వివిధ వ్యాధులు

ఆయుర్వేద చికిత్స

డా॥ టి. బిక్షపతి

M.D; A.Y; D.Y.S. (I.M.S.B.H.U)

వివిధ వ్యాధులు

ఆయుర్వేద చికిత్స

డా॥ టి. భిక్షపతి,
M.D., A.Y; D.Y.S. (I.M.S.B.H.U.)

విక్టరీ పబ్లిషర్స్
డోర్. నెం. 30-17-3ఎ, వారణాశివారి వీధి, సీతారాంపురం,
విజయవాడ- 520 002. ఫోన్ : 0866 - 2444156.

వివిధ వ్యాధులు

ఆయుర్వేద చికిత్స

డా॥ టి. భిక్షపతి,
M.D., A.Y; D.Y.S. (I.M.S.B.H.U.)

©Ln. **I. Ramakumar,** PMJF
Immadisetty Akkeswara Rao
Charitable Trust, Vijayawada.

ప్రథమ ముద్రణ - 2015

వెల. ₹ **100-00**

సోల్ డిస్ట్రిబ్యూటర్స్

శ్రీ వెంకటేశ్వర బుక్ డిపో
30-17-3A, వారణాశివారి వీధి,
సీతారాంపురం, విజయవాడ - 2.
ఫోన్ : 0866 - 2444156

సాయి వెంకటేశ్వర బుక్ డిపో
26-27-77, బాటా షోరూమ్ ఎదురు,
గాంధీనగర్, విజయవాడ - 520 003.
ఫోన్ : (0866) 2570192, 2570309

శ్రీ వెంకటేశ్వర బుక్ డిపో
ప్లాట్ నెం. 3, 103, 2-4-1085,
సాయిలక్ష్మి నికేతన్,
రామకృష్ణా హాస్పటల్ ఎదురువీధి,
కాచిగూడ కుమార్ థియేటర్ దగ్గర,
నింబోలి అడ్డ, హైదరాబాదు - 500027.
ఫోన్ : (040) 65528228, 24653879
(ఫాక్స్) **24745257,** సెల్ **: 9346771314**

గతంలో ఈ పుస్తకం గౌతమ్ పబ్లిషర్స్‌చే ప్రచురించడం జరిగినది

మనవి : మాచే ప్రచురించబడిన అన్ని రకముల పుస్తకములు అన్ని ప్రముఖ బుక్ షాపులలోను, విశాలాంధ్ర మరియు ప్రజాశక్తి బుక్ హౌస్ అన్ని బ్రాంచిలలోను లభించును. లభించని యెడల మమ్ములను నేరుగా సంప్రదించగలరు. పుస్తకాలలో ఏవైనా లోపాలు, తప్పులు ఉన్నా తెలియచేసిన తదుపరి ముద్రణలో సరిచేయగలం. ఏ విషయమైన **ramakumarimmadisetty @yahoo.com** మెయిల్‌కు తెలియ జేయవచ్చును. మీకు కావలసిన పుస్తకాలకు : **SBI online A/c. No. 31712393082 సాయి వేంకటేశ్వర బుక్ డిపో, విజయవాడ** పేరున జమచేసి, మీకు దగ్గర గల ట్రాన్స్‌పోర్టు వివరాలు తెలుపవలెను.

Published by : **విక్టరీ పబ్లిషర్స్, విజయవాడ**

We have made many efforts to present this book without errors. But some errors might have crept in. We do not take any legal responsibility for such errors and omissions. If you bring them to our notice we shall correct them in our next edition. All disputes are subject to Vijayawada Jurisdiction only.

అంకితము

డాక్టరుగా రోగులకు జీవం పోస్తూ....

రాజకీయవేత్తగా రోగగ్రస్తమైన సమాజానికి సర్జరీ చేస్తూ

ప్రజల జీవితాల్లో వెలుగులు నింపుతున్న

నా మిత్రురాలు

శ్రీమతి **డాక్టర్ హరి రమాదేవి రమేష్‌బాబు**గారికి

అంకితం

– రచయిత

ఆరోగ్యమే మహా భాగ్యం

శారీరక ఆరోగ్యం బాగుంటేనే మానసిక ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. మానసిక ఆరోగ్యం బాగుండాలి అంటే శారీరకంగా ఆరోగ్యంగా ఉండాలి. అప్పుడే మనం జీవితంలో ఏమి సాధించా లన్నా సాధించగల్గుతాము.

