235

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர் :
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 2. Vol. II. — ராக்ஷஸ ௵ சித்திரை ௴ —MAY—1915. — ஸஞ்சிகை 9. No. 9.

DHARA KALPA OR THE AYURVEDIC SYSTEM OF DOUCHE BATH.

தாரா கல்பம்.

BY N. MADHAVA MENAN,
AYURVEDA BHUSHAN.
Asst. Physician, Ayurvedic Free Dispensary and Lecturer, Madras Ayurvedic College.

(சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையின் 176-வது பக்கத்தின் தொடர்ச்சி.)

முற்கூறிய எல்லா உபகரணங்களையும் ஆயத்தமாக வைத்துக்கொண்டு, அதன்பிறகே தாராவிதியைச் செய்ய ஆரம்பிக்கவேண்டும். அவ்வுபகரணங்களுள் ஒவ்வொன்றையும் வைத்தியர்கள் அவற்றில் எச்சரிக்கையாயிருப்பதன் பொருட்டு சிறிது விவரிப்போம்:—

1. படுக்கையும் அதன்மேல் விரிப்பும்:—ரோகியின் சரீரத்திற்கு எவ்விதத்திலும் அனுகூலமாயிருக்குமாறு இவற்றை மிக மிருதுவாகவும், சுத்தமாகவும் ஏதேனும் தகுந்த வஸ்திரங்களைக்கொண்டு அமைக்கவேண்டும்.

2. தலையணை:—மிருதுவான அநேகம் பழைய வஸ்திரங்களை மடித்து மேன்மேலும் உயரமாக வைத்து அவற்றை ஒரு தலையணையைப்போல் உபயோகிக்கவேண்டும். மேலும் வாழையிலைகளை அக்னியில் வதக்கி, அவற்றால் அத்தலையணையைச் சுற்றி உபயோகித்தால், அத்தலையணை ஈரமாகாமலிருக்கும். இத்தலையணையை மிருதுவான சர்மங்களாலும் தைக்கலாம். தலையணை வெகு உயரமாக இருத்தலாகாது.

3. சிரஸ்ஸில் சுற்றுவதற்கான வர்த்தி:—மிருதுவான பழைய சுத்தவஸ்திரங்களைச் சுற்றி இவ்வர்த்தியை அமைக்கவேண்டும். வர்த்தியின் பருமன் ஒரு பெருவிரலளவு இருக்கவேண்டும்; அதன் நீளம் ரோகியின் தலையைச்சுற்றி கட்டுவதற்கு ஏற்ற அளவாயிருக்கவேண்டியது.

4. சுத்தமான சிறிய வஸ்திரங்கள்:—ஈரம் அழுக்கு முதலானவற்றைத் துடைத்துக்கொள்வதற்கு சுத்தமான சில சிறிய வஸ்திரங்களை அருகில் வைத்துக்கொள்வது அவசியம்.

5. திரவத்தை ஏந்தும் பாத்திரம்:—சிறிது நீளமாகவும் வாயகன்றதாகவும் மரத்தினால் இப்பாத்திரத்தைச் செய்யவேண்டும்; மேலும் தாராத்ரோணியின் அடியில் வைப்பதற்கு ஏற்ற உருவமுள்ளதாகவுமிருக்கவேண்டும்.

6. ஸேசநஸ்த்தாலியில் திரவத்தை ஊற்றுவதற்கான கலங்கள்:—இவற்றையும் விளிம்புடன் கூடியவைகளாய் மரத்தினால் நிர்மிக்கவேண்டும். இரண்டு கலங்கள் இருக்கவேண்டியது அவசியம்.

7. சிரஸ்ஸிலும் சரீரத்திலும் உபயோகிப்பதற்கான தைலம்:—இதுவிஷயத்தில் இங்கு அநேக

விவரம் கூறுவதற்கில்லை. பிணியாளியின் நிலைமைகளுக்கு ஏற்றவாறு வைத்தியன் தனது யுக்தியையும் அனுபவத்தையும்கொண்டு முறைப்படி தைலங்களைத் தயார் செய்துகொள்ளவேண்டுமென்றுதான் நாம் இங்கு குறிப்பிடக்கூடும்.

8. பயற்ற மா:—இது சுத்தமாகவும், பூச்சி முதலியது பிடிக்காமல் நூதனமானதாகவும் இருப்பது நலம்.

9. சிற்றாமுட்டியிலை: இது உலர்ந்ததாக இருக்கக்கூடாது; சாறு நிறைந்திருக்கும் இலைகளாய் ஸம்பாதிக்கவேண்டும்; இவை பூச்சி முதலியவற்றால் எரிக்கப்பட்டவையா யிருக்கக்கூடாது.

10. நெல்லிக்கனியின் கல்கஜலம்:—நெல்லிக்கனிகளை மாத்திரம் சேர்த்தாவது, அல்லது நெல்லிப்பருப்புகளை வேறு சில பதார்த்தங்களுடன் கலந்து சேர்த்தாவது தயார்செய்த நீர் ஆமலகோதகம் (நெல்லிக்கனியின் கல்கஜலம்) எனப்படும். ஸாதாரணமாய் விசேஷ வியாதி யில்லாதவருக்கு நெல்லிக்கனிகளை மாத்திரம் சேர்த்து பக்குவம்செய்தால் போதுமானது; வாததோஷம் அதிகரிக்குமானால் அவர்களுக்கு நெல்லிக்கனிகளுடன் சிற்றாமுட்டி வேரையும், பித்தம் அதிகரித்தவருக்கு நெல்லிக்கனியுடன் வெட்டிவேரையும், கபம் அதிகரித்தவருக்கு அத்துடன் கடுக்காயையும் கூட்டி தனித்தனியே கஷாயஜலத்தைத் தயார் செய்யலாம். ஒரு ப்ரஸ்த்த ஜலத்திற்கு (சுமார் 16-பலம் ஜலத்திற்கு) ஒரு பலம் பதார்த்தம் விதம் சேர்த்து, நாலில் ஒருபங்காக வற்றும்படி அதைக் காய்ச்சியெடுத்துக்கொள்ளலாம். இவ்விதம் தயார்செய்த ஆமலகோதகம், இச்சிகித்ஸை நிறைவேறும்வரையில் தினத்திற்கு ஆறு ப்ரஸ்த்தம் (சுமார் 96-பலம்) வேண்டியிருக்கும். இக்கஷாயத்தை முதல்நாளே பக்குவம்செய்து மூடிவைத்து, மறுநாள் உபயோகிக்கலாம்.

11. தலைக்குக் கீழுள்ள சரீரத்தில் ஊற்றுவதற்கு உஷ்ணஜலம்:—இது வாததோஷஹரமான ஆமணக்கிலை முதலியவற்றைச் சேர்த்து ஒரு முறை கொதிக்கவைத்ததா யிருக்கவேண்டும். அந்தந்த மனிதனுடைய சுபாவத்தை அனுஸரித்தோ, வியாதியின் கூறுபாடுகளுக்கு ஏற்றவாறோ இந்த ஜலத்தை இளஞ்சூடாகவாவது, நன்றாகக் குளிர்ந்தபிறகாவது சரீரத்தின்மேல் ஊற்றலாம்.

12. உடம்பைத்துடைக்க இரண்டு வஸ்திரம்:—இரண்டும் சுத்தமாகவும் மிருதுவாகவும் இருக்கவேண்டும்; ஆனால் இவற்றுள் ஒன்று ஈரமாகவும், மற்றொன்று உலர்ந்ததாகவும் ஸமயோசிதமாய் உபயோகிக்கக் கூடியவாறு இருக்கவேண்டும்.

13. ப்ரதிஸாரன சூர்ணம்: வாததோஷமோ கபதோஷமோ அதிகரித்திருக்குமானால் "ராஸ்நாதி சூர்ணமும்"* பித்தம் அதிகரித்திருக்குமானால் "கசோராதி சூர்ணமும்"* சிரஸ்ஸில் தூவுவதற்கு ஹிதமானவையாம்.

14. பிறகு உபயோகிக்கவேண்டிய ஔஷதம்:- வைத்தியனே பிணியாளிக்குத் தகுந்த ஔஷதங்களை யோசித்துத் தயார்செய்து உபயோகிக்கச் செய்யவேண்டும். வியாதியில்லாதவர்களுக்கும் தினந்தோறும் நன்கு மலம் கழியும் பொருட்டு இச்சிகித்ஸாகாலங்களில் ஏதேனும் தகுந்த ஔஷதம் கொடுப்பது நலமாகும். மலபந்தத்தினால் பசியின்மை முதலிய கோளாறுகள் ஸம்பவிக்கக் கூடுமாகையால், அவ்வித கஷ்டமுண்டாகாமலிருக்க "கந்தர்வஹஸ்தாதி கஷாயத்தை,*" உபயோகிக்கச்செய்வது நலம்; இவ்வௌஷதத்தை பிரதிதினமும் காலையில் உட்கொள்ளலாம்.

இவ்வாறு வேண்டிய உபகரணங்களை ஆயத்தமாக வைத்துக்கொண்டபிறகு அடியிற் கூறப்படுமாறு தாராவிதியைச் செய்யவேண்டும்:—

தாரா விதியைச்செய்யும் கிரமம்.

முதலில் இதற்குக் காலம் அநுகூலமானதா

---

* இவ்வௌஷத முறைகளைப்பற்றிய விவரங்களை இவ்வியாஸத்தின் இறுதியிற் காண்க.

யிருக்கவேண்டும். அதிக குளிர், அதிக காற்று, அதிக உஷ்ணம், மழை இவ்வித தோஷங்களில்லாமலிருக்கும் ஸாதாரணகாலமே இதற்கு ஏற்றதாகும். கேரளதேசத்தில் (மலையாளம்) ஆடி, ஐப்பசி, மாசி இந்த மாதங்களிலேயே தெரிந்த வைத்தியர்கள் தாராகல்பத்தை நிறைவேற்றுவது வழக்கப்; அக்காலங்களில் அவ்விடத்தில் விசேஷமாக மழையில்லாததுடன், உஷ்ணமும் அதிகமிராது. ஆனால், இதர ப்ரதேசங்களிலும் அம்மாதங்கள் அவ்விதமேயிருக்க மாட்டாவாகையால், அந்தந்த தேசத்தில் எந்தெந்த காலம் முற்கூறிய குணங்களுடையவைகளாயிருக்கின்றனவோ, அக்காலங்களில் இதைச் செய்வது உசிதம். இவ்வாறு காலநியமம் வியாதியில்லாமல் ஆரோக்யாபிவ்ருத்திக்காக தாராவிதியைச் செய்துகொள்பவருக்கேயன்றி, பிணியாளிகளுக்குக் கூறப்பட்டதல்ல. வியாதி க்ரஸ்தர்களுக்கு காலநியமத்தைக் கவனியாது, காலம் சிறிது இவ்விதிக்கு ஏதேனும் ஒருவிதத்தில் ப்ரதிகூலமாயிருந்தாலும், சீதம், உஷ்ணம், மழை முதலியவற்றால் தீங்கு நேரிடாதபடி ஏதேனும் அவற்றிற்குப் பரிஹாரமான உபாயங்களைச் செய்துவிட்டு, தாராவிதியை நிறைவேற்றவேண்டியது அவசியம்.

