கைகண்ட மருத்துவ முறைகள்

அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி

திருக்கோயில் சித்த மருத்துவநூல்

வெளியீட்டுக் குழு

1975

இலவச வெளியீடு எண்: 1/23

கைகண்ட மருத்துவ முறைகள்

ஆசிரியர் :

வா. வி. பெருமாள் முதலியார்

(முன்னாள் துணைச் சுகாதார அலுவலர்)

அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில்
சித்த மருத்துவநூல் வெளியீட்டுக் குழுவினருக்காக

கௌரவத் தலைவர்

டாக்டர் இரா. தியாகராசன், எல். ஐ. எம்.

அவர்களால் வெளியிடப்பட்டது

(இலவச வெளியீடு)

1975

அருள்மிகு
பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில்
அறங்காவலர் குழு

திரு. கு. சின்னப்பன், தலைவர், அறங்காவலர் குழு

,, அ. தமிழரசு அறங்காவலர்

,, இரா. சின்னதுரை ,,

,, புலவர் சி. பழனிச்சாமி, எம்.எல்.ஏ. ,,

,, ஏ. பச்சையப்ப கவுண்டர் ,,

இரா. அர்ச்சுனன், பி.ஏ.,
துணை ஆணையர் — நிர்வாக அதிகாரி

உரிமை:

அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில்
சித்த மருத்துவநூல் வெளியீட்டுக் குழு,
இந்திய மருத்துவத்துறை இயக்குநர் அலுவலகம்,
சென்னை-600029.

அச்சிட்டோர்:
மேகலா அச்சகம்,
13-ஆ, கந்தப்ப கிராமணி தெரு,
புரசைப்பாக்கம்,
சென்னை-600007.

அருள்மிகு
பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில்

சித்த மருத்துவநூல் வெளியீட்டுக் குழு

டாக்டர் இரா. தியாகராசன், எல்.ஐ.எம்.,
பொறுப்பு அலுவலர்,
சித்த மருத்துவ மைய ஆராய்ச்சி நிலையம்,
சென்னை-600010. ... தலைவர்

டாக்டர் ஆ. ஆனந்தகுமார், ஜி.சி.ஐ.எம்.,
தலைவர், தமிழ்நாடு அரசு இந்திய மருத்துவ
மத்தியக் கழகம், சென்னை-600005. ... பொருளாளர்

திரு. கு. சின்னப்பன்,
தலைவர், அறங்காவலர் குழு,
அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி
திருக்கோயில், பழநி. ... உறுப்பினர்

டாக்டர் ப. காஞ்சி சிற்சபை, ஆர்.ஐ.எம்.பி,
துணைத் தலைவர்,
இந்திய மருத்துவ மத்தியக்கழகம். ... உறுப்பினர்

திரு. இரா. அர்ச்சுனன், பி.ஏ.,
நிர்வாக அதிகாரி, அருள்மிகு பழநி
தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில்,
பழநி. — உறுப்பினர்

டாக்டர். பு.மு. வேணுகோபால், எச்.பி.ஐ.எம்.,
இந்திய மருத்துவத்துறை இயக்குநர்,
சென்னை-600029. ... சிறப்பு அழைப்பினர்

சித்த மருத்துவ அறிவியல் வளர்ச்சிக் குழு

உறுப்பினர்கள்

1. டாக்டர் இரா. தியாகராசன், எல்.ஐ.எம்.,
பொறுப்பு அலுவலர், சித்த மருத்துவ மைய
ஆராய்ச்சி நிலையம், சென்னை-600029. ... தலைவர்

2. டாக்டர் பு. மு. வேணுகோபால், எச்.பி.ஐ.எம்.,
இயக்குநர், இந்திய மருத்துவத்துறை,
சென்னை-600029. உறுப்பினர் - செயலர்

3. டாக்டர் சி. எஸ். உத்தமராயன், எச்.பி.ஐ.எம்.,
முன்னாள் இயக்குநர், இந்திய மருத்துவத்துறை,
சென்னை-600005. உறுப்பினர்

4. டாக்டர் எம். சண்முகவேலு, எச்.பி.ஐ.எம்.,
முன்னாள் மருத்துவப் பேராசிரியர்,
இராமநாதபுரம்.

5. டாக்டர் கே. இராதாகிருஷ்ணன், எல்.ஐ.எம்.,
மருத்துவ அலுவலர், ஊராட்சி ஒன்றிய மருந்தகம்,
காவேரிப்பாக்கம், வட ஆற்காடு. உறுப்பினர்

6. டாக்டர் எ. சிறில் ஹென்றி, எல்.ஐ எம்.,
ஓய்வுபெற்ற மருத்துவ அலுவலர்,
நகராட்சி மருந்தகம், திருச்சி. ,,

7. டாக்டர் ஆ. ஆனந்தகுமார், ஜி.சி.ஐ.எம்.,
தலைவர், தமிழக அரசு இந்திய மருத்துவ
மத்தியக் கழகம், சென்னை-600005. ,,