మన శరీరం గురించి మనకు కనీస అవగాహన ఉండటం అవసరము. అందుకే వైద్యరంగంలో విశేషమైన అనుభవం పరిశోధన అనుభవం కల్గిన ప్రముఖ వైద్యులు డా॥ టి. బిక్షపతిగారు జీవితంలో సాధారణంగా, వంశపారంపర్యంగా, జన్యుపరంగా వచ్చే వివిధ వ్యాధులు, వ్యాధుల లక్షణాల గురించి తెలియజేస్తూ వాటి నివారణకు సాధ్యమైనంత మనకు అందుబాటులో లభించే కాయగూరలు, ఆకుకూరలు, పండ్లు, పుష్పాలు వగైరా మరియు మందు మొక్కలు వాటి పోషక విలువలు, వాటి మూలంగా లభించే ఔషధాల గురించి చాలా విపులంగా వ్రాసారు.

ఈ పుస్తకం ఆరోగ్యం కోరే వారికి, ఆయుర్వేదంపై అభిమానం, ఆసక్తి, అనురక్తి కల్గినవారందరికి ఆనంద దాయ కంగానూ ఆమోదయోగ్యంగానూ వుండగలదనడంలో సందేహం లేదు. ప్రతి విషయమును అందరికి అర్ధమయ్యేలా కూలంకషంగా అందచేసిన డా॥ బిక్షపతిగారు కృషి సర్వదా ప్రశంసనీయం మాకెంతో ఆనందదాయకం.

ఇట్లు

- పబ్లిషర్స్

- డా॥ **టి. భిక్షపతి**

రచయితగా నా మాట....

మారుతున్న సామాజిక పరిస్థితుల్లో అందని వాటి కోసం అఱ్రులు చాస్తున్న మానవుడు సుఖమయ జీవనానికి బదులు రోగగ్రస్తమైన జీవితాన్ని గడుపుతున్నాడు. పుట్టింది మొదలు జీవిత పరుగు పందెంలో పాల్గొంటున్నాడు. దీంతో సనాతన జీవన విధానం నుంచి ఆధునిక పద్ధతుల పేరుతో పరిసరాల పరిశుభ్రతను మర్చిపోతున్నాడు. పాటించవలసిన ఆహార నియమాలను విస్మరిస్తున్నాడు. దీంతో అత్యధికులు ఏదో ఒక వ్యాధిని సొంతం చేసుకుంటున్నాడు. నేడు ఎవరిని కదలించినా ఏదో ఒక వ్యాధి పీడితులుగా చెప్పుకొస్తున్న మాట కాదనలేని సత్యం. ప్రజల సొంత కారణాల వల్ల అనారోగ్యం కొని తెచ్చుకొంటున్న పరిస్థితులు ఒకవైపు, ఆరోగ్య రక్షణ గురించి ఏ మాత్రం పట్టించుకోని ప్రభుత్వాల తీరు మరో వైపు సమాజాన్ని అతలా కుతలం చేస్తున్నాయి.

సరైన ఆహార పద్ధతులు, సక్రమమైన పరిసరాల పరిశుభ్రత, పైపై మెరుగుల గురించి ఆతృత, (టెన్షన్) పడకపోవడం వల్ల మాత్రమే మానవుడు సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో జీవితాన్ని కొనసాగించగలడు. వీటిని పాటించక పోవడం వల్ల వచ్చే పలు రకాల వ్యాధులు, వ్యాధి నివారణలు, ఔషధ చికిత్సలు మొదలైనవాటి గురించి సమగ్రంగా విపులంగా వివరించబడినదే ఈ **'వివిధ వ్యాధులు – ఆయుర్వేద చికిత్స'**

సర్వ మానవాళి సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి ప్రమాణం ఆయుర్వేదం.

- డా॥ టి. భిక్షపతి

అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్
రీజినల్ రీసెర్చ్ ఇనిస్టిట్యూట్
అశోక్ ఫిల్లర్, జయనగర్,
బెంగుళూరు.

