உ

வைத்திய சந்திரிகா.

ஓர் உயர்தர தமிழ் மாதப்பத்திரிகை.

பிரதி ஆங்கிலமாதம் முதல்வாரத்தில் வெளிவரும்

Vol. 3 December 1940. No. 1

விஷய சூசிகை. பக்கம்

ஜ்வரம் (பத்திராதிபர்)	1—3
திருச்சி ஆயுர்வேத ஸபா.	4
ரஸாயனம் (பத்திராதிபர்)	4—16
பிரமேஹம் (திருச்சி, வைத்யவிசாரத், ஆயுர்வேத சிரோமணி, N. வெங்கடேச சர்மா அவர்கள் எழுதியது.)	17—24

சந்தா விகிதம்.

வருஷ சந்தா:—

உள் நாட்டுக்கு ரூ. 2

வெளிநாட்டுக்கு ரூ. 3

விளம்பர விகிதம்.

மாதம் 1-க்கு பக்கம் 1-க்கு ரூ 8

" " ½-க்கு ரூ 4

" " ¼-க்கு ரூ 2

கிடைக்குமிடம்:—

Pandit, S. NARAYANA IYENGAR.

Editor and Publisher

No. 2, Police Station West Lane, Madura.

வெங்கடேஸ்வர் பிரஸ், மதுரை:—40.

[விலை 0—3—0

TSL

L ... , ...

M40.3.1.

10141

குழந்தைகளுடைய ஆரோக்யம் முதலியவை
களுக்குஇன்றியமையாத

பயஸ்யா

ஆயுர்வேதாசார்ய V. B. நடராஜ சாஸ்திரிகள் அவர்களால் ஆயுர்வேத முறைப்படி தயாரிக்கப்பட்டது.

பால் கொடுக்கும் தாய்மார்களுக்குஅவசியமானஓர் சிறந்த ரஸாயனம்.

இது தாய்ப்பாலின் அளவையும், ஜீவ ஸத்துக்களையும், மிகுதியாக விருத்தி செய்வதுடன் குழந்தைகளுக்கு புஷ்டி, பலம், ஆரோக்கியம் முதலியவைகளையும் பூர்ணமாய் அளிக்கிறது. உபயோகிக்கும் விதம் முதலியவை ரஸாயனத்துடன்அனுப்பப்படும். விலை ரூபாய் 2-4-0 தான்
தபால் சிலவு வேறு

கிடைக்குமிடம்:—

ஆத்ரேய ஆயுர்வேத ஓர்க்ஸ்,

தென்னூர் ரோடு, திருச்சினாப்பள்ளி.

ஸஹஸ்ரயோகம்.

இது மலையாள தேசத்தில் பிரசித்தமான ஓர் வடமொழி வைத்ய நூலின் தமிழ் மொழி பெயர்ப்பு. இந்நூலை யனுசரித்தே மலையாளத்தில் மருந்து முறைகள் தயாரிக்கப்படுகின்றன. இந்நூலில் கஷாய முறைகள் 184, கிருதமுறைகள் 70, தைலமுறைகள் 85, சூர்ண முறைகள் 89, லேகியமுறைகள் 20, குளிகைமுறைகள் 73, ஜன்னிமருந்துகள் 75, கண்ணோய்களுக்கு மருந்துகள் 92, காதுநோய்களுக்கு மருந்துகள் 6, மூக்குநோய்களுக்கு மருந்துகள் 6, முகரோக மருந்துகள் 3, தொண்டை நோய்களுக்கு மருந்துகள் 6, உள்வாய் ரோகங்களுக்கு மருந்துகள் 5, பலவகை மருந்துகள் 153 ஆக இவ்விதம் மொத்தம் 867 மருந்துகள் வியக்தமாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த ஒரு நூலே வைத்யர்களுடைய தேவைக்குப் போதுமானது. புத்தகம் விலை ரூ. 1 தபால் கூலி வேறு.

கிடைக்குமிடம்—பண்டிட் நாராயணய்யங்கார்
நெ. 2, போலீஸ் ஸ்டேஷன் மேற்கு சந்து மதுரை.

ஜ்வரம் (Fever)

(பத்திராதிபர்)

ஆயுர்வேதத்தில் ஜ்வரங்கள் வாதஜ்வரம், பித்தஜ்வரம், கபஜ்வரம், வாதபித்தஜ்வரம், வாதகபஜ்வரம், பித்தகபஜ்வரம், ஸந்நிபாதஜ்வரம், ஆகந்துஜ்வரம், என எட்டு விதங்களாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் ஸன்னிபாதஜ்வரம் பதின்மூன்று விதமாகவும் ஆகந்துகஜ்வரம் நான்கு விதங்களாகவும் பிரித்துச் சொல்லப்பட்டன. 13 வித ஸந்நிபாதங்களும் தாறாதி என்றும் ஸிதாதி என்றும் இரு வகையாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. பாவப்பிரகாசம், வைத்ய சிந்தாமணி போன்ற சில நூல்களில் ஸந்நிபாத பேதங்கள் பல வகையாகச் சொல்லப்பட்டிருந்த போதிலும் சரகம் முதலிய முதல் நூல்களில் 13 வகையாகவே பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இவை நீங்கலாக விஷமஜ்வரங்கள் என ஐந்து வித ஜ்வரங்கள் சொல்லப்படுகின்றன. விஷமஜ்வரங்களையும் சேர்த்து ஒன்பது விதங்களாகக் காய்ச்சலை வகுக்க வேண்டியிருக்க நூல்களில் எட்டு விதங்களென்றே வகுத்துப்பிறகு விஷமஜ்வரங்களைச்சொல்லி இவை ஓர் தனி வகுப்பெனக் கருதப்படாமல் விடப்பட்டிருக்கின்றன. இவையனைத்தும் அந்தஸ்ஸம்ச்ரயம், பஹிஸ்ஸம்ச்ரயம், சாரீரம், மானஸம், ஸௌம்யம், தீக்ஷ்ணம், பிராக்ருதம், வைக்ருதம், ஸாமம், நிராமம், எனவும் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. விஷமஜ்வரங்களை ஆங்கிலத்தில் மலேரியா என்றும் அவைகளில் ஒன்றான ஸந்தத ஜ்வரத்தை Typhoid என்றும் மற்ற ஜ்வரங்களை Fever என்றும் ஸந்நிபாதஜ்வரத்தை சில சமயத்தில் Typhoid என்றும் சில சமயத்தில் Fever with Typhoidal symptems என்றும் சொல்லுகின்றனர்.

நான்கு விதமான ஆகந்து ஜ்வரம், ஸந்நிபாதம் இவை நீங்கலாக மற்ற ஆறுவகை ஜ்வரங்களும் முன்சொன்னவிதமாக அந்தராச்ரயம், பஹிராச்ரயம் முதலிய பத்து பேதங்களுடன் சேர்த்துப் பார்க்கும்பொழுது பல விதங்களாகின்றன. இவ்வளவு பேதங்கள் மற்று முறைகளில் காணப்படவில்லை. ஒரு வியாதியைப் பல உட்பிரிவுகளாகப் பிரிக்கும் பொழுது ஆயுர்வேதத்தில் சில நியதிகள் பின்பற்றப்படுகின்றன. (1) பிரபாவம்—அதாவது வியாதியின் பிர

பாவம். வியாதிகள் திரிதோஷங்களால் உண்டாகின்றன வென்பது ஆயுர்வேதக் கொள்கை. அவ்விதமிருந்தும் சில வியாதிகள் உட்பிரிவு இல்லாமல் ஒரே வியாதியாகக் காணப்படுகின்றன. இதை வியாதியின் பிரபாவம் அல்லது இயற்கை எனச் சொல்லுகின்றனர். (2) சிகித்ஸாவிசேஷம்—சிகித்சையில் பேதமிருப்பது பற்றி வியாதிகளில் உட்பிரிவுகள் சொல்லப்படுகின்றன. (3) லக்ஷணபேதம் வியாதிகளில் லக்ஷணபேதங்கள் காணப்படுவதாலும் உட்பிரிவுகள் சொல்லப்படுகின்றன. வியாதிகள் பிரகிருதிஸம ஸமவேதங்களாகவும், விக்ருதி விஷமஸமவேதங்களாகவும் காணப்படுகின்றன அதாவது ஓர் வியாதி வாதபிரகோபத்தால் மாத்திரம் உண்டாகும்போது ஓர் லக்ஷணத்துடன் காணப்படுகின்றது. அதே வியாதி பித்தப் பிரகோபத்தால் மாத்திரம் காணும்போது ஓர் லக்ஷணத்துடன் காணப்படுகின்றது. அதே வியாதி வாதபித்தப் பிரகோபத்தால் காணும் பொழுது தனித்தனி வாதபித்த பிரகோபங்களுடைய லக்ஷணங்களுடன் மாத்திரம் காணப்படில் அது பிரகிருதி ஸமஸமவாயாரப்தமெனப்படுகின்றது. இவைகளை உட்பிரிவுகளாகப் பிரிப்பதில்லை. சிகித்சையில் பேதமிருந்தால் உட்பிரிவுகள் சொல்லப்படும். அவ்விதமின்றி புதிய லக்ஷணங்கள் காண்கில் அவை விக்ருதி விஷமஸமவாயாரப்தமெனப்படும். இந்த லக்ஷண பேதத்தை விளக்க உட்பிரிவுகள் சொல்லப்படும். இந்த நியதிகளை யனுசரித்து ரோகங்களில் பேதம் வர்ணிக்கப்படுகின்றது கபப்பிரமேஹம் பத்து விதங்களெனப்படுகின்றது. கபத்தால் காணும் பிரமேஹம் கபஜ்வரம் என்பதுபோல ஒரு விதமாக இருக்கவேண்டும். அப்படியிருக்க அதை பத்து விதமெனச் சொல்லி அவைகளின் லக்ஷணங்களும் விசேஷ சிகித்சைகளும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இதற்குக் காரணமென்னவெனில் கபம் என்ற தோஷமும் அதன் தூஷ்யங்களும் சேரும் முறையில் வியாதியின் இயற்கையே (பிரபாவமே) ஆகவே பெரியோர்கள் தகுந்த காரணம் கொண்டே வியாதிகளுக்கு உட்பிரிவுகளை விசேஷ சிகித்சையுடன் வெளிப்படுத்தியுள்ளார்கள். நவீன முறையில் இவ்விதம் பல பேதங்கள் காணப்படவில்லை. அதற்குக் காரணமென்னவெனில் சிகித்ஸா பேதமில்லாமையே.