சுத்தமாகவும் விசாலமாகவுமிருக்கும் ஓரிடத்தில், முதல்நாளே நன்றாகக் கழுவிவைத்திருக்கும் தாராத்ரோணியைக் கொண்டுவந்து, அதை ஈரமில்லாமல் துடைத்து, தலைப்புறம் கிழக்கேயிருக்கும்படி மேடுபள்ளமில்லாதவிடத்தில் வைக்கவும். த்ரோணியின் தலைப்புறம் மற்றொரு புறத்தினும் சிறிது உயர்ந்திருக்குமாறு அதன் தலைப்புறத்தின் அடிப்பாகத்தை உயர்த்திவைப்பது நலம். த்ரோணியில் படுக்கும் பிணியாளியின் தலைக்கு நேராக முற்கூறியபடி ஸேசநஸ்த்தாலியென்னும் கலயத்தைக் குறுக்காக உயர நிற்கும் தடியில் கட்டிவிடவும். (முன் ஸஞ்சிகையிலுள்ள சித்திரத்தைப் பார்க்கவும்.) த்ரோணியிற் படுத்திருப்பவனுடைய நெற்றிக்குமேல் இரண்டு அங்குலத்திற்குச் சிறிது மேலேயே ஸேசநஸ்த்தாலியின் வர்த்தி தொங்கும்விதமாய் அதைக் கட்டியிருக்கவேண்டும். பிறகு த்ரோணியினுள் படுக்கை விரிப்புகளை விரித்துப்போட்டு, வைத்தியன், தாராத்ரவம் முதலியவையனைத்தும் அருகில் ஆயத்தமாயிருக்கின்றதாவென்பதைப் பார்த்துக்கொண்டு, தாரை செய்துகொள்ள வேண்டியவன் மலமூத்திராதிகளை விஸர்க்கம்செய்து சுத்தமாயிருக்கின்றனனாவென்பதையுமறிந்துகொண்டு, அவனை த்ரோணியில் உட்காரச்செய்து, முறைப்படி பக்குவம்செய்த உசிதமான தைலத்தை உடம்பிலும் சிரஸிலும் தேய்த்து, முற்கூறிய சிரஸில் சுற்றுவதற்கான வர்த்தியை (அதாவது சீலையை) காதுகளுக்கு மேற்புறத்திலிருந்து புருவங்களுக்கு மேலாக சிரஸில் சுற்றி கட்டிவிடவும். பிறகு அப்பிணியாளி த்ரோணியில் மல்லாந்துப் படுக்கவேண்டும். ஸேசநஸ்த்தாலியை சிறிது தூரத்திற் கொண்டுபோய், அதன் அடி த்வாரத்தைக் கைவிரலால் மூடிக்கொண்டு, அவசியமான திரவத்தை அதில் ஊற்றி, அதனுள் முன்னால் விவரித்துள்ளபடி வர்த்திமுதலியவை சரியான நிலைமையில் அமைந்திருக்கின்றனவாவென்பதைப் பார்த்து, அக்கலயத்தை தகுந்த உயரத்தில் பிணியாளியின் சிரஸ்ஸுக்கு நேராகத் தொடுத்துவிடவும். தாரையானது அதிக வேகமாகவுமில்லாமல் அதிக மெதுவாகவுமில்லாமல், அதன் பருமனிலும் வேகத்திலும் ஒரே அளவாக நெற்றிக்கட்டில் வலதுபுறமிருந்து இடது புறமாகவும், இடது புறமிருந்து வலதுபுறமாகவும் மெல்லமெல்ல ஆடிக்கொண்டே விழும்படி வைத்தியன் கவனிக்கவேண்டும். நெற்றிக்கட்டின் நடுவிலிருந்து அந்த தாரை சிரஸிலும் பாயும் விதமாகச்செய்வதும், மயிர்க்கால்களினூடே தாராத்ரவம் சர்மத்தில் ஊறும்படி மெல்லமெல்ல சிரஸைத் தேய்ப்பதும் நற்குணந்தரக்கூடியன. இவ்விதம் விழும் தாராத்ரவமானது, சிரஸில் விழுந்தபிறகு தாரா

த்ரோணியினின்றும் (பிணியாளியின் தலைப்பக்கத்திலிருந்து) த்ரோணியின் த்வாரத்தின் மூலமாய் கீழே வைக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு பாத்திரத்தில் தாராளமாய் பாய்ந்துகொண்டிருக்க வேண்டியதுடன், ஸேசநஸ்த்தாலியில் திரவம் செலவாய்விடாமல் அப்போதைக்கப்போது ஒரு பரிசாரகனைக்கொண்டு அதில் திரவத்தை ஊற்றிக்கொண்டிருக்கவும் ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். இந்த ஸமயத்தில் வைத்தியன் கவனிக்கவேண்டிய சில விஷயங்கள் உண்டு. ஸேசநஸ்த்தாலியிலிருந்து விழும் தாரையானது அதிக உயரத்திலிருந்து விழுவதும், அதிக தாழத்திலிருந்துவிழுவதும், அதிகவேகமாய் விழுவதும், மிகவேகக் குறைவாக விழுவதும் அதிக பருமனாக விழுவதும், மிக மெல்லிதாக விழுவதும் ஆக இந்த ஆறும் அதனாலாகும் குணத்தைக் கெடுத்துவிடக் கூடியனவாம். ஆகையால் அவ்வாறு நேரிடாமல் தகுந்த காலங்களில் வேண்டியவளவு முறைப்படி தாராவிதி நிறைவேறும் விஷயத்தில் ரோகியும், வைத்தியனும், பரிசாரகர்களும் மிகக் கருத்துள்ளவர்களா யிருக்கவேண்டும். ஒவ்வொரு முறையும் தாராவிதியை முடிக்கும்வரையில் பிணியாளி தாரா த்ரோணியிலேயே மல்லாந்துப் படுத்திருக்க வேண்டுமேயல்லாது, இடையில் எழுந்திருக்கக்கூடாது.

வியாதியில்லாதவர்கள் ஆரோக்கிய நிலைமையை அபிவ்ருத்திசெய்துகொள்வதற்காக இதைச்செய்து கொள்வதாயிருந்தால், அவர்களுக்கு தினந்தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று வாரங்கள் தொடர்ந்து தாராவிதியைச் செய்யலாம். வியாதிக்ரஸ்தர்களுக்குச் செய்யும் விஷயத்தில், அவரவருடைய வியாதி ஸ்வபாவங்களையும் தேஹநிலைமைகளையும் கவனித்து இவ்வளவு நாட்கள் தாரையைச் செய்ய வேண்டுமென்று நிச்சயிப்பது வைத்தியனுடைய கடமையாம். இதில் ஒருதினத்தில் தாராவிதியை அரை யாமகாலம் (3¾ நாழிகை) செய்யவேண்டும். ஆனால் முதல்நாளே அவ்விதம் செய்யாமல், ஆரம்பத்தில் இரண்டு அல்லது இரண்டரை நாழிகை செய்து, பிறகு தினந்தோறும் ஐந்து அல்லது பத்து விநாடி காலம் அதிகரித்துக்கொண்டுவந்து, பிறகு மூன்றேமுக்கால் நாழிகைக்கு அதிகப்படாமல் செய்யவேண்டும். முதல்வாரத்தில் இப்படி கிரமமாக தாராவிதிக்கான காலத்தை ஏற்றிக் கொண்டேவந்து, அப்பால் இரண்டாவது வாரத்தில் ஏற்றியவிதமாக கால அளவைக் குறைத்துக்கொண்டே வரவேண்டும். மூன்று வாரங்கள் செய்வதாயிருந்தால் அதற்கேற்றவாறு இக்காலக்கிரமத்தை சரிப்படுத்திக் கொள்வதில் வைத்தியன் கவனம் செலுத்த வேண்டும். இவ்வாறு கால அளவு கவனிக்கப்படுமானால், திடீரென்று இவ்வித சிகித்ஸையை ஆரம்பிப்பதென்ன திடீரென்று நிறுத்துவதென்ன இவ்வித செயல்களால் தேஹ நிலைமைக்கு ஏதாவது கோளாறு ஸம்பவிக்காமலிருக்கும். இதனால் தாராவிதியை ஒரு தினத்தில் நிறைவேற்றுவதற்குக் குறைந்தது ஒரு மணி ஸாவகாசமும், உயர்ந்தது ஒன்றரை மணி ஸாவகாசமும் வேண்டுமென்று அறியப்பட்டதல்லவா? வேறு சிலர் உயர்ந்தது மூன்று நாழிகை காலமும், குறைந்தது ஒரு நாழிகையும் போதுமென்று அபிப்பிராயப்படுவர். இவ்விஷயங்களில் அனுபவசாலியான வைத்தியன் தனது யுக்தியைக் கொண்டு காரியத்தைச் செய்து முடிக்கவேண்டும்

இவ்வாறு மேலே கூறப்பட்ட தாராவிதியின் கிரமமானது பெரும்பாலும் சிரஸ்ஸிலிடப்படும் தாராமுறையைப் பற்றியதேயாகும். ஸர்வாங்கங்களிலும் தாராமுறையைச் செய்ய வேண்டுமானால், அதில் சிற்சில இடங்களில் சிறிது வேற்றுமைகள் உண்டு. ஆகையால் அவ்விஷயத்தைத் தனியாக இதனடியிற் கூறுவோம். (தொடரும்.)

MINERAL CONSTITUENTS OF THE FOOD.

ஆஹாரத்தில் கனிஜ பதார்த்தங்களின் கூறுபாடுகள்.

BY A. M. MASILAMANI MUDALIAR, L. M. & S.,
Assistant Superintendent, Royapuram Medical School
(now on other duty).

"மனித தேஹத்தில் ஏழு இறாத்தல் கனிஜ பதார்த்தம் அடங்கியிருக்கிறது" என்று டாக்டர் ராபெர்ட் ஹட்சிஸன் என்பவர் தன்னுடைய "டயெட் அண்ட் டயெடெடிக்" என்கிற நூலில் கூறுகிறார். அவ்வளவு கனிஜ பதார்த்தத்தில் $\frac{5}{6}$ பாகம் எலும்புகளிலேயே சேர்ந்திருக்கின்றது. தேஹ முழுமையையும் நன்றாகப் பரிசோதித்துப் பார்த்தால், உடம்பில் நூற்றில் ஐந்து பாகம் சாம்பர்ப் பொருள் அடங்கி யிருக்கக் காணலாம். (சாம்பர் என்பது கனிஜ பதார்த்தங்களின் கூட்டேயாம்.) இவ்விஷயம், கனிஜபதார்த்தங்கள் கலந்த உணவு, தேஹத்தில் அந்தந்த பாகங்களைக் கட்டுவதற்கான சிறந்த முக்கியப் பொருளென்பதை வெளிப்படையாக அறிவிக்கின்றது; ஆகவே அப்பதார்த்தங்கள் சாஸ்திர முறைப்படி சரீரத்திற்கு மிகவும் அவசியமான உணவுப் பொருட்களே யென்று தீர்மானிக்கக்கூடியன. உணவில் கலந்திருக்கவேண்டிய பிரதானமான கனிஜபதார்த்தங்களாவன—உஷாக்ஷாரஸத்வம் அல்லது பூநீறுச்சத்து (sodium), காரச்சத்து அல்லது பொடாஷ்யம் (potassium), கடிகம் அல்லது சுண்ணச்சத்து (calcium), மெக்னீஷியம் (magnesium), அயம், பாஸ்வரம் அல்லது தீமுறுகற்பாஷாணம் (phosphorous) இவைகளேயாம். மேலும் க்ளோரீன், கந்தகம், ஸிலிகா, ப்ளோரீன், அயோடைன் என்னும் இவற்றின் கூறுகளும் சொற்ப அளவு உண்டு. சரீரதாதுக்களைக் கட்டிப் போஷிப்பதற்கு இவை மிகவும் அவசியமானவை யாகையால், இவற்றை அடியோடு உபயோகிக்காமல் நிறுத்தி மற்ற ஆஹாரக்கூறுகள் உபயோகிக்கப்படினும் ஒரு மாதத்திற்குள் அம்மனிதன் இறக்க வேண்டிதான் நேரிடும். இவ்வாறு கனிஜபதார்த்தங்களின் கூறுபாடுகள் தாதுக்களைக் கட்டியமைப்பதற்கு முக்கியமானவையே யென்று நிர்த்தாரணம் செய்யப்பட்ட பின்னர், "அவை தேஹச்சூட்டையாவது உடற் சக்தியையாவது உற்பத்தி செய்யக்கூடிய தன்மை யுள்ளவைகளா?" என்று அடுத்தாற்போல் வினவக்கூடும். தேஹச்சூட்டை யுண்டுபண்ணுகிறதா என்கிற முதற் கேள்விக்கு பதில்—இல்லையென்பதேயாம். உணவுகளிலுள்ள கனிஜ பதார்த்தங்கள் மிகவும் நன்றாகப் பஸ்மமாக மாறிய நிலைமையுடன் தேஹத்திற் பிரவேசிப்பதால், தாதுக்களிற் சென்று அவற்றினின்றும் எவ்விதத்திலும் சூட்டை யுண்டு பண்ணக் கூடியனவல்ல. அவை உடற் சக்தி அல்லது உரமுண்டாக்கக்கூடியவைகளா வென்னும் கேள்விக்கு—அவ்விஷயம் மிகவும் ஸந்தேஹமான தென்றே விடையளிக்க வேண்டியிருக்கிறது. ப்ரோடீட்ஸ் (proteids), கொழுப்பு இனங்கள், கார்போஹைட்ரேட் என்னும் கரிப்பொருட்கள் கலந்த உணவுகள் இவை பிராணவாயுவின் ஸம்பந்தத்தினால் பஸ்மமாகப் போவதால் (oxidation) இவை உடற்சக்தியை நேராக உற்பத்தி செய்வதுபோல இக்கனிஜ பதார்த்தங்கள் உண்டுபண்ணுவதில்லை யென்பது உண்மை யென்றே கருதப்படுகிறது; ஆனால் அவை ஈரமான சில ஜவ்வுகளுக்குள் ஊறி தேஹத்தில் ஊடுருவிச் செல்வதற்கான அவற்றின் குணங்களைக் கவனித்தால், அப்பதார்த்தங்களின் கூறுகள் நேராக அவ்வேலையைச் செய்யாவிடினும் வேறொரு முறையிலாவது அவ்வாறு செய்யக் கூடியவையென்று சொல்லலாம்.

