आव, बद्धकोष्ठता, मूळव्याध, जंत आदींवर आयुर्वेदीय उपचार

अनुक्रमाणिका

卐 प्रस्तावना १२

१. पेप्टिक अल्सर १३

१. पोटातील अल्सर म्हणजे काय ? १३

२. जठरात व्रण असलेल्या रोग्याने कोणते नियम पाळावेत ? १३

३. चिकित्सा सूत्रे ४. पेप्टिक अल्सरवरील उपचार १५

२. लहान अन् मोठे आतडे आणि स्वादुपिंड यांची कार्ये १७

१. लहान आतड्याचे कार्य कोणते ? १७

२. मोठ्या आतड्याचे कार्य काय ? १७

३. काही माणसे काही खाल्ल्यावर लगेच शौचास का जातात ? १७

४. स्वादुपिंडाची (पॅन्क्रिअसची) कार्ये कोणती ? १८

३. गॅस्ट्रोएन्टरायटिस – उलटी अतिसार १९

१. 'गॅस्ट्रोएन्टेरायटीस' म्हणजे काय ? १९

२. उलटी आणि रेच सामान्यात: कोणाला होतात ? १९

३. उन्हाळ्यात आणि पावसाळ्यात गॅस्ट्रोएन्टरायटिस (उलट्या, रेच) जास्त प्रमाणात का होतो ? २०

४. उलटी आणि अतिसार यांच्या वेगामध्ये उलटी अन् रेच यांत पाणी कुठून येते ? २०

५. रसक्षय (डिहायड्रेशन) म्हणजे काय ? २१

६. प्रौढांच्या मानाने लहान मुलांत रसक्षय लवकर का होतो ? २१

७. शरिरातील पाण्याचा अंश न्यून झाला कि नाही, हे कसे ओळखाल ? २१

८. उलटी, अतिसाराच्या वेगामध्ये मुले मरू शकतात का ? २२

९. रसक्षय झाल्यास त्यावर घरच्या घरी उपचार करता येतात का ? २२

१०. ढाळ होत असतांना वरचे दूध पाजणे बंद का करावे ? २३

११. ढाळ होत असतांना अंगावरचे दूध बंद का करू नये ? २३

१२. अर्भकांना ढाळ होऊ नये, म्हणून कोणते उपाय योजावेत ? २३

१३. काही बालके आणि मोठी माणसे यांना पुनःपुन्हा ढाळ का होतात ? २४

१४. काही भिकाऱ्यांची मुले आरोग्याचे नियम पाळत नसतांनाही त्यांना ढाळ क्वचितच का होतात ? २४

१५. एखाद्या मुलाला सर्व प्रकारची औषधे देऊनही त्याची हगवण आटोक्यात का येत नाही ? २३

१६. बरेच दिवस रेच होत असल्यास कोणता आहार घ्यावा ? २३

१७. पचनशक्ती कशी वाढवावी ? २७

१८. काही मुलांना आणि मोठ्या माणसांना वारंवार संडासावाटे गॅसेस का सुटतात ? आतड्यात वायू (हवा) कुठून येतो ? त्यावर उपाय कोणते ? २७

१९. वाऱ्या (गॅसेस) संबंधी कोणता उपाय योजावा ? २८

२०. रेच – अतिसार आहार २८

४. अतिसार (जुलाब) आयुर्वेदीय विचार ३४

१. अतिसार – आमावस्था २. वातप्रधान अतिसार ३४

३. पित्तप्रधान अतिसार ४. रक्तातिसार ३७

५. कफज अतिसार ६. सान्निपातिक अतिसार ३९

७. मानसिक कारणांनी उत्पन्न होणारा अतिसार ३९

८. दुसरी अवस्था - पच्यमानावस्था ३९
९. तिसरी अवस्था - पक्वातिसार ४०
१०. अतिसार - आहार ४२
११. अतिसारातील उपद्रव ४३
१२. अतिसार - रसायन चिकित्सा ४४
१३. कर्मविपाक आणि दैवी चिकित्सा ४५

५. ग्रहणी (मालअॅब्सॉर्बशन) ४६

१. ग्रहणी (मालअॅब्सॉर्बशन) म्हणजे काय ? ४६
२. ग्रहणी रोगाची प्रमुख कारणे ३. लक्षणे ४७
४. गॅस्ट्रोचा नवीन अॅटॅक येण्याची पूर्वचिन्हे ४८
५. ग्रहणी आणि अतिसाराचा वेग या दोहोंमधील भेद ४८
६. ग्रहणीचे प्रकार ७. पथ्य - अपथ्य ५२
८. ग्रहणी रोगात पाळावयाचे नियम ५२
९. कर्मविपाक आणि दैवी उपचार ५३
१०. ग्रहणी - आहार ५३

६. आव आणि रक्ती आव (प्रवाहिका) ५६

१. आव म्हणजे काय ? ५६
२. पुष्कळ वेळा आव फार दिवस का रेंगाळते ? ५६
३. आवेच्या आमावस्थेतील उपचार ५७
४. रक्ती आव ५८
५. आव आणि रक्ती आव यांच्या पक्वावस्थेतील उपचार ५८

