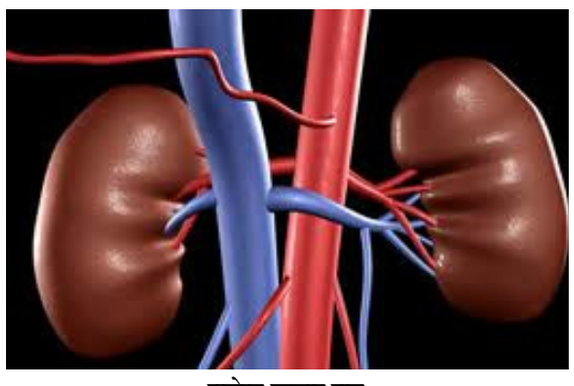
नारी को नोंचने वाले ये नरपिशाच!

सच में ही यह समय धोर कलियुग का है। ऐसा कोई अखबार,न्यूज चैनल बुलेटिन नही जिसमें किसी अबला के साथ ब्लात्कार या फिर सामूहिक ब्लात्कार की खबर न दी गई हो। गांव, कस्बा,शहर और महानगर से लेकर दूर जंगलो में रहने वाली आबादी में भी नारी की देह को जबरन नोंचने वाले नरपिशाचों की कमी नही है। न कोई रिश्ता सुरक्षित है और न ही मान मर्यादा सुरक्षित रह गई है। कस्बा मंगलौर में एक नरपिशाच द्वारा एक अबला के मकान में रात के समय जबरन धुसकर धर में मौजूद किशोरी के साथ न सिर्फ ब्लात्कार किया बल्कि धर की वृद्धा द्वारा विरोध करने पर वृद्धा को अपनी कार से नरपिशाच द्वारा कुचल दिया गाया और ब्लात्कार करने के बाद किशोरी को भी जबरन जहर पिला दिया। इस दिल दहला देने वाली घटना के दोषी नरपिशाच को हालाकि सत्र न्यायालय द्वारा सजा ए मौत का फैसला सुनाया गया तो भी नारी जाति के साथ यौन शौषण की धटनाएं रूकने का नाम नही ले रही है। हद तो यह है कि नारी का जबरन देह शोषण करने और मानसिक संताप देने में समाज का बडा तबका भी पीछे नही है। उच्चतम न्यायालय के पूर्व न्यायाधीश अशोक कुमार गांगुली पर एक प्रशिक्षु वकील के साथ यौन शोषण का गम्भीर आरोप लगा है। तो उत्तराखण्ड के अपर ग्रह सचिव पद पर रहते हुए जे पी जोशी नामक प्रशासनिक अधिकारी एक महिला को नोकरी दिलाने का झांसा देकर उसका यौन शोषण करते रहे। जिसकारण अब उक्त अधिकारी जेल की सलाखो के पीछे है और राज्य सरकार द्वारा भी उनका निलम्बन कर दिया गया है। अपनी बेबाक पत्रकारिता के लिए प्रसिद्ध रहे तरूण तेजपाल अपनी ही साथी महिला पत्रकार को अपनी हवस का शिकार बना बैठे। जिसकारण उन्हें भी जेल की चक्की पीसनी पड़ रही है। इतना ही नही पहले सन्त आशाराम बापू एक नाबालिग लड़की के साथ दुराचार मामले में जेल गए और जमानत न होने के कारण जेल में अपने कुकर्मों का भोग भोग रहे है वही उनका बेटा भी बलात्कार के आरोप में पांच लाख का इनाम धोषित होने के बाद पुलिस के हत्थे चढ़कर जेल जा चुका है। राजनीति के पुरोधा रहे नारायण दत्त तिवारी तो राज्यपाल जैसे गरिमामयी पद से इसी कारण हटाये गये थे कि एक स्टींग आपरेशन के तहत वे कई महिलाओ के साथ एक समय में कथित आपत्तिजनक स्थिति में दिखाये गये थे। इन धटनाओं को देखकर लगता है कि इन दिनों नारी सकंट के दौर से गुजर रही हैं जिधर देखों नारी शोषण की धटनाए हो रही है।नारी न धर में सुरक्षित है और न बाहर। नारी को भोग की वस्तु मानने वालों में आम समाज के लोग ही नही सभ्रान्त समाज के लोग भी शामिल है। जिस आशाराम को दुनिया बापू कहकर सम्मान देती रही वही बापू नारी की अस्मितता को तार तार करने वाले व्याभिचारी निकले। इसी तरह उक्त न्यायाधीश द्वारा प्रशिक्षु महिला अधिवक्ता के साथ किया गया देह शोषण का मामला हो या तहलका के सम्पादक तरूण तेजपाल द्वारा अपनी ही पत्रकार साथी के साथ किया गया बलात्कार का मामला हो इन सब धटनाओं से देश भर में नारी असुरक्षित हुई है और यह सवाल उठ खडा हुआ है कि जब अभिजात्य कहे जाने वाले समाज में ही नारी की आबरू सुरक्षित नही है तो फिर नारी आखिर कहा सुरक्षित होगी। हालाकि सच इससे कई गुना ज्यादा धिनौना और डरावना है।