8. டாக்டர் ப. காஞ்சி சிற்சபை, ஆர்.ஐ.எம்.பி.,
துணைத்தலைவர்,
இந்திய மருத்துவ மத்தியக் கழகம். ,,

9. பண்டிட் பெ. முத்துகருப்பப் பிள்ளை, ஆர்.ஐ.எம்.பி.,
தலைவர், சித்த மருத்துவ சங்கம், மதுரை. ,,

10. டாக்டர் டி. வி. கல்யாணசுந்தரம், ஆர்.ஐ.எம்.பி.,
தலைவர், சென்டிரல் சித்தா மெடிகல் கவுன்சில்,
சென்னை-600012. ,,

11. டாக்டர் என். சேது ரகுநாதன், தமிழ்ப் பேராசிரியர்,
விருதுநகர். ,,

12. திரு. நி. கந்தசாமிப்பிள்ளை,
முன்னாள் செயலர், சரசுவதி மகால் நூலகம்,
தஞ்சை. ,,

சிறப்பு அழைப்பினர்கள்

1. டாக்டர் பொன். குருசிரோன்மணி, பி.ஏ.,ஜி.சி.ஐ.எம்.,
முதல்வர், அரசினர் இந்திய மருத்துவக் கல்லூரி,
பாளையங்கோட்டை. ,,

2. டாக்டர் மு. வே. ரமணன், எல்.ஐ.எம்.,
பேராசிரியர், மேல் பட்டப் படிப்பு,
அரசினர் இந்திய மருத்துவக் கல்லூரி,
பாளையங்கோட்டை. ,,

3. டாக்டர் டி. வி. சுப்பாரெட்டி, கௌரவ இயக்குநர்,
இந்திய மருத்துவ வரலாற்று ஆராய்ச்சி நிலையம்,
ஐதராபாத். ,,

4. டாக்டர் இரத்தினவேலு சுப்பிரமணியம், பி.எஸ்ஸி.,
எம்.டி ,எம்.ஆர்.சி.பி. (லண்டன்),
சென்னை-600010. ,,

THANJAVUR MAHARAJA SERFO[illegible]
SARAS[illegible]

அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில் சித்த மருத்துவநூல் வெளியீட்டுக் குழுவினரால் 1974ஆம் ஆண்டு செப்டம்பர் திங்கள் 11ஆம் நாள் நடத்திய தீர்மான எண் : 4க்கு இணங்க இந் நூல் முதல் இலவச வெளியீடாக வெளிவருகின்றது. இதில் கூறப்பட்டுள்ள மருத்துவ முறைகள் எல்லாம் நூல்களில் கண்டவைகளல்ல ; இவை கைகண்ட மருத்துவ முறைகள் என்பதை இந் நூலின் பெயரைக்கொண்டே அறிந்து கொள்ளலாம். இதில் அடங்கிய கைமுறைகள் யாவும் மிகுந்த பயனுள்ளவை. இந் நூல் குடும்ப மருத்துவத்திற்கும், மருத்துவ மாணவர்களுக்கும், மருத்துவம் செய்யப் புதிதாகத் தொடங்குபவர்களுக்கும் பயன்தரும் என்னும் நோக்கத்தில் வெளியிடுகின்றோம்.

டாக்டர். இரா. தியாகராசன், எல்.ஐ எம்.,
தலைவர்

அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி
திருக்கோயில் சித்த மருத்துவநூல்
வெளியீட்டுக் குழு

முகவுரை

எமது முன்னோரில் ஒருவர் பொழுதுபோக்காக சில சித்தருடன் பழகி அவர்கள் உபதேசப்படி சில வைத்திய முறைகளை எழுதி வைத்தார்கள். அவற்றில் சுலபமான சிலவற்றை அவர்கள் சந்ததியில் வந்த ஒருவர் கையாண்டு பிரபல வைத்தியராக செகந்திராபாத்தில் திகழ்ந்து வந்தார்.

அவர் புத்தகத்திலிருந்து சில முறைகளை அடியேன் காளத்திக்கு அருகில் ஒரு நண்பர் தோட்டத்தில் தங்கித் தனித்திருந்து நம் தமிழ் திருமுறைகளை வாசித்து வந்தபோது, அருகிலுள்ள ஏழைக் கிராம வாசிகளுக்கு உபயோகமாகும்படி ஒரு வைத்தியரிடம் மேற்படி மருந்துகளில் சிலவற்றைச் செய்வித்து அன்பளிப்புச் செய்து வந்தேன். அவற்றில் நல்ல பலனளித்த சிலவற்றையும் என் அனுபவத்தில் முக்கியமானதுமான சிகிச்சைகளையும் சேர்த்து கிராம வைத்தியர்களுக்கு உபயோகமாகும் என்ற எண்ணத்துடன் அளிக்கிறேன்.

வா. வி. பெருமாள் முதலியார்
முன்னாள் துணைச் சுகாதார அலுவலர்.