విషయసూచిక

1. వివిధ వ్యాధులు - ఆయుర్వేద చికిత్స పరిచయం 9
2. త్రిదోషములు - శాస్త్రీయ అధ్యయనము 13
3. వ్యాధులు వర్గీకరణ 21
4. పంచకర్మ ప్రాధాన్యత 24
5. పంచకర్మ గుణాలు 24
6. స్వస్థ వృత్తము - మంచి ఆరోగ్యానికి నిత్యం ఆచరించాల్సిన నియమాలు 34
7. ప్రజలు గమనించాల్సిన కొన్ని విషయాలు 41
8. రసాయనము 42
9. సెక్స్ - సెక్స్ - సెక్స్ 44
10. వాజీకరణము 47
11. వ్యాధులు - వ్యాపించే విధానము 49
12. మలేరియా (విషమ జ్వరము) 51
13. ఇన్ఫ్లూయెంజ (వాతాదిక కఫజ్వరము) 53
14. ఫైలేరియాసిస్-బోదకాలు 54
15. ప్లేగ్ - గ్రంధిక జ్వరము 56
16. టైఫాయిడ్-సన్నిపాత జ్వరము .. 58
17. చికెన్ ఫాక్స్ (ఆటలమ్మ) 60
18. మమ్స్-చెంప గడ్డలు-గౌద బిళ్ళలు 61
19. మీసిల్స్-దద్దు-పొంగు (రోమాంతిక).................... 62
20. స్మాల్‌ఫక్స్ (మశూచికం)...... 63
21. డిఫ్తీరియా - కంఠరోహిణి ... 64
22. వర్మ్ ఇన్‌ఫెస్టేషన్ - పాములు 65
23. తలలో పేలు - ఈళ్ళు 67
24. జీర్ణమండలము-వ్యాధులు ... 68
25. అరుచి-(అరోచకం) అనోరెక్సియా.................. 71
26. అగ్నిమాంద్యం 72
27. మధుమేహం.................. 74
28. కడుపు నొప్పి (ఉదరశూల)... 77
29. అతిసారం 78
30. రక్తమొలలు (అర్షస్సు) 79
31. రక్తపిత్తం 81
32. ఎక్కిళ్ళు - హిక్కా.............. 83
33. జిగురు విరేచనాలు 84
34. భగందరం 86
35. పెప్టిక్ అల్సర్ 88
36. సిర్రోసిస్ లివర్ 90
37. జాండీస్ (కామెర్ల వ్యాధి) 91
38. శ్వాసకోశ వ్యాధులు 93
39. బ్రాంకియల్ ఆస్మా (ఉబ్బసము).................... 94
40. బ్రాంకైటిస్...................... 98
41. క్రానిక్ బ్రాంకైటిస్ (కఫజకాస).................. 100
42. న్యూమోనియా (పుప్పుసశోధ)................ 101
43. టూబర్‌క్లోసిస్ (క్షయ) 102
44. ఈసినోఫిలియా 104

45. న్యూమోతోరాక్స్ - పుప్పుసపటల శోధ 106
46. గుండె జబ్బులు.............. 107
47. ఒబేసిటీ(స్థూలకాయము) ... 111
48. అధిక రక్తపోటు (హైపర్ టెన్షన్)............. 115
49. ఎంజైనా పెక్టోలిస్ 119
50. ఇష్కిమిక్ హార్ట్ డిసీజ్........ 120
51. మయోకార్డియల్ ఇన్‌ఫెక్షన్. 121
52. రుమాటిక్ హార్ట్ డిసీజ్ 122
53. లెఫ్ట్ వెంట్రిక్యులార్/ రైట్ వెంట్రిక్యులార్ ఫెయిల్యూర్.................. 123
54. మైట్రల్‌స్టినోసిస్ 124
55. గుండెజబ్బులు ఆయుర్వేదం . 124
56. ముక్కులోంచి రక్తం పడటం 127
57. జలుబు 128
58. పీసనం 129
59. చెవిలో నుండి చీము కారటం.............. 131
60. చెవిపోటు 132
61. చెవుడు....................... 133
62. గొంతు వ్యాధులు 134
63. గొంతు క్యాన్సర్ మరియు గొంతు బొంగురుపోవుట .. 134
64. టాన్సిలైటిస్ (గలాయు)..... 135
65. కొండ నాలుక వాచుట 136
66. ముఖ పాకం-ముఖశోధ ... 137
67. దంతాలు వాటి వ్యాధులు .. 137
68. దంత చిగుళ్ళ వాపు 139
69. పిప్పిపన్ను.................... 140
70. పళ్ళ తీపులు (దంత హర్షం) 141
71. చిగుళ్ళవాపు 142
72. ఎముకలు-కీళ్ళవ్యాధులు... 142
73. నడుము నొప్పి.............. 143
74. సియాటికా నొప్పి (గృధ్రశీవాతం) 146
75. రుమాటాయిడ్ ఆర్థ్రయిటీస్-ఆమవాతం ... 147
76. ఆస్టియో ఆర్థ్రయిటీస్ - సంధివాతం................. 149
77. గౌట్ - వాత రక్తం 151
78. మెడ నొప్పి................... 152
79. మెదడు - నాడీమండల వ్యాధులు 153
80. మనస్సు 155
81. పార్కిన్‌సన్‌సోనిజం (కంపవాతం)................ 156
82. పక్షవాతం - పెరాలసిస్.... 157
83. ఫెసియల్ ఫెరాలిసిస్ - ఆర్థితవాతం................. 159
84. పారప్లేజియా - ఖంజవాతం................. 160
85. ఎపిలెప్సి (అపస్మారం)...... 161
86. స్కిజోఫేనియా (ఉన్మాదం) .. 163
87. మేనియా (అతత్వాభినివేశము) 165
88. స్ట్రెస్ జీవితాలకు............ 167
89. ఆంక్సైటి న్యూరోసిస్ - చిత్తోద్వేగం.................. 168
90. వర్టిగో - భ్రమ.............. 169
91. డెమొన్షియా - జ్ఞాపకశక్తి తగ్గటం........... 170
92. సిపాల్జియా - తలనొప్పి
93. హేమిక్రేనియా - అర్ధావభేదకం................ 172

