হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসাকালীন পথ্যাপথ্য ও আধুনিক খাদ্যতত্ত্ব

(প্রথম ও দ্বিতীয় ভাগ একত্রে)

ডাঃ বিজয়কুমার বসু প্রণীত

পরিবর্ধিত তৃতীয় সংস্করণ

সূচীপত্র

প্রথম ভাগ

বিষয় পৃষ্ঠা

প্রথম অধ্যায়

অচির ও চিররোগে পথ্যাপথ্য ... ১-১৪
চিকিৎসার উদ্দেশ্য ...
ভেষজ গুণসম্পন্ন পথ্য পরিত্যাজ্য ...
অচির রোগীর পথ্য ...
টাইফয়েড জ্বরে পথ্যাপথ্য ...
একঘেয়ে খাদ্য ...
অতি ক্ষুধা ও অস্বাভাবিক খাদ্যের স্পৃহা থাকিলে ...
পরিমিত মাত্রায় খাদ্যের ব্যবস্থা ...
হার্টের রোগে পথ্য ...
দুধ হজম না হইলে ...
হোমিওপ্যাথিতে রোগের নামে পথ্যের ব্যবস্থা ...
চিররোগের চিকিৎসাকালীন পথ্য ও নিয়ম ...
জলাভূমি আর্দ্রগৃহে বাসের ফলে ব্যাধি ...

দ্বিতীয় অধ্যায়

চিররোগিদের আহার ও বিহার বিষয়ে মন্তব্য ... ১৫-২৭
কফি ...
চা ...
তামাক ...
নস্য ...
ঔষধের বঘ্ন উৎপাদক নানা প্রকার দ্রব্য ও দন্ত মাঁজন ...
উদর সংক্রান্ত রোগী ...
অতিরিক্ত স্ত্রী সহবাস ...
যাহারা স্নায়ু ও উদর সংক্রান্ত রোগে ভোগে ...
মদ্য ...
সারমর্ম ...

তৃতীয় অধ্যায়

প্রতিকূল খাদ্য ও পানীয় বিষয়ে সতর্কতা ... ২৮-৬৫
ঔষধ ও তাহার সহিত সম্বন্ধ বিশিষ্ট খাদ্য ...

বিষয়		পৃষ্ঠা

চতুর্থ অধ্যায়

ক্ষেত্রবিশেষে ঔষধের ক্রিয়া ব্যাহত হয় বা হয় না ... ৬৫-৬৬

দ্বিতীয় ভাগ

খাদ্যের আবশ্যকতা ... ৭১-৭২

পঞ্চম অধ্যায়

খাদ্যের উপাদান ... ৭৩-৯০
প্রোটিন ...
কার্বোহাইড্রেট ...
ফ্যাট ...
ধাতব লবণ ...
জল ...
খাদ্যের উপাদান ...
চাউল আটা প্রভৃতি খাদ্যশস্য ...
ডাল ...
দুগ্ধ ও দুগ্ধজাত খাদ্য ...
মৎস্য ...
ডিম ও মাংস ...
মিষ্ট খাদ্য ...
বাদাম জাতীয় পদার্থ ...
ফল ...
তরিতরকারী ...
শাক পাতা ...
ফল সম্বন্ধে মন্তব্য ...
ডিম্বের সম্বন্ধে মন্তব্য ...
ডিম্বের গুণাগুণ ও উপাদান ...
খাদ্যের তাপমুল্য ...
ক্যালারির নিরিখে দারিদ্র সীমা ...

বিষয় পৃষ্ঠা

ষষ্ঠ অধ্যায়

ক্ষারধর্মী খাদ্য ... ৯১-৯৩
শারীরিক রক্তে অম্লধর্মী ও ক্ষারধর্মীর অংশ ...
অম্ল উৎপাদক খাদ্য ...
ক্ষার উৎপাদক খাদ্য ...
সমধর্মী খাদ্য ...

