சரஸ்வதி சங்கம் பிரசுரம்: 21

அநுபவ வைத்திய ரத்தினம்

(இரண்டாவது பாகம்)

சிகிச்சா முருதம்

நூலாசிரியர்:

சென்னை சரஸ்வதி சங்கம்

சுவாமிகள்.

சரஸ்வதி சங்கம்,

28, பிடாரியார் கோவில் தெரு,

சென்னை.

1932

[அணா 8

L:4:b
N32
85325

சரஸ்வதி சங்கம் பிரசுரம்: 21

அனுபவ வைத்திய ரத்தினம்

(இரண்டாவது பாகம்)

சிகிச்சா முருதம்

நூலாசிரியர் :

சென்னை சரஸ்வதி சங்கம்

சுவாமிகள்.

சரஸ்வதி சங்கம்,

28, பிடாரியார்கோவில் தெரு,

சென்னை.

1932

விலை] [அணா 8

தன்னையறிந்தவனே தகுந்த வைத்தியன்.

தான் நோயற்றவன் என்னும்
எண்ணமே பரம ஔடதம்.

இயற்கை வைத்தியமே சிறப்பான
சிகிச்சை.

பட்டினியே பிணி நீக்குவதற்கு வழி.

பச்சை சைவ ஆகாரமே சிறந்த உணவு.

சுத்த ஜலமே சிறந்த பானகம்.

PRINTED AT THE
SARASWATHI SANGHAM PRESS
28, Pidariar Kovil St, G. T.
MADRAS

அட்டவணை

விஷயம்		பக்கம்
ஆரோக்கியமும் நோயும்		1
வியாதி		,,
வியாதியின் நிதானம்		2
வியாதியின் பூர்வரூபம்		3
வியாதியின் சொரூபம்		4
வியாதியைக் குறிப்பிடுதல்		9
வியாதியின் முடிவு		11
1. அரோசகம்	...	13
2. மலபந்தம்	...	14
3. வாந்தி	...	17
4. வயிற்றுவலி	...	18
5. பேதி—சீதபேதி	...	19
6. சுரம்	...	21
7. தலைவலி	...	29
8. இருமல்	...	31
9. மூத்திரக் குறைவு	...	33
10. மதுமேகம்	...	35
11. தூக்கம் கெடுதல்	...	38
12. பலஹீனம்	...	40
13. மயக்கம்—அபஸ்மாரம்—வலி முதலியன		42
14. இரத்தப் பிரவாகம்	...	43
15. சுவாசகாசம்	...	45

16.	க்ஷயம் ...	47
17.	மேகம் ...	50
18.	வெள்ளை ...	53
19.	குஷ்டம் ...	54
20.	இருதய நோய் ...	57
21.	மனோ வியாதிகள் ...	59
22.	வீக்கம் ...	63
23.	சொரி—சிரங்கு—படை ...	65
24.	காயம்—கடி—இரணங்கள் ...	66
	ஸ்திரீகளின் கெற்ப நோய்கள்	71
	கெற்பிணி சிகிச்சை ...	77
	பிரசவ சிகிச்சை ...	81
	சிசு பரிபாலனம் ...	87

முகவுரை

மக்கள் யாவரும் நோயைத் தடுத்து ஆரோக்யமடையும் நிமித்தமாக எம்மால் எழுதப்பட்ட ஆரோக்கிய நூலை பக்தியோடு படித்திருந்தால் அவர்கள் நோயின்றி வாழக் கூடும். அந்நூலில் நோயைத் தடுப்பதற்கு வேண்டிய விதிகளை விசேஷமாய்க் காணலாம். சில இடங்களில் நோயின் காரணங்களும் அதன் சிகிச்சையும் வெகு சூக்ஷமமாக கூறப்பட்டுள்ளன. நோய் வந்த காலத்தில் அதன் நிவாரணைக்காக வேண்டிய விதிகள் இந்தவைத்தியநூலில் காணலாம். ஒவ்வொரு நோயுக்கு காரணமும் அதன்லக்ஷணங்களும் அதற்கு வேண்டிய சிகிச்சா முறைகளும் இப்புத்தகத்தில் எழுதியுள்ளன. நோயின் காரணத்தை ஒருவன் தெரிந்து கொள்ளுவானேயாயின் அதன் பரிகாரத்தை அவன் தேடிக் கொள்ளக்கூடும். ஆகையினால் இந்நூலில் நோயின்காரணம் விரிவாக எழுதப்பட்டுள்ளது.

அநேகமாக நோயின் காரணத்தைத் தெரிந்து கொண்டு அதை மாற்றிக்கொண்டால் வந்த நோய் விபரீதமாகாமல் பரிகரிக்கவும் இனிமேல் வரும் நோயை வாராமற்படியும் காப்பாற்றிக கொள்ளலாம். இந்த காரணத்தினாலேயே உலகிலுள்ள பலவைத்திய சாஸ்திரங்கள்சொல்லும பலமான ஔஷதங்கள் அந்தந்த நோயின் சிகிச்சா பாகத்தில் காண்பதரிது. மனிதனுடைய ஆகாரம், வழக்க பழக்கமுதலியனவைகளினாலேயேஅநேக நோய்கள்தோன்றுகின்றன. ஆகையால் அவைகளை கவனிப்பதினாலேயே வந்த நோய்கள் தீரும். ஆனால் இவைகளை அநுசரித்து போக முடியாதவர்களுக்கு ஆங்காங்கு சில ஔஷதங்களையும் சிகிச்சையாக காணலாம்.

II

இயற்கைவழி விட்டு சேர்க்கை வழியில் நடப்பதே அனேக வியாதிகளுக்கு காரணமாக இருப்பதினாலேயே சேர்க்கை வழிக்கு வந்தவன் மறுபடியும் இயற்கைவழிக்கு திரும்பி அனேகமாக ஒரு வைத்தியன் உதவியின்றித் தனக்கு வந்த நோயை தானே தீர்த்துக் கொள்ளும் விதிகளே இதில் விசேஷமாகக் காணலாம். ஆகார தோஷங்களினாலேயே அனேக நோய்கள் வரக்கூடுமாகையால் சிகிச்சா பகுதியில் ஆகார நியமங்கள் பலமாகத் தோன்றும்.

உலகிலும் நம் தேசத்திலும் ஆயுர்வேத சாஸ்திரங்கள் பல இருக்க இந்த நவீன நூல் தோன்றுவதற்கு உத்தேசம் என்னவென்னும் கேள்வி சகஜமாகப் பிறக்கும். பலவித வைத்திய சாஸ்திரக்ஞர்களில் ஒவ்வொருவனும் தனது சாஸ்திரத்தை அனேகமாகப் புகழ்வதிலும் மற்ற சாஸ்திரங்களை நிந்திப்பதையும் நாம் பார்க்கிறோம். ஒவ்வொருவனும் நோயின் நிவாரணையில் தனது சிகிச்சா முறையே சிறந்ததென்னும் விபரீத புத்தியுடையவனாய் இருக்கிறான். சாஸ்திர கர்த்தர்களாகிய பூர்வீகர்களிடத்தில் பூரண பக்தி வைத்து அதன்படி நடப்பது வைத்தியனுடைய தொழிலுக்கு அநுகூலமாயினும் அந்த வைத்தியனிடத்தில் சுவானுபவம் வந்த பிறகு பழைய சாஸ்திரங்களில் இருக்கக்கூடிய குறைவுகளை சீர்ப்படுத்துவது இவனுடைய கடமையாகும்.

நோயின் லக்ஷணங்களின் விஷயத்தில் யாரும் விவாதம் சொல்வதற்கில்லை. ஆனால் நோயின் காரண விஷயத்திலும் சிகிச்சை விஷயத்திலும் எவ்வளவோ வித்தியாசமுண்டு. காரணத்தைத் தெரிந்துக் கொண்டால் காரியத்தைத் தெரிந்துக் கொள்ளலாம். நோயின் காரண விஷயத்தில் அபிப்ராய பேதம் இருப்பின் சிகிச்சை விஷயத்தில் அபிப்ராய பேதம் வந்தே தீரும். காரண விஷயத்

தில் பல சாஸ்திரங்கள் பலவிதமாகக் கூறினும் அந்த சாஸ்திரங்களிலுள்ள நமது அநுபவத்திற்கு வந்த உண்மையான தத்துவங்களை ஆதரித்து நமது சொந்த அநுபவத்தை இதில் கூறியுள்ளோம். பூச்சிகளே அநேக வியாதிகளுக்குக் காரணமென்னும் மேல் நாட்டார் கொள்கையை நாம் பூரணமாகக் கண்டித்து நமது ஆயுர்வேத அல்லது சித்த வைத்தியத்தின் கொள்கையை ஆதரிக்கிறோம். இதிலும் நமக்கு கொஞ்சம் அபிப்ராய பேதமுண்டு. சிகிச்சை விஷயத்தில் நமக்கும் மேல் நாட்டார் அல்லது பாரதிய வைத்திய நூல்களுக்கும் எவ்வளவோ அபிப்ராய பேதங்களுண்டு. காரணத்தை சீர்ப்படுத்தி இயற்கை சிகிச்சையை அநுசரிப்பது இந்நூலின் முக்கிய கருத்தாகும். நமது ஆரோக்கிய நூலில் காணப்படும் சுத்த இடம் முதலிய ஒன்பது சாதனைகளை ஒருவன் அநுசரித்து வந்தால் ஔஷதம் உபயோகப்படுத்தாமலே நோய் தீரும் என்பது நமது சித்தாந்தம். ஆகார நிபந்தனைகளையும் சில மூலிகைகளையும் நாம் ஆதரித்தாலும் பாஷாண திரவ்வியங்களை சிகிச்சையாக நாம் ஆதரிப்பதில்லை.

காரணம் எதாயினும் சரி, சரீரத்திலுள்ள தாதுக்கள் கெடுவதே நோய்க்கு காரணமாதலின் அக்காரணத்தை நிவர்த்திசெய்துகொண்டால் தாதுக்கள் தமதுபூர்வ நிலைமைக்கு வந்து தேகம் சுகமடையக்கூடும். வைத்தியம் தெரிந்தவனோ தெரியாதவனோ சிகிச்சை செய்யுங்கால் நோயைப் போக்கி ஆரோக்கியந்தரும் உபாயங்களைத் தேடவேண்டுமேயொழிய இவனுடைய சிகிச்சையினால் வைத்தியம் நடத்துங்காலமாவது பிறகாவது பலவித நோய்களுக்கு கேதுவாயிருக்கக்கூடாது. சரீரதத்துவம், பதார்த்த குணஞானம் இவைகளில் நன்றாக பழகியுள்ள வைத்திய நிபுணனே பாஷாணங்களையும் கடினமான மூலிகைகளையும் கையாளவேண்டும். வைத்திய நிபுணர்

கள்கூட ஆசார விவகார நியமங்களும் சாதாரண ஜீவிகைகளையும் உபயோகித்தால் போதும்.

சரீர பிரக்ருதியின் ஞானமும் ஆரோக்கியமாயிருக்கும்போது சரீரத்தின் நிலைமையும் தெரிந்துகொண்டால் நோயைக் கண்டறிவதற்கும் அதற்குத் தகுந்த சிகிச்சை செய்வதற்கும் சகாயமாகும். ஆகவே நமது அனுபவவைத்தியரத்தினத்தின் முதற்பாகமாகிய சரீர தத்துவம் என்னும் நூலை படித்த பிறகே இதை படிக்கவேண்டும்.

ஔஷதத்தினுடைய குணங்களும் அவைகளின் சுத்தியும் அவைகளை ஒன்றோடொன்று சேர்க்கும் முறைகளும் நமது பதார்த்த குணபோதினியைப் படித்து தெரிந்துகொள்ளவேண்டும். பக்தியோடு இந்நூலைப் படித்து நோய் தீர்ப்பதற்கு தனக்குத்தானே சகாயமாயிருக்கக்கூடுமாயினும் அனுபவசாலிகளான வைத்தியர்களின் சகாயம் பெற்று நடப்பது நலம். அவருடைய உபதேசம் இந்நூலின் கருத்துக்குச் சகாயமாயிருக்கவேண்டும். தனக்கு இதம் கோரும் அனுபவசாலிகளான வைத்தியர்களோடு பழகியும், அவர்களின் மூலமாக வைத்தியசாலைகளில் பலவித நோயாளிகளைப் பரிசோதித்துக் கொண்டு வந்தால் நாளடைவில் இந்நூல் ஒருவனை வைத்திய நிபுணனாக்கக்கூடும்.

நோய் இன்னதென்று குறிப்பிட்ட பிறகே சிகிச்சை செய்யவேண்டிய விதி இருப்பதனால் சரீர பரிசோதனை நன்றாக செய்து நோயின் நிலைமையை தெரிந்துகொண்டு சிகிச்சை செய்யவேண்டும். நமது சரீர பரிசோதனை என்னும் நூல் நோயைக் குறிப்பிடுவதற்கு அனுகூலமாகும்.

சென்னை:
4—1—32

ஆசிரியர்.

அனுபவ வைத்திய ரத்தினம்.

(இரண்டாம் பாகம்)

சிகிச்சா மிருதம்.

ஆரோக்கியமும் நோயும்

நமது ஆரோக்கிய நிலையும் சரீர தத்துவம், மனோ தத்துவம், ஆத்ம தத்துவம், இவைகளைப் பக்தியோடு வாசித்திருப்பவர்களுக்கு ஆரோக்கிய மென்றும் அதைக் காபாற்றிக் கொள்வதற்குச் சாதனைகள் எவை யென்றும் வியாதிகளுக்குக் காரணம் என்ன வென்றும் தெரியும். ஸ்தூல்சூக்ஷ்ம சரீரத்தில் எவ்விதமான பீடை யின்றி அந்தந்தக் கருவிகள் தமது இயற்கையான கருமங்கள் செய்து கொண்டு வருகையில் ஒருவன் எந்தத் துக்கமு மின்றி ஆனந்தமாக இருக்கும் நிலையே ஆரோக்கிய மாகும். இதற்கு எதிர் முறை யானது நோய் எனப்படும்.

வியாதி

1 காரணம் அல்லது நிதானம். 2 பூர்வரூபம் 3. சொரூபம். 4. குறிப்பிடுதல். 5. சிகிச்சை.

6. முடிவு என்று ஆறு விதமாக ஒவ்வொரு வியாதியின் பிரிவாகும்.

1, நிதானம்

வியாதிகளுக்கு காரணம் எவ்வளவோ உண்டு. எதனால் சரீரத்தின் இயற்கைத் தொழில் கெடுமோ அதுவே வியாதிக்குக் காரணமாகும். சரீரத்திலுள்ள பஞ்ச பூதங்களும், சப்த தாதுக்களும், இவைகளினா லுண்டான பல விதமான கருவிகள் தமது கார்யங்களைச் சரியாகச் செய்யும் வரையில் நோயில்லை. சரீரம் போஷிககப்படும் காலத்திலெல்லாம் மலம் கழிந்து கொண்டேவரும். போஷணையனுசரித்து மலங்கள் அளவோடும் கிரமத்தோடும் வெளிப்பட்டுக் கொண்டே வரும்வரையில் நோய் தோன்றுவதில்லை. தாதுகளின் வளர்ச்சி அதிகமானாலும் குறைந்தாலும் நோய்காணும். மலங்கள் அதிக மாகவாவது குறைந்தாவது வெளிப்பட்டால் வியாதி சம்பவிக்கும். வியாதிகளுக்குக் காரணமானவைகள் தோஷங்களெனப்படும். இந்தத் தோஷங்கள் சரீரத்திலுள்ள தோஷங்களென்றும் வெளியிலிருந்து சேரும் தோஷமென்றும் இரண்டு விதப்படும். தோஷங்கள் பலவிருப்பினும் நமது ஆயுர்வேத நூலில் வாதம், பித்தம், கபம், என்னும் மூவ்வகையான தோஷங்களையே தோஷங்களென் பார்கள். திரி தோஷங்களென்பன இவையேயாகும். மலம், மூத்திரம், வியர்வை முதலிய மலங்கள் சரியாக வெளிப்படா விட்டாலும் தோஷங்கள் காணும். வெளிப்புறத்திலிருந்து சரீரத்திற்குள்

ளே பிரவேசிக்கும் ஆகார தோஷங்களும் பஞ்சபூத தோஷங்களும் தாது வர்க்கம், மர வர்க்கம், ஜெந்துவர்க்கம், இவைகளின் மூலமாகச் சேரும் தோஷங்களும் தோஷங்க ளெனப்படும்.

மேலும் சரீரத்திலுள்ளே உற்பத்தி யாகும் தோஷம் பெற்றோர்களின் மூலமாக வந்த தோஷங்க ளென்றும் சரீரத்தில் பிறகு எற்பட்டுள்ள தோஷங்க ளென்றும் இரண்டு விதப்படும்.

நித்தியா நித்தியவஸ்து விசாரணை செய்யாதவர் தமது சரீரத்திலும் உலகப் பொருளின் விஷயத்திலும் பற்றுடையவ ராகையால் அவாது மனம் கவலைக்கு வசமாகும். பயம், சந்தேகம், கோபம், ஆசை, பகை முதலிய குணங்களினால் பீடிக்கப்பட்டவராய் இருப்பார்கள். ஆராய்ச்சி செய்யாத அறிவுக்கு உட்படும் இத்தகைய மனத்தின் விகற்பங்களே அனேக நோய்களுக்குக் காரணங்களாகும். பயம், சந்தேகம, கவலையடைய மனத்தினால் இல்லாத நோய்கள் சம்பவிக்கின்றன. அற்ப நோயும் மனத்தினால்தான் விபரீதநிலைமை யடைகிறது.

2. பூர்வரூபம்

ஓர் வியாதியின் லக்ஷணங்கள் பலமாகத் தோன்றாமல் அனுபவிக்கும் அற்ப பாதைகள் பூர்வரூபமாகும். வியாதி காண்பதற்குச் சில நாட்களுக்கு அல்லது மாதங்களுக்கு முன்பாக பூர்வரூபம் கொஞ்சங் கொஞ்சமாய்த் தோன்றும். அற்பசுரம், இருமல், அரோசகம, மலபந்தம், பேதி, அஜீர்ணம்

தலைவலி. தூக்கம் கெடுதல் முதலியவைகள் பூர்வ ரூபமாகும்.

3. சொரூபம்

நோயின் லக்ஷணங்களை சொரூபமாகும். பூர்வ ரூபம் முற்றி சொரூபமாக முடியும். நோயாளி யுணரும் லக்ஷணங்க ளென்றும் வைத்தியனுக்குத் தோன்றும் லக்ஷணங்க ளென்றும் சொரூபம் இரண்டு விதப்படும்.

(அ) நோயாளி உணரும் லக்ஷணங்கள்

1 அரோசகம்—இதுவே ஆகாரத்துவேஷமாகும். ஆரோக்கியமாக இருக்குங் காலத்திலுள்ள நாக்கு ருசி கெடும். எந்த ஆகாரத்திலும் பிரியமில்லை.

1. (அ) அதிக தாகம் அல்லது பசி.

2. தலைவலி.—ஒரு பக்கம் அல்லது இரு பக்கத்தில் தலைவலி இருக்கும்; வலி அல்லது குத்தல் இடைவிடாம லிருக்கும்; அல்லது விட்டு விட்டுக் காணும்,

2. (அ) மற்ற இடத்தில் வலி அல்லது குத்தல்:— கை கால், கழுத்து, கண், காது முதலிய இந்திரியங்கள், கழுத்து, மார்பு, வயிறு முதலிய பாகங்களில் விட்டு விட்டு அல்லது விடாமல் வலி அல்லது குத்தல் இருக்கும்.

3. குமட்டல் அல்லது வாந்தி:— அதிகாலையிலாவது வேறு நேரத்திலாவது குமட்டல் அல்லது வாந்தி காணும். ஆகாரத்தையாவது, பானங்களை

யாவது, உட்கொண்டால் வாந்தி இன்னும் அதிகமாகும்.

4. சுரம்:—விட்டு விட்டு அல்லது விடாமற்காயும். குளிரோடு வரும்; குளிரில்லாமல் காயும்.

5. வயிற்றுப்புலம் அல்லது பாரம்:—ஆகாரம் உட்கொண்ட காலத்திலும் பிரசம் உப்புஸமிருக்கும். வயிறெல்லாம் மந்தமாகவே இருக்கும்.

6. மலபந்தம்:—மல விஸர்ஜனமில்லை. அல்லது கஷ்டமாக வெளிப்படும்.

7. பேதி:—ஆகாரம் தின்ற உடனே அல்லது வேறு நேரத்தில் அடிக்கடி குழம்பாகப் பேதியாகும். மஞ்சளாகவும், சிவப்பாகவும் இருக்கும். சிலேஷ்மம் கலந்து அல்லது ரத்தம் கலந்து அல்லது இரண்டும் கலந்ததாக இருக்கும். மல விஸர்ஜனை காலத்தில் நோய் அல்லது குத்தல் இருக்கும்.

8. மூத்திரபாதை:—மூத்திர விஸர்ஜனை காலத்தில் எரிச்சல் அல்லது மூத்திரக்குறைவு அல்லது அதிகமாக சீழ், ரத்தம் அல்லது மணல் கலந்த மூத்திரம் இருக்கும்.

9. பிந்துஸ்கலிதம்:—அடிக்கடி பிந்து நஷ்டமாகும். வெளியாகும் பொழுது எரிச்சல் உண்டாகும்.

10. பெருமூச்சு:—எப்பொழுதும் விடவேண்டிய மூச்சுக்கு அதிகமாக மூச்சுவிடுதல். அல்லது, அற்பவேலை செய்தாலாவது, நடந்தாலாவது, பேசினாலாவது, சாப்பிட்ட உடனேயாவது மூச்சு அதிகமாகும்.

11. இருமல்:—உஷ்ணத்தினலோ குளிர்மையினலோ அடிக்கடி இருமல் காணும். கபம் வெளிப்படும், அல்லது படாமலிருக்கும். கபம், நீராயும், நுரை நுரையாகவும், கட்டியாகவும், ரத்தம் அல்லது சீழ் கலந்தும் வர்ணம் யுடையதுமாக இருக்கும்,

12. ஆயாஸமும் மயக்கமும்:—சும்மா யிருக்கும் பொழுதாவது மற்றக் காலத்திலாவது ஆயாஸம் காணும்; வேலைசெய்தால், பேசினல், நடந்தால் இது அதிகமாகும்; இதோடு இருதயத்தின் துடிப்பு இருக்கும்; இல்லாமலும் இருக்கும்.

13 தூக்கம் கெடுதல்:—தூக்கம் கெடும்; அல்லது கொஞ்சம் மாத்திரம் தூக்கம்வரும்; மனம் அலையும்; அடிக்கடி கனவு தோன்றும்.

14. ரத்தம் விழுதல்:—மூக்கு, தொண்டை, வாய் மலத்துவாரம், மூத்திர துவாரம், கர்ப்ப துவாரம் மூலமாக ரத்தம் வெளிப்படும். விட்டு விட்டு அல்லது விடாமல் கொஞ்சங் கொஞ்சமாக அல்லது அதிகமாக விழும்.

15. ஞானேந்திரிய கர்மேந்திரியங்களின் செயல்கள்:—பலவீனமாக இருத்தல் அல்லது முழுவதும் சூன்யமாக இருத்தல்.

