مَا اَنْزَلَ اللّٰهُ دَاءً اِلَّا اَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً. [صحیح البخاری:5658]

اللہ نے کوئی ایسا مرض نہیں اُتارا جس کے لیے شفا نہ اتاری ہو۔

ڈینگی بخار

ePamphlet

ڈینگی بخار ایک وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے جو کہ ایک خاص قسم کے مچھر Aedes Aegypti کے کاٹنے سے منتقل ہوتا ہے۔ یہ خطرناک مچھر گندے جوہڑوں کی بجائے صاف پانی مثلاً بارش کے پانی، پانی کی ٹینکیوں کے آس پاس، پانی سے بھرے ہوئے برتنوں، گل دانوں اور گملوں وغیرہ میں جنم لیتا ہے۔

عمومی علامات

1. تیز بخار
2. سر اور آنکھوں میں شدید درد
3. ہڈیوں، پٹھوں اور جوڑوں میں درد
4. بھوک کا ختم ہو جانا اور متلی ہونا
5. جلد پر خارش اور سرخ دھبوں کا نمودار ہونا
6. پیٹ میں شدید درد ہونا
7. ناک یا مسوڑھوں سے خون آنا
8. قے اور پیچش میں خون کا اخراج

احتیاطی تدابیر

ڈینگی بخار سے بچاؤ کی کوئی ویکسین یا حفاظتی ٹیکہ ابھی تک ایجاد نہیں ہوا۔ اس مرض سے بچاؤ کا واحد طریقہ اپنے آپ کو مچھروں کے کاٹنے سے بچانا ہے۔ لہٰذا ایسے اقدامات کرنا ضروری ہے جن سے مچھروں کی افزائش کی روک تھام ہو سکے۔

- یہ مچھر صبح اور شام کے اوقات میں زیادہ متحرک ہوتا ہے لہٰذا ان اوقات میں زیادہ احتیاط کریں۔
- پانی کے برتنوں کو ڈھانپ کر رکھیں۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: برتن ڈھانپ دو اور مشکیزے (کا منہ) بند کر دو کیونکہ سال میں ایک رات ایسی ہوتی ہے جس میں وبا اترتی ہے پھر جس بھی بغیر ڈھکے برتن یا منہ کھلے مشکیزے کے پاس سے گزرتی ہے تو اس وبا میں سے (کچھ حصّہ) اس میں اُتر جاتا ہے۔ [صحیح مسلم:5255]

- گھر کے باغیچے کی کیاریوں، باورچی خانے، صحن اور خاص طور پر غسل خانے میں پانی کھڑا نہ ہونے دیں۔ ائرکولر سے پانی خشک کر دیں۔ گملوں اور دیگر برتنوں میں بچے ہوئے پانی کو ضائع کر دیں یا ڈھانپ کر رکھیں تاکہ مچھروں کی افزائش نہ ہو سکے۔

- جہاں جہاں مچھر پیدا ہونے کا امکان ہو وہاں مچھر مار دواؤں کا چھڑکاؤ کریں۔
- رات کو جالی/مچھر دانی لگا کر سوئیں۔ایسا لباس پہنیں جو پورے جسم کو ڈھانپ لے۔
- بازار میں دستیاب مچھر کاٹنے سے محفوظ رکھنے والی ادویات جسم کے کھلے حصوں پر استعمال کریں۔
- گھر کی مختلف جگہوں پر کافور رکھیں نیز کسی تیل یا کریم میں شامل کر کے جسم پر لگائیں،ایسا کرنے سے مچھر قریب نہیں آتے۔
- لیمن گراس اور نیاز بو (ریحان) کے گملے گھر کے مختلف حصوں میں رکھے جائیں۔یہ مچھروں کو بھگانے کا بہترین قدرتی ذریعہ ہے۔اس کے علاوہ فینائل کی گولیاں پیس کر کھڑکیوں دروازوں میں ہوا کے رخ پر رکھیں۔

قدرتی غذاؤں سے علاج

تیز بخار اور دیگر خطرناک علامات ظاہر ہوں تو فوراً ماہر ڈاکٹر سے رجوع کریں۔ڈاکٹر کی تجویز کردہ دواؤں کے ساتھ قدرتی غذاؤں سے بھی مدد لی جاسکتی ہے۔