সপ্তম অধ্যায়

ভিটামিন বা খাদ্যপ্রাণ ... ৯৪-১০৫
ভিটামিন 'এ' ...
ভিটামিন 'বি' ...
ভিটামিন 'সি' ...
ভিটামিন 'ডি' ...
ভিটামিন 'ই' ...
ভিটামিন 'কে' ...
ভিটামিন 'পি' ...
ভিটামিন বা খাদ্যপ্রাণ ...

অষ্টম অধ্যায়

কতিপয় খাদ্য সম্বন্ধে মন্তব্য ... ১০৬-১১৭
পাস্তুরাইজ করা দুগ্ধ ...
গরু আছে দুধ নাই ...
সরকারী দুগ্ধ সম্বন্ধে কিছু জ্ঞাতব্য বিষয় ...
রোজ বিশ হাজার টাকার সরকারী দুধ জল হচ্ছে ...
সরকারী দুধের চেয়ে সরকারী জলের দাম বেশী ...
ভেজাল সম্বন্ধে মন্তব্য ...
বনস্পতির মধ্যে কেরোসিন তেল মেশানোর অভিযোগ ...
বিষাক্ত খাবার ...
সরিষার তৈল ং ...

বিষয়		পৃষ্ঠা

সরিষার তৈলে ভেজাল, সর্বনাশা রোগের প্রকোপ
সরিষার তৈলে সালফিউরিক অ্যাসিড ...
বিভিন্ন খাদ্যে ভেজাল ...
মাখন ...
ঘৃত ...
সন্দেশ ...
রং মিশ্রিত খাদ্য অনিষ্টকর ...
হলুদ ...
ডাল ...
ডালে ভেজাল ...

নবম অধ্যায়

কোন্ কোন্ খাদ্য পরিপাক হইতে কত সময় লাগে ... ১১৮-১১৯

দশম অধ্যায়

জীবনের বিভিন্ন অবস্থায় খাদ্য ... ১২০-১২৮
গর্ভাবস্থায় মায়ের খাদ্য ও স্বাস্থ্য ...
শিশুর খাদ্য ...
পেটেন্ট ফুড ...
কৃত্রিম স্তন্য দুগ্ধ ...
স্তনে দুধ না থাকিলে ...
স্তন্য দুগ্ধ পরিত্যাগ করান ...
স্তন্যে দুগ্ধের উপাদান ...
শিশুর বয়স২/৩ মাস হইলে ...
প্রৌঢ়াবস্থায় খাদ্য ...
ওজন ...
বার্ধক্যের খাদ্য ...
শারীরিক পরিশ্রম করিলে ...
মানসিক পরিশ্রম করিলে ...
ক্রীড়াবিদ্‌দের খাদ্য ...
ভীমের মত বিপুল পরিমাণ খাদ্য ...

বিষয়		পৃষ্ঠা

একাদশ অধ্যায়

উপবাস ... ১২৯-১৩৩
নিরম্বু উপবাস ...
বহুমুত্র রোগে ...
হাঁপানী রোগে ...
বাতব্যাধিতে ...
উদরাময়ের প্রাথমিক অবস্থায় ...
আমাশয়ের প্রাথমিক অবস্থায় ...
বাড প্রেসারে ...
জ্বরের প্রাথমিক অবস্থায় ...

দ্বাদশ অধ্যায়

দীর্ঘায়ু ও হোমিওপ্যাথি ... ১৩৪-১৪২
শতায়ু হওয়ার কৌশল ...
পৃথিবীর প্রবীণতম মানুষ ...
রাশিয়ায় শতায়ুর সংখ্যা ...
এশিয়ার বয়োজ্যেষ্ঠ মানুষ ...
শতায়ুর দেশ ...
তিনশো শতায়ু ভোটার ...
ভারতবর্ষের আয়ুর হার ...
ভারতের লোক সংখ্যা কত ...
শতায়ু হওয়ার উপদেশের সারমর্ম ...

