आयुर्वेद - खंड २३ : श्वसनसंस्थेचे विकार - २

खोकला, क्षय, दमा, उचकी आदी विकारांवर आयुर्वेदीय उपचार

(कानाच्या विकारांवरील उपचारांसह)

मराठी (Marathi)

लेखक

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत बाळाजी आठवले

(एम्.डी. [पीडिॲट्रिक्स], डी.सी.एच्., एफ्.ए.एम्.एस्.)

('संतपद' वा 'गुरुपद' म्हणजे ७० टक्के, 'सद्गुरुपद' म्हणजे ८० टक्के, 'परात्पर गुरुपद' म्हणजे ९० टक्के, तर 'ईश्वर' म्हणजे १०० टक्के आध्यात्मिक पातळी !)

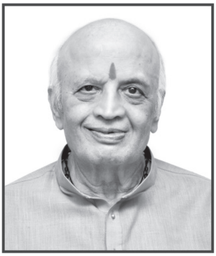
डॉ. कमलेश वसंत आठवले

**(एम्.डी. [पीडिॲट्रिक्स], डी.एन्.बी., एम्.एन्.ए.एम्.एस्.;
एफ्.ए.ए.पी. [पीडिॲट्रिक्स अँड निओनेटॉलॉजी] [अमेरिका])**

सनातन संस्था

卐 सनातनचे आयुर्वेदीय ग्रंथ 卐
वाचा, आचरणात आणा आणि आजार मुळापासून घालवा !

लेखकांचा परिचय



डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत बा. आठवले

एम्.डी. (पीडिॲट्रिक्स), डी.सी.एच्.,
एफ्.ए.एम्.एस्. अन् ‘सनातन संस्थे’चे २७ वे संत

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत बाळाजी आठवले हे एक प्रख्यात बालरोगतज्ञ होते. वर्ष १९५९ मध्ये त्यांनी मुंबई येथील ‘लोकमान्य टिळक महानगरपालिका रुग्णालया’त बालरुग्ण विभागाचा आरंभ केला. या विभागात १९६० ते १९९० ही एकतीस वर्षे ते ‘विभागप्रमुख’ आणि ‘प्राध्यापक’ होते. १९८० मध्ये बँकॉक येथे झालेल्या ‘पर्यायी पारंपारिक वैद्यकशास्त्राच्या आंतरराष्ट्रीय परिषदे’चे ते अध्यक्ष होते. १९९६ मध्ये त्यांना ‘आयुर्वेदविषयीच्या ग्रंथांचे सर्वश्रेष्ठ लेखक’ हा आंतरराष्ट्रीय पुरस्कार मिळाला. त्यांना २००१ मध्ये ‘आयुर्वेद ॲन्ड हिपॅटिक डिसऑर्डर्स’ या विषयावरील आंतरराष्ट्रीय परिसंवादामध्ये ‘जीवनगौरव’ पुरस्कार, तर २०१२ मध्ये ‘इंडियन अकॅडेमी ऑफ पीडिॲट्रिक्स’द्वारा ‘जीवनगौरव’ पुरस्कार मिळाला.

१. साधकत्वापासून शिष्यत्वापर्यंतचा प्रवास

१ अ. निःस्वार्थी वृत्ती आणि त्याग हे साधनेला आवश्यक असणारे गुण अंगी असणे : डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले यांनी १९८० पासून अध्यात्मातील उच्च तत्त्वविचार लिहून ठेवणे चालू केले होते. रात्रीचा दिवस करून अत्यंत कष्टपूर्वक अर्जित केलेले अध्यात्मातील हे विपुल ज्ञानभांडार त्यांनी १९९० मध्ये ‘सनातन संस्थे’ची स्थापना झाल्यावर सनातनच्या ग्रंथांसाठी निःस्वार्थीपणे अर्पण केले. ते संत होण्याच्याही आधी त्यांनी केलेला हा त्याग त्यांची ‘साधना’ व ‘साधकत्व’ दर्शवतो. त्यांच्या या लिखाणामुळे आता सनातनचे ग्रंथ खऱ्या अर्थाने परिपूर्ण होत आहेत.