ஆயுர்வேதத்திலும் இக்கிரமம் ஒப்புக்கொள்ளப்பட்டிருக்கின்றது. இதற்கு வியாதிப்பிரத்யனீகம் எனப்பெயர். காய்ச்சல் முதலிய ரோகங்களில் திரிதோஷப் பிரகோபங்களை கவனியாமல் ரோக பரிஹாரமாகக் கொடுக்கப்படும் சிகித்ஸை ரோகபிரத்யனீகமாகும். காய்ச்சலில் கோரைக்கிழங்கும் பர்பாடகமும், பிரமேஹங்களில் நெல்லிக்காயும் மஞ்சளும், அதிஸாரத்தில் வெப்பாலைப்பட்டையும் மூலரோகத்தில் செங்கொட்டையும், இது போன்ற மருந்துகள் ரோக பிரத்யனீகங்களாகும். ஆங்கில சிகித்ஸையும் இவ்வழியையே பின்பற்றியுள்ளது. ரஸசிகித்ஸையும் இக்கிரமத்தில் அமைந்துள்ளது. ஆனால் ரோகபிரத்யநீக சிகித்ஸையை ஆயுர்வேதிகள் பிரதானமாகப் பின்பற்றுவதில்லை. ஹேது பிரத்யனீக சிகித்ஸையைத்தான் செய்யும்படி சாஸ்திரங்கள் விதிக்கின்றன. ரோகங்களுக்கு எது காரணமோ அக்காரணத்தைப் பரிகரிக்கச் செய்யும் சிகித்ஸை ஹேது பிரத்யனீகமெனப்படும். இச்சிகித்ஸையால் போதிய பலன் கிடைக்காவிடில் பிறகு ரோகபிரத்யனீக சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். "ஏவமந் யாநபி வ்யாதீன் ஸ்வநிதானவிபர்யயாத்] சிகித்ஸேத் அனுபந்தே து ஸதி ஹேது விபர்யயம்] த்யக்த்வா யதாயதம் வைத்யோ யுஞ்ஜ்யாத் வ்யாதி விபர்யயம்]" இதன் பொருள்—எல்லா வியாதிகளையும் வியாதிகளுக்குக் காரணமான திரிதோஷப் பிரகோபம் விலகும்படி சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். இதற்கு ஹேது பிரத்யனீக சிகித்ஸையெனப்பெயர். இச்சிகித்ஸையால் வியாதி நிவர்த்தியாகாவிடின் அப்பொழுது இச்சிகித்ஸையை நிறுத்தி ரோகப்பிரத்யநீகமான சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும்.

கீழே சொன்ன எட்டு வித ஜ்வரங்களில் ஸந்நிபாத ஜ்வரம் நீங்கலாக மற்ற எழு வித ஜ்வரங்களும் பெரும்பாலும் சில நாட்களில் குணமாகக் கூடியவைகளே. ஆனால் உபத்ரவங்கள் (Complications) சேர்ந்து விடில் அவைகளும் அபாயகரமானவையே. ஜ்வரங்களில் பத்து உபத்ரவங்கள் சம்பாவிதங்களென்று நூல்கள் கூறுகின்றன. (பிரதான நோயை ஒட்டி ஏற்படும் நோய்களுக்கு உபத்ரவங்களெனப்பெயர்) "காஸோ ச்சா அருசி: சர்தி: த்ருஷ்ணா அதிஸார விட்க்ரஹா:] ஹிக் ச்வாஸ அங்கபேதாச்ச ஜ்வரஸ்யோபத்ரவா தச]" இதன் பொ —இருமல், மூர்ச்சை, (பிதற்றலும்

இதற்குள் அடங்கியதாக இங்கு கருதப்படவேண்டும்) அரோசகம், வாந்தி, தாகம், அதிசாரம், மலபந்தம், விக்கல், சுவாஸம் (மூச்சுத் திணறல்) சோம்பல், ஆகிய இவை பத்தும் ஜ்வரங்களுக்கு உபத்திரவங்கள். இவற்றுள் சிலபயங்கரமானவை. அவையாவன — மூர்ச்சை, பிதற்றல், அதிசாரம், விக்கல், சுவாஸம், இவ்வைந்தும் கடினமானவை காய்ச்சலும் க்ஷீணம் என்ற வகுப்பைச் சேர்ந்து இவ்வைந்து உபத்திரவங்களில் ஏதாவது ஒன்று பலமாகவும் சேர்ந்தால் அவ் வியாதி அசாத்யமாகும்.

திருச்சி ஆயுர்வேத சபா

திருச்சி ஆயுர்வேத சபையின் 8வது வருஷத்திய முதல் மாதாந்திரக் கூட்டம் 17-12-40 மாலை 3-30 மணிக்கு திருச்சி ஆயுர்வேதிக் யூனியன் கட்டிடத்தில் நடைபெற்றது. அந்த சமயம் ஸ்ரீமான் **V. B, நடராஜ சாஸ்திரிகள்** ஆயுர்வேத ஆச்சாரியார் தலைமை வகித்தார். ஸ்ரீரங்கம் **S. R. வரதராஜுலு நாயுடு** "கபவாத ஜ்வரம்" என்பதைப் பற்றிப் பேசினார். பிறகு நடந்த சர்ச்சையில் எல்லோரும் கலந்து கொண்டார்கள் கீழ்கண்ட ஆயுர்வேத வித்வான்களும் பெரியோர்களுமாகிய இவர்களுடைய அகால மரணத்தைக் குறித்து ஓர் அனுதாபத் தீர்மானம் ஏகமனதுடன் தீர்மானிக்கப்பட்டது. (1) பழூர் **ராமச்சந்திர அய்யர்** ரிடயர்டு கலெக்டர். (2) வரகூர் ஸ்ரீ **பாஷ்யபாவக்ய ஸ்மிருதிபூஷண வெங்கடராம சாஸ்திரிகள்** (3) **ஸ்ரீஸாலக்ராம சாஸ்திரி** லக்னௌ. (4) ஸ்ரீ**பஞ்சானனதர்க்கரத்ன காசி** என்று இ சபையின் காரியதரிசி ஸ்ரீ **V R. சுப்பிரமணிய அய்யர்** அவர்கள் எழுதுகிறார்.

ரஸாயனம் அல்லது காயகல்பம்.

(பத்திராதிபர்)

135. **சித்ரக கல்பம்**—இம்முறை அஷ்டாங்க ஹிருதயத்தில் காணப்படுகின்றது. மஞ்சள், வெளுப்பு, கறுப்பு, நிறபூவுள்ள கொடுவேலிகளில் மஞ்சள்பூ கொடுவேலியை விட வெளுப்புப் புஷ்பமுள்ள கொடுவேலி உயர்ந்தது. அதை விட கறுப்புப்புஷ்பமுள்ள கொடுவேலி உயர்ந்தது. கொடுவேலியின் வேரை எடுத்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து ஒரு மாதம் நெய்யிலாவது தேனுடன் நெய்யிலாவது சாப்பிட்டுப் பசும்பாலை அல்லது ஜலத்தை அநுபானமாகச் சாப்பிட்டு பத்தியத்துடன் இருக்க நல்ல பலமும் மூளைபலமும் உண்டாகும். நல்லெண்ணெயில் குழைத்துச் சாப்பிட வாதரோகங்களும் கோமூத்திரத்தில் குஷ்டங்களும் மோரில் மூலரோகமும் (ஒரு மாதம் சாப்பிட) தீரும்.

136. **துவரக ரஸாயனம்**—இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் அஷ்டாங்க ஹிருதயம், ஆகிய இவைகளில் காணப்படுகின்றது. மேற்கு சமுத்திரக்கரையில் துவரகம் என்ற மரங்கள் உண்டாகின்றன. அவைகளுக்கு மலையாளத்தில் நீர் வெட்டி மரம் என்பெயர். தமிழில் சாதாரணமாக அவ்விதைகளை நீரடிமுத்து என்பர். நீர் வெட்டிமுத்து என்று சொல்லுவது உசிதமெனத் தோன்றுகிறது. மழை காலத்தில் அதன் பழங்களைக் கொண்டுவந்து உள்ளிருக்கும் விதையை எடுத்து உலர்த்தி எள்ளிலிருந்து எண்ணை எடுப்பதுபோல எண்ணை எடுக்கவேண்டும். அதில் ஜலம் இருந்தால் அது நீங்கும்படி காய்ச்சி சுத்த தைலத்தைச் சேகரித்து 15 நாள் சாம்பலில் புதைத்து வைத்துப் பிறகு எடுத்து தினம் காலையில் ஒரு தோலாயிடை உபயோகிக்கவும். சற்று நேரத்தில் வமன விரேசனங்கள் உண்டாகும். சாயங்காலத்தில் நெய், உப்பு, இவைகள் இல்லாமல் கஞ்சி உபயோகிக்கவும். இவ்விதம் ஐந்து நாள் செய்யவும். பிறகு பாசிப்பயறு கஞ்சியுடன் அன்னத்தை 15 நாள் மறுபத்தியமாக உபயோகிக்கவும். குஷ்டநோய் விலகும். (2) **துவரக ரஸாயனம்**—இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம், அஷ்டாங்க ஹிருதயம் இவை

களில் காணப்படுகின்றது. முன்போல தைலம் எடுத்து அதற்கு மூன்று பங்கு கருங்காலி கஷாயம் சேர்த்து கிருதபதமாகக் காய்ச்சி முன்போல 15 நாள் புடம் வைத்துப் பிறகு எடுத்து ஒரு மாதம் உள்ளுக்கு உபயோகித்து மேலுக்கும் தடவ குஷ்டரோய்கள் விலகும். (3) துவரக ரஸாயனம்—முன்போல தைலம் எடுத்து தேன், நெய்யுடன் 15 நாள் உபயோகித்து மாமிச ரஸம்பத்தியம் கொள்ள முன் குணமுண்டாம். (4) துவரக ரஸாயனம்—இம்முறையும் முன்சொன்ன நூல்களில் காணப்படுகின்றது. முன்போல தைலம் எடுத்து ஐம்பது நாள் நஸ்யம் செய்ய மிகுந்த குண முண்டாம். (5) துவரகாஞ்ஜனம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் மாத்திரம் காணப்படுகின்றது. நீர் வெட்டி விதையை நல்லெண்ணெயில் தோய்த்து ஓர் சட்டியில் போட்டு அடுப்பேற்றி எரித்து சட்டிக்குள் புகையும் பொழுது எடுத்துப் பிறகு இந்தப்பையும் சட்டியில் வறுத்து எடுத்து சமபிடையாகச் சேர்த்து அரைத்து கண்களில் இட அந்திக்கண், காசம், முதலிய நேத்ர ரோகங்கள் போம். (6) துவரக ரஸாயனம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் மாத்திரம் காணப்படுகின்றது. முன் சொன்னபடி தைலம் எடுத்து ஒரு நாள் விட்டு ஒரு நாளாக ஒரு மாதம் உபயோகிக்க குஷ்டநோய் தீரும். (7) துவரக ரஸாயனம்—நீர் வெட்டிமுத்தை உடைத்து உள்ளிருக்கும் விதை 256 தோலா எடுத்து ஓர் மண் பாண்டத்திலிட்டு சின்னப்படி 64 ஜலம் விட்டு எட்டில் ஒன்றாக வற்றவைத்துக் கஷாயம் செய்து வடிகட்டிக் கொண்டு அந்த விதைகளை உரலில் நன்றாக இடித்து அதோடு சரக்கொன்றைவேரை 64 தோலா இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து அந்தப்பொடியையும் சேர்த்துப்பிறகு அந்தக் கஷாயத்தை விட்டு கலந்து நிழலில் காயவைத்துப் பதமானவுடன் ஒரு தோலா யிடையுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து வெய்யிலில் காயவைத்து பத்திரப்படுத்தி ஒன்று அல்லது ஒன்றரை மாத்திரையை பசு மூத்திரத்தில் கலக்கி அதைப் பகலில் பட்டினி இருந்து சாயங்காலத்தில் சூரியாஸ்தமயத்திற்குப் பிறகு சாப்பிட வேண்டும். பிறகு மறுபடியும் மறுநாள் சூரியோதய காலத்தில் முன்போல மருந்தைக் கொடுக்கவேண்டும். அஜீர்ணம், வாந்தி, இவைகள் கண்டாலும் லக்ஷியம் செய்யாமல் மருந்தைச் சாப்பிடவேண்டும்.