প্রথম অধ্যায়

অচির ও চিররোগে পথ্যাপথ্য

চিকিৎসা করা বা চিকিৎসিত হওয়ার উদ্দেশ্য কেবলমাত্র কতকগুলি ঔষধ প্রয়োগ বা ঔষধ সেবন করা নহে, পরন্তু উপযুক্ত ঔষধ প্রয়োগ বা সেবনের সঙ্গে পথ্যাপথ্যের বিধি-নিষেধ, উপযুক্ত বিশ্রাম কিম্বা রোগীর তৎকালীন অবস্থানুযায়ী শারীরিক ও মানসিক পরিশ্রম করা, জীবনযাপন প্রণালী, স্বাস্থ্য হানিকর কোন প্রতিকূল পরিবেশ থাকিলে যথাসম্ভব তাহার সামঞ্জস্যবিধান, বাসস্থান ইত্যাদি সমস্তই বিবেচনা করিতে হইবে।

কতকগুলি রোগলক্ষণকে দূরীভুত করা, প্রশমিত করা কিম্বা সাময়িক-ভাবে অন্তর্হিত করা যদি চিকিৎসার উদ্দেশ্য হয়, তাহা হইলে অবশ্য এত সব বিচার করিবার আবশ্যক নাই। যাহারা ২/৩টি ঔষধ পর্যায়ক্রমে, মিশ্রিত করিয়া, হোমিওপ্যাথিক ঔষধের সহিত বাইওকেমিক ঔষধ পর্যায়ক্রমে কিম্বা ঘন ঘন ঔষধ পরিবর্তন করেন, তাহাদের অবশ্য এই সব বিচার করিবার প্রয়োজন নাই। হ্যানিম্যান অর্গাননের প্রথম ও দ্বিতীয় সূত্রে বলিয়াছেন যে, রোগীর শরীর ও মন সুস্থাবস্থায় যেমন ছিল, বর্তমান রোগের চিকিৎসার দ্বারা তাহাকে সেই অবস্থায় ফিরাইয়া আনিতে হইবে ('restore the sick to health, to cure, as it is termed.') এবং আরোগ্যবিধান কার্যও স্থায়িভাবে স্বাস্থ্যের পুনরুদ্ধার কিম্বা সামগ্রিকভাবে রোগের বিনাশ সাধন করিতে হইবে ("permanent restoration of the health, or removal and annihilation of the disease in its whole extent.")।

হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসায় ঔষধের শক্তি, মাত্রা ও প্রয়োগ সমস্যা লইয়া সমগ্র পৃথিবীর বিশিষ্ট চিকিৎসকবর্গ আলোচনা করিয়াছেন এবং হ্যানিম্যান তাঁহার চিকিৎসা জীবনের প্রথম হইতে শেষ জীবন পর্যন্ত অর্থাৎ দীর্ঘ ৫০ বৎসরকাল নানা প্রকার পরীক্ষা নিরীক্ষা বা হাতে কলমে কার্যক্ষেত্রে ব্যবহার করিয়া একটা সন্তোষজনক মীমাংসায় উপনীত হইয়া গিয়াছেন। আদর্শ আরোগ্যের সঙ্গে সম্বন্ধযুক্ত বলিয়া যেমন শক্তি, মাত্রা ও প্রয়োগ লইয়া দীর্ঘ আলোচনা করা হইয়াছে, তেমনি আদর্শ আরোগ্য বিধানের জন্য পথ্যাপথ্য ও জীবন যাপন প্রণালীর উপর হ্যানিম্যান গুরুত্ব আরোপ করিয়াছেন। বিষয়টি লইয়া হ্যানিম্যান তাঁহার লিখিত অর্গানন ও ক্রণিক ডিজিজেস নামক গ্রন্থদ্বয়ের বিস্তৃতভাবে আলোচনা করিয়াছেন। আমরা যতটা সম্ভব সংক্ষেপে হ্যানিম্যানের মতামত, বিষয়টির প্রয়োজনীয়তা ও গুরুত্ব সম্বন্ধে বলিব।