94. క్రానిక్‌సైనసైటిస్ - సూర్యవర్తం 172
95. ఇన్‌సోమినియా - నిద్రపట్టకపోవటం 173
96. చర్మ వ్యాధులు 174
97. చక్కని ముఖారవిందానికి - చర్మ సౌందర్యానికి 176
98. అర్టికేరియా - (దద్దుర్లు).... 177
99. సోరియాసిస్ 178
100. బొల్లి (వెటిలిగో)............ 181
101. స్కాబిస్ (గజ్జి) 183
102. ఎగ్జిమా 184
103. చర్మదళం (డెర్మాటైటిస్)..... 186
104. ఎరిసిపెలాస్ (విసర్పము)... 187
105. తామర (రింగ్‌వర్మ్)......... 188
106. హెర్పిస్ - కక్షా 190
107. చీముగడ్డలు (గ్రంధి)........ 192
108. వార్ట్-పులిపిరికాయలు 193
109. ప్రిక్‌లీ హీట్(ఒళ్ళుపేలుట) . 193
110. కుష్ఠువ్యాధి (లెప్రసీ)......... 194
111. కాళ్ళు పగులుట - (పాదదారి).................. 197
112. శోభి మచ్చలు................ 197
113. నల్ల మచ్చలు 198
114. మొటిమలు 199
115. బట్టతల - ఆలోపేషియా .. 201
116. వెంట్రుకలు - తెల్లబడుట .. 204
117. చుండ్రు 204
118. సుఖవ్యాధులు................ 206
119. సిఫలిస్ - ఫిరంగి రోగం .. 206
120. గనేరియా..................... 209
121. షాంక్రాయిడ్-ఉపదంశం .. 210
122. ఎయిడ్స్ వ్యాధి.............. 211
123. మూత్రమండల వ్యాధులు - చికిత్స 214
124. మూత్రపిండాల్లో రాళ్ళు 215
125. వృక్కశోథ..................... 217
126. యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇన్‌ఫెక్షన్ . 218
127. రిటెన్షన్ ఆఫ్ యూరిన్ - మూత్రఘాతం 219
128. మూత్రకోశ వ్యాధి - సిస్టయిటిస్ 220
129. ప్రోస్టేట్‌గ్లాండ్ - పౌరుషగ్రంథి 221
130. హైడ్రోసిల్ 222
131. ఫైలేరియా అండ వృద్ధి 223
132. శ్వేతప్రదరం(ల్యూకోరియా) . 224
133. రక్తప్రదరం(మెనరోజియా) . 226
134. డిస్‌మెనోరియా (బహిష్టు నొప్పి) 227
135. అమినోరియా 228
136. గర్భకోశ క్యాన్సర్............ 228
137. వక్షోజాల నిర్మాణం - సంరక్షణ 229
138. స్తన్యదోషాలు - చికిత్స 231
139. స్తనాల్లో గడ్డలు 232
140. స్టెరిలిటీ - పిల్లలు కల్గకపోవటం 234
141. బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్................ 236
142. ఆహారపట్టిక................. 237
143. రక్త పరీక్షలు 252
144. మందు మొక్కల సంస్కృతం,తెలుగు మరియు లాటిన్ పేర్ల పట్టిక 263