வைத்தியனுக்குத் தோன்றும் லக்ஷணங்கள்

1. நிறம்:—ஏதோ ஓர் பாகத்தில், அல்லது பாகங்களில் தோலின் நிறம் கறுப்பாகவோ, வெண்மையாகவோ, மஞ்சளாகவோ, சிகப்பாகவோ மாறுதல்.

2. மயிர்:—அதிக குறைவு அல்லது ஆங்காங்கு விழுந்துவிடுதல், நிறம் மாறுதல் முதலியன.

3. வீக்கம்:—ஏதோ ஓர்பாகம் அல்லது சிலபாகங்களில் அல்லது தேகமுழுவதும் வீங்குதல், வீக்கம், நிறம் மாறியும், மாறாமலும், நோயுடனும், நோயில்லாமலும் இருக்கும். அழுத்தினால் பள்ளம் விழும்; விழாமலுமிருக்கும்,

4. ரத்த நாடிகளின் வீக்கம் அல்லது துடிப்பு:—கைகால்கள், மார்பு, கழுத்து, வயிறு, இவ்விடங்களில் சிரைகள் பெருத்திருக்கும்; மார்பிலும் கழுத்திலும் தமனிகளின் துடிப்பும் சிரைகளின் வீக்கமும் காணும். இருதயத்தின் துடிப்பு அதிகமாகவும் மார்பின்மேல் விஸ்தாரமாகப் பரவியுமிருக்கும்.

5. சொரியும் படையும்:—சிலபாகங்களில் அல்லது தேகமுழுவதிலும் தோன்றும்; நிறத்திலும் நோயின் உணர்ச்சியிலும் இவைகள் வேறுபடும்.

6. சதையின் வளர்ச்சி:—தலை, முகம், வாய், மூக்கு, தொண்டை, காது, கழுத்து, கை கால்கள், மலமூத்திர கர்ப்ப துவாரங்கள், இவ்விடங்களில் காணும். நிறம், அளவு, வடிவம், இவைகளில் வேறுபடும்.

7. நிணநீர் கோளங்களின் வீக்கம்:—கழுத்து, அக்குள், தொடை, சந்து, வயிறு, முழங்கை, முழங்கால்களிலிருக்கும் கோளங்கள் வீங்கும். இவைகள் நோவாயும் நோவில்லாமலுமிருக்கும்.

8. வெப்புரணம்:—கை கால்களில் விசேஷமாக தோன்றும். மற்றவிடங்களிலும் காணலாம். அளவு, நிறம், வடிவத்தில் வேறுபடும். நீர், சீழ், அல்லது ரத்தம் தனியே அல்லது கலந்து சுரக்கும். நோய் இருக்கும்; இல்லாமலிருக்கும்.

9. அங்கவீனம்:—கைகால், தொண்டை, வாக்கு காது, நாக்கு, ஜனனேந்திரியங்கள் முதலியவைகள் பிறப்பிலோ பிறகோ ஈனமாக இருந்து தமது காரியங்களைச் செவ்வனே செய்யாமலும் அல்லது பூர்ணம் செய்யாமலும் இருக்கல்.

10. நாடி:—சுரம், பலஹீனம், வாதம், பித்தம் கபம், தனியே துவந்த்வம் அல்லது சன்னி நாடியாக இருக்கும்.

11. நாக்கு:—மாவு, வெடிப்பு, உலர்வு, ஈரம், அதிகமான ரணம் உடையதாய் இருக்கலாம்.

12. தொண்டையில்வளர்ச்சி:—கோளங்கள் அல்லது சிறு நாக்கு வளர்ந்து இருக்கும்.

13. இருதயம்:—இதன் ஸ்தானம் மாறியிருக்கும், அதன் துடிப்பும் பலவிதத்தில் மிகுதியாகப் படும்.

14. நுரையீரல்கள்:—உச்சுவாசம், நிச்சுவாசம் மாறும். நுரையீரல் வீங்கியிருக்கும் லக்ஷணங்களிருக்கும். அவைகளுக்குள்ளே கபம், கட்டி, ரணங்கள், முதலியவைகள் இருக்கும் குறிகளைப் பார்க்கலாம்.

15. வயிற்றறை:—தொட்டால் அல்லது தட்டினால் அதன் இயற்கை சப்தம் மாறி இருக்கும்.

கல்லீரல், மண்ணீரல், குடல் முதலியவைகளின் வீக்கங்களின் குறிகளைக் காணலாம்; மற்ற வீக்கங்களைப் பார்க்கலாம்.

16. மலம், மூத்திரம், கபம்:—இவைகளின் பரீக்ஷையில் வியாதிகளின் குறிகளைக் காணலாம்.

4. வியாதியைக் குறிப்பிடுதல்

அந்தந்த நோயின் நிதானம், பூர்வரூபம், சொரூபம், இவைகளின் சகாயத்தினால் ஒவ்வொரு நோயையும் குறிப்பிட வேண்டும். வைத்தியனது வெகுநாள் அனுபவமே பெருத்த சகாயமாகும். நோய்கள் பலவகையென்று ஓர் சித்தாந்தம்; சிலவே என்று மற்றொரு சித்தாந்தம். ஒவ்வொரு வியாதிக்கும் ஒவ்வொரு காரண முண்டென்றும் இதனாலேயே வியாதிகளும் அநேக மிருக்கவேண்டுமென்பார் சிலர். ஒவ்வொரு வியாதிக்கும் ஓர் பூச்சி காரணமென்றென்பவரது கொள்கை இது. வெவ்வேறாகத் தோன்றும் வியாதிகளின் லக்ஷணங்களெல்லாம் ஒன்று அல்லது சில காரணங்களினால் உற்பத்தியாகின்றனவென்று பார்ப்பவர்களுக்கு வியாதிகள் சிலவேயாகும். இதுவே நமது சித்தாந்தம். அந்தந்த வியாதியின் லக்ஷணங்களை அனுசரித்து வியாதிகள் பலவகையாகத் தோன்றினும் இவைகளெல்லாம் வாதம், பித்தம், கபம், இவைகளின் தொந்துவம், சந்நிபாதமென்று ஏழும், அடி, விஷம், முதலிய ஆகந்திகமென்றும் எட்டு விதமாகப் பிரித்துக்

கொள்ளலாம். இந்த எட்டு விதங்களில் ஏதேனும் ஒன்றில் எந்த வியாதியும் சேரும். வியாதியின் ஒவ்வொரு லக்ஷணமும் ஒவ்வொரு வியாதியாகா தென்று நாம் உறுதியாகச் சொல்லுவோம்.

வைத்தியன் தனது அனுபவத்தினால் நோய் இன்னதென்று குறிப்பிட்டுக் கொண்டே நோய்க்குச் சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும். இது வைத்தியனின் முதல் கடமையாகும்.

அஞ்ஞானத்தினாலும், சந்தேக விபரீதப் படிப்பினாலும் ஆசையும் மனமுடையவர்கள் சரீர விஷயத்தில் அதிகப்பற்றுடைய வர்களாக இருப்பதினாலும், சில நோய்கள் விபரீதமாக முடியு மென்று கவலைப் படுபவர்களாகிய சில வியாதியஸ்தர்களிடத்தில் வைத்தியன் நோய் இன்னதென்று குறிப்பிட்டுச் சொல்லாதிருத்தல் அந்த நோயாளிகளுக்குக் க்ஷேமம் தரும்.

5. சிகிச்சை

ஓர் வியாதியின் நிவாரணைக்காகச் செய்யப்படும் கார்யங்க ளெல்லாம் சிகிச்சையாகும். வியாதிக்கு ஏதுவான காரணங்களைத் தடுப்பதும், ஆகார விவகார நியமங்களும், ஔடதங்களும் சிகிச்சை வகுப்புக்குச் சேர்ந்தவைகள். இவைகளுக்குள்ளே ஔடதம் மாத்திரம் பிரதானம் என்றும் மற்றவைகள் சிகிச்சைக்குச் சேர்ந்தன வல்லவென்றும் சாதாரண ஜனங்களும் அனுபவமில்லாத வைத்தியர்களும் எண்ணுகிறார்கள். இது ஒரு பெரிய தவறாகும்.

மற்றவைகளைச் சரிபாரக் கவனிந்கால் ஔடகத்திற்கு இடமில்லை. சில சந்தர்ப்பங்களில் ஔடதம் மற்றச் சிகிச்சை முறைகளுக்குக் கொஞ்சம் மாத்திரம் சகாயமாவதும் உண்டு. வியாதியை நீக்குவதற்கு ஔடதங்கள்தான் முதன்மையாக உள்ளது என்றும் மற்ற விஷயங்களைக் கவனிக்க வேண்டியதில்லையென்றும் உள்ள தப்பான அபிப்பிராயத்தினால் ஜனங்களின் நோய் தீராமலிருக்கிறது; அல்லது தாமதமாக சௌக்கியமாகிறது. அல்லது வந்த நோய் மறுபடியும் மறுபடியும் தோன்றுகிறது.

சுரம், தலைவலி, வயிற்றுவலி, வாந்தி, பேதி, முதலிய அனேக நோய்கள் ஆகார தோஷங்களினாலேயே சம்பவிக்கின்றன. வியாதிக்கு காரணத்தைத் தெரிந்துகொண்டு ஆகாரத்தைச் சரிப்படுத்திக் கொண்டால் நோய் போகும். காப்பி, தேயிலை புகையிலை, கள், சாராயம், அபினி, கஞ்சா, இவைகளின் உபயோகத்தினால் கணக்கற்ற வியாதிகள் உண்டாகின்றன. இவைகளை நிறுத்தினால் வியாதி தானாகவே தீரும். மிதமிஞ்சின ஸ்திரீ புருஷ போகமும் வேலைக்குத் தகுந்த போஷணையில்லாமலும் வீணான கவலையும், க்ஷயம் முதலிய நோய்களுக்குக் காரணமாகையால் இவைகளைத் தடுத்தால் வந்த நோய்கள் தானாகவே சௌக்கியமாகும்.

6. முடிவு

ஒவ்வொரு வியாதியை சாத்தியம், கஷ்டசாத்தியம், அசாத்தியம் என்று மூன்று விதமாகப் பிரி

க்கலாம். பலநாட்களின் அனுபவத்தினாலேயே வியாதியின் முடிவு இன்னதென்று சொல்லக்கூடும். அனுபவமின்றி ஓர் வியாதியின் சரியான ஞானமின்றி அதின் முடிவு சொல்லலாகாது. தெரியாததை தெரியாதென்று சொல்லுவதே வைத்தியனுக்கு அழகு. தனது அனுபவத்தின் சகாயங் கொண்டு நீண்ட யோசனையுடனே முடிவை சொல்ல வேண்டும்.

தமக்கு அனுபவமில்லாத வியாதிகளின் முடிவை விபரீதமாக சொன்ன காரணத்தினால் அநேக வைத்தியர்கள் தமது கௌரவத்தை இழந்துக் கொண்டுளார். ஆகையால் எந்த வைத்தியனும் அவசரபட்டு சொல்லக் கூடாது.

—

வியாதிகளும் சிகிச்சையும்

1. அரோசகம்.

அன்ன துவேஷம், அரோசகம், அல்லது உணவில் இச்சையில்லாமையென்றாலும் ஒன்றே. எல்லா நோய்களுக்கு இது பூர்வரூபமாகும்.

நிதானம்:—அளவுக்கு மிஞ்சின ஆகாரம் ஜீர்ணமாகாததே அரோசகத்திற்கு முக்கிய காரணம். மலம் மூத்திரம், வியர்வை, கபம், வாயு என்னும் ஐவகையான மலங்கள் வெளியாகாமையும் இதற்கு சகாயமாகும்.

சொரூபம்:—சாப்பாட்டில் இச்சையில்லை. ஏறக்குறைய எல்லாவிதமான வியாதிகளின் பூர்வரூபங்கள் இதோடு கலந்திருக்கும். ஐவகை மலங்கள் வெளியாகாமலிருக்கும்; உப்பு, காரம், முதலிய நாக்கு ருசி கெடும். குமட்டல், அல்லது வாந்தி இருக்கும்.

சிகிச்சை:—எல்லா வியாதிகளின் சிகிச்சையிலும் காரணங்களை நீக்கிக் கொண்டாலே போதும். தனியே மருந்து வேண்டாம். ஆகார தோஷத்தினு

லும் ஏதேனும் ஒன்று அல்லது ஐவகை மலங்களின் பந்தத்தினுலும் இந்த நோய் காணுமாகையால் இவைகளை நிவர்த்தி செய்துக் கொண்டாலே போதும். மலபந்தத்தை நீக்கிக்கொண்டு ஓர் நாள் முழுவதும் பூர்ணம் உபவாசமாக இருந்தால் இரண்டாவது நாள் வேண்டிய பசி காணும். உபவாச நாளில் ஜலம் மாத்திரம் குடிக்க வேண்டும். எந்த உணவையும் தின்னக்கூடாது. இரண்டாவது நாளில் பசிதோன்றி விட்டால் அந்த நாளும் உபவாசமிருக்க வேண்டும். அல்லது பசி தோன்றும்வரையில் இருத்தல் வேண்டும். உபவாசம் முடிந்த பிறகும் லேசாயும் ஜீர்ணத்திற்கு சுலபமாயுள்ள மோர், கஞ்சித்தண்ணீர் அல்லது கஞ்சி, பழச்சார் குடிக்க வேண்டும். கிரமகிரமமாக சாதாரண உணவுகளை உபயோகித்துக் கொண்டு வரலாம். தேகத்திற்கு வேண்டிய பயற்சி இருத்தல் வேண்டும். மலங்கள் சரியாக கழியும்படி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். பசி வந்தாலொழிய எந்த ஆகாரத்தையும் தின்னக் கூடாது.

2. மலபந்தம்.

நிதானம்:—தேகப்பயிற்சி யில்லாத சோம்பலான வாழ்க்கை, சூடான, துவர்ப்பான, காரமான உணவுகளின் உபயோகம், உணவில் கொழுப்பும் பச்சைக்காய்கறிகளில்லாமை, முழுதான்யங்களை தோலுடன் தின்பதற்கு பதிலாக மாவாகதின்பது, அதிகமாக வேகவைத்த உணவுகளை தின்பது முதலியன.

சொருபம்:—சோம்பல், தலைவலி, தூக்கம் கெடுதல், அரோசகம், குமட்டல், அல்லது வாந்தி, வயிற்றுவலி அல்லது உப்புசம், சுரம் முதலியன.

சிகிச்சை:—காரணங்களைச் சீர்ப்படுத்திக் கொள்ளவும். இதற்காக விரேசனமாகும் ஔடதங்களைச் சாப்பிடுவதும் வஸ்திகர்ம சிகிச்சைசெய்வதும் உலகில் எங்கும் பார்க்கலாம். இந்த இரண்டு பழக்கமும் சரியான சிகிச்சையன்று. ஆனால்மற்ற உபாயங்களைத் தேடியும் பயன்படாமல் அவசரமான அபாயகாலத்தில் ஔஷதிகளையாவது *வஸ்திகர்மத்தையாவது செய்யலாம்.

---

*சாதா வீடுகளில் கிடைக்கும் மூக்குசெம்பின் குழாய்க்கு ஓர் ரப்பர் குழாய் சோடித்து அதன் மற்ற முனைக்கு ஓர் மரத்தின் குழாயை சோடிக்கவும. இந்த மரத்தின் மேற்பாகம் நயமாகவும்அதன் இருமுனைகள் ரப்பர்குழாயிலும்ஆஸன துவாரத்திலும் சோடிக்கத் தகுதியாகவும் இருக்கவேண்டும். அல்லது வஸ்திகர்மத்திற் கென்றே தயார்செய்துள்ள ஆயுதங்களையும் உபயோகித்துக் கொள்ளலாம். வஸ்திகர்மத்தில் ஜலம், கஞ்சித்தண்ணீர், கஷாயம், தைலம் முதலியவைகள்உபயோகப்படுகின்றன. சுமார் கால்படியிலிருந்து அரைப்படி வரையில் ஜலத்தையாவது மற்ற ஜல பதார்த்தங்களையாவது உபயோகிக்கலாம். ஜலம் கொஞ்சம் வெதுவெதுப்பாகவும் அதிக சூடில்லாமலுமிருக்க வேண்டும். நோயாளியை இடது பக்கத்தில் படுக்கவைத்து வாயும் ஆஸன துவாரமும் திறந்திருக்க

கொழுப்புடைய கொட்டைகளையும்,தோல் எடுக்காத முழுதான்யங்களையும், அதிக வேகவைக்காத பச்சைகாய் கறிகளையும் கீரைகளும் பழங்களையும் அதிகமாக சாப்பிட்டுக் கொண்டு வந்தால் மலச்சிக்கல் தீரும்.

அதிகாலையில் எழுந்ததும் சால்படி ஜலம் குடிக்கலாம். இந்த அளவையே அடிக்கடி உபயோகித்துக் கொள்ளலாம். தேகப் பயிற்சியை கிரமமாக செய்தல் வேண்டும்.

வேண்டுமானால் அரை அல்லது ஓர் பலம் ஆமணக்கெண்ணெயை தனியே அல்லது சுக்கு கஷாயத்தில் சாப்பிடலாம். அல்லது கடுக்காய் கஷாயத்தை யாவது அதனால் செய்துள்ள லேகியத்தை யாவது சாப்பிடலாம்.

வேண்டும். புட்டமும் வலதுதொடையும் தூக்கி இருக்கவேண்டும். ஆசனதுவாரத்தில் வைக்கவேண்டிய குழாய்க்கு கொஞ்சம விளக்கெண்ணெ பூசிக்கொண்டு அதை மெதுவாக ஆசனதுவாரத்தில் சேர்க்க வேண்டும். முன்பே பாத்திரத்தில் போட்டு வைத்துள்ள ஜலம் மலப்பைக்குள்ளே தடையின்றிப் போகின்றதா வென்றுக் கவனித்துக் கொண்டே வரவேண்டும். தடையாக இருந்தால் சிறுவிரலுக்கு விளக்கெண்ணெ பூசிக கொண்டு ஆசனதுவாரத்தில் நுழைத்து கட்டியானமலம் துவாரத்தில் தடையாக விருந்தால் அதை நீக்க வேண்டும். சிறுகுழந்தைகளுக்கு விளக்கெண்ணெ மாத்திரம் உபயோகிக்கலாம். குழந்தைகளுக்கு வஸ்திகர்மத்திற்காகவே நூர் கண்ணாடி குழாய் உண்டு. அதை உபயோகிக்கலாம்.

குறிப்பு:—மல பந்தத்திற்காக சுருட்டு பிடிப்பதாவது காப்பி குடிப்பதாவது நல்லபழக்கமன்று. மலபந்தத்தைக் காட்டிலும் இந்த பழக்கம் இன்னும் அதிகமான ஓர் நோய் என்று எண்ண வேண்டும்.

3. வாந்தி

நிதானம்:—அரோசகத்தின் காரணங்களே வாந்திக்கு காரணங்களாகும். ஆகார தோஷத்திலை் பித்த பிரகோபமானல் வாந்தி காணும். சில விஷ தாதுக்களின் உபயோகம், கிருமிதோஷம், இவைகளினலும் வாந்தி காணும்.

சொரூபம்:—அரோசக மலபந்தங்களின் லக்ஷணங்களையும் இங்கு பார்க்கலாம். பித்த பிரகோபத்தின் மற்ற லக்ஷணங்களு முண்டு. கர்ப்பிணிகளுக்கு கர்ப்பம் நின்ற லக்ஷணங்களைக் காணலாம்.

சிகிச்சை:—அரோசக மலபந்தங்களில் சொல்லியுள்ள விதிகளை இங்கும் கவனிக்க வேண்டும். மலபந்தத்தை நீக்கிக்கொண்டு ஒன்று, இரண்டு, அல்லது மூன்று நாள் வரையில் எந்த ஆகாரமும் தின்னமல் வெறும்ஜலம் குடித்துக் கொண்டும் உபவாசவிரதத்தை கைக்கொள்ள வேண்டும். பொருக்கமுடியாத பசி தோன்றினல் புளிப்பான மோர்தண்ணீர்எலுமிச்சப்பழரசம், தனியே அல்லது வெல்லம் சேர்த்து, கிச்சிலி, சாத்துக்கொடி, மாதுளம், திராக்ஷை, இந்த பழங்களின், ரசத்தை மாத்திரம் அடிக்கடி உபயோகிக்கலாம்.

கால் பலம் இஞ்சி ரசத்தில் சமபாகம் எலுமிச்சப்பழத்தின் ரசத்தை அதிகாலையிலும் வேண்டுமானால் இதையேநாளுக்கு மூன்று அல்லது நான்கு முறை உபயோகிக்கலாம். இதை எல்லாவிதமான வாந்தியிலும் உபயோகிக்கலாம். வாந்திபேதியில் காணும் வாந்திக்கும் கர்ப்பிணிகளின் வாந்திக்கும் இதை உபயோகிக்கலாம். ஆகாரத்தில் இஞ்சியையும் எலுமிச்சப் பழத்தையும் தாராளமாக உபயோகிக்க வேண்டும். பித்தசாந்தமான ஆகாரத்தையே தின்னவேண்டும். ஐவகை மலங்கள் நன்ருய் கழிக்கவேண்டும்.

4. வயிற்றுவலி

நிதானம்:—அரோசகம், மலபந்தம், வாந்திக்குள்ள காரணங்களையேஇங்கும் கவனிக்கவேண்டும். ஆகாரதோஷமே வயிற்றுவலிக்கு காரணம்.

சொருபம்:—அரோசகம், மலபந்தம், வாந்தியிலுள்ள லக்ஷணங்களை இதிலும் கவனிக்க வேண்டும். ஆரம்பத்தில் ஆகாரம் ஜீரணமாகும் காலத்தில் வயிற்றில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நோய்காணும். காலக்கிரமத்தில் இது பொருக்க முடியாத நிலைமைக்கு வந்துவிடும். ஏதேனும் சாப்பிட்ட உடனே அல்லது கொஞ்சநேரத்தில் வயிற்றில், எரிச்சல் அல்லது உப்புசம் காணும்.

சிகிச்சை:—வாந்தி, மலபந்தம், அரோசகத்தில் சொல்லியுள்ள சிகிச்சைவிதிகளை இதிலும் கவனிக்கவேண்டும். மலபந்தத்தை நீக்கிக்கொண்டு உண்ணு

விரதமே வயிற்று வலிக்கு சரியான சிகிச்சையாகும். அரோசகம், அக்கினி மாந்தம், வாந்தி, இவைகள் முழுவதும் நீங்கி உண்மையான பசி தோன்றும் வரையில் உபவாசமிருக்க வேண்டும். அதிகமான பசி தோன்றினால் வாந்தியில் சொல்லியுள்ள ஆகாரத்தையும் பழச்சாரையும் உபயோகிக்கலாம். அல்லது கோதுமை, அரிசி, எவை, இவைகளின் கஞ்சித் தண்ணீரைக் குடிக்கலாம். உபவாசம் முடிந்த பிறகும் சுலபமாக ஜீர்ணமாகக் கூடிய லகுவான பதார்த்தங்களையே உபயோகிக்கவேண்டும். வயிற்று வலி முழுவதும் நீங்கி சரியான பசி வந்தபிறகே தான்யங்கள், பருப்புகள் முதலியவைகளை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உபயோகிக்கலாம்.

