खरूज, नायटा आदी
८ त्वचाविकारांवर आयुर्वेदीय उपचार
(सौंदर्यप्रसाधने आणि केसांचे आरोग्यरक्षण यांसह)

अनुक्रमणिका

卐 प्रस्तावना १२

प्रकरण १ : त्वचेचे विकार १३

१. नायटा (रिंगवर्म) २. हर्पिस १४

३. खरूज ४. वॉर्ट म्हणजे काय ? १७

५. घामोळे ६. खूप घाम येणे १८

७. चामखीळ ८. कीलॉइड १८

९. व्हेसिक्युलर इरप्शन – पाण्याने भरलेले फोड येणे १९

१०. रूक्ष व शुष्क कातडी ११. जळवात (पायांना भेगा पडणे) १९

१२. चिखल्या २०

प्रकरण २ : इसब (एक्झिमा) २१

१. इसब म्हणजे काय ? २. इसबाच्या अवस्था २१

३. आयुर्वेदानुसार इसबाचे प्रकार व त्यावरील औषधे २२

४. काही वेळा औषधांमुळे अंगावर पुरळ का येतो ? २३

५. कीटक चावल्यामुळे होणारी ॲलर्जी २४

प्रकरण ३ : पांढरे डाग २५

१. शरिरावर पांढरे डाग पडण्याची कारणे २५

२. पांढरे डाग व शिबे यांवर आयुर्वेदीय उपचार २६

३. आल्बिनिझम म्हणजे काय ? २७

४. श्वित्र (कोड) २७

प्रकरण ४ : श्लीपद – हत्तीरोग ३१

प्रकरण ५ : गळू – विद्रधि ३४

१. सर्वसामान्य माहिती ३४

२. काही मुलांना गळवे वारंवार का होतात ? ३५
३. गळवे, फोड होऊ नयेत किंवा कमी व्हावेत म्हणून काय करावे ? ३६
४. गळू (विद्रधि) – आयुर्वेदीय संप्राप्ति ३६
५. गळवांचे प्रकार ६. उपचारसूत्रे ३७
७. वातप्रधान गळू ८. पित्तप्रधान व रक्तप्रधान गळू ३९
९. कफप्रधान गळू १०. अभिघातज किंवा क्षतज विद्रधि ४०
११. रक्तज विद्रधि १२. गळूवर करावयाचे सर्वसाधारण उपाय ४२
१३. अंतर् विद्रधि १४. गळू : पथ्य – अपथ्य ४५
प्रकरण ६ : त्वचेवर बाहेरून लावली जाणारी औषधे ४६
१. त्वचेच्या विकृतीवर कोणत्या स्वरूपात औषधे लावावीत ? ४६
२. त्वचेवर बाहेरून लावली जाणारी इतर औषधे ५०
३. त्वचेवर वरून लावण्यात येणारी मलमे कशा स्वरूपात असावी ? ५२
प्रकरण ७ : केस ५३
१. प्रकृति व केस २. केस गळणे ५३
३. डोक्यातील कोंडा ४. डोक्यातील खवडे (क्रेडल कॅप) ५४
५. उवा ६. अयोग्य जागी असलेले केस काढण्यासाठी ६०
७. पांढरे केस ८. केशरंजन – केसांचा रंग बदलणारी औषधे ६२
९. केश्य ६२
१०. केसांसाठी आहार ११. नखे ६३
प्रकरण ८ : टक्कल ६४
१. कारणे ६४
२. डोक्यावर लावण्यासाठी उपाय ६४
३. पोटात घेण्याची औषधे ६५