आज शायद ही ऐसा कोई घर हो या बस्ती जहां नारी स्वयं को पूरी तरह से सुरक्षित महसूस कर सके। नारी के बिना समाज की कल्पना नही की जा सकती। जब नारी को सम्मान देने की बारी आती है तो लोगो का पुरूषोत्व जाग उठता है और नारी फिर भोग्या समझ ली जाती है। जिसकारण नारी का सम्मान और उसका अस्तित्व खतरे में है। नारी को या तो कन्या भ्रूण हत्या के रूप में जन्म लेने से पहले ही समाप्त किया जा रहा है या फिर उसे दहेज की बलिवेदी पर जिंदा जला दिया जाता है। हद तो यह है कि नारी को जन्म लेने से पहले ही मार डालने और अगर जिंदा बच जाए तो विवाह होने पर दहेज के लिए प्रताडित करने में अधिकतर नारियों की भूमिका रहती है। हालांकि कहीं कहीं पुरूष भी पति देवर जेठ व ससुर के रूप में नारी को प्रताड़ित करने से बाज नहीं आते। यही कारण है कि देश में कन्या भ्रूण हत्याओं के आंकडे दिल दहलाने वाले हैं। सन 2001 से 2012 तक प्रतिदिन करीब दो हजार तक कन्या भ्रण हत्याएं हुई है। जबकि हकीकत इससे भी कहीं ज्यादा भयावह हो सकती है, क्योंकि निजी अस्पतालों और घरों में की जा रही कन्या भ्रूण हत्याएं इससे कहीं ज्यादा है। इसी कारण पुरूषों की तुलना में नारी की संख्या लगातार घट रही है। सन 1901 में 1000 पुरूषों के सापेक्ष महिलाओं की संख्या 972 थी, जबकि वर्ष 1991 में घटकर 927 तक पहुंच गई। हालांकि 2001 में यह संख्या प्रति 1000 पुरूष के सापेक्ष थड़ी बढ़ोत्तरी के बाद 933 हो गई है। लेकिन मौजूदा समय में भी यह आंकडा पुरूषों की संख्या में काफी नीचे है। जिससे समाज में स्त्री पुरूष की संख्या का संतुलन बिगड गया है। संतुलन बनाए रखने के लिए महिला पुरूष दोनों को लगभग बराबरी पर आना होगा। गांव की अपेक्षा शहरों में महिलाओं पर संकट कुछ ज्यादा हावी है, तभी तो गांव में प्रति 1000 पुरूष की सापेक्ष महिलाओं की संख्या 939 है, जबकि शहर में प्रति 1000 पुरूषों के सापेक्ष महिला संख्या घटकर 894 पर पहुंच गई है, जो नारी को दुनिया में न आने देने की नाजायज कोशिशों का प्रमाण है। महिला पर अत्याचार के मामले भी लगातार बढ रहे है। पिछले एक साल के भीतर नारी अत्याचारों में 10 प्रतिशत से अधिक की बढ़ोतरी हुई है। एक साल के दौरान देशभर में महिला उत्पीड़न की 81 हजार 344 घटनाएं प्रकाश में आई है। महिला उत्पीडन की सबसे ज्यादा घटनाएं 22 प्रतिशत से ज्यादा त्रिपुरा में हुई, वहीं पश्चिमी बंगाल में भी महिला शोषण के 16 हजार 112 मामले सामने आए हैं, जिससे इन राज्यों की हकीकत का पता चलता है। उत्तर प्रदेश में भी महिला उत्पीडन की घटनाएं बडे राज्यो में सबसे ज्यादा है। सन 2008 की अपेक्षा 2009 में महिला उत्पीड़न की वारदातों में 4 प्रतिशत से ज्यादा की बढ़ोत्तरी हुई, वहीं 2009 से 2012 में 10 प्रतिशत से ज्यादा का ग्राफ बढ़ना गंभीर चिंता का विषय है। आज तो हालात और भी खराब है। आए दिन महिला शोषण,महिला हिंसा और महिलाओं के साथ भेदभाव की धटनाओं में बढ़ोतरी से नारी जाति पर संकट के बादल मडंरा रहे है।