ஆகவே இப்பொழுது உணவிற் கலந்துள்ள கனிஜபதார்த்தங்களின் கூறுகள் ஆஹாரப் பொருட்களின் வகுப்பில் சேர்த்துக்கொள்ளக் கூடுமென்பதற்கு இரண்டு ஆதாரங்களுண்டு:

(1) அவை தேஹதாதுக்களைக் கட்டியமைக்கக் கூடியன; (2) உத்ஸாஹந்தரக்கூடிய ஒருவித உடற்சத்தையும் உண்டுபண்ணத் தருந்தவை, சரீரத்திற்கு எவ்வளவு கனிஜபதார்த்தங்களை நாள்தோறும் ஊட்டவேண்டும் என்கிற விஷயத்தை அடுத்தாற்போல் நாம் விசாரிக்கவேண்டியிருக்கிறது. ஆனால் இவ்விசாரணையில் திட்டமாக விடையளிக்க வழியில்லை.

ஆனால் பலவித உணவுப் பொருட்கள் கலந்த மிச்ராஹாரத்தில் காணப்படும் கனிஜபதார்த்தங்களின் அளவானது, சரீரத்தின் தேவைகளனைத்துக்கும் போதுமானது—ஆனால் வேண்டுமான அளவுக்கு அதிகமானதல்ல—என்று ஒருவன் சொல்லக்கூடும்; அவ்வனைத்தும் சுமார் இருபது க்ராம் (6-ட்ராம் அல்லது முக்கால் அவுன்ஸ்) இருக்குமென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறது; இந்த அளவில் நமது இஷ்டத்திற்குத் தேவையானபடி சேர்த்துக்கொள்ளும் கறியுப்பு சேரவில்லை. ஸாதாரண உணவுகளில் சேர்ந்துள்ள கனிஜபாதார்த்தக்கூறுகளைப்பற்றி விசாரிப்போமாயின், அக்கனிஜபதார்த்தங்களில் அநேகம்—அல்லது அவற்றில் நிச்சயமாகப் பெரும்பான்மையானவையும் ஸேந்த்ரிய பதார்த்தங்களின் கூட்டுப்பாடு (organic combination) உடையனவாயிருக்கின்றன என்றறியலாம். பாலில் கடிகமென்னும் சுண்ணச்சத்தும் (calcium), பாஸ்வரமும் (phosphorous) ஸேந்த்ரியபதார்த்த நிலைமையில் கூடியிருப்பதைக் காணலாம்; அவ்விதமே அயம் முட்டையின் மஞ்சட்கருவிலும், உண்ணுமிறைச்சியிலும் சேர்ந்திருக்கின்றது; ப்ரோடீட் என்னும் ஆஹாரச்சத்து கலந்துள்ள எல்லா உணவுப் பொருட்களிலும் கந்தகம் அவ்வாறே கூடியிருக்கின்றது; இன்னும் இவ்வாறான அநேகம் ஆஹாரப் பொருட்களில் ஒவ்வொரு விதமான கனிஜபதார்த்தம் சேர்ந்திருப்பதைப் பரிசோதனையினால் அறியலாம்.

இப்பொழுது, சரீரத்திற்கு அவசியமாயுள்ள முக்கியமான கனிஜபதார்த்தங்களை தனித்தனியே நான் எடுத்துக் கூறுவதுடன், எந்த உணவுப்பொருட்களில் அவ்வித கனிஜபதார்த்தங்கள் விசேஷமாக அடங்கியிருக்கின்றனவோ அவற்றையும் குறிப்பிடுகின்றேன்:—

டாக்டர் ஆர் ஹட்சிஸன் கூறுவதாவது:—கடிகம் அல்லது சுண்ணச்சத்து (calcium): ஸ்த்ரீகளின் முலைப்பாலைப் பரிசோதித்துப் பார்த்தால், ஒரு குழந்தைக்கு தினந்தோறும் $\frac{1}{3}$ க்ராம் (5-க்ரைன்கள்) சுண்ணம்பு வேண்டியிருக்குமென்று கணக்கிடப்பட்டது. யௌவனவயதிலுள்ளவர்களுக்கு எலும்புகள் அதிகமாய் வளர்வதில்லையாகையால், அவர்கள் சுண்ணம்பு அடங்கிய வஸ்துவை வெகு குறைவாகவே உபயோகிக்கவேண்டியிருக்கின்றது. ஒரு சிசுவுக்குக் கொடுக்கப்படும் உணவில் சுண்ணம் குறைவுபடுமாயின், அதனால் அதன் எலும்புகள் வளையக்கூடியவாறு மெதுத்தன்மையடையும். ஸாதாரணமான உணவுப் பொருட்களுள் பாலிலேயே கால்ஷியம் என்னும் சுண்ணச்சத்து அதிகமாகச் சேர்ந்திருக்கிறது. சுமார் 35 அவுன்ஸ் அளவான பாலில் $1\frac{1}{2}$ க்ராம் (சுமார் 24 க்ரைன்கள்) நிறையுள்ள சுண்ணம் கலந்திருக்கிறது; அல்லது ஒருவகையில் கவனித்துப் பார்த்தோமானால், ஒரு பைண்டு (20-அவுன்ஸ்) பாலில் அதே அளவான சுண்ணம்புத் தெளிவு நீரில் இருப்பதைவிட அதிக அளவான சுண்ணம் கரைந்திருப்பதாய் அறிவோம். இவ்வாறு சுண்ணம் அதிகமாகக் கலந்திருக்கிற உணவுப் பொருட்களில் பாலுக்கு அடுத்தது முட்டையும், அதற்கடுத்தது தானியங்கள்—முக்கியமாய் அரிசியும், முள்ளங்கி-தண்ணீர்விட்டான் முதலிய கறிவகைகளுமேயாம்.

மேக்னீஷியம் என்னும் தாதுப்பொருள் ஸாதாரணமாய் உணவுப்பதார்த்தங்களில் கால்ஷியத்தைப் போல அதே அளவில் சேர்ந்திருக்கின்றது.

அயமானது உணவுப் பொருட்களில் எப்பொழுதும் ஸேந்த்ரிய பதார்த்த ரூபமாகவே கலந்துள்ள ஒரு கனிஜபதார்த்தமாகும்.

நாம் சாப்பிடும் மிச்ராஹாரத்தில் சுமார் 10 மில்லிக்ராம் அளவு கொண்ட (ஒரு க்ராமில் 1000-த்தில் ஒரு பாகம் ஒரு மில்லிக்ராம். அதாவது $\frac{1}{65}$ க்ரைன் ஒரு மில்லிக்ராம்.) லோஹ பதார்த்தக்கூறுகள் அடங்கியிருப்பதாக ஒருவாறு அறியப்படுகிறது; அவ்வளவு லோஹ பதார்த்தங்கள் இயற்கையான சாரீரக்கிரியைகள் (physiological functions) நடந்தேறுவதற்கும் போதுமானவையென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறது. முட்டையின் வெள்ளைக்கரு, மாட்டிறைச்சி, ஆபுளென்னும் சீமையிலந்தை, ஸ்ட்ராபெர்ரி என்னும் ஒருவகைப்பழம், வெள்ளை அவரைப்பருப்பு, பட்டாணிக் கடலை, உருளைக் கிழங்கு, கோதுமை இவைகளில் அயம் விசேஷமாய் அடங்கியிருப்பதாகவும், இவற்றுள் கோதுமை முதல் முட்டையின் வெள்ளைக் கருவரையிலும் கீழிருந்து ஒன்றைவிட மற்றொன்று அந்த லோஹத்தை அதிக அளவாக அடக்கிக் கொண்டிருப்பதாகவும் பங்கே யென்பவர் கூறுகிறார். ஆனால் இரத்தத்தில் குறிப்பிடத் தகுந்தவாறு அயம் குறைந்திருக்குமானால், அக்குறைவை ஏதேனும் உணவுகளைக்கொண்டே தகுந்தநிலைமைக்குக் கொண்டுவருவதென்பது பெரும்பாலும் அஸாத்தியமான விஷயம்; இரத்தத்தில் மிதமிஞ்சிக் குறைந்துவிடும் அயத்தை மீண்டும் சரிப்படுத்துமாறு அவ்வளவு அதிக அளவான அயவுப்புகள் நிரம்பிய உணவுப் பொருட்கள் அரிது; என்றாலும் அநேகவிதமான ஆஹாரப்பொருட்களில் சேர்ந்திருக்கும் அயத்தின் அம்சங்களைக் குறிப்பாகக் கவனித்தோமாயின் அவற்றிற்கு அயஸம்பந்தமான ஔஷதத்தன்மை சிறிது உண்டென்றும், ஆசவே சிகித்ஸாக்ரமங்களில் வேறு ஔஷதங்கள் அத்தகைய குணமுடையவைகளாய் உபயோகிக்கப்படும்போது உணவுகளிலுள்ள இந்த அயவுப்புகளும் இரத்தத்தில் அயவுப்பை ஒருவாறு சரிப்படுத்தக்கூடியனவாயிருக்கின்றன வென்றும் அறியப்படுகிறது.

ஸோடியமும் பொடாஷியமும்:—(1) ஸோடியமென்னும் உஷாக்ஷாரஸத்வமானது, சரீரத்தில் இயல்பாயுள்ள அதன் திரவம் தகுந்த நிலைமையிலிருப்பதன் பொருட்டு எப்பொழுதும் தேவையாயிருக்கின்றது. (2) பொடாஷியமென்னும் காரச்சத்தானது சரீரதாதுக்களிலுள்ள ஜீவபரமாணுக்களை (cells) செழிக்கச் செய்வது அல்லது அமைப்பதற்காகவும், பிரதானமாய் இரத்தத்திலுள்ள செங்குறுகடங்களையும் தசைநார்களையும் அமைத்துக் கட்டுவதற்காகவும் உபயோகப்படுகிறது. பலவிதமான உணவுகளில் உஷாக்ஷாரஸத்வமும் பொடாஷியமும் அடங்கியிருக்கும் அளவுகளைப் பரிசோதித்துப் பார்க்குமளவில், சாக பதார்த்தங்களுடைய வகுப்பில் பொடாஷியமும், இறைச்சி முதலிய பிராணிஸம்பந்தமான உணவுவகைகளில் ஸோடியமென்னும் உஷாக்ஷாரஸத்வமும் விசேஷமாய்ச் சேர்ந்திருப்பதாகக் கூறலாம். பசுமையான சாகங்களும் கனிகளும் குறிப்பிடத் தகுந்தவாறு பொடாஷிய ஸம்பந்தமான உப்புக்கு மிகவும் ஆதாரங்களாயிருக்கின்றன. ஸோடியமானது ஸாதாரண கறியுப்பின் உருவமாக நம்மால் உட்கொள்ளப்படுகிறது. இதை அநேகம் ஜனங்கள் தினந்தோறும் ஆறு ட்ராம் அளவு உபயோகிக்கின்றனர்; இந்த அளவானது தேஹத்திற்குத் தேவையான அளவினும் பெரும்பாலும் குறைந்தது பத்து மடங்கு அதிகமென்றே கருதக்கூடியது. ஆஹாரத்தில் பிரத்தியேகமாக இவ்வாறு மிகுதியாக உப்பைப் போட்டுக்கொள்வதில் முக்கியமாக சாகாஹாரமுண்பவர்களே அதிக ஆவலுள்ளவர்களாயிருக்கின்றனர். இவ்விஷயத்தில் எவர் எவ்விதமாக அபிப்பிராயப்பட்ட போதிலும், உணவுப்பொருட்களில் இயற்கையாகச் சேர்ந்துள்ள உப்பைத் தவிர பிரத்தியேகமாக ஆஹாரத்தில் உப்பைச் சேர்த்துக் கொள்வதானது மிச்ராஹாரங்களுண்பவரைவிட சாகாஹாரங்களை மட்டும் புஜிப்பவருக்கு எவ்வகையில் அவசியமென்பது வெளிப்படையான தத்துவம். வெகு ஸமீபகாலத்தில் செய்த சாஸ்த்ரீய

மான ஆராய்ச்சிகளால், உப்பானது சரீரத்தில் தர்க்கியகரப் பொருட்களின் (nitrogenous substances) அழிவைக் குறைப்பதுமல்லாமல், அத்துடன் சரீரத்திற்குத் தேவையான ஜலத்தையும் ஏற்றுக்கொள்ள வகையுண்டு பண்ணுகின்றது.