முத்துக் குமரன் துணை

வா. வி. பெருமாள் முதலியார் அவர்கள் அனுபவத்தில் உணர்ந்த

கைகண்ட மருத்துவ முறைகள்

1. ஐம்பது வயதிற்கு மேற்பட்ட ஆடவருக்குச் சில சமயம் Prostate என்ற உறுப்பில் வீக்கம் ஏற்பட்டு அதனுல் சிறுநீர்த் தடைப்பட்டு அதனுல் ஏற்படும் வலியைத் தினம் **சிறுகீரையைத்** துவரம் பருப்பு, தக்காளி, தேங்காய்த் திருகல் சேர்த்துச் சமைத்து உண்டுவரத் தடுக்கலாம்.

2. சிறுநீரைப் பிரிக்கும் குண்டிக்காயாவது அதன் குழாய்கள், நீர்ப்பை, பித்தப்பை இவற்றின் குழாய்களாவது கசடுகள் தங்கி, அடைபடாதிருக்கவும், தங்கிய கற்களைக் கரைப்பதற்கும், **வாழைத்தண்டைப்** பருப்புடன் சேர்த்துச் சமைத்தாவது, கடலை மாவுடன் சேர்த்து வடை சுட்டாவது சாப்பிட்டு வந்தால் இரண்டு மாதத்தில் கற்கள் கரைந்து சிறுநீரில் வெளியாகும்.

3. உடலில் இரத்தக் குறைவால் ஏற்படும் முகம், கை, கால், வயிறு வீக்கங்களை எளிதில் போக்குவதற்குக் **கரிசலாங்கண்ணிக் கீரை** அல்லது **பசலைக் கீரையைத்** தினந்தோறும் புளி நீக்கி சமைத்து உண்ணவும். பிருங்கராஜ ஆசவம் என்னும் மருந்தையும் அருந் தலாம்.

4. மகோதரம் அதாவது வயிற்றில் நீர் சுரந்து வீக்கம், கை, கால் வீக்கம் ஏற்பட்டு ரத்தக் குறைவுடன் தேகம் வெளுத்திருந் தாலும் **மூக்கரட்டை** அல்லது புனர்னவா ஆசவம்–புனர்னவா மண்டூரம் உபயோகித்து வந்தால், கெட்ட நீர் சிறுநீரில் கழிந்து குணமாகும்.

5. சண்பகமல்லி அல்லது பாரிஜாதம் என்னும் மலரை தேங் காய் எண்ணெயில் ஊறவைத்துத் தலைக்குத் தடவிவர முடி உதிருவது நிற்கும்.

6. செம்பரத்தை மலர்களைத் தேங்காய் எண்ணெயில் ஊற வைத்துத் தலைக்குத் தடவிவர, கூந்தல் அடர்த்தியாகவும், நீளமாக வும் வளரும்.

7. வயிற்றுக் கோளாறு, சோறு செரிக்காமை ஆகியவற்றிற்கு மருத்துவம்.

சுக்குச் சூரணம்:— தோல்சீவிய (நாறில்லாத) சுக்கு ½ சேர் (140 கிராம்) வெள்ளெருக்கன் இலை தகுமானது. பத்துப் படி நீர் கொள்ளும் புதிய பானையில் வெள்ளெருக்கன் இலைகளைப் பரப்பி, அவற்றின்மேல் சுக்கைப் பரப்பி மேலும் மேற்படி இலைகளைப் பரப்பி அவை மிதக்காதிருக்கச் சில செங்கற்களை அடுக்கி அடுப்பேற்றி இரண்டு கொதி வந்தவுடன் எடுத்துச் சுக்கை நிழலில் உலர்த்தித் தூள்செய்து வெருகடித்தூள், சர்க்கரையுடன் உணவிற்குச் சற்றுமுன் அருந்தவும்.

8. ஜலதோடத்திற்கு மாத்திரை

கறிமஞ்சள் தூள், சுக்குத்தூள், பச்சைக் கற்பூரம், கோரோசனம், கல்வத்தில் நன்குய்க் கலந்து கொஞ்சம் பசு நெய் சேர்த்து மிளகு அளவு மாத்திரைகள் உருட்டவும். அளவு 1 முதல் 3 மாத்திரை துணைமருந்து சமயோசிதப்படி சேர்த்து உட்கொள்ளவும்.

9. புகைச்சல் இருமலுக்கு

முசுமுசுக்கை வேரை அரிசி மாவுடன் அரைத்து வடை செய்து சுட்டு, சூட்டுடன் அருந்தக் குறையும். (வேர்ப்பட்டையைக் கொள்க).

10. முசுமுசுக்கை இலையை அவித்து 10 மிளகு, எருமை வெண்ணெய் எலுமிச்சம் பழ அளவு சேர்த்துப் போதிய அளவு சுடு சாதத்துடன் சாப்பிட விலகும்.