এই প্রসঙ্গে হ্যানিম্যান একটি মূল্যবান উপদেশ প্রদান করিয়াছেন, যাহা হোমিওপ্যাথমাত্রেরই অবগত হওয়া আবশ্যক। তিনি বলিতেছেন যে, হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসায় যে প্রকার সূক্ষ্ম মাত্রা আবশ্যক ও উপযুক্ত, তাহা বিবেচনা করিলে সহজেই বুঝিতে পারা যায় যে, চিকিৎসাকালীন রোগীর পথ ও নিয়মের মধ্যে যাহা কিছু ভেষজগুণসম্পন্ন তাহা নিশ্চয়ই পরিত্যাগ করিতে হইবে, যাহাতে ঐ ক্ষুদ্র মাত্রা অন্য কোন উত্তেজক ঔষধগুণসম্পন্ন বস্তু কর্তৃক অভিভূত, বিনষ্ট বা বাধাপ্রাপ্ত হইতে না পারে[১]।

স্বল্পমাত্রার ঔষধ যে নানাপ্রকার উত্তেজক বা ঔষধ গুণযুক্ত দ্রব্য ব্যবহার করিলে আকাঙ্ক্ষিত ক্রিয়া করে না, তাহা বুঝাইবার জন্য হ্যানিম্যান একটি দৃষ্টান্তের উল্লেখ করিয়াছেন। তিনি বলিতেছেন যে, মধ্যরাত্রির নীরবতায় দুরাগত মৃদুতম বংশীধ্বনিও কোমল হৃদয়কে উন্নত মনোভাবে অনুপ্রাণিত ও ধর্মানন্দে দ্রবীভূত করিতে পারে, কিন্তু তাহাই আবার দিবসের শ্রুতিকটু চিৎকার ও কোলাহলে অশ্রুত ও শক্তিহীন হয়[২]।

হ্যানিম্যান অচির (acute) ও চির (chronic) (কিন্তু 'পুরাতন' বা 'প্রাচীন' প্রকৃত অর্থবোধক নহে) উভয়প্রকার ব্যাধির চিকিৎসাকালীন রোগীর পথ্যাপথ্য বিষয়ে মতামত প্রদান করিয়াছেন। অচিররোগ সম্বন্ধে তিনি সংক্ষেপে কিন্তু যুক্তিতর্ক ও উদারতার সহিত তাঁহার অভিমত প্রকাশ করিয়াছেন। হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসকগণ পথ্যাপথ্যের খুব কড়াক্রান্তি করেন, যাহা মানিয়া চলা কঠিন- এই সব মন্তব্য কিন্তু সত্য নহে। হ্যানিম্যানের অভিমতগুলি এবং প্রত্যেকটি অভিমতের পশ্চাতে যে সঙ্গত যুক্তি আছে, তাহা চিকিৎসকগণ গুরুত্ব সহকারে বিবেচনা করিলে রোগিদের আরোগ্য আরও দ্রুততর ও বিনাকষ্টে হইবে এবং রোগিরাও বিষয়টি অবহিত হইলে তাঁহাদেরও কল্যাণ হইবে।

অচির রোগীর খাদ্যাদি সম্বন্ধে যথেষ্ট বিবেচনার বিষয় আছে। মানসিক বিকৃতির ক্ষেত্রে ভিন্ন অন্যান্য অচির রোগসমূহে জাগ্রত জীবনরক্ষিণী শক্তির

---

[১] Considering the minuteness of the doses necessary and proper in homoeopathic treatment, we can easily understand that during the treatment everything must be removed from the diet and regimen which can have any medicinal action, ***. organon, sec 259.