பாஸ்வரம் அல்லது தீமுறுசற் பாஷாணம்: இது தேஹ தாதுக்களைக் கட்டுவதற்கு ஒவ்வொரு ஸமயம் அருமையாக உபயோகப்படுகிறது. தேஹத்தில் எங்கெந்த விடத்தில் வளர்ச்சி மிகவும் சுருசுருப்பாக நடந்தேறுவதாய் அறியப்படுகிறதோ அவ்விடங்களிலெல்லாம் பாஸ்வரம் மிகுதியாயிருப்பதைக் காணலாம். இது தாதுக்களின் எல்லா ஜீவகணங்களின் இடையிலுள்ள ஜீவஸ்த்தானங்களிலும் (cell nuclei) பாய்ந்து அவற்றின் பௌதிகக் கூட்டுகளில் கலக்கின்றது; மேலும் எலும்புகளிலும், மத்தியநரம்பு மண்டலத்திலும் (central nervsus system) திரள்திரளாகச் சேர்ந்திருக்கின்றது. பழகாத சில உணவுப்பொருட்களில் பாஸ்வர ஸம்பரதமான பாஸ்வராம்லம் (phosphoric acid) அடியில் குறிப்பிடப்படும் அளவாகக் கூடியிருக்கின்றது:—

முட்டைக்கோஸ் என்று வழங்கப்படும் காபேஜில்	100-க்கு	·089	பாகம்.
உருளைக்கிழங்கில் ...	„	·140	„
முட்டையில் ...	„	·337	„

பாஸ்வராம்லம் என்பது பாஸ்வரம் 2-பங்கும், பிராணவாயு 5-பங்கும் சேர்ந்த ஒருவகைப் பொருளாம்.

ஆக்ஸாலிக் ஆஸிட் என்கிற ஒருவித அம்லப் பொருளும் உணவுவகைகளில் கூடியிருக்கின்றது; ஆனால் ஊன்றிப் பார்க்குமளவில் இப்பொருளானது கனிஜபதார்த்தங்களின் வகுப்பில் சேர்க்கக்கூடிய தல்லவாயினும், ஆஹாரத்தில் இது இயற்கையாகவே ஆக்ஸலேட் ஆப்லயம் (oxalate of lime) என்னும் சுண்ணவுருவமாகச் சேர்ந்திருக்கின்றது. ஆயிரம் பங்கு மிளகில் இது 3½-பாகமாகக் கூடியிருக்கிறதென்று கூறுவதற்குத் தடையில்லை. ஆக்ஸாலிக் ஆஸிட் என்னும் அம்லப்பொருள் இன்னும் அதிக அளவாக அடங்கிய அநேகம் பொருட்கள் இருந்தபோதிலும், இந்தியர்களுக்கு இவ்வம்லப் பொருளடங்கிய மிளகு இன்றியமையாத உணவுப் பொருளாயிருக்கின்றது.

க்ளோரீன்: என்னும் கனிஜபதார்த்தமானது முற்றிலும் ஸாதாரண கறியுப்பு ரூபமாகவே உணவுகளில் உபயோகிக்கப்படுகிறது. ஹைட்ரோக்ளோரிக் ஆஸிட் என்னும் இரைப்பையிலுற்பத்தியாவதான ஒருவகையான அம்ல பதார்த்தத்திற்கு மூலகாரணமாயிருப்பதைத் தவிர்த்து இது சரீரத்தில் வேறு எவ்விதத்தில் உபயோகப்படுகிறதென்கிற விஷயம் விளங்கவில்லை.

அயோடைன்:—இப்பதார்த்தத்திற்கு தேஹத்தில் ஆதாரமான அவயவம் தைராய்ட் க்ளாண்ட் என்னும் தொண்டையில் அமைந்துள்ள ஒருவித கிரந்தியேயன்றி வேறொன்றல்ல. இது உணவுப்பொருளில் சேர்ந்திருப்பதன் கருத்து—அல்லது பிரயோஜனம்—இன்னதென்று இன்றைக்கும் சிறிதும் விளங்கவில்லை; ஆனால் இனி எப்பொழுதேனும் இது இவ்விதத்தில் உபயோகமானதென்னும் விஷயம் ஒருக்கால் அறிந்துகொள்ளக் கூடியதேயென்று ஆராய்ச்சி செய்பவர் கருதுகின்றனர்.

ப்ளோரீன் என்பதும், ஸிலிகா என்பதும் சரீரத்தில் சொற்ப அளவாகச் சேர்ந்திருக்கின்றன; இவற்றை முக்கியமாக எலும்புகளிலும் பற்களிலும் காணலாம். இவை சாகாஹாரங்களிலேயே—அவற்றிலும் பிரதானமாய் மூன்ளங்கியில் மிகுதியாய் அடங்கியிருக்கின்றன."

HINTS ON THE PREVENTION OF DYSPEPSIA*

அஜீர்ணமுண்டாகாமல் தடுப்பதற்கான குறிப்புகள்.

BY, A. B. OLSEN, M. D., D. P. H.

தேஹத்தில் இதர அவயவங்களெல்லாம் அதனதன் தொழிலை வெகு நாட்களளவும் ஒழுங்காகச் செய்துவருங்கால் இரைப்பையும், கல்லீரலும், குடல்களும் மட்டும் அவ்வாறில்லாமல் சீக்கிரத்தில் கெட்டுப்போய் அவற்றின் தொழில்களை சரிவர நடத்தாமற் போய்விடுவதற்குக் காரணங்கள் இல்லாமற் போகவில்லை; ஆனால் இவ்வவயவங்கள் மாத்திரம் அவ்விதம் அதிசீக்கிரத்தில் சீர்குலைந்து விடவேண்டுமென்பது விதிப்ராப்தமல்ல. அநேகம் ஜனங்கள் முறைகேடாக ஸம்பவிக்கும் பசியை அடக்கியாளுவதை அப்யஸிக்காமல் அலக்ஷியம் செய்துகொண்டு, சில ஆஹாரப்பதார்த்தங்களையும் பானவகைகளையும் உபயோகிப்பதால் தமது இரைப்பை நிச்சயமாக மிகக்கஷ்டப்படுமென்று நன்கு அறிந்திருந்தும், அவ்வித வஸ்துக்களின்மீது உண்டாகும் பேரவாவுக்கு வீணே இணங்கிவிடுகின்றனர். பானங்களைப் பருகுவதும் ஆஹாரங்களைப் புஜிப்பதும் மனித சரீரத்திற்கு ஒருவாறு ஸௌகர்யமாகவும் மனக்களிப்புண்டாக்குவதாகவும் இருந்தபோதிலும், அன்னபானாதிகளில் மிதமிஞ்சி மனதைச் செலுத்துவதே ஆயுளின் அபிவிருத்திக்கு அவசியமென்றாவது, உலகில் பிறந்து ஜீவித்திருப்பதற்கு அவ்விதம் செய்வதே முக்கியக் கருத்தென்றாவது ஒருவன் நினைப்பானானால் அது முற்றிலும் தவறுதலான எண்ணம்.

உண்ணுங்கலங்களிடம் உட்காருவதன் முக்கியமான உத்தேசமென்னவென்றால்—சரீரத்தைப் போஷிப்பதும், தேஹத்தின் சக்தியை அல்லது வன்மையைச் சீர்படுத்தி சிறந்த உத்ஸாஹமூட்டுவதுமேயாம். இதில் மனம்போனபடியெல்லாம் ப்ரவ்ருத்தியாமல், மனிதன் தனது விவேகத்தையுபயோகப்படுத்தி உண்ணுங்கலத்தினிடம் உட்காருவானானால், சிறந்த உணவுகளையும் உயர்ந்த பானங்களையும் உட்கொண்டு ஸௌகர்யமாக நன்கு திருப்தியுடனே எழுந்திருக்கலாம்.

அநேகம்பேர் வெகுவாய் அடிக்கடியும் தின்பது வழக்கம்; அதாவது அவர்கள் தினத்திற்கு நான்கு அல்லது ஐந்துமுறை அல்லது ஆறுதடவையும் உண்பார்கள். ஒரு நாளில் மூன்று வேளை ஆஹாரமுண்பது எவ்விதத்திலும் போதுமானதாம்; ஆனால் பெரும்பான்மையான ஜனங்கள் தினத்திற்கு இரண்டே வேளை புஜித்து, அதனாலேயே வேண்டிய வளவு ஆரோக்கியவிஷயத்திலும் வன்மையின் நிலைமையிலும் குறைவின்றியே மிகவும் திருப்திகரமாய் வாழ்ந்துவருவதை நாம் பார்ப்பதால், நாளொன்றுக்கு மூன்று முறை புஜிக்கவேண்டியதும் அவசியந்தானா வென்னும் விஷயத்திலும் சிறிது ஸந்தேஹம் ஏற்படுகிறது. ஒரு முறை உணவுண்டபின்பு மற்றொருமுறை புஜிப்பதற்கு சுமார் ஐந்துமணிநேரம் இடைவெளியிருக்கவேண்டியது கிரமம்; அப்பொழுதுதான் ஜீர்ணவுருப்புகளுக்கு அவற்றின் வேலையை ஒழுங்காக நிறைவேற்றுவதற்குப் போதுமான அவகாசம் கிடைப்பதுமல்லாமல், சிறிது ஓய்வும் அவற்றிற்குக் கிடைக்கும். முக்கியமாக இரைப்பைக்கு இவ்விஷயம் எடுத்ததாகும்; அதை அடிக்கடியும் அதிகமாக வேலை செய்யத்தூண்டி, விழித்திருக்கும் பொழுதெல்லாம்—தூங்கும்போதுகூட சிலநேரம்—ஆஹாரத்தைக் குழைப்பதன்பொருட்டு அதை விரியச்செய்வது (dilatation) விஷயமுணர்ந்த விவேகிகள் செய்யும் காரியமல்ல.

காலைப்போஜனத்தை வேண்டியவளவு நன்கு ம்ருஷ்டான்னமாகப் புஜிப்பது மிகவும் நலம்; ஸாத்தியமானால்—புஜித்ததும் புஜிக்காததுமாய் ஆஸனத்திலிருந்து எழுந்து வேலை செய்வதற்கோ, ரெயிலுக்கோ, ட்ராம்வண்

* Reproduced and translated from "Good Health."

டிக்கோ வெகு பதைத்துக்கொண்டு ஓடும்படி நேரிடாமலிருப்பதற்காக—தகுந்தவாறு கூடுமானவரையில் சிறிது முன்னதாகவே சாப்பிட்டு உட்கார்ந்திருப்பது உத்தமமாம். பகல் வேளையில் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டிய பிரதானமான போஜனத்தை ஸாத்தியமானவரையில் ஒன்றுமுதல் இரண்டு மணிக்குள் புஜிப்பதும், இதற்குத்தகுந்தாற்போல் கடைசியான இராப்போஜனத்தை இரவின் ஆரம்பத்திலும்—அதாவது ஆறு அல்லது ஏழு மணிக்கு—உட்கொள்வதும் சாஸ்திர ஸம்மதமான முறையாம். இவற்றுள் இராப்போஜனம் மற்றவைகளைவிட மிகவும் இலகுவானதாயிருக்கவேண்டும்; வாடி வதங்கிப் பதன் கெடாத நூதனமான கனிகளும், அல்லது சமைத்தப் பழங்களும், வெண்ணெய் கலந்த ரொட்டியும் அந்திவேளையில் அனுகூலமான உணவுகளாம்; குளிர்காலமாயிருந்தால் உடலைப் போஷிக்குங்குணமுடைய சூடான பானமும் அவசியமானால் அவ்வுணவுகளுடன் பருகத் தகுந்ததாகும். போஜனஸமயத்தில் அன்னம் முதலிய உணவுகளோடு தாராளமாக ஏதேனும் பானங்களைப் பருகுவது விரும்பத்தகாதவிஷயமானதால், அவ்வாறு செய்யும் வழக்கத்தை ஒழித்திடவேண்டும்.