வயிற்றுவலிக் கென்றேதனியே ஔஷதம் வேண்டாம். அவசரமாயிருந்தால் தினந்தோறும். சுக்கு கஷாயத்தில் அரைபலம் ஆமணக் கெண்ணையை ஒருவேளை அல்லது இரண்டு வேளை சாப்பிடலாம். கடுக்கா யெண்ணையை நாளுக்கு இரண்டொரு முறை சாப்பிடலாம்.

5. பேதி - சீதபேதி

நிதானம்:—பேதிக்கும் சீதபேதிக்கும் ஆகார தோஷமே காரணம். ஜீர்ணம் கெட்டகாலத்தில் சாதாரண உணவுப் பொருள்களை அளவுக்கு மிஞ்சி சாப்பிட்டாலும், ஜீர்ணசக்தி இருந்தும் அழுகின உணவு பதார்த்தங்களை யாவது விஷதாதுககள் கலந்துள்ள உணவுப் பொருள்களை யாவது உட்கொ

ண்டால் பேதி அல்லது சீதபேதி காணும். வேறு நோய்களின் நிவர்த்திக்காக உபயோகப் படுத்தும் உஷ்ணமான மருந்துகளினாலும் இந்த நோய்கள் காணும்.

சொரூபம்:—அரோசகம், வாந்தி, வயிற்றுவலி, இவைகளின் லக்ஷணங்களும் இங்கு பார்க்கலாம். வயிறு நொந்தோ நோகாமலோ அடிக்கடிபேதியாகும். வயிற்றுப்புசமிருக்கும்; இல்லாமலு மிருக்கும். வாந்தி இருக்கும் இல்லாமலு மிருக்கும். இரண்டொரு நாளுக்குள்ளாக மலத்தில் சீதம் காணலாம்.

சீதபேதியில் சாதாரண பேதியினுடைய லக்ஷணங்களோடு பொருக்கமுடியாத நோய்கண்டு சீதம் அல்லது ரத்தம் கலந்த மலம் வெளியாகும். ஆரம்பத்தில் வெறுபலமும், பிறகு சீதப் மாத்திரம் கலந்தமலமும், பிறகுசீதமும் ரத்தமும் கலந்த வெறும் மலம் மாத்திரம் வெளியாகும், அற்ப சுரம் இருந்தாலும் இருக்கலாம்.

சிகிச்சை:—வியாதியின் காரணத்தை முதலில் நீக்கவேண்டும். வியாதி நீங்கும் வரையில் உண்ணாவிரதத்தைக் கைக்கொள்ள வேண்டும். வேண்டிய அளவு ஜலத்தை குடித்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். அல்லது புளிப்பு மோர்த்தண்ணீர், கஞ்சித் தண்ணீர் எலுமிச்சப்பழம், திராக்ஷைப்பழம், கிச்சிலிப்பழம், மாதுளப்பழம், இவைகளின் ரசத்தை தாராளமாக உபயோகிக்கலாம். சாதாரண பேதியில் இந்தச்சிகிச்சை போதும். வாந்தி பேதியில்

காணும் பேதிக்கு ஐந்து அரிசிஎடை மஞ்சளோடு சமஎடை மிளகாயைச் சேர்த்து ஓர் மணிக்கு ஒருதடவை கொடுத்தால் போதும். சமஎடை மஞ்சள், மிளகு, மிளகாய் கஷாயம் செய்து கொடுத்தாலும் போதும்.

சீதபேதியில் காணும் நோவை பொறுக்க முடியாதவர்கள் ஆரம்பத்தில் கடுக்காயெண்ணெயை நாளுக்கு இரண்டொரு முறை சாப்பிடலாம். பொறுமை மாத்திரம் இருப்பின் சகலவிதமான சீதபேதியிலும் இந்த சிகிச்சையே போதும். வேறெந்த ஒளஷதிக்கும் இடமில்லை.

6 சுரம்*

நிதானம்:— சுரத்திற்கு காரணங்கள் பலவிருப்பினும் ஆகாரதோஷமே முக்கியமான காரணமா

---

* சுரமென்பது சரீரத்திலிருக்கும் சாதாரண சூட்டுக்கு அதிகப்பட்ட சூடாகும். சாதாரண சூடு 98.4.F டிக்ரிஎன்று கணக்கெடுக்கப்பட்டுள்ளது. இதற்கு அதிகப்பட்டது சுரமாகும். சிலவேளையில் இந்த கணக்குக்கு அரை அல்லது ஒரு டிக்ரி ஏறக்குறைவானால் அதை சுரமாகவாவது சீதளமாகவாவது எண்ணக் கூடாது. இயற்கையிலேயே ஜனங்களின் சூடு வேறுபடுகிறதுண்டு.

சுரம் கண்டறிவதற்காகவே தெர்மாமிடர் (Thermometer) என்னும் ஓர் கருவி உண்டு. ஆரம்பத்தில் நாடி பரீக்ஷை மூலமாக சுரத்தை கண்டறிய முடியாதவர்கள் இந்த ஆயுதத்தை உபயோகிக்கலாம். ஆனால் கடைசி

கும். ஜீர்ணசக்தி கெட்டகாலத்தில் அளவுக்கு மிஞ்சின உணவுகளை உபயோகிப்பதினாலேயே சுரம் காணும். ஆகார தோஷத்தினால் மலங்கள் வெளியாகாததினாலும் திரிதோஷங்களில் ஏதேனும் ஒன்று, இரண்டு அல்லது மூன்றினாலும் இது காணும். ஆகவே சுரம், வாதம், பித்தம், கபம் என்று தனியே சுரங்களாகவும், இரண்டு தோஷங்கள் கலந்துள்ள தொந்துவசுரங்களாகவும் அல்லது மூன்று தோஷங்களும் சேர்ந்துள்ள சன்னி சுரமாகவும் காணலாம். மனக்கவலையினாலாவது. அடிபட்டாலாவது, ஏதாவதொரிடத்தில் எரிச்சல், கட்டிகள் வரும் காலத்திலாவது சுரம் காணும்.

குறிப்பு:—ஒவ்வொரு சுரத்திற்கும் தனித்தனியே ஓர் பூச்சிகாரணமென்னும் மேல்நாட்டார் வைத்தியத்தின் கொள்கையை நாம் ஒத்துக்கொள்வதில்லை. எந்தக்காரணத்தினாலாவது சரீரத்தில் திரிதோஷங்களின் கோளாறுகள் உண்டானால் அதுவே சுரத்திற்கு ஹேதுவென்றறிய வேண்டும். ஆகவே இந்த விதியை அனுசரித்து சுரத்தையாவது மற்ற வியாதிகளையாவது நூற்றுக்கணக்கான வகைகளில் பிரிப்பதற்க்கு இடமில்லை. எல்லா வியாதிகளையும் தனியே வாத பித்த கபமென்றும் தொந்துவமென்றும், சன்னிபாதமென்றும், ஏழு

வரையிலும் இதனுடைய சகாயமே விரும்பாமல் நாடி பரீக்ஷை மூலமாகவே சுரத்தின் நிலைமையை தெரிய வேண்டும்.

விதமாய் பிரித்துக் கொள்ளலாம். மற்ற பிரிவுக ளெல்லாம் இவைகளுக்கு உட்பட்டனவை என்று அறிய வேண்டும்.

சொரூபம்:—அரோசகம், மலபந்தம், அல்லது பேதி, வாந்தி, வயிற்றுவலி, தலைவலி, இடுப்பு கை கால் முதலியவைகளில் வலி, கைகால் எரிச்சல், தாகம், மூத்திரக் குறைவு, தூக்கம் கெடுதல், இரு மல், அளவுக்கு மிஞ்சின சூடு, இந்த லக்ஷணங்கள் அநேகமாக எல்லா சுரங்களிலும் காணலாம். இவை களில் சிலவை அதிகமாயும் குறைத்தும் இல்லாம லும் இருக்கலாம். அந்தந்த தோஷத்தை அனுச ரித்து லக்ஷணங்கள் காணும். மற்ற சில விசேஷ சுரங்களில் குளிரும், வியர்வையும், மயக்கமும் விசேஷமான சூடும், பைத்தியத்தின் குறிகளும் ரத்த பிரவாஹமும் காணலாம்.

*குறிப்பிடுதல்:—நாடி ஞானமே சுரத்தைக் குறிப் பிடுவதற்கு நமக்கு சஹாயமாக விருக்கிறது. இதோடு மற்ற அங்கபரிசோதன ஞானமும் இருத்தல்

---

* நமது தேக பரிசோதனை என்னும் நூலை நன்றாக கவனித்து படிக்க வேண்டும். அதிலுள்ள பல அங்கங்க ளின் பரிசோதனை, நாடிபரீக்ஷை, மூத்திரபரீக்ஷை இவைக ளின் சகாயத்தினாலேயே சுரத்தையாவது, மற்ற வியாதி களையாவது குறிப்பிட வேண்டும்.

குறிப்பு:—மேல்நாட்டு வைத்தியத்தை யனுசரித்து நமது தேசத்திலும் சில லக்ஷணங்களை மாத்திரம் கவ னித்து அவைகளை யனுசரித்து சுரங்களை பல பெயரு

வேண்டும். திரிதோஷத்தில் தனிலக்ஷணங்களும்தொந்தலக்ஷணங்களும், சன்னிலக்ஷணங்களும், சுரத்தைக்குறிப்பிடுவதற்கு சஹாயமாகும். ஆகவே சுரத்தை வாதசுரம், பித்தசுரம், கபசுரம், வாதபித்த சுரம், கபபித்த சுரம், வாதகபசுரம், சன்னிசுரம் என்று ஏழுவிதமான சுரங்களாகப் பிரிக்கலாம். சுரத்தின் லக்ஷணங்களோடு அந்தந்த *தோஷத்தின் பிரகோபலக்ஷணங்களுண்டு.

சிகிச்சை:—காரணத்தை தெரிந்து கொண்டு அதை நீக்கவேண்டும். மலபந்தம் அத்யாயத்தில் சொல்லியுள்ள விதிகளை அனுசரித்து மலபந்தத்தை

டைய தொந்து சுரங்களாகவும், வேறுவிதமான சுரங்களாகவும், சுரம் பல விதமாகப் பிரிக்கப் படுகிறது. ஆகாரத்தையும், திரிதோஷங்களையும் மாத்திரம் கவனித்து சிகிச்சை செய்வதனால் இந்த சுரங்கள் நிவர்த்தி யாகுமாகையால் இந்த கணக்கில்லாதப் பிரிவுகள் வேண்டாம்.

* தலைவலி, இடுப்புவலி, சந்துவலி, சர்வாங்கவலி, ஆயாசம் அல்லது மயக்கம், வயிற்றுப்புசம், சந்து வீக்கம், தூக்கம் கெடுதல் முதலியவைகள் வாதபிரகோப லக்ஷணங்கள்.

எரிச்சல், சூடு, அரோசகம் அதிகபசி, அதிகதாகம், மூத்திரபந்தம், வலி, வாந்தி, இருமல், மயக்கம், ரத்தபிரவாஹம், தூக்கம் கெடுதல், பைத்தியம், முதலியவைகள் பித்தபிரகோப லக்ஷணங்களாகும்.

அக்னிமாந்தம், சீதளம், இருமல், வலி, வீக்கம், தூக்கம் கெடுதல், மாந்தம் முதலியவைகள் கபபிரகோப லக்ஷணங்கள்.

நிவர்த்திக்க வேண்டும். ஆகாரதோஷமே அநேக விதமான நோய்களுக்கும் ஜவரங்களுக்கும் காரணமாகையால் ஒன்று, இரண்டு, மூன்று அல்லது சுரம் நின்று, வேண்டிய பசிதோன்றும் வரையில் எந்த ஆகாரத்தையும் உட்கொள்ளாமல் வெறும் ஜலத்தையே சாப்பிட்டுக் கொண்டு வரவேண்டும். மத்தியில் பொருக்க முடியாத பசிகண்டால் அரிசி, கோதுமை அல்லது எவையின் கஞ்சி ஜலத்தை மாத்திரம் குடிக்க வேண்டும். அநேகருக்கு இந்த உபவாச சிகிச்சையே போதும். இப்படி செய்தும் சுரம் இறங்காவிட்டால் கீழ்கண்ட விதிப்படி ‡ஆவி ஸ்நானம் செய்தல் வேண்டும்.

---

‡ஒரு சொட்டித் தண்ணீர் ஜலத்தை (சுமார் எட்டு படி ஜலம்) கொதிக்க வைக்கவேண்டும். அடுப்பில் மூன்று செங்கற்களை சுடவேண்டும். சுமார் இரண்டடி உயரமுள்ள பீடத்தில் நோயாளி உட்கார வேண்டும். ஆவி நுழையும் படியான த்வாரங்களுடைய பீடமாயிருக்க வேண்டும்; நோயாளியை அதின்மேல் உட்காரவைத்து அவனையும் பீடமுழுவதையும் கனமான கம்பளித் துணியினுல் மூட வேண்டும். ஆவி வெளியே போகாதபடி இருக்கவேண்டும். மூச்சுவிடுவதற்கு மூக்குதுவாரம் மாத்திரம் திறந்திருக்க வேண்டும். இந்தக் கம்பளித் துணி தவிர வேறெந்த துணியினுலும் வியாதியஸ்தனை மூடி வைக்கலாகாது. அகலமான ஓர் பாத்திரத்தில் கொதிக்கிர தண்ணியை போட்டு ஓர் செங்கல்லை அதில் போட்டு பீடத்தின் கீழேவைக்க வேண்டும்; கல்லை போடும்பொழுது சொதி தண்ணீர் வியாதியஸ்தன் மேல் கொட்டாதபடி கவனிக்க வேண்டும். முதற்கல்லை போட்டு அதனுல் கிளம்பும் ஆவியினுல் வேண்டிய வியர்வைவிட்டு ஆயாசம் தோன்றினுல் முதற்கல்

ஆவிஸ்நானம் செய்வித்தும் சுரம் இறங்காமல் அதிகமாகவும் விடாமலும் காய்ந்துகொண்டே வந்தால் சுத்தமான தண்ணீரில் ஓர் சிறுகுட்டையை துவைத்து துவைத்து நெற்றியில் வைத்துக்கொண்டே வரவேண்டும். ஈரம்ஆறினதே அந்தகுட்டையை எடுத்து மறுபடியும் தண்ணீரில் துவைத்து உபயோகிக்க வேண்டும். அப்படியே மற்றோர்குட்டையை துவைத்து வயிற்றின் மேல் வைக்கவேண்டும்.

இப்படிச்செய்தும் சுரம் இறங்கா விட்டால் தண்ணீரில் ஓர் கை குட்டையை துவைத்து சரீர முழுவதையும் தடவிக் கொண்டே வரவேண்டும். இதனால் நோயாளிக்கு ஆயாச மில்லாமல் தடவ வேண்டும். சுரம் விசேஷமா யிருக்கும் சந்தர்ப்பத்

லோடே நிறுத்தவேண்டும். வேண்டுமானால் இரண்டாவது அல்லது மூன்றுவது கல்லையும் உபயோகிக்கலாம். முன்போட்ட கல்லினால் உண்டான சப்தம் நின்றபிறகே மற்றகல்லை போடவேண்டும்.

நோயாளிக்குஆயாசம் வந்தஉடனேயாவது, மூன்று கற்களையும் உபயோகித்து வியர்வை கண்டவுடனே யாவது, நோயாளியை பீடத்திலிருந்து இறக்கி தயாராயுள்ள ஓர் படுக்கையில் படுக்கவைத்து, தேகத்தின்மேல் குளிர்காற்று படாதபடிக்கு அந்த கம்பளியையாவதுமற்ற போர்வையையாவது போர்த்துவைக்க வேண்டும். சுமார் 15 நிமிஷம் ஆனபிறகு ஓர் சுத்தமான குட்டையால் வியர்வையை துடைத்தெடுக்க வேண்டும்; மத்தியில் ஆயாசம் அல்லது தாகம் கண்டால் வெந்நீரை யாவது சூடான கஞ்சித் தண்ணீரையாவது கொடுக்கலாம்.

தில் இதை 15 நிமிஷம் வரையில் செய்யலாம். மற்றவர்களுக்கு 5 அல்லது 10 நிமிஷம் இந்தமாதிரியான ஜலஸ்நானம் செய்தாலும் போதும். இது முடிந்ததே சுத்தமான ஈரமில்லாத ஓர் குட்டையால் தேகத்தி லிருக்கும் ஈரமெல்லா மெடுத்து ஓர் கம்பளியினால் சரீர முழுவதும் மூடவேண்டும்.

சரீரத்தின் மேல் குளிர்காற்று படாதபடி கவனிக்க வேண்டும். சுரத்தையுடனே நிறுத்தவேண்டுமென்னும் அவாவுடன் குளிமை வரும்வரையில் இந்த ஜலஸ்நானம் செய்யலாகாது.

சுரத்தைத் தடுத்துவதற்காகத் தனியே ஔடதங்கள்வேண்டியதில்லை. தனியேதோஷத்தினாலுண்டாகும் சுரத்தினாலாவது, தொந்துவத்தி னலாவது வந்த சுரத்தில் சுக்கு கஷாயத்தை சூடாகக் கொடுக்கலாம். அல்லது திரிகடு கஷாயத்தையாவது கொடுக்கலாம். மலபந்த மிருப்பின் இந்த திரிகடு கஷாயத்தில் கடுக்காய் சேர்த்துக் கொடுக்கலாம்.

மார்புகூண்டு, நுரையீரல்கள், இருதயம், வயிற்றுக்கூண்டு முதலிய இடங்களில் வலி, வீக்கம், எரிச்சல் இருக்கும் குறிகள் தோன்றினல் அவ்விடங்களில் வெந்நீர், தவிடு, சாம்பல், இவைகளால் ஒத்தலாம்.

உலகில் சுரத்திற்கும் மற்ற நோய்களுக்கு கணக்கற்ற ஔடதங்க ளிருந்தும மேலே விவரித்துள்ள உபவாசம், பத்தியம், ஜலவைத்தியம் முதலியவைகளுக்குச் சமமாகாதென்றறியவேண்டும்.

விசேஷமாகக் காயும் சுரத்திற்கு ஔஷதங்கள் யாதொரு பயன் தாராதக் காரணத்தினால் சுரத்தில் விசேஷமான ஔஷதங்கள் வேண்டியதில்லை. மேலும் சுரத்தை இறக்கும் ஔடதங்களெல்லாம் சரீரத்தின் சக்தியைக் குறைக்கும் குணமுடையதனால் அத்தகைய ஔஷதங்களை கொடுக்கலாகாது.

சுரத்திற்கு ஔஷதங்களெவ்வளவிருந்தும் ஆபத்தான சுரங்களாகிய ஜன்னிசுரம் முதலியவைகளில் இவைகள் யாதொரு பயன் தருவதில்லை. ஆபத்தான ஜன்னிசுரம், கபசுரம், க்ஷயசுரம், அம்மைசுரம், இவைகளெல்லாம் பலமான ஔஷதங்கள் கொடுக்காமலே உபவாசம், ஆகாரநிபந்தனை, ஜலசிகிச்சை, அக்னிசிகிச்சை இவைகளினாலேயே நிவர்த்தியாகின்றனவென்றால் சாதாரண மற்ற சுரங்களுக்கு விசேஷமான ஔஷதத்தின் பிரயோகமே வேண்டியதில்லை.

சரீர தத்துவத்தையும், மனோதத்துவத்தையும், வியாதிகளின் நிலைமையையும் சரியாக தெரியாமலே அநேகர்கள் பரிதபிக்கின்றனர். அவர்களுடைய பரிதாபம் அநேகநாளாக விடாமற்காயும் சுரத்தில் விசேஷமாகக் காணலாம். அவர்களிடத்தில் பொறுமையில்லாத காரணத்தினாலும் வைத்தியர்களும் அவர்களுடைய வேண்டுகோளுக்கு வசமாவதனாலும் அநேகநோய்கள் தீராமலும் ஆபத்தாகவும் முடிகின்றன. பலமான ஔஷதங்களின் பிரயோகமே இதற்கு காரணமென்று அறியவும். நாம் சொல்லும் உபவாச முதலிய முறைகளை வியாதியஸ்

தர்களும் வைத்தியர்களும் பக்தியோடு அநுசரித்து வந்தால் ஔஷதத்தின் பிரயோகத்திற்கு இடமில்லை.

சுரநிவர்த்திக்கு ஆகாரநிபந்தனையைக் கவனிப்பது அவ்சியமானதுபோல் சுரம் நின்று பழைய ஆரோக்யத்தையடையும் வரையிலும் இந்த நிபந்தனையை நன்ருக கவனித்தல் வேண்டும். இந்த நிபந்தனையை நன்ருக கவனிக்காமல் நாக்கு ருசிக்குட்பட்டு ஆகாரத்தை கண்டபடி தின்பதினாலேயே நின்றுவிட்ட சுரம் திரும்பதிரும்ப காண்கின்றது. அல்லது மற்ற நோய்களையும் காட்டுவதற்கு இடம் தருகின்றது. சுரம் நின்றபிறகும் இலகு ஆகாரத்தையே உபயோகித்துக் கொண்டுவந்து காலக்கிரமத்தில் ஜீரணசக்திக் கேற்றவாறு பழைய ஆகாரத்தை கொஞ்ச கொஞ்சமாக உபயோகிக்க வேண்டும். அநேகநாளாக சுரம்வந்து பலஹீனமாயிருப்பவர்கள் வியாதி நிவர்த்தி யானவுடனே தமது பலத்தை இன்னும் குறைக்க கூடிய விருத்திக்கு சேரலாகாது. இவர்கள் அநேகநாளாக தமது பிரம்மச்சரிய விரதத்தைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

7. தலைவலி

நிதானம்:—தனியே வாத, பித்த, கப தோஷத்தினுலாவது, தொந்துவதோஷத்தினுலாவது, ஜன்னியிலாவது தலைவலி காணும். ஆகார முதலிய கோளாறுகளினுலும் மலங்கள் அந்தந்த வேளைக்குச் சரியாய் தள்ளாவிட்டாலும் இது தனியாகவா

வது வேறு வியாதியின் லக்ஷணமாக வாவது காணும். காப்பி, டீ, கஞ்சா, அபினி, சாராயம் முதலியவைகளை உபயோகப்படுத்தும் பழக்கத்தினலும் இடைவிடாமல் ஆயாசம் தரும் வேலைகளை செய்து வருவதனலும் தலைவலி உண்டாகும்.

சொருபம்:—ஒருபக்கம் அல்லது இருபக்கத்தில் விட்டுவிட்டு அல்லது விடாமல் வலி காணும். அஜீரணம், அக்னி மாந்தம், வயிற்றுவலி, வாந்தி, மலமூத்திர பந்தங்களின் குறிகளிருக்கும். மேகம், க்ஷயம், குஷ்டம் இந்த நோய்களின் குறிகளும் இருக்கக்கூடும். தூக்கம கெடும். கண், காது, மூளை, இவைகளின் பாதைகளும் இருக்கலாம்.

