पार्किन्सन्स मित्रमंडळ : एक गरज

- श्री. शिधये (शुभार्थी)

लोकांमधे आपल्या आरोग्याविषयी जागरूकता वाढल्यामुळे असाध्य रोगांचे स्व मदत गट स्थापन होत आहेत. ते आपल्या सभासदांसाठी काम करतात. तसेच आमचे हे **मित्रमंडळ.**

श्री. शेंडे व श्री. पटवर्धन यांच्या अथक् परिश्रमाचे फळ म्हणजे हे मित्रमंडळ होय! सुरवातीच्या काळात गुरुवारच्या मासिक सभेसाठी जागेचा शोध घ्यावा लागत असे. या मित्रमंडळाची स्थापना २३ ऑक्टोबर २००० ला झाली व ११ एप्रिल २०१० रोजी पार्किन्सन्स डेच्या निमित्ताने लोकमान्य सभागृह, केसरी वाडा येथे मेळावा घेतला होता. या मेळाव्यास ४५० लोक उपस्थित होते.

यानंतर दर महिन्याला दुसऱ्या गुरुवारी संध्याकाळी ४ ते ६ हॉटेल अश्विनीचा हॉल व दर महिन्याच्या चवथ्या रविवारी संध्याकाळी ४ ते ६ **'नंदादीप हॉस्पिटल'** चा हॉल मिळाला. त्यामुळे मित्रमंडळाच्या कामात सुसूत्रता आली. प्रत्येक मासिक सभेसाठी एखाद्या नामवंत असामीला बोलावण्यास आमचे पदाधिकारी तयार असतात. आजपर्यंत डॉ. खिरे, डॉ. कोठारी, डॉ. संत, डॉ. कुलकर्णी, डॉ. उल्हास लुकतुके, डॉ. पटवर्धन तसेच वैद्य खरे, वैद्य खडीवाले, होमिओपॅथीचे डॉ. डोळे इत्यादी मान्यवर येऊन गेले. त्यांच्याकडून पार्किन्सन्सवर कोणती औषधे उपयुक्त आहेत व त्या औषधांचे दुष्परिणाम काय होतात हे सविस्तर सांगितले. इतर काही रोग व पार्किन्सन्स यातील समान, सारख्या लक्षणांमुळे होणारे घोटाळे, चुकीचे निदान व चुकीची औषध योजना ह्याविषयी आम्हां सभासदांना सावध केले व प्रसंगी दुसऱ्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा, असे सांगितले.

आहारतज्ज्ञांना बोलावून पार्किन्सन्स पेशंटने कोणता आहार घ्यावा तो कसा व किती घ्यावा याविषयी मार्गदर्शन मिळाले. तीन-चार फिजीओथेरपिस्ट येऊन गेले. त्यांनी योग्य व्यायाम कोणता तो किती व कसा करावा ते प्रात्यक्षिकासह शिकवले. या रोगाबद्दल देशात व परदेशात उपलब्ध असलेले साहित्य मराठीत अनुवादित करून पुस्तक रूपाने सभासदांना देणार आहेत.

ओंकार साधना, योगासन व प्राणायाम याचे परीक्षण घ्यायला त्या त्या क्षेत्रातील मान्यवर येऊन गेले, व यापुढेही येत रहातील. सध्या श्री. पवार नृत्य व संगीताचा वर्ग घेत आहेत. त्याला आपले काही सभासद जात आहेत. झुबेन बलसारा यांनी ताल वाद्ये व ऱ्हिदमचा पेशंटवर होणारा परिणाम च पेशंटच्या प्रकृतीनुसार ताल व लय कोणती असावी ते ठरवून त्याप्रमाणे संगिताचा वापर करावा.

या शिवाय डॉ. कशाळकर यांच्या कलोपचार संस्थेच्या सहकार्याने 'संगीतोपचार' सुरू करणार आहेत. त्यासाठी जागा व सर्वांना सोईची होईल अशी जागा, वेळ याचा विचार सध्या चालू आहे.

या मंडळाचा मुख्य उद्देश, सर्व सभासदांनी आपापसात बोलून व चर्चा करून आपले अनुभव सांगावेत. रोजच्या दिनक्रमात आपल्याला कोणत्या अडचणी आल्या व आपण त्यावर काय उपाय योजना केली ते दुसऱ्याला सांगावे.

आपापसात बोलल्यामुळे व मिसळल्यामुळे मन प्रसन्न होते व आपल्या आजारावर मात करण्यासाठी शक्ती मिळते. सौ. तीर्थळींच्याकडे अनेक प्रकारचे सर्वांना खेळता येतील अशा खेळांचा साठा आहे. त्यामुळे जर सभेला कोणी मान्यवर येणार नसतील, तर खेळाचा उपयोग करून देतात. त्यामुळे मिटींग चुकवण्याची इच्छा कोणाला होत नाही.

सध्याची कमिटी म्हणजे श्री. शेंडे, श्री. पटवर्धन, श्री. व सौ. तिर्थळी, श्री. व सौ. कुलकर्णी, श्री. करमरकर, श्री. व सौ. बर्वे अतिशय उत्साही व प्रामाणिकपणे प्रयत्न करणारे आहेत. त्यांनी आमच्यासारख्या पेशंटना घेऊन एक नव्हे, तर दोन सहली काढल्या व व्यवस्थित पार पडल्या. अशा मंडळांची उपयुक्तता व गरज लोकांना पटली आहे. त्यामुळेच आमची सभासद संख्या वाढत आहे.

मी सर्व सभासदांच्या वतीने कार्यकारणीचे आभार मानतो.