१ आ. ‘सनातन संस्था’ या आंतरराष्ट्रीय कीर्तीच्या आध्यात्मिक संस्थेचे संस्थापक, थोर संत आणि त्यांचे लहान बंधू सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत बाळाजी आठवले यांचे शिष्यत्व त्यांनी वर्ष २००४ पासून स्वीकारले.

२. संतपदी विराजमान !

मार्गशीर्ष शुक्ल पक्ष चतुर्थी, कलियुग वर्ष ५११४ (१६.१२.२०१२) या दिवशी ईश्वराप्रतीचा भाव, तीव्र तळमळ, जिज्ञासू वृत्ती आणि विनम्रता या गुणांमुळे ते संतपदी विराजमान झाले ! प्रत्येक जीव त्याच्या एखाद्या साधनामार्गानुसार साधना करून अंतर्मुखता आणि आध्यात्मिक प्रगती साधत संतपदाकडे वाटचाल करतो अन् संतपदावर विराजमान होतो; मात्र डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले यांनी रुग्णसेवेद्वारे कर्मयोग, ग्रंथलिखाणाद्वारे ज्ञानयोग, साधनेद्वारे भक्तीयोग आणि गुरुकृपायोग आचरून संतपद प्राप्त केले.

३. देहत्यागापर्यंत सनातनच्या कार्यासाठी सेवारत

डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले सनातनच्या कार्यात शेवटपर्यंत सेवारत होते. सनातनच्या आश्रमात मिळालेल्या दैवी कणांविषयी कळल्यावर त्यांनी सर्व विषय जिज्ञासेने जाणून घेतला आणि या विषयावर वैज्ञानिक दृष्टीकोनातून संशोधन कसे करू शकतो, याचे परिश्रमपूर्वक चिंतन करून त्यासंदर्भातील उपायही सुचवले.

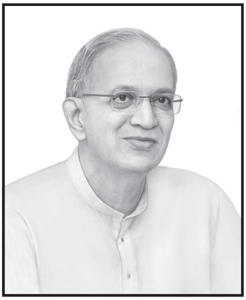
कार्तिक शुद्ध पक्ष सप्तमी, कलियुग वर्ष ५११५ (९.११.२०१३) या दिवशी, म्हणजे वयाच्या ८० व्या वर्षी वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले यांनी देहत्याग केला.

डॉ. कमलेश वसंत आठवले

एम्.डी. (पीडिॲट्रिक्स),
डी.एन्.बी., एम्.एन्.ए.एम्.एस्.; एफ्.ए.ए.पी.
(पीडिॲट्रिक्स अँड निओनेटॉलॉजी) (अमेरिका).

या ग्रंथाचे दुसरे लेखक डॉ. कमलेश आठवले हे डॉक्टर, तसेच वैद्याचार्य सद्गुरु (कै.) वसंत आठवले यांचे सुपुत्र आहेत. ते बालरोगतज्ञ अन् नवजात शिशुरोगतज्ञ असून सध्या अमेरिकेतील ड्यूक युनिव्हर्सिटी मेडिकल सेंटरमध्ये नवजात शिशु रोगतज्ञ म्हणून कार्यरत आहेत. या व्यतिरिक्त ते 'नॅश जनरल' नामक रुग्णालयाच्या नवजात शिशु चिकित्सा-विभागाचे संचालक आहेत.

सनातन संस्थेचे संस्थापक सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवले यांचे अद्वितीय कार्य आणि वैशिष्ट्ये यांचा संक्षिप्त परिचय



१. अध्यात्मप्रसारार्थ 'सनातन संस्थे'ची स्थापना

२. धर्माधिष्ठित अशा हिंदु राष्ट्राच्या (ईश्वरी राज्याच्या) स्थापनेचा उद्‌घोष आणि कार्यारंभ (वर्ष १९९८)

३. शीघ्र ईश्वरप्राप्तीसाठी 'गुरुकृपायोग' या साधनामार्गाची निर्मिती : गुरुकृपायोगानुसार साधना करून २०.३.२०२४ पर्यंत १२७ साधक संत झाले, तर १,०५३ साधकांची संतत्वाच्या दिशेने वाटचाल चालू.