சிகிச்சை:—அந்தந்த தோஷத்தின் நிவர்த்தியினலேயே தலைவலிதீரும். மலங்கள் சரியாக காலக்கிரமத்தில் அளவோடு வெளியாகும்படியான உபாயங்களைத் தேடவேண்டும். இதோடு ஆசாரநியமமும் உபவாசமும் தேகப் பயிர்ச்சியும் ஆவிஸ்நானமும் செய்தால் தலைவலி போகும். தலைவலிக் கென்றே தனியே ஔடதங்கள் வேண்டாம். தலைவலிக்காக உள்ளுக்கு உபயோகப் படுத்தும் ஔடதங்களெல்லாவற்றிலும் அபினி அல்லது அபினி போன்ற சரீரத்தின் சத்தைக் குறைத்து நோயைக்காட்டிலும் கெட்டபழக்கமென்னும் வியாதிகளை உண்டாக்கக் கூடிய ஔஷதங்களை உபயோகப் படுத்துவதனல் சரீரம் கெடுமே யொழிய அதனல் சுகமில்லை. மேல் பூசுக்கு உபயோகப்படுத்தும் எல்லா விதமான அஞ்சனங்களும் லேபனங்களும் மற்ற

ஔஷதங்களும் சில சமயத்தில் க்ஷணநேரத்திற்கு சாந்தி கொடுக்குமே யொழிய வியாதியை நிவர்த்தி செய்யாது. ஆகவே தலைவலிக்கென்றே உள்ளுக்கு ஔஷதமாவது மேலே பூசுவதற்காவது தனியே ஔஷதம் வேண்டாம். தோஷங்களை நிவர்த்தி செய்து கொண்டால் போதும்.

8. இருமல்

நிதானம் — தனிதோஷத்திலாவது, தொந்துவத்திலாவது, ஜன்னியிலாவது இருமல் காணும். கபபிரகோபம் முக்கியமான காரணமாகும். காரணம் எதானாலுமசரி, மூக்கு, தொண்டை, சுவேந்திரியம், ஸ்வாஸநாளம், நுரையீரல்கள், இவைகளில் எரிச்சல் கண்டால் இருமல் காணும். எந்த விதத்திலாவது சுவாசத்திற்கு தடையானல் இருமல் தோன்றும். ஆகவே இருதயம், ரத்த நாடிகளின் பாகைகளினாலும், மார்புகூண்டில் காணும் எரிச்சல், வீக்கம், கட்டி, சீழ், இவைகளினாலும், வயிற்றுக்கூண்டுக்கு சம்பந்தப்பட்ட பலவித அங்கங்களின் நோய்களினாலும் இருமல் காணும். இது சாதாரணமாக, க்ஷயம், ஸ்வாசம், கபஜ்வரம், இருதயநோய் முதலிய வியாதிகளின் லக்ஷணமா யிருக்கும்.

ஸ்வரூபம்:—விட்டுவிட்டு அல்லது விடாமல் இருமல் காணும். கபம் விழும்; அல்லது விழாமல் இருக்கும். கபம் சாதாரணமாகவும் கட்டியாகவும் நுரைநுரையாகவும், ரத்தம் அல்லது சீழ் கலந்ததாகவும் இருக்கலாம். சிலவேளையில் துர்வாசனை

யுடையதாயிருக்கும். அந்தந்த வியாதிக்கு சம்பந்தப்பட்ட லக்ஷணங்களோடு கூடியிருக்கும். அரோசகம், மலபந்தம், ஜ்வரம், தூக்கம் கெடுதல், ஸ்வாஸபந்தம், இவைகள் இருமலோடு கூடிய லக்ஷணங்களாகும்.

சிகிச்சை:—இருமலின் காரணத்தைத் தெரிந்துகொண்டு அதை நீக்கிக்கொண்டாலே இருமல் நிவர்த்தியாகும். இருமலுக்காகவே தனியே மருந்து வேண்டாம். ஆகாரதோஷத்தையும் மலதோஷத்தையும் நிவர்த்தி செய்துவந்தாலே போதும். இருமலைத் தணிக்கக் கூடிய ஔஷதிகளெல்லாம் சரீரத்தின் சத்தைக்கெடுக்கக் கூடியதாகையால் இருமலுக்காக மருந்தின் உபயோகம் கூடாது. இருமல்மருந்துகளில் அபினி அல்லது அபினி போன்ற கெட்டபழக்கத்தை செய்கின்ற ஔஷதங்களை கலந்துள்ளதாகையால் இவ்வௌஷதிகளை எவனும் எவ்விதத்திலும் உபயோகிக்கக்கூடாது. மற்றவிதிகளை அனுசரித்து ஒருவன் இஞ்சிரசத்தை மாத்திரம் சாப்பிட்டால் இருமல் நீங்கும். அல்லது சுக்கு கஷாயத்தைச் சாப்பிடலாம். அல்லது தனியே மிளகு கஷாயத்தை மாத்திரம் சாப்பிட்டால் போதும். அல்லது தனியே திப்பிலி கஷாயத்தை மாத்திரம் சாப்பிடலாம். அல்லது திரிகடுகஷாயத்தை உபயோகிக்கலாம். மலபந்தம் அல்லது பித்தகூடுதல் அதிகமாயிருந்தால் தனியே சுக்கு மிளகு திப்பிலிகளோடாவது திரிகடுகோடாவது கடுக்காயைச் சேர்த்து கஷாயமாக உபயோகிக்கலாம். க்ஷயம் முதலிய

வியாதிகளில் காணும் இருமலுக்கு அந்தந்தவியாதியின் சிகிச்சைகளை செய்யவேண்டும்.

9. மூத்திரக்குறைவு

நிதானம்:—மூன்று தோஷங்களினுலும் இது வரக்கூடிய தானுலும் பித்தபிரகோபமே இதற்கு முக்கியமான காரணமாகும். பித்தம் அதிகமாகக் கூடிய உப்பு, காரம், புளி, முதலியவைகளும், உஷ்ணமான ஆகாரங்களும், கள், சாராயம், அபினி, கஞ்சா, முதலிய லாகிரி பதார்த்தங்களின்உபயோகமும், சரீரத்திற்கு வேண்டிய அளவு ஜல பானமில்லாததும் மூத்திரக்குறைவுக்கு காரணங்களாகும்.

சொரூபம்:—சகஜமாக தினந்தோறும் தள்ள வேண்டிய மூத்திரம் குறைந்து கொண்டே வரும். சிலவேளையில் நாளொன்றுக்கு ஒரு பலம்மூத்திரம் கூட வெளியாகாமலுமிருக்கும். மூத்திர நிறமும் மற்ற குணங்களும் மாறும். அல்புமின் அநேகமாயிருக்கும்; இல்லாமலுமிருக்கும். ரத்தம், சீழ், சளி, சில உப்பு சத்துக்கள், மணல், சதைகள், இவைகளில் ஒன்று அல்லது எல்லாம் கலந்திருக்கும். அரோசகம், மலபந்தம், அக்னிமாந்தம், தாகம், இருமல், வாந்தி, தனியே முகத்திலாவது, பாதங்கள் அல்லது கால்களிலாவது, சர்வாங்கத்திலாவது வீக்கம் காணும். ஆரம்பத்தில் இந்த வீக்கத்தை அழுத்தினுல் பள்ளம் விழாமலிருக்கும். பிறகு விழும். வீக்கம் முற்றினபிறகு மார்புகூண்டிலும் வயிற்றுக் கூண்டிலும் ஜலம் தங்கினகுறிகளைக்

காட்டும். இந்த அவஸ்தையில் ஆயாசமும் மூச்சு விடுவதற்கு கஷ்டமும் உண்டாகும்.

சிகிச்சை:—காரணத்தை நிவர்த்திசெய்து கொள்ளவும். உப்பு, காரம், புளி. காப்பி,டீ, முதலியவைகளின் உபயோகத்தை நிறுத்தவும். மலபந்தத்தை நிவர்த்தி செய்து கொள்ளவும். எல்லா விதமான உணவு பதார்த்தங்களை நிறுத்தி தண்ணீரை அடிக்கடி குடிக்கவேண்டும். சுரசிகிச்சையில் சொல்லியுள்ள ஆவிஸ்நானத்தை நாளுக்கு ஒன்று, இரண்டு அல்லது மூன்று தடவை செய்ய வேண்டும். பொறுக்க முடியாத பசி தோன்றினால் எலுமிச்சம் பழம், திராக்ஷை பழம், கிச்சிலி பழம், வாழைப்பழம், இவைகளையாவது இளநீர், பசும் பால், வெள்ளரியின் ரசமாவது உபயோகிக்கலாம். இந்த விதிகளை யனுசரித்தாலே போதும். அல்லது வெங்காரம், வெடியுப்பு, பேதியுப்பென்னும் இவைகளின் மிஸ்ரத்தையாவது நெறிஞ்சல், மூக்கரட்டை, சோம்பு, வெடியுப்பு, வெங்காரம், இவைகளின் சூர்ணத்தையாவது உபயோகித்தால் மூத்திரம் தாராளமாக விசர்ஜனையாகும்.

இது நிவர்த்தியான பிறகும் மூத்திர பந்தத்திற்கு ஏதுவான உப்பு, காரம், புளி, முதலியவைகளை உபயோகிக்காமல், மல மூத்திரங்கள், சுலபமாக விசர்ஜனை யாகக்கூடிய பித்த சாந்தமான ஆகாரங்களையே உபயோகிக்க வேண்டும். காபி, டீ, சாராயம், முதலிய பழக்கங்களிருந்தால் அவை

களைத் திரும்பவும் ஆரம்பம் செய்பலாகாது வேண்டிய அளவு ஜலபானம் செய்ய வேண்டும்.

மூத்திரத்தில் காணும் அஸ்மரி, சீழ், ரத்தம் அல்புமின், இவைகளில் எல்லாவற்றிலும் மூத்திரக் குறைவுக்கு சொல்லியுள்ள சிகிச்சை செய்தால் நிவர்த்தியாகும்.

10. மதுமேகம்

நிதானம்:—ஆகார தோஷமே இதற்கு முக்ய மான காரணம். ஜீர்ணசக்தி கெட்டு சோம்பலான வாழ்க்கையில் இருப்பவர்கள் அளவுக்கு மிஞ்சின ஆகாரம் தின்னுவதால் மதுமேகம் காணும்.

சொரூபம்:—சகஜமாக வெளிப்பட வேண்டிய அளவுக்கு அதிகமாக மூத்திரம் அடிக்கடி வெளிப்படும். நிறத்திலும் குணத்திலும் மூத்திரம் மாறியிருக்கும். அதில் சக்கரை இருக் கும். அல்புமின் இருக்கும்; இல்லாமலு மிருக்கும். ஆரம்பத்தில் இதனால் யாதொரு பாதையும் தோன் றாவிட்டாலும் காலக்கிரமத்தில் அடிக்கடி மூத்திர விசர்ஜனையின் தொந்திரவும், அதிகமான தாகமும் பசியும், இடுப்பு சந்துகளில் நோயும், கைகால்களில் எரிச்சலும் காணும். நாளடைவில் இந்த லக்ஷணங் கள் பலமாகும். அடிக்கடி ஆயாசம் தோன்றும். மயக்கம் வந்தாலும் வரும். சரீரத்தில் ஆங்காங்கு சொறிகளாவது, படைகளாவது பார்க்கலாம். கட்டிகள் கிளம்பும். இந்தக் கட்டிகளை விசேஷமாக

கழுத்து, புஜம், முதுகு இந்த பாகங்களில் பார்க்கலாம்.

சிகிச்சை:—ஆகார தோஷத்தினால்வந்த இந்த நோயை ஆகாரநியமங்களை யினாலேயே நிவர்த்தியாக்க வேண்டும். சோம்பலான வாழ்க்கையை தேசப் பயிற்சியினால் மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும். ஜீர்ண சக்தி குறைந்தவர்கள் சரீரத்தில் அளவுக்கு மிஞ்சின சர்க்கரை உற்பத்தியாகும் உணவுப் பொருள்களையே உபயோகப்படுத்துவதனால் இந்நோய் சாதுவாகையால் இத்தகைய பதார்த்தங்களை உண்ணலாகாது. எல்லாவிதமான பழவர்க்கங்கள், வெல்லம், சர்க்கரை முதலிய மதுரருசியுடைய பொருள்களை ஆகாரத்திலிருந்து நீக்கவேண்டும். அப்படியே பாலும் அதுபோன்ற வஸ்துக்களும் கூடாது. அப்படியே புளிப்பான வஸ்துக்களும் மூத்திரத்தை அதிகப் படுத்தும் பொருட்களும் தள்ளவேண்டும். துவர்ப்பு, கசப்பு, உப்பு, காரம், இந்தருசியுள்ள பொருட்கள் இந்த நோயின் நிவர்த்திக்கு சகாயமானவை. அரிசி சம்பந்தமான உணவுகளை உபயோகிக்காமல் கோதுமை அல்லது கேழ்வரகை சாப்பிட வேண்டும். இவைகளையும் தவிடெடுக் காமல் தின்ன வேண்டும். அரிசியை தின்றே ஆகவேண்டுமென்பவர்கள் கொஞ்சம்கூட தவிடெடுக்காமலும் அதிகம் வேகவைக்காமலும் கேழ்வரகு அல்லது கோதுமையோடு கலந்து கொஞ்சமாக சாப்பிடலாம். சமையலிலும் தின்பண்டங்களிலும் சோற்றுப்பை தாராளமாக தின்ன வேண்டும். பிஞ்சு

வாழைக்காய், வாழைப்பூ, பிஞ்சு அத்திக்காய், பாவக்காய், எள், முற்றின தேங்காய் இவைகளைத் தின்னலாம். பால் பதிலுக்கு கொஞ்சம் மோர் உபயோகிக்கலாம்.

ஆரம்பத்தில் மூன்று முதல் ஏழு நாள் வரையில் பூரண உபவாசமிருக்கவேண்டும். மத்தியில் அதிகமான பசி வந்தால் கேழ்வரகு அல்லது கோதுமை கஞ்சி மாத்திரம் சாப்பிடலாம். கஞ்சிக்கு பாலையாவது அல்லது சர்க்கரை வெல்லத்தையாவது சேர்க்கக்கூடாது. உப்பை தாராளமாக சேர்க்கவேண்டும்.

இந்த விதிகளை அநுசரித்தாலே போதும். வேறெந்த ஔஷதிகளும் வேண்டியதில்லை. இந்த விதிகளை சரியாக கவனிக்க முடியாதவர்கள் வேப்பிலை அல்லது வேப்பம் பட்டை கஷாயமாவது, நாக கொழுந்து அல்லது பட்டை இவைகளின் கஷாயமாவது, பாவக்காய் அல்லது பாவஇலை ரசத்தையாவது ஒரு மண்டலம் வரையில் சாப்பிட்டுக் கொண்டே வந்தால் இந்த நோய் தீரும்.

இந்த நோயில் காணும் ராஜகட்டிகளுக்கு சாதாரண கட்டிகளுக்கு செய்யும் சிகிச்சையே போதும். இதுவரையில் சொல்லியுள்ள உபவாசம், பத்தியம் முதலியவைகளை நன்றாக கவனிக்கவேண்டும். மதுமேகத்தில் காணும் கட்டிகளுக்காவது ரணங்களுக்காவது சஸ்திரவைத்தியம் செய்தால் அநேக

மாக ஆபத்தில் முடியுமாகையால் மதுமேகத்தில் எந்த ஆயுதப்ரயோகத்தையும் செய்யக்கூடாது.

இந்த வியாதியிலிருந்து பூர்ணம் நிவர்த்தி யடைந்த பிறகும், மேலே சொல்லியுள்ள ஆகாரநிய மத்தை நன்றாக கவனித்து வரவேண்டும். மெல்ல மெல்லமாகவே பழுப ஆகாரத்தை கொஞ்சங் கொஞ்சமாக உபயோகிக்க வேண்டும்.

11. தூக்கம் கெடுதல்

நிதானம்:—தூக்கம் கெடுவதற்கு காரணங்கள் எவ்வளவோ உண்டு. அன்னபானாதி தோஷங்களும் மனக்கவலையும், காப்பி, தேயிலை, கள், சாராயம், அதிகமான உப்பு,காரம்,புளிமுதலிய பித்தபதார்த் தங்களின் உபயோகம், வாயு அல்லது பித்தப்ரகோ பம்,மலபந்தம்,இவைகள் தூக்கம் கெடுவதற்கு முக் கியமான காரணங்க ளாகும். அதிகமான சுரம், க்ஷயம், காஸம், ஸ்வாஸம், இருதயநோய், இந்த நோய்களில் தூக்கம்கெடும். அநேகமாக இது விப ரீதமான வேறு நோய்களின் லக்ஷணமாகும்.

சிகிச்சை:—இதற்கு தனியே சிகிச்சை வேண் டியதில்லை. அந்தந்த நோய்க்கு வேண்டிய சிகிச்சை செய்தாலுமே இந்தபாதை தீரும். காரணத்தை தெரிந்து கொண்டு அதை நீக்கினாலே போதும்.

ஐவகைமலங்கள் சரிவரகழிக்க வேண்டும். சுல பமாக ஜீர்ணமாகக் கூடிய லகுவான ஆகாரத்தை யே கொள்ளவேண்டும். இதற்கு முன்பாகவே ஒன்று

இரண்டு அல்லது மூன்று நாள் உண்ணு விரதத்துடன் வேண்டியளவு தண்ணீரை குடித்துக்கொண்டு வரவேண்டும். அல்லது ஜ்வரம், அரோசகம் முதலிய அத்யாயங்களில் சொல்லியுள்ள ஆகாரவிதிகளை கவனிக்க வேண்டும். வாதபித்த சாந்தமான உணவுகளையே உபயோகிக்க வேண்டும். கோபம், பகை, மனக்கவலை, இவைகள் அதிகரிக்கும் வியகாரங்களினின்று நிவர்த்தியாக வேண்டும். சரீரத்தின் ஆரோக்கிய நிலைமை இடந்தருமாயின் காலையிலும் மாலையிலும் தண்ணீரிலேயே ஸ்நானம் செய்தல் வேண்டும். ஸ்நானத்திற்கு முன்பும் பின்பும் எலுமிச்சம் பழத்தின் ரசத்தை தலைக்கு நன்றாக தேய்க்க வேண்டும். இதையே உள்ளுக்கும் கொடுக்க வேண்டும். இந்தத் தண்ணீர் ஸ்நானத்தையும் எலுமிச்சம் பழத்தையும் உபயோகித்து வேண்டிய பயன் கிடைக்காவிட்டால், தினந்தோறும் மாலையில் ஆவிஸ்நானம் செய்ய வேண்டும். மிதமிஞ்சின ஆகாரத்தை தின்று ஜீர்ணசக்திகெட்டு சோம்பலாக வாழ்பவர்கள் தமது ஆகாரத்தை குறைத்துக் கொண்டு வேண்டிய தேகப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும்.

குறிப்பு:—தலைநோய் முதலிய பாதைகளின் நிவர்த்திக்காக உலகில் கணக்கில்லாத ஔஷதிகள் இருப்பது போல தூக்கம் கெட்டவர்களுக்கும் அளவில்லாத ஔஷதிகள் உண்டு. தலை நோவுக்காவது தூங்கபங்கத்திற்காகவாவது உபயோகிக்கும் ஔஷதிகளெல்லாம் சரீரத்தினுடைய மனோபலத்

தையும் தேகபலத்தையும் குறைத்து, சிலசமயத்தில் பிராணாபத்துக்கும் இடம் தருவதனால் இந்த ஔஷதிகளின் உபயோகம் கூடாது. அநேகமாக இதில் அபினி அல்லது அதுபோன்ற விஷபதார்த்தங்கள் கலந்திருப்பதனாலும் இவைகளின் உபயோகம் பல்படங்கு வியாதியைக் காட்டிலும் தீமையை வரவழைக்கக் கூடியபழக்கத்திற்கு இடம்தருவதனாலும் இந்த ஔஷதங்களை உபயோகிக்கலாகாது. மேல்நாட்டு அல்லது கீழ்நாட்டின் சில ஔஷதிகளும் ஆபத்துக்கே இடம் தருமாகையால் வைத்தியர்களும் வியாதியஸ்தர்களும் இவைகளை உபயோகிக்காமலிருத்தல் வேண்டும்.

12. பலஹீனம்

நிதானம்:—மலங்களின் பந்தம், ரத்தபிரவாகம், நீடித்துவந்த சுரம், வாந்தி, பேதி, அஜீர்ணம், மனக்கவலை, காப்பி, டீ, சாராயம் முதலியவைகளின் உபயோகம், வேளைக்குத் தகுந்த போஷணையில்லாமை, மிதமிஞ்சின ஸ்திரீ புருஷ போகம் இவைகள் முக்கியமான காரணங்கள்.

சொரூபம்:—ஏதேனும் ஓர் பாகம் அல்லது ஒரு அங்கம் பலஹீனமாகத் தோன்றும். இயற்கையான காரியங்களாகிய நடத்தல், பேசுதல் முதலிய சாதாரண காரியங்களில் ஆயாசம் தோன்றும். இந்த காரியங்களை பலப்படுத்தினால் பலஹீனம் இன்னும் அதிகமாக தோன்றும். பலஹீனம் முற்றி

மயக்கத்திற்கு இடங் கொடுக்கும். மலமூத்திரயந் தங்களின் குறிகள், ரத்தக் குறைவின் குறிகளாகிய பாண்டுநிறம், கைகால் முதலியவைகளில் வீக்கம் முதலியவைகள் காணும்.

சிகிச்சை:—ஆகார தோஷங்கள் அஜீர்ணம் முதலிய மேலே சொல்லியுள்ள காரணங்களை நிவர்த்தி செய்து கொண்டால் பலஹீனம் தானாகவே நிவர்த்தியாகும். மலமூத்திரங்களின் தடையை சீர்ப்படுத்திக் கொண்டு சாராயம், காப்பி, டீ, முதலியவைகளின் பழக்கங்களை நிறுத்திக்கொண்டு ஜீர்ண சக்தியை விருத்தியாக்கும் வழியைத் தேடவேண்டும். மனோபலத்திற்கு தகுந்த உபதேசங்களிருத்தல் வேண்டும். அந்தந்த தேகத்திற் கனுசரித்தவாறு ஆகார நியமத்துடன் பிராணுயாம முதலிய தேகப் பயிற்சிகளை செய்தல் வேண்டும். தேகபலம் மனோபலங்களை குறைக்கக் கூடிய வழக்க பழக்கங்களை நிறுத்தல் வேண்டும்.

பலத்திற் காகவே தனியே ஔஷதங்கள் வேண்டியதில்லை. இதற்கென்றே மருந்துகளையாவது சாராயங்கலந்த வஸ்துக்களை யாவது, மாமிச சத்துக்களையாவது, யாரும் உபயோகிக்க வேண்டாம். இவைகளின் உபயோகத்தினுல் பலம் இன்னும் குறைவதென்று அறியவேண்டும்.

13. மயக்கம், அபஸ்மாரம், வலி முதலியன.