தேயிலைப் பானகத்திற்கு நாம் இடம் கொடுக்கவில்லை. மனிதருடைய ஆரோக்கியாபிவ்ருத்தியைக் கவனிக்கும்வரையில், இப்பானம் அநாவசியகமும் ஸௌக்கியக் குறைவைத் தரக்கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. பிற்பகலில் நண்பர்களை வரவேற்று, அவர்களுக்கு ஏதேனும் சிற்றுண்டிகள் அளித்துக் களிக்கச்செய்ய விருப்பமிருப்பவர், அப்பொழுதே எலுமிச்சம் பழத் திரவச்சத்தால் பக்குவம் செய்த பானகம் (lemonade), மதுரமான கிச்சிலிப்பழப் பானகம், புளித்துப்போகாத திராக்ஷாரஸம், நூதனமான சிறந்த திராக்ஷை, அல்லது நற்சுவையுள்ள உயர்ந்த வேறு கனிவர்க்கங்கள் இவற்றைத் தேயிலைப்பானகம் முதலிய வற்றிற்குப் பதிலாக அவர்களுக்கு அளிக்கக் கூடுமென்றே நாம் கூறுவோம்.

சாப்பாட்டு நேரம் வந்துவிட்டால் உடனே அப்பொழுது புஜிக்க உட்கார்ந்துவிடவேண்டுமென்று எண்ணுவது ஒரு பெரும் பிழையாம். விவேகமுள்ள மனிதன் பசியுண்டாகவேண்டுமென்று காத்திருப்பனேயன்றி அடிக்கடியும் குடலுக்கு அநாவசியமான தொந்தரையுண்டுபண்ணுமாறு ஆஹாரத்தின் பொருட்டு ஆத்திரப்படமாட்டான். பசியானது, எப்பொழுதும் சாப்பிடவேண்டிய காலஅளவைக் குறிக்கும் பிரதான இலக்ஷணமாயிருப்பதோடு, உண்ணும் உணவு நன்றாகக் குடல்களில் ஊறி ஜீர்ணமாவதற்கும் தகுந்த சக்தியைக் கொடுக்கக் கூடியதாயிருக்கின்றது. இரைப்பையானது உணவை விரும்புவது உண்மையானால், அது நாம் உண்பதை நன்றாக ஏற்றுக்கொண்டு அதைத் தகுந்தவாறு இயற்கைக்கு இணங்க திருப்திகரமான வழியில் பக்குவம் செய்யும். ஆனால் அழற்சியுண்டாக்கும் வாஸனை வஸ்துக்களாலும், தொடுசுவை அல்லது ஊறுகாய் முதலியவற்றாலும் பசியானது கிண்டித் தூண்டப்படுமானால், பெரும்பாலும் ஏதேனும் தீங்கு அனுஸரிக்குமென்று நம்பலாம். அதிகமாக வேலை செய்தோ அல்லது வேறு எவ்விதத்திலோ தேஹம் மிகவும் சோர்ந்திருக்கும்போது வயிறுநிரம்ப ம்ருஷ்டான்னமுண்பதற்கு உட்காருவது பிசகு. அந்நிலைமையில் முதலில் ஏதாவது சரீரத்திற்குப் போஷிப்பை யுண்டாக்கக்கூடிய உஷ்ணமான திரவ பதார்த்தத்தைச் சிறிது பருகி, பிறகு இலகுவான ஸாதாரண ஆஹாரம் புஜிப்பது ஆரோக்கியத்திற்கு ஏற்றதாம்.

வெகு வேகமாக உண்பதும் அஜீர்ணரோகத்தைத் தூண்டும் ஸாதாரண காரணங்களுள் ஒன்றாம். இயற்கைக்கு மாறாக மிகவும் சிரமப்பட்டு உணவுகளை அதிசீக்கிரத்தில் ஒன்றும் பாதியுமாக மென்று விழுங்கி விடுவதால் அவ்வுணவு நன்கு ஜீர்ணமாவதில்லை. ஆஹா

ரத்தைக் கவனத்துடன் நன்றாக மென்றுப் புஜித்தால், அப்பதார்த்தங்களில் இயற்கையிலேயே அடங்கியுள்ள நறுமணமும் அருஞ்சுவையும் நன்கு வெளிப்பட்டு, மனதுக்கும் ஜீர்ணக்கருவிகளுக்கும் இன்பமளிப்பது ஒருபுறமிருக்க, அநாவசியகமான—அல்லது அநர்த்தமுண்டாக்கக்கூடிய—மிதமிஞ்சிய ஊறுகாய் முதலிய பதார்த்தங்களை உபயோகிக்க வேண்டிய அவசியமும் நேரிடுவதில்லை யென்பது மற்றொரு இலாபமாகும். கவனத்துடன் மெதுவாக உணவுகளை மென்றுப் புஜிப்பது, அஜீர்ணரோகமும் அக்னிமாந்த்யமும் உண்டாகாமல் தடுப்பதற்கு முக்கியமான ஹேதுவாயிருப்பதுமல்லாமல், அவ்விதமான அப்யாஸத்தினால் பற்களும் அதனதன் இயற்கையான வேலையை வருத்தமின்றியே செய்து சிரழியாமல் நீடித்த காலம் ஒழுங்காக இருக்கும்.

தினத்திற்கு ஒரு முறை ம்ருஷ்டான்னம் அவசிய மென்றாலும், வயிறு நன்றாகப் பூர்த்தியாகும்வரையில் சாப்பிடுவது சரியல்ல. பசி முற்றிலும் தீர்ந்து விடுவதற்கு முன்—தெவிட்டல் உண்டாவதற்கு முன்பே—கலத்தைவிட்டு எழுந்துவிடுவது எப்பொழுதும் நலமாயிருக்கும். மிதமிஞ்சி யுண்பதால் இரைப்பைக்கு நேராக வயிற்றில் ஸௌகரியக்குறைவான ஏதோ ஒருவித உணர்ச்சியுண்டாவது இயல்பு; அது விசேஷமாக வருந்தக்கூடியவாறு ஒருவித வலியாகத் தோற்றுவதில்லை யென்றாலும், அவ்வாறு உணவுண்ட பிறகு தேஹத்தில் விசேஷமான சோம்பலும் சுருசுருப்பின்மையும் உண்டாய், விசேஷமாக நித்திரையும் வருமாகையால், அவ்வித நிலைமை அருவருக்கக் கூடியதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. இவ்விதமான உணர்ச்சி எப்பொழுது உண்டாகிறதோ அப்பொழுது நாம்புஜித்த உணவு அளவில் அதிகமானதென்று நன்கு அறிந்துகொள்ளலாம். மிதமிஞ்சிய உணவு அஜீர்ணத்திற்குக் காரணமென்று நாம் தனிப்படக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லை.

ஒரு வேளை ஆஹாரமுண்டபிறகு மற்றொரு போஜனவேளை வருவதற்கு முன்பு இடையில் எவ்விதமான உணவுப் பொருளையும் உபயோகிக்கக் கூடாது. பலவிதமான சுவையுள்ள மிட்டாய்களையும், பணிகாரங்களையும், பழங்களையும் தோன்றின நேரமெல்லாம் பலர் உபயோகிப்பது வழக்கம்; இவ்வித துர்வழக்கத்தினால் அடிக்கடி உபயோகிக்கப்படும் அவ்வுணவுகள் ஜீர்ணமாகாமற் போவதுமாத்திரமல்ல, குடல்களின் ஜீர்ணத்தொழிலும் சீரழிந்து இயற்கைக்கு அவசியமான ஆஹாரங்களையும் அவ்வவயவங்கள் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதவைகளாய், சிக்கிரத்திலாவது சில நாட்களுக்குப்பிறகாவது பலமான அஜீர்ணரோக முண்டாய் விடுவதும் உண்மை. வயது வந்தவர்களும் விசேஷமாய் குழந்தைகளும் இவ்வழக்கத்திற்கு உட்படுவது எவ்வளவு ஸாதாரணமாயிருக்கின்றதோ, அவ்விதமே அவர்கள் ஒரு நாளில்லாவிட்டால் மற்றொரு நாளாவது இவ்வியாதிக்கு உடன்பட்டுத் துன்பமனுபவிப்பதும் அவ்வளவு ஸாதாரணமாகவே இருக்கிறது. ஒருவேளை போஜனத்திற்கும் மற்றொருவேளை போஜனத்திற்கும் இடையில் தண்ணீர், எலுமிச்சம்பழப் பானகம், அல்லது அவற்றிற்கு ஸமானமான வேறுவித திரவபானங்கள் என்னும் இவற்றைத் தவிர்த்து வேறு எவ்விதமான உணவும் உபயோகிக்கக் கூடாது.

வைத்தியகலாநிதி - முதல்வால்யம்.

முதல் வருஷத்திய 12-ஸஞ்சிகைகளையும் சேர்த்து அழகாக காலிகோ பைண்டு செய்யப்பட்டிருக்கிறது. விவரமான அட்டவணைகளுடன் கூடியது. ஜூன்மீ 30உ வரையில் விலை ரூ. 3-14-0. ஜூலைமுதல் அதன் விலை ரூ. 4-8-0 ஆய்விடும். அப்பொழுது தபால் சார்ஜும் சேர்ந்து 5-4-0. காபிகள் வெகு சொற்பந்தான் கையிருப்பு.

வைத்தியகலாநிதி ஆபீஸ்,
மிண்டுபில்டிங்ஸ், சென்னை.

VACCINATION AND SANITATION.

அம்மை குத்துதலும் சுகாதாரமும்.

BY J. S. MIRZAN.

சில நாட்களுக்கு முன் நியூ இந்தியா பத்திரிகையில் அம்மைகுத்தும் விஷயமாக ஜே. டி பிக்ஸ், ஜே. பி. என்பவர் எழுதியிருந்த விஷயத்தை நான் வெகு கருத்துடன் படித்ததில் அடியில் குறிப்பிடும் சில விஷயங்களை பொதுஜனங்கள் அறிந்திருக்கவேண்டுமென்று வெளியிடுவதற்கு அபிப்பிராயப்படுகிறேன். நான் அடியில் குறிப்பிடும் விஷயமானது, காலஞ்சென்ற மஹாப் பிரசித்த புருஷனை மிஸ்டர் W. T. ஸ்டெட் என்பவரால் "நவீன சாஸ்திர முறைக்கு அதிகாரியான நமது மஹா புருஷன்" என்று கூறப்பட்ட டாக்டர் ஆல்பெர்ட் ரஸ்ஸல்வாலெஸ், O. M., L. L. D., D. C. L., F. R. S., அவர்களால் இயற்றப்பட்ட "A Summary of the Proofs that Vaccination does not prevent Smallpox but really increases it" என்னும் விஷயமடங்கிய துண்டுப்பத்திரிகையிலிருந்து கிரஹிக்கப்பட்டதாம்.

முப்பது வருஷகாலமாய் லீஸிஸ்டெர் என்னும் பட்டணத்தில் அம்மைகுத்தும் வழக்கம் குறைந்து வந்ததற்குக் காரணங்களில்லாமற் போகவில்லை.

(1) லீஸிஸ்டெர் என்னும் நகரம் மிகப்பெரிய கைத்தொழில் நடக்குமிடமாம். அதில் சுமார் 200,000 பிரஜைகள் உண்டு. அவர்களில் பெரும்பான்மையோர் அம்மைகுத்துவது எவ்விதத்திலும் உபயோகமற்றது என்று முடிவாக நிச்சயித்து வந்ததுடன், அவ்விடத்திலுள்ள வைத்தியர்களும், இராஜாங்க அதிகாரிகளும் இதற்கு உட்படாமல் விலகிக் கொண்டு வந்தனர். அம்மை குத்திக்கொள்வதால் முன்னதாகவே ஸம்பவிக்கும் சில தீங்குகளைத் தவிர்த்து வேறு எவ்வித குணத்தையும் அவ்விடத்திலுள்ளவர் கண்டதில்லையாம். 1872-ம் வருஷத்திற்குக் கீழே லீஸிஸ்டெரான து வெகு நன்றாக முழுமையும் அம்மை குத்தப்பட்டு வந்த அதைச் சேர்ந்த நகரங்களுள் மிகப் பிரதானமாயிருந்து வந்தது. மஸூரிகை யென்னும் பெருவாரிவியாதி விசேஷமா யுண்டாவதைக் கருதி அப்பொழுது அவ்விடத்தில் ஜனனவிகிதத்தினும் மிக்க அதிகமான பெயருக்கு அம்மைகுத்தப்பட்டதுண்டு. 1871-ம் வருஷத்திலேயே எவ்வளவு அதிகமாக அம்மை குத்தும் கணக்கு அபிவிருத்தியாகலாமோ அவ்வளவும் பூர்த்தியாய் அனைத்துக்கும் ரிகார்டுகளும் ஏற்படுத்தப்பட்டிருந்தன; அவ்வருஷத்தில் இப்பெருவாரி வியாதி மிதமிஞ்சி அதன் கொடுஞ்செயலை வெகு மும்மரமாகக் காட்டியது; அவ்வருஷத்தில் பத்து லக்ஷம் பெயரில் 3,500 ஜனங்களுக்கு மேலாகவே இவ்வியாதியினால் இறந்திருக்கின்றனர்; அதே வருஷத்தில் லண்டனிலும் அதைச் சுற்றிலும் மொத்தம் இறந்துபோனவர்களின் தொகையில் இவ்வியாதியினால் மட்டும் மரித்துப்போனவர் பத்து லக்ஷத்துக்கு ஆயிரம் வீதம் கணக்கிடப்பட்டது. அம்மை குத்துவதால் எவ்வளவு உபயோகமுண்டென்பதைப் பற்றி ஏதாவது பரிசோதனை செய்ய உத்தேசித்தால், இப்படி 18-வது நூற்றாண்டில் சுமார் நாற்பது வருஷகாலம் சுகாதாரவிஷயத்தில் மிகவும் பின்தங்கியிருந்த லண்டன் நகரம் முதலானதைவிட முற்றிலும் அம்மைகுத்தப்பட்ட ஜனங்களடங்கிய லீஸிஸ்டெர் நகரத்து ஜனங்களே அதிக அளவாக மஸூரிகை யென்னும் பெரியம்மையினால் மாண்டுபோயினர் என்பதைக்கொண்டே உண்மை இவ்விதமானதென்று நிர்த்தாரணம் செய்யலாம்.