11. விடா இருமலுக்கு (உஷ்ண இருமல்)

நெல்லி வற்றல், பளிங்கு சாம்பிராணி, வெள்ளை மிளகு, கசகசா இவைகளைச் சம எடையாக நல்லெண்ணெயில் போட்டுக் காய்ச்சி—தலைக்குத் தேய்த்துக்கொண்டு சிறிது நேரம் ஊறியபின்—**தலைமுழுக்குச்** செய்யவும்—உடனே இருமல் விலகும். (ஒரு பலம் எண்ணெய்க்கு 1 வராகன் எடையாக கற்கம் சேர்ப்பது முறை).

12. **வட்டப் பூச்சி,** நாடாப் பூச்சி—முதலிய குடல் புழுக்கள் வெளிவர, ஓமம் 1 சேர் முருக்கன் விதை (மோதுகமாடா), கெச்சக் காய்ப் பருப்பு வகைக்கு ½ தோலா. இவைகளை இடித்துத் தூள் செய்து சர்க்கரை கலந்து மூன்று விரல் கொண்ட சிட்டிகை, காலை, மாலை மூன்று நாள்கள் உண்டு. நான்காம் நாள் சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் கழிச்சலாகும் அளவுக்குச் சாப்பிடவும்.

13. எட்டிக்கொட்டை இளகம் (பசி உண்டாக்க)

எட்டிக் கொட்டை ¼ சேர், சாதிக்காய் ½ தோலா, சாதிப் பத்திரி, ஏலம், கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, வால்மிளகு, அதிமதுரம், — வகைக்கு ½ தோலா, பனைவெல்லம், 3 தோலா, சர்க்கரை 3 தோலா. (தோலா = பழைய 1 ரூபாய் எடை).

செய்முறை :— இவற்றை இளவறுப்பாக்கிப் பொடித்து, சலித்து, எட்டிக் கொட்டையைக் கருக வறுத்துக் கல்வத்தில் மை போல் அரைத்துச் சரக்குகளைச் சேர்த்து, பிசைந்து, ஒரு சடாக்கு பசு நெய் கலந்து, வைத்துக் கொள்க. (சடாக்கு = ⅛ படி)

தீரும்நோய் :— முன்பு சுக்குக் குடிநீர் கொடுத்து இந்த இளகத்தைக் கொடுக்கவும். வயிற்று உப்புசம், வயிறு கொட்டல், இரத்தக் கழிச்சல், வாந்திபேதி குணமாகும்.

எட்டிக்கொட்டை தூய்மை :—மேற்படி கொட்டைகளை மணலில் பரப்பி, மேல் மணல் மூடி, நீர் தெளித்து மூன்று நாள்கள் வைத்து ஊறியபின் தோல் சீவி வெய்யிலில் நன்கு உலர்த்தி எடுப்பதே தூய்மையாகும்.

14. வாய்வு பிடிப்பிற்கு

கருந்துளசி சாற்றில் சிறிது நெய், மிளகுப் பொடிகூட்டி உண்பிக்க 80 வகை வாதநோய்களும் நசிக்கும் — இது லகுமிருகாங்கா எனப்படும்.

பெருங்காயம், பூண்டு இவைகளைச் சிறிது எண்ணெயில் வறுத்து ஏதாவது கறிகாயுடன் (பொறியல்) உண்ண விலகும்.

15. இடிவல்லாதி இளகம்—(தனி அடக்கம்-48வது முறை) உடலில் எவ்விடத்தில் சீழ் பிடித்திருந்தாலும், எலும்பினுள், மூலத்தில், காதில் எங்கிருந்தாலும் இரண சிகிச்சையில்லாமல் குணப்படுத்தும் உயர்ந்த முறை.

16. Beri - Beri - என்ற வாயு நோய்க்கு

எள்ளுப் புண்ணுக்கு, சிவப்பரிசித் தவிடு, பனைவெல்லம், இவற்றைச் சமஎடை கலந்து இளகம்போல் பிசைந்து வைத்துக் கொண்டு கொட்டைப்பாக்கு அளவு சாப்பிட்டுவர இந்த வாயு விலகும். வயிறு, கால் கைகளின் வீக்கமும் நீங்கும்.

17. Typhoid — சன்னிபாத சுரம் — 21 நாள் சுரம் தீரமருந்து

பவழமல்லி இலைக் குடிநீர் கொடுத்துவர உடனே குண மாகும்—ஒரு வாரத்துக்குமேல் நீடிக்காது.

18. Leukaemia — blood cancer

வேப்பன் இலையை இரண்டு கைகளையும் சேர்த்தெடுத்து, 300 கிராம்பு (இலவங்கம்) சேர்த்துக் குடிநீர் செய்துகொடுக்கவும்.

19. **வெண்குட்டத்துக்கு**

கார்போகரிசி (பவந்தி கிஞ்சலு — Bochi seeds) இரச செந் தூரக்களிம்பி (Mercury Sulphide ointment)-ல் கலந்து மேலே பூசி வர நிறமுண்டாகும். உள்ளுக்கும் இரச சம்பந்தமான மருந்துகள் கொடுக்கவும்.