நிதானம்:—திரிதோஷங்களில் ஏதேனும் ஒன்று, இரண்டு அல்லது மூன்று இதற்கு காரணமாகும். அநேகமாக பெற்றோர்களின் மூலமாக இது உண்டாகி மலபந்தங்களினாலும் வழக்க பழக்கத்தினாலும், மற்ற தோஷங்களினாலும் இது பலப்படுகிறது. இதற்கு ஏதோ ஒரு பேய் காரணமென்று அறியாதவர்களின் எண்ணம். உலகில் பேய் என்பதேயில்லை. பேய் என்பது மனதின் விகற்பமாகும்.

சொரூபம்:—பலஹீனத்தில் சொல்லியுள்ள லக்ஷணங்களை இதிலும் கவனிக்கவும். ஏதாவது வேலை செய்தால் அல்லது சரீரத்திற்கு ஆயாசம் உண்டாகும் ஒரு விருத்திகளில் இறங்கினால் மயக்கம் தோன்றும். இந்த மயக்கம் விபரீதமாய் கொஞ்ச நேரம் அல்லது சில நாட்கள் வரையில் பிரக்ஞைத் தவறுதலுண்டு. இதோடு வலி இருக்கும். இல்லாமலும் இருக்கும். சிலரிடத்தில் பெருத்த கூச்சலோடு இது ஆரம்பமாகும். திடீரென்று விழுந்து வாயில் நுரைத் தள்ளுவதுமுண்டு. சில நேரம் வரையில் சிலருக்கு கைகால்கள் அசைவதைப் பார்க்கலாம். மலபந்தங்களின் குறிகளும் திரிதோஷங்களில் ஏதேனும் ஒன்று, இரண்டு அல்லது மூன்றின் குறிகளையும் காணலாம்.

சிகிச்சை:—பலஹீனத்தில் சொல்லியுள்ள சிகிச்சா முறையை இங்கும் கவனிக்க வேண்டும். மலங்களின் பந்தத்தை நிவர்த்திக்க வேண்டும். அந்தந்த தோஷத்தை பரிகாரம் செய்யும் படியான ஆகாரத்தை உபயோகிக்க வேண்டும். மனோபலத்திற்கு வேண்டிய உபதேசங்களைச் செய்யவேண்டும். இதற்கென்றே தனியே ஒளஷதம் வேண்டாம். அல்லது எலுமிச்சம்பழம், நெல்லிக்காய், திரிபலம், பிருங்காமலக தைலம், இவைகளை உபயோகிக்கலாம். பச்சஜலஸ்நானம், பிராணயாமம் முதலிய தேகப்பயிர்ச்சி இவைகளுக்கு அனுகூலமாகும்.

14. இரத்த பிரவாகம்.

நிதானம்:—இதற்கு காரணங்கள் பலவிருப்பினும் பித்தபிரகோபமே இதற்கு காரணமாகும். பிரகோபமான வாயுவும் பித்த பிரகோபத்திற்கு சகாயம். பித்த பிரகோபத்திற்கு அனுகூலமான ஆகாரங்களும், காப்பி, டீ, கள், சாராயம் முதலிய வஸ்துக்களின் பழக்கங்களும், மலபந்தங்களினல் உண்டாகும் தோஷங்களும், ரத்தப் பிரவாகத்திற்கு காரணங்களாகும். அடிபட்டாலும் காயமானலும் ரத்தம்விழும். மேகவியாதி, க்ஷயவியாதி, மூலவியாதி ஹிருதயரோகம், இவைகளிலும் ரத்தபிரவாகத்தைப் பார்க்கலாம்.

சொரூபம்:—பித்த பிரகோபத்தின் லக்ஷணங்களெல்லாமிருக்கும். மலமூத்திர பந்தங்களின் குறி

களுண்டு. மூக்குதுவாரம், தொண்டை, ஈறு, மலத் துவாரம், மூத்திரத் துவாரம், யோனித் துவாரம் இவைகளின் மூலமாக ரத்தம் விழும். மூளை, அல்லது மற்ற அங்கங்களின் நாடிகள் உடைந்து உள்ளே ரத்தம் விழுவதுமுண்டு. தனியே பித்த சுரத்திலாவது, வாதபித்த சுரத்திலாவது, ஜன்னிசுரத்திலாவது, சூடுஅதிகப்பட்டு மேலே சொல்லியுள்ள இடங்களிலிருந்து ரத்தம் விழும் அந்தந்த சுரங்களின் லக்ஷணங்களுமுண்டு. மேகம், க்ஷயம், உஷ்ணம், வெள்ளை ஹிருதய ரோகம், மூலவியாதி இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்று அல்லது அநேக வியாதிகளின் லக்ஷணங்களைப் பார்க்கலாம். இந்த வியாதிகளில் ரத்தப் பிரவாகம் அடிக்கடி காணக்கூடுமாயினும், ஆகார தோஷத்தினாலும், மலபந்தங்களினாலும் இதுபலமாய் காட்டும். ரத்தபிரவாகம் இரண்டொரு துளியிலிருந்து பிராணபத்திற்கு இடந் தரக்கூடிய அளவு வரையில் காணலாம். அடி, கடி காயங்களில் அந்தந்த குறிகளைக் காணலாம்.

சிகிச்சை:—மல பந்தங்களின் நிவர்த்தியும், பித்தஹரமான ஆகாரங்களும், கோபம், தாபம் சுறுசுறுப்பு இல்லாத சாந்தமான வாழ்க்கையும், மிதமான விவகாரங்களும், மனோபுத்தி சரீரத்திற்கு சரியான ஓய்வும், சரியான சிகிச்சையாகும். இதற்கென்று தனியே ஔஷதங்கள் வேண்டாம். மேலே சொன்ன விதிகளுக்கு தண்ணீர் ஸ்னானும் சகாயமாகும். ரத்தம்விழும் இடங்களில் இடைவிடாமல்

தண்ணீரில் தோய்த்த குட்டையை வைத்துக் கொண்டே வரவேண்டும். பெருத்த காயத்தில் சரியான ரத்தநாடியைக் கண்டு பிடித்து அதைக்கட்டி அதற்குச்சரியான சஸ்திர வைத்தியம் செய்யவேண்டும். பித்தசாந்தமான ஆகாரங்களோடு துவர்ப்புடைய பதார்த்தங்களாகிய மாதுளம் பிஞ்சு, கொய்யாப் பிஞ்சு, வாழைப்பூ, வாழைச் கச்சல், பிஞ்சு அத்திக்காய், இவைகளை உபயோகிக்கலாம். தனியே கடுக்காயாவது, திரிபலத்தையாவது, கடுக்காயெண்ணெயாவது உபயோகிக்கலாம். க்ஷயம், பீனஸம், மூளை, ஹிருதயரோகம், சீதபேதி, மூலம், மூத்திர கோஷம், கர்ப்பகோஷம், இவைகளில் காணும் ரத்தபிரவாகமும் ஸ்தான பேதத்தினாலும் வியாதிகளின் பேர்களின பேதத்திலும், வெவ்வேருக தோன்றினாலும் இவைகளெல்லாம் ஒரேவிதமான சிகிச்சைக்கும், பத்தியத்திற்கும், ஆகாரத்திற்கும் உட்படுவதனால் இவைகள்வெவ்வேறல்ல. இவைகளுக்குத் தனித்தனியே சிகிச்சை வேண்டாம். பொதுவான சிகிச்சையே போதும்.

15. சுவாச காசம்

நிதானம்:—இருபவில் சொல்லியுள்ள விஷயங்களை இங்கும் கவனிக்க வேண்டும். தனியே வாத, பித்தம் அல்லது தொந்துவங்களினல் இது காணும். அநேகருக்கு இது பெறறோர்களின் மூலமாக வரும் நோய். பிறப்பினல் வந்த இந்த நோய்

ஆகார தோஷங்களினாலும், மலபந்தங்களினாலும், பல கெட்ட பழக்கங்களினாலும் விருத்தியாகும்.

சொரூபம்:—காசம் அல்லது இருமலில் காணும் லக்ஷணங்களெல்லாம் இதிலும் பார்க்கலாம் திரிதோஷங்களில் ஏதேனும் ஒன்று அல்லது இரண்டு தோஷங்களின் பிரகோபத்தைப் பார்க்கலாம். மலபந்தம், அரோசகம், வயிற்றுப்புஸம், இருமல், பெருமூச்சு இவைகள் முக்கியமான லக்ஷணங்கள். சுரம் இருக்கும். இல்லாமலு மிருக்கும். சாதாரண மூச்சைக் காட்டிலும் அது அதிகமாகவும், வேகமாகவு மிருக்கும். அதோடு சில சமயத்தில் "கூ" என்ற சப்தம் கேட்கும். மூச்சு விடும் பொழுது மார்பின் சதைகள் விசேஷமாக விரிவதையும் சுருங்குவதையும் பார்க்கலாம். சில வேளையில் மூச்சு விடுவதற்கு கஷ்டமாய், ஓர் ஆபத்தான நிலைமைக்கு வருவதுமுண்டு. நுரையீரல்களை பரிக்ஷித்தால் கபம் தங்கியிருக்கும் குறிகளும் ஓர் விதமான 'கூ' என்ற குறிகளும் காணலாம்.

சிக்ச்சை:—இருமலின் சிகிச்சையில் சொல்லியுள்ள விதிகளை இதிலும் கவனிக்க வேண்டும். மலபந்தங்களை நிவர்த்தி செய்து கொண்டு அந்தந்த தோஷஹரமான ஆகாரத்தை கொள்ள வேண்டும். இது கண்ட காலத்தில் மலபந்தத்தை நீக்கிக் கொண்டு 3 நாள் வெறும் ஜலம் அல்லது கஞ்சிதண்ணீரை குடித்துக் கொண்டே வரவேண்டும். சாதாரணமாய் இச்சிகிச்சையே போதும். இஞ்சி அல்லது துளசி ரசத்தை நாளுக்கு இரண்டு அல்லது

மூன்று முறை சாப்பிடலாம். அல்லது திரிகடு கஷாயத்தை யாவது, திரிகடு கடுக்காய் கலந்த கஷாயத்தையாவது உபயோகிக்கலாம்.

இந்த சுவாசகாஸ பாதை நிவர்த்தியான பிறகும் அன்னபானாதிகளின் நிபந்தனைகள் இருத்தல் வேண்டும். மலபந்தம் வராமல் பார்க்க வேண்டும். அந்தந்த தோஷஹரமான ஆகாரங்களையே கொள்ள வேண்டும். இதோடு நமது ஆரோக்கிய நூலில் விவரித்துள்ள பிராணாயாம பயிற்சியை செய்ய வேண்டும்.

குறிப்பு:—அநேகரிடத்தில் இந்நோய் அடிக்கடி தோன்றுவதையும், இதுதீராத நோயாகவும் பார்க்கின்றோம். ஆனால் மேலே சொல்லியுள்ள விதிகளை ஒருவன் அனுசரித்து வந்தால் வந்த நோய் தீரும். இனிமேல் வாராதபடியும் தடுக்கலாம். ஆகாரநிபந்தனையுடன் பிராணாயாமத்தைப் பக்தியோடு செய்து கொண்டே வந்தால் வியாதியை நிவர்த்திக்கலாம்.

16. க்ஷயம்

நிதானம்:—திரிதோஷத்தில் ஏதேனும் ஒன்று காரணமாக இருக்கலாம். இதுவும் பெற்றவர்களின் மூலமாக வரக்கூடியது. ஆகார தோஷங்களும் தேகத்தின் சக்தியைக் குறைக்கும் கெட்டபழக்கங்களும், வேலைகளும், விபரீதஸ்திரீ புருஷ போகமும் முக்கிய காரணங்களாகும். பீடி, சுருட்டு, காப்பி, தேயிலை, கஞ்சா, அபினி, சாராயம், முதலியவைக

ளின் உபயோகமும் காரணமாகும். வேலைக்குத் தகுந்த ஆகாரம் கொள்ளாததும், வேறு நோய்களினால் ரத்தம் கெட்டு சரீரத்தின் பலம் குறைவதனாலும் க்ஷயம் தோன்றும்.

மேல்நாட்டு வைத்தியத்தை யனுசரித்து ஓர் விசேஷமான பூச்சி இதற்கு காரணமென்றும், இது ஓர் தொத்து வியாதி யென்றும் சொல்லுவார்கள். ஆனால் இதற்கு மேலே சொல்லப்பட்டவைகளே காரணங்கள். பூச்சி காரணமல்ல. இது தொத்து வியாதியுமல்ல.

சொரூபம்:—பெற்றோர்களின் மூலமாக இது வந்திருப்பின் பிறப்பிலேயே சரீரம் க்ஷீணித்திருக்கும். பிறகும் அது புஷ்டித்திராமல் க்ஷீணதசையை யடைந்து கொண்டே வரும். பால்யத்திலிருந்தே அன்னத்துவேஷமும், அஜீர்ணமுமிருக்கும். அடிக்கடி உட்சுரம் பாதித்துக் கொண்டே வரும். சில வேளைகளில் விடாமலும் காயும். கொஞ்சங் கொஞ்சம் இருமல் காணும். ஆங்காங்கு நிணநீர் கோளங்களின் வீக்கங்களைப் பார்க்கலாம். இதையே கழுத்தில் விசேஷமாய்க் காணலாம். இந்த வியாதி விருத்தி ஆகஆக இந்த லக்ஷணங்களெல்லாம் விருத்தியாகிக் கொண்டே போகும். சுரமும் இருமலும் விடாமல் பிடிக்கும். இந்த சுரம் சில சமயத்தில் ஜீர்ணசக்தி கெடுக்கும். குளிரோடு ஆரம்பமாய் அநேகமாக ராத்திரி வேளையில் வியர்வை விட்டு குறைந்து விடும். அதிகமாகப் பாண்டு ரோகத்தின் லக்ஷணங்களைக் காணலாம்.

சரீரம் விசேஷமாய் க்ஷீணித்துக் கொண்டே வரும். சதையும் கொழுப்பும் கரைந்து எலும்புகள் தோன்றும். நுரையீரல்களைப் பரீக்ஷித்தால் அவைகள் இயற்கை குணம் மாறியிருக்கும். ஒரு பக்கத்தில் அல்லது இருபக்கத்தில் அநேகமாக மேற்புறத்தில் நுரையீரல் மெதுவான சப்தம் மாறி கெட்டியான சப்தம் கேட்கும். கபம் சேர்ந்துள்ள அடையாளம் இருக்கும்.

உஸ்சுவாச நிஸ்சுவாச சப்தங்கள் மாறும். நாளடைவில் கெட்டி சப்தம் மாறி போல் சப்தம் கேட்கும். கபம் கெட்டியாயும். துர்வாசனை யுடைய தாயு மிருக்கும். இதில் ஓர் விதமான மணல் போன்ற பொருள் தோன்றும். சில வேளையில் கபத்தோடு ரத்தம் கலந்திருக்கும். சிலர் ரத்தம் மாத்திரம் அடிக்கடி வெளிப் படுத்துவது முண்டு. இந்த வியாதி முற்றினால் இந்த லக்ஷணங்கள் விருத்தியாவதுடன் ரத்தபலம் அதிகமாக குறைந்து கைகால்களில் வீக்கங் காணும். பேதியும் மஹோதரமும் இருக்கலாம்.

சிகித்சை:— இருமல் சுரங்களின் சிகிச்சைகளில் சொல்லியுள்ள விதிகளை இங்கும் கவனிக்க வேண்டும். இந்த வியாதி நிவர்த்திக்காக உலகில் கணக்கில்லாத ஔஷதங்க ளிருந்தும் இந்த வியாதிக்கு நிவாரணையே யில்லை. முற்றிப்போன நோயும், அதுவும் சிறுவயதில் வந்தால் இது சிகிச்சைக்கு அசாத்தியம். இதன் ஆரம்பத்தில் க●ணுட் சுரமுத

விய லக்ஷணங்களை உபவாசத்தின் மூலமாக நிறுத்திக் கொண்டு ஜீர்ணசக்தி விருத்தியாகும் வழியைத் தேடவேண்டும். ஜீர்ணசக்திக் கேற்ற வாறு கொழுப்புடையதும் புஷ்டியைத் தரக்கூடியதுமுள்ள ஆகாரத்தை அளவோடு கொடுத்தல் வேண்டும். சுரம் முதலிய பாதைகள் குறைந்து கொஞ்சம் புஷ்டியானதே கிரமமாகவும் மெல்ல மெல்லமாகவும் நமது ஆரோக்ய நூலில் சொல்லியுள்ளபடி பிராணாயாமத்தைப்பக்தியோடு செய்தல்வேண்டும். ஆரோக்யத்திற்கு இடையூறுள்ள நகர வாசத்தை விட்டு சுத்த காற்றுடைய வெட்டவெளி பிரதேசமாகிய கிராமங்களில் வசித்து நோய்க்கு ஏதுவான காரணங்களை நீக்கி, சரீரத்திற்கு ஹீனம் வரக்கூடிய எல்லாவிதமான விவகாரங்களை நிறுத்தி புஷ்டிகரமான ஆகாரத்தை உட்கொண்டு, கிரமமாக மூச்சு பிடிக்கும் பழக்கத்தைப் பலப்படுத்திக் கொண்டே வர வேண்டும். இந்தச் சாதனைகளைக் கவனித்தால் மாத்திரம் போதும். உயர்ந்த மருந்துகளாகிய பவழம், முத்து, தங்கம் முதலியனவைகளும் பயனற்றவை.

17. மேகம்.

நிதானம்.—இது அநேகமாகப் பெற்றோர்களின் மூலமாக வரக்கூடிய நோய். ஆணாவது பெண்ணாவது வயதுக்கு வந்தபிறகு சரீரம் அதிக பலஹீனமான காலத்தில் பரஸ்பரம் போகம் செய்தாலாவது, பலஹீனம் இருக்குங்காலத்தில் ஒரு பக்ஷத்தாருக்கு இந்த நோய் இருந்தால் மற்றொரு பக்ஷத்

தாருக்கு ஒட்டிக் கொள்ளும். இதுவே முக்கிய காரணம். இதற்கு ஓர் விசேஷ பூச்சி என்பதில்லை.

சொரூபம்:—ஆரம்பத்தில் ஆணுக்காவது பெண்ணுக்காவது மர்மஸ்தானத்தில வீக்கமும் எரிச்சலும் கண்டு பிறகு மூத்திர துவாரத்திலாவது, அதன் சமீபத்திலாவது, யோனிதுவாரத்திலாவது கொப்பளம் தோன்றி அது காலக் கிரமத்தில் ரணமாகும். மூத்திரம் எரிச்சலிருக்கும். அற்பசுரம் இருந்தாலும் இருக்கும். நாளடைவில் ரணம் பெருகி ரத்தம் அலலது சீழ் விழுந்து கொண்டே இருக்கும். இதை அலக்ஷ்யம் செய்தால் சிலநாட்களுக்குள்ளே இந்த ரணத்தினால் ஜனனேந்திரியத்திற்குச் சம்பந்தப்பட்ட சதை நாசமாய் அதன்காரியம் கெடும். இந்த ரணம் இருக்கும் பொழுதாவது இது ஆறினபிறகாவது அரையில் ஒருபக்கம் அல்லது இருபக்கங்களில் கட்டிகள் தோன்றும். பிறகு தொண்டை கர்மல், சுரம், அதன் பல குறிகளோடு சரீரமுழுதும் அல்லது ஏதோ சில பாகங்களில் மாத்திரம் சொரி அல்லது கிரந்திகள் காணும். காலக் கிரமத்தில் இவைகள் பழுத்து இரணமாவதுமுண்டு. கை கால் பிடிப்பு, சந்துகளில் வலி, வீக்கம், எலும்புகள் வீக்கம், கண் நோய், கண், நாக்கு, தொண்டை, இவைகளில் ரணம் ஆங்காங்கு கோளங்களின் வீக்கம், மேகக் கட்டிகள் முதலிய லக்ஷணங்கள், கிரந்திகள் கிளம்பும்போது அல்லது பிறகு காணும். மேக தோஷத்தினால் எல்லா விதமான தாதுக்களும் அங்கங்களும் பாதிக்கப்படும்.

சிகிச்சை:—மல பந்தங்களை நிவர்த்தி செய்து கொண்டு குறைந்தது மூன்றுநாள் பூர்ண உபவாச மிருக்கவேண்டும். கூடியஅளவு தண்ணீரையே குடிக்க வேண்டும். அல்லது குளிர்ச்சியான பானங்களையே குடிக்க வேண்டும். ஸ்திரி புருஷ போகம் பூர்ணம் நிறுத்தவேண்டும். ரணத்தை வெறும் ஜலத்தினால் கழுவி ஓர் ஈரமான துணியால் கட்டவேண்டும். ஈரம் ஆறின போதெல்லாம் துணியைச்சுத்த ஜலத்தில் நனைத்து நனைத்துக் கட்டவேண்டும், இதற்கு முன்பாக ஓர் தொட்டியில் தண்ணீர் வைத்து அதில் இரணம் இருக்கும் பாகம் முழுங்கும்படி 1/2 மணிநேரம் உட்கார வேண்டும். உட்காரும் காலத்தில் நோயாளியே அந்த ரணத்தை அதில் கழுவிக் கொண்டே யிருக்க வேண்டும்.

இப்படிச் செய்தும் ரணம் ஆறுவிட்டால் வெறும் மஞ்சள் கியாழம், அல்லது வேப்பிலை மஞ்சள் கியாழத்தில் ரணத்தைச்சுத்தப்படுத்தி அந்தக்கியாழத்தில் தோய்த்தச் சுத்தமான மெதுவான துணியை அந்த ரணத்திற்குக்கட்டவேண்டும். இதை ஒரு தினத்திற்குப்பலமுறை செய்ய வேண்டும், கழிவின பிறகு கியாழத்திற்குப் பதில் வேப்பிலை மஞ்சளை அறைத்து ரணத்திற்குப் பூசிக் கொள்ளலாம். இந்த வேப்பிலை மஞ்சள் கியாழத்தையே ஒரு நாளுக்கு இரண்டு அல்லது மூன்று முறைச் சாப்பிடலாம். அல்லது வேப்பிலை மாத்திரம் நாளொன்றுக்கு 5 வீதம் 7 தினம் வரையில் சாப்பிடலாம்.

முற்றிப்போன மேக கிரந்திகளுக்கும், கட்டிகளுக்கும், கை, கால, பிடிப்பு, சந்து வீக்கங்களுக்கும இந்த சிகிச்சையே நீடித்து பலமாகச் செய்ய வேண்டும் பத்தியம் கடினமாயிருக்க வேண்டும். இதோடு நாளுக்கு ஒன்று, அலலது இரண்டு முறை ஆவி ஸ்நானம் செய்தல் வேண்டும். இந்த வேப்பிலையையே 1 மண்டலம் வரையில் சாப்பிடலாம்.

18. வெள்ளை

நிதானம்:—மேகத்தில் சொல்லியுள்ள நிதானமூம் இதிலும் பொருந்தும். இது பெற்றோர்களின் மூலமாக வருவதுண்டு. அநேகமாக ஸ்திரீ புருஷாள் போகத்தினல் ஒருவருடைய நோய் மற்றொருவருக்கு ஒட்டிக் கொள்ளும்.