देश में दस प्रतिशत आबादी किडनी की बीमारी का शिकार



राजेन्द्र कुमार राय

गुर्दे यानी किडनी हमारे शरीर के मास्टर कैमिस्ट और होमियोस्टेटिक अंग होते हैं जो कि शरीर के मध्य भाग में स्थित होते हैं और पूरे शरीर को नियंत्रित व संचालित करते हैं। अगर कहा जाए कि मानव शरीर में हृदय, यकृत और मस्तिष्क ही मुख्य कार्य करते हैं, तो यह भी सत्य है कि इनके संचालन व नियंत्रण की जिम्मेदारी गुर्दो पर ही होती है। किडनी आकृति में सेम के दाने के बरारबर होती है जो कि रीढ़ की हड्डी के दोनों तरफ कमर के मध्य में पसलियों के ठीक नीचे स्थित होती है। इनका आकार बंद मुट्ठी के जितना होता है और वजन तकरीबन 150 ग्राम से 180 ग्राम होता है। लेकिन उम्र और वजन के अनुसार इसमें भिन्नता आ सकती है। यह छोटी परंतु जटिल संरचनाओं वाला अंग 140 मील लंबी रक्त वाहिनी नलिकाओं द्वारा लगभग 20 लाख छन्नियों (10 लाख प्रति गुर्दा) की सहायता से निरंतर रक्त छानने या फिल्टर करने का कार्य करती है। रक्त साफ करने की प्रक्रिया से शरीर में पानी की मात्रा संतुलित करना, रक्तचाप, मधुमेह को नियंत्रित करना, शरीर में से अवशिष्ट व विषैले पदार्थों को मूत्र द्वारा बाहर करना तथा आवश्यक पदार्थ विटामिंस, मिनरल्स, कैल्शियम, पोटैशियम, सोडियम इत्यादि को वापस शरीर में भेज कर इलैक्ट्रोलाइट्स को संतुलित करना इसका कार्य है। इसके अलावा गुर्दो के द्वारा एक प्रकार के हारमोंस का निर्माण किया जाता हैं जो कि लाल रक्त कोशिकाओं को मजबूत बनाते हैं।

दिल्ली स्थित अपोलो हास्पिटल के वरिष्ठ नेफ्रोलोजिस्ट डा.डी.के. अग्रवाल का कहना है कि प्रत्येक किडनी हृदय से प्रारंभ होने वाली मुख्य रक्त वाहिनी आर्टा से आने वाली धमनियों के जरिए प्रचुर मात्रा में रक्त की सप्लाई करती है। गुर्दे आकार में भले ही छोटे होते है मगर वे हर एक मिनट में हृदय से पंप किये गये रक्त का 20 से 25 प्रतिशत हिस्सा प्राप्त करते हैं। गुर्दे हमारे शरीर के उस तालमेल को समायोजित करते हैं जिससे शरीर की कोशिकाएं आसानी से काम कर पाती हैं। गुर्दे शरीर के आंतरिक वातावरण के साथ-साथ शरीर की बाहरी संरचना को भी सुचारू रखते हैं। गुर्दे एक दिन में लगभग 180 लीटर खून की सफाई करते हैं और उसमें से 1.5 से 2 लीटर विषैले पदार्थ जैसे यूरिया, क्रिएटिनाइट व हानिकारक अम्ल को मूत्र के द्वारा शरीर से बाहर निकालते हैं। इसके अलावा हमारे जीवन के लिए अति आवश्यक इलैक्ट्रोलाइट्स का विनिमय, रक्त के आयतन का विनिमय, रक्तचाप नियंत्रण, हारमोंस का उत्सर्जन, रक्त में पीएच का नियंत्रण व ग्लूकोज का स्तर सामान्य रखने में मदद करते हैं। शरीर से उत्सर्जन योग्य पदार्थों तथा अम्लों और अतिरिक्त द्रव्यों को बाहर करने के साथ-साथ नियंत्रणकारी तथा इंडोक्राइन वर्क्स भी करते हैं।

