

# Perubatan Alternatif: Keberkesanannya Terbukti

Penulis ZULZILA DZULKEFLI

Foto AZHARI ARIS

**S**EJARAH perubatan alternatif telah bertapak lama dahulu. Kaedah ini telah memperlihatkan satu kejayaan dalam memberi pelbagai pilihan untuk masyarakat dalam membuat pilihan yang terbaik.

Perubatan moden menggunakan bahan kimia tertentu bukanlah tidak bagus, malah penggunaannya tidak perlu ditolak. Cuma, perubatan alternatif menjadikan pilihan sesetengah masyarakat memandangkan sifatnya yang tidak mengandungi bahan kimia atau kandungan dadah. Perubatan menggunakan herba umpannya telah memberi impak yang begitu signifikan kepada masyarakat.

Pemilik UNANI WELLNESS CENTRE, Haji Hakeem P.M. Rajah Muhammad, positif dengan falsafahnya bahawa perubatan alternatif adalah yang terbaik bagi mengubati segala penyakit yang dihadapi oleh manusia pada zaman ini.

Baginya, setiap orang yang diserang penyakit tertentu boleh diubati dengan menggunakan pendekatan intensif UNANI. Kaedah yang digunakan juga lebih cenderung kepada hadah semula jadi yang boleh diterima oleh tubuh badan. Ia bukan kaedah barat, sebaliknya berasal daripada Islam.

Kaedah ini turut mendekatkan manusia kepada alam semula jadi dan pencipta. Walaupun kaedah perubatan berdasarkan bahan kimia masih lagi digunakan secara meluas, namun banyak yang mula beralih kepada kaedah perubatan alternatif.

## Proses

Setiap individu yang datang untuk mendapatkan rawatan di UNANI akan ditanya beberapa soalan yang berkaitan bagi menentukan tahap kesihatan mereka.

Menariknya, pelanggan wanita akan dilayan oleh doktor wanita (hakeemah), begitulah sebaliknya. Sejarah atau profil kesihatan keluarga bagi dua keturunan sebelumnya akan diambil untuk tujuan rujukan.

Di samping itu, denyutan nadi, kandungan air kencing dan keadaan fizikal turut diambil sebagai bahan rujukan untuk mengenal pasti penyakit yang dihadapi pelanggan. Bagaimanapun, ada tiga tahap pendekatan lazim yang diamalkan bagi memudahkan para

HAJI HAKEEM P.M.  
RAJA MUHAMMADANTARA rawatan  
yang ditawarkan  
di UNANI Wellness  
Centre, Shah Alam.

SALAH seorang hakeemah (Dr. Hakeema Ather Rasyeda) sedang merawat seorang pesakit dari Sweden, Magda Dahlberg yang sebelum ini pernah koma akibat kemalangan ngeri.

hakeem dan hakeemah mendiagnos penyakit.

Antara pendekatan tersebut ialah:

1. **Regimentaltherapy** (*Ilaj bit Tadbeer*)
2. **Pharmacotherapy** (*Ilaj bid Dawa*)
3. **Dietotherapy** (*Ilaj bil Ghiza*)

## Regimentaltherapy

Regimentaltherapy ialah kaedah senaman yang mengutamakan pergerakan lancar anggota tubuh badan individu. Antara senaman-senaman yang diunjurkan oleh UNANI ialah berenang, menunggang kuda, memanah (Islamic archery), sembahyang lima waktu dan teknik bernafas semula jadi yang boleh diterima oleh tubuh badan. Ia bukan kaedah barat, sebaliknya berasal daripada Islam.

Teknik bernafas ini menurut Haji Hakeem merupakan satu perkara yang paling mudah dan boleh dilakukan oleh seseorang sahaja, termasuklah kanan-kanan. Caranya, dengan menutup salah satu lubang hidung dan tariklah nafas. Selepas itu tahan nafas seketika, sebelum dihembus semula nafas dengan perlahaan-lahan.

Teknik bernafas ini menurutnya adalah paling baik kerana sekutu hidung dan mulut yang bersambungan. Hal ini diakui sendiri oleh saintis barat yang mengkaji tentang eirologi. Rahsia bagi perjalanan darah yang memasuki liang ini ialah individu tersebut tidak mudah diserang penyakit mental, tidak sedarkan diri pada bahagian kepala.

Ironinya, liang ini tidak boleh dan tidak pernah dimasuki oleh darah kecuali bagi mereka yang bersambungan. Hal ini diakui sendiri oleh saintis barat yang mengkaji tentang eirologi. Rahsia bagi perjalanan darah yang memasuki liang ini ialah individu tersebut tidak mudah diserang penyakit mental, tidak sedarkan diri dan sebagainya.

"Di UNANI, kami tidak pernah menolak segala yang baik daripada barat. Kami menggalakkannya jika pesakit yang datang ke sini mahu melakukan senaman lain seperti bermain badminton, tenis dan sebagainya. Malah, senaman terbabit baik untuk kesihatan. Kita tidaklah terlalu rigid, sebaliknya sangat terbuka."

"Satu lagi perkara yang diamalkan dalam regimentaltherapy ialah mandi sauna.

Tentu ramai yang telah mendengar tentang sauna. Malangnya, ramai yang keliru dengan mengatakan bahwa sauna adalah amalan barat, sedangkan sauna atau "hamam" dalam bahasa Arab telah diperkenalkan sejak lama dahulu oleh Ibnu Sina (AVISENNA)", tambah Haji Hakkem lagi.

## Pharmacotherapy

Pendekatan kedua ini membenarkan perubatan menggunakan ubat-ubatan berdasarkan

(sebanyak 97 peratus) yang diakui memiliki khasiat yang sangat tinggi untuk membantu mencergaskan tubuh badan dengan campuran mineral (3 peratus) yang didatangkan khas daripada Persia, Iran dan hanya sedikit (sekadar satu peratus) gabungan formulasi.

