

<p>Distrakcija i ublažavanje bolova </p> <p align="justify">Allah, d^z.^r, kaže, u prijevodu zna?enja: "I kad ona ?u za ogovaranja njihova, posla po njih, te im priedi divane, dade svakoj od njih po nož i re?e (Jusufu, a.s.):</p> <p align="justify">"Iza?i pred njih!" A kad ga one ugleda?e, zadivije se ljepoti njegovoj i po rukama svojim se poreza?e (zaprepa?ene); "Bože, bože!" □ uskliknu?e □ "ovo nije ?ovjek, ovo je melek plemeniti!" (Yusuf, 31) .</p> <div align="justify">Ve?ina u?enjaka se sla?e da poslanik Jusuf, a.s., nije imao takmaca u otmjenosti i lijepom izgledu do te mjere da grupa žena, koje su bile pozvane od strane aziza (titula data kralju u odre?enom vremenskom razdoblju) da ga vide , zaboravlja da ima noževe u svojim rukama i umjesto da ogule vo?e, porezale su vlastite ruke, mada to nisu ni osjetile.</div> <div align="justify">
Pri?a možda može biti nevjerojatna i neuvjerljiva za nevjernike, ali znanost, posredstvom znanstvenih metoda i anatomije, ima druga?ije mišljenje koje je u potpunosti kompatibilno sa gore navedenim ajetom. </div> <div align="justify">
Distrakcija ili odvra?anje pažnje - kako ublažiti bolove </div> <div align="justify">
Promjena opažajne koncentracije izazvana bilo ?ime □to preusmjerava misli danas je ?injenica u koju znanost vjeruje. U tom procesu ?ovjek, pod uticajem stanovitog distraktora , po?inje zaboravljati, odnosno biti izoliran od svojih bolova. Dnevni snovi i gledanje TV-a je zgodan primjer, prvo je unutrašnji process, dok je drugo vanjski proces zbog kojeg je koncentracija neke osobe krajnje ometena i u potpunosti biva usredoto?ena na drugu predstavu (distraktor).</div> <div align="justify">
Nema sumnje, kako znanost kaže, da je naju?inkovitiji distraktor koji ?e ovladati tijelom onaj koji odvla?i pažnju centara za sluh, vid, okus, miris i osje?aj. </div> <div align="justify">
U eksperimentu, kojeg su proveli istraživa?i u edukacijskoj bolnici, neki ljudi, u toku operacije, bili su izloženi fasciniraju?im prizorima, pored propisanih lijekova, i rezultati su bili izvanredni u pore?enu sa rezultatima nekih ljudi koji nisu primali taj dodatni, da tako kažemo, lijek za promjenu opažajne koncentracije. </div> <div align="justify">
Ova studija, u kojoj lije?nici preporu?uju uz propisane ili tradicionalne lijekove korištenje dodatnih na?ina kako bi se smanjili bolovi, objavljena je u ?asopisu "Chest". Na internet stranici BBC-ja objavljeno je istraživanje pod nazivom "The return to nature", u kojem dr. Geel Hopkins kaže: "Mi smo uspjeli ublažiti bolove na?ih pacijenata izlažu?i ih nekim lijepim prizorima i muzici. Ovo je pomoglo jako puno u minimiziranju u?inaka psiholo?ke i fizi?ke napetosti."

Upotrebom funkcionalnih zraka mozga koje prikazuju dostatnost apsorpcije krvi i hrane u nervnim ?elijama, dokazano je da kad je osoba izložena bilo ?emu □to može uzrokovati distrakciju koncentracije, nivo aktivnosti u nekim podru?jima mozga je smanjen. Ta mesta, kao □to je hypothalamus, cingulat gyrus, sensory cortex i postcentral gyrus, odgovorna su za primanje osjeta (do?ivljaja) boli. Aktivnost u nekim predjelima mozga pove?ava izlu?ivanje endorfina koji djeluje na receptore za bol kao opijat.

Ublažavanje boli: medicinsko otkri?e <p>Staviti komadi? dobro sa?vakane hurme (ili nekog drugog dostupnog slatkog vo?a) u usta novoro?en?eta je duboko ukorijenjeni obi?aj kod roditelja muslimana. Muslimani to

?ine slijede?i praksi Poslanika Muhammeda, s.a.v.s., vjeruju?i da je posлан, kako Kur'an kaže, kao spas i milost ?ovje?anstvu. Na?in na koji je ovaj obi?aj nastao navodi nas na zaklju?ak da u njemu postoji neka osobita vrijednost. Radi se o tome da u ?ast vrijednosti i u?itku slij?enja sunneta (prakse Poslanika, s.a.v.s) - stavljanje 'le?erne tvari' unutar usta novoro?en?eta definitivno smanjuje osje?aj boli i sr?ani puls. Zanimljiva znanstvenomedicinska studija, objavljena u ?asopisu "British Medical Journal" (br. 6993, 10. juli 1995.), dokazala je, izvan svake sumnje, korist od davanja le?era novoro?en?etu kako bi se reducirao osje?aj bilo kakve bolne procedure kao ?to je bockanje pete za uzorak krvi ili prije obrezivanja.

