



డా॥ జి.వి. పూర్ణచందు B.A.M.S.

మీ వ్యాధులకు మీరే వైద్యులు



కీళ్ల వ్యాధులు

లివర్ జబ్బులు

మధుమేహం

రక్తపోటు

పేగుపూత

మీ వ్యాధులకు మీరే వైద్యులు

డా॥ జి.వి. పూర్ణచందు B.A.M.S.,



శ్రీ సుశ్రుతం సర్వకైఫల్యం

28-3-51, సంజీవయ్య కాలనీ,
అరండలోపేట, విజయవాడ -2.
ఫోన్ : 0866 - 2434320
సెల్ : 9032088555

MEE VYADHULAKU MEERE VYDYULU

Written by :

Dr. G.V. PURNACHANDU, B.A.M.S.,

Susruta Ayurvedic Hospital

1st floor, Satnam Towers,

Opp. Buckinghampet Post Office,

Governorpet, Vijayawada - 2.

Cell : 94401 72642

© PUBLISHER

Ist Edition :

April - 2014

Price : **200/-**

Cover Design & Type Setting :

Sree Madhulatha Graphics

Ph : (0866) 2434320

Printed At :

Vijaya Santhi Offset Printers

Vijayawada - 2.

Published by :

Sree Madhu Latha Publication

28-3-49, Sanjeevaiah Colony,

Arundelpet, Vijayawada - 520 002.

Ph : 2434320 (O), Cell : 90320 88555

విషయసూచిక

వ.నె.

విషయం

పేజీ నెం.

1. తిన్నది వంటపట్టనీయని రాక్షసవ్యాధి “అమీబియాసిస్”
2. మనసును అల్లకల్లోలం చేసే బొల్లి
3. పాదాలను పాషాణాలుగా మార్చే బోదవ్యాధి
4. మధ్యవయసులోనే మగతనానికి ముగింపు ప్రోస్టేట్ గ్రంథిలో వాపు
5. చర్మాన్ని పరమ వికారంగా చేసే శోబి
6. తినే ప్రాప్తం లేకుండా చేసే పూతన పేగుపూత వ్యాధి
7. సుఖానికిపోయి కొనితెచ్చుకునే సుఖవ్యాధులు
8. వెన్నుపోట్ల ఆటుపోట్లతో బతుకంతా మనిషిని కుప్పకూల్చే నడుంనొప్పి
9. మూత్రంలో ఏ తేడా కన్పించినా అశ్రద్ధ చేయకండి!
మూత్రపిండాలకు ముప్పు
10. రోగాలకు రాచబాట రక్తక్షీణత
11. గనోరియా సెగరోగం పగవాడికీ వద్దు
12. నరాలను పోటెత్తించే సర్పి
13. సమస్త రోగవర్ధకం మలబద్ధకం
14. జలుబు, తుమ్ములు, ఆయాసం, దద్దుర్లు, దురదలు...
ఈ ఎలర్జి బాధలనుండి విముక్తే లేదా?
15. కీళ్ళవాతం కృంగతీస్తుంటే ఆదైర్యపడకండి
16. కడుపులో పాములు తెచ్చిపెట్టే దద్దుర్లతో కూడిన దురద
17. మనిషిని వేధించి బాధించే మెడనొప్పి
18. పేగుల్లో పలుగులుదించే టైఫాయిడ్
19. ఉబ్బసానికి చెల్లెలు ఇన్ఫిఫిలియా
20. ఆధునిక యుగంలో స్త్రీకి శాపం తెల్లబట్టవ్యాధి
21. సిఫిలిస్ వ్యాధిని ధైర్యంగా ఎదుర్కొండి
22. అందానికీ, ఆనందానికీ శాపంగా నిలిచే మొటిమలు
23. మూత్రపిండాల్లో రాళ్ళకు దర్భగణ్ణి వైద్యం
24. దురదకు పుట్టిల్లు తామర
25. మనిషిని నిశ్చేష్టుణ్ణి చేసే మూలపడేసే పక్షవాత వ్యాధి
26. జవసత్వాలను నిర్వీర్యం చేసే మలేరియా
27. జిడ్డుకారే ముఖం కూడా ఒక చర్మ వ్యాధి లక్షణమే?
28. పొత్తికడుపుకు కత్తిపోట్లు నెలలో ఆ మూడురోజులూ... ఋతుశూల