20. **எலிக்கடி, நாய்க்கடிகளுக்கு**

கத்திரிக்காய் பச்சையாக மூன்றும் கொஞ்சம் எள்ளும், வெல்லத்துடனும், மூன்று நாள் காலை வேளையில் மட்டும் மென்று தின்னவும்—உப்பில்லாப் பத்தியம் இருக்கவேண்டும்.

21. **வெறிநாய்க் கடியானல்** — பத்து நாள்கள் மருந்தகத்தில் கட்டாயம் வெறி நாய்க்கடி நஞ்சுமுறி ஊசிபோட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.

22. **பாம்பு, தேள் கடிகளுக்கு**

கடித்த இடத்தில் **படிகாரத்தூளை** அப்பி உள்ளுக்கும் அரிசி யெடை இதே தூளை மூன்று நாள் கொடுக்க வேண்டும்.

பாம்புக் கடிக்கு நஞ்சு மேல் ஏறவொட்டாமல் கயிறு கட்டி கடித்த இடத்தில் கீறி இரத்தத்தை உறிஞ்சித் துப்ப வேண்டும்.

கடித்த இடத்தில் Pottasium Permanganate தூள் வைத்து, எலுமிச்சம்பழ சாறு பிழியலாம்.

23. **காக்கை வலிக்கு**

வலி கண்ட போது மூக்கில் மூன்று துளி **குப்பைமேனி** சாறு பிழிய வேண்டும்.

தெளிவு ஏற்படாவிட்டால் கண்களில் இந்தச் சாறு பிழியவும்.

24. இரவில் பலதடவை சிறுநீர் கழிப்பதைக் குறைக்க,

ஆவாரம் பூ, துவரம் பருப்பு, தக்காளி, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்துச் சமைத்துச் சாப்பிடக் குறையும்.

25. முகத்திற்கு பூசும் மஞ்சள் (**பலகை மஞ்சள்**) மேல் புறணி சீவிக் கல்வத்தில் மைபோல் அரைத்து சீசாவில் வைத்து, உதயத்தில் தேனில் திரிகடி அல்லது 4, 5 கிரைன் சாப்பிட்டுவர 12 தினத்தில் சகல மேக நீரும் நீங்கும்.

வெந்நீரில் உண்டுவர சகல நோயும் தீரும். உடல் திடம், முகக் காந்தி, மேதை, தாது விருத்தி, ஆயுள் விருத்தி உண்டாகும். நரை திரையும் மாறும். இது உபதேசமாய்ப் பெற்ற நல்ல கல்பமுறை - இச்சாபத்தியம்.

20 முதல் 30 நாள் சாப்பிட்டுவரச் சூடு, வறட்சி இவை நலமாகும்.

சாப்பிடும்போது, ''ஓம் அமிர்த குரு குரு — அமிர்த மாலின்னே நம'' அல்லது ''ஓம் அமிர்தோத்பவாய - அமிர்தம் குரு குரு'' சுவாஹா. என்ற மந்திரம் ஜபிப்பது நலம்.

26. மது மேகத்திற்கு

(அ) வெள்ளைப் **பாகற்காயைத்** துண்டுகளாக அறுத்து உலர்த்திப் பொடித்துப் பாலில் சாப்பிட்டு வரக் குறையும்.

(ஆ) வால்கோதுமை (Oats), கோதுமை, கேழ்வரகு முதலிய தானியங்களை **முளைக்கட்டி**, உலர்த்திப் பொடித்து, உளுத்தம் பருப்பு சேர்த்து இட்டிலி, தோசை செய்து சாப்பிட்டு வரலாம்.

(இ) மேற்படி தானியங்களை மிகவும் குறைத்து, வெண்டை, கத்திரி, முருங்கை, சீமையவரை (பீன்சு), நாட்டவரை, கோஸ், காலிபிளவர் முட்டை, முதலிய காய்கறி உணவுகளை அவித்து அதிகரித்து (டிபன் காரியர் கிண்ணமளவும்) சாப்பிடலாம்.

(ஈ) சேலத்து மலைகளில் கிடைக்கும் **சிறுகுறிஞ்சான்** இலையைச் சமைத்து அருந்தலாம். இது மிகவும் மேலானது.

27. சிறுநீர் தடைப்பட்டு இறங்காவிட்டால்

துத்தி இலை சாற்றை பாலில் கலந்து கொடுக்கக் குணமாகும். கை கண்டது.

28. சிறுநீரக வீக்கத்திற்கு

நீர்க் குண்டிக்காய் (Kidney) வீக்கத்தினுல் இரத்தத்தில் இருந்து சிறுநீர் பிரியாமல், மயக்கம், பெருமூச்சு, (காலராவில் ஏற்படுவதுபோல்) ஏற்பட்டால் முதுகில் **வெள்ளைக் கடுகு பத்து**போட்டு 20 நிமிடம் வைக்கவும். பிறகு, உடல் முழுவதும், **தவிடு வறுத்து ஒற்றடமிடவும்.** வியர்வைமூலம் நீர் விலகும். மிகக் கடினமாய் வலிப்பு வந்த சமயமும் மூன்று நாள்களில் குணமாகும்.