लेकिन अब रक्त समूह मैच न होने पर भी होगा किडनी प्रत्यारोपण

रोग के मुख्य तीन भाग- एक्यूट रीनल फेल्योर : इसके मुख्य कारण हैं हैजा (पानी की कमी), संक्रमण, सैप्टिक आदि। रक्तचाप का अचानक से बढ़ जाना और हैमरेज या दुर्घटना आदि। इसमें समय से इलाज हो जाने से मरीज पहले की तरह स्वस्थ हो जाता है। यह सब मरीज की सामान्य अवस्था पर निर्भर करता है।

क्रोनिक रीनल फेल्योर : बचपन या जन्म से गुर्दे में संक्रमण, रक्तचाप, मधुमेह, किडनी या यूरेटर में स्टोन, यूरेनरी ट्रैक इंफैक्शन, कार्यक्षमता का कम होना, लंबे समय से किसी घातक बीमारी के इलाज में कई दवाओं का लगातार लेते रहने से भी सी आर एफ के लक्षण मिलते हैं।

गुर्दे से प्रोटीन ज्यादा मात्रा में निकलना

प्रोटोन्यूरिया : इसमें पेशाब में निरंतर प्रोटीन निकलता रहता है। इस वजह से कमजोरी, खून की कमी व हड्डियां कमजोर हो जाती हैं और गुर्दे खराब होने लगते हैं। एक्यूट रीनल फेल्योर में मरीज की सामान्य स्थिति और सही इलाज से काफी हद तक सामान्य की जा सकती है। डा. डी. के. अग्रवाल का कहना है कि अतःमरीज का गुर्दा फेल होने से बचाया जा सकता है। परंतु क्रोनिक रीनल फेल्योर की स्थिति में निम्नलिखित लक्षण पैदा हो जाते हैं जैसे शरीर में सूजन, पेशाब में खून की कमी, कमजोरी, हड्डियां कमजोर होना, सांस फूलना, रक्तचाप, मधुमेह, पेशाब में खून व पस सैल्स आना, यूटीआई, यूरेनरी ट्रैक ऑबस्ट्रक्शन इत्यादि। ऐसे में जीवन पर्यत डायलिसिस या फिर गुर्दा प्रत्यारोपण का ही सहारा लेना पड़ता है। डायलिसिस भी तीन प्रकार के होते हैं।