[২] Foot Note of organon, No 139

অতি সূক্ষ্ম, নির্ভুল আভ্যন্তরীণ জ্ঞান এই সকল বিষয় এত পরিষ্কার ও সঠিকভাবে অবগত করাইয়া দেয় যে, চিকিৎসকের প্রয়োজন কেবলমাত্র বন্ধু ও শুশ্রূষাকারীদের উপদেশ দেওয়া যে, কোন খাদ্য রোগী একান্তভাবে প্রার্থনা করিলে তাহা না দিয়া কিংবা কোন ক্ষতিকর দ্রব্য খাইতে সম্মত করাইয়া, তাঁহারা যেন প্রকৃতির আদেশ পালনে বাধা সৃষ্টি না করেন[৩]।

সাধারণতঃ দেখা যায় যে, অচির রোগে আক্রান্ত রোগীর খাদ্য ও পানীয় সম্বন্ধে যে আকাঙ্ক্ষা, তাহা প্রধানতঃ সেই সকল জিনিসের যেগুলি সাময়িক শান্তি প্রদান করে। সেই সব খাদ্য কিন্তু ঠিক ভেষজ প্রকৃতির নহে, তাহারা কেবল এক প্রকার অভাব পূরণ করে। এই আকাঙ্ক্ষা পরিমিত মাত্রায় ("within moderate bounds") পূরণ করা হইলে রোগটিকে সমূলে দূরীকরণে যে সামান্য বাধা আসিয়া থাকে, তাহা উপযুক্তভাবে হোমিওপ্যাথিক ঔষধ নির্বাচন দ্বারা প্রতিরোধ বা অতিক্রম করা যায়। এতদ্বারা এবং একান্ত আকাঙ্ক্ষিত বস্তু লাভজনিত তৃপ্তির ফলে জীবনীশক্তি মুক্ত হইতে পারে। অনুরূপভাবে অচির রোগসমূহে গৃহের উত্তাপ এবং শয্যার চাদরের তাপ বা শীতলতা সম্পূর্ণভাবে রোগীর ইচ্ছানুযায়ী ব্যবস্থা করিতে হইবে[৪]।

অনেক সময় দেখা যায় যে, রোগীর সর্দিকাসি প্রবল, নিউমোনিয়া বা ব্রংকাইটিসে আক্রান্ত হইয়াছে, কিন্তু অবিরত বাতাস ও অত্যধিক শীতল জলের আকাঙ্ক্ষা আছে এবং শুশ্রূষাকারীদের বারবার তাহার প্রার্থিত বিষয় পূরণের জন্য কাতর প্রার্থনা করিতেছে। কিন্তু শুশ্রূষাকারীরা রোগীর অমঙ্গল হইবে মনে করিয়া কিছুতেই রোগীর একান্ত প্রার্থনা পূরণ করিতেছেন না। আমি লক্ষ্য করিয়া দেখিয়াছি যে, রোগীর প্রার্থনা পূরণ করিলে রোগীর কিছুমাত্র ক্ষতি হয় না, অবশ্য যদি উহা পরিমিত মাত্রায় হয়। দুইজন রোগীর কথা মনে পড়িতেছে। একজন মধ্যবয়স্ক রোগীর জ্বর, যকৃত বিকৃতির সহিত ব্রঙ্কিয়াল অ্যাজমা ছিল। রোগীর হৃৎপিণ্ড যথেষ্ট দুর্বল ছিল। হাসপাতালের শয্যায় দেড় মাস ছিল। কিন্তু চিকিৎসার দ্বারা সুবিধা হয় নাই। হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসায় যথেষ্ট উপকার হয়। কিন্তু রোগীর একান্ত প্রার্থনা অনুযায়ী রোগীকে

---

[3] Organon. sec. 262
[4] Organon. sec.263

অনাবৃত অবস্থায় ঠিক মাথার উপরে অবস্থিত একটা ফ্যানের বাতাস সর্বদা দেওয়া হয়। ফলে রোগীর বক্ষে অত্যধিক শ্লেষ্মা জমিয়া শ্বাস বন্ধ হইয়া রোগীর মৃত্যু হয়। এক্ষেত্রে বাতাস মস্তকে দিলে এবং মৃদু পাখার বাতাসের ব্যবস্থা করিলে বোধ হয় এই দুর্ঘটনা হইত না। দ্বিতীয় ঘটনা একটি ৫/৬ বৎসরের বালক। তাহার ক্ষেত্রেও অনুরূপ দুর্ঘটনা ঘটে। এই জন্য হ্যানিম্যান বলিয়াছেন যে, পরিমিত মাত্রায় আকাঙ্ক্ষা পূরণ করিতে হইবে।