४. देवता, साधना, आचारधर्मपालन, आदर्श राष्ट्ररचना, धर्मरक्षण आदी विविध विषयांवर विपुल ग्रंथ-निर्मिती

५. शारीरिक, मानसिक, तसेच वाईट शक्तींच्या त्रासांवरील उपायपद्धतींविषयी संशोधन

६. आचारपालनातील कृती, धार्मिक कृती आणि बुद्धीअगम्य घटना यांचे वैज्ञानिक उपकरणांद्वारे संशोधन

७. चित्रकला, संगीत, नृत्य आदींच्या सात्त्विक सादरीकरणाविषयी संशोधन

८. हिंदुत्ववादी नियतकालिक 'सनातन प्रभात'चे संस्थापक-संपादक

९. 'हिंदु राष्ट्रा'च्या स्थापनेसाठी संत, संप्रदाय, हिंदुत्ववादी आदींचे संघटन आणि त्यांना दिशादर्शन !

१०. भीषण आपत्काळ आधीच ओळखून त्या काळात जीवितरक्षणासाठी उपयुक्त ठरणारे मार्गदर्शन आणि ग्रंथ

(संपूर्ण परिचयासाठी वाचा – www.Sanatan.org)

अनुक्रमाणिका

(काही वैशिष्ट्यपूर्ण मथळे खाली दिले आहेत.)