डायलिसिस की प्रक्रियाएं

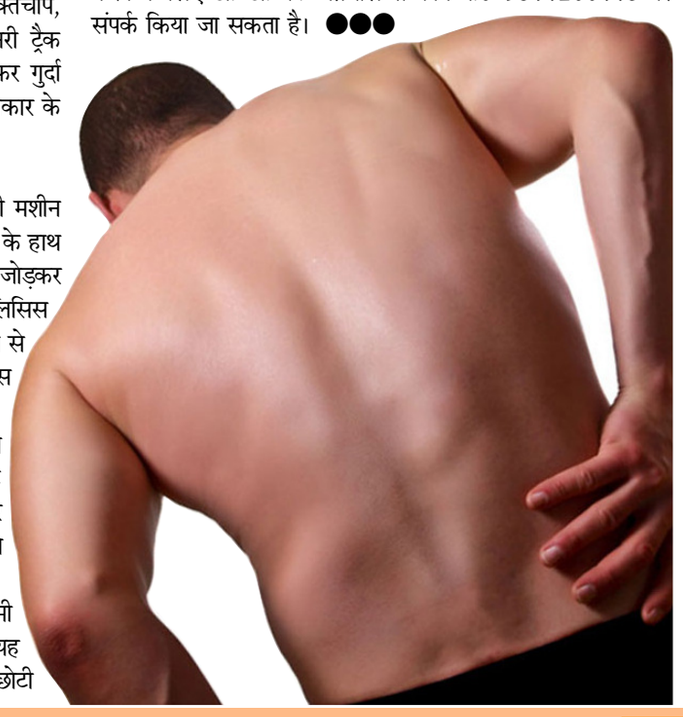
1. होमोडायलिसिसः- इस प्रक्रिया में आर्टिफिशियल किडनी मशीन द्वारा खून की सफाई की जाती है। इसके लिए सबसे पहले मरीज के हाथ में एक छोटा सा आपरेशन करके आर्टरी और वीन्स को आपस में जोड़कर आर्टरी वीन्स फिस्ट्यूला बनाया जाता है। इस प्रकार से डायलिसिस करना काफी आसान हो जाता है। यह डायलिसिस सप्ताह में कम से कम 2 से 3 बार किया जाता है। इसके लिए मरीज को डायलिसिस केंद्र जाना पड़ता है।

2. सी.ए.पी.डी.(कांटिन्यूअस एंबुलेटरी पैराटोनियल डाइलिसिस) :- इस प्रक्रिया में एक छोटी सी ट्यूब कैथेटर पेट के पैरीटोनियल झिल्ली में लगाई जाती है और द्रव्य द्वारा स्वतःहर 6 से 8 घंटे पर डायलिसिस करना पड़ता है। इसमें मरीज को स्वयं यह प्रक्रिया करनी पड़ती है।

3. ऑटोमेटिड पैराटोनियल डायलिसिस ए.पी.डी. :- यह भी मुख्यतः सी.ए.पी.डी. की तरह ही होता है बस फर्क यह है कि यह पूरी प्रक्रिया मशीन के द्वारा होती है। मरीज अपने घर पर इस छोटी मशीन के द्वारा डायलिसिस कर सकता है। यह प्रक्रिया ज्यादातर रात में सोते समय ही की जाती है।

क्या है इम्यूनोऐडसोर्शन प्रक्रिया?

दरअसल इस प्रक्रिया के तहत मरीज के भर्ती करने के बाद सबसे पहले उसके शरीर में मौजूद सभी एंटीबाडीज को निकालने के लिए दवाइयां दी जाती हैं और इसका भी ध्यान रखा जाता है कि मरीज के शरीर में नई एंटीबाडीज का जन्म न हो। जैसे ही एंटीबाडीज का स्तर कम हो जाता है और वह सर्जरी करने के स्तर तक आ जाता है तो तुरंत दानकर्ता की किडनी से उसे प्रत्यारोपण कर दिया जाता है। एंटीबाडीज वे प्रोटीन तत्व होते हैं जिन्हें इम्युनोग्लोबुलिन के नाम से भी जाना जाता है। डा. डी. के. अग्रवाल का कहना है कि आमतौर पर शरीर के प्रतिरोधक प्रणाली के द्वारा इनका निर्माण किया जाता है जो कि बाहरी तत्वों से शरीर का बचाव करने में सक्षम होते हैं। ऐसे में, वे बाहरी तत्वों के साथ रिएक्ट करते हैं। ऐसे में ये एंटीबाडीज प्रत्यारोपित की जाने वाली किडनी को रिएक्ट कर सकते हैं। तो प्रत्यारोपण करते समय सबसे पहले इन एंटीबाडीज के स्तर पर कड़ी निगरानी रखी जाती है। सर्जरी के बाद मरीज पर चार सप्ताह तक मरीज का पूरा ध्यान रखा जाता है कि कहीं किडनी रिजेक्ट न हो जाए। हालांकि ऐसा कम ही होता है। इस नए आविष्कार से उन मरीजों को नया जीवन मिल सकता है जिन्हें रक्तसमूह मैच न होने के कारण किडनी प्रत्यारोपण कराने में दिक्कत आती थी। वैसे अगर इस प्रक्रिया के कुल खर्च की बात करें तो इसमें खर्चा दूसरे किडनी प्रत्यारोपण की अपेक्षा अधिक होता है। चूंकि इसमें प्लाज्मा एक्सचेंज किया जाता है, तो जितना अधिक प्लाज्मा एक्सचेंज किया जाता है उतनी ही प्रक्रिया महंगी होती जाती है। इसमें संक्रमण होने के आसार भी अधिक होते हैं। किंतु वे मरीज जो कि किडनी दानकर्ता की तलाश में हैं और रक्त न मैच होने के कारण निराश हैं, उनके लिए यह बहुत ही अच्छा विकल्प है क्यों कि इसकी सफलता दर भी बेहतर मानी जा रही है। इस विषय पर और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए डा. डी. के. अग्रवाल से फोन नं.0-9811200113 पर संपर्क किया जा सकता है। ●●●