వివిధ వ్యాధులు - ఆయుర్వేద చికిత్స

పరిచయం

మనిషికి ధనం, దర్పం, డాంబికం, కీర్తి, పేరు, ప్రతిష్ఠలు ఎన్ని ఉన్నా మంచిఆరోగ్యం లేకపోతే సున్నా. డబ్బు, హోదా అన్ని సుఖాలనివ్వదని అనుభవజ్ఞులు చెబుతున్నారు. మంచి అలవాట్లు, క్రమశిక్షణ గల జీవనము, మంచి ఆహారవిహారాలు మనిషిని ఆరోగ్య పథంవైపు నడిపిస్తాయి. మానసిక ఉల్లాసం మనిషిని ఆరోగ్యంగా ఉంచటంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుందని మానసిక శాస్త్రవేత్తలంటున్నారు. అందుకే “గల గల పారే సెలయేరు వోలే మనస్సే నిర్మలమై వికసించాలి” అన్నాడో కవి. ప్రతినిత్యం టెన్షన్, భయం, విపరీతమైన మానసిక ఒత్తిడి లాంటివి ఏనుగులాంటి మనిషిని పీనుగుగా మారుస్తాయి. ఏది మంచి, ఏది చెడు, ఏది సుఖాన్ని కల్గచేస్తుంది. ఏది దుఃఖానికి కారణమౌతుంది, దేనివలన మానవులు దీర్ఘకాలం మంచి ఆయుషును పొందుతారో అదే (ఆయుః Life; వేదము Science) ఆయుర్వేదం. అందరికి ఆరోగ్యం అనేది ఆయుర్వేదం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం.

ఆయుర్వేదం (Science of life) యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం ఆరోగ్యవంతుడి యొక్క స్వాస్థ్యాన్ని కాపాడుతూ, వ్యాధిగ్రస్థుడికి ఉపశమనం, స్వస్థత చేకూర్చటం, వ్యాధులు రాకుండ తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, ఆచరించవల్సినవి చెప్పి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడేందుకే ఆయుర్వేదం; ఆయువు అంటే ఏమిటి? అన్న ప్రశ్న రావటం సహజం. ఆయువనగా శరీరం (Body) ఇంద్రియాలు (Senses) సత్త్వం (Mind) ఆత్మ (Soul లేదా Spirit) యొక్క కలయికయే ఆయువు. ఈ శరీరం అనేది దోషాలు (Somatic humors) ధాతువులు (Tissues); మలాలు (Metabolic by Products and Excretions) అను వాని యొక్క కలయికనే. శారీరక దోషాలు (వాత, పిత్త, కఫాలు), అగ్నులు (Digestive and Metabolic Enzymes) ధాతువులు, మలములు, ఆత్మ, ఇంద్రియాలు మరియు మనస్సు మొదలగునవి చక్కగా ప్రవర్తించినప్పుడే, ప్రసన్నంగా ఉన్నప్పుడే సమస్థితి ఏర్పడి వాటికి నిర్దేశించిన పనులు సరిగ్గా నిర్వహించినప్పుడే సంపూర్ణారోగ్యం కల్గుతుంది. త్రిదోషముల యిన వాతపిత్తకఫములు సమస్త శరీర క్రియలను నిర్వహిస్తాయి. ఈ త్రిదోషాలే వ్యాధిలో మరియు ఆరోగ్యంలో ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తాయి. రోగాలు త్రిదోషాల పరిధిని అతిక్రమించి

పోలేవు. ఈ త్రిదోషాలయిన వాతపిత్తకఫాలు, సప్తధాతువులయిన రస, రక్త, మాంస, మేధో, అస్థి, మజ్జ, శుక్రధాతువులు, మలములయిన మల, మూత్రాదులు, సమస్థితిలో ఉంటేనే ఆరోగ్యం కల్గుతుంది. ధాతువులు శరీర పోషణలో తోడ్పడతాయి. అలాగే ఉపధాతువు (By Products) అయిన స్తన్యం (తల్లిపాలు), ఆర్తవం (Menstrual Blood); కండరాలు, (Muscles), సిరలు (Vessels), వసా, (Fat) త్వక్, (Skin) స్నాయివులు మొదలగునవి శరీరానికి సహాయికారి (Support) గా ఉంటాయి. ఎప్పుడైతే ఈ త్రిదోషాలు తమ తమ స్థానములను వదిలి మార్గంతరం చెంది ధాతువులను, మలాలను దూషింప చేస్తాయో అప్పటినుండి వ్యాధి ప్రారంభమౌతుంది. అలాగే ఉపధాతువులు కూడా దోషములచే దూషింపబడతాయి. ఒక్క చిన్న ఉదాహరణ చెబుతాను. స్నేహం పెరిగి పెరిగి ప్రాణ స్నేహంగా మారుతుంది. ఒక్కరిని విడిచి ఒక్కరు విడువలేని పరిస్థితి ఎడబాటు లేని స్థితి కల్గినప్పుడు ఆ స్నేహం ఎంతో మాధుర్యంగా ఉంటుంది. ఒక్కరి కోసం ఒక్కరం అనే భ్రాంతితో మనసున మాలలూగెనే అంటూ బృందగానాలు ఆలపిస్తాం. ఎప్పుడయితే పరిస్థితులుమారి స్నేహం చెడితే ఒకరి పొడ ఒకరికి గిట్టదు. ఇక్కడ కూడా జరిగేది ఇదే. సమస్థితిలో దోషాలు (వాత పిత్తకఫాలు) ఉన్నప్పుడే ఆరోగ్యాన్ని కల్గచేస్తాయి. ప్రకోపం (వికారం) కల్గినప్పుడు ధాతువులను మలాలను దూషింపచేసి అనేక రకములైన వ్యాధులను కలుగజేస్తాయి. ఈ ప్రకోపం చెందిన దోషాలు తమ తమ స్థానాలను వదిలి శాఖలు, కోష్ఠం, సంధులు మొదలగు స్థానాలకు వ్యాపిస్తాయి. ఈ ప్రకోపించిన దోషాలను సమస్థితికి తీసుకురావటమే చికిత్స అంటారు.