பிறகு உச்சிகாலத்தில் மொச்சை, நல்லெண்ணெ, பூனைக்காலிவிதை முருங்கை, காட்டுக்கரணை இவைகளையும் சுவல்ப இந்துப்புடன் கூடிய தயிரையும் சுவல்ப மோரையும் உபயோகிக்கவும். மறுநாள் நீர்வெட்டி எண்ணையை உடம்பு முழுதும் தடவிக்கொண்டு கங்கு தான்யப்பொடி, செங்கல்பொடி, இவைகளைக் கலந்து தேய்த்து ஸ்நாநம் செய்யவும். பிறகு மறுநாள் முன்போல மருந்து உப யோகிக்கவும். முன் சொல்லிய முறைப்படி அனைவற்றையும் அனுஷ்டிக்கவும். இவ்விதம் அந்த மருந்து முழுவதும் உபயோகிக்க குஷ்டநோய் கடினமாக விருந்தபோதிலும் விலகும். குறிப்பு—சரக் கொன்றைத் தழையை எடுத்துக் கொள்ளவேணுமென்று சிலரும் பட்டையை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டுமென்று சிலரும் நினைக் கின்றனர்.

137. பிப்பலீ ரஸாயனம்—(1) இம்முறை சரகம், அஷ்டாங்க ஹிருதயம், அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் ஆகிய இவைகளில் காணப்படு கின்றது. 5, 7, 8, அல்லது 10 திப்பிலிகளை தேன், நெய், இவை களுடன் ஒரு வருஷம் உபயோகிக்க ரஸாயன குண முண்டாம். (2) பிப்பலீ ரஸாயனம்—புரசம்பட்டையைச் சுட்டு சாம்பல் செய்து அதிலிருந்து உப்பு எடுத்து அந்த உப்பைத் தண்ணீரில் கரைத்து திப்பிலிகளுக்கு ஏழு தடவை பாவனை செய்து நிழலில் உலர்த்தி பிறகு நெய்யில் இளம் வறுப்பாக வறுத்து அத்திப்பிலிகளை காலை யிலும் ஆகாரத்திற்கு முந்தியும் பிந்தியும் தேனுடன் கொள்ள ரஸாயன குண முண்டாம் (3) பிப்பலீ ரஸாயனம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஹிருதயம், அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம், சரகம், முதலியவை களில் காணப்படுகின்றது. இம்முறைக்கு பிப்பலீ வர்த்தமானம் என்று மற்றொரு பெயரும் உண்டு. முதல் நாள் பத்து திப்பிலிகள் இரண்டாவது நாள் இருபது திப்பிலிகள், மூன்றாவது நாள் முப்பது திப்பிலிகள், நான்காவது நாள் நாற்பது திப்பிலிகள், ஐந்தாவது நாள் ஐம்பது திப்பிலிகள், ஆறாவது நாள் அறுபது, ஏழாவது நாள் எழுபது, எட்டாவது நாள் எண்பது ஒன்பதாவது நாள், தொண்ணூறு, பத்தாவது நாள் நூறு, 11வது நாள் தொண்ணூறு 12வது நாள் எண்பது, 13வது நாள் எழுபது, 14வது நாள் அறுபது

15வது நாள் ஐம்பது, 16வது நாள் நாற்பது, 17வது நாள் முப்பது, 18வது நாள் இருபது, 19வது நாள் பத்து திப்பிலிகளைப் பசும் பாலுடன் தினம் ஒரு வேளை உபயோகித்து மருந்து ஜீர்ணமான வுடன் பால் நெய்யுடன் அரிசிசாதம் சாப்பிட ரஸாயன குணம் கொடுப்பதுடன் காஸம், சுவாஸம், தொண்டையடைப்பு, க்ஷயம், மூலம் கிராஹணி, பாண்டு, முறைக்காய்ச்சல், வீக்கம், வாந்தி, பிலீஹை, வாதரக்தம் இவை விலகும். மொத்தம் 19 நாளில் ஆயிரம் திப்பிலிகளை உபயோகிக்க வேண்டும். மிருந்த பலமுள்ளவர்கள் மாத்திரம் பிரதிதினம் திப்பிலிகளை கணக்குப்படி எடுத்துப் பசும் பால் விட்டு அரைத்துப் பசும்பாலில் கலக்கிச் சாப்பிடவேண்டும். நடுத்தர பலமுள்ளவர்கள் அதை திப்பிலிகளைக் கஷாயம் செய்து சாப் பிடவேண்டும். அல்ப பலமுள்ளவர்கள் பொடிசெய்து சாப்பிட வேண்டும். பத்து திப்பிலிகள் முதல் ஆரம்பிப்பது உத்தமம். ஆறு திப்பிலிகளிலிருந்து ஆரம்பிப்பது மத்யமம். மூன்று திப்பிலிகளி லிருந்து ஆரம்பிப்பது அதமம். (4) பிப்பலீ ரஸாயனம்—இது அஷ்டாங்க ஹிருதயத்தில் மாத்திரம் காணப்படுகின்றது. இரண்டு தோலாயிடை திப்பிலிகளை எடுத்து நீர் விட்டு அரைத்து ஓர் இரும்பு பாத்திரத்தில் தடவி வைத்துக் காலையில் அதை வழித்து இருகை நீருடன் சேர்த்துச் சாப்பிடவும். இவ்விதம் ஒரு வருஷம் சாப்பிட ரஸாயன குணமுண்டாம். ஆகார நியமமில்லை.

(138) சுக்கு, (139) வாய்விளங்கம் (140) திரிபலை, (141) சிற்றிற்கொடி, (142) அதிமதுரம், (143) மஞ்சள், (144) பெருங்குரந்தொட்டி, (145) குருந்தொட்டி, (146) கோரைக்கிழங்கு, (147) தேவதாரு, (148) அகரு, (149) கொடுவேலிவேர், (150) ஆயிரம் இதழ்தாமரை, (151) தாமரைக்கிழங்கு, (152) நெய்தல்கிழங்கு, (153) தவம் (இது ஓர் மரம். மலையாளத்தில் இதை ஞம என்கின்றனர்)(154) அசுவ கர்ணம் (155) வேங்கை (156) வெட்டிவேர் (157) பூர்ஜமரம் ஆக இருபது சரக்குகளையும் தனித்தனியே திப்பிலி முறைப்படி அதா வது இரண்டு தோலா பொடியை நீரில் அரைத்து அக்கல்கத்தை ஓர் இரும்பு பாத்திரத்தில் இரவு முழுவதும் தடவி வைத்திருந்து காலையில் அதை வழித்து இருகை நீரில் கலக்கிச் சாப்பிடவேண்டும். இவ்விதம் ஒரு வருஷம் சாப்பிடவும். இவைகளையே பசும்பாலில்

சாப்பிட மிக குணமுண்டாம். இந்த இருபது முறைகளும் அஷ்டாங்கஹிருதயத்தில் மாத்திரம் காணப்படுகின்றது.

158. பல்லாதக ரஸாயனம்—இப்முறை சரகம், அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம், இவைகளில் காணப்படுகின்றது. நன்ருகப்பழுத்தும் காயப்படாமலும், பழுத்த நாவல்பழம் போன்ற நிறமுள்ளதாயும் இருக்கும் சேங்கொட்டைகளை ஆனி, ஆடி மாதங்களில் எடுத்து தானியபுடமாக நான்கு மாதம் வைத்திருந்து எடுத்து மார்கழி அல்லது தை மாதத்தில் உபயோகிக்க வேண்டும். ஷை சேங்கொட்டைகளில் பத்து கொட்டை எடுத்து நொறுக்கி எட்டு பங்கு தண்ணீர் சேர்த்துக் கஷாயம் வைத்து எட்டில் ஒன்ருக வற்றவைத்து வடிகட்டி அதில் பால் சேர்த்து வாய்க்குள் நெய் தடவிக் கொண்டு சாப்பிடவும். பிரதிதினம் ஒரு சேங்கொட்டையைக் கூட்டியும் குறைத்தும் முன்போல கஷாயம் செய்து சாப்பிடவும். ஒரு தினத்தில் முப்பது சேங்கொட்டைகளுக்கு அதிகம் கூடாமல் அது வரையில் பிரதிதினம் ஒவ்வொரு கொட்டையாக அதிகப் உயர்த்திக்கொண்டு போய் முப்பது சேங்கொட்டை ஆனவுடன் மறுபடியும் ஒவ்வொன்ருகக்குறைத்துக் கொண்டு இவ்விதம் மொத்தம் ஆயிரம் கொட்டைகள் உபயோகித்து மருந்து ஜீர்ணமான பிறகு பாலுடனும் நெய்யுடனும் அரிசிசாதம் சாப்பிடவும். ஆயிரம் கொட்டைகள் முடிந்தவுடன் மருந்தில்லாமல் இருமடங்கு நாள் முன்சொன்னபத்தியத்தை அனுஷ்டிக்கவேண்டும். ரஸாயன குணமுண்டாம். (2) பல்லாதக ரஸாயனம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஹிருதயத்தில் மாத்திரம் காணப்படுகின்றது. முன்போல சேங்கொட்டைகளைத் தானியபுடமிட்டு முன்போல எடுத்து எட்டு சேங்கொட்டைகளை முன்போல எட்டு பங்கு ஜலத்தில் போட்டு எட்டில் ஒன்ருக வற்றவைத்துக் கஷாயம் செய்து வடிகட்டி ஆறவைத்துப் பாலுடன் முன்போல உபயோகிக்கவும். பிரதிதினம் ஒவ்வொரு சேங்கொட்டையாக அதிகப்படுத்தவும். 21 நாள் வரையில் இவ்விதம் செய்யவேண்டும். பிறகு பிரதிதினம் மூன்று மூன்று கொட்டைகளை அதிகப்படுத்தவும். நாற்பது கொட்டைகள் வரையில் அதிகப்படுத்தவேண்டும். பிறகு பிரதிதினம் ஒவ்வொரு கொட்டையாகக் குறைக்கவேண்டும். இவ்