ஆனால் இன்னும் முக்கியமான சில ஆதாரங்களையும் இங்கு எடுத்து விவிக்க முடியும்.

(2) லீஸிஸ்டரில் பயங்கரமான மரணவிகிதமானது, அவ்விடத்து ஜனங்களுக்கு அம்மை குத்தும் வழக்கத்திலிருந்த நம்பிக்கையை அடியோடு தொலைத்துவிட்டது. ஏழைகளென்ன, செல்வவான்களென்ன, இராஜாங்க வேலைக்காரர்களென்ன இவர்களும், முனிஸிபாலிடி அதிகாரிகளுங்கூட அவரவர்களுடைய குழந்தைகளுக்கு அம்மைகுத்தக்கூடாதென்று மறுத்துவிட்டனர். இவ்வித மறுப்பானது 1890-ம் ஆண்டு வரையில் தொடர்ந்து வந்தது; இதற்கு முன்னால் முற்றிலும் அம்மை குத்தப்பட்டு வந்த விடத்தில் பிறந்த நூற்றுக்கு 95 ஜனங்கள் அம்மை குத்தப்படாதவ

ராகவும், பிறந்தவர்களில் 100-க்கு 5-பெயரே இதற்கு உட்பட்டவராகவும் இருந்தனர்! அம்மைகுத்துவது அவக்குறியென்று அறிவிக்குமாறு அதைக் குத்திக்கொள்பவரின் தொகை மிகக் குறைந்து கொண்டே வருகையில், அதற்கு எதிராக தீர்க்காலோசனை செய்த அவ்விடத்து டாக்டர்களும் இவ்விஷயமாய் அடிக்கடி விசாரணை செய்து சிலபேருக்குமட்டும் இதைப் பிரயோகிக்கமுயன்றும் விசேஷமாக பலிக்காமற் போனதில், 'முதலில் ஒரு பிரதேசத்தில் வைசூரிகுத்தும் வழக்கம் வெகு மும்மரமாக அக்னியைப்போல் ஒரு மூலையிருந்து மற்றெல்லாவிடத்திற்கும் பரவிவருவதற்கு அனுகூலமான தருணம் ஏற்பட்ட போதிலும், அவ்வழ்க்கம் முற்றிலும் பரவிய பின்னர் அதனாலுண்டாகும் பிரயோஜனம் அவ்விடத்தில் சற்றேறக்குறைய பத்து பேருக்கு ஒருவரிடமே பலனளிக்கக் கூடியதாயிருக்கின்றது' என்று ஒருவாறு நிச்சயித்துக்கொண்டார்கள். என்றாலும் இம்முறை மறுபடியும் அடிக்கடி பிரயோகிக்கப்பட்டு வந்தும், அது எவ்விதத்திலும் பரவுவது ஸாத்தியமில்லாமற்போய்விட்டது. அந்நாள்முதல் இதுவரையில் அவ்விடங்களில் முற்றிலும் அம்மைகுத்துவது மறுக்கப்பட்டுப்போயும் ஜனஸங்க்யை முன்னிலும் குறையாமலிருப்பதுடன், அவர்களில் பெரியம்மையினால் மாண்டு போகிறவர்களும் வெகு சொற்பமாகவே இருப்பதாய் அறியப்படுகிறது. டாக்டர்கள் 'அவ்விடத்திய ஜனங்கள் இரக்ஷணைக்கு உட்படாதவர்கள்' என்று கூறும்படி இப்பொழுது அவ்விடத்தியவர் இக்கட்டுக்கு வீணில் அகப்படாதபடி தாராளமாய் வாழ்ந்துவருகின்றனர்! அம்மைகுத்துவதானது பெரியம்மையை வாராதபடிதடுப்பதற்குப் பதிலாக, அது உற்பத்தியாவதற்கு வேண்டிய ஸௌகரியங்களை மனிததேஹத்தில் உண்டாக்கிவிடுகின்றது என்பதற்கு இதுவேபோதுமான அத்தாட்சியாகும்; ஆகவே அம்மைகுத்தும் வழக்கத்தைத் தொலைப்பதற்கு லீஸெஸ்டரிலிருந்தவர்கள் செய்தது ஒன்றுதான் நமக்கும் தகுந்த உபாயமென்று நிச்சயித்துக்கொண்டு அதைத் தொலைக்க வேண்டியதற்கு அவ்வாறு முயற்சி செய்வதுடன், பெரியம்மை வருவதற்கு ஆதாரமான வேறு வழிகளையும் அழிக்க சுகாதாரமுறையை பொதுஜனங்கள் நன்கு கவனிக்கவேண்டும்.

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸஹு சித்திரைமீ.

THE ALL-INDIA AYURVEDIC CONFERENCE.

அகில-பாரத ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளநம்.

இம்மஹாஸபை அடுத்த டிசம்பரில் அல்லது ஜனவரியில் இச்சென்னையில் கூடப்போகிறதென்கிற விஷயத்தைப்பற்றி முன் ஸஞ்சிகையிலேயே இம்மாகாணத்திற்குக் கார்யதர்சியான நாம் ஒரு நிரூபம் வெளியிட்டிருந்தோமென்பதை அநேக ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் பிறரும் பார்த்திருக்கக்கூடும். ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் முன்னுக்குவருவதற்கு இந்த மஹாஸபையே மிகப் பிரதான ஆதாரமென்று நாம் கூறவேண்டியது அநாவசியம். இதற்கு முன் ஆறுவருஷகாலமாய் வட இந்தியாவில் அவ்விடத்திய ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும், அதில் அபிமானமுள்ள மற்றப் பிரபுக்களும் சேர்ந்து இதை வருஷந்தோறும் ஒவ்வோரிடத்தில் கூட்டி சில காரியங்களை இச்சாஸ்திராபிவ்ருத்தியின் பொருட்டுச் செய்துவந்திருக்கின்றனர். இந்த மஹாமண்டலத்தைப்பற்றிய சில விவரங்களை முன்னதாய் நமது நேயர்கள் அறிந்திருக்கவேண்டியது அவசியமென்றும், அப்படியே சிலர் அறிய விரும்புகிறார்கள் எனத் தெரிந்தும் அவ்விவரங்களை இதனடியில் சுருக்கமாகக் கூறுகிறோம்:

இந்த வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு இந்தியாவில் மிகவும் புண்ணிய க்ஷேத்திரமென்று கருதப்படும் பிரயாகையில் பிரதான கார்யாலயம் இருக்கின்றது. அங்கு ஆயுர்வேதம் படிப்பவரைப் பரீக்ஷித்து அப்பரீக்ஷைகளில் தேர்ந்தவருக்கு யோக்யதாபத்திரங்கள் அல்லது அதிகாரப் பத்திரங்கள் வருஷந்தோறும் அளிக்கப்படுவதன் நிமித்தம் அநேக கனவான்களடங்

கிய ஆயுர்வேத வித்யாபீடம் என்று ஒரு ஆயுர்வேத கல்லூரியும் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றது. அகில-பாரத ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு இவ்வித்யாபீடம் ஓர் ஆதாரமாயிருந்து, அதன் பிரதான அங்கத்தினர்களான சில கனவான்களே இம்மஹா ஸம்மேளநத்திற்கும் முக்கிய அங்கத்தினராயிருந்து வருகின்றனர். ஸ்ரீ தர்ப்பங்காமஹாராஜா, ஸ்ரீ கொல்ஹாபூர் மஹாராஜா, ஸ்ரீ ராவ் ராகவப்ரஸாத் நாராயண ஸிஹ்ம ஸ்ரீ பஹதூர், டாக்டர் ஸர். பாலசந்திரக்ருஷ்ண, கே. டீ. எல். எம். ஜே. பி., நிர்பணஸாகரப்ரஸ் என்கிற மிகப் பிரஸித்தமான முத்திராக்ஷரசாலையின் அதிபதியான ஸ்ரீ துகாராம் ஜாவஜீ, ஜே. பி., ஸ்ரீ கேமராஜ ஸ்ரீ கிருஷ்ணதாஸஜீ, பிஷக்ரத்ன நந்தலால்ஜீ முதலியவர்கள் மேற்கூறிய வித்யாபீடத்தை ஆதரிப்பவர்கள். இந்த மஹாமண்டலம் இதற்கு முன் பிரயாகை, பம்பாய், கான்பூர், மதுரை, கல்க்த்தா இவ்விடங்களில் கூடி அநேக காரியங்களைப்பற்றி ஆலோசனை செய்து தீர்மானங்கள் சிலவற்றையும் நிறைவேற்றியிருக்கின்றது. அத்தீர்மானங்களைப்பற்றிய விவரங்கள் அவசியமானால் மற்றொருமுறை பிரசுரிக்கப்படும்; மஹாமண்டலத்தின் முக்கியமான நியமங்களே முதலில் இதனடியில் குறிப்பிடப்படுகின்றன. காலஞ்சென்ற ஆயுர்வேதமஹோபாத்தியாய பண்டித சங்கரதாஜீ சாஸ்த்ரீபதே என்னும் வைத்திய வித்வானுடைய பெரு முயற்சியினால் இந்த மஹாமண்டலம் ஸ்தாபிக்கப்பட்டு, அவராலேயே அநேக நியமங்களும் இதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டன. அந்த நியமங்கள் கான்பூர் நகரத்தில் மஹாமண்டலம் நான்காம் முறை கூடியபோது ஸங்கத்தின் ஆலோசனைக்குக் கொண்டுவரப்பட்டு அடியில்வருமாறு அனைவராலும் ஒருங்கே அவை அங்கீகரிக்கப்பட்டன:

1, நிகில-பாரதவர்ஷீய வைத்தியஸம்மேளநம் என்று இந்த ஸபை அழைக்கப்படும்.

2. இதன் உத்தேசங்கள்:

(a) இந்தியாவிலுள்ள எல்லாவைத்திய ஸபைகளுக்கும் இந்த மஹாஸபை ஓர் ஆதாரமாயிருந்து ஆயுர்வேதத்தை முன்னுக்குக்கொண்டு வருவதற்காக முயற்சிகள் செய்தல்.

(b) இந்தியாவிலுள்ள வைத்தியர்களுக்கு ஒற்றுமை உழைக்கும் வழிகளை அறிவித்து அவர்களுடைய க்ஷேமத்தை விருத்திசெய்தல்.

(c) வைத்திய ஸங்கங்களை வெவ்வேறிடங்களில் ஏற்படுத்தல், பொருட்காட்சிகளை யேற்படுத்தல், வைத்தியநூல்களை சீர்திருத்துப் பிரசுரித்தல், வைத்தியப் பத்திரிகைகளைப் பிரசுரித்தல் முதலிய வேலைகளைச் செய்வது.

(d) தற்காலமுள்ள வைத்தியர்களுக்கு அறிவை அபிவ்ருத்தி செய்விக்கவும், அவர்கள் அதன்மூலமாய் கௌரவத்தைப்பெறவும் முயற்சி செய்தல்.

(e) ஆயுர்வேதத்தை முறைப்படி கற்பதற்கு கலாசாலை முதலியதை ஸ்தாபித்து சிறுவர்களுக்கு வைத்திய சாஸ்திரத்தில் நல்ல பயிற்சி யுண்டுபண்ணுதல்.