ఈ సృష్టి మొత్తం పంచమహాభూతాలతో నిండి ఉంది. పంచమహాభూతాలయిన ఆకాశము, వాయువు, తేజస్సు, జలం, పృధ్వీ అను 5 మూల పదార్థాల వలననే ఈ సృష్టి ఏర్పడింది. అని ప్రపంచ శాస్త్రవేత్తలందరూ అంగీకరిస్తున్నారు. మానవ శరీరంకూడ పంచ మహాభూతాలతో నిర్మించబడినది. పంచ ఇంద్రియాలైన శ్రోత్రం (చెవి), త్వక్కు (చర్మము) నేత్రం(కన్ను),జిహ్వ(నాలుక), నాసిక(ముక్కు) అనేవి ఆకాశ, వాయు, అగ్ని, జల, పృధ్వీ భూతములయొక్క గుణాలైన శబ్ధ, స్పర్శ, రూప, రస, గంధ (వాసన) అను వానిని కల్గి ఉన్నాయి. మానవ శరీరాన్ని 2 విధాలుగా విభజించారు. 1. స్థూల శరీరం 2. సూక్ష్మశరీరం. స్థూలశరీరం పాంచభౌతికమైంది. సూక్ష్మశరీరము ఆత్మ, మనస్సు, ఇంద్రియాల కలయిక వలన ఏర్పడింది. ఈ స్థూల మరియు సూక్ష్మ శరీరాల కలయికయే సజీవమానవ శరీరము.

త్రిదోషాలు కూడ పాంచభౌతికమైనవే. వాతం అనేది వాయువు మరియు ఆకాశ భూతం వలన, పిత్తం అగ్ని వలన, కఫం జలం, పృధ్వీ భూతాధిక్యత వలన ఏర్పడ్డాయి.

సృష్టిలోని ప్రతి పదార్థం కూడ పాంచభౌతికమైనదే. చివరికి మనం సేవించేఆహార పదార్థాలు, ద్రవ్యాలు కూడ. ఆహార రూపంలోగాని, ద్రవ్యాల రూపంలోగాని సేవించే మధుర, ఆమ్ల, అవణ, కటు, తిక్త, కషాయ పదార్థాలలో మధురరసం – జలము + పృధ్వీ, ఆమ్లరసం – పృధ్వీ + అగ్ని, లవణం – జలము + ఆకాశము, కషాయరసం – వాయు + పృధ్వీ భూతాధి కృతను కల్గి ఉన్నాయి. ద్రవ్యాలు మానవుని ఆరోగ్య సంరక్షణలో, వ్యాధిని తగ్గించి ఉపశమనం కల్గించటంలో కూడ ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తాయి. ద్రవ్యగత పంచమహాభూత గుణాలు, శరీరంలో ఉన్న ఆయా గుణాలను పెంచటం లేదా తగ్గించటం గాని చేస్తుంటాయి. ప్రపంచంలోని ప్రతి ద్రవ్యాన్ని ఔషధరూపంలో ప్రయోగించవచ్చు అనే ఒకే ఒక సిద్ధాంతం చాలు ఆయుర్వేదం అన్ని వైద్యాలకు తల్లిలాంటిది అని గర్వంగా చెప్పటానికి అయితే ఈ మధ్యకాలంలో ప్రముఖులైన ఆయుర్వేద వైద్యులు మేం గొప్ప మా వైద్యం గొప్పది అంటూ ఒకరిమీద ఒకరు బురదజల్లుకొని పత్రికలకెక్కటం వైద్యశాస్త్రానికి అవమానకరం. మానిందే మందు. రోగికి కావల్సింది స్వస్థత. వైద్యుల మధ్యన ఉండాల్సింది పరస్పర అవగాహన. వైద్యశాస్త్రాన్ని సరియైన దృక్పధంతో అధ్యయనం చేస్తే ఈ రకమైన ఆలోచనలు రావటం తగ్గిపోతాయి. సర్వ శరీరాన్ని నడిపించే ఈ త్రిదోషాల గురించి కొద్దిగా తెల్సుకుందాం.