29. కడుపులో నొప్పికి కారణాలెన్నో...చిటికెలో తగ్గించుకోగలిగే చిట్టాలు ఇవిగో
30. సరిపడని వస్తువుతో చర్మానికి సవతిపోరు కాంటాక్ట్ ఎలర్జిక్ డెర్మాటైటిస్
31. రక్తదాతలారా! ఉద్యమించండి
32. మొలల వ్యాధికి కందవైద్యం
33. ఎంతకూ అంతుపట్టని, ఒకపట్టాన చికిత్సకు లొంగని సారియాసిస్
34. వీర్యంలో దోషాలు అసమర్థుణ్ణి చేస్తాయా?
35. సంతానంలేని దంపతులకోసం సమగ్ర సమాచారం
36. మూత్రంలో మార్పులొస్తున్నాయా? మీ మూత్రపిండాలు జాగ్రత్త!
37. వైద్యశాస్త్రానికే తలనొప్పిగా పరిణమించిన మైగ్రేన్ తలనొప్పి
38. హలో! నేనే... మీ లివర్ని ... మీకే ఈ ఉత్తరం
39. అందమైన శరీరానికి అంటుకున్న పీడ... ఎగ్జిమా
40. హార్ట్ ఎటాక్లా భయపెట్టే గుండెల్లో నొప్పి హార్ట్ బప్స్
41. మందులు లేకుండా నొప్పులు తగ్గించుకునే సులువైన మార్గాలు
42. జఠరాగ్నిని కాపాడుకోకపోతే అన్నీ అనర్థాలే
43. కలకాలంగా కడుపులో కుడివైపున నొప్పి ఉంటే...? గాల్ స్టోన్స్
44. షుగర్ వ్యాధిని సులువుగా జయించటమెలా?
45. రక్తస్రావానికి కారణమయ్యే వ్యాధులకు ఆయుర్వేద నివారణ
46. అన్ని అనారోగ్యాలకూ మూలం మలబద్ధత, కడుపు ఉబ్బరం
47. గొంతు బొంగురుపోతోందా...? ఆయుర్వేదంలో నివారణ
48. అమిబియాసిస్ వ్యాధికి ఆయుర్వేద చికిత్స
49. కడుపులో నొప్పికి ఆయుర్వేద చికిత్సలు
50. సంతానం కలగకుండా చేసే స్త్రీల వ్యాధులు - ఆయుర్వేద నివారణ
51. “అపాన వాయువులకు అసలు కారణం అజీర్తి”
52. పదిమందిలో పరువుతీసే “కునికిపాట్లు”
53. పగవాడికి కూడా రాకూడని వ్యాధి “పక్షవాతం”
54. జీర్ణకోశ వ్యాధులపై సమగ్ర సమాచారం
55. ఆయుర్వేదంలో కొలెస్టరాల్ కంట్రోల్
56. హార్ట్ ఎటాక్ రావడానికి కొలెస్టరాల్ కారణం
57. ఎండ కరువైతే బతుకు బరువే!
58. ఆగని ఎక్కిళ్ళు - ఆపగలిగే ఉపాయాలు
59. మోకాళ్ళ నొప్పులకు ఆయుర్వేద చికిత్స
60. మెడనొప్పికి ఆయుర్వేద నివారణ

ముందుమాట

ప్రస్తుతం మనకు అందుబాటులో వున్న సాహిత్యాన్ని ముఖ్యంగా మూడు రకాలుగా విభజించవచ్చు. మొదటిరకం ఇలా చదివి అలా అవతల పారవేసే సాహిత్యం. దీన్నే మరోపేరుతో - కాలక్షేపపు సాహిత్యం అనవచ్చు. ఇక రెండవ రకం అలంకారభూషణమైన సాహిత్యం. ఇలాంటి సాహిత్యం... సాహితీ ప్రియులైన వారందరి గృహాలలోనూ ఉండాల్సిందే. అయితే ఏడాదికో, పదేళ్ళకో ఒక్కసారి మాత్రమే ఈ సాహిత్యాన్ని తీసి చదువుతారు. లేదంటే ఓ పాతికేళ్ళు ఈ సాహిత్యాన్ని ముట్టుకోకపోయినా వచ్చే నష్టం లేదు. చివరగా మూడవరకం సాహిత్యానికొస్తే... బంగారంలా భద్రపరచుకుని తరచూ మన అవసరాలకు ఉపయోగించుకునే అద్భుత సాహిత్యం ఇది.

మొదటి రకం సాహిత్యాన్ని అందరూ వ్రాయగలరు. రెండవరకం సాహిత్యాన్ని కొందరే వ్రాయగలరు. ఇక మూడోరకం సాహిత్యాన్ని అందించే వారు యదార్థంగా చెప్పాలంటే... కోటికొక్కరే ఉంటారు. వీరి ఆలోచనా ధోరణి వేరుగా ఉంటుంది. తన కలం నుంచి జాలువారే ప్రతి అక్షరం ప్రజల గుండెల్లో కలకాలం నిలిచిపోవాలనీ, అనుక్షణం వారి అవసరాలను తీరుస్తూ వారికో అవసరంగా తన సాహిత్యం మిగిలిపోవాలని ఆశిస్తారు ఇలాంటి రచయితలు. అక్షరాలా ఈ కోవకే చెందినవారే... ఈ గ్రంథ రచయిత డా॥ జి.వి. పూర్ణచందుగారు.