বহু বৎসর পূর্বের কথা। আমি তখন পাবনায়। তখন ম্যালেরিয়া জ্বরের প্রাদুর্ভাব খুব বেশী। একটি কৃষক পরিবারে চিকিৎসার জন্য আহুত হই। তিন ভ্রাতা একসঙ্গে জ্বরাক্রান্ত হইয়াছে। তিন জনেরই বয়স ২০/২৫ বৎসরের মধ্যে, তিনজনই অবিবাহিত, তিন জনেরই জ্বর ১০৪-১০৫ডিগ্রী পর্যন্ত উঠিতেছে। পেটের অবস্থা ভাল এবং সর্দি কাসির প্রাধান্য নাই। তিনজনেরই একান্ত প্রার্থনা যে, তাহাগিদকে স্নান করিতে দিতে হইবে এবং তাহাদের ইচ্ছামত পথ্য দিতে হইবে। তাহারা বলিল যে, ইহাতে আপত্তি করিলে তাহারা আমার নিকট চিকিৎসাই করিবে না। গতকল্য আর একজন চিৎিসককে ডাকা হইয়াছিল, তিনি স্নান ও অন্নপথ্যের আপত্তি করায় তাহাকে বিদায় করিয়া দেওয়া হইয়াছে। আমি অনেক বুঝাইয়া বলিলাম যে, এই রূপ উচ্চ জ্বরের মধ্যে এই প্রকার স্নানাহার বিপজ্জনক হইতে পারে। কিন্তু তাহারা কিছুতেই আমার উপদেশে কর্ণপাত করিল না। জিজ্ঞাসায় জানিলাম যে, তাহারা তিন বেলাই ভাত খাইবে, তবে সকালে পান্তাভাত খাইবে। যাহা হউক, আমি তাহাদের কথায় রাজী হইলাম। কেবল স্নানের পরিবর্তে ২/৩ বার মাথায় ঠাণ্ডা জল দিয়া ধৌত করা ও গাত্র স্পঞ্জ করিতে তাহারা স্বীকার করিল। আশ্চর্যের কথা রোগীরা দ্রুত আরোগ্য হইয়া গেল এবং কোন প্রকার মন্দ উপসর্গ উপস্থিত হয় নাই।

এই প্রসঙ্গে ডাঃ ন্যাসের লিখিত একটি রোগীর বিবরণ বিশেষ উল্লেখযোগ্য। ডাঃ ন্যাস একটি বালিকাকে টাইফয়েডজ্বরের চিকিৎসা করিতেছিলেন। আপ্রাণ চেষ্টা সত্ত্বেও রোগিনীর অবস্থা ক্রমশঃ অবনতির দিকে যাইতেছিল। রোগিনী ক্রমাগতঃ একটি লেবু (lemon)। খাইতে দিবার জন্য চীৎকার করিতেছিল। কিন্তু লেবু বহু হোমিওপ্যাথিক ঔষধের ক্রিয়া নষ্ট করে বলিয়া তিনি জানিতেন এবং একটি লেবু একেবারে কাচা অবস্থায় খাওয়া সহ্য করিতে পারিবে না বলিয়া ডাঃ ন্যাস উহা দিতে স্বীকৃত হন নাই। শেষ পর্যন্ত খ্যাতনামা ডাঃ টি,এল, ব্রাউনকে পরামর্শের জন্য আহবান করা হইল। ডাঃ ব্রাউন রোগিনীর নিকট যাইতেই মেয়েটি পুনরায় লেবু দেওয়ার জন্য চিৎকার