प्रकरण १ : श्वसनसंस्थेची रचना आणि कार्य १२

प्रकरण २ : खोकला १४

१. खोकला कोणत्या कारणांनी येऊ शकतो ? १४

२. बरेच दिवस चालणाऱ्या खोकल्याची कारणे कोणती ? १५

३. 'ब्रॉन्कायटिस' म्हणजे काय ? १६

४. श्वासमार्गात चणा, वाटाणा यांसारख्या वस्तू गेल्यास काय करावे? १६

५. न्यूमोनिया म्हणजे काय ? १७

६. श्वास घेण्यास त्रास होण्याची आणि दम लागण्याची कारणे १८

७. खोकल्याविषयी आयुर्वेदीय दृष्टीकोन १९

८. कोरडा खोकला २०

९. खोकला व ताप २२

१०. ओला खोकला २३

११. वात-कफज खोकल्यावरील उपचार २५

१२. त्रिदोषज खोकला २६

१३. क्षतज खोकला २७

१४. क्षयज खोकला २९

१५. खोकल्यावर सर्वसाधारण आयुर्वेदीय उपचार ३१

१६. खोकल्यावर सर्वसाधारणपणे वापरण्याची रसायने ३३

१७. सर्वसाधारणपणे खोकल्यात पाळण्याची पथ्ये व अपथ्ये ३३

खोकला, क्षय, दमा, उचकी आदी... ९

१८. कर्मविपाक व दैवी उपचार ३५

१९. ज्योतिषशास्त्र अभिप्राय ३५

प्रकरण ३ : क्षय **३६**

१. क्षयरोगाची लक्षणे कोणती ? ३६

२. उपचार ३८

३. फुप्फुसे व श्वासमार्ग यांना बलदायक औषधे ३९

४. कर्म विपाक व दैवी चिकित्सा ३९

५. क्षयरोग शरीरातील कोणत्या भागांना होतो ? ४०

६. क्षय रोग्याने कोणती काळजी घ्यावी ? ४१

७. बी.सी.जी. (B.C.G.) ची लस म्हणजे काय ? ४२

८. बी.सी.जी. (B.C.G.) ची लस टोचल्यावर क्षयरोगाविरुद्ध कितपत संरक्षण मिळते ? ४२

प्रकरण ४ : दमा **४३**

१. दम्याची निमित्त कारणे ४३

२. शुद्धिक्रिया व आयुर्वेदीय उपचार ४४

३. कर्मविपाक व दैवी उपचार ४७

४. आहार ४७

प्रकरण ५ : उचकी व जांभया **४९**

प्रकरण ६ : छातीत वेदना व प्ल्यूरिसी **५२**

प्रकरण ७ : कान आणि कानाचे विकार **५५**

१. कान – कर्ण ५५

२. कानाच्या रोगांची कारणे ५६

३.	कानाचे स्वास्थ्यरक्षण	५७
४.	आहार	५८
५.	वातप्रधान कानाचे विकार	५८
६.	पित्तप्रधान कानाचे विकार	५९
७.	कफप्रधान कानाचे विकार	६०
८.	वातप्रधान कानदुखी	६१
९.	पित्तप्रधान कानदुखी	६१
१०.	कफप्रधान कानदुखी	६२
११.	कानातून स्राव किंवा पू येणे	६२
१२.	कानातून पाण्यासारखा किंवा रक्तमिश्रित स्राव	६३
१३.	कानातून पू येणे　　१४. बहिरेपणा	६४
१५.	कानात आवाज येणे - कानात दडे बसणे	६७
१६.	आवाज सहन न होणे　　१७. बहिरेपणा, तोतरेपणा व मुकेपणा	६७

प्रकरण ८ : औषधे देण्याची वेळ व दैवी चिकित्सा　　६९

परात्पर गुरु डॉ. जयंत आठवले यांच्या उपाधीविषयीचे विवेचन !

थोर महर्षींनी सहस्रो वर्षांपूर्वी नाडीपट्ट्यांमध्ये भविष्य लिहून ठेवले आहे. या जीवनाडीपट्ट्यांच्या वाचनाच्या माध्यमातून महर्षी सनातन संस्थेला मार्गदर्शन करतात. १३.७.२०२२ पासून ‘सप्तर्षी जीवनाडीपट्टी’च्या वाचनाच्या माध्यमातून सप्तर्षींनी आज्ञा केल्याप्रमाणे परात्पर गुरु डॉ. आठवले यांना ‘सच्चिदानंद परब्रह्म’ ही उपाधी लावण्यात येत आहे. असे असले तरी, त्यापूर्वीच्या लिखाणात किंवा आताही साधक लिहून देत असलेल्या लिखाणात त्यांनी ‘प.पू.’ किंवा ‘परात्पर गुरु’ अशी उपाधी वापरली असेल, तर ती तशीच ठेवली आहे.

मनोगत

श्वसनसंस्थेचे प्रमुख कार्य म्हणजे वातावरणातील प्राणवायू (ऑक्सिजन) फुप्फुसांतील केशवाहिन्यांतील रक्तात पोहोचवणे आणि पेशींनी उत्सर्जीत केलेला कार्बन डायॉक्साईड या मलरूप वायूचे हवेत उत्सर्जन करणे. अन्नातून पेशींत आलेल्या अन्नकणांचे रूपांतर ऊर्जेत करून सर्व पेशींना त्यांच्या कार्यासाठी ऊर्जा पुरवणे, हे प्राणवायूचे कार्य आहे.

कान हे श्रवणेंद्रिय आहे. कानाचे आरोग्य राखण्यासाठी खूप मोठे, कानठळ्या बसविणारे कर्कश आवाज ऐकू नयेत. कानाच्या आरोग्याबरोबरच आपण कानाचा सदुपयोग करावा. कानाने भगवंताचे नाव ऐकावे. राम व कृष्णाच्या लीला ऐकाव्यात.

या ग्रंथात श्वसनमार्ग, फुप्फुसे, फुप्फुसांवरील आवरण (प्ल्यूरा) आणि कान यांच्या रोगांचे विवेचन आणि उपचार दिले आहेत. हा ग्रंथ वैद्यकीय विद्यार्थी, वैद्य, डॉक्टर व सर्वांनाच उपयोगी पडेल. – **लेखक**

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 ‘आयुर्वेदीय औषधांचे गुणधर्म आणि औषधनिर्मिती’ यात दिली आहे.