వైద్యులకు, వైద్య గ్రంథాలకు, వేదాలకే పరిమితమైన వైద్యశాస్త్ర రహస్యాలను, మర్మాలను... ఇంటింటిలోని వంటింటిదాకా చేర్చిన ఘనత పూర్ణచందు గారిదే. ఈ విషయంలో ఘనాపాటి వీరే.

పదేళ్ళ పసివాడు మొదలుకొని పండుముదుసలి సైతం అర్థం చేసుకుని, ఆచరించేందుకు అనువైన భాష.. ఈ చికిత్సల కోసం, కొండలు, గట్లు, పుట్టలు తిరిగి మూలికలు వెతికి తెచ్చుకునే అవసరం లేకుండా... అతి సులభంగా లభించే సాధారణ దినుసులు, ద్రవ్యాలు, మూలికలతోనే ఎన్నో అత్యద్భుత చికిత్సలను అందించిన డా॥ పూర్ణచందు గారికి... తెలుగు పాఠకశ్రేణి నిజంగా ఋణపడి వుందనే చెప్పాలి.

బొల్లి, బోద, శోభి, రక్తక్షీణత, పేగుపూత, కీళ్ళవాతం, పక్షవాతం, షుగర్, ఉబ్బనం... ఇలా ఎన్నో వ్యాధులకు, వ్యాధి బాధలకు వైద్యులతో నిమిత్తం లేకుండా వైద్య చికిత్స మీకు మీరు స్వయంగా చేసుకునేందుకు ఈ గ్రంథం ఎంతగానో ఉపకరిస్తుంది. కనుక... దీనికి 'మీ వ్యాధులకు మీరే వైద్యులు' అన్నపేరు చక్కగా అతికినట్లు సరిపోయింది.

ఇంతటి అమూల్యమైన ఆరోగ్య సమాచారాన్ని అతి తక్కువ వెలతో, అందమైన ముద్రణతో అందించిన శ్రీ మధులత పబ్లికేషన్స్ అధినేత శ్రీ లక్ష్మీ నరసారెడ్డి గారు అభినందనీయులు.

సాహితీ కన్యకు... సొగసునిచ్చే వజ్రమణిమయ కంఠాభరణాలు కొన్నయితే... సాహితీకన్య సొగసుకు అవసరమయ్యే చీని చీనాంబరాలు, మేలైన రత్న ఖచిత పట్టువస్త్రాలు మరికొన్ని! సాధారణ రచనలన్నీ సాహితీ సరస్వతికి సొగసునిచ్చేవైతే... 'మీ వ్యాధులకు మీరే వైద్యులు' వంటి అసాధారణ ఆరోగ్య గ్రంథాలు సాహితీ సుదతికి అవసరమయ్యే చీనిచీనాంబరాలు, పట్టు వస్త్రాల వంటివి. సోయగాలకు సొగసుతెచ్చే ఆభరణాలకు, తప్పనిసరి అవసరం అయిన వస్త్రాలకు ఎంత తేడా వుందో గ్రహిస్తే... ఇలాంటి గ్రంథాల అవసరం ఏమిటో, వీటి ఔచిత్యం ఏమిటో, వీటిస్థానం ఏమిటో మీరు తెలుసుకోగలుగుతారు. ఆభరణాలు లేకపోయినా ఫర్వాలేదు. మరి వస్త్రాలు లేకపోతే ఎలా ? కనుక సాహితీ సరస్వతికి ఇలాంటి గ్రంథాలను పట్టువస్త్రాలుగా పరిగణించవచ్చు.

మధ్య తరగతివారికి 'నేటి వైద్యం' అందని తేనెతుట్టెలా తయారైన ఈ రోజుల్లో, ఇంతటి చక్కని ఆరోగ్య రసామృతాన్ని అందించి... సులభ చికిత్సలను ప్రతివారికీ చేతికందుబాటులోకి తెచ్చిన రచయిత, మా మిత్రులు డా॥ పూర్ణచందు గారు సదా అభినందనీయులు. తన అద్భుతశైలితో పాఠక హృదయ పీఠాలపై రారాజుగా పట్టాభిషిక్తుడైన పూర్ణచందుగారు... పాఠక హృదయాలలో చిరస్మరణీయులుగా మిగిలిపోతారు.

పట్నాలి నారాయణరావు

ఎడిటర్ : వండర్ వరల్డ్

అన్నది వంటపట్టనీయని రాక్షస వ్యాధి

“అమీబయాసిస్”

ఇంటికి పట్టిన శని అయినా వదుల్తుంది గానీ, వంటికి పట్టిన అమీబయాసిస్ను వదల్చడం కష్టసాధ్యం అని ఓ సామెత.

ఒక పెన్సిల్తో పెట్టిన చిన్న చుక్కలో వేలాది అమీబాలు వుంటాయి. అంత సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన ఈ అమీబాలు పేగులోపలి పొరల్ని చెదపుట్టలా పట్టి పీడించి హింసిస్తాయి. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే పేగుల్ని శిథిలం చేసి పారేస్తాయి.