వాతం :

అనేది రూక్షత్వము, లఘుగుణము, శీత, కాఠిన్య, సూక్ష్మగుణాలు కల్గి ఎల్లప్పుడు చలించు స్వభావము కల్గి ఉంటుంది. ఇది వస్తి, పక్వాశయము, కటీ ప్రదేశం, తొడలు, పాదాలు, ఎముకలు అనే భాగాల్లో స్థానము ఏర్పరచుకొని ఉంటుంది. పక్వాశయము వాతానికి ముఖ్య స్థానంగా వాతాన్ని 5 విధాలుగా విభజించారు. అవి ప్రాణవాతము, ఉదానవాతము, వ్యానవాతము, సమానవాతం, అపానవాతము అనేవి.

1. ప్రాణవాతము : ప్రాణవాతము శిరస్సునందు ఉంటుంది. ఇది వక్షస్థలం (ఛాతీ), కంఠము, వీటియందు సంచరిస్తూ బుద్ధి, హృదయము, ఇంద్రియములు, చిత్తము అనువానికి ఆధారంగా ఉంటుంది. ఇది శ్వాసక్రియలో, ఆహారాన్ని లోనికి పంపించటంలో, నిష్ఠీవనము మొదలగు వానిలో సహకరిస్తుంది.

2. ఉదానవాతము : ఉదానవాతము ఛాతి యందు ఉంటుంది. ముక్కు, నాభి, కంఠము వీని యందు సంచరిస్తుంది. సంభాషించటం, ఉత్సాహం, బలం, వర్ణం, గడచిన విషయాలను స్మరణకు తేవటం లాంటి పనులలో సహకరిస్తుంది.

3. వ్యానవాతము : ఇది హృదయాన్ని ఆశ్రయించి ఉంటుంది. సర్వ శరీరమును సంచరిస్తుంది. రక్తాన్ని సర్వశరీరానికి పంపిస్తుంది.

4. సమానవాతము : పాచకాగ్ని (Digestive Juices) కి దగ్గర ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియలో తోడ్పడుతుంది. మలమూత్రాదులను సక్రమంగా వచ్చేట్లు చేస్తుంది.

5. అపానవాతము : ఇది పిఱుదులు, వస్తి, శిశ్నము, తొడలు మొదలగువాని యందు సంచరిస్తూ శుక్రము, ఆర్తవము, మల, మూత్రములు, వెడలుటలో సహకరిస్తుంది.

పిత్తం :

పిత్తం కొద్దిగా స్నిగ్ధంగా, శీఘ్రకారి గుణం కల్గి ఉష్ణంగా, లఘువుగా ఊర్ధ్వ అధోభాగాలందు వ్యాపించు స్వభావం కల్గి ద్రవరూపంలో ఉంటుంది. స్వేదం, లసీకా, రసం, రక్తం, అమాశయము యొక్క అధోభాగములు స్థానాలుగా ఉంటాయి. పిత్తాన్ని 5 విధాలుగా విభజించవచ్చు.

★ **పాచకపిత్తం :** ఇది గ్రహణి (Stomach and Intestine) ను ఆశ్రయించి ఉండి జీర్ణక్రియలో (Digestion) తోడ్పడుతుంది. దీని వికృతి వలన అజీర్ణవ్యాధులు కల్గుతాయి.

★ **రంజకపిత్తం :** ఇది లివర్, స్ప్లిన్ అను వానిని ఆశ్రయించి ఉంటుంది. ఇది రసధాతువును రక్తంగా మారుస్తుంది. దీనియొక్క వికృతి వలన రక్తహీనతలాంటి వ్యాధులు కల్గుతాయి.