করিতে লাগিল। ডাঃ ব্রাউন তখন একটি লেবু মেয়েটিকে দিলেন এবং প্রায় এক মিনিটের মধ্যে লেবুর খোসা ও বীচি সমেত সে খাইয়া ফেলিল এবং সেই মুহূর্ত হইতেই রোগিনীর সর্বাঙ্গীন উন্নতি দেখা গেল। ডাঃ ন্যাসের ইহা চিকিৎসা জীবনের প্রথম দিকের ঘটনা। এই ঘটনা হইতে তিনি বুঝিতে পারিলেন যে,কোন খাদ্য যদি বারবার কোন রোগী আকাঙ্ক্ষা করে এবং তাহা না দিলে সে কিছুতেই সন্তুষ্ট হয় না, তাহা হইলে সেই খাদ্য তাহাকে বিশেষ সতর্কতার সহিত দেওয়া সঙ্গত।

ডাঃ এইচ,সি, অ্যালেন তাঁহার বিখ্যাত "The Therapeutics of fever" নামক পুস্তকে টাইফয়েড রোগীর পথ্যাপথ্য সম্বন্ধে কয়েকটি মূল্যবান উপদেশ প্রদান করিয়াছেন, যাহা এই প্রসঙ্গে উল্লেখযোগ্য। সাধারণতঃ কোন বিশেষ রোগের জন্য কতকগুলি নির্দিষ্ট পথ্যাপথ্যের ব্যবস্থা করা হয় এবং চিকিৎসকেরও কতকগুলি প্রিয় খাদ্য থাকে, যাহা তিনি ঐ সঙ্গে ব্যবস্থা করেন। বহু চিকিৎসক বিশেষতঃ অ্যালোপ্যাথিক চিকিৎসকদের ধারণা যে, যতক্ষণ ব্যাধিটি বর্তমান থাকে, ততক্ষণ রোগীর বলরক্ষা হয়, এমন পথ্য ব্যবস্থা করা উচিত। যে সমস্ত পথ্য ব্যবস্থা করা হয়, তাহার জন্য কোন বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা কিম্বা কোন প্রাকৃতিক নীতি নাই। প্রাকৃতিক সমনীতির দ্বারা যেমন হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসা পরিচালিত হয়, তেমনি পথ্যাপথ্য বিষয়েও প্রকৃতির নির্ভুল সঙ্কেত আছে।

ডাঃ অ্যালেন বলেন যে, উপতারা প্রদাহ, অস্ত্র চিকিৎসা সম্বন্ধীয় ক্ষতে কিম্বা ভগ্ন-অস্থিতে যেমন পরিপূর্ণ বিশ্রাম প্রয়োজন, তেমনি অবিরাম জ্বরের পরিপাক সম্বন্ধীয় যন্ত্রগুলিকে সম্পূর্ণ বিশ্রাম দিতে হইবে। খাদ্য হজম করিতে না পারিলে জোর করিয়া খাওয়ান অবিবেচনার কার্য।[৫]

প্রকৃতির নির্দেশ অনুসরণ করিলে অবগত হওয়া যায় যে, অত্যধিক লেপাবৃত বা শুষ্ক জিহ্বা,খাদ্যের দর্শনে, এমন কি খাদ্যের গন্ধে পর্যন্ত বিতৃষ্ণা, দ্রুত নাড়ী, আহারের পরেই জ্বরের উত্তাপ বৃদ্ধি সম্পূর্ণ ক্ষুধামান্দ্য ইত্যাদি লক্ষণ খাদ্য গ্রহণের অনুকূল নহে। প্রকৃতির এই নির্দেশ অমান্য করিলে বিপদের সম্ভাবনা রহিয়াছে। চক্ষুর প্রদাহ হইলে আমরা চক্ষুকে বিশ্রাম দেই, আলো হইতে অন্ধকারে অবস্থান করিতে নির্দেশ দেই। তাহা হইলে সংবেদনশীল এবং প্রদাহিত পরিপাক সম্বন্ধীয় যন্ত্রগুলিকে, তাহার

---

[৫] "The Diet of the Typhoid" page 42, from "Therapeutics of Fever." American Edition.