మన ఆహార విహారాల అలవాట్ల వలన ఈ బాధలు పడే పడే తిరగ బెడ్డుంటాయి.

అందుకే అమీబయాసిస్ అనే ఈ వ్యాధి నుంచి మానవాళికి విముక్తి లేకుండా పోతోంది.

మలేరియానీ, మశూచికాన్నీ నిర్మూలించడం కోసం నడుంకట్టుకున్న మన ప్రభుత్వాలు ఎంత విజయం సాధించాయో మనందరికీ తెలుసు! కానీ, అమీబయాసిస్ గురించి అసలు శ్రద్ధ తీసుకోవడం లేదంటే అతిశయోక్తి కాదు.

అమీబయాసిస్ కథా కమామిషు

రోగి శరీరంలో ఎస్ట్రమీబా హిస్టాలిటికా అనే సూక్ష్మజీవి వుండటాన్ని వైద్య పరిభాషలో అమీబయాసిస్ అంటారు.

1968 లో ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ నిపుణుల కమిటీ ఈ వ్యాధికి ఈ పేరును ఖాయం చేసింది.

1875లో లోప్ అనే శాస్త్రవేత్త ఇది సూక్ష్మజీవుల వలన వచ్చే వ్యాధిగా మొదట కనుగొన్నాడు. సుశ్రుతుడు, చరకుడు వంటి ఆయుర్వేద మహర్షులు అతिसారం, గ్రహణి అనే పేర్లతో ఈ వ్యాధి లక్షణాలను చక్కగా విశ్లేషించారు. “మాధవ నిదానం” అనే ఆయుర్వేద వైద్య గ్రంథంలో చెప్పిన ‘గ్రహణి’ వ్యాధి లక్షణాలు అమీబయాసిస్ వ్యాధికి సరిగ్గా సరిపోతాయి. హిస్టోక్రేట్స్ కూడా ఈ వ్యాధి గురించి వర్ణించాడు.

1828లో మద్రాసు ప్రభుత్వ వైద్యశాలలో పనిచేస్తున్న 'అన్నెన్లే' అనే వైద్యుడు అమీబియాసిస్ వ్యాధి స్వరూప స్వభావాన్ని మొట్టమొదటగా విశ్లేషించాడు.

విచిత్రం ఏమంటే, అమీబియాసిస్ వ్యాధి ఉష్ణమండల ప్రదేశాలలోనే ఎక్కువగా తరచూ కనిపిస్తోంది. నిజానికి వేడికి అమీబా నశించాలే గానీ విస్తరించకూడదు. కానీ, దాదాపుగా ఉష్ణమండల దేశాలన్నీ, భారతదేశంతో సహా పేదరికం వలన, పరిశుభ్రత పాటించలేక పోవడం వలన - ఈ వ్యాధిని పెంచి పోషించుకొంటున్నాయనేది వాస్తవం. ఇది సామాజిక బాధ్యత గల్గిన అందరూ ఆలోచించవలసిన విషయం.

పేగుకు లోపల - బయట రెండు రకాల అమీబియాసిస్

అమీబియాసిస్ వ్యాధి రెండు దశల్లో ఉంటుంది. (1) రోగ లక్షణాలు శరీరం మీద ఏమీ కనిపించనప్పుడు ఉండేది. (ASYMPTOMATIC) (2) రోగ లక్షణాలు కనిపించి రోగిని హింస పేట్టేది (SYMPTOMATIC)

ఇక్కడ కొంచెం జాగ్రత్తగా గమనించవలసిన అంశం వుంది. అమీబియాసిస్ వ్యాధి లక్షణాలు సాధారణంగా పేగుల్లో మొదట కనిపిస్తాయి. పేగుల్లో వున్నప్పుడు దాన్ని ఇంటస్టయినల్ అమీబియాసిస్ అంటారు. ఈ వ్యాధి ముదిరాక పేగుల్ని దాటి - లివర్, ఊపిరితిత్తులు, గుండె, మెదడు ఇలా ఇతర అవయవాల్ని కూడా ఈ వ్యాధి సోకుతుంది. దీన్ని "ఎక్స్ట్రా ఇంటస్టయినల్ అమీబియాసిస్" అంటారు.

అంటే "పేగుల్లో అమీబియాసిస్," పేగుల బయట అమీబియాసిస్" అని రెండు రకాలుగా వ్యాధిని వర్గీకరించుకోవచ్చున్నమాట.

పేగుల్లో అయితే, జిగురు, నెత్తురుతో కూడిన విరేచనాలు, కడుపునొప్పి, పేగుపూత, ఎపెండిసైటిస్ అనే 24 గంటల కడుపునొప్పి - ఇవన్నీ వస్తుంటాయి. పేగులు పుళ్ళుపడిపోయి లోపల్లోపలే రక్తస్రావం జరిగి మరణం సంభవించవచ్చు కూడా.