29. அகட்டுவாயு உப்புசத்திற்கு

குடல் வலுக்குறைந்து கெட்ட காற்றினுல் உப்புசம் அடைந்து வயிறு மத்தளம் போலாஞல் (Turpentine) கற்பூரத் தைலம் தடவித் தவிடு வறுத்து **ஒற்றடமிடக்** காற்று வெளியாகிக் குணமடையும்.

30. **பெருங்கழிச்சலுக்கு**—கட்டுக்கடங்காத அதிசார பேதிக்கு காடிக்காரம் (Silver Nitrate) கரைத்த நீரினுல் எருவாய் வழியாகக் குடலைக் கழுவி காடிக்காரச் செந்தூரம் உள்ளுக்குக் கொடுத்து, கோழிக்குஞ்சு சத்து, மாமிசரசம் போன்றவைகளை உணவாக ஒருநாள் கொடுத்துப் பிறகு வெண்கருநீர், இனிப்புத் தயிர்நீர் ஆகிய இவைகளைக் கொடுத்து அடுத்தநாள் இரண்டு பாகம் நீர் கலந்தபால் கொடுத்து, ரொட்டி, பால், புனற்பாகம் முதலியவற்றைக் கொடுத்துப் படிப்படியாகச் சரிப்படுத்த வேண்டும்.

சிறு குழந்தைகளுக்குக் குளிர்க் காற்று வயிற்றில் தாக்கி ஏற்பட்ட கடினமான பேதி காய்ச்சலுக்கு இவ்வகையே சரிப்படுத்த வேண்டும். அடிவயிற்றிற்குப் பிளானல் பைண்டர் கட்ட வேண்டும். அரிசிமா கிளறிக் கட்ட வேண்டும். அல்லது ஊதலகற்றிப் (Anti phlogistin) பற்று போட வேண்டும்.

31. **ஈளை காசத்திற்கு** :—ஆடாதோடை இலை, கண்டங்கத்திரி இலை, துளசி இலை இவற்றைப் பிட்டவித்துப் பிழிந்துத் திப்பிலித் தூள் சேர்த்துச் சாப்பிடக் குணமாகும்.

32. காயம்பட்டு வரும் இரத்தப்போக்கை எளிதில் நிறுத்த

சிலருக்குக் காயம்பட்டால் இரத்தப் போக்கு சுலபமாய் நிற்கிறதில்லை - இவர்களை Haemophilies என்பார்கள். இப்படிப்

பட்டவர்க்கும் **வெட்டு முறியன்** அல்லது பெரிய பெருமாள் என்று வழங்கும் சாதாரணச் சிறு செடியின் இலைகளைக் கட்டினால் உடனே இரத்தம் கட்டி விடும். இந்த செடி 15 அங்குல உயரமிருக்கும். இலைகள் வேப்பன் இலை போலிருக்கும். ஆனால் சொர சொரப்பாய் இருக்கும். மத்தியிலுள்ள தண்டு உயர்ந்து ஒரு சிறிய சாமந்திப்பூப் போன்ற பூவுடன் முடியும்.

33. **உத்தாமணிப் பால்** அல்லது இலைகள் காலில் தைத்த முள், கண்ணாடித் துண்டு முதலியவற்றை சுலபமாய் எடுத்து விடும். அவைகளால் ஏற்பட்ட வீக்கம் எவ்வளவு அதிகமானாலும் சுரம் முதலியவற்றையும், இரண சிகிச்சை இல்லாமலே வேறுவகையில் ஆச்சரியமாக குணப்படுத்தும்.

34. மலேரியா சுரத்திற்கு

உத்தாமணிக் கொடியின் தளிர் இலைகள் மூன்றை இரண்டு வெற்றிலை, சிறிது பாக்குத்தூள், சீரகம் வைத்துப் பீடாசெய்து ஒரு இலவங்கம் குத்தி முறைக்காய்ச்சல் வரும் நாளில் அந்த நேரத்திற்கு ஒரு மணி முன்னதாக மென்று தின்ன, சுரம் தடுக்கப் படும். இரண்டு மூன்று முறை இவ்வகையாகச் செய்ய, நாள்பட்ட மலேரியா சுரம் (நச்சு சுரம்) கண்டிக்கப் படும்.

35. சுகக் கழிச்சல் சூரணம்

வெண்சிவதை வேரை பசுவின் பாலில் மிதக்க விட்டு சுண்டக் காய்ச்சி வெய்யிலில் உலர்த்திப் பொடித்து ஏலம் அரைக் கால் பங்குக் கூட்டிச் சமனெடை சர்க்கரை கூட்டி வைத்துக் கொண்டு வெருகடித்தூள் வெந்நீரில் உண்பிக்கச் சிரமமில்லாமல் கழிச்சலாகும். வாத, பித்தக் கட்டு நீங்கும். மிக சிறப்பான முறை.