விதம் 49 நாட்களில் ஆயிரம் கொட்டைகளை உபயோகிக்கவேண்டும். முன்போல பத்தியம் கொள்ளவேண்டும். மருந்து நிறுத்தின பிறகு 147 நாள் முன் போல பத்தியம் மாத்திரம் அனுஷ்டிக்கவேண்டும். பிரமேகம், குஷ்டம், மூலம், இவைகள் நீங்குவதுடன் ரஸாயன குணமுண்டாம். (3) **பல்லாத ரஸாயனம்**—இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் காணப்படுகின்றது. சேங்கொட்டை ஒன்று எடுத்து இடித்துக் கஷாயம் செய்து பால் கலந்து முன்போல உபயோகிக்கவும். பிரதிதினம் ஒவ்வொரு கொட்டையாக உயர்த்தவும். ஐந்து கொட்டைகளுக்கு வந்தவுடன் பிறகு பிரதிதினம் ஐந்து ஐந்து கொட்டைகளாக உயர்த்தி எழுபது கொட்டைகளுக்கு வந்தவுடன் பிறகு பிரதிதினம் ஐந்து ஐந்தாகக் குறைத்து உபயோகிக்கவேண்டும். ஐந்து கொட்டைகளுக்கு வந்த பிறகு பிரதிதினம் ஒவ்வொரு கொட்டையாகக் குறைக்கவேண்டும். இவ்விதம் ஆயிரம் கொட்டைகள் உபயோகிக்க முன் குணமுண்டாம். (4) **பல்லாதக ரஸாயனம்** இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் காணப்படுகின்றது. மூன்றாவது முறையில் சொன்னபடியே ஆரம்பித்து கொட்டைகளை உயர்த்தி நூறு கொட்டைகள் வரையில் உயர்த்திப் பிறகு முன்போலவே குறைக்கவும். இவ்விதம் இரண்டு ஆயிரம் கொட்டைகள் உபயோகிக்க மிகுந்த குணமுண்டாம். (5) **பல்லாதக ரஸாயனம்**—இம்முறை அஷ்டாங்க ஹிருதயம், அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம், சரகம், இவைகளில் காணப்படுகின்றது. முன்போல சேங்கொட்டைகளைப் பொறுக்கி எடுத்து அவைகளை நொறுக்கி ஓர் பானையில் போட்டு பானையின் அடியில் சிறிய துவாரங்கள் செய்து வாய்க்கு ஓர் மண் சட்டியைக் கவிழ்த்து மூடி சந்து வாய்க்குச் சீலைமண் செய்து பிறகு பூமியில் சுமார் ஒரு சாண் ஆழம் குழி வெட்டி அக்குழியில் ஓர் வாய் அகலமான பீங்கான் பாத்திரத்தை வைத்து முன்சொன்ன பானையின் அடிபாகம் அதாவது துவாரம் விட்டிருக்கும் பாகம் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பொருந்தும்படி வைத்து குழியை மண்ணால் மூடி பானைக்கு நான்கு பக்கத்திலும் எரு அடுக்கித் தீயிட்டு மறு நாள் ஆறின பிறகு மெதுவாக மண்ணை விலக்கிப் பானையை அப்புறப்படுத்திப் பீங்கான் பாத்திரத்தை எடுத்து அதிலிருக்கும் சேங்கொட்டை தைலத்தை

எடுத்து பத்திரப்படுத்தி அதில் சரீரக்கூறுக்குத் தகுந்த விதமாக எடுத்து தைலத்தின் எட்டில் ஒரு பங்கு தேனும் தைலத்திற்கு இரு மடங்கு நெய்யும் சேர்த்துக் காலையில் ஒரு வேளை சாப்பிட்டு முன் சொன்னபடி பத்தியம் அனுஷ்டிக்க முன் குணமுண்டாம். குறிப்பு—குழித்தைலம் எடுக்கவேண்டும். ஓர் பானையின் அடிபாகத்தில் தமர் ஊசி கொண்டு ஏழு அல்லது எட்டு துவாரங்கள் நெருக்கமாகப் போடவேண்டும். சேங்கொட்டைகளை நறுக்கிப்போட்டு வாய் மூடி தீயிடும்பொழுது மிருதுவான தீயாக இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ளவேண்டும். சற்று தீ அதிகமாகில் சேங்கொட்டையில் நெருப்பு பிடித்து முழுவதும் எரிந்து போகும். சிறு தீயாக விருந்தால் சேங்கொட்டை புழுங்கி தைலத்தை கக்கும். அடியில் வைக்கும் பாத்திரம் பீங்கான் அல்லது பீசாவாக இருக்கலாம். பீசாவாக விருந்தால் அதிகச்சூடு தாங்கும்படியான பீசாவாக இருக்கவேண்டும். இந்தத் தைலத்தை தேன் நெய் சேர்க்காமல் தனித்தும் சாப்பிடுவது ஓர் முறையென அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் கூறுகின்றது. (6) பல்லாதக ரஸாயனம்—இம்முறை சரகத்திலும் அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்திலும் காணப்படுகின்றது. முன்போல சேங்கொட்டை குழித்தைலம் சின்னப்படி நான்கு எடுத்து சின்னப்படி 16 பசும்பாலும் ஒரு தோலாயினடை அதிமதுரப் பொடியும் சேர்த்து கிருதபதமாகக் காய்ச்சவும். வடிகட்டி அதை மறுபடியும் முன்போல பாலும் அதிமதுரப்பொடியும் சேர்த்துக் காய்ச்சவும். இவ்விதம் நூறு தடவை காய்ச்சி எடுத்து அதை உபயோகிக்க முன் குண முண்டாம். (7) பல்லாதக ரஸாயனம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் அஷ்டாங்க ஹிருதயம் சரகம் இவைகளில் காணப்படுகின்றது. சேங்கொட்டை சேர்த்துக் காய்ச்சின நெய், பால், கஞ்சி, எண்ணெ இவைகளையும் சேங்கொட்டை கலந்த தேன், மாமிசம், சத்துமா, இவைகளையும் சேங்கொட்டையுடன் சேர்த்து வறுத்த உப்பையும் ஆகிய இவைகளில் யாதாம் ஒன்றை உபயோகிக்க ரஸாயன குணமுண்டாம். (8) பல்லாதக ரஸாயனம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் மாத்திரம் காணப்படுகின்றது. சேங்கொட்டைகுழித்தைலம், கறுத்த எள் எண்ணெ, நெய், நெல்லிக்காய் ரஸம், அஸநாதிகண கஷாயம் (அஸநாதிகணத்தை ஸஹஸ்ரயோகம் 123 பக்கத்தில் பார்க்கவும்)

ஆகிய இவை வகைக்குச் சின்னப்படி 32 சேர்த்து அதில் திரிபலை, திரிகடு, வாய்விளங்க அரிசி, கொடுவேலி, மஞ்சள், மரமஞ்சள், சிவதை, தந்தீ, வெப்பாலையரிசி, அதிமதுரம், அதிவிடயம், யானைக் கொம்பு அதிவிடயம், ரஸாஞ்ஜனம், ஞாழல், வகைக்குத் தோலா நான்கு எடுத்து இடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து அந்தப் பொடியைப் போட்டு கிருதபதமாகக் காய்ச்சி வடித்து பத்திரப்படுத்தி தினம் காலையில் இரண்டு தோலா எடுத்து தேன் சேர்த்துச் சாப்பிடவும். ஜீர்ணமான பிறகு கருங்காலி கஷாயத்தில் சமைத்த அரிசி சாதத்தை உப்பில்லாமல் நெய்யுடன் நெல்லிக்காய் பாசிப்பயறு கஞ்சியில் சாப்பிடவும். கை, கால், கழுவுவது முதலியன கருங்காலி கஷாயத்தால் செய்யவேண்டும். முன் குணமுண்டாம். (9) சேங்கொட்டை ரஸாயனம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஹிருதயத்தில் காணப்படுகின்றது. சேங்கொட்டை 300 எடுத்து இடித்து சின்னப்படி 16 ஜலம் விட்டு நான்கில் ஒன்றாக வற்றவைத்துக் கஷாயம் செய்து வடிகட்டி அதோடு சின்னப்படி நான்கு நல்லெண்ணெ சேர்த்து அதில் கடுகுரோகிணி, அதிவிடயம், யானைக்கொம்பு அதிவிடயம், திரிபலை, சிலாஜது, ரஸாஞ்ஜனம், இவை வகைக்குத்தோலா நான்கு பொடி செய்து போட்டு கிருதபதமாகக் காய்ச்சிச் சாப்பிட முன் குணமுண்டாம். (10) பல்லாதக ரஸாயனம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம், அஷ்டாங்க ஹிருதயம், ஆகிய இவைகளில் காணப்படுகின்றது. மரத்தில் பழுத்து உதிர்ந்த சேங்கொட்டை தோலா 256 எடுத்து அவைகளை உப்படியே செங்கல்பொடி போட்டு தேய்த்துத் தண்ணீரில் கழுவி பிறகு நிழலில் உலர்த்தி அவைகளை நொறுக்கி ஓர் பானையில் போட்டு ஜலம் சின்னப்படி 32 விட்டு அடுப்பேற்றி நான்கில் ஒரு பங்காக வற்றவைத்து வடிகட்டி ஆறின பிறகு அதை ஓர் மண் பாத்திரத்திலிட்டுப் பசும்பால் சின்னப்படி 32 சேர்த்து அடுப்பேற்றி நான்கில் ஒன்றாக வற்றவைத்துப் பிறகு பசுநெய் சின்னப்படி எட்டு சேர்த்து கிருதபதமாகக் காய்ச்சி வடித்து சர்க்கரை சேர்த்து ஒன்றாகக் கலந்து ஏழு நாள் தான்ய புடம் வைத்து எடுத்துக் காலையில் பிரதிதினம் உபயோகித்துப் பசும்பால், குளிர்ந்த தண்ணீர் அல்லது மாமிசரஸம், இவைகளில்

ஒன்றை அனுபானமாகக் கொள்ள முன் குண முண்டாம். சேங் கொட்டை கல்பம் மிகவும் உயர்ந்தது. சேங்கொட்டைகள் தீக்ஷ்ணங் கள், புண் உண்டுபண்ணும் குணமுள்ளவை. நெருப்பு போன்றவை. விதிப்படி அவைகளை உபயோகித்தால் அமிருத குணமுள்ளவை. கபப்பிரகோபத்தால் உண்டாகும் வியாதிகளனைத்தையும் விலக்க வல்லவை. ரக்தக்குழாய்களிலுள்ள தடைகளைப் போக்கும் குண முள்ளவை. ஜீர்ணசக்தியை யதிகப்படுத்தும் சக்திவாய்ந்தவை.