పేగులు కాకుండా ఇతర అవయవాల్లో అమాబియాసిస్ వచ్చినప్పుడు మొట్టమొదటగా 'బలి' అయ్యేది లివర్. లివర్లో చీముపోసి గడ్డగా తేల్తుంది. దీన్ని లివర్ యాబ్జెస్ అంటారు. లివర్ వాచిపోకుండా, లివర్ పగిలిపోవడం. లివర్లోంచి రక్తం ద్వారా ఈ మహమ్మారి సూక్ష్మజీవులు ఇతర అవయవాలకు వలసపోయి అక్కడ రోగలక్షణాలను వ్యాప్తిచేయడం... ఇదంతా భయంకరమైన పరిస్థితి. అమీబియాసిస్ను అశ్రద్ధ చేస్తే ఆఖరికి కేన్సర్ కూడా వచ్చే ప్రమాదం వుందని వైద్యుల హెచ్చరిక.

అమీబియాసిస్ - అనాసవ్యాధి

భోజనం చేయగానే విరేచనానికి వెళ్ళాలనిపించడం, తరచూ కడుపులో నొప్పి, విరేచనాలు అదేపనిగా అవడం, విరేచనంలో జిగురు నెత్తురు పడుతూ, బాధ, జర్వం, నిస్సత్తువ, శరీరంలో రక్తక్షీణత - వంటి లక్షణాలతో మనిషిని బలహీనం చేస్తుంది అమీబియాసిస్.

అమీబియాసిస్ వలన వచ్చే విరేచనాలు అకస్మాత్తుగా ప్రారంభం అవుతాయి. విపరీతమైన కడుపునొప్పి వుంటుంది. తక్కువ విరేచనం ఎక్కువసార్లు అవడం. జిగురు (బంక) నెత్తురుతో కలిసి రోజుకు 30-40 సార్లు కూడా అవుతూ వుంటుంది. విరేచనం కొద్దికొద్దిగా అవుతూ ... ఇంకా అక్కడే అలానే కూర్చుండి పోవాలని అన్నిస్తుంటుంది. వస్తూనే వున్నట్లనిపిస్తుందన్నమాట!

అతిగా విరేచనాలు అవడం వలన విరేచన మార్గం పొచినట్లయి ఎర్రగా వుండు పడిపోతుంది. విరేచన మార్గం, పిర్రల చుట్టూరా ఎర్రబారినట్లు కన్నించగగానే “అనాసవ్యాధి” వచ్చిందని మనవాళ్ళు కంగారు పడిపోతుంటారు. ఇక్కడ గమనించవలసింది ఏమంటే, అనాస వ్యాధి అనేది ఎక్కడాలేదు. అతిగా విరేచనాల వలన విరేచన మార్గం ఎర్రగా వుండు పడిపోతుంది. అంతే!

అనాసవ్యాధి కాబట్టి, డాక్టర్లకు చూపించకూడదనీ, నాటు మందులతోనే తగ్గుతుందనీ దీనికి మందులేవనీ రకరకాల అపోహలు ఇది చదివాక ఇంక మనుసులో వుండవనుకుంటాను.

పేగుల్లోంచి ఇతర అవయవాల్లోకి వ్యాధి వలన

అమీబియాసిస్ అనేది ప్రజల శరీరాల్లో కన్పించేదానికన్నా, ప్రజల నోళ్ళలో, ఎక్కువగా వినిస్తుంది... అనేది ఒక జోక్.

కడుపులో వచ్చిన ప్రతి లక్షణాన్నీ అమీబియాసిస్ అనుకోవడం వలన దీని తీవ్రత మరింత పెరిగినట్లయ్యింది. అలాగని అమీబియాసిస్ తీవ్రత తక్కువ అంచనా వేయడానికి వీలేదు.

ఒకసారి అమీబియాసిస్ వచ్చిన తర్వాత - గ్యాస్ట్రోబుల్ అని మనం చెప్పుకునే లక్షణాలు బయల్పరతాయి. “ఇరిటబుల్ బవుల్ సిండ్రోమ్” అంటే - “పేగుల్లో ఉద్రిక్తత” అనే లక్షణం అమీబియాసిస్ వలనే వస్తుంది. కడుపు ఉడికిపోతున్నట్లుండటం. మంట, నొప్పి, వాంతులు, ఆఖరికి పేగు పూత (పెప్టిక్ అల్సర్) ఇవన్నీ అమీబియాసిస్ పుణ్యాన పుట్టేవే నిజానికి!

తరచూ చర్మం మీద అరచేతి మందాన దద్దుర్లు, దురద, ఎగ్గీమా అనే చర్మవ్యాధి, నల్లమచ్చలు..... ఇలాంటివి కూడా అమీబియాసిస్ వలన చెలరేగే కొన్ని లక్షణాలు.