## Dietotherapy

Tahap ketiga ini merupakan pendekatan menjaga kaedah pemakanan dengan mengesyorkan makanan dan minuman yang terbaik untuk tubuh badan sesorang. Menurut Haji Hakeem, dalam Islam jelas disarankan agar setiap individu menjaga perut. Makan ketika lapar dan berhenti makan sebelum kenyang.

"Kita diserang penyakit bukan kerana kita lemah atau sebagainya. Sebaliknya disebabkan oleh keadaan perut yang telah lemah akibat terlalu banyak makanan. Makanan yang tidak sepatutnya masuk telah memasuki ruang usus dan ini menyakinkan proses penghadaman dilakukan. Akibatnya

perut yang diserang penyakit mudah menyerang" ujar Haji

Hakeem lagi.

Iktulah diet cara Rasulullah yang sangat baik untuk kesihatan badan, terutamanya bahagian perut. Rasulullah makan begitu tertib dan teratur. Antaranya ialah, Rasulullah s.a.w ketika makan tidak akan mencampurkan susu dengan daging, ikan, ayam, cuka mahupun buah-buahan.

Malah, jika Rasulullah makan telur, daging dan salad, baginda tidak akan mencampurnya dengan ikan.

Umat Islam turut disarankan agar berpusa kerana cara ini dapat membersihkan perut daripada penyakit dan segala kekotoran. Amalan puasa pada bulan Ramadhan dan setiap Isnin serta Khamis sangat baik sebagai pendidng penyakit. Di UNANI, sebelum diberi rawatan, diaglosia penyakit akan dijalankan.

Lain penyakit, lain cara rawatannya, bergantung pada rawatan tahap tiga yang telah dikenal pasti. Sesorang individu yang mengalami penyakit kencing manis umpannya akan diarahkan meninggalkan bahan makaman yang mengandungi bahan kanji yang tinggi seperti nasi dan sebagainya.

Di UNANI mereka menjaga pemakanan atau diet individu supaya tubuh badan pesakitnya kembali sihat. Corak pemakanan yang dianjurkan di UNANI amat berbeza dengan corak pemakanan yang dipopularkan oleh barat sebelum ini. ◻

## UNANI WELLNESS CENTRE -Sistem Kesihatan Greece-Arab

SISTEM kesihatan UNANI dengan sejarahnya hamper 2300 tahun berasal dari Greece (UNAN dalam bahasa Arab bermakna Greece). Tabib Hippocrates (Bukrat:466-377 BC) seorang ahli falsafah Greece, ialah orang yang membekaskan kepercayaan karut dan kuasa sakit serta perubatan daripada kepercayaan karut dan kuasa sakit serta memberinya status sains.

Rangka teori sistem UNANI adalah berdasarkan kepada pengajaran Hippocrates. Selepasnya, Galen (Jalinoos:131-210 AD) seorang ahli farmasi dan doctor perubatan, muncul sebagai orang yang memantapkan asas sistem kesihatan UNANI.

Berdasarkan asas ini, ahli-ahli perubatan Arab telah berjaya meluaskan serta meningkatkan sistem ini sehingga menjadi satu sistem kesihatan yang mantap. Antara orang-orang Arab tersebut, Avicenna (Ibn Sina:980-1037 AD) merupakan intelek agung perubatan UNANI. Di UNANI, bahan ubat-ubatan yang berasal daripada tumbuhan-tumbuhan, bahan galian dan haiwan telah digunakan sejak permulaan sistem ini.

Lebih 1500 bahan ubat-ubatan tunggal terdapat dalam hasil tulisan klasik. Sistem perubatan UNANI, kebanyakannya terdiri daripada bahan tumbuh-tumbuhan. Pada masa ini, lebih daripada 500 bahan ubat-ubatan tunggal digunakan dengan meluas oleh pengamal perubatan dalam sistem perubatan UNANI ini.

UNANI mengangurkan kedua-dua aspek penyembuhan dan pencegahan dan pelbagai cara rawatan digunakan termasuklah:

1. Terapi teratur melalui cara fizikal seperti mandian Turki, urut-

urut, pencaraan, senaman dan lain-lain lagi.

2. Pengawalan makanan dengan menggunakan kawalan makanan terinten melalui pengawalan kuantiti dan kualiti makanan.
3. Farmakologi dengan menggunakan ubat-ubatan semula jadi yang kebanyakannya herba. Perubatan cara UNANI tidak menggunakan ubat-ubatan sintetik dan bahan kimia.
4. Pembedahan, para hakim UNANI merupakan pelopor dalam bidang pembedahan dengan teknik tersendiri serta mencipta alat-alat tertentu.

Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) merupakan salah satu organisasi Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu yang mengiktiraf UNANI sebagai sistem penjagaan kesihatan.

Perubatan UNANI memberi kelebihan kepada pengamal perubatan. Di antara kelebihan ini ialah harga yang mampu untuk semua lapisan masyarakat, ubat-ubatan yang dihasilkan daripada bahan-bahan semula jadi dan mungkin merupakan jawapan kepada masa hadapan bagi kesejahteraan manusia untuk mengubati penyakit-penyakit tertentu.

Cara-cara pengeluaran moden, analisis dan piawaian telah memperbaiki ilmu tradisional purba UNANI dengan begitu ketara, apabila produk yang dihasilkan sangat tinggi mutunya. Konsep perubatan UNANI memberi tumpuan kepada 'kesejahteraan' dengan memulihkan keseimbangan pelbagai unsur dan kuasa semula jadi tubuh manusia dan pada masa yang sama mengiktiraf pengaruh persekitaran dan ekologi ke atas kesihatan.