159. பாகுசீகல்பம்—இம்முறை சசுருதத்திலும் அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்திலும் காணப்படுகின்றது. வெளுத்த கார்போகவரிசியை வெய்யிலில் காயவைத்து இடித்துப் பொடிசெய்து சமயிடை வெல்லம் சேர்த்து இடித்து நெய் பானையில் பத்திரப்படுத்தி தான்யபுடம் ஏழு நாள் வைத்து எடுத்து பிரதிதினம் சூரியோதயத்திற்கு முந்தி அக்னிபலத்தை யனுசரித்து உபயோகித்து கடுநீர் அனுபானமாகக் கொண்டு மருந்து ஜீர்ணமான பிறகு குளிர்ந்த நீரில் ஸ்நாநம் செய்து சர்க்கரை சேர்ந்த பாலுடன் அரிசி சாதம் சாப்பிடவும். இவ்விதம் ஒரு மாதம் அனுஷ்டிக்க குஷ்டரோய் விலகும். புத்திக் கூர்மை யுண்டாகும். மருந்தை நிறுத்தின பிறகு இரண்டு மாதம் மறு பத்தியம் இருக்கவேண்டும். குறிப்பு—கார்போகவரிசி சாதாரணமாக எல்லா விடங்களிலும் கிடைக்கும். அதில் இரண்டு வகையுண்டு. ஒன்று கறுத்த இனம். மற்றொன்று வெளுத்த இனம். வெளுத்த இனம் நம் கடைகளில் கிடைப்பதில்லை. கறுத்த இனம்தான் சுலபமாகக் கிடைக்கின்றது. (2) பாகுசீகல்பம்—கறுத்த இனத்தைச் சேர்ந்த கார்போகவரிசியை எடுத்து அதை இடித்துப் பொடிசெய்து ஒரு தோலாயிடை பொடியை உஷ்ணோதகத்தில் சாப்பிட்டு காற்று வீசாத இடத்தில் அல்லது உஷ்ணமான நிலவறையில் இருக்கவேண் டும். சாயங்காலத்தில் குளித்து முன்போல உபயோகிக்க 21 நாட் களில் குஷ்டரோய் விலகும். இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் காணப்படுகின்றது. (3) பாகுசீகல்பம்—கறுத்த கார்போகவரிசி தோலா 40, திரிபலை மொத்தம் தோலா 40, வாய்விளங்கம் தோலா 28, அரப்பொடி தோலா 12, சிலாஜது (கல்மதம்) தோலா 8, குக்கில் புஷ்கரமூலம் வகைக்குத் தோலா 4 சிறு ஏலம், தோலா 2, கிரிகடு

கோரைக்கிழங்கு, சிறுநாகப்பூ, குங்குமப்பூ, லோத்திப்பட்டை, கருவாப்பட்டை, பச்சிலை, அதிமதுரம், கொடுவேலி, வகைக்குத்தோலா ஒன்று, சேங்கொட்டை நூறு, எல்லாவற்றிற்கும் சமயெடை சர்க்கரை சர்க்கரை நீங்கலாக மற்றவைகளை இடித்துப் பொடிசெய்து பிறகு சர்க்கரையையும் சேர்த்துக் கலந்து பிரதிதினம் முன்போல காலையில் நான்கு தோலா யெடை உபயோகிக்க முன் குணமுண்டாம். மூலநோய், பவுந்தரம், சுவாஸம், காஸம், முதலியவை விலகும். இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் காணப்படுகின்றது. (4) பாகுசீகல்பம்—கறுத்த கார்போகவரிசியை கோமூத்திரத்தில் ஏழு நாள் ஊறப்போட்டு பிறகு தோலியை நீக்கி நிழலில் உலர்த்தி இடித்துப்பொடி செய்து பிறகு திரிபலை கஷாயம், பாகல் இலை, ஆடாதோடை, பிரம்மி, சீந்திற்கொடி, கரிப்பான், இவைகளின் ரஸம் இவைகளால் தனித்தனி பாவனை செய்து பிறகு கருங்காலி, வேங்கை, சரக்கொன்றை, வேப்பு இவைகளின் கஷாயத்தால் தனித்தனி பாவனை செய்து நிழலில் உலர்த்தி பத்திரப்படுத்தி அச்சூர்ணத்தில் ஒரு தோலா யெடை எடுத்து நெல்லிக்காய் ரஸத்தில் கலக்கிச் சாப்பிட குஷ்டநோய் விசேஷித்து விலகும். இம்முறை அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் காணப்படுகின்றது. (5) பாகுசீகல்பம்—இம்முறை அஷ்டாங்க ஹிருதயம், அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் இவைகளில் காணப்படுகின்றது. வேங்கை, கருங்காலி, இவைகளின் கஷாயத்தில் பாவனை செய்த கார்போகவரிசியை கொடுவேலி, கடுக்காய், ஆடாதொடை இவைகளுடன் சேர்த்து தேன், நெய் இவைகளில் குழப்பி ஒரு வருஷம் உபயோகிக்க ரஸாயன குணமுண்டாம். (6) பாகுசீகல்பம்—கார்போகவரிசி, கறுத்த எள், இவைகளை நியமத்துடன் ஒரு வருஷம் உபயோகிக்க குஷ்டநோய் விலகும். இம்முறை அஷ்டாங்க ஹிருதயம், அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் இவைகளில் காணப்படுகின்றது. (7) பாகுசீகல்பம்—கார்போகவரிசியை இடித்துத் தோல் நீக்கிப் பொடி செய்து பசும்பாலில் கலந்து காய்ச்சி தயிர் செய்து பிறகு அதைக் கடைந்து எடுத்த வெண்ணெயுடன் தேன் சேர்த்துச் சாப்பிட்டு அந்த மோரையே அனுபானமாக உபயோகிக்க மூக்கு, விரல்கள், இவை குறைந்து காணப்படும் குஷ்டநோய்கள் கூட விலகும். இம்

முறை அஷ்டாங்க ஹிருதயம், அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் இவைகளில் காணப்படுகின்றது. (8) பாகுசீகல்பம்—இதிலிருந்து சொல்லப் படும் பாகுசீகல்பம் முழுவதும் அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்தில் காணப் படுகின்றது. கார்போக அரிசி சூர்ணத்தைக் கருங்காலி கஷாயத் தில் சாப்பிடலாம். (9) கார்போக அரிசியைக் கருங்காலி கஷாயத் தில் போட்டு கஞ்சி மாதிரி செய்து சாப்பிடலாம். (10) கார்போக வரிசியை யானை சாணியின் உப்புடன் உள்ளுக்கு உபயோகித்து யானை சாணியின் உப்பு நீரால் ஸ்நாநம் செய்து கஞ்சி பத்தியத் துடன் இருந்து கார்போகவரிசியை அரைத்து மேலுக்கும் பூச வெள்ளை குஷ்டம் விலகும். (11) கார்போகவரிசியை ஓர் இரும்பு பாத்திரத்தில் போட்டு கோமூத்திரம் சேர்த்து ஏழு நாள் வைத் திருந்து பிறகு எடுத்து நிழலில் உலர்த்திப் பொடிசெய்து அதில் தோலா நான்கு, தகரவிதை தோலா நான்கு, வாய்விளங்கம், கொடு வேலி, சேங்கொட்டை இவைகளைப் பொடி செய்து வகைக்குத் தோலா $2\frac{1}{4}$ இவைகளை ஒன்று சேர்த்து கோமூத்திரத்தில் கலக்கி உப யோகிக்க வெள்ளைக்குஷ்டம் நீங்கும். குறிப்பு—இந்தப் பொடி சுமார் ஒரு தோலா வரை உசிதப்படி உபயோகிக்கலாம். (12) நீர் முள்ளி, சிறுநெரிஞ்சில், ஆடாதோடை, கண்டங்கத்திரி, ஆமணக்கு இவைகளின் கஷாயத்தோடு கார்போக அரிசியை உபயோகிக்க வியாதிகள் விலகும். (13) கார்போகவரிசியை சுடுநீரால் அரைத்து நெய் கலந்து சாப்பிட குன்மம் நீங்கும். (14) சிறுபஞ்சமூல கஷாயத்தில் கார்போக அரிசியைச் சேர்த்து கஞ்சிபோல காய்ச்சி சாப்பிட மூலம், பவுத்ரம், சமிக்கும். (15) கார்போகவரிசியை சாராயத்துடன் சாப்பிட பிரமேஹங்கள் நீங்கும். (16) தசமூல கஷாயம், சிந்திற்கொடி கஷாயம் இவைகளில் ஒன்றுடன் சேர்த்து கார்போகவரிசியைச் சாப்பிட அபதந்திரகம், ஆயாமம் என்ற வாத நோய்கள் நீங்கும். (17) கோமூத்திரத்துடன் கார்போகவரிசியைச் சாப்பிட மகோதரம் தீரும். (18) சிவதை கஷாயத்துடன் கார் போகவரிசியைச் சாப்பிட வீக்கம் விலகும். (19) கார்போகவரிசியை ஸீது, அரிஷ்டம், என்ற சாராய வகையுடன் உபயோகிக்க பாண்டு நோய் போம். (20) கோமூத்திரம் அல்லது முன்சொன்ன (12-ல்) நீர்முள்ளி வகையரா ஐந்து சரக்குகளை கஷாயம் செய்து அதிலாவது

கார்போகவரிசியைச் சாப்பிட குடல் வாதம் தீரும். (21) நுரை பாலுடன் கார்போகவரிசியைச் சாப்பிட ஜ்வரம், சோபம், இவை விலகும். (22) கார்போகவரிசியை உஷ்ண ஜலத்துடன் சாப்பிட பூச்சி, புழு, சர்ப்பம், முதலியவைகளின் விஷங்கள் விலகும். (23) கார்போகவரிசியை வாய்விளங்கம், சரக்கொன்றை, இவைகளின் கஷாயத்துடன் உபயோகிக்க வயிற்றிலுள்ள கிருமிகள் நசிக்கும். (24) கார்போகவரிசியை நெய் சேர்த்து இளம் சூடுள்ள நீரில் சாப்பிட கர்ப்பம் தரிக்கும். (25) கார்போகவரிசியை மதுரரஸமுள்ளதாயும் ஸ்நிக்தமாயுமுள்ள வஸ்துக்களுடன் உபயோகிக்க வாதநோயும், கசப்பு, மதுரம், துவர்ப்பு ரஸமுள்ள வஸ்துக்களுடன் உபயோகிக்க பித்தநோய்களும், திரிபலை, துவர்ப்பு ரஸமுள்ள வஸ்துக்கள் ஆகிய இவைகளுடன் உபயோகிக்க கபநோய்களும் தீரும்.

160. லசுனகல்பம்-- உள்ளிப்பூண்டை (இதையே பூண்டு என்பர்) பனிகாலத்திலும் வஸந்த காலத்திலும் கபப்பிரகிருதி உபயோகிக்கவேண்டும். வாதநோயுள்ளவன் வர்ஷா காலத்திலும் உபயோகிக்கலாம். அல்லது வெய்யில் காலத்தில் செய்யவேண்டிய முறைகளை ஏற்கனவே சாஸ்திரங்களில் சொல்லியுள்ளபடி செய்து எல்லா காலத்திலும் உபயோகிக்கலாம். ஹிமாலயம், சகதேசம் இவைகளில் விளைந்த பூண்டைக் கொண்டு வந்து மேல் தோலியை நீக்கி சாராயம் முதலியவைகளில் போட்டு வாசனை யகற்றி காலையில் எடுத்து இடித்து ரஸத்தைவடிகட்டி நாள் பட்ட சாராயத்தை மூன்றில் ஒருபங்கு சேர்த்து அல்லது தயிர் ஜலம், காடி முதலியவைகளில் ஏதாவது ஒன்று சேர்த்து அல்லது எண்ணை, நெய், பால், மாமிசரஸம், கஷாயம், இவைகளில் ஒன்றுடன் சேர்த்து அல்லது தனித்து முதலில் ஓர் வாயளவு விட்டு விழுங்கவும். ஏதாவது வேதனை காணில் விடாமல் ஸ்வேதம் செய்யவேண்டும். வாந்தி அல்லது மூர்ச்சை காணில் முகத்தில் நீர் தெளிக்கவேண்டும். தணிந்த பிறகு மீதியுள்ள ரஸத்தைச் சாப்பிடவேண்டும். சரீரத்தில் எரிச்சலும் வியர்வையும் காணில் அதற்கு விசிறி முதலியவைகளால் பரிஹாரம் செய்யவேண்டும். சின்னப்படி கால் ரஸம் உயர்ந்த அளவாகும். அரைக்கால் படி சாதாரண அளவாகும். பூண்டு பருப்பை நான்கு தோலா அரைத்துக் கல்கமாக ஆகாரத்துடனும் அல்லது முந்தியும் சாப்பிடலாம். ஓஜஸ் குறைந்தவர்கள் இக்கல்பத்தை உபயோகித்தால் எரிச்சல், அதிசாரம், அமைதியின்மை, சித்தபிரமம், இவைகளை யுண்டுபண்ணும். ஆகவே இக்கல்பத்தை அவசரமாக உபயோகிக்கக் கூடாது. மருந்து ஜீர்ணமான பிறகு பழைய அரிசியால் தயாரித்த அன்னத்தை கஞ்சி முதலியவைகளுடன் உபயோகிக்கலாம்.

