്നു.

- വംശീയവൈദ്യം. തദ്ദേശീയ സാംസ്കാരത്തിൽ വികസിച്ചുവന്നതും രോഗങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതുമായ വിശ്വാസങ്ങളെയും ആചാരങ്ങളെയുമാണ് വംശീയവൈദ്യം എന്നു പറയുന്നത്. വംശീയവൈദ്യത്തിലെ രോഗകാരണങ്ങളെ ശാരീരികം, പ്രകൃത്യതീതം എന്നിങ്ങനെ തരംതിരിക്കാം. ശാരീരികകാരണങ്ങളിൽ ശാരീരിക അശുദ്ധി, ആചാരപരമായ അശുദ്ധി, ഉചിതമല്ലാത്ത കാലാവസ്ഥ, ഉചിതമല്ലാത്ത ഭക്ഷണം എന്നിവ ഉൾപ്പെടുന്നു. പ്രകൃത്യതീത കാരണങ്ങളിൽ ദൈവകോപം, കണ്ണേറ്, പ്രേതബാധ, മുജ്ജന്മപാപം എന്നീ വിശ്വാസങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുന്നു.
- രോഗനിർണയത്തിൽ മത മന്ത്രവാദരീതികളും കണ്ണ് പരിശോധന, മുഖപരിശോധന, നാഡിമിടിപ്പ് പരിശോധന തുടങ്ങിയ മറ്റു രീതികളും ഉൾപ്പെടുന്നു. വംശീയവൈദ്യത്തിലെ ചികിത്സകൻ ഷാമൻ എന്നറിയപ്പെടുന്നു. രോഗപ്രതിരോധത്തിനായി ഉഴിച്ചിൽ, മണ്ണിൽക്കുളി, ആവിക്കുളി, ഏലസ്സുകൾ, പ്രാർഥന എന്നിവ സ്വീകരിക്കുന്നു.
- വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ മറ്റു സവിശേഷമേഖലകളാണ് ചികിത്സാവശ്യാർഥം നരവംശശാസ്ത്ര ആശയങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്ന ചികിത്സാത്മക വൈദ്യനരവംശ ശാസ്ത്രം, വൈദ്യരംഗത്തെ ആധിപത്യ കാഴ്ചപ്പാടുകളെ വിമർശിക്കുന്ന വിമർശനാത്മക നരവംശവൈദ്യശാസ്ത്രം, വാർധക്യത്തിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ വിശകലനം ചെയ്യുന്ന വാർധക്യ പഠനം, മാനസികപ്രശ്നങ്ങളിൽ പ്രാദേശികസംസ്കാരത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം വിശകലനം ചെയ്യുന്ന സാംസ്കാരിക മനോരോഗശാസ്ത്രം എന്നിവ.

## ടേം മൂല്യനിർണയ ഉപാധികൾ

1. വിട്ട ഭാഗം പൂരിപ്പിക്കുക.

   എ. ആരോഗ്യം, അസുഖം, സംസ്കാരം എന്നിവയെക്കുറിച്ചുള്ള ബന്ധത്തെപ്പറ്റിയുള്ള പഠനം.....

   ബി. ഒരു വ്യക്തിയുടെ സ്വസ്ഥതയ്ക്ക് ഭംഗം വരുത്തുന്ന ശാരീരികമോ മാനസികമോ ആയതും, യാഥാർഥത്തിലുള്ളതോ ഭാവനാത്മകമായതോ ആയ അവസ്ഥയാണ്.....

   സി. ഒരു സമൂഹത്തിൽ ഒന്നിലധികം വൈദ്യസമ്പ്രദായങ്ങൾ ഒരുമിച്ച് നിലനിൽക്കുന്ന അവസ്ഥ .........

2 വ്യത്യാസമെഴുതുക.

എ. അസുഖം, അസ്വസ്ഥത.

ബി. രോഗത്തിന്റെ ശാരീരികവും പ്രകൃത്യതീതവുമായ കാരണങ്ങൾ.

സി. ചികിത്സാ വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം, വിമർശനാത്മക വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം.

3. നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്ത് നിലനിൽക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിന്റെ ചൂട്, തണുപ്പ് എന്നീ ആശയങ്ങൾ കണ്ടെത്തി അതിന്റെ വൈദ്യമേഖലയിലെ പ്രാധാന്യം വിശദമാക്കുക.

4. ആരോഗ്യം, അസുഖം എന്നീ ആശയങ്ങൾ സംസ്കാരബന്ധിതമാണ്. ഈ പ്രസ്താവന പരിശോധിക്കുക.

5. ആയുർവേദം ദിർഘായുസ്സിന്റെ ശാസ്ത്രം എന്നറിയപ്പെടുന്നു. വിലയിരുത്തുക.

6. ഇന്ത്യയിലെ ബഹുവൈദ്യസമ്പ്രദായം സൂചിപ്പിക്കുന്ന ചാർട്ട് വരച്ച് പരമ്പരാഗത വൈദ്യസമ്പ്രദായം വിശദമാക്കുക.

7. വംശീയവൈദ്യം, ആധുനികവൈദ്യം എന്നിവയുടെ ഒരു താരതമ്യ ചാർട്ട് വരയ്ക്കുക.

8. ജോഡി കണ്ടെത്തുക.

എ. ഹോമിയോപ്പതി : സാമുവൽ ഹാനിമാൻ, ആയുർവേദം: ..........

9. നിങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തു നിലനിൽക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും നാല് വംശീയവൈദ്യ ചികിത്സ എഴുതുക. ഇതിൽ രോഗത്തിന്റെ പേര്, ഉപയോഗിക്കുന്ന മരുന്നുചെടി, മരുന്ന് തയാറാക്കുന്ന രീതി എന്നിവ ഉണ്ടായിരിക്കണം.

10. വികസനത്തിന്റെ അസുഖങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഒരു കുറിപ്പ് തയാറാക്കുക.

## സാങ്കേതികപദങ്ങൾ

വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രം : ആരോഗ്യം, അസുഖം, സംസ്കാരം എന്നിവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം പരിശോധിക്കുന്ന നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ ശാഖ.

ആരോഗ്യം : സമ്പൂർണമായ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ സുസ്ഥിതി.

| | |
|---|---|
| അസുഖം | : ഒരു വ്യക്തിയുടെ സുസ്ഥിതിക്ക് തടസ്സമാകുന്ന ശാരീരികമോ മാനസികമോ ആയ അവസ്ഥ. |
| ജീവിതശൈലീരോഗങ്ങൾ | : ജീവിതശൈലിയിലെ മാറ്റംകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന രോഗം. |
| അനൊറെക്സിയ നെർവോസ | : ശരീരം മെലിയുന്നതിനായി സ്വയം പട്ടിണികിടക്കുകയും ഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുന്നത് ശീലമാക്കുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥ. |
| കുരുരോഗം | : ന്യൂഗിനിയയിലെ ഫോർ എന്ന ഗോത്രവിഭാഗത്തിനിടയിൽ കാണപ്പെട്ട തലച്ചോറിനെ ബാധിക്കുന്ന അപൂർവമായ വൈറസ് രോഗം. |
| വികസനജന്യരോഗങ്ങൾ | : സാമൂഹിക സാമ്പത്തിക വികസനത്തിന്റെ ഫലമായുണ്ടാവുന്നതോ വർധിക്കുന്നതോ ആയ അസുഖങ്ങൾ. |
| കൈസാനൂർ ഫോറസ്റ്റ് ഡിസീസ് | : കർണാടകത്തിലെ കൈസാനൂർ പ്രദേശത്തു കണ്ടെത്തിയ വൈറസ് കൊണ്ടുണ്ടാവുന്ന ഒരു വികസനജന്യരോഗം. |
| ബഹുവൈദ്യസമ്പ്രദായം | : ഒരു സമൂഹത്തിൽ ഒരേസമയം ഒന്നിലധികം വൈദ്യരീതികൾ നിലനിൽക്കുന്ന അവസ്ഥ. |
| വംശീയവൈദ്യം | : രോഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട തദ്ദേശീയസംസ്കാരത്തിന്റെ ഭാഗമായ വിശ്വാസങ്ങളും ആചാരങ്ങളും. |
| വിമർശനാത്മക വൈദ്യ നരവംശശാസ്ത്രം | : സാമൂഹികമോ രാഷ്ട്രീയമോ ആയ ഒരു പ്രശ്നത്തെ വൈദ്യ പ്രശ്നമായിക്കണ്ട് ചികിത്സ ആവശ്യമാണെന്ന് നിർദേശിക്കുന്നതിനെ വിമർശനാത്മകമായി വിലയിരുത്തുന്ന രീതി. |
| ചികിത്സാത്മക വൈദ്യ നരവംശശാസ്ത്രം | : ആരോഗ്യപ്രവർത്തനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യങ്ങൾ നേടിയെടുക്കാൻ വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ അറിവ് പ്രയോഗിക്കുന്ന രീതി. |