६. काही विशेष लक्षणांमध्ये करायचे उपचार　५९

७. आव आणि रक्ती आव - आहार　६०

८. रक्ती आवेतील पथ्य - आहार　६०

७. मलावरोध (बद्धकोष्ठता)　६२

१. प्रतिदिनी शौचास झाले नाही, तर तो मलावरोध समजावयाचा का ?　६२

२. मलावरोध का होतो ?　६२

३. मलावरोध झाल्यास काय उपाययोजना करावी ?　६३

४. मलावरोधात (बद्धकोष्ठतेत) घेण्याचा उपयुक्त आहार　६५

५. वेगवेगळ्या अन्नपदार्थात तंतूमय पदार्थ किती प्रमाणात असतात ?　६५

६. मुलाला बद्धकोष्ठता फार दिवस असेल, तर काय करावे ?　६६

७. मलावरोध (शौचास न होणे किंवा कडक होणे)　६७

८. गुदद्वाराचे रोग　६८

१. फिशर (परिकर्तिका) म्हणजे काय ?　६८

२. गुदद्वार चिरेवर उपाय काय ?　६८

९. मूळव्याध　७१

१. मूळव्याध होण्याची कारणे　२. लक्षणे　७१

३. उपद्रव　४. उपचार　७२

५. मूळव्याध - अर्श - आयुर्वेदाप्रमाणे विचार　७२

६. गुदद्वाराच्या ठिकाणी कंड येणे　८२

७. गुदभ्रंश (गुदद्वार बाहेर येणे)　८३

१०. कृमी ८५

१. पोटात कृमी कसे होतात ? ८५

२. चॉकलेट, गोळ्या किंवा जास्त साखर खाल्याने जंत होतात का ? ८५

३. कृमी रोग - जंत - उपचार ४. कृमी - जंत - आहार ८६

११. उपसंहार ८८

१. पचनेंद्रिये आणि पचनशक्तीवर परिणाम करणारे घटक कोणते ? ८८

२. पचनेंद्रिये निरोगी राखण्यासाठी काय करावे ? ८९

३. आतडी, जठर, लिव्हर अन् प्लीहा यांचे आरोग्य टिकवणे आणि त्यांचे विकार दूर करणे यांसाठी दैवी चिकित्सा ९०

४. गुदद्वार आणि पक्वाशय (मोठ्या आतड्याचे विकार) यांचे आरोग्य टिकवणे आणि त्यांचे विकार दूर करणे यांसाठी दैवी चिकित्सा ९०

५. पचनसंस्थेच्या विकारात औषध देण्याची वेळ ९०

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.

प्रस्तावना

‘अग्निरेव शरीरे पित्तान्तर्गतः कुपिताकुपितः शुभाशुभानि (कार्याणि) करोति ।’ (चरकसंहिता, सूत्रस्थान, अध्याय १२, श्लोक ११) म्हणजे ‘पित्तामध्ये साक्षात् अग्नीचा वास असतो. असा अग्नि कुपित झाला, तर रोग निर्माण करतो आणि तोच व्यवस्थित असला, म्हणजे आरोग्य राखतो’, असे आयुर्वेद सांगतो. आयुर्वेदानुसार रोगप्रतिकारक शक्ती ही पचनशक्तीवरच अवलंबून असते. या पचनसंस्थेच्या विकारांवरील उपचारांचे विवेचन ‘अपचन, उलटी, पोटदुखी आदींवर आयुर्वेदीय उपचार’ आणि ‘आव, बद्धकोष्ठता, मूळव्याध, जंत आदींवर आयुर्वेदीय उपचार’ या २ ग्रंथांत केले आहे. पचनसंस्थेशी संबंधित संपूर्ण विषय समजून घेण्यासाठी दोन्ही ग्रंथ वाचनीय आहेत.

प्रत्येकाच्याच घरी कधीना कधी पचनसंस्थेशी संबंधित विकार उद्भवतात. अशा वेळी घरगूती औषधे आणि पथ्य यांद्वारे हे विकार सहज नियंत्रणात ठेवले जाऊ शकतात. किंबहुना पचनसंस्थेच्या विकारांवर आधुनिक उपचारपद्धतीपेक्षा आयुर्वेदातच चांगले उपचार सांगितलेले आहेत. या ग्रंथातील मार्गदर्शनानुसार वाचकांना पचनसंस्थेचे विकार टाळता येवोत, तसेच त्यासंबंधी असलेले विकार दूर करण्यासाठी योग्य दिशा मिळो’, ही श्री धन्वन्तरीच्या चरणी प्रार्थना ! – **लेखक**

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.

टीप – ग्रंथातील काही सूत्रांच्या (मुद्यांच्या) शेवटी मराठी किंवा इंग्रजी अक्षरांत संकेतांक वा सांकेतिक चिन्हे कार्यालयीन सोयीसाठी दिली आहेत. त्यांचा लिखाणाशी संबंध नाही. काही अपरिहार्य कारणामुळे काही संकेतांक इंग्रजीत ठेवले आहेत.