తిన్నది వంటపట్టకపోవడం, మనిషి శక్తిహీనుడిగా తయారవడం... ఇవి రెండూ ఈ వ్యాధి లక్షణాలు. ఈ వ్యాధి వచ్చాక త్వరలోనే దాని లక్ష్యం నెరవేరుతుంది. రోగి నిస్సత్తువతో కూలబడిపోతాడు.

ఇదంతా ఎందుకొస్తోంది...? అపరిశుభ్రమైన ఆహారం తీసుకోవడం వలన - శుభ్రమైన నీరు తాగకపోవడం వలన - గోరులో మట్టిచాలు కొంపముంచడానికి!

అంతేకాదు - ఊపిరితిత్తులు, మెదడు. స్లీను, గుండె.... వంటి అతి ముఖ్యమైన అవయవాలలోకి ఇది పాకితే ...? ఆ పరిస్థితిని ఊహించుకోవడమే దుర్భరం.

అందుకే, అమీబియాసిస్‌ను ముందుగానే చావుదెబ్బకొట్టడం, అది తిరిగి తలెత్తకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం... తక్షణ కర్తవ్యం!!

లివర్‌లో చీము గడ్డలు

పేగుల తర్వాత అమీబియాసిస్ అత్యంత ప్రీతిపాత్రమైన అవయవం లివర్, లివర్‌లో అమీబాలు చేరిన తర్వాత చీముగడ్డ ఏర్పడి కుడివైపు డొక్కల్లో విపరీతమైన నొప్పి, జ్వరం, దగ్గు, గుండెనొప్పి, కామెర్లు, వంటికి నీరు రావడం, పొట్టకు కుడిచేతివైపు కింద గడ్డలాంటిది చేతికి తగలడం, గుండెజబ్బు, నెత్తురు కక్కుకోవడం ఇవన్నీ లివర్ యాబ్సెస్ వచ్చిన తర్వాత కన్పించే ఉపద్రవాలు.

మూత్రం బంధించడం, నరాలకు సంబంధించిన లక్షణాలు కూడా ఒక్కోసారి కలగవచ్చు.

ఇది ముదిరి టీబీ జబ్బుగా మారే అవకాశం వుంది. అమీబియాసిస్ మందులతో తగ్గకపోతే, టీబీ పరీక్షలు చేసిచూసుకుని మందులు వాడిస్తారు వైద్యులు.

లివర్ చేరిన చీముని ఎప్పుటికప్పుడు లాగేసి (యాస్పిరేట్ చేసి) మందులతో దాన్ని తగ్గించే ప్రయత్నం చేస్తారు.

అమీబాలను చంపే అణ్ణుస్త్రావులు కావాలి

అమీబియాసిస్ వ్యాధి దీర్ఘవ్యాధి. ఎందుకంటే, ఎక్కువ మంది విషయంలో అది ఎప్పుడూ తిరగబెడుతుంది కాబట్టి ఇది ఒకరోజుతో పోయే వ్యవహారం ఎంతమాత్రమూ కాదు అందుకనే, దీనికి వాడే మందులు ఖచ్చితంగా నిరపాయకరమైనవిగా ఉండాలి. అవి అణ్ణుస్త్రావులంత శక్తివంతంగా ఉండాలి. వేసుకోగానే పనిచేయడం ప్రారంభించాలి.

అంతేకాదు, అమీబా గుడ్డమీద, పిల్లలమీద కూడా (ట్రోఫాజాయిట్స్, సిస్ట్స్) సమర్థవంతంగా పనిచేయగలగాలి, పేగులు, ఊపిరితిత్తులు, మెదడు... అన్ని అవయవాల మీద ఒకేసారి పనిచేసి అమీబియాసిస్‌ని తట్టుకోగలిగి ఉండాలి. అవి కూడా చవకగానూ, తేలికగానూ దొరికేవై ఉండాలి. కానీ అంతటి శక్తిగల్గిన చక్కని అమీబియాసిస్ మందులు లేవనే చెప్పాలి:

మెట్రోనిడాజోల్, టినిడాజోల్, డైలాక్సినైట్. ఫ్యూరోయేట్, ఫ్యూరోకోన్. ఇలా అనేక ఔషధాలు కొన్ని ఉన్నాయి. వాటిని ఆయా పరిస్థితుల్ని బట్టి వైద్యులు వాడిస్తారు.

మెట్రోనిడాజోల్ మందును కనుగొనడం అమీబియాసిస్ వ్యాధి వ్యతిరేక ఉద్యమంలో ఒక గొప్ప ముందడుగు అనే చెప్పాలి.