(f) ஆயுர்வேதநூல்களில் காலக்ரமத்தில் நேரிட்ட பிழைபட்ட சில பாடங்களை விலக்கி ஆராய்ச்சிகளைச் செய்து நமது வைத்திய முறையை பிரத்தியக்ஷானுபவங்களுக்கு இணங்கச் சீர்திருத்தல்.

(g) ஆயுர்வேத முறைப்படி தொழில் செய்பவர், இம்முறையை அபிமானிப்பவர், இதற்காக உழைப்பவர் என்னும் இவர்களுக்குப் பட்டங்களையும் பஹுமானம் முதலியவற்றையும் அளித்து அவர்களை உத்ஸாஹப்படுத்தல்.

(h) அந்தந்த ஸமயத்திற்கேற்றவாறு ஆயுர்வேதத்தை முன்னுக்குக் கொண்டுவரத்தகுந்த மற்றுமுள்ள உபாயங்களை யனுஸரித்து உசிதமான காரியங்களைச் செய்தல்.

3. வைத்தி ஸம்மேளநம் நடக்கவேண்டிய இடங்கள்:

(a) அதற்கு முன் ஸம்மேளநத்தில் அடுத்தமுறை எவ்விடத்தில் கூடவேண்டுமென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறதோ அவ்விடத்தில்தான் இந்த மஹாஸபை கூடும்.

(b) ஒரு ஸம்மேளநத்தில் அடுத்தமுறை இன்னவிடத்தில் கூடவேண்டுமென்று நிச்சயிக்கப்படாவிட்டால் "ஆயுர்வேத மண்டலத்தின்" ஆலோசனைப்படி அந்த ஸம்மேளநம் நடைபெறும்.

(c) வருஷாந்தர ஸம்மேளநம் கூடுவதற்குள் இடையில் ஏதாவது விஷயமாக ஸம்மேளநம் கூடவேண்டியது அவசியமானால், இதன் மூலஸங்கமான 'மஹாமண்டலம்' அதை நிர்ணயம் செய்யவேண்டும்.

(*d*) ஏதேனும் காரணத்தினால் ஸம்மேளனத்திற்காக முதலில் நிர்ணயிக்கப்பட்ட ஸ்தானம் மாற்றப்பட வேண்டிவந்தால் அதுவும் மஹாமண்டலத்தின் அதிகாரத்திற்கு உட்பட்டது.

4. வைத்திய ஸம்மேளனத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வேறு ஸபை முதலியவை:

(*a*) "ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்". இதுவே வைத்திய ஸம்மேளனத்திற்கு ஸ்த்தாயிஸமிதி (Standing Committee) ஆகும்.

(*b*) "ஆயுர்வேத வித்யாபீடம்". இது வைத்தியப் பரீக்ஷை செய்து, அதில் தேர்ந்தவருக்கு அதிகாரப்பத்திரம் முதலியதைக் கொடுக்கும் ஸங்கம்.

(*c*) "ஆயுர்வேதநிதி" ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான காரியங்களை நடைபெறச் செய்வதற்காகப் பிரயாகையில் ஸ்தாபிக்கப்பட்டுள்ள ஒரு நிதி.

(*d*) ஆயுர்வேதத்தை அபிவ்ருத்தி செய்வதன்பொருட்டு இந்தியாவில் ஸ்தாபிக்கப்படும் இதர ஸங்கங்களும் மஹாமண்டல கார்யதர்சிக்குத் தெரியப்படுத்தி, அவற்றை இந்த ஸம்மேளனத்திற்கு ஸம்பந்தப்படுத்திக் கொள்ளலாம். அவ்விதம் தமது ஸங்கத்தை இதற்கு ஸம்பந்தப்பட்டதாகச் செய்துகொள்ள விரும்புபவர், விண்ணப்பக் கடிதத்துடன் 5 ரூபாய்க்குக் குறையாமல் சந்தாத் தொகையையும் அனுப்பவேண்டும். ஒவ்வொரு வருஷமும் இவ்வாறு கொடுக்கவேண்டியது அவசியம். வருஷந்தோறும் நடக்கும் வைத்திய ஸம்மேளனத்திற்கு இதற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட ஸங்கத்தார் பிரதிநிதிகளைத் தெரிந்தெடுத்து அனுப்பிவரலாம்.

5. ஸ்த்தாயிஸமிதி அல்லது ஸ்டாண்டிங் கமிட்டி. இதுதான் ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம் எனப்படுகிறது:

(*a*) வைத்திய ஸம்மேளனத்தில் தீர்மானிக்கப்படும் அல்லது நடைபெறும் விஷயங்களைப்பற்றி அடுத்த ஸம்மேளனம்வரையில் பிரதிவருஷமும் செய்யவேண்டிய காரியங்களை நிறைவேற்றுவதற்காக இந்த ஸபை ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது. இதுதான் "ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்" என்று கூறப்படுகிறது.

(*b*) இந்த கமிட்டியில் ஸபாபதி ஒருவர், உபஸபாபதிகள் இருவர், ஒரு பிரதான காரியதர்சி, உதவி காரியதர்சி ஒருவர், மாகாண காரியதர்சிகள் ஒவ்வொரு மாகாணத்துக்கு ஒருவர் அல்லது இருவர் வீதம்—பலர், வரவுசெலவு கணக்குப்பார்ப்பவர் ஒருவர், பொக்கிஷதார் ஒருவர், ஸபையின் அங்கத்தினர் 101 பெயர்.

(*c*) ஸபாத்யக்ஷராவது உபஸபாத்யக்ஷராவது இருவரில் ஒருவரும், இரண்டு காரியதர்சிகளும், பொக்கிஷதாரர் ஒருவரும் மஹாமண்டலமிருக்குமிடத்திலேயே வஸிப்பவராயிருக்கவேண்டும்.

(*d*) மேலே குறிக்கப்படுமாறு இதன் அங்கத்தினர் தெரிந்தெடுக்கப்படுவார்கள். ஐக்கிய மாகாணத்திற்கு அங்கத்தினர் 14, ஆஸாம் நாட்டிற்கு அங்கத்தினர் 12, பம்பாய் மாகாணத்திற்கு 10, பஞ்ஜாபுக்கு 8, மத்திய மாகாணத்துக்கு 7, ராஜபுதனத்திற்கு 10, சென்னை மாகாணத்திற்கு 5, பிஹாருக்கு 5, ஒரிஸ்ஸாவுக்கு 1, மஹாமண்டலமிருக்குமிடத்தில் 9, ஸிம்ஹளத்திற்கு 1, பரோடாவுக்கு 2, காச்மீரத்திற்கு 1, நேபாளத்திற்கு 2, பர்மாவுக்கு 1, மைசூருக்கு 1, கூர்ஜரதேசத்துக்கு 1, ஸிந்துதேசத்திற்கு 1, மத்திய இந்தியாவுக்கு 7, ஐதராபாத்துக்கு 1.

(*e*) மேற்கூறிய அங்கத்தினரைத் தவிர அந்தந்த வருஷத்து ஸம்மேளனத்தின் அக்கிராஸனாதிபதிகளும், வைத்திய ஸம்மேளனத்தினுடையவும் ஸ்த்தாயிஸமிதியினுடையவும் காரியதர்சிகளும் மஹாமண்டலத்தின் அங்கத்தினர்களாகக் கருதப்படுவார்கள்.

(*f*) வைத்திய ஸம்மேளனத்தில் அந்தந்த வருஷத்தில் அக்கிராஸனாதிபதியாயிருப்பவரே அடுத்த வருஷம்வரையில் மஹாமண்டலத்தின் அக்கிராஸனாதிபதியாகவும் வேலை செய்துவருவர்.

(*g*) மஹாமண்டலத்தின் அங்கத்தினரில் எவரேனும் விலகிவிட்டால் மறுபடி அந்த ஸ்தானத்திற்கு ஒருவரை மஹாமண்டலமே ஏற்படுத்தும் அதிகாரமுடையது.

(*h*) மஹாமண்டல கார்யாலயம் முக்கியமாய் ஓரிடத்தில் (இப்பொழுது பிரயாகையில்) ஸ்தாபிக்கப்படவேண்டும். மற்றோரிடத்தில் அதை மாற்றுவது மஹாமண்டல கமிட்டியாரின் அதீனம்.

(*i*) ஸ்த்தாயிஸமிதியின் எல்லா ஸம்மேளனங்களைப் பற்றிய விஷயங்களையும் சற்றேறக்குறைய 10 நாட்களுக்கு முன்னதாகவே அங்கத்தினருக்கு அறிவித்து பத்திரிகைகளிலும் பிரசுரிக்கவேண்டும். அத்யவசியமான அவஸரகாரியங்களில் காரியதர்சி கமிட்டியின் மெம்பர்களுக்குத் தெரிவித்தபின்னர் சீக்கிரத்தில் ஸம்மேளனத்தை நடத்தலாம்.

(*j*) மஹாமண்டலம் ஏதாவது முக்கியமான காரியத்திற்காகக் கூடவேண்டுமானால் குறைந்தபக்ஷம் ஐந்து அங்கத்தினர்கள் வந்திருக்கவேண்டும்; அதற்குக் குறைவாக இருந்தால் மற்றொரு தினத்தில் கூடுவதற்கு ஏற்பாடு செய்யலாம்.

(*k*) எவரேனும் ஒரு அங்கத்தினர் மஹாமண்டலத்தின் எந்த ஸம்மேளநத்திற்கும் வராமல், இரண்டு வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கும் வராமல் நின்றுவிட்டால் அவரை மஹா மண்டலத்திலிருந்து விலக்கிவிட வேண்டும்.

(*l*) ஸ்த்தாயிஸமிதியின் காரியங்களும், அதன் வரவு செலவு விவரங்களும் ஒவ்வொரு வருஷமும் காரியதர்சியினுல் வைத்திய ஸம்மேளநம் கூடும்போது அங்கத்தினருக்கு அறிவிக்கப்படவேண்டும்.

(*m*) வருஷாந்தர ஸம்மேளநத்தில் அவசியமான அங்கத்தினர்கள் நியமிக்கப்படாவிட்டால், காரியதர்சி எழுத்துமூலமாக அவசியமானவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தி மாகாண அங்கத்தினர்களை நியமித்துவிடலாம்; விசேஷக்கமிட்டி ஒன்றை ஏற்படுத்தியாவது அம்மாகாண அங்கத்தினர்களை நியமிக்கலாம்; தகுந்த முயற்சிசெய்தும் ஒரு மாகாணத்திற்கு வேண்டிய அங்கத்தினர் அவ்வளவும் பூர்த்தியாகாவிட்டால் மற்றொரு மாகாணத்தில் அங்கத்தினர்களை அதிகப்படுத்தலாம்.

(*n*) வைத்திய ஸம்மேளநத்தின் ஸ்த்தாயிஸமிதியினுடைய காரியத்தைச் செய்பவரான எல்லா அங்கத்தினர்களுடைய அதிகாரமும் ஸமானமானதே. வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வேறுவைத்திய ஸபைகளுடைய பிரதான காரியதர்சிகளும் இவ் வைத்திய ஸம்மேளநத்தின் அதிகாரத்தின்படி இதன் அங்கத்தினர்களாகச் சேர்த்துக்கொள்ளப் படுவார்கள். இவர்களும், வித்யாபீடத்தின் மற்ற அங்கத்தினர் முதலானவர்களும் அவரவர்களுடைய அபிப்பிராயத்தை ஸம்மேளந ஸமயங்களில் கொடுப்பதற்கு அதிகாரம் பெற்றவராவார்கள்.

(*o*) ஒவ்வொரு அங்கத்தினரும்—அவர் எவ்வித அங்கத்தினராக இருந்தாலும்—ஸ்த்தாயிஸமிதிக்கு வருஷம் ஒன்றுக்கு மூன்று ரூபாய் சந்தா செலுத்த வேண்டும். ஸ்த்தாயிஸமிதிக்கு இத்தொகை வந்து சேராதவரையில் அவர் அங்கத்தினராகக் கருதப்படமாட்டார். அவசியமாயிருந்தால் எவரையாவது கௌரவ அங்கத்தினராக நியமிக்க மஹாமண்டலத்திற்கு அதிகாரமுண்டு.