★ **భ్రాజకపిత్తం :** ఇది చర్మాన్ని ఆశ్రయించి ఉంటుంది. ఇది శరీరము యొక్క తెలుపు, ఎరుపు, నలుపు రంగులను కల్గిస్తుంది. దీని వికృతి వలన ల్యూకోడర్మ, విటిలిగో లాంటి పిగ్మెంటరీ డిజార్డర్స్ కల్గుతాయి.

★ **ఆలోచకపిత్తము :** ఇది కన్నులను ఆశ్రయించి ఉంటుంది. దృష్టి యందు సహకరిస్తుంది.

★ **సాధకపిత్తము :** ఇది హృదయాన్ని ఆశ్రయించి ఉంటుంది. ఇది బుద్ధి, మేధ, అభిమానము (Intellectual and Ego) అను వాటిలో సహకరిస్తుంది.

కఫం :

ఇది స్నిగ్ధంగా, శీతలంగా, గురువుగా, మందస్వభావం కల్గి, మృదులంగా పిచ్ఛిలంగా త్వరగా వ్యాపించని స్వభావం, నిలిచియుండు స్వభావాన్ని కల్గి ఉంటుంది. వక్షస్థలం

శిరస్సు, కంఠము, సంధులు, అన్నాశ్రయం యొక్క ఊర్ధ్వభాగం, మేధస్సు అనేవి స్థానములుగా ఉంటాయి.

కఫాన్ని 5 విధాలుగా విభజించవచ్చు.

★ **అవలంబక కఫం (శ్లేష్మం) :** ఇది హృదయంను ఆశ్రయించి ఉండి, హృదయానికి కావల్సిన న్యూట్రిషన్స్‌ను అందించటంలో తోడ్పడుతుంది.

★ **క్లేదక కఫం :** ఇది ఆమాశయాన్ని ఆశ్రయించి ఉంటుంది. రుచి మొదలగు వానిని గ్రహించటంలో తోడ్పడుతుంది.

★ **భోదక కఫం :** ఇది నాలుకను ఆశ్రయించి ఉంటుంది. ఇది రుచి మొదలగు వానిని గ్రహించుటలో తోడ్పడుతుంది.

★ **శ్లేష్మక కఫం :** ఇది అస్థి సందుల్లో ఉంటుంది. ఎముకలు ఘర్షణకు లోను కాకుండ లూబ్రికేటింగ్ ఏజంట్‌గా పనిచేస్తుంది. ఎముకలు సక్రమంగా తమ విధులు నిర్వహించటంలో సహకరిస్తుంది.

★ **తర్పక కఫం :** దీని స్థానం శిరస్సు. ఇది ఇంద్రియాలకు తృప్తిని కల్గచేస్తుంది. మనోవికాసానికి తోడ్పడుతుంది.

త్రిదోషములు - శాస్త్రీయ అధ్యయనము

వాత పిత్తకఫము అనేవి ఆరోగ్యంనందు వ్యాధియందు కూడ ఆధార భూతములుగా ఉంటాయని మీ అందరికి తెల్సు. త్రిదోషములకు శాస్త్రీయ వివరణ ఇచ్చుటకు ఎంతోమంది కృషిచేశారు. డా.ద్వారకానాథ్‌లాంటి మహా మహోపాధ్యాయులు ఆయుర్వేదానికి చేసిన కృషి మరువరానిది. ప్రఖ్యాత ఆయుర్వేద వైద్యులు, ప్రఖ్యాత సర్జన్ మరియు ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ మెడికల్స్ సైన్సెస్ డైరక్టర్ డాక్టర్ కె.ఎన్. ఉడుపాగారి నేతృత్వంలో ఎన్నో ప్రయోగాలు నిర్వహించారు. అలాగే డా॥ S.N. త్రిపాఠి, డా॥ ఆర్.హెచ్.సింగ్, డా॥ జి.పి. దూబే ఇంకా ఎందరో ఆయుర్వేద ప్రముఖులు, శాస్త్రవేత్తలు త్రిదోష సిద్ధాంతంపై ఒక సమగ్రమైన అధ్యయనం గావించి ఈ త్రిదోషాలకు సాధ్యమైనంత మేరకు వివరణ ఇవ్వటానికి ప్రయత్నించారు. ఈ వివరణ ఆయుర్వేద, అల్లోపతి వైద్యులకు, శాస్త్రవేత్తలకు ఒక అవగాహన ఏర్పడుతుంది అనటంలో సందేహం లేదు.

End of Preview.

Rest of the book can be read @

http://kinige.com/book/Vividha+Vyadhulu+Ayurveda+Chikitsa

* * *