प्रकरण ९ : शॅम्पू ६७

प्रकरण १० : सौंदर्यप्रसाधने (कॉस्मेटिक्स) ६९

१. व्याख्या २. दुष्परिणाम ६९

३. त्वचा स्वच्छ ठेवणारी द्रव्ये ७०

४. साबण ५. जंतुनाशक बार (साबण) ७०

६. त्वचा स्वच्छ करणारी व साबण नसलेली क्रीम व लोशन ७०

७. ॲब्रेजिव्ह क्लीन्सर्स (त्वचेला इजा करून स्वच्छ करणारी द्रव्ये) ७१

८. ब्लीचिंग करणारी द्रव्ये ७१

९. काखेतील घाम कमी करणारी द्रव्ये ७१

१०. काखेतील दुर्गंध कमी करणारी द्रव्ये ७१

११. सुवासिक तेले व सुगंधी द्रव्ये १२. लिपस्टिक ७२

१३. आय शॅडो आणि आय लायनर्स १४. कुंकू - बिंदी ७२

१५. टूथपेस्ट १६. गुळण्या करण्यासाठी ७३

१७. केसांचे कलप (हेअर डाइज) ७३

१८. रिन्सेस व टिंट्स १९. केसांना ब्लीच करणारी द्रव्ये ७४

२०. परमनंट वेव्हस् (केसांना लाटांसारखा आकार) ७४

२१. कुरळे केस सरळ करणारी द्रव्ये २२. हेअर स्प्रे - केसांसाठी स्प्रे ७५

२३. हेअर लोशन ७५

२४. डेपिलेटर्स - केस काढून टाकणारी द्रव्ये ७५

२५. हेअर कंडिशनर्स २६. नखे ७५

२७. रिफ्रेशनर्स २८. लुब्रिकंट्स ७६

२९. तारुण्यपीटिका - सौंदर्यप्रसाधनांचा एक उपद्रव ७६

३०. सुगंधी द्रव्ये - परफ्यूम्स ३१. मेंदी (मेदिका) ७७

प्रकरण ११ : चेहऱ्याची निगा ७८

१. उपचार ७८

१ अ. स्वच्छ करणे १ आ. चेहऱ्याला अभ्यंग ७९

१ इ. वाफारा १ ई. हळुवार घासणे ८०

१ उ. चेहऱ्यावरील मास्क १ ऊ. फेस पॅक ८१

१ ए. त्वचेला उत्तेजित करण १ ऐ. त्वचेतील आर्द्रता वाढवणे ८१

१ ओ. फवारा – स्प्रे ८२

२. ऋतूंप्रमाणे आयुर्वेदीय सौंदर्यप्रसाधने ८२

३. चेहरा आरोग्यसंपन्न करण्यासाठी घरगुती उपचार ८३

प्रकरण १२ : त्वचेवर कार्य करणारे औषधी गण ८४

प्रकरण १३ : त्वचेच्या विकारांवर व केसांसाठी आहार ८७

आयुर्वेदात मद्यपान आणि मांसाहार यांविषयी उल्लेख असल्याचे कारण

आयुर्वेद हे एक शास्त्र असल्यामुळे सर्व पदार्थांसह मांस आणि मद्य यांच्या गुणांचे वर्णनही यात आले आहे. 'या पदार्थांचा दैनंदिन जीवनात वापर करणे', हे हिंदु धर्मशास्त्राप्रमाणे आयुर्वेदातही निषिद्धच मानले आहे. व्यक्तीचे प्राण वाचवण्यासाठी शेवटचा पर्याय म्हणूनच यांचा उपयोग करण्याची पद्धत आयुर्वेदात पूर्वापार चालत आली आहे. प्रस्तुत ग्रंथात मांस आणि मद्य यांचे गुण आणि उपयोग यांचा आलेला उल्लेखही याच संबंधाने आहे.

प्रस्तुत ग्रंथात ठिकठिकाणी दिलेले काढे, घृत (औषधसिद्ध तूप), वटी (गोळ्या) इत्यादी औषधी कल्प कसे बनवावेत, यासंबंधीची सविस्तर माहिती सनातनचा ग्रंथ 'औषधशास्त्राची मूलतत्त्वे आणि औषधनिर्मिती' यात दिली आहे.

मनोगत

आपण सुंदर दिसावे, असे सर्वांनाच वाटत असते आणि त्यात काही वावगेही नाही. त्वचेचे विकार या सौंदर्याला बधक ठरतात. या विकारांना दूर करून त्वचेचे सौंदर्य कसे वाढवायचे ? याचे सुंदर मार्गदर्शन फार प्राचीन काळापासून आयुर्वेदात केले आहे.

'त्वचेचे विकार' या विषयावर २ खंड आहेत. या विषयावरील पहिल्या खंडात त्वचेच्या रचनेची माहिती, तसेच त्वचा निरोगी राखण्यासाठी करावयाचे उपाय दिले आहेत. याबरोबरच त्वचेची आग होणे, अंगावर पित्त उठणे, सौंदर्याशी संबंधित त्वचेचे विकार आदींची लक्षणे आणि उपचार यांचे विवेचन केले आहे.

प्रस्तुत दुसऱ्या खंडात खरूज, नायटा, पांढरे डाग यांसारख्या त्वचाविकारांची लक्षणे आणि उपचार यांची सविस्तर माहिती दिली आहे. केसांत कोंडा होणे, खवडे होणे, टक्कल पडणे इत्यादी केसांशी संबंधित विकार आणि त्यांच्यावरील उपचार या ग्रंथात वाचायला मिळतील. आजच्या जगात वापरली जाणारी विविध सौंदर्य प्रसाधने आणि त्यांचे उपयोग यांच्याविषयीचे विवेचनही येथे आढळेल. त्वचेच्या रोगांविषयी माहिती करून घेऊन त्वचेचे आरोग्य टिकवण्याचे प्रयत्न होण्यासाठी दोन्ही ग्रंथ वाचनीय आहेत.

'पूर्वजन्मी घडलेले पाप', हे त्वचाविकारांच्या अनेक कारणांपैकी एक कारण आहे आणि याच्या निवारणासाठी दैवी उपचार करावेत, असे आयुर्वेदाच्या प्राचीन ग्रंथांत सांगितलेले आहे. या ग्रंथात असे दैवी उपचारही दिलेले आहेत. हे दैवी उपचार 'बृहत् निघंटु रत्नाकर' या संस्कृत ग्रंथातून घेतलेले आहेत.

त्वचेच्या आरोग्यासाठी आयुर्वेदाचे नियम समजून घेऊन त्याप्रमाणे कृती करण्याची सर्वांना बुद्धी होवो आणि सर्वांची त्वचा निरोगी अन् कांतिमान राहो, हीच त्या वायुदेवतेला प्रार्थना ! – **लेखक**