36. **தோலில் படை எற்பட்டால்:**—சீமை அகத்திக்கீரை இலையை கசக்கித் தடவினால் விலகும். (ஐயோடின் சாராய விலயனம் அல்லது விட்பீஃல்டு களிம்பு பூசுதல் மேல் நாட்டு முறை. பெரு நோய் சம்பந்தப் பட்டிருந்தால் பூரக்களிம்பு, ட்ரைக்ளோர் அசெடிக் அமிலம் (Trichlore Acetic Acid) தடவ வேண்டும்.

37. **இளைப்புக்கு (சயம்):** இந்த நோய் ஆரம்பத்தில் பசியின்மை, ஆகார வெறுப்பு, கைகால் ஓய்ச்சல், மாலையில் வெம்மை, பிறகு குத்திருமலும், உடல் மெலிவுமாய் இருக்கும். நாளடைவில் இருமல் அதிகரித்து, மாலையில் சுரமும், அதிக பலவீனமும் தருவ தால் எலும்புருக்கி நோய் என்ற பெயர் பெற்றது.

ஆரம்பத்திலேயே நோயாளியைப் படுத்த படுக்கையாய் இருக்கச் செய்தால் சுரம் குறையும்; பசியும் உண்டாகும். சுரம் தணியும் வரையிலும், பின்னும் நான்கு தினங்களும் அப்படியே வைத்து, பசி தீவிரம் ஏற்படக் கீழ்கண்ட மருந்து கொடுத்து வரவும்.

பஞ்ச தீக்தக் குடிநீர் :—நிலவேம்பு, சீந்தில்கொடி, கோரைக் கிழங்கு, கடுகுரோகணி, பற்பாடகம் இவற்றைக் குடிநீர் செய்துக் கொடுக்கவும்.

பசி உண்டானதும், பசிக்கு ஏற்றபடி பால், கோழிமுட்டை வெண்கரு, மார்கண்ட எலும்பு, சூப்பு, கால் சூப்பு, கோழிக்குஞ்சு சத்து முதலியவைகளைக் கொடுத்துப் பலப்படுத்தவும். பழ வகைகள் நன்மை தரும்.

மாமிசம் அருந்தாதவர்கள்—வாதுமைப் பருப்பு, பிஸ்தா, அக்ரோட். ஆப்பிள், ஆரஞ்சு, சப்போடா, தாளிசப்பத்திரி கோதுமை மா, கேழ்வரகு சப்பாத்தி உண்ணலாம். வெண்பூசனி இளகம் சிலாக்கியம், சூரணம் உபயோகிக்கலாம். நல்ல காற்று மிக்க அவசியம். பெரும்பாலும் இளம் பெண்களுக்கு முதல் பிரசவம் ஆனவுடன் இவ் வியாதியால் பீடிக்கப்படுவது. அதற்குக் காரணம், வீடுகளில் பிரசவ அறையைக் காற்று நுழையாதபடி செய்வதே. பிரசவித்து இரத்தப் போக்கில் பலவீனப்பட்டுள்ள சமயம் அவர்களுக்கு நல்ல காற்றில்லாமல் அடைபடுவதால் இந் நோய் உண்டாகி பலப்படுகிறது. மருந்தகங்களில் பழகாத நாட்டு மருத்துவச்சியர்களும் பிரசவசன்னி, காற்றினுல் ஏற்படுவதென்ற தவருன எண்ணம் கொண்டுள்ளார்கள். அப்படியாஞல் மருந்தகப் பிரசவங்களில் சன்னி இருக்கவேண்டும் அல்லவா? அது இல்லையே ஆகவே, இந்த சன்னி காற்றினுல் ஏற்படுவதில்லை. மருத்துவச்சியர் களின் அசுத்தமான கைகளும் பிரசவ அறையின் அசுத்தங்களுமே இதற்குக் காரணம். ஆகவே, பிரசவ அறையிலிருந்து அசுத்தத் துணிகளை வெளிப்படுத்த வேண்டும்.

பிரசவ அறைக்கு அடுத்துச் சாணி குப்பை சேரும் எருக் குழிகள் இருக்கக்கூடாது. அசுத்தநீர் தேக்கமும் இருக்கக்கூடாது.

பிறகு திருக்கழுக்குன்றம், மதனபல்லி போன்ற இடங் களில் ஆறு மாதம் தங்கி உடலைப் பலப்படுத்தவும்.

38. இருமலுக்குத் தாளிசப்பத்திரி சூரணம்

தாளிசப் பத்திரி 1 தோலா, மிளகு 2 தோலா, சுக்கு 3 தோலா, திப்பிலி 4 தோலா, மூங்கிலுப்பு 5 தோலா, பெரிய லவங்கப்பட்டை ½ தோலா, தோலுரித்த ஏலம் ½ தோலா, கற்கண்டு 32 தோலா இவைகளைத் தனித்தனியாக பொடித்துத் துணியில் சல்லித்துத் திரிகடி அளவு, சளி பிடித்திருந்தால் தேனிலும், உஷ்ணமாயிருந்தால் நெய்யிலும் காலை, மாலை உண்க.