అయితే, అమీబియాసిస్ వ్యాధితో దీర్ఘకాలంగా బాధపడుతున్న చాలామంది ఈ మందుని బస్తాలకొద్దీ మింగే ఉంటారు ఈ పాటికి: మీరెప్పుడైనా గమనించారో లేదో... “ఎలుకల మీద చేసిన ప్రయోగాలలో మెట్రోనిడాజోల్ ఎక్కువగా వాడినందువలన కేన్సర్ వస్తుందని తేలింది” అని హెచ్చరిక ఉంటుంది. తస్మాత్ జాగ్రత్త!

అలాగని, ఈ మందుని తక్కువ డోసులో వేస్తే అసలు పనిచేయకపోగా, వ్యాధి ముదురుతుంది. 400 మి.గ్రా మందుని రోజుకి మూడు సార్లు వేసుకోవడమే సరయిన పద్ధతి.

‘టినిడాజోల్ అనే ఔషధాన్ని ఒకేసారి వెయ్యి మిల్లీ గ్రాముల మాత్రగా మూడురోజుల పాటు కోర్సుగా వాడే పద్ధతి ఇప్పుడు ఎక్కువ ప్రాచుర్యంలో ఉంది.

ఆయుర్వేద ఔషధాలలో అమీబా రాక్షస సంహారం

కొడిశెపాల విత్తులు, హారతి కర్పూరం, బూరుగ బంక, రావి చిగుళ్ళు, వట్టివేళ్ళు, వేప చిగురు, పెద్దదూలగొండి విత్తులు, కలబంద, తంగేడు విత్తులు, గంధపు చెక్క, జాజికాయ, జీలకర్ర. ఖర్జూరపు కాయ, నీరుల్లి... ఇవన్నీ అమీబియాసిస్ వ్యాధి పైన పనిచేసే మందులే!

పచ్చిమారేడుకాయ గుఱ్ఱు ఈ వ్యాధిలో అద్భుతమైన ఔషధం. కేవలం గుఱ్ఱుని తీసుకుని రోజూ పంచదార కలుపుకు తింటే ఈ వ్యాధి తప్పకుండా తగ్గుతుంది.

కర్పూరాది వటి, కుటజారిష్ట, దంగాధర రసం, పీయూషవల్లీరసం, స్వర్ణపర్పటి, చిత్రకాదివటి, సంజీవని వటి, స్వర్ణమాక్షిక భస్మ ... ఇలా అద్భుతమైన ఆయుర్వేద ఔషధాలు ఎన్నో ఉన్నాయి.

విరేచనం సక్రమంగా అయ్యేలా చూడడం పేగులు శిథిలం కాకుండా కాపాడటం, చక్కని ఆకలిపుట్టి, నొప్పి, బాధ, గ్యాస్లు లేకుండా చూడడం, రక్తక్షీణత బలహీనతల్ని పొగొట్టి రోగిని శక్తి వంతునిగా తయారు చేయడం... ఆయుర్వేద ఔషధాలు చేయగల్గిన పని. ఇవి నిరపాయకరమైనవన్న సంగతి వేరే చెప్పనవసరం లేదు.

అమీబా రాక్షసి నుంచి శాశ్వత పరిష్కారాన్ని ఆయుర్వేద ఔషధాలు కొంతవరకూ సూచించగలవు.

అమీబియాసిస్ తిరిగి తలెత్తకుండా వుండాలంటే.....?

అపరిశుభ్రమైన ఆహారం, నీరు తీసుకోవడం మానేయాలి. రోజూ మంచినీళ్ళని తప్పనిసరిగా మరిగించి చల్లార్చి ఆ తర్వాత కుండలోనో , ఫ్రిజ్లోనో వుంచుకొని తాగాలి. క్లోరిన్ కలిపినంత మాత్రాన నీళ్ళలో బాక్టీరియా చావదు. ఫెళఫెళమని నీళ్ళు ఉడికేలా మరిగిస్తే గాని బాక్టీరియాకు మరణం లేదు. కాబట్టి 100° C పైగా తాగే నీటిని మరిగించి తీరాలని మరొక్కసారి గుర్తుచేస్తున్నాను.

రాత్రిళ్ళు నిద్రమేల్కోవడం, అతిగా తిరగడం, ప్రయాణాలు, పొగతాగడం, ఉడికీ ఉడకని మాంసం తినడం ఇవన్నీ అమీబియాసిస్ వ్యాధిలో చేయకూడని పనులు.

పులుపు, కారం, మషాలాలు ఈ వ్యాధికి శత్రువులు. పులిహోర, గోంగూర పచ్చడి, ఆవకాయ ఇవన్నీ మనం మనసు చంపుకోవలసిన వస్తు విశేషాలని గుర్తించాలి.

అకుకూరల్లో - గోంగూర, బచ్చలికూర, పళ్ళలో మామిడి, ద్రాక్ష, చింత, రేగు వగైరా పుల్లటివన్నీ, కాయల్లో మునగ, ఎర్రగుమ్మడి, దోస, దొండ, దుంపల్లో కంద, బంగాళా దుంప, వెల్లుల్లి ఇవన్నీ తినకూడనివే!