- مریض کو کثرت سے پانی اور مشروبات استعمال کروائیں خصوصاً ایک چمچہ شہد،ایک کپ نیم گرم پانی میں ملا کر مریض کو پلائیں،تازہ پھلوں کے رس میں لیموں ڈال کر دیں اور مریض کو آرام مہیا کریں۔
- پپیتے کے پتوں کا رس (کھانے کے دو چمچے) صبح شام اور سیب کے جوس میں لیموں کے چند قطرے ملا کر پینے سے platelets کی تعداد میں اضافہ ہوتا ہے۔
- بخار کے لیے مریض کو ایک گلاس گنے کے جوس میں ایک چمچ چقندر کا رس اور ایک چمچ لیموں کا رس ملا کر صبح شام پلائیں۔
- پروپلیس (رائل جیلی) جو کہ شہد کی مکھی کے چھتے سے نکلتا ہے ایک طاقتور جراثیم کش کا استعمال کریں۔اس سے قوت مدافعت میں زبردست اضافہ ہو جاتا ہے۔
- وٹامن K، وٹامن C اور وٹامن B سے بھرپور خوراک استعمال کریں۔چاول،مونگ کی دال، کھچڑی، شلجم، چقندر، گاجر، بند گوبھی، کریلا، ٹماٹر، انار، سنگترہ، موسمّی ، میٹھا، تربوز اور امرود اس مرض میں مفید غذا ہیں۔

بیماری اور مومن کا رویہ

مریض علاج معالجہ کے ساتھ ساتھ نماز کی پابندی کرے علاوہ ازیں قرآن مجید کی تلاوت، مسنون دعاؤں اور دم سے بھی استفادہ کرے تو باذن اللہ شفاء ضرور حاصل ہوگی۔یہ مریض کو

© AL-HUDA INTERNATIONAL WELFARE FOUNDATION

روحانی طور پر مضبوط کر دیتے ہیں کیونکہ مرض سے شفایابی میں جسم کے ساتھ ساتھ روحانی قوت کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ یہ اطمینان قلب اور آخرت میں بے شمار اجر و ثواب کا باعث بھی ہے۔

1. بیماری تقدیر سے ہے لہٰذا صبر سے کام لیں

اس دنیا میں جو کچھ ہوتا ہے اللہ تعالیٰ کے اذن سے ہوتا ہے۔ دکھ، سکھ، مرض وصحت سب اسی کی طرف سے ہے۔ تکلیف اور مصیبت کے وقت شکوہ شکایت اور اللہ تعالیٰ سے ناراضگی کا اظہار کرنے کی بجائے اس کی رضا پر راضی رہیں اس کے ساتھ ہی مختلف تدابیر، دعا اور علاج معالجہ پورے صبر وسکون کے ساتھ اختیار کریں۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: کوئی بندہ اس وقت تک ایمان نہیں لاسکتا جب تک خیر اور شر کی تقدیر کو نہ مانے، جب تک یہ یقین نہ کرلے کہ جو رنج اور مصیبت اسے پہنچ چکی ہے وہ خطا نہیں ہو سکتی تھی اور جو پریشانی اور مصیبت نہیں پہنچی وہ پہنچ نہیں سکتی تھی۔ [سنن الترمذی:2144]

2. بیماری مومن کو پاک کرنے کا ذریعہ ہے

مومن کے مرض کو اللہ تعالیٰ کفارہ اور اپنی رضا کا سبب بنا دیتے ہیں۔

☆ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:... ہر مصیبت میں، جو کسی مسلمان کو پہنچتی ہے، ایک کفارہ ہوتا ہے حتیٰ کہ ٹھوکر جو اسے لگ جاتی ہے یا کانٹا جو اسے چبھ جاتا ہے۔ [صحیح مسلم:6569]

☆ نبی کریم ﷺ نے فرمایا: جس بندے کو بھی بیماری سے پچھاڑ دیا گیا ہو تو اللہ تعالیٰ اسے جب (بیماری سے) اٹھاتا ہے تو وہ پاک ہوتا ہے۔ [صحیح الترغیب والترھیب:3436]