</p> </div> <div align="justify">
Nora Haouari, Christopher Wood, Gillian Griffiths i Malcolm Levene izvr?ili su istra?ivanje pod nazivom "The analgesic (pain killing) effect of sucrose in full term infants: a randomised controlled" na Postnatalnom odjelu Op?e bolnice Leeds u Engleskoj. 60-ero zdrave djece

gestacijske dobi od 37 do 42 sedmice i postnatalne dobi od 1 do 6 dana, bili su randomizirani za primanje 2ml jednog od ?etiri rastvora: 12.5%-tne saharoze, 25%-tne saharoze, 50%-tne saharoze i sterilne vode (kontrolna grupa). </div> <div align="justify">
Prva grupa od 30-ero djece primila je le?erni sirup prije rutinske analize krvi (bockanje pete, ?to je obi?no bolno) koja se obavlja radi otkrivanja ?utila. Preostalih 30-ero beba dobilo je samo sterilnu vodu kao kontrolna grupa. Stavljanje 2ml 25% ili 50% rastvora saharoze na jezik prije bockanja pete zna?ajno smanjuje period pla?a u odnosu na bebe koje su dobile vodu. Tako?er, njihov sr?ani puls vratio se u normalu puno br?e. Ja?i le?erni rastvor imao je ve?i u?inak, pla? se dodatno reducirao sa pove?anjem koncentracije saharoze. Iz toga mo?emo zaklju?iti da sahariza (le?er) stavljena na jezik mo?e biti upotrijebljena kao korisna i sigurna forma analgezije za novoro?en?ad. </div> <div align="justify">
Blass i Hoffmeyer su, tako?er, pokazali da 12%-tni rastvor interoralne saharoze zna?ajno smanjuje trajanje pla?a kod novoro?en?adi

podvrgnutoj bockanju pete ili obrezivanju. Ova studija je prikazana u ?asopisu "The Independent" (petak 9. juli 1995.), kao i u ?lanku novina "British Medical Journal". </div> <div align="justify">
Praksa Poslanika, s.a.v.s., zabilje?ena je u zbirkama njegovih izreka i pripovijestima o njemu, od kojih su najcjenjenije dvije sahij zbirke, Buharijina i Muslimova. Ebu Burde prenosi od Ebu Musaa, koji je rekao:

"Moja supruga rodila je sina pa sam ga donio Poslaniku, s.a.v.s. Dao mu je ime Ibrahim i u?inio mu tahnik jednom hurmom." Postoje izvje?taji o brojnim drugim slu?ajevima kao ?to je ovaj. </div> <div align="justify">
Hurma sadr?i veoma visok postotak le?era (70-80%). Ona ima i fruktozu i glukozu, koje imaju visoku kalorijsku vrijednost. Lahko je i brzo probavljiva, te veoma korisna za mozak.

Hurma sadr?i 2,2% proteina, vitamina A, vitamina B1, kiselinu B2 vitamina protiv pelagre , u njoj ima tragova minerala potrebnih organizmu, kao ?to su kalij, natrij, kalcij, ?eljezo, mangan, bakar. Utvr?eno je da je kalij, ?iji postotak je vrlo visok, veoma u?inkovit u stanju krvarenja, kao ?to su slu?ajevi pora?anja ili obrezivanja.</div> <div align="justify">
Mo?e se primijetiti da sunnet, tako?er, preporu?uje hurme za prekidanje posta u Ramazanu. Hurme bi trebalo da se pojedu, ako je to mogu?e, prije ak?am namaza - to je medicinski i nutritivno najbolji na?in i sunnet. </div> <div align="justify">
Iznimnu vrijednost hurmi, isto tako, nagovje?tava poznati i prekrasni odlomak iz Kur'ana: "Zatresi

palmino stablo, posuđe po tebi datule svjeđe, pa jedi i pij i budi vesela!" (Maryam, 25-26) Ovo je nalog od Svetosnog Stvoritelja, za hajreti Merjem, a.s., u vrijeme rođenja Isaa, a.s., blagoslovjenog Allahovog Poslanika. To je bio recept za lagahan i ugodan porođaj. Kao i u primjeru koji smo ukratko iznijeli, vjerujemo da će daljnja istraživanja donijeti potvrdu za one koji još sumnjaju u pravu vrijednost, istinu i mudrost uđenja Kur'ana i sunneta.

"Mi ćemo im pružati dokaze Nađe u prostranstvima svemirskim, a i u njima samim, dok im ne bude sasvim jasno da je Kur'an istina. A zar nije dovoljno to što je Gospodar tvoj o svemu obaviješten?" (Fussilat, 53)

Pošto su autori medicinskih istraživanja spomenuli da namjeravaju eksperimentirati sa novim lečenjima ili slatkim supstancama, preporučujemo im da isprobaju hurme za ublažavanje boli kod novorođenčadi.

Autor: Dr: Noha Abu-Kresha

Prijevod teksta: Muamer Neimarlija