பிரமேஹம்.

திருச்சி வைத்யவிசாரத ஆயுர்வேத சிரோமணி N. வேங்கடேச சர்மா எழுதியது.

"ப்ரகிருஷ்டம் மேஹதி" என்று நிர்வசனத்தினாலேயே அமித மாகச் சிறு நீர் இறங்குதல் இவ்வியாதிக்குப்பிரதானமான லக்ஷணம் என அறியப்படுகிறது. இது தமிழில் "நீரிழிவு" என்று அழைக்கப் படுகிறது. அதாவது அதிகமாகச் சிறுநீர் இறங்குதல் என்பது இதன் பொருள். இவ்வியாதியினால் இந்திய மக்களில் அநேகர் வருந்துகிறார்கள். சரீரஸாதாரணுபவ விசேஷங்களையும், அன்ன பானாதி விக்ருதிகளையும், பிரதானமாகக் கொண்டு தோஷதாதுவை ஷம்ய ஜனிதமான இப்பிரமேகமானது அநேகருக்கு நிவிருத்தி செய்யக்கூடாத நிலைமையையும், உபத்ரவத்தையும் விளைவிப்பதால் இந்த வியாதியை வராமல் தடுக்கவும் வியாதி நேர்ந்துவிட்டால் அதைப் பரிஹரிக்கவும் அல்லது யாப்யமாக அதாவது அதிக சிரம மன்னியில் ஆயுசு முடிய காலந்தள்ளவும் ஏற்ற முறைகளை யாவரும் அறிந்திருப்பது இன்றியமையாததாகும். "தோஷ தூஷ்யா விசேஷேப்யஸ்ஸம்யோக விசேஷத: மூத்ர வர்ணாதி பேதேன பேதா மேஹேஷு கல்ப்யதே || என்ற வசநங்களையும் அனுபவங் களையும் அனுசரித்துப் பார்க்கில் ஒரே பிரமேகம் இருபது விதமாக பிரிக்கப்படுகிறது. இந்நோய்க்குக் காரணம்:—ஒரே பீடத்தில் பெரும்பாலும் உட்கார்ந்திருத்தல், பகலில் தூங்குதல், அதிகமான இனிப்பும், புளிப்பும், உப்பும் சேர்ந்த உணவுகள், அதிகப் பசை யுள்ள காய்கறிகள், முதலிய பதார்த்தங்களும் அதிக சீதமான பதார்த் தங்களும் புதிய அரிசி முதலிய தானிய வகைகள், ஸுரா, அனூப மாம்ஸம், கருப்பஞ்சாறு, வெல்லம், சர்க்கரை, மிதமிஞ்சியபால், தயிர், வெண்ணெ இவைகளும், அதிகதிரவமுள்ள பதார்த்தங்களும் இன்னும் கபத்தை விருத்திசெய்யும் ஆகாரவிஹாரங்களும் முக் கிய காரணங்களாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. ஸம்பிராப்தி—முற் கூறிய காரணங்களால் பிரகோபமடைந்த திரிதோஷங்கள் மேதஸ் ஸுடன் ஒன்று சேர்ந்து மூத்ரவாஹிஸ் ரோதஸ்ஸையுமனுசரித்து

பின் கீழே சென்று யாவும் டன்கி என்றுப்மூத்ரப்பையின் முகத்தை யடைந்து பிரமேகங்களை உண்டாக்குகின்றன. மூன்று தோஷங்களுள் முதலில் கபமானது விசேஷமாய் பிரகோபமடைந்து மேலும் மேதஸ், மாம்ஸம், கிலேதம், இவைகளைக் கெடுத்து பின் பிரகோபித்த பித்தத்தையும் ரக்தத்தையும் தூஷிப்பித்து அப்பால் தாது க்ஷயமுண்டாகவே வாயும் பிரகோபித்து அனைத்தும் ஒன்று சேர்ந்து இவ்விதம் மூன்று தோஷங்களின் பிரகோபத்தினால் பிர மேகரோகம் உண்டாவதாகக் கூறப்படுகிறது. ஆனால் வாதஜபிர மேகம், பித்தஜபிரமேகம், கபஜபிரமேகம், என்று பிரிப்பது வெனனில் அது தோஷங்களின் அதிகத்தன்மையை யனுசரித்த தாகும். இதன் பூர்வரூபமும் லக்ஷணமும் —இவ்வியாதி உண்டா வதற்குக் கொஞ்ச காலத்திற்கு முன்பே கைகால்களில் எரிச்சல், உடம்பில் ஓர் வித பிசுபிசுப்புடன் துர்நாற்றம், பல்லில் ஊத்தை படிதல், கண், நாக்கு தொண்டை, வாய் இவற்றில் மாசுடன் கொழ கொழப்பாய் இருத்தல், நாக்கில் எப்போதும் தித்திப்பான சுவை, இனிப்பாயும் வெளுப்பாயும் நீர் இறங்குதல், உடம்பு இளைத்தல், சோர்வு, வரட்சி, தலையில் சடை விழுதல், அல்லது மயிர் சிக்கு பிடித்தல், நகம் வெகு சீக்கிரம் வளர்தல், முதலியன தோன்றும். மேற்கூறிய குறிகள் யாவுமே ஏற்படவேண்டுமென்பது அவசிய மில்லை. எதோ சிற்சில குறிகள் உண்டாகிய பின் பிரமேகம் ஏற்படும். இவ்வெச்சரிக்கை ரூபமான பூர்வரூபங்களைப்பிந்தி வியாதி வருவதற் கான குறிகளாக பெரும்பாலோர் அறிவதில்லை. நன்கு அறிந்து கொண்டால் அப்போதே சிகித்ஸை செய்து ரோகம் வராமல் தடுத்துக்கொள்ளலாம். இந்த வியாதி வெகு மெதுவாகவும் பிணி யாளி உணருமாறு தோன்றுமலுமுண்டாகி நம் கவனத்தைக் கவர பல நாள் செல்லுவதுண்டு. பிரமேகிகள் வெளியிடும் சிறு நீரில் எறும்பும் ஈயும் மொய்க்குமானால் அதில் சர்க்கரை யிருப்பதாகத் தீர்மானிக்கலாம். அடிக்கடி தாஹம் அபரிமிதமாய் தொந்தரவளிக் கும். எவ்வளவு ஜலம் அருந்தினும் தாஹம் தணியாததுடன் அருந்தின ஜலத்தைக்காட்டிலும் அதிகமாய் சிறு நீர் இறங்குவது இதில் ஓர் விசேஷம். இப்பிணியாளிகளில் பலருக்கு எவ்வளவு

உண்டி நீனி யருந்தினாலும் பசி யடங்காது மீண்டும் புசிக்க விரும்புவதும் மற்றோர் விசேஷம். இவ்விதம் எல்லோருக்கும் ஏற்படுவதில்லை. பலர் மலபந்தத்தாலும் கலைவலியாலும் துன்புறுவர். உடம்பு மாமாப்பாயும் தினவுள்ளதாயும் ஸ்தூலித்தும் சிலருக்கு இருக்கும். சிலருக்கு உடம்பு இளைத்தும் தேஹபலம் குறைந்தும் சுருசுருப்பற்றுமிருக்கும். இவர்களின் நாடி நடை அடுத்தடுத்து படபடத்து பித்தமும் வாதமும் மேலெழுந்திருப்பதையும் தாது மிக்க க்ஷீணமடைந்திருப்பதையும் நாடி பரீக்ஷையில் அப்யாஸமுள்ளவர்கள் நன்கறியலாம். பொதுவாக அசதியும், மூத்ரமார்க்கத்தில் நெடுக ஓர் வித ஸங்கடமும் விலாப்புரங்களில் ஓர் வித வலியும் மூத்ரப்பை அடிக்கடி பூர்ணமாய் விடுவது போன்ற உணர்ச்சியும் இவ்வியாதியில் தோன்றும். (1) உதகமேகம் (2) இக்ஷுமேகம் (3) ஸாந்த்ரமேகம் (4) ஸுராமேகம் (5) பிஷ்டமேகம் (6) சுக்ரமேகம் (7) ஸிகதாமேகம் (8) சீதமேகம் (9) சனைர்மேகம் (10) லாலாமேகம் இவை பத்தும் கபப்பிரமேகங்களென்றும் இவைகளில் கபதோஷம் பிரதானம். வாத பித்தங்கள் அநுபந்தங்கள் மேதோ தூஷ்யம் பிரதானம். ரஸம், ரக்தம், மாம்ஸம், வஸை மஜ்ஜை, சுக்ரம், ஓஜஸ், லஸீகா, கிலேதம், ஆகிய தூஷ்யங்கள் அப்பிரதானங்களென்றும் கூறப்பட்டிருக்கின்றன (1) க்ஷாரமேகம் (2) நீலமேகம் (3) காலமேகம் (4) ஹாரித்ரமேகம் (5) மாஞ்சிஷ்டமேகம் (6) ரக்தமேகம் இவை யாறும் பித்தப்பிரமேகங்களென்றும் இவற்றில் பித்த தோஷம் பிரதானம். கபவாதங்கள் அநுபந்தம். தூஷ்யங்களில் ரக்தமும் மேதஸ்ஸும் பிரதானம். ரஸம், மாம்ஸம், வஸா, லஸீகா, மஜ்ஜையும், சுக்ரம் ஓஜஸ், கிலேதம், இவை அப்ரதானங்களென்றும் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. (1) வஸாமேகம் (2) மதுமேகம் (3) ஹஸ்திமேகம் (4) மஜ்ஜமேகம் இவை நான்கும் வாதப்பிரமேகங்கள். பிரதான தோஷம் வாதம். பிரதான தூஷ்யம் மேதஸ், வஸா, லஸீகா ஓஜஸ் ஆகிய இவைகளாகும். அப்ரதான தூஷ்யங்கள் ரஸம், ரக்தம், மாம்ஸம், கிலேதம், சுக்ரம், இவைகளிந்த இருபது பிரமேஹங்கள் சிகித்ஸை செய்து கொள்ளாமல் உபேக்ஷித்தால் "மதுமேகம்" என்றநிலைமையை அடைந்து அஸாத்யங்களாக ஆகின்றன. ஆதலின் முத்தின அவஸ்தையிலேயே சிகித்ஸை செய்யவேண்டியது அவசியமென்றும் நம் ஆயுர்வேத சாஸ்திரம்