सारनाथ में बौद्ध इतिहास का खजाना

यदि भारत के सबसे महत्वपूर्ण दर्शनीय स्थलों की सूची बनाई जाए तो सारनाथ का नाम पहली पंक्ति में आएगा। सारनाथ सिर्फ दर्शनीय स्थल ही नहीं है यह अपनी धार्मिक परम्परा एवं ऐतिहासिक अवशेषों की वजह से देश-विदेश से आए सैलानियों को अपनी ओर आकर्षित करता है। यहां सिर्फ पर्यटक ही नहीं अपितु इतिहासकार व कलाप्रेमी भी काफी संख्या में आते हैं। वैसे तो सारनाथ में देखने योग्य बहुत कुछ है लेकिन आइए आपको पहले लिए चलते हैं ध्वंसावशेष दिखाने। यहां पर अब तक हुई खुदाई में सात बिहार, दो महास्तूप, दो मंदिर और अशोक स्तंभ आदि मिले हैं। सारनाथ को जो सड़क जाती है उसके बाएं किनारे पर बना हुआ चौखंडी स्तूप इस स्थल की विशेषता को भी दर्शाता है। सारनाथ के दक्षिण-पश्चिम में काफी ऊंचा ईंटों का थूहा है। युवान चुआई ने लिखा भी है कि सारनाथ से दक्षिण-पश्चिम में जंगलों के बीच मौजूद 91.44 मीटर ऊंचा एक स्तूप था जिसकी पहचान चौखंडी स्तूप से ही ठीक प्रकार मिलती है। इस समय तो चौखंडी स्तूप के ऊपर मुगल काल की एक अठपहलू बनी हुई है। इसे राजा गोवर्धन ने अकबर के आदेश पर सन् 1588 में बनवाया था। यहां से जब आप थोड़ी दूर उत्तर दिशा की ओर चलेंगे तो आपको धर्मराजिका स्तूप मिलेगा। इस स्तूप को सम्राट अशोक ने बनवाया था। इस समय तो केवल इस स्तूप की बुनियाद भर बची है। आइए अब चलते हैं मुख्य मंदिर में। धर्मराजिका स्तूप से उत्तर की ओर स्थित जो भव्य इमारत आपको दिखेगी वही मुख्य मंदिर है। इसकी कुर्सी 18.29 मीटर चौकोर है और इसका मुंह पूर्व दिशा की ओर स्थित है। यहां महात्मा बुद्ध से संबंधित मूलगंधकुटी है जोकि कभी 61 मीटर ऊंची थी। इसका आभास बचीखुची दीवारों के चौड़े आसारों से लगाया जा सकता है। यह मंदिर ईंट और चूने का बना हुआ है इसमें कहीं-कहीं पर पुराने भग्नप्राय मंदिरों से उकेरे हुए पत्थर भी लगा दिए गए हैं। बीच के गर्भगृह में आप आएंगे तो देखेंगे कि यहां पर कुछ और दीवारें बनाई गई हैं जो ऊंची छत को रोक सकें।

