कलाधिष्ठित उपचार पद्धती

संगीत नृत्याविष्कार

-श्री. विलास जोशी

पार्किन्सन्स मित्र मंडळ , शुभार्थी

सध्या माझे वय ६२ वर्षे आहे. गेली ५-६ वर्षे मी पार्किन्सन्स व्याधीमुळे औषधोपचार घेत आहे.

सुरुवात ३० वर्षांपूर्वीच्या अपघातापासून झाली असे म्हणता येईल. कारण अपघातामुळे माझ्या डाव्या खांद्याला दुखापत झाली (निखळला) (Dislocation). १-२ महिन्यांनी मला बरे वाटले व मी स्कूटर चालविणे परत चालू केले. त्यानंतर जवळ जवळ ३० वर्षांनी माझा डावा हात कोपरातून वाकडा झाला व तो सरळ करणे / हालचाल करणे अवघड झाले. डॉक्टरांनी पार्किन्सन्स व्याधी समजून उपचार चालू केले व ३-४ महिन्यांनी माझा हात सरळ होऊन थोडी हालचाल करता येऊ लागली; परंतु डाव्या हाताला त्यामुळे कंप चालू झाला. त्यामुळे मी थोडा निराश झालो. स्कूटर चालविणे बंद झाले.

डॉक्टरांच्या उपचाराबरोबरच फिजीओथेरपी चालू होतीच तरी रोगाची पखरण पायापर्यंत झाली. डॉक्टरांनी डोस वाढविला.

मी पार्किन्सन्स मित्रमंडळाचा गेली ४-५वर्षे सभासद आहे. एकदा पार्किन्सन्स ग्रुपच्या मिटिंगमध्ये श्री. हृषिकेश व मैथिली यांचे व्याख्यान व व्यायामाचे प्रात्यक्षिक दाखविले गेले. त्याने प्रभावित होऊन मी पार्किन्सन्स मित्र मंडळाने आयोजित केलेल्या संचेती हॉस्पिटलमध्ये संगीत नृत्य फिजीओथेरपी आठवड्यातून २-३ वेळा रोज १ तासाप्रमाणे जाऊ लागलो.

वर्गात नृत्यस्वरूपात संगीतासह व्यायाम चालू केला. सर्वच व्यायामप्रकारात Stretching ला. महत्त्व होते. दिवसेंदिवस Stretching वाढत गेले व परिणाम झपाट्याने दिसू लागला. याबरोबरच मुद्रा व आवाजाकरतोह व्यायाम चालू झाले. नृत्यप्रकार संगीताबरोबर लक्षात राहू लागले व योग्य क्रमाने होऊ लागले. त्यामुळे ग्रहणशक्ती (Grasping) व स्मरणशक्ती (memory) वाढू लागली. या सवा'ळमुळे सर्व स्नायूत शक्तीह आली व एकंदरीत माझा आत्मविश्वास (confidence) वाढला. मी परत स्कूटर चालवू लागलो. बोलण्यात कमालीची सुधारणा झाली. चेहऱ्यावर त्यामुळे आपोआप तरतरीतपणा आला व सर्व लोकात मिसळताना/बोलताना संकोच दूर झाला. माझ्याबरोबरच इतर मित्रमंडळींना माझ्या व्याधीचा विसर पडला. नवीन नातलग /ओळखींच्या लोकांना माझ्या व्याधीबद्दल काहीच माहीत नव्हते. व शरीरावर अजिबात कंप नसल्यामुळे व्याधीची ओळख नव्हती उलट हॉस्पिटलमध्ये भेटले, तर विचारत इकडे कुणीकडे? कोणा पेशंटला भेटायला आला होता का? मला सांगावे लागते मीच पेशंट आहे.आश्चर्य व्यक्त केले जाते.

डॉक्टरांना पण फरक जाणवला असावा. त्यांनी सुचविल्याप्रमाणे औषधाचा २५% डोस कमी केला तरी तब्येत स्थिर राहिली व आजार वाटला नाही. ह्यासाठी सुद्धा २-३ महिने प्रयत्न केले गेले आहेत व तरीसुद्धा शरीराचा वाढला नाही.

आता संचेतीमध्ये हृषिकेश व मैथिली यांना भेटल्याशिवाय राहवत नाही. मला स्वत:ला तरी नवजीवन मिळाले आहे. हे उपचार करणाऱ्या हृषिकेश व मैथिलीचा मी आयुष्यभर ऋणी राहीन !