சொருபம்:—மூத்திர துவாரத்திலாவது யோனித்துவாரத்திலாவது எரிச்சலோடு வெள்ளை காணும். அந்த ப்ாகம் கொஞ்சம் வீங்கி யிருக்கும். மூத்திர விசர்ஜனஞ் செய்யும் பொழுது எரிச்சல் இன்னும் அதிகமிருக்கும். இந்த வெள்ளை இருக்கும் பொழுதாவது பிறகாவது அறைக்கட்டிகள், பீஜத்தின் வீக்கம், சந்துகளில் வலி, குடைச்சல், வீக்கம், கண், நோய் முதலியவைகள் காணும். முற்றினல் மூத்திர துவாரத்தைப் பாதித்து மூத்திர விசர்ஜனத் தடையாய் மூத்திர பந்தத்திற்கு இடம் கொடுக்கும். அநேக நாட்களாக கணுக்க

ளுக்கு சம்பந்தப்பட்ட எலும்புகள் வீங்கி அவை கள் தமது வேலையை செய்யாமல் போகும்.

சிகிச்சை:—மூத்திரக் குறைவில் சொல்லியுள்ள சிகிச்சையின் விதிகளை இங்கு கவனிக்க வேண்டும். ஸ்திரீ புருஷ போகம் பூர்ணம் நிறுத்த வேண்டும். குறைந்தது 3 நாள் பூர்ண உபவாச மிருந்து எவ்வளவு ஜலம் குடிக்கக்கூடுமோ அவ்வளவு குடிக்க வேண்டும். பித்த சாந்தமான ஆகாரங்களையும் பானகங்களையும் உபயோகிக்க வேண்டும். வெண்டைக்காய், வெள்ளரி, தற்போஸ், இளநீர், மோர், இவைகளை தாராளமாய் உபயோகிக்க வேண்டும். அப்படியே எலுமிச்சம், கிச்சிலி, வாழைப் பழங்களையும் உபயோகிக்கலாம். உப்பு, காரம், புளிப்பு, மாமிசம், காப்பி, டீ, சாராயம், மசாலைகளைப் பூர்ணம் நிறுத்த வேண்டும். குறைந்தது 2 தடவை தண்ணீரில் ஸ்நானம் செய்யவேண்டும். மர்மஸ்தானத்தை அடிக்கடிக்கு சுத்த ஜலத்தினல் கழுவிக் கொண்டே வரவேண்டும். இந்த விதிகளை கவனித்தால் போதும். வேறு சிகிச்சை வேண்டியதில்லை.

19. குஷ்டம்

நிதானம்:—இது அநேகமாக பெற்றோர் மூலமாக வரக்கூடிய நோய். சில சமயத்தில் முற்றின மேகம் குஷ்டமாக முடிவதுமுண்டு. இதற்கு ஓர் விசேஷமான பூச்சி காரணமென்று சொல்லப்படினும் இது முக்கியமாக ஓர் கர்ம வியாதி. அவனவன் செய்த வினையின் பயனை அவனுவது அவன்

சந்ததிகளாவது அனுபவித்தே தீர வேண்டுமென்னும் நியாயம் இந்த வியாதியில் நன்ருக கவனிக்கலாம். இது தொத்து வியாதி என்று சொல்லுவார்கள். ஆனல் இது தொத்து வியாதியுமல்ல. இது விசேஷ பூச்சியினலுமுண்டாவது மில்லை.

சொரூபம்:—இந் நோயின் சொரூபம் பலவிதத்தில் காணலாம். தோலின் வீக்கம், எரிச்சல், திமிர், உணர்ச்சி குறைவு, வெடிப்பு, நிறம் மாறுதல், படை- இவைகளில் ஒன்று அநேகம் அல்லது எல்லாம் ஆரம்பத்தில் பார்க்கலாம். இவைகளை எங்கும் பார்க்கக்கூடுமாயினும் காது, கை, கால், விரல்கள், கைகள், பாதங்கள், கால்கள், முக்கியமான ஸ்தானங்கள் மற்ற பாகத்திலும் காணலாம். மற்றவர்களுக்கு ஆங்காங்கு தோலின் தடிப்பு அல்லது சர்வாங்கத்தின் வீக்கம், அல்லது கிரந்திகள் மாத்திரம் காணுவதுண்டு. ஆரம்பத்திலிருந்தே திமிர் உண்டு. உணர்ச்சி கெடும். காலக்கிரமத்தில் கைகளிலும் பாதங்களிலும் வெடிப்பும் வீக்கமும் அதிகமாய் ரணம் தோன்றும். கால் விரல்களின் சந்துகளிலும் குதிக்கால்களிலும் இந்த ரணங்கள் விசேஷமாய் காணும். இவைகள் வட்டாகாரமாயும் ஆழமாயுமிருக்கும். இந்த வியாதி இன்னும் முற்றினல் கை, கால், விரல்களின் சந்துகள் வீங்கி ரணமாய் விரல்களின் நுனி பாகம் விழுந்துவிடும். விரல்கள் மாத்திர மல்லாமல் முழு கையாவது பாதமாவது விழுந்து விடுவதுமுண்டு.

சிகிச்சை:—தீயச் செயல்களினுலே வந்த இந்த நோய் நல்வினையினுலே போக வேண்டும். இடைவிடாத ஈஸ்வர விருத்தியும், தானஞ் செய்தல் முதலிய உபகார வேலைகளும் மனேசித்திக்கும், சரீர சுத்திக்கும், அனுகூலமான சாதனைகளும் இவ் வியாதிக்கு தகுந்த சிகிச்சையாகும். தினந்தோறும் ஆவிஸ்நானம், தண்ணீர் ஸ்நானம், கூடியவரையில் உபவாசம், பித்த சாந்தமான குளிமையான காய்கரிகளையும், பழங்களையும், மிதமாகவும் பச்சையாகவும் தின்னுதல், மாமிசம், காப்பி, டீ, சாராயம் முதலிய பழக்கமிருப்பின் அவைகளைத் தள்ளுதல், பிரம்மச்சரிய விருதப், பிராணயாமம் முதலியவைகளைச் செய்தல். ஏழைகளை ஆதரித்தாலும் வந்த நோய் போகும். வராமல் தடுக்கலாம். அல்லது வந்ததும் விருத்தியாகாமல் தடுக்கலாம். குஷ்ட வியாதிக் கென்றே மருந்துகள் பல விருந்தும் மேலே சொல்லியுள்ள விதிகளை கவனியாது அவைகளெல்லாம் பயனற்றவைகளாய்ப் போகின்றன. மருந்து தின்று ஆகவேண்டுமென்ற அவாவுடையவர் 2மண்டலம் வரையில் பச்சை வேப்பிலையை தின்னவேண்டும். முதல் நாள் ஓர் இலையில் ஆரம்பஞ் செய்து ஓர் மண்டலம் வரையில் தினம் ஒவ்வொன்ருக எற்றிக் கொண்டு ஒரு மண்டலமானதே தினந்தோறும் ஓர் இலை குறைத்துக் கொண்டு, கடைசியில் ஓர் இலையில் முடிக்க வேண்டும். வீக்கம், வெடிப்பு, ரணம், படை இவைகளுக்கும் தனியே வேப்பிலையாவது, கொஞ்சம் மஞ்சளை சேர்த்தாவது அறை

த்து பூசவேண்டும். இந்த வேப்பிலையின் பிரயோகத்தினால் உஷ்ணம் அதிகரித்து சீதபேதி முதலிய கோளாறுகள் கண்டால் அதை நிறுத்தி மறுபடியும் ஆரம்பம் செய்யவேண்டும். வேப்பிலைக்கு பதில் பீமரம், அல்லது பெருமரத்தின் இலையை இது போலவே உபயோகிக்கலாம் அல்லது அதன் பட்டையை சூர்ணம்செய்து தினம் 5, அரிசியிடை வீதமாகச் சாப்பிட்டுக் கொண்டுவரலாம். பிரமதண்டின் ரசமாவது, பிரமதண்டி தைலத்தை யாவது உபயோகித்தாலும் இந்த நோய் தீரும்.

20. இருதய நோய்.

நிதானம்.—தனிதோஷத்தினாலும் தொந்துவத்தினாலும் அநேகம் வாத பித்தத்தினாலும் ஆகார தோஷத்தினாலும் மலபந்தங்களினாலும் கள், சாராயம், காப்பி,டீ,புகையிலை, கஞ்சா, அபினி இவைகளின் உபயோகத்தினாலும் நீடித்து வந்த சுரம், மேகம், க்ஷயம், இந்த நோய்களினாலும் அபரிமிதமான ஸ்திரி புருஷ போகத்தினாலும் ஹிருதய நோய் காணும். அநேகருக்கு சிறு பிராயத்திலிருந்து பெற்றோர்களின் மூலமாக வருவதுமுண்டு. எந்த காரணத்தினாலாவது, ரத்தபலம் குறைந்து ஹிருதயம் பலஹீனமாய் இருக்கும் காலத்தில், ஜீரணசக்திக்கு அதிகமான பலமான ஆகாரத்தை உட்கொள்ளுவதனாலும், மல மூத்திரங்கள் சேர்ந்திருப்பதினாலும் இந்த நோய் காணும்.

சொரூபம்:—அநேகநாள் வரையில் இதனுல் யாதொரு தொந்தரவு நேரிடாமலிருக்கும். அல்லது சில வேளையில் பார்பில், வலி, நோய், அல்லது சூலை காணும். மூச்சு விடுவதற்கு கஷ்டமாகும். அதிகமான ஆகாயம் தின்றாலும் மலமூத்திரங்களில் பந்தமிருந்தாலும் இவைகள் அதிகமாய் காட்டும். நாளடைவில் இந்த லக்ஷணங்கள் அடிக்கடி காணும். பாண்டு ரோகத்தின் லக்ஷணங்கள் யிருந்தாலும் இருக்கலாம். முகம், பாதங்கள், கைகள், இவைகளில் கொஞ்சங் கொஞ்சம் வீக்கங்காட்டும். அதுவும் விசேஷமாக, இரண்டு பாதங்களில் காணும். முற்றினல் இந்த வீக்கம் கால், துடை, வயிறுவரைக்கும், பிறகு சர்வாங்கமும் பரவும். ஹிருதயம் வீங்கி பெருத்த லக்ஷணங்களைப் பார்க்கலாம். அதன் இயற்கையான சப்தங்கள் மாறின குறிகளுண்டு. இந்த சந்தர்ப்பத்தில் கல்லீரல் மண்ணீரல்கள் பெருகி மஹோதரத்தின் குறிகளைப் பார்க்கலாம். மூச்சு விடுதல் இன்னும் கஷ்டமாகும். மல மூத்திர பந்தமும் விசேஷமாக இருக்கும். சிலருக்கு ஆரம்பத்திலிருந்தே சொற்ப இருமல் கண்டு ரத்தம் விழுவதுண்டு.

சிகிச்சை:—மலபந்தங்களை நிவர்த்தி யாக்கிக் கொண்டு, ஆகார நிபந்தனையை கவனித்தால் போதும். இவைகளை கவனியாது வெறும் ஔஷதப் பிரயோகத்தினல் இது சௌக்கியமாகாமல், இது தீராநோய் என்று எண்ணப் படுகிறது. ஆகார தோஷத்தினலும் மலபந்தங்களினலும் மற்ற பழக்

கங்களினாலும் இது விபரீத நிலைமையை யடைவதனைல் இவைகளை நிவர்த்தி செய்து கொண்டாலே போதும். கண்ட நோய்கள் தீருமளவையில் உபவாசம் இருக்க வேண்டும். கஞ்சித் தண்ணீர், பழச்சாறு அல்லது லகு ஆகாரத்தையே தின்ன வேண்டும். மலபந்தத்தை நிவர்த்தி யாக்கின பிறகும், திரும்பத் திரும்ப அந்த பாதை யில்லாத படிக்கு கவனிக்க வேண்டும். உபவாசம் முடிந்த பிறகும் சுலபமாக ஜீர்ணமாகக் கூடிய பதார்த்தங் களையே மிதமாக தின்ன வேண்டும். இவைகளும் வாத, பித்தஹரா குண முடையவைகளா யிருக்க வேண்டும். காப்பி, டீ, சாராயம், புகையிலை முதலிய பழக்கமிருந்தால் பூர்ணம் நிறுத்தவேண்டும். வேண்டிய அளவு, ஸ்தூல சூக்ஷ்ம சரீரத்திற்கு ஓய்வு இருக்க வேண்டும். மனத்திற்கும் சரீரத்திற்கும் ஆயாசம் தரக்கூடிய விவகாரங்கள் ஒன்றும் இருக்கலாகாது. ஆரம்பத்தில் காணும் இந்நோயின் குறிகள் நிவர்த்தி யானதும் கிரமமாக மூச்சு பிடிக்கும் பழக்கத்தை மெல்ல மெல்ல செய்து கொண்டே வந்தால் வந்த நோய் நிவர்த்தியாகும். இனிமேல் விருத்தியாகாத படியும் பார்த்துக் கொள்ளலாம்.

21. மனோ வியாதிகள்.

நிதானம்:—சகல காரியங்களும் ஸ்தூல சூக்ஷ்ம சரீரங்களின் சம்பந்தத்தினாலேயே நடக்க வேண்டும். ஸ்தூல சரீரத்தினுடைய சுகதுக்கங்கள் சூக்ஷ்ம சரீரத்திற்கும், சூக்ஷ்ம சரீரத்தினது ஸ்தூலத்திற்

கும், பாதிக்கிறதென்று அறிய வேண்டும். மனோ வியாதிகளுக்கு காரணங்கள் எவ்வளவோ உண்டு. ஸ்தூல சரீரத்திற்கு நேரிடும் கஷ்டங்களினுலே யோ, மற்ற எந்த காரணத்தினுலேயோ, மனக்க வலை எற்பட்டு இது அடிக்கடிச்கு பீடித்துக் கொண்டே வந்தால் மனோவியாதி வருகிறது. ஆசை, பாசம், விஷயப்பற்று, பயம், வருத்தம், கோ பம், சந்தேகம், விபரீத புத்தி முதலியவைகள் மனோவியாதிக்கு காரணங்கள். எதோ ஓர் விஷயத் தில் ஒருவன் அளவிலாத பற்றுவைத்தும், அதனின்று திடீரென்று பிரியுங்காலத்தில் இந்த மனோ வியாதியை விசேஷமாக பார்க்கலாம். ஆகார தோ ஷத்தினுலும், மலபந்தங்களினுலும், காப்பி, டீ. சாராயம், புகையிலை முதலியவைகளை விபரீதமாக உபயோகப் படுத்துவதனுலும், நீடித்த சுர முதலிய வியாதிகளினுலும், விஷ ஔஷதத்தின் பிரயோக ங்களினுலும், தலைக்காவது, முதுகிற்காவது விசேஷ அடிப்பட்டாலும், மனோவியாதி காணும்.

குறிப்பு:—மனோவியாதிக்கு சரியான காரணங் கள் தெரியாதவர்கள் இந் நோய் பூதபிசாசுகளி னுல் உண்டாகின்றன வென்று கூறுவார்கள். பா மர ஜனங்களுமன்றி, வைதீகர்களும், சிலவைத்தியர் களும், மந்திர வாதிகளும், ஜோதிடர்களும், இந்த அபிப்பிராயத்தை இன்னும் பலப்படுத்துவார் கள். மேலே சொல்லியுள்ள காரணங்களை மனோ வியாதிக்கு எதிவின்றி மனோவியாதிக்காவது மற்ற எந்த வியாதிக்காவது எந்த பேயும் காரணமன்று

என்றும், பேய் பிசாசென்றும் எண்ணம் நமது விபரீதமான புத்தி யென்றும் உலகில் பேய் என்பதேயில்லை யென்றும், நம்ப வேண்டும்.

சொரூபம்:—மனோ வியாதியின் லக்ஷணங்களை அந்தந்த வியாதிக்கும் அதனதன் அவஸ்தைக்கும் தகுந்தவாறு அநேக விதமாக பார்க்கலாம். அற்ப விஷயத்திலும், அடிக்கடிக்கு வரும் கோபத்தின் குறியிலிருந்து விபரீதமான பயித்தியம் வரையிலுள்ள லக்ஷணங்களைப் பார்க்கலாம். எதிலும் மனமும், புத்தியும், தமது சாதாரண நிலைமையில இல்லாமல் விபரீதமாகவே யிருக்கும். மனம், புத்தி இவைகளின் காரியங்கள் கெட்டிருக்கும், இந்திரியங்களின் அடக்கமில்லை. கை, கால்களின் ஓட்டம், அதிகபேச்சு, கூச்சலிடுதல், கண்டவர்களைத் திட்டுதல், சிரித்தல், அல்லது அழுதல், பல வேடிக்கைகளைக் காட்டுதல், தகாத காரியங்களைச் செய்தல். பசி, தாகம், தூக்கம், அதிகம், அல்லது, அதிக குறைவாயிருத்தல், பேசாமலுமிருத்தல், கண்டயிடத்தில் மல மூத்திர விசர்ஜனஞ் செய்தல், உண்ணாமலிருத்தல், ஞாபகசக்திக் குறைவு, ஒன்றுக்கொன்று சம்மந்த மில்லாத பேச்சு, இவைகள் பலவிதமான மனோ வியாதிகளின் லக்ஷணங்களாகும்.

சிகிச்சை:—அந்தந்த நோயின் காரணங்களைத் தெரிந்துக் கொண்டு அவைகளை நிவர்த்தி செய்தாலே நோய்தீரும். அநேகமாக பித்த பிரகோபமே இதற்கு காரணமாகையால் பித்தசாந்தமான அனு

பானங்களையும், ஆகாரத்தையும், பத்தியத்தையும் அனுசரிக்கவேண்டும். மனக்கவலைக்கு ஏதுவான விஷயங்களினின்று தள்ளியிருக்க வேண்டும். மனக் கவலையினால் வந்த இந்தநோய் விசாரணையினாலேயே நிவர்த்தியாக வேண்டும். கை கால்கள், வாக்கு இவைகளடக்கமில்லாதவர்களுக்கு காலையில் தண்ணீர் தாரை ஸ்நானம்செய்தல்வேண்டும். இதை சுமார் அரைமணிநேரம் வரையில் அல்லது நோயாளி அடங்கி குளிரென்று சொல்லும் வரையில் செய்ய வேண்டும். இதற்கு முன்பே எலுமிச்சம் ரசத்தை தலைக்கு நன்றாகத் தேய்த்துக் கொண்டே வரவேண்டும். ஸ்நானம் முடிந்த பிறதும், இந்த பழச்சாரையே தலைக்கு பூசவேண்டும். அதிகாலையில் 3 அல்லது 4 பழங்களின் ரசத்தை உள்ளுக்கு கொடுக்க வேண்டும். இதை நாளுக்கு இரண்டு மூன்று முறையும் கொடுக்கலாம். சுலபமாக ஜீர்ணமாகக் கூடிய இலகு ஆகாரத்தையே கொள்ள வேண்டும். நோயாளிகளை பலாத்காரமாக அடக்கக்கூடாது. அவர்களிடத்தில் அடிக்கடி பேசவும் அவர் சொல்லும் பேச்சுக்கு பதில் சொல்லவும் கூடாது. இந்த ஜலஸ்நானம், எலுமிச்சம் முதலிய பித்தசாந்தமான ஆகாரங்களைத்தவிர நோயாளியின் சேஷ்டைகளைக் குறைப்பதற்காகத் தனியே ஔஷதங்களை உபயோகிக்கலாகாது. உபயோகிப்பதனால் கெடுதியே உண்டாகும். பேய் என்னும் எண்ணங் கொண்டு அதற்கு வேண்டிய மந்திர தந்திர கிரியைகளை செய்வதும் நோயாளிகளின் நன்மைக் கன்று.

22. வீக்கம்.

இந்த வீக்கம் ஏதோ சிலபாகத்தில் அல்லது பாகங்களில் காணலாம். சர்வாங்கமும் காணலாம்.

நிதானம்:—திரி தோஷங்களில் ஒன்று அல்லது இரண்டு, அல்லது மூன்று காரணமாகும். ஆகார தோஷத்தினாலும், மலபந்தங்களின் தோஷத்தினாலும், அடியினாலும், ஜந்துக்களின் கடியினாலும் வரக்கூடும். மேகம், க்ஷயம், குஷ்டம், வெள்ளை, வாதபாதை, பாண்டுரோகம், இருதய நோய், மூத்திரக் குறைவு இவைகளில் விசேஷமாய்ப் பார்க்கலாம்.

சொரூபம்:—அந்தந்த தோஷத்தையும், ஸ்தானத்தையும் அனுசரித்து லக்ஷணங்கள் வேறுபடும். குத்தல், எரிச்சல் சில வேளையில் சூலை, சுரம், அரோசகம், மலபந்தங்களின் குறிகள் அந்தந்த நோய்களுக்கு சம்மந்தப்பட்ட லக்ஷணங்கள் இவைகளைக் காணலாம். நுரையீரல்கள், இருதயம், மார்புக்கூண்டு இவைகளில் வீக்கமிருந்தால், மார்புகூண்டில் விசேஷமான வலியும், மூச்சு விடுவதற்கு கஷ்டமும் அதிக சுரமும் இருக்கும். அப்படியே வயிற்றுக் கூண்டில் இரைப்பை, குடல், கல்லீரல், மண்ணீரல், குண்டிக்காய் இவைகள் வீங்கினால் பொருக்க முடியாத வலியும் அன்ன பானாதிகளின் ஜீர்ணத்தின் தடையும், அதிக சுரமும் காணும். கணுக்களில் அல்லது சந்துக்களில் வீக்கமிருந்தால் அந்தந்த சந்துக்களில் அதிக வலியும், குடைச்சலும், அந்த பாகத்தை நீட்டவும் முடக்கவும் முடியாமலுமிரு

க்கும். அநேகமாக மேகம் அல்லது வாத தோஷங்களின் குறிகளைக் காணலாம். சுரம் இருக்கும். இல்லாமலு மிருக்கும். சுரத்தோடு க்ஷய மற்ற குறிகளு மிருக்கலாம். இரு பாதங்கள் அல்லது இரு பாதங்களும் கால்களும் வீங்கியிருந்தால் அல்லது இமைகளோடு முகத்திலும் வீக்கம் தோன்றினால் மூத்திரக் குறைவினுடைய லக்ஷணங்களும் இருதய நோயினுடைய லக்ஷணங்களும் இருக்கும். வீக்கம், சீழ் கட்டியின் பூர்வ ரூபமாயிருந்தால் அதன் நோயும் குடைச்சலும் சுமார் 10 தினத்திற்குள்ளாகவே வீக்கம் அதிகமாய் சீழ் பிடித்த லக்ஷணங்களைக் காட்டும். பழுத்து சீழ் பிடித்த காலத்தில் குத்தல், சுர முதலியவைகள் குறையும். நாளடைவில் சிகிச்சை செய்தோ செய்யாமலோ கட்டியுடைந்து சீழ் வெளியாகும்.

சிகிச்சை:—வீக்கத்திற்கு சரியான காரணத்தைத் தெரிந்துக் கொண்டு, காரணத்தை நீக்கிக் கொண்டால் வீக்கம் நிவர்த்தியாகும். மலபந்தங்களின் நிவர்த்தியும், உபவாசமும், இலகுவான ஆகாரமும், தண்ணீர் ஸ்நானமும், ஆவிஸ்நானமும், கிரமமாக பக்தியோடு செய்தால் போதும். இந்த விதிகளையனுசரித்தால் அநேக வீக்கங்கள் நிவர்த்தியாகும். உபவாசம், ஆவிஸ்நானம், தண்ணீர் ஸ்நானம், மல பந்தங்களின் நிவர்த்திகளுடன் வீக்கமிருக்கும் பாகத்திற்கு அடிக்கடிக்கு வென்னீர் முதலிய ஒத்தணங் களினாலும், பலவித

மான பத்துகளினுலும் வீக்கங்களும் கட்டிகளும் கரையும்.