எச்சரிக்கை செய்கிறது மேலும் மதுமேகமே தாது க்ஷயத்தினாலும் ஆவரண வாதகோஷத்தாலும் இரண்டு பேதங்களாகவும் பிரிக்கப் படுகிறது. அவை யாவற்றையும் வெகு ஜாக்ரதையாய் அறிந்து சிகித்ஸை செய்து வரவேண்டியது நம் கடமையாகும். ஆனால் கப பிரமேகங்கள் பத்தும் தோஷ தூஷ்ய ஸாம்யத்தினால் ஸுகஸாத்ய மென்றும் பித்த பிரமேகங்கள் ஆறும் தோஷ தூஷ்யவைஷம்யத் தினால் விஷமகிரியை செய்யக் கூடியதாயிருப்பதால் யாப்யங்களென் றும் வாதபிரமேகங்கள் அத்யந்த விபரீத தோஷ தூஷ்யமுடைய தாயிருப்பதால் அத்யந்த விஷம சிகித்ஸை செய்யவேண்டியிருப்ப தால் அஸாத்யமென்றும் கூறப்பட்டிருக்கிறது. இவ்விருபது வித பிரமேகங்களின் ஸ்வரூபங்களும் லக்ஷணங்களும் கூறின் விஸ்தார மாகுமாதலின் அவைகளை இங்கு கூறாமல் விடுத்தோம். பிரமேக ரோகங்களில் சிலருக்கு உபத்ரவமாக பாண்டு, சோகை, க்ஷயம். ஜ்வரம் முதலியன உண்டாவதுண்டு. இந்நிலைமையில் பசியும் மந்தித்து வியர்வையு முண்டாகி ஹிருதயம் பலஹீனமடையும். உடனே நற்குணமளிக்க வல்ல சிகித்ஸை செய்யாவிடின் ரோகியின் உயிருக்கு வெகு சீக்கிரத்தில் ஆபத்து நேரிடும். ஸ்திரீகளுக்கு மர்மஸ்தானத்தில் அரிப்புடன் கூடிய சிரங்கும் புருஷர்களுக்கு லிங்கவிரணமும் இருவருக்கும் பிரமேக பிடகைகளும் (Corbuncles) உபத்ரவங்களாகக் கூறப்படிருக்கின்றன. சிலர் ஸ்திரீகளுக்குப்பிர மேகம் உண்டாவதில்லை யென்றும் அதற்குக் காரணம் பிரதி மாஸமும் ரஜ: பிரவிருத்தி ஏற்படுவதால் சரீரம் சுத்தி யடைகிறது தான் என்றும் கூறுகின்றனர். ஆனால் அப்மதம் சரியல்ல. பிர மேகரோகமும் அதன் உபத்ரவங்களுமுள்ள ஸ்திரீகளைப் பலரும் அநுபவத்தில் பார்க்கலாம். பிரமேக பிடகைகள் (1) சராவிகா (2) கச்சபிகா (3) ஜாலினி (4) விநதா (5) அலஜீ (6) மஸூரிகா (7) புத்ரிணீ (8) விதாரிகா (9) வித்ரதி (10) ஸர்ஷபிகா எனப்பத்து விதங்களாகும். இவைகளின் ஸ்வரூப லக்ஷணாதிகளை அந்தந்த பெயர்களை கொண்டே யறியலாம். அந்தந்த பிரமேகங்களை யனு சரித்து பிரமேஹ பிடகைகளின் தோஷப்பிரகோபங்களை யறிய வேண்டும். பிரமேகங்களை உபேக்ஷிப்பதாலேயே இப்பிடகைகள்

உண்டாகின்றது. இப்பிடகைகள் ஹிருதயம், குதம், சிரஸ், தோள், மர்மஸ்தானங்கள் இவற்றிலுண்டானுல் துர்பல தேஹியை வெகு சீக்கிரம் கொன்றுவிடும். பொதுவாக வாதப்பிரமேகங்களுக்கு உதாவர்த்தம், மார்புபிடிப்பு, சூலம், தூக்கமின்மை, காஸம், ச்வாஸம், சோஷம் இவைகள் உபத்ரவங்களாகும். பித்தப்பிரமேகங்களுக்கு பஸ்தி மேட்டாங்களில் எரிச்சல், குத்துவலி, விருஷணம் பிளப்பது போன்ற வலி, ஜ்வரம், தாஹம், மூர்ச்சை, அதிஸாரம், இவைகள் உபத்ரவங்கள். கபப்பிரமேகங்களுக்கு அஜீர்ணம், அரோசகம், வாந்தி அதிகத்தூக்கம், இருமல், பீநஸம், இவைகள் உபத்ரவங்களாகும். இவ்வித உபத்ரவங்களுடன் கூடிய அந்தந்தப் பிரமேகங்கள் துர்பலனை வெகு சீக்கிரம் மரிக்கச் செய்யும். இந் நோய்க்குச் சிகித்ஸை—இவ்வியாதியில் சிகித்ஸை செய்வது அவ்வளவு எளிதல்ல என்பது ஒவ்வொருவரும் அநுபவத்தில் அறிந்திருப்பர். இவ்வியாதியில் ஒளஷத பிரயோகத்தால் ஒரு பகுதியும் பத்ய முறைகளை பாரமரித்து வருவதால் மூன்று பகுதியும் குணமாவதாகக் கருத்தில் வைக்கவேண்டும். முக்கியமாய் மூத்திரத்தில் வெளிப்படும் சர்க்கரையைக் குறைக்கவும் விக்ருத தோஷ தாஷ்யங்களைத் தன் நிலை நிறுத்துவதுமான முக்கிய முறைகளைக் கையாள வேண்டும் இவர்களுக்கு அபத்யமானவை—புது காரரிசி, புது சம்பா அரிசி, புதிய கோதுமை, கிழங்கு வகைகள், ஜாங்கலமாம்ஸம் சாகவர்க்கங்கள், மீன் வகைகள், வாழை, பலா மா, தங்காளி, கிச்சிலி, தயிர், பால், ஆகிய இவைகளை. பத்ய வகைகளாவன—தினை, பழைய அரிசி வகைகள், பழைய தானியங்கள், பழைய கோதுமை, யவை, கடலை, துவரை, உளுந்து, கேழ்வரகு, பாகல், பசுமையான கீரை வகைகள் முதலியனவாம். இவைகளைத் தவிர பொதுவாய் இனிப்புள்ள ஒவ்வொரு வஸ்துவும் சர்க்கரை, வெல்லம் சேர்ந்த பண்டங்களும் மூத்ரத்தை அதிகப்படுத்தும் ஒவ்வொன்றும் அபத்யமானவை இது வெகு முக்கியமானது. ஆகவே ரோகிகள் தனக்கு ரோகம் உண்டாயிருப்பதாய் அறிந்தவுடன் அபத்ய வர்க்கங்களை கிரமமாய் குறைத்தும் பத்ய வர்க்கங்களை கிரமமாய் ஸேவித்தும் வந்தால் வியாதி முற்றுமலும் விபரீத நிலைமை நிகழாமலும் கூடியவரை தடுக்கலாம். (1) தசமூல கஷாயம் அல்லது தசமூலாரிஷ்டத்துடன் ஏதுபுடமிட்ட

அப்ரகபஸ்மம், ஸ்வர்ணாப்ரக பஸ்மம், சேர்த்து ஒரு மண்டலம் ஸேவிக்க நீரில் சர்க்கரையும் குறைந்து வரட்சி முதலிய துர்குணங்களும் நீங்கும். (2) வஸந்த குஸுமாகரம், ஸ்வர்ண பஸ்மம், ஸ்வர்ணாப்பிரக பஸ்மம், சிலாஜதுஸ்வர்ண பஸ்மம், திரிவங்க பஸ்மம், நாகபஸ்மம், இவைகள் அநுபானத்தில் விசேஷ குணம் கொடுக்கின்றன. (3) ஸ்வர்ண வங்கம், ஸ்வர்ணமாக்ஷிக பஸ்மம், சிலாஜது பஸ்மம், இவை மூன்றையும் கிரமப்படி சேர்த்து தேனுடன் சாப்பிட பிரசஸ்தமான குணமுண்டாம். (4) சந்திரபிரபா வடி, யோகராஜ குக்கிலு, இவைகளும் சிற்சில பிரமேகங்களில் நற்குணமளிப்பதாய் தெரிகிறது. (5) 'அயஸ்க்ருதி' என்ற திரவமருந்தும் தேவதாரு மது, சந்தனாஸவம், இவைகளும் உபயோகப்படுகின்றன (6) குடமாரம் என்ற ஏக மூலிகையானது சிலருக்கு வெகு சீக்கிரம் நீரில் சர்க்கரையையும் குறைத்து ஆரோக்யத்தை யளிப்பதாய் கண்டிருக்கிறது. (7) நெல்லிக்காய், மஞ்சள், சிலாஜது பஸ்மம், இவைகளைத் தேனில் தொடர்ந்து வெகு நாள் ஸேவித்தால் பிரமேகம் நிவர்த்தியாகும். (8) திரிபலா கஷாயத்தில் சிலாஜது சேர்த்து கொடுத்தாலும் அஹிபேனம் சேர்த்து கொடுத்தாலும் மேற்கண்ட குணமளிக்கும். (9) நாவற்கொட்டையை இளம் வறுப்பாக வறுத்துப் பொடிசெய்து கஷாயம் போட்டு பால் சேர்த்து காபி போல் சாப்பிட்டு குண முண்டானதாக ஒருவர் கூறியிருக்கிறார். ஷை ஜம்பூபீஜத்தினால் தயார் செய்த ஆஸவாரிஷ்டமும் சிலருபயோகித்து குணமேற்பட்டதை யறிகின்றோம். மேனாட்டாரும் இதை ஒப்புக் கொண்டு ஜம்பூபீஜத்தினால் தயார் செய்த ஓர் வித பானகமும் ஓர் மாத்திரையும் செய்து உபயோகித்து வருகின்றனர். இது நீரில் சர்க்கரையை குறைப்பதுடன் தாஹவரட்சியையும் தணிக்கிறதாகத் தெரிகிறது. (10) கோமூத்ர சிலாஜதுவை 4 அரிசியிடை பிரதி தினம் திரிபலா கஷாயம் குடூசி கஷாயம் இவற்றி னநுபானத்துடன் சாப்பிட குணமளிக்குமென்பது ஒருவர் கருத்து. (11) அப்யங்கத்திற்கு "மகாசந்தனாதி தைலம்" "நிசோசீராதி தைலம்" இவைகள் முறைப்படி தயாரித்து உபயோகிக்க நற்குணமளிக்கிறது. (12) லாஜஸக்து, யவஸக்து, யவையூஷம், யவான்னம், கோதுமான்னம், இவைகள் ஆகாரத்திற்கு அநுகூலமானவை. தாஹத்திற்கு ஷடங்க

பானீயம், குசோதகம் (குசம் என்னும் புல்லை போட்டு காய்ச்சின ஜலம்) மிக்க ஹிதமானது. பலவித தேகப்பயிர்ச்சிகள், குளிர்ந்த ஜலாவகாஹஸ்நாநம், நன்னாரி, விலாமிச்சை, தாழை முதலிய குளிர்ந்த லேபாதிகளாலும் பிரமேகம் சமனமடையும் என்று சரகாசாரியர் கூறியுள்ளார். எவ்வித கவலையுமின்றி ஸமஸ்த அபிலாஷைகளையும் விட்டு காட்டிலுள்ள நெல்லிக்காயை புசித்தே காலந்தள்ளட்டும். அப்போது பிரமேகம் எங்கிருக்கும்? என்றார் சக்ரபாணி. ஆகவே பிரமேகங்களில் ஒவ்வொன்றிலும் தோஷ தூஷ்ய, பல, கால, பிரகிருதி, வயஸ் முதலியன யாவற்றையும் வெகு ஸூக்ஷ்மமாயறிந்து அந்தந்த தேஹத்துக்குத் தக்க முறைகளை யனுஷ்டித்து நல்ல கீர்த்தியை யடைவோமாக. சிறுநீர் கலக்கம் பிசுபிசுப்பு முதலியவை யற்றும் தெளிவாயும் கைப்பு உவர்ப்பு என்ற சுவையுள்ளதாயுமிருக்கும். அப்போது பிரமேகத்திலிருந்து விடுபட்டு ஆரோக்யமுள்ளவன் என்பதா யறியலாம் என்பது நம் ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின் கொள்கை. **மேனாட்டாரின் கொள்கை:-**