தீரும்நோய்:—சுரம், காசம், சுவையின்மை, இருதய நோய், பாண்டு, சங்கிரகணி, சயம், சுவாசக்கட்டு, வாந்தி, பெருங்கழிச்சல், சூலை, மலபந்தம், வாயு இவை நீங்கி அக்கினி தீபனம் உண்டாகும்.

இது நல்ல முறை — குழந்தைகளுக்கும் உபயோகமாகும். வீட்டில் எப்போதும் இருக்க வேண்டியது.

39. இதயம் (Heart) பலப்படுவதற்கு

மருதம்பட்டையில் செய்யப்பட்ட அர்ச்சுனரிஷ்டம் மிக்க எற்றது. ஆகவேதான் மல்லிகார்ச்சுனம் (ஸ்ரீசைலம்), இடைமருது-கடை மருது என்று மூன்று தலங்களில் ஈசுவரன் மருதடியில் இருக்கிறார்.

40. ஞாபக சக்தியை அதிகப்படுத்த — சரஸ்வதி ஆசவம் — நல்லது.

41. நரம்புகளை பலப்படுத்த-அசுவகெந்தி (அமுக்கராக் கிழங்கு) இளகம் சிறந்தது.

42. பற்கள் ஆட்டங் கொடுத்தால் ***சிறு புள்ளடி*** என்னும் மூலிகை இலைகளை மென்று பற்கள் அடியில் அடக்கி வைத்திருந்தால் ஈறு பலப்பட்டுப் பற்கள் உறுதியாகும். கை கண்டது.

43. சுவாசப்பை (Lungs), பலமடைய (Breathing Exercise) பிராணயாமம் செய்து வர வேண்டும்.

44. காது கேளாமைக்கு

உளுந்துத் தைலம் காதில் இரண்டு மூன்று துளிகள் விட்டு பஞ்சு அடைக்கவும். சில தினத்தில் குணப்படும்.

45. செரிதிறன் அதிகப்பட பிரண்டையை கணுநீக்கி, கும்பிச் சாம்பலில் வதக்கி, உளுத்தம்பருப்பு, உலர்ந்த மிளகாய், புளி

யுடன் துவையல் செய்து சாப்பிட்டு வர, செரிப்புச் சக்தி பலப்படும்.

46. **வாத நாராயணன்** — இந்த கீரையைப் பருப்பு, தக்காளி, தேங்காய் துருவல், பூண்டு, பெருங்காயத்துடன் சில நாள் அருந்த வாதம் நீங்கும்.

47. **யானைக்கால் சுரம்** :—ஆட்டுப் பெருங்குடல் கொழுப்பை உருக்கி தினம் 10 துளி சாப்பிட்டு வர நீங்கும்.

48. **இடிவல்லாதி இளகம்**

பனைவெல்லம், அரிதாரம், காந்தம், எள்ளு, எட்டிவிதை, சேங்கொட்டைதைலம், ரசம், (கலோமெல்), நெல்லிக்காய் கெந்தகம், ஓமம், மாசிக்காய், சாதிக்காய், வசம்பு, ஈர வெங்காயம் கொள்ளுக்காய் வேளை வேர் (கொளுஞ்சி), துருசு (மயில்துத்தம்), துத்தம் (பால்துத்தம்), இந்துப்பு, கோட்டம், அமுக்கராக் கிழங்கு, கஸ்தூரிமஞ்சள் வகைக்கு 1 பலம் — கோழிமுட்டை 1.

மூலிகைகளை எல்லாம் இளவறுப்பாய் வறுத்து இடித்து தூள்செய்து மற்ற சரக்கையும் சேர்த்து சேராங்கொட்டைத் தைலம் இறக்கிக் - கல் உரலில் இடிக்கவும். ரசத்திற்குப் பதில் கலோமெல் சேர்க்கவும்.

துருசை நெருப்பில் பொரித்துச் சுட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

சரக்குகள் எல்லாம் சமமாக சேரும்படி நன்றாய் மசிய இடிக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் ஒரு பாகத்தில் சில சரக்குகளும் மற்ற பாகங்களில் வேறு சரக்குகளாகவும் ஏற்படும்.

அளவு:—சுண்டக்காய் அளவு மாத்திரைகள் செய்யலாம். முதலில் பட்டாணி அளவு மாத்திரைகள் தினம் ஒன்று காலையில் கொடுக்கவும். வாரத்தில் மூன்று நாள்கள் சாப்பிடவும்.

மருத்துணவு:—இச்சாபத்தியம் போதுமானது. கருவாடு, மீன், சாராயம் முதலியவைகளை நீக்கவேண்டும். காரம், புளி குறைப்பது நலம். எண்ணெய் நீக்கினால் நன்மையே.

தீரும்நோய் :— இரணங்கள், மூலம், பவுத்திரம் முதலியவை இரண்டு வாரத்தில் குணமாகும். பொதுவாக புற்று நோய்களும், இரத்தப் புற்றும் விட்டுவிட்டுச் சாப்பிடத் தீரும். இவையும் மூன்று, நான்கு வாரங்களில் குணப்படும். கை கண்ட மருந்து.