తియ్యగా ఉంటుందని బెల్లం, మజుగా ఉంటుందని మద్యం మొదలు పెడితే అమీబియాసిస్ తగ్గదు.

అమీబియాసిస్ చేయదగిన పథ్యం

పాతబియ్యంతో వండిన అన్నాన్ని తినాలి. అదీ వేడివేడిగా ఉన్నప్పుడే తినాలి. చిన్న సెనగలు, కందులతో కట్టుకాచుకొని తాగవచ్చు. అంతేగాని, చింతపండు రసం పోసి మషాలాలు దట్టించి సాంబరు కాచుకొని తాగితే కడుపు మంటెత్తి పోతుంది.

మజ్జిగ ఆ వ్యాధిలో పరమాషధం. చిలికిన మజ్జిగ ఎంత ఎక్కువగా తీసుకుంటే అంత మంచిది. అరటిపళ్ళు, నేరేడు పళ్ళు, వెలగపండు, పెద్దఊసిరికాయ,

దానిమ్మపండు, మారేడు పండు, తాటిపండు... వీటిని ఈ రోగులు తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలి.

ధనియాలు, వాము, జీలకర్ర, పిప్పళ్ళు, శొంఠి ఇవన్నీ జీర్ణశక్తిని, ఆకలిని పెంచి పేగులకు ఆహారాన్ని వంటపట్టించే శక్తినిస్తాయి. వీటిని తరచుగా వాడడం మంచిది.

భోజనానికి ముందు అల్లం, సైంధవ లవణం కలిపి నూరిన మిశ్రమాన్ని మొదట ముద్దలో తీసుకుంటే ఆహారం పట్ల రుచి కలుగుతుంది.

కనీసం 10 వ పాలు నీరు అవిరయ్యేలా కాచి చల్లార్చిన నీరు తాగమని ఆయుర్వేద శాస్త్రం చెప్తోంది.

నామోషీ అనుకోవుండా జాగ్రత్తలు పాటించండి!

ఇవన్నీ ఒక ఎత్తు. అమీబియాసిస్ రోగి ముందుగా గోళ్ళు పెరగకుండా కత్తిరించుకోవడం మొదటి జాగ్రత్త. తను తీసుకునే ఆహారం ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ శుచిగా శభ్రంగా ఉండి తీరాలి. రోడ్డు పక్కన బజ్జీలు, జంగిడీలు తింటూన్నంత కాలం అమీబియాసిస్ నుంచి విముక్తి అసాధ్యం అని గుర్తించాలి.

ఇంట్లో కూడా శుభ్రత పాటించాలి. ఇంటి పరిసర వాతావరణం కూడా శభ్రంగా ఉండేలా చూసుకోవాలి.

క్యాంపులకు తప్పనిసరిగా బయట ఊళ్ళకు ప్రయాణం చేయవలసివస్తే, కూల్‌ప్యాక్‌లో గానీ, సీసాలో గానీ, కాచిచల్లార్చిన నీళ్ళు తీసుకువెళ్ళడం అలవాటు చేసుకోవాలి. నామోషీ అనుకుంటే నష్టపోయేది మనమే! “ ఇంకా నయం... చద్దన్నం మూట కట్టుకుని వెళ్ళమన్నారు కాదు”..... అనుకుంటున్నారా.....? ఖచ్చితంగా అదే అనబోతున్నాను. సాధ్యమైనంత వరకు హోటళ్ళలో తినడం మానేయడానికి ప్రయత్నించి ప్రత్యామ్నాయ ఉపాయాల్ని మీకు మీరే ఆలోచించుకోండి.

కడుపు 'చల్లగా' ఉండాలి

అతిగా తినడం, అసలు తినకపోవడం, తినకూడనివి తినడం ఈ మూడూ సమానంగానే నష్టాన్ని కల్గిస్తాయి శరీరానికి!

అమీబియాసిస్‌లో మొదటగా శిథిలం అయ్యేది పేగులే కాబట్టి. పేగుల్ని సంరక్షించుకోవడం అత్యవసరం. ఇక్కడ గుర్తుంచుకోవలసిన అంశం ఏమంటే, జిగట విరేచనాలు అయినప్పుడు, విరేచనం ద్వారా బైటకు పోయే జిగురు - పేగులోపలి. మ్యూకస్ అనే పొర. అంతేగానీ, కడుపులో జిగురు తయారుకాదు. పేగులోపలి పొర అమీబాల వలన రాలిపోయి విరేచనం ద్వారా బైటకు పోతోందున్న మాట!

End of Preview.

Rest of the book can be read @
[http://kinige.com/book/Mee+Vyadhulaku+](http://kinige.com/book/Mee+Vyadhulaku+Meere+Vaidyulu)
[Meere+Vaidyulu](http://kinige.com/book/Mee+Vyadhulaku+Meere+Vaidyulu)

*** * ***