மேனாட்டாரில் Diabetes விஷயத்தில் பல கொள்கைகள் வழங்கி வருகின்றன. அதாவது Pavy's Theory, Fraenkel's Theory, Insulin Theory, முதலியன அவற்றுள் எல்லோராலும் ஒப்புக்கொள்ளப்பட்டு வழங்குவது "Theory of insufficiency of Insulin secretion என்பதாம். அதாவது இந்த வியாதியுள்ளவர்களின் ரக்தத்தில் ஸங்க்ரஹண சக்தி குறைவதால் due to lack of Power of Storage னால் சர்க்கராம்சம் Sugar. 18%க்கு மேலாகி விடுகிறது. அப்போது மூத்ரக்குண்டிக்காய் (Kidney) சரீரத்திலுள்ள அதிகமான சர்க்கரையை சிறுநீர் மூலம் வெளிப்படுத்த ஆரம்பிக்கிறது. அப்போது நாம் நீரை பரீக்ஷித்தால் சர்க்கரையிருப்பதை யறிகிறோம். முன் சொன்ன சர்க்கரை ரக்தத்தில தேங்கப்படுவதற்குக் காரணமான Lack of Power of Storage ஏற்படுவதற்குக் காரணம் Insufficiency of Insulin in the circulating blood. ரக்தத்தில் கிலோமஸத்தின் குறைவுதான் என்கிறார்கள். அதற்காக அவ்வித கிலோமதிரவக் குறைவை அவ்விதமான திரவத்தினால் விருத்தி செய்தால் சர்க்கராம்சம் குறைந்து விடும் என்ற ஆராய்ச்சியின் பேரில் எருதின் கிலோமாவிலிருந்து (Internal

Secretion of Pancreas) ஓர் வித ஸாரம் எடுத்து அதை ரோகியின் சர்க்கரையின் அளவை யனுசரித்து ரக்தத்தில் செலுத்துவதால் சர்க்கராம்சம் குறைந்து இதர உபத்ரவங்களும் நீங்குவதாக மேனாட்டு வைத்யர்களின் கொள்கை. இவர்களின் மூத்ரம் இனிப்பாய் நல்ல வாசனையாய் சாதாரணமாய் வெளுத்த நிறத்தில் அதிகமாயும், அதிக தடவையும், 24 மணி நேரத்தில் 15 முதல் 30 பைண்ட் வரை இறங்கும். இது ஜலத்தைக்காட்டிலும் கனமாயிருக்கும். அதாவது Specific Gravity 1020 to 1050 ஆகும். இதை urinometre-னலறியலாம். urine-ல் Sugar-ஐ Fehling Test னல் அறியலாம். Albumin, Ketona bodies, முதலியனவும் சில Case களிலிருக்கும். அவைகளையும் அந்தந்த பரீக்ஷைகளாலறிய வேண்டியது. காரணமன்னியில் உடம்பு பலஹீனமாகிவிடும். கடுமையான வியாதிகளில் சிலஸமயம் coma என்பது உபத்ரவமாய் ஏற்படும். (complication). அப்போது ஞாபகசக்தி குன்றிவிடும். மெதுவாயும் தீர்க்கமாயும் சுவாஸம் ஏற்படும். நீர் வெளியாவது குறையும். நீரில் Acetone bodies இருப்பதையும் காணலாம். இன்னும் சிலருக்கு corbuncles boils gangrene முதலியன ஏற்படுவதுண்டு. இவைகளுக்குத் தக்கபடி விரண சிகித்ஸை செய்யவேண்டியது. ஆனல் இந்த complications கள் பெரும்பாலும் உயிரை மாய்க்க வந்ததாகவே கருதவேண்டும். ஏதோ சிலரே இதினின்று விடுபடுவர். சிகித்ஸை — முன்பு அதிகமான லங்கனமே சிலாக்யமென்று கருதினர். இப்போது ஆகாரத்தில் 60—100 grams carbohydrate ம் 60—70 grams Proteins ம் 40 to 90 grams fat ம் கொடுத்து வருவதால் வெகு ஸௌகரியமாக யிருப்பதாய் சொல்லுகிறார்கள். இதனலேயே க்ரமமாய் குணம் செய்யலாமென்கிறார்கள். இது Dietetic Theropy என்பதாகும். மற்றொன்று Insulin Theropy என்பது முற்கூறிய படி Insulin Injection ஆவது அல்லது oralion என்பதாவது உள்ளுக்கு கொடுத்து சர்க்கரையைக் குறைத்து வருவதேயாகும். இன்னும் Diabetes விஷயமாக பலர் ஆராய்ச்சி செய்து வருகிறார்கள். ஆதலின் நாம் செய்யவேண்டியது யாதெனில் பூர்ணமான குணம் தரும் சிகித்ஸையில்லாத ஆங்கில முறையை யனுசரிப்பதைக் காட்டிலும் நம் சாஸ்திரீய சிகித்ஸையை செய்து ப்ரமேகரோகத்தினின்றும் விடுபடச்செய்வதே நம் கடமையாகும்.

ருதுசூல நிவாரணி

ஸ்திரீகளுக்கு மாதவிடாய் காலங்களில் காணும் தொந்திரவுகளுக்கு இது ஓர் ஒப்புயர் வற்ற மருந்து. பெரும்பாலும் மாதவிடாய் காலங்களில் பல ஸ்திரீகளுக்கு சகிக்கமுடியாத வலி, அதிக ரக்தப்பெருக்கு, தலைவலி, வயிற்றுவலி, வாந்தி, காய்ச்சல், ஆகிய இவை சேர்ந்தோ அல்லது தனித்தோ காணுகின்றன. அதுமாத்திரமின்றி சிலருக்கு அகாலங்களில் ரக்தப்பெருக்கு கண்டு பல நாள் அல்லது மாதக்கணக்கில் நீடிப்பதும் உண்டு. சிலருக்கு இந்தத் தொந்திரவுகளுடன் வெட்டை நோயும் கலந்து காணும். ஆகார த்வேஷம், கைகால் ஓய்வு, முதலியனவும் இருக்கும். இவைகளனைத்தையும் சூதக வாயு எனப் பொதுவாக சுதேச வைத்தியர்கள் கூறுவர். டாக்டர்கள் இந்நிலைமையில் பல வித சிகித்சை செய்வதுண்டு. கடைசியாகக் கத்திகளின் சகாயத்தையும் அபேக்ஷிக்கக் கூடும். கர்ப்பாசயம் நிலை புரண்டு அக்கம் பக்கங்கள் அல்லது முன் பின் பக்கங்கள் ஆகிய இவைகளில் இருப்பது முதலியவை இந் நோய்க்குக் காரணங்களெனக் கூறப்படுகின்றது. அசோகாரிஷ்டம், சுகுமாரகிருதம் ஆகிய இவை போன்றவை சுதேச வைத்தியர்களால் பெரும்பான்மையாகக் கையாளப்படுகின்றன. கடுமையான கேசுகளில் இவை எதிர்பார்க்கும் பலனை யளிப்பதில்லை.

ருதுசூல நிவாரணி இந்நோய்களில் கைகண்ட மருந்து. கருப்பையை (கர்ப்பாசயத்தை) ஒழுங்கு செய்து பழைய நிலைமையில் வைப்பதுடன் வலி, ரக்தப்பெருக்கு, முதலியவைகளைப் பூர்ணமாக நிறுத்துகின்றது. மற்ற மருந்துகளால் அசாத்தியமெனக் கைவிடப்பட்ட பல சூதக் நோய்களை குணப்படுத்துகின்றது.

உபயோகிக்கும் விதம்—தினம் காலையில் 1 மாத்திரை, சாயங்காலம் 1 மாத்திரை வீதம் மாத்திரையை வாயில் போட்டுக்கொண்டு வெந்நீர் விட்டு விழுங்கவேண்டும். பத்தியம்—அதிகமாக வாயு பதார்த்தம் சேர்க்காமலிருப்பது நலம்.

ஒரு மாத மருந்து விலை ரூ. 10. தபால் செலவு வேறு.

விலாசம்—பண்டிட் நாராயணய்யங்கார்,

2, போலீஸ் ஸ்டேஷன் மேற்கு சந்து, மதுரை.

Registered No. M. 4018

க்ஷயாந்தக ரஸம்.

க்ஷய ரோகங்களுக்கு (Pulmonary Tuberculosis) ஓர் ஒப்புயவற்ற மருந்தெனச் சுதேச நூல்களில் கூறப்பட்ட தாளக பஸ்ம வைக்ராந்த பஸ்மம், ஸ்வர்ணமாக்ஷிக சிந்தூரம், ஆகிய இம்மூன்றும் அளவுப்படி சேர்க்கப்பட்டு க்ஷயாந்தக ரஸமென்ற பெயருடன் வெகு காலமாக அனுபவத்தில் பரிசீலிக்கப்பட்ட இம்மருந்து க்ஷய ரோகங்களில் மிகுந்த குணம் கொடுக்கக் கூடியது. சுமார் 15 நாட்களுள் காய்ச்சல் முதலியவைகளைக் குறைத்துச் சில மாதங்களுக்குள் பூர்ண சுகத்தை அளிக்கின்றது. 4 அல்லது 5 மாதங்களுக்குள் க்ஷய ரோகம் பூர்ணமாக நிவர்த்தியாகும். இத்துடன் சுவர்ண பஸ்மம் சேர்த்துச் சாப்பிடுவதும் நாகபலா லேகியத்தை அனுபானமாகக் கொள்வதும் மிகவும் நல்லது.

க்ஷயாந்தக ரஸம்	ஒரு மாத	மருந்து விலை ரூ.	10
ஷை ஸ்வர்ண சிந்தூரத்துடன்	ஷை	ஷை விலை ரூ.	20
நாகபலா லேகியம்	ஷை	ஷை விலை ரூ.	5

தபால் செலவு வேறு.

மருந்தைக் காலை 6-மணி, சாயங்காலம் 6-மணி ஆக இரண்டு வேளைகளில் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட வேண்டும். அரிசி கோதுமை, பருப்பு, தயிர், பால், நெய், வெண்ணை, பாதாம்பருப்பு சாரப் பருப்பு, ஆரஞ்சு, கொடிமுந்திரிப் பழம், ஜீர்ணமாகக் கூடிய காய்கறிகள் முதலியன புஷ்டியாகச் சேர்த்துக் கொள்ளவும். சற்று காய்ச்சல் இருந்தாலும் ஸ்நானம் கூடாது. காய்ச்சல் நின்றபிறகு தைல ஸ்நானம் செய்யலாம்.

விலாசம்:—

பண்டிட் நாராயண அய்யங்கார்,

2, கீழ் போலீஸ் ஸ்டேஷன் மேல்புறம் சந்து, மதுரை.