☆ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ تعالیٰ جس کے ساتھ بھلائی کا ارادہ کرتا ہے، اس کو مصیبت میں مبتلا کر دیتا ہے۔ [صحیح البخاری:3436]

☆ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ جب میں اپنے بندۂ مومن کو آزماتا ہوں اور وہ تیمارداری کرنے والوں کے سامنے میرا شکوہ نہیں کرتا تو میں اس کو اپنی قید سے آزاد کر دیتا ہوں، اس کے پہلے گوشت کے عوض بہترین گوشت عطا کرتا ہوں، اس کے پہلے خون کے بدلے بہترین خون دیتا ہوں اور وہ ازسرنو عمل کرتا ہے۔ [السلسلة الصحيحة:272]

3. مریض کے نیک عمل کا جاری رہنا

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جب کوئی بندہ بیمار ہوتا ہے یا سفر میں جاتا ہے تو اس کے وہ تمام اعمال لکھ دیے جاتے ہیں جو وہ حالت قیام اور زمانہ تندرستی میں کیا کرتا تھا۔ [صحیح البخاری:2996]

© AL-HUDA INTERNATIONAL WELFARE FOUNDATION

بخار-احادیث کی روشنی میں

☆ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: بخار جہنم کی گرمی کا اثر ہوتا ہے اس لیے اسے پانی یا آب زم زم سے ٹھنڈا کیا کرو۔ [صحیح البخاری:3261]

☆ رسول اللہ ﷺ ایک مریض کی تیمارداری کے لیے تشریف لے گئے جسے بخار تھا، ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ آپ کے ساتھ تھے تو رسول اللہ ﷺ نے اُن سے فرمایا: خوش ہو جاؤ، اللہ فرماتا ہے یہ (بخار) میری آگ ہے جسے میں اپنے مومن بندے پر مسلط کر دیتا ہوں تا کہ اس کی آخرت والی آگ کا بدل بن جائے۔ [سنن الترمذی:2088]

☆ رسول اللہ ﷺ ام سائب رضی اللہ عنہا یا ام مسیب رضی اللہ عنہا کے گھر تشریف لے گئے، آپ نے فرمایا: تمہیں کیا ہوا؟ اے ام سائب یا (فرمایا) ام مسیّب! کیا تم شدت سے کانپ رہی ہو؟ انہوں نے کہا: بخار ہے، اللہ اس میں برکت نہ دے، آپ نے فرمایا: بخار کو برا نہ کہو کیونکہ یہ بنی آدم کے گناہوں کو اس طرح دور کرتا ہے جس طرح بھٹی لوہے کے زنگ کو دور کرتی ہے۔

[صحیح مسلم:6570]

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جس نے شام کو یہ دعا تین بار پڑھ لی اسے صبح تک کوئی اچانک مصیبت نہیں آئے گی اور جس نے صبح کے وقت تین بار اس کو پڑھا اسے شام تک کوئی اچانک مصیبت نہیں آئے گی۔

بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِیْ لَا یَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَهُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ.

اللہ کے نام کے ساتھ، وہ ذات جس کے نام کے ساتھ کوئی چیز زمین میں اور آسمان میں نقصان نہیں دے سکتی اور وہ سننے والا، جاننے والا ہے۔ [سنن أبی داؤد:5088]

''بیماری میں مومن کا رویہ'' پر ڈاکٹر فرحت ہاشمی کا لیکچر مندرجہ ذیل لنک پر سنا جا سکتا ہے۔

http://www.farhathashmi.com/dn/Health.aspx

کتاب ''مریض کے احکام'' سے بھی استفادہ کیا جا سکتا ہے۔

© AL-HUDA INTERNATIONAL WELFARE FOUNDATION

الهدیٰ پبلی کیشنز (پرائیوٹ) لمیٹڈ

7-اے کے بروہی روڈ H-11/4 اسلام آباد، پاکستان +92-51-4866150-1 +92-51-4866125-9

کراچی: +92-21-35844041 لاہور: +92-42-35239040-1

www.alhudapublications.org | www.alhudapk.com

www.farhathashmi.com

06010095

AL-HUDA Publications (Pvt) Ltd.