সর্দি-কাশিতে অ্যান্টিবায়োটিকের চেয়ে মধু বেশি কাজের: অক্সফোর্ডের গবেষণা

সর্দি-কাশিতে নাক বন্ধ অথবা গলা খুস খুস করলে তা দূর করতে অ্যান্টিবায়োটিকের তুলনায় মধু বেশি কার্যকর বলে নতুন এক গবেষণায় বিজ্ঞানীরা জানিয়েছেন।

অক্সফোর্ড বিশ্ববিদ্যালয়ের গবেষকরা বলছেন, চিকিৎসকরা অ্যান্টিবায়োটিক খাওয়ার পরামর্শ না দিয়ে এ ধরনের রোগের উপশমে সহজলভ্য মধু ব্যবহার করতে বলতে পারেন।

মানুষের শ্বাসযন্ত্রের ওপরের অংশে অবস্থিত নাক, গলা, কণ্ঠ, শ্বাসনালী যুক্ত ফুসফুসের সঙ্গে। এসব যন্ত্রের কোনো কোনো সমস্যা দূর করতে শিশুদের মধু খাওয়াতে দেখা যায়। তবে বড়দের মধ্যে এসব রোগ দূর করতে মধু কতটা কার্যকর তা নিয়ে গবেষণা হয়নি।

এ বিষয়টি বুঝতে বিজ্ঞানীরা একটি গবেষণা প্রকল্প তৈরি করেন। তারা ১৪টি ক্লিনিক্যাল ট্রায়াল পরিচালনা করেন যাতে ১ হাজার ৭৬১ জন অংশ নেয়। গবেষণায় অ্যান্টিহিস্টামিন, পেইনকিলারসহ অন্যান্য অ্যান্টিবায়োটিকের উপাদানও ব্যবহার করা হয়।

গবেষকরা জানান, তারা দেখেছেন মধুর ব্যবহারেই দ্রুত ইতিবাচক ফলাফল পাওয়া যায়। যেমন উপসর্গ কমে আসা এবং কফের প্রাদুর্ভাব কমে যাওয়ার ক্ষেত্রে মধুই অধিক উপকারী। এর মধ্যে দুটি পরীক্ষায় দেখা গেছে মধু খাওয়ার এক বা দুই দিনের মধ্যেই রোগী সুস্থ হয়ে উঠতে শুরু করেছে।

এ গবেষণায় যুক্ত ছিলেন অক্সফোর্ড বিশ্ববিদ্যালয়ের মেডিক্যাল স্কুলের গবেষক হিবাতুললা আবুলেগাসিম, নিউফিল্ড ডিপার্টমেন্টের প্রাইমারি কেয়ার হেলথ সায়েন্সের চারলেট আলবেরি এবং জোসেফ লি।

তারা বলেন, মধু জটিল উপাদান। দুটি পরীক্ষায় মধুর কার্যকারিতা পাওয়া যায়নি। যে কারণে এ বিষয়ে আরো গবেষণার প্রয়োজন রয়েছে।

ব্রিটিশ মেডিকেল জার্নালে প্রকাশিত নিবন্ধে তারা আরো বলেন, শ্বাসতন্ত্রের সমস্যার জন্য অ্যান্টিবায়োটিকের ব্যবহার খুব সাধারণ একটি বিষয়। যদিও অ্যান্টিবায়োটিকের ব্যবহার অকার্যকর এবং অপ্রয়োজনীয়। এর পরিবর্তে মধুর ব্যবহার নিরাপদ ও কার্যকর।

তারা উপসংহারে বলেন, মধু ঘরে ঘরে পথ্য হিসেবে ব্যবহার হয়ে আসছে। এটি সস্তা ও সহজলভ্য। এর তেমন ক্ষতিকর প্রতিক্রিয়া নেই। আমরা মধুকে অ্যান্টিবায়োটিকের বিকল্প হিসেবে ব্যবহার করা যেতে পারে।

সূত্র: গার্ডিয়ান

অ্যান্টিবায়োটিকের চেয়েও বেশি কার্যকরী মধু: গবেষণা

মধু অতিপরিচিত একটি প্রাকৃতিক উপাদান, যা বিশ্বের প্রায় সব দেশেই পাওয়া যায়। প্রাচীনকাল থেকেই এই উপাদানটি ভেষজ চিকিৎসায় ব্যবহৃত হয়ে আসছে। আধুনিক বিজ্ঞানও এবার এই মধুর গুণাগুণ নিয়ে দিল গুরুত্বপূর্ণ তথ্য।

নতুন একটি গবেষণায় উঠে এসেছে, সর্দি-কাশির চিকিৎসায় প্রচলিত বিভিন্ন ওষুধ এবং অ্যান্টিবায়োটিকের তুলনায় মধু বেশি কার্যকরী।

মধু সস্তা, সহজলভ্য এবং এর তেমন কোনও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া নেই। যুক্তরাজ্যের অক্সফোর্ড বিশ্ববিদ্যালয়ের বিজ্ঞানীরা তাদের গবেষণায় বলেন, ‘সর্দি-কাশির জন্য চিকিৎসকরা রোগীদের অ্যান্টিবায়োটিকের বিকল্প হিসেবে মধু খাওয়ার জন্য সুপারিশ করতে পারেন।’

আপার রেসপিরেটরি ট্রাক্ট ইনফেকশন (ইউআরটিআই) নাক, গলা, কন্ঠস্বর এবং শ্বাসনালীকে প্রভাবিত করে থাকে, যা ফুসফুস সংক্রমণের দিকে নিয়ে যেতে পারে। এর লক্ষণের মধ্যে রয়েছে- গলাব্যথা, নাক বন্ধ এবং কাশি।

শিশুদের কাশি, গলাব্যথা এবং সাধারণ সর্দির ঘরোয়া চিকিৎসা হিসেবে