குறிப்பு:—வீக்கங்களுக்கும் கட்டிகளுக்கும் சஸ்திர வைத்தியமே சரியான சிகிச்சை யென்றெண்ணி மேல் நாட்டு வைத்தியர்கள் அறியாமல் அவசரபட்டு ஆயுதப் பிரயோகம் செய்துக் கொண்டு வருகிறார்கள். மேலே சொல்லியுள்ள விதிகளை பக்தியோடு கவனித்துக் கொண்டு வந்தால் எந்த கட்டிகளுக்காவது வீக்கத்திற்காவது சஸ்திர பிரயோகமே வேண்டாம். அல்லது சில சமயங்களில் சில சீழ்கட்டிகளில் சீழ்ப்பிடித்தும் கட்டி உடையாமல் நோயாளி கஷ்டப்படுங் காலத்தில் மாத்திரம் சஸ்திரத்திற்கு உபயோகமுண்டு. எந்தவிதத்திலும் மதுமேகத்தில் காணும் கட்டிகளுக்கு சஸ்திர பிரயோகம் செய்யாமலே வேறு சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும். அப்படியே மார்பு கூண்டு, வயிற்றுக் கூண்டுகளில் காணும் வீக்கங்களிலும், கட்டிகளிலும், சஸ்திரபிரயோகம் செய்யாமலிருக்க வேண்டும். பல சாதனைகளைச் செய்தும் பயன்படாத சந்தர்பங்களில் மாத்திரம் சாஸ்திர சிகிச்சை செய்யவேண்டும். எந்த விதத்திலும் ஆரம்பத்தில் இந்தப் பிரயோகம் கூடாது.

23. சொறி, சிரங்கு, படை.

நிதானம்.—திரிதோஷங்களில் ஏதேனுமொன்று அல்லது இரண்டு காரணங்களாகும். வாதபித்தமே

சாதாரணமான காரணம். குஷ்டம், மேகம், மதுமேகம், அம்மை சுரங்களிலும் கிருமிதோஷங்களிலும் இவைகளைக் காணலாம்.

சிகிச்சை:—அந்தந்த தோஷத்தின் நிவர்த்தியினாலேயே இவைகள் தீரும். மலபந்தங்களின் நிவர்த்தி செய்துக் கொண்டு வாதபித்த ஹரமான ஆகாரங்களையும் பானகங்களையும் உபயோகிக்கவேண்டும். மூன்று நாட்களுக்கு அதிகமாக உண்ணா விரதமிருக்க வேண்டும். வெறும் தண்ணீரை யாவது பழச் சாரையாவது குடிக்கலாம். உப்பு, காரம், புளி, இவைகளையும், காப்பி, டீ, சாராயம் முதலிய பழக்கங்களையும் நிறுத்த வேண்டும். ஆவிஸ்நானம், தண்ணீர்ஸ்நானம் தினந்தோறும் செய்யவேண்டும்.

அவைகளை அனுஷ்டித்தும், இவைகள் நிவர்த்தியாகாவிட்டால் வேப்பிலை அல்லது வேப்பிலை மஞ்சள் கஷாயத்தில் இவைகளை நன்றாக சுத்திசெய்துக் கொண்டே வரவேண்டும். அல்லது இந்த கஷாயத்தில் சுத்தி செய்தபிறகு வேப்பிலை மஞ்சள் நன்றாக அறைத்து இந்த பாகங்களுக்குப் பூசவேண்டும்.

24, காயம், கடி, இரணங்கள்.

நிதானம்:—விழுந்தோ, மற்றெந்தக் காரணத்தினாலேயோ அடிபடுதல், நெருப்பு, திராவகம் முதலியவைகள் படுதல், கத்தி, ஈட்டி, துப்பாக்கி முதலிய ஆயுதங்களின் உபயோகம், நாய், பூனை, எலி, தேள்

பாம்பு முதலிய பிராணிகளின் கடிகள், இவைக ளின் மூலமாக காயமும், இரணங்களு முண்டாகும்.

சிகிச்சை:—அந்தந்த பாகத்தை சுத்தமான ஜலத்தில் கழுவிக் கொள்ள வேண்டும். சுத்தமான ஜலத்திலே துவைத்து ஓர் மெதுவாயுள்ள துணியி னல் மூடவேண்டும். இரத்தம் விழுந்துக் கொண் டிருந்தால் இந்த ஈரமான துணியை இரத்தம் நிற் கும் வரையில் வைத்துக் கொண்டே வரவேண்டும். இப்படிச்செய்தும் ரத்தம்நிற்காவிட்டால் உடைந்த ரத்த நாடியை கட்டவேண்டும். காயம் பெரியதாக இருப்பின் அதைத்தைத்து சுத்தமானதுணியினல் மூடவேண்டும்.

இந்த ரணவைத்திய சிகிச்சையின் ரகசியத் தை இதில் பலநாளாக பழகின அனுபவ வைத்தியர் களோடு பழகி கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். எல் லாக் காயங்களிலும், ரணங்களிலும் ரத்தம், சீழ் முதலிய அழுக்கு சேராமல் இருக்க வேண்டும். காயத்தில் அழுக்குச் சேர்ந்திருந்தால் காயம் ஆரு மல் சீழ்ப் பிடிக்கும். சீழ்ப் பிடிக்காதபடி காயங் களையும் ரணங்களையும் சுத்தமான கொதிக்க வை த்த ஆறின சுத்த ஜலத்தில் கழுவ வேண்டும். அல்லது 1 படி ஜலத்தில் 1 பலம் மஞ்சள் 1 பலம் வேப்பிலை சேர்த்து கியாழம் வைத்து அந்த கியா ழத்தில் காயங்களையாவது ரணங்களையாவது சுத்தி செய்துக் கொண்டு, வேறு சிகிச்சைச் செய்யலாம். சீழ்ப்பிடித்த காயங்களிலும் ரணங்களிலும் இந்த

கொழுக்கிலேயே சுத்தம் செய்துக்கொண்டு இந்த கொழுக்கிலே சுத்தமாயும் மெதுவாவுமுள்ள ஓர் குட்டையை தோய்த்து தோய்த்துக் கட்டவேண்டும். எல்லாவிதமான ரணங்களிலும் காயங்களிலும் இந்த கொழுமே போதும். சதையைத் தின்று சரீரத்திற்கு விஷம் சேர்த்து தேகத்தைக் கெடுக்கக் கூடிய மேல்நாட்டு திராவக முதலியவைகளை உபயோகிக்காமலிருப்பது நலம்.

காயங்களையும் இரணங்களையும் சுத்தஞ் செய்த பிறகு வெறும் தேங்கா யெண்ணெயில் ஓர் சுத்தமான மெதுவான துணியை தோய்த்து ரணத்தை மூடினபிறகு ஓர் மெதுவான இலை வைத்து ஓர் துணியைக் கட்டலாம். இரணம் சிறியதாயிருந்தால் அடிக்கடி எண்ணெயை மாத்திரம் பூசினால் போதும். அல்லது 5 பலம் வேப்பெண்ணெயில் 1 துலம் மஞ்சளும் 1 துலம் வெள்ளைப் பூண்டும் கலந்து காய்ச்சி இரணத்திற்கும் பூசலாம். சீழ் அதிகமானால் இந்த தைலத்திலே ஊரவைக்கலாம். எல்லா காயங்களுக்கும் இரணங்களுக்கும் சூர்யன் வெப்பமும் வெளிச்சமும் சுத்தக்காற்றும்பட்டால் அவைகள் சீக்கிரத்தில் தீரும். ஆகையால் இரணங்களை துணிகளால் மூடாமலிருப்பது நலம். ஆனால் இரணங்களை இப்படி மூடாமலிருக்குங்கால் அவைகளில் வெளியிலிருந்து அழுக்கு சோராதபடி ஜாக்கிரதை யுடனிருக்க வேண்டும்.

காயத்திலாவது மற்ற எந்தக் காரணங்களினாலாவது காணும் இரணங்கள்சீக்கிரம்ஆறுவதற்கு சரீரத்தின் ஆரோக்கியமும் நன்றாக இருக்க வேண்டும். இரணங்களுக்கு ஏதுவான வியாதிகளுக்குத் தகுந்த சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும். எல்லா இரணங்களிலும் ஆகார நிபந்தனைகள் அவசியம் இருத்தல் வேண்டும். சீழ் பிடிக்கும் நஞ்சு பதார்த்தங்களை உபயோகிக்காமல் இலகுவான சைவஆகாரமே உசிதம். சில வியாதிகளில் காணும் இரணங்களில் அந்தந்த வியாதிக்குத் தகுந்தவாறு பத்தியம் வைக்க வேண்டும்.

நெருப்பு அல்லது திராவகம் பட்ட எரிச்சலில் உடனே தேங்காயெண்ணெயைப் பூசலாம். அல்லது சோடாமாவை ஜலத்தில் கரைத்துப் பூசலாம். அல்லது தெளிவான சுண்ணாம்பு ஜலத்தை தேஙகா யெண்ணெயோடு நன்றாகக் கலந்து (கலப்பு வெண்ணெய்ப் போல் இருக்க வேண்டும்) பூசலாம். இரணம் ஆறும் வரையில் இந்த சிகிச்சையே போதும்.

நாய், எலி, பூனை, தேள், பாம்பு முதலிய கடிகளிலும் சாதாரண இரணசிகிச்சை செய்யவேண்டும்.

இந்த விஷகடியினால் நேரிடும் மயக்கம் அல்லது பிரக்ஞை தவறும்பொழுது சுண்ணாம்பும் நவாச்சாரமும் கலப்பதனால் கிளம்பும் புகையை ரோயாளி மோந்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

கடித்த இடத்தில் ரத்தம் விழுமாயின் அதை நிறுத்தாமல் ரத்தபிரவாகத்தை இன்னும் அதிகப்

படுத்தவேண்டும். சஸ்திர சாஸ்திரத்தில் கொஞ்சம் அனுபவ மிருப்பவர்கள் கடித்த பாகத்தை இன்னும் காயப்படுத்தி ரத்தம் எடுக்க வேண்டும். கடித்த ஆரம்பத்திலே விஷம் ஏறாதபடி கட்டுப் போட வேண்டும்.

விபரீதமான பயமே அநேக நோய்களை ஆபத்தான நிலைமைக்குக்கொண்டுவருகிறதென்றால்இந்த விஷகடிகளிலும் ஜனங்களுக்கு தேள், பாம்பு முதலிய விஷஜந்துகளிலிருக்கும் பயமே இக்கடிகளில் ஆபத்தான நிலைமைககு கொண்டுவருகிறதென்று சொல்லலாம். தைரியமே முதன்மையான ஔடதமாகும்.

சாதாரண கடிகளில் கடித்த பாகத்திற்கு சுண்ணும்புப் பூசினபிறகு அவ்விடத்தில் நவாச்சார சூர்ணத்தை தேய்க்கலாம்.

பிறகு கருந்துளசி இலையை நன்றாக அறைத்து கடித்தபாகத்திற்கு பூசி கட்டவேண்டும். இந்த் துளசிரசத்தில் 1/2—1 பலம் குடிக்கவேண்டும். எந்த ஆகாரமும் கொடுக்காமல் நோயாளி பிரக்ஞைக்கு வரும் வரையில் இந்த சிகிச்சையே செய்தால் போதும். கருந்துளசி கிடைக்காத காலத்தில் வெள்ளைத் துளசியையும் உபயோகிக்கலாம். மல மூத்திர விசர்ஜனத்திற்கு அனுகூலமான சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும். இந்த விஷகடிகளி லிருந்து பூர்ணம் நிவர்த்தி யடையும் வரையில் உபவாசம் முதலிய ஆகார நியமங்கள் அவசியம் இருத்தல் வேண்டும்.

ஸ்திரீகளின் கெற்ப நோய்கள்

ஸ்திரீ புருஷர்களுக்கு வியாதிகள் ஒரேமாதிரி பீடிக்குமாயினும் ஸ்திரீகளில் அநேகர் கெற்பத்திற்கு சம்பந்தப்பட்ட நோய்களால் வருந்துகின்றனர். கெற்பநோய்களிலும் மாதவிடாய் கஷ்டங்கள் அவர்களை மிகவும் பாதிக்கின்றன.

அந்தந்தப் பருவத்தில் மாதவிடாயாகாமலிருத்தல், பருவத்தில் ஆனாலும் சரியாக ஆகாமலிருத்தல், அல்லது அதிகமாக இருத்தல் அல்லது. சூலையோடு கூடியதாய் இருத்தல் இவைகளே முக்கியமான பாதைகளெனலாம்.

1. காலந்தோறும் மாதவிடாயாகாமை அல்லது குறைந்து ஆகுதல்

நிதானம்:—அந்தந்தப் பருவத்தில் மாதவிடாயாகாதது கெற்பம் நின்ற குறியாயினும் அநேகமாக வேறு காரணங்களினாலும் ஆகலாம். திரிதோஷத்தினால் ஏதாவது ஒன்றினாலாவது இரண்டினாலாவது வரக்கூடும். ஆயினும் எந்த விதத்திலாவது சரீரத்தில் ரத்தபலம் கெட்டு அதிகமான அசக்தி ஏற்பட்டால் அந்தந்த பர்வத்தில் அழுக்கு சரியாக படாமலிருக்கும் ; அல்லது கொஞ்சமாகப் படும்.

சொருபம்:—அந்தந்த காலத்தில் அழுக்கு சரீயாக வெளியாவதில்லை. சரீரத்தில் பாண்டு ரோகம், க்ஷயரோகம், இருதயநோய், கல்லீரல், மண்ணீரல் இவைகளின் வீக்கம், விசேஷமான கொழுப்பு, இவைகளின் லக்ஷணங்கள் எல்லாம் அல்லது சிலவை இருக்கும்.

சிகித்சை:—அந்தந்த நோயின் சிகிச்சைசெய்து இரத்த பலத்தை விருத்திசெய்துகொண்டாலே போதும். ஜீர்ணசக்திக்கு ஏற்ற புஷ்டியான ஆகாரங்களை உபயோகித்தல் வேண்டும். கொழுப்பு அதிகமாயுள்ளவர்கள் கொழுப்பான ஆகாரம் குறைக்கவேண்டும். வேண்டிய தேகப்பயிற்சி இருத்தல் வேண்டும்.

இந்த நோயின் காரணம் தெரியாமலே மாதவிடாயாகக் கூடிய ஔஷதிகளைக் கொடுக்கலாகாது. ஔஷதிகளினாலேயே அநேகர் துன்பப்படுகிறார்கள். கொழுப்பு அதிகமாயிருக்கும் சிலருக்கு மாத்திரம் அற்ப ஔஷதிகளை உபயோகிக்கலாம். இவர்கள் ஆகார நியமத்துடனும் தேசப்பயிற்சியுடனும் ஓர் காலணா எடை எள்ளுடன் சமபாகம் கருஞ்சீரகத்தையும் மூன்று குன்றுமணி வெங்காரத்தையும் வெல்லத்தில் கலந்து சாப்பிடலாம். இதை விட்டு விட்டு அல்லது தொடர்ந்து ஓர் மண்டலம் வரை சாப்பிடலாம். ரத்தக் குறைவினால் ஏற்பட்ட பாதைக்கு மாதவிடாய்க்காக கடுமையான ஔஷதங்களை உபயோகிக்கலாகாது.

2. பெரும்பாடு.

நிதானம்.—இதற்கு காரணங்கள் பலவிருப்பி னும் பித்த பிரகோபமே முக்கியமான காரணமா கும். பெரும்பாடுக்கும் மற்ற ரத்த பிரவாஹத்திற் கும் ரத்தபித்தமே காரணம் ஏற்கனவே பித்தம் அதி கமாயுள்ளவர்களுக்கு ஆகார தோஷத்தினலாவது, பலபழக்கங்களினலாவது உஷ்ணம் அதிகமானல் மாதவிடை காலத்தில் ரத்தம் அதிகமாய் விழும். அல்லது அதிக நாட்களாக படும். சிலருக்கு இந்த காரணத்தினலேயே மாதத்தில் இரண்டு முறை விழுவது முண்டு.

சொரூபம்:—காலந்தவறி அளவுக்கு மிஞ்சின ரத்தம் விழும். ஆரம்பத்தில் அநேகருக்கு யாதொரு கெடுதிகளும் துன்பங்களும் நேரிடாவிட்டாலும் காலக்கிரமத்தில் பலஹீனம், கைகால்களில் வீக்கம், பாண்டு ரோகத்தில் காணும் லக்ஷணங்கள் முதலிய வைகள் தோன்றும்.

சிகிச்சை:—பித்த பிரகோபத்தைத் தணிக்கக் கூடிய உபாயங்களெல்லா வற்றையும் அனுசரிக்க வேண்டும். நோயாளிக்கு வேண்டிய ஓய்வு இருந் தல் வேண்டும். தேகம் அசையாமல் நோயாளி படுக் கையிலிருக்க வேண்டும். பித்தசாந்தமான இலகுவாய் ஜீர்ணமாகக்கூடிய உணவுகளையே கொடுக்கல் வே ண்டும். பல மூத்திரங்களின் தடையிருப்பின் அதை நிவர்த்திக்க வேண்டும். குளிர்ந்த தண்ணீரில் ஓர்

துணியை துவைத்து துவைத்து அடிவயிற்றில் வைத்துக் கொண்டே வரவேண்டும்.

ஆகாரத்தில் உப்பு, காரம், புளி முதலிய பித்தத்தை அதிகரிக்கும் பொருட்களை நிறுத்த வேண்டும். எலுமிச்சம் பழத்தை விசேஷமாக உபயோகிக்கலாம். இதோடு திரிபலசூரணம் வேளைக்கு அரை துலம் விதம் நாளுக்கு இரண்டு வேளை சாப்பிடலாம். இதையே விடாமல் ஓர் மண்டலம் வரையில் உபயோகிக்கலாம்

இந்த பாதையி லிருந்து நிவர்த்தி யடைய விரும்பும் பெண்கள் தமது போகத்தி லிருந்து அவசியம் நிவர்த்தி யடைய வேண்டும்.

குறிப்பு:—மிதமிஞ்சின ஸ்திரீ புருஷ போகமே அநேக நோய்களுக்குக் காரணமாகையால் நோயைத்தடுக்கவிரும்புகிறவர்கள் தமது போகத்தைக் குறைக்கவேண்டும்.

3. மாத விடாயில் சூலை.

நிதானம்:—திரிதோஷத்தில் ஏதேனும்ஒன்றாய் இருக்கலாம. ஆயினும் வாயுதோஷமே முக்கிய காரணமெனலாம். வெகு நாளாக வந்த மலமூத்திர விசர்ஜனையின் தடையினால் இது விருத்தியாகும்.

அநேகருக்கு பிறப்பிலே கெற்ப கோஷத்தின் குறைவு இருந்தால் மாதவிடாய் காலத்தில் சூலை காணும். கெற்பகோஷத்தின் வாய்சுருங்கியிருக்கக் கூடும். இந்த கோஷம் முன்புறம், அல்லது பின்புறம் வளைந்து இருக்கலாம். நாதாசயத்திலாவது அதற்

கும் கெற்பபைக்கு சம்பந்தப்பட்டுள்ள நாளம் சுருங்கியிருக்கலாம். அல்லது இது வளைந்திருக்கலாம். விபரீதமான போகத்தினாலோ, பிரசவத்தினாலோ, சஸ்திரப்ரயோகத்தினாலோ, அடிவயிற்றில் கெற்ப கோஷத்திற்கு சுற்றில்கட்டி முதலியவைகளினாலோ கெற்ப கோஷத்தின் ஸ்தானம் தவறுவதனாலும் இந்த சூலை வரக்கூடும்.

சொரூபம்:—மாதவிடாய் ஆகுவதற்கு இரண்டொருநாட்களுக்கு முன்பாவது அந்த நாளாவது பொறுக்க முடியாத சூலை தோன்றும். இது விடாமல் மூன்று நாட்களிலிருந்து ஓர் வாரம் வரையில் இருக்கும் சிலருக்கு கொஞ்சநேரம் மாத்திரம் இருப்பதுண்டு. வயிற்று சூலையில் காணும் குறிகளெல்லாம் இதிலும் காணலாம்.

சிகிச்சை:—மல மூத்திரங்களின் தடையிருந்தால் அதை நிவர்த்திக்க வேண்டும். உபவாசம் முதலிய ஆகார நிபந்தனைகள் வேண்டும்.

மாதவிடாய் ஆகுவதற்கு மூன்று நாளுக்கு முன்பாகவே சுக்கு சீரகம் கஷாயத்தில் சித்தாமணக் கெண்ணெயைநாளுக்கு ஒரு முறை காலையில் 7நாள் வரையில் சாப்பிட்டுக் கொண்டே வரவேண்டும். ஆகார நியமத்துடன் தேகப்பயிற்சி இருத்தல் வேண்டும். பொறுக்க முடியாத வேதனை காணும் பொழுது அடிவயிற்றுக்கு வெந்நீர் வத்தணம் செய்யலாம். சமஎடை சுக்கு, சீரகம், கருஞ்சீரகம், வாயு விளங்கம், இவைகளின் கஷாயத்தில் சித்தாமணக் கெண்ணெயை உபயோகிக்கலாம்.

சூதக வாயு தோஷத்தினலுண்டாகும் சூலை களில் இந்த சிகிச்சையே பக்தியோடு செய்தால் போதும். ஏற்கனவே கெற்ப கோஷத்தில் வளைவு முதலிய குறைவுகள் இருப்பின் அவைகளை கெற்ப நோய் சிகிச்சையில் அனுபவமிருப்ப வர்களிடத் தில் சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும்.

குறிப்பு:—மாதவிடாய் முதலிய கெற்ப கோ ஷத்திற்கு சம்பந்தப்பட்ட வியாதிகள் சஸ்திரவை த்தியத்தி னலேயே நிவர்த்தி யாகுமென்று அநேக மேல்நாட்டு வைத்தியரின் கொள்கை. அநேக சந்தர் பங்களில் சஸ்திர உபயோக மில்லாமலே வியாதி நிவர்த்தி யாகக்கூடும். அன்ன பானதிகளின் நியம முதலிய உபாயங்களைத் தேடாமல் ஆரம்பத்தி லிருந்தே ஆயுதங்களை உபயோகிப்பதனால் அநேகர் கஷ்டப்படுகின்றனர். இத்தகைய கஷ்டங்களை தடுப் பதற்காகவே சஸ்திர வைத்தியத்தின் உபயோகம் கூடாது.

கெற்பிணி சிகிச்சை.

ஏறக்குறைய 14 வயதில் ஓர் பெண் புஷ்பவதியாகிறாள். ஆனால் ஆரோக்கியம், புஷ்டி, காலம், தேசம், குடும்பம், பெற்றோர்கள், இவைகளை யனுசரித்து இந்த காலம் மாறும். புஷ்பவதியாய் சம்போகத்தினால் கெற்பம் நிற்கக்கூடுமாயினும் அநேகமாய் விவாகமான ஓர் பெண் புஷ்பவதியாய் சுமார் 3—4 வருடங்களுக்குப் பிறகே கெற்பம் தரிக்கிறாள்.