रिफ्लेक्स थैरैपी करे कई मर्जों पर प्रहार

रिफ्लैक्स थैरेपी से शरीर को आराम मिलता है, रक्तसंचार तेज होता है। दर्द में कमी आती है व थके हुए पैरों को आराम मिलता है। हालांकि इससे शरीर की सभी बीमारियां ठीक नहीं हाती हैं। लेकिन लोग अन्य बड़ी बीमारियों जैसे कैंसर आदि के होने वाले दुष्प्रभावों से लड़ने के लिए इससे शरीर के संचार में नयी ताजगी पैदा करते हैं। यह पध्दति यूरोप व एशिया में बहुत लोकप्रिय होती जा रही है। जूतों और चप्पलों के अधिक प्रयोग और पैदल न चलने की आदत के कारण अनेक रोग पैदा होते हैं। कारण, धरती की ऊर्जा हमारे शरीर को नहीं मिलती और तलवों पर स्थित बिंदू, जो हमारे संपूर्ण शरीर के अंगों के प्रतिबिंबों की तरह होते हैं की मालिश न होने के कारण सभी अंग पूरी सक्रियता से काम नहीं करते हैं। इस स्थिति में रोगों का जन्म होता है। तलवों की संपूर्ण मसाज पूरे शरीर को आरामदायक एहसास दिलाती है और जब तलवों पर किसी बिंदु या अनेक बिंदुओं पर रोगों के उपचार के लिए एक अनुशासित विशिष्ट ढंग से मालिश की जाती है, तो उसे रिफ्लेक्स थैरैपी कहते हैं।

रिफ्लैक्स थैरेपी एक ऐसी वैकल्पिक चिकित्सा है जिसमें पैरों हाथों और कानों पर अंगूठे व उंगलियों से मसाज की जाती है। लेकिन इस मसाज को करते समय किसी प्रकार के तेल या लोशन का इस्तेमाल किया जाता है। विशेषज्ञों के अनुसार शरीर के इन अंगों पर कुछ ऐसे जोन होते हैं जो कि बहुत सारे कार्य प्रणालियों को संचालित करते हैं। इस प्रकार इन पर यदि सही ढ़ंग से दबाव बनाया जाए तो शरीर की सेहत को सुधारा जा सकता है। दरअसल शरीर को बराबर के दस रिफ्लेक्स जोन में बांटा गया है, जिसमें पांच दायीं तरफ होते हैं और बाकी पांच बायीं तरफ। दायें पैर की एड़ी से शरीर के दायें भाग के लिए रिफ्लेक्सोलोजी की जाती है और बायें पैर की एड़ी से शरीर के बायें भाग की। रिफ्लैक्स थैरेपी से निम्लिखित अवस्थाओं में आराम मिलता है:-

तनाव, सिरदर्द, आर्थराइटिस (नींद न आना), हार्मोनल असंतुलन, पाचन संबंधी समस्याएं, खेल के दौरान लगने वाली चोटें, मासिक धर्म संबंधी समस्या से, कमर दर्द।

कैसे काम करती है:- रिफ्लेक्स थैरैपी किसी भी प्रकार के ऊर्जा अंसतुलन को ठीक करती है और संबंधित अंगों में रक्त संचार को सुचारू बनाती है। इससे बीमार अंग ठीक से काम करने लगते हैं। शरीर में मौजूद हानिकारक या विजातीय तत्व अनेक रोगों को पैदा करते हैं। रिफ्लेक्स थैरैपी के प्रयोग से शरीर से विजातीय द्रव्यों को निकालने में मदद मिलती है। शरीर के सभी अंगों और अंतस्रावी तंत्र का आपस में संबंध होता है। इस लिए यदि एक अंग बीमार है तो दूसरे अंग भी ठीक से कार्य नहीं करते हैं। इस लिए संपूर्ण स्वास्थ्य के लिए तलवों पर एक से अधिक बिंदुओं पर दबाव देना आवश्यक होता है।

कैसे करें चिकित्सा- सबसे पहले योग्य चिकित्सक की मदद से यह निर्धारित किया जाना आवश्यक है कि किन-किन बिंदुओं पर उपचार दिया जाए?