| | | |
|---|---|---|
| വാർധക്യപഠനം | : | വാർധക്യത്തിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ പഠിക്കുന്ന ജീവശാസ്ത്ര നരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ ശാഖ. |
| സാംസ്കാരിക മാനോരോഗശാസ്ത്രം | : | നാട്ടുജനതയുടെ മാനസികാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങൾ മാറ്റാൻ പ്രാദേശികസംസ്കാരത്തിന്റെ അറിവ് പ്രയോഗിക്കുന്ന പഠനമേഖല. |
| പോഷണനരവംശശാസ്ത്രം | : | സാമ്പത്തിക സമ്പ്രദായം പോഷണനില, ഭക്ഷ്യസുരക്ഷ എന്നിവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം വിശകലനം ചെയ്യുന്ന വൈദ്യനരവംശശാസ്ത്രത്തിന്റെ മേഖല. |

## റഫറൻസ്

1. പ്രമുഖ്, കെ. ഇ. രാജ്. 2009 ഹെൽത്ത് ഇൽനെസ്സ് ആൻറ് ഹീലിങ്: തീംസ് ആൻറ് ഇഷ്യൂസ് ഇൻ മെഡിക്കൽ ആന്ത്രപോളജി. ന്യൂഡൽഹി: സീരിയൽ പബ്ലിക്കേഷൻ.
2. വിശ്വനാഥൻനായർ, എൻ. (എഡി). 1995 ആന്ത്രപോളജി ഓഫ് ട്രൈബൽ ഹെൽത്ത് ആന്റ് മെഡിസിൻ ഇൻ ഫോറസ്റ്റ് എൻവയൺമെന്റ. കോഴിക്കോട്: കിർത്താഡ്സ്.
3. ക്ളിമാൻ, ആർതർ. 2011. ആന്ത്രപോളജി ആൻറ് ക്രോസ് കൾച്ചറൽ മെന്റൽ ഹെൽത്ത്. ചാരിറ്റി യുണിവേഴ്സിറ്റാറ്റമെഡിസിൻ, ബർലിൻ. ഫ്രിയൂണിവേർഴ്സിറ്റാറ്റ്. ബർലിൻ. ജൂൺ 28,2011.
4. പാപ്പച്ചൻ, എം.ജെ. ഇൻക്രിസിങ് പ്രിലവൻസ് ഓഫ് ലൈഫ്സ്റ്റൈൽ ഡിസീസ്: ഹൈ ടൈം ഫോർ ആക്ഷൻ. ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ് മെഡിസിൻ.
5. ഭാസിൻ, വീണ. മെഡിക്കൽ ആന്ത്രപോളജി: എ റിവ്യൂ, ഡിപാർട്ട്മെന്റ് ഓഫ് ആന്ത്രപോളജി, യൂനിവേർഴ്സിറ്റി ഓഫ് ഡൽഹി.
6. ഏക്കെഴ്സ്ലി, റിച്ചാർഡ്. കൾച്ചർ ഹെൽത്ത് ആൻറ് വെൽബിയിങ്.
7. 2007.എത്നോമെഡിക്കൽ പ്രാക്ടീസസ് ഓഫ് ചെഞ്ചു.- എ കെയ്സ് ഓഫ് ഇന്റഗ്രേറ്റഡ് സിസ്റ്റം.കമലാ രാജ്