புஷ்பவதியாய், குறைந்தது ஐந்து வருஷமான பிறகே விவாகமாய் அதனாலுண்டாகும் சந்ததியே பலமாயும், புஷ்டியாயுமிருக்கும். இதற்கு முன்புண்டான விவாகத்திலிருந்து உற்பத்தியாகும் சிசு ஆரோக்கியத்திலும் பலத்திலும் குறைவாக இருப்பதுடன் கெற்பிணி பிரசவகாலத்தில் கஷ்டப்படுவாள். ஸ்திரி புருஷர்கள் பலவிதமான நோய்களுக்கும், கஷ்ட பிரசவத்திற்கும், பலஹீனமான சிசுகளுண்டாவதற்கும் சிறு வயதிலுண்டாகும் விவாகமே முக்கியமான காரணமெனவேண்டும். மிதமிஞ்சின சம்போகமும் காரணமாகும்.

கெற்பிணியின் லக்ஷணங்கள்

1. அந்தந்த பருவத்தில் கிரமமாக ஆகவேண்டிய மாதவிடை நின்று விடும். க்ஷயம், ரத்தபிரவா

கம், பாண்டு, மூலம், முதலிய வியாதியஸ்தர்களில் மாதவிடை நின்றுவிட்டாலும் அதை கெற்பிணி லக்ஷண மெனலாகாது.

2. பித்த பிரகோபத்தில் காணும் வாந்தி, மயக்கம் முதலியவைகள் இருக்கும்.

3. சரீரம் பெருத்து முகத்தில் ஓர் விதமான கலைத் தோன்றும்.

4. தனம் பெருத்து கெட்டியாய் அதன் காம்பின் சுற்றும் ஓர் விதமான கறுப்பு நிறம் காணும். சிறுசிறு பருகள் தோன்றும். ஏழாம் மாதத்தின் பிறகு தனங்கள் அதிகமாகப் பெருத்து பால் சுரக்கும்.

5. கிரம்மாக வயிறு கீழ்புறத்திலிருந்து உப்பிக் கொண்டே வரும். சுமார் 3 மாதங்களில் கெற்பகோஷம் பெருத்து அடிவயிற்றில் கைக்குப் படும். 4 வது மாதத்தில் இது அடிவயிற்றின் முன்னெலும்புக்கு இரண்டுவிரல் மேற்புறமாக காணும். 5வது மாதத்தில் தொப்புளுக்கும் அடிவயிற்றின் முன்னெலும்புக்கு மத்தியில் இருக்கும். ஆறுவது மாதத்தில் தொப்புள் மட்டத்திலிருக்கும். 7 வது மாதத்தில தொப்புளுக்கு இரண்டுவிரல் மேற்புறமும், 8 வது மாதத்தில் தொப்புளுக்கும் மார்புகூண்டின் கீழ்புறத்திலுள்ள பள்ளத்திற்கு மத்தியிலும், 9வது மாதத்தில் இந்த பள்ளத்தின் மட்டத்திலுமிருக்கும். 10 வது மாதத்தில் இந்த மட்டத்திற்கு கீழே இறங்கும். சுமார் ஏழுவது மாதத்திற்கு பிறகு கெற்பபைக்குள்ளிருக்கும் சிசுவின்

தலை முதலிய அங்கங்கள் கைக் துப்படும். சிசு அங்கு மிங்கும் அசைவதை கெற்பிணி அறிவாள்.

கெற்பிணியின் நோய்கள்

ஓர் கெற்பிணிக்கு ஏறக்குறைய எல்லாவித மான நோய்களும் வரக்கூடும். கெற்பம் தரிக்காத காலத்தில் நோய் காணும்போது எந்த சிகிச்சை செய்யலாமோ அதையே இங்கும் செய்யலாம். ஆனால் கடுமையான ஔடதங்களின் உபயோகம் கூடாது. மலமூத்திர விசர்ஜனைக்காக உபயோகிக் கப்படும் பலமான ஔடதங்களெல்லாம் பிண்டத் தைக் கரைக்கக்கூடுமாகையால் அத்தகையமருந்து களை உபயோகிக்கலாகாது. இவ்விதிமை 7ம் மாதம் வரையில் நன்றாகக் கவனிக்கவேண்டும். சுரம் முத லிய பிணிகளிலும் இந்த உபாயம் நன்றாகக் கவனி க்கவேண்டும். அநேகமாய் ஆகார நியமங்களை கவ னித்து வந்தாலே போதும். இந்த நியமத்தினால் மலமூத்திர முதலிய ஐவகை மலங்கள் அந்தந்த வேளைக்கு சரியாக வெளியானால் கெற்பிணியாவது மற்றவர்களாவது நோயின்றி சுகமாக வாழலாம். ஆகார நியமத்தை கவனித்தும் சில நோய்கள் சௌ க்கியமாகாத சந்தர்ப்பத்தில் நமது பதார்த்த குண போதினியில் சொல்லியுள்ள சாதாரண ஔஷதங் களையே உபயோகித்தால் போதும். பலமான ஔட தம் கெற்பிணிக்கும் சிசுவுக்கும் கெடுதியே செய்யு மென்று நன்கு அறியவேண்டும்.

குறிப்பு:—மணம் புரிந்து இல்லற வாழ்க்கையிலிருக்கும் ஒவ்வொரு ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் சந்ததியாய் அதனல் சுகமடையலாமென்னும் அவா எல்லோருக்கும் சகஜமாக இருப்பதாக காண்கின்ரும். ஆனல் பிள்ளைகள் பிறந்தும் ஜனங்களில் அநேகர் நோயுடையவர்களாயும் துர்மார்க்கத்தில் நடப்பவர்களாயுமுள்ள பிள்ளைகளினல் துன்பப்படுவதையும் பார்க்கின்ரும். ஆரோக்கியமுடைய புஷ்டியுடைய, தர்மிஷ்டர்களான பிள்ளைகளினலேயே பெற்ரோர்களுக்கு சுகம் கிடைக்கக்கூடுமென்று இவர்கள் எண்ணினல் இவர்களும் தர்மிஷ்டர்களாயும் ஆரோக்கிய முள்ளவர்களாயும் வாழ வேண்டும். பெற்ரோர்களின் ஸ்தூல சூக்ஷ்ம சரீர குணங்களையே பிள்ளைகள் கட்டாயம் அடைவதனல் இவர்கள் இதை நன்ருக கவனிக்க வேண்டும். கெற்பிணியின் மனம் நோவாமல் ஆனந்தமாக இருத்தல் வேண்டும். இந்துக்களுள் நடக்கும் சீமந்தத்தின் கருத்து இதுவேயாகும். க்ஷயம், குஷ்டம் மேகம் முதலியநோயுடையவர்களுக்கு சந்ததியில்லாவிடின் பெற்ரோர்களுக்கும் உலகத்திற்கும் சுகமுண்டென்றெண்ண வேண்டும். இந்த நோயுடையவர்கள் விவாகம் செய்துகொள்ளக் கூடாதென்பதும் சாஸ்திர சித்தாந்தம்.

பிரசவ சிகிச்சை

பிரசவ காலம்

கெற்பம் நின்று ஏறக்குறைய 280 நாட்களின பிறகே குழந்தை பிரசவமாகும். இந்த காலம் எல்லோருக்கும் ஒரே கணககிலில்லாததுமுண்டு. சில நாட்களில் வித்தியாசப்படும். அல்லாமல் அகாலபிரசவமென்றும் தனியே உண்டு. இதில அநேகமாய்பிண்டம் வளர்வதற்கு முன்பாசவே 7-8 மாதங்களுக்கு முன்பு பிண்டம் கழிட்ம் நிலைமையாகும். இவ்விதமான பிண்ட நஷ்டம் சரியான பிரசவமெனப்படமாட்டாது.

பிரசவத்தின் குறிகள்!

1. ஏறக்குறைப 280 நாட்கள் நிறைந்தமே கெற்பிணிக்கு இடுப்பிலும் அடிவயிற்றிலும் பொறுக்கமுடியாத வேதனை தோன்றும். இதற்கு சில நாட்களுக்கு முன்பாகவே கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வயிற்றின் கீழ்புறம் சுருங்கி இருக்கும்.

2. கெற்பப்பையின் வாய் திறந்துகொண்டே வரும். முடிவில் ஓர் கை பிரவேசமாகக்கூடியவளவு அகன்றும்.

3. கெற்பம் கீழ்புறட் இறங்கி இதுவரையில் அசைந்துகொண்டிருந்த சிசு அசையாமலிருந்தும

4. பனிக்குடம் உடைந்து கெற்பத்திலிருந்து நீர் வெளியாகும்.

பிரசவம்

பிரசவத்தின் குறிகள் தோன்றியபின் குழந்தை வெளியாகும். பிரசவத்தை கஷ்டபிரசவமென்றும் சுகபிரசவமென்றும் பிரிக்கலாம். அநேகமாக தலை யின் உச்சிபாகம் யோனித் துவாரத்தில் பிரசன்ன மாயிருந்தாலாவது புட்டம் பிரசன்னமானாலாவது அது சுகபிரசவமாகும்.

கஷ்ட பிரசவம்

தலை அல்லது புட்டம் பிரசன்னமாயினும் சில காரணங்களால் அது கஷ்ட பிரசவமாக இருக்கக் கூடும். முகம், மார்பு, கை, கால் பிரசன்னமானால் கஷ்ட பிரசவமென்று சொல்லவேண்டும். ஏதோ சில காரணங்களினால் கெற்பத்தின் வாய் சரியாகத் திறக்காமல் எலும்புகளின் தோஷத்தினால் யோனித்துவாரம் சுருங்கி குழந்தை வெளியாகத் தடையானாலும் அதை கஷ்ட பிரசவமென்றே சொல்லவேண்டும்.

சுக பிரசவம்

தலையாவது புட்டமாவது யாதொரு முயற்சி யின்றி வெளியாய் உடனே குழந்தை முழுவதும் வெளியாகும். சில வேளையில் தொப்புள் கொடி குழந்தையின் கழுத்தில் சுற்றிக்கொண்டிருந்தால் தலை வெளியே வந்து முண்டமும் கை கால்களும் வெளியாவதற்குத் தடையாகக்கூடும். குழந்தை

பிறந்த சில நிமிஷங்களுக்குள்ளாகவே மாயைவெளியாகும். முதற் பிரசவத்தில் சிலவேளையில் சுமார் ஒரு மணி வரையிலும் இது வெளியாகாமலிருக்கலாம். சிலருககு மாயை குழந்தையுடனே வெளியாவதுமுண்டு.

சுக பிரசவ சிகிச்சை.

முதற் பிரசவத்திலாவது பிறகாவது சுகபிரசவத்தில் மருந்து விசேஷமான சிகிச்சை வேலையில்லை. ஆரம்பத்தில் மல மூத்திரங்களின தடையிருப்பின் அதை நிவர்த்திக்க வேண்டும். பிரசவ வேதனை கண்டும் சீக்கிரத்தில பிரசவமாகாத தறகாக கண்டபடி ஔஷதியின் பிரயோகம்செய்யலாகாது.

குழந்தை பிறந்தவுடனே சுவாசம் எடுக்கிறதாவென்று கவனிக்கவேண்டும். இல்லாவிட்டால் சிசுவின் இருகைகளைப் பிடித்து தலைகீழாய்த் தொங்கும்படி வைத்துக்கொண்டு மார்புக் கூண்டு அசையும்படி கைகளை ஆட்டவேண்டும்.

தொப்புள் கொடியில் ரத்தவோட்டம் நின்றவுடனே தொப்புளிலிருந்து சுமார் 4 அங்குலத்தில் இரண்டு கட்டுகள் கட்டி தொப்புள் கொடியைக் கத்தரித்து சுத்தமான மெதுவான துணியால் அறுத்த இடத்தைச் சுற்றிக் கட்டவேண்டும். பிறகு சுத்தமான வெதுவெதுப்பான ஜலத்தில கண், வாய், முகம், ஆசனத்துவாரம் முதலியவைகளைச் சுத்தஞ்செய்து சுத்தக்காற்று வீசுமிடத்தில

படுக்கவைக்கவேண்டும். குளிர் காற்று படுமாயின் ஓர் துணியால் போர்த்தி வைக்கவேண்டும்.

மாயை விழுந்த கொஞ்ச நேரத்திற்குள்ளாகவே கெற்பப்பை சுருங்கிவிடும். இது கெட்டியாய் உருண்டையாய் சுருங்காவிடின் மருத்துவிச்சி அடிவயிற்றின் மேற்புறத்தில் கையால் தடவிக்கொண்டு வரவேண்டும். கெற்பப்பை கெட்டியாய் சுருங்கும் வரையில் இப்படி செய்யவேண்டும். இந்த நிலைமையைப் பார்த்தே இடுப்புக்குக் கட்டு கட்டவேண்டும். கெற்பப்பை கல்போல நன்றாக சுருங்கின பிறகுதான் அது கட்டுக்குள் அடங்கியிருக்கும்படி அழுத்திக் கட்டவேண்டும்.

மாயை விழுந்து கெற்பப்பை நன்றாக சுருங்கின பிறகு யோனித் துவாரத்தை சுத்தமான வெந்நீரில் அழுக்கு நீங்கும் வரையில நன்றாக கழுவவேண்டும். கொஞ்சம் கொஞ்சம் ரத்தம் விழுமாயின் அதை நிறுத்துவதற்காக ஔடதங்களை உபயோகிக்கலாகாது. அநேகமாக பிரசவித்தவர்களுக்கு ஆரம்பத்திலிருந்து எந்த ஔஷதமும் வேண்டாம். கெற்பப்பை சுருங்காமல் அழுக்கு சரியாகப் படாமல் அது துர்வாசனையுடையதாய் அடி வயிற்றில் வேதனையும், சுரமும் இருந்தால் சமஎடை கருஞ்சீரகம், காட்டுசீரகம், வெங்காரம், பெருங்காயம் சூர்ணித்து வெல்லத்தில் கலந்து வேளைக்கு ஓர் கெஜ்ஜக்காய் பிரமாணம் நாளுக்கு இரண்டு அல்லது மூன்று முறை கொடுக்கலாம். இத்துடன் அடிவயிற்றுக்கு

அடிக்கடி ஒத்தணம் கொடுத்துக்கொண்டே வரலாம். பிரசவ காலத்திலிருந்து அரிசி அல்லது கோதுமை கஞ்சியையே கொடுக்கவேண்டும்.

கஷ்ட பிரசவ சிகிச்சை

சரியான காலத்தில் பிரசவ வேதனை தோன்றியும் சிலநாளாக பிரசவத்தின் வேறு குறிகள் காணாமல் பிரசவம் தாமதப்படுவதும், புட்டம் அல்லது தலை பிரசன்னமாயும் வெளியாகாததும், மாயை வெளிப்படாததும், முகம், மார்பு, கை, கால் இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்று பிரசன்னமாவதும் கஷ்ட சிகிச்சையாகும். இதனை சிகிச்சை அனுபவமிருக்கும் வைத்தியர்களே செய்தலவேண்டும். கைகளின் கிரியைகளினாலும், சில ஆயுதங்களின் மூலமாகவும் இந்த சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும். யோனித்துவாரத்தின் மூலமாக சரியான சோதனைசெய்து கெற்பப்பையையும் சிசுவும் இவைகளின் நிலைமையைத் தெரிந்துகொள்ளாமல் கண்டபடி ஔடதம் உபயோகிக்கலாகாது.

பிரசவ சன்னியிலும் மற்ற சன்னியில் செய்ய வேண்டிய சிகிச்சையே செய்தால் போதும். ஆகார நியமமும் அடிவயிற்றுக்கு ஒத்தணமும் யோனித்துவாரத்தின் சுத்தமும் முக்கியமான சிகிச்சையாகும்.

குறிப்பு:—கஷ்ட பிரசவமும், பிரசவ ஜன்னியும் அனுபவமுள்ள வைத்தியர்களின் சகாயங்கொண்டே செய்தல் வேண்டும்.

அகால பிரசவ சிகிச்சை

மேகம், க்ஷயம், ரத்தக்குறைவு, கெற்பப்பையின் பலயீனம், கெற்பம் நின்ற காலத்தில் சம்போகம், கடுமையான ஔஷதங்களின் உபயோகம், உஷ்ணமான ஆகாரங்கள், நீடித்த பலமான வியாதிகள் முதலியவைகள் அகாலபிரசவத்திற்கு ஏதுகளாகும்.

அடிவயிற்றிலும் இடுப்பிலும் வலியும், விடாமல் ரத்தபிரவாகமும் இதில் முக்கியமான குறிகளாகும். பிண்டம் சேதமாய் அது விழாமலும் அது விழுந்தும் மாயை விழாமலும் அல்லது அதனை ஏதேனும் ஓர் பாகம் கெற்பப்பைக்கு ஒட்டிக்கொண்டிருப்பதும் ரத்தப்பிரவாகத்திற்கு முக்கிய காரணமாகும்.

பிண்டமும் மாயையும் பூர்ணம் விழுந்ததென்று தீர்மானம் செய்துகொண்டபிறகே ரத்தப் பிரவாகத்திற்கு சிகிச்சை செய்யவேண்டும். அநேகமாக மாயை சுத்தமாக விழுந்ததே ரத்தம் தானகவே நின்றுவிடும். நிற்காவிடின் அடி வயிற்றிலும் யோனித்துவாரத்திலும் துணியை தண்ணீரில் தோய்த்து துவைத்து வைத்தால் போதும். தேகம் அசையாமல் படுக்கையில் இருத்தல் வேண்டும். மற்ற சிகிச்சை விஷயத்தில் சுகபிரசவத்தில் செய்ய வேண்டிய விதிகளையே அனுசரித்தால் போதும்.

சிசு பரிபாலனம்

ஒவ்வொரு சிசுவுக்கும் தாய் கெற்பத்திலிருந்தே வளர்ந்து ஆரோக்கியமாய் வாழும் தன்மையுண்டு. மிருகம் பக்ஷி முதலிய பிராணிகள் மருந்தில்லாமலே தமது இயற்கை வழியில் நடந்துகொண்டு சுகமாக வாழ்வது போல் மனித வர்க்கத்திலும் சிசுக்கள் தமது இயற்கை வழியிலே நடந்துகொண்டால் நோயில்லை. பெற்றோர்களின் வடிவமே பிள்ளைகள். அவர்களுடைய சுக துக்கங்களையும் குழந்தைகள் அடைகின்றன. பெற்றோர்களிலும் தாயின் எண்ணத்தையும் சரீரத்தின் நிலைமையையனுசரித்தும் குழந்தை இருக்கும். பெற்றோர்கள் நோயாளிகளாயின் பிள்ளைகளும் நோயாளிகளாவார்கள். நல்வழியில் ஆரோக்கியமாக பிள்ளைகள் வாழவேண்டுமென்று கோரும் பெற்றோர்கள் தாமும் நல்வழியில் நடக்கவேண்டும். தமது ஆரோக்கியத்தைக் காப்பாற்றவேண்டும்.

தாய் தந்தை இவர்களில் ஒருவர் அல்லது இருவர்களின் திரிதோஷத்தின் காரணமாய் குழந்தைகளுக்கு அந்நோய் காணும். மேகம், குஷ்டம் க்ஷயம் முதலிய அநேக நோய்கள் பெற்றோர்களின் மூலமாகவே பிள்ளைகள் அநுபவிக்கின்றனர். பெரியவர்களுக்கு வரக்கூடிய நோய்களெல்லாம் குழந்தைகளுக்கும் வரும். மலபந்தங்களின் தடையும்,

BA 67 L:4:8 N32

தாய்ப்பால். மற்ற பால் முதலிய ஆகார தோஷங்களினாலும் குழந்தைகளுக்கு நோயுண்டாகும். சுரம் வயிற்றுப்புசம், இருமல், வலி, பேதி, மலபந்தம், சீதபேதி இவைகள் குழந்தைகளுக்கு சாதாரணமாய் வரக்கூடிய நோய்களாகும்.

சிகிச்சை;—தாய்ப்பால், பசும்பால், புட்டிப்பால், மாவு மற்ற உணவுப்பொருட்கள் இவைகளினாலே சுரம் முதலியவைகள் குழந்தைகளுக்குத் தோன்றுமாகையால் இவைகளை நிறுத்தவேண்டும். தாய்க்கு மலபந்தம் முதலியவைகளிருந்தால் அதற்குத் தகுந்த சிகிச்சை செய்யவேண்டும். வேண்டிய பத்தியத்திலிருந்தல் வேண்டும். முதல் நாளெல்லாம் பால் நிறுத்தி வெறும் ஜலம் கொடுக்கவேண்டும். அல்லது லேசான சுக்கு கஷாயத்தில் கொஞ்சம் வெல்லம் சேர்த்து கொடுக்கலாம். மலபந்தமிருந்தால் இஞ்சி ரசத்தில் சித்தாமணக்கெண்ணை கொடுக்கலாம். சுரம், மாந்தம், இருமல், வாந்தி, வலி, இவைகளில் எல்லாவற்றிலும் இஞ்சி ரசமும் துளசி ரசமும் கலந்து கொஞ்சம் வெல்லம் சேர்த்துக்கொடுக்கலாம்.

குறிப்பு:—குழந்தைகளின் சிகிச்சையில் கடுமையான ஔஷதங்களை உபயோகிக்காமலிருத்தல் வேண்டும், எல்லா நோய்களிலும் பெரியவர்களுக்கு செய்யப்படும் சிகிச்சையே லேசாகச்செய்யவேண்டும் ஆகாரத்தையும் தாய்ப்பால் விஷயத்தையும் நன்றாகக்கவனிக்க வேண்டும்.

முற்றிற்று

23A
2-67

சரஸ்வதி சங்கப் பிரசுரங்கள்

கவனித்துப் படியுங்கள் !

வைத்தியர்கள் அவசியம் படிக்க வேண்டிய நூல்கள் !!

நோயைத் தடுப்பதற்கும் வந்த நோயை சௌக்கியப்படுத்தவும் இந்த அருமையான புத்தகங்களைப் படியுங்கள்!

நோயின்றி சுகமாகவாழுங்கள் !

1. ஆரோக்கிய நூல்	...	0 3 0
2. சுகவாழ்க்கை	...	0 0 6
3. பதார்த்தகுண போதினி	...	0 5 0
4. சரீர தத்துவம்	...	0 2 0
5. சரீர பரிசோதனை	...	0 6 0
6. சிகிச்சா மிருதம்	...	0 8 0
7. **Thy Self Thy Doctor** (ஆங்கிலத்தில்)	...	0 6 0

ஆன்ம சுகம் தேடுகிறீர்களா?

கீதா சதஸ்லோகியைப் படியுங்கள்	விலை	0 6 0
திருக்குறள் சாறு	...	0 3 0

Please read if you are interested in Social Reform

1 Our Duties to Hindu Widows	0 1 0
2. Varnashrama Dharmas	0 0 9
The Indian National Service	(*in the press*

சரஸ்வதி சங்கம், ஜி. டி. சென்னை.

Saraswathi Sangham Printing Works, Madras.