(*p*) காரியதர்சி முதலிய அதிகாரத்தைப் பெற்றவர்களும், ஒரு வருஷத்தில் அக்கிராஸநாதிபதியாகவும் காரியதர்சியாகவும் இருந்தவர்களும் அடுத்த இரண்டு வருஷங்கள்வரையில் தங்களுடைய சந்தாவைச் செலுத்தத் தவறினுல் அவர்கள் மீண்டும் அவ்வதிகாரத்தையாவது அங்கத்தினர் என்னும் ஸ்த்தானத்தையாவது பெறமாட்டார்கள்.

6, 7, இவ்விரண்டு நியமங்களுள் ஒன்று "ஆயுர்வேத வித்யா பீடத்திற்கும்," மற்றொன்று "ஆயுர்வேத நிதி" ஸம்பந்தமான ஸமிதி அல்லது கமிட்டிக்கும் ஸம்பந்தப்பட்டவை; அவை இப்பொழுது இவ்வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு அவ்வளவாய் அவசியமானவையல்ல என்று நினைத்து அவ்விஷயங்களைப்பற்றிய நியமங்களை இங்கு நாம் விவரிக்காமல் விடுத்தோம்.

8. வரவேற்புச் சங்கம். இது "ஸ்வாகதகாரிணீ ஸபா" என்றும் சொல்லப்படும்:—

(*a*) வைத்தியஸம்மேளநம் கூடவேண்டிய இடத்தில், வரப்போகிற ஸம்மேளநத்தின் காரியங்களில் பலவற்றை நிறைவேற்றுவதன் பொருட்டு வரவேற்புச் சங்கம் ஒன்று ஏற்படுத்தப்படும். கடந்த ஸம்மேளநத்திற்குப் பிறகு ஆறுமாதங்களுக்குள் இந்த ஸங்கம் ஸ்தாபிக்கப் படவேண்டும்.

(*b*) ஸ்த்தாயி ஸமிதியின் அங்கீகாரத்தைப் பெற்று இந்த ஸங்கம் வரப்போகிற ஸம்மேளநத்திற்கு மூன்று மாதம் முன்னதாகவே நடக்கவேண்டிய விஷயங்களைப்பற்றிய ஒரு அறிக்கை வெளிப்படுத்தவேண்டும். அதை அனுஸரித்து ஸம்மேளந ஸமயத்தில் உத்தமமான சில வியாஸங்களைப் படிப்பதற்குத் தகுந்த ஏற்பாடுகளைச் செய்யவேண்டும். ஸம்மேளந நியமம் முதலியவை இந்த ஸங்கத்தின் மூலமாய் ஏற்படுத்தப்படும்.

(*c*) ப்ரதிநிதிகளிடமிருந்து திரவியங்களை வசூல் செய்யவும் அதிகாரமுண்டு.

(*d*) ஸம்மேளநம் முடிந்தபிறகு வரவு செலவு விஷயங்களையும், நடந்தேறிய மற்றக் காரியங்களையும் பற்றி ஒரு ரிபோர்டு தயார்செய்து ஸ்த்தாயி ஸமிதிக்கு மூன்று மாதத்திற்குள் அனுப்புவதுடன் மிச்சமுள்ள தொகையையும் அந்த ஸமிதிக்கு அனுப்பவேண்டியது.

(*e*) வரவேற்புச் சங்கத்தின் அக்கிராஸநாதிபதியாவது காரியதர்சியாவது இந்த ஸங்கம் ஏற்பட்ட விஷயத்தை ஸ்த்தாயி ஸமிதிக்கு உடனே தெரியப்படுத்த வேண்டும்.

9. பிரதிநிதிகளை (delegates) தெரிந்தெடுத்தல்:— (*a*) தகுந்த நியமங்களுடன் வேலை செய்யும் வைத்திய ஸபைகளாலாவது, அல்லது இதில் அபிமான (*b*) முள்ள வேறு ஸபைகளாலாவது, வரவேற்புச் சங்கத்

திலேயேயாவது, ஸ்த்தாயி ஸமிதியினாலாவது ஸம்மேளநத்திற்கு அவசியமான பிரதிநிதிகள் தெரிந்தெடுக்கப்படலாம்.

(*c*) ஒவ்வொரு ப்ரதிநிதியும் வரவேற்புச் சங்கத்தின் உதவிக்காக இரண்டு ரூபாய் கொடுக்க வேண்டும்.

(*d*) பிரதிநிதிகள் தாங்கள் செலுத்த வேண்டிய தொகையைச் செலுத்திவிட்ட பிறகு, வரவேற்புச் சங்கத்தினிடமிருந்து தவர்கள் அங்கீகரிக்கப்பட்டதாகக் கடிதம் கிடைத்ததும் அச்சங்கத்தின் காரியங்களில் தமது அபிப்பிராயம் முதலியதைக் கொடுப்பதற்கு அதிகாரம் பெற்றவராவார்கள்.

10. அக்கிராஸநாதிபதியைத் தெரிந்தெடுத்தல். வரவேற்புச் சங்கம் ஏற்படுத்தப்பட்டு இவ்விஷயம் ஸ்த்தாயி ஸமிதிக்குத் தெரியப் படுத்தப்பட்டதும், அந்த ஸமிதி சற்றேறக்குறைய 11-பெயர்களை இந்த ஸ்தானத்திற்கு யோக்யமானவர்களாகத் தெரிந்து சிபார்சு செய்ய, அதன்மேல் வரவேற்புச் சங்கம் அவ்விஷயத்தை ஆலோசித்து மற்ற வைத்திய ஸங்கங்களுக்கும் . தெரியப்படுத்தி, எந்த கனவானுக்காக அதிக பேருடைய அபிப்பிராயம் கிடைக்கின்றதோ அவரே ஸம்மேளநத்திற்கு அக்கிராஸநாதிபதியாகத் தெரிந்தெடுக்கப்பட்டவராவார்.

11. ஸம்மேளநத்தில் தீர்மானிக்கப்பட வேண்டிய விஷயங்களை நிர்த்தாரணம் செய்யும் கமிட்டி :-

(*a*) ஒவ்வொரு ஸம்மேளநத்திலும் அக்கிராஸநாதிபதியின் ஆரம்ப ப்ரஸங்கம் முடிந்ததும், பிரதிநிதிகள் ஒன்றுகூடி விஷய நிர்த்தாரணம் செய்யும் கமிட்டியை (Subject Committee) ஏற்படுத்தவேண்டும்.

(*b*) ஸம்மேளநத்தில் அவ்விஷயங்கள் பிரதிநிதிகளின் விசாரத்திற்கு வந்து அவசியமானபடி தீர்மானிக்கப்படும்.

(*c*) விஷய நிர்த்தாரண ஸங்கத்தில் ஒப்புக்கொள்ளாத விஷயம் ஸம்மேளநத்தில் பிரஸ்தாபத்திற்கு விடப்படமாட்டாது ; ஆனால் அந்த ஸங்கத்தில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட விஷயம் அக்கிராஸநாதிபதியின் அனுமதியின்பேரில் சிறிது வேறுவிதமாக மாற்றப்படலாமென்பதை பிரதிநிதிகள் பிரேரேபணை செய்ய அதிகாரமுடையவர்களே.

12. விஷயங்கள் தீர்மானிக்கப்படும் கிரமம்:— (*a*) ஸம்மேளநத்திலும் அதன் ஸம்பந்தப்பட்ட இதர ஸங்கங்களிலும் எந்த விஷயமும் அங்கத்தினர்களில் அதிகமானவர்கள் எவ்வாறு அபிப்பிராயப்படுகிறார்களோ அவ்விதமே தீர்மானிக்கப்படும் ; அவ்வாறு தீர்மானம் முடிவுக்கு வரும்போது அதை அக்கிராஸநாதிபதி தனது அபிப்பிராயத்தையும் முன்னிட்டு நிர்த்தாரணம் செய்வார்.

(*b*) எந்த விஷயமும் விவாதத்திற்கு வரும்போது அக்கிராஸநாதிபதியின் கட்டளை அவ்விஷயத்தில் கௌரவிக்கக்கூடியதாகும்.

13, 14, இந்த நியமங்களும் இப்பொழுது அவ்வளவாய் கவனிக்கக் கூடியவாறு பிரதானமானவையல்ல.)

15. நியமங்களை மாற்றுதல் முதலியன. ஸம்மேளநத்திற்கு ஸம்பந்தமான எந்த நியமமும் மாற்றப்படவேண்டிவந்தால், அடுத்த ஸம்மேளநம் கூடுவதற்கு ஒரு மாதம் முன்னதாகவே மஹாமண்டலத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட இதர ஸங்கங்களின் அபிப்ராயங்களையும் ஸ்த்தாயி ஸமிதியின் காரியதரிசி தெரிந்துகொண்டு அவ்விஷயத்தை ஸம்மேளநத்தின் விஷய நிர்த்தாரணக் கமிட்டியின் மூலமாய் விசாரத்திற்குக்கொண்டு வந்து, ஸம்மேளநத்தின் முன்பாக அம்மாறுதலை நிறைவேற்றவோ, மாற்றுமலே விட்டுவிடவோ கூடும்.

16. காரியம் எப்பொழுதும் நடந்துவருதல்:— ஸ்த்தாயி ஸமிதியின் பிரதான காரிய தர்சியினுடைய ஆலோசனையையும் முன்னிட்டு, மாகாணக் காரியதரிசிகள், ஸம்மேளநம் நடந்தேறும் மாகாணங்களிலுள்ள வைத்திய ஸங்கங்களுடைய ஆதரணையின் பேரில் அந்தந்த மாகாணத்திலுள்ள காரியங்களை நிறைவேற்றுவதில் உத்தரவாதிகளாவார்கள்.

ஸம்மேளநத்தின் விவரங்களே எமக்குத் தெரியவில்லையே யென்று சிலர் குறைகூறக் கூடுமென்று நினைத்து ஸம்ஸ்கிருதத்திலிருந்து அவற்றையும் இங்கு தமிழில் சுருக்கமாக மொழிபெயர்த்து விவரித்தோம்: இவ்வாறு மேற்கூறிய நியமங்களை யனுஸரித்து இது முதற்கொண்டே அநேகம் காரியங்களைச் செய்யவேண்டியிருக்கிறது. வரவேற்புச் சங்கத்தை ஸ்தாபிப்பதற்கு இனி அதிக காலதாமதம் செய்வதற்கில்லை. ஆனால் நாம் முன ஸஞ்சிகையில் எழுதிக் கேட்டுக்கொண்ட விதமாய் தென்னாட்டிலுள்ள வைத்தியர்களிடமிருந்து வேண்டியவளவு எமக்கு விவரமொன்றும் தகுந்தவாறு இன்னும் கிடைக்கவில்லை. சென்ற வருஷத்தில் கல்கத்தாவில் இந்த வைத்திய ஸம்மேளநம் நடந்தபோது சற்றே

றக்குறைய 700 அல்லது 800 பிரதிநிதிகள் அதற்காக வந்திருந்தனர். வட இந்தியாவில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு இவ்வைத்திய விஷயத்தில் சிரத்தையும், இது ஸம்பந்தமான காரியங்களில் உத்ஸாஹமும் அபரிமிதமாயிருப்பதுபோலவே அவர்களுக்கு செல்வமும் செல்வாக்கும் மேலோங்கி இருக்கின்றன. இத்தென்னிந்தியாவிலுள்ள வைத்தியர்கள் தமது சாஸ்திராபிவ்ருத்தியிலும், தம்முடைய செல்வாக்கின் அபிவிருத்தியிலும் சிரத்தையும் விச்வாஸமும் உடையவர்களாயிருந்தால், இப்பொபொழுது நடைபெறவேண்டிய வைத்திய ஸம்மேளநத்தை இச் சென்னையில் வெகு சீரும் சிறப்புமாகச் செய்வதற்கு முன்வரவேண்டியது இன்றியமையாததாகும். இவ்விதம் செய்வதற்கு வைத்தியர்களான நாம் கடமைப்பட்டிருக்கின்றோமென்பதை மறக்கக்கூடாது. நமது வைத்திய முறையையும் நம்மையும் முன்னேற்ற மடையச்செய்ய இந்த ஸம்மேளநம் கடவுளால் அளிக்கப்பெற்ற ஒரு அருமையான வரப்பிரஸாதமென்று நாம் நம்பவேண்டும். ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடைய பாக்கியம் இந்த ஸம்மேளநத்தினூடே உதயமாவதாக நிச்சயப்பீர்களாக.

THE INDIAN MEDICAL SERVICE.

இண்டியன் மெடிகல் ஸெர்வீஸ்.

ஐ. எம். எஸ், என்பது உயர்ந்த வைத்திய ஸம்பந்தமான அதிகாரத்தைப் பெறுவதற்குத் தகுந்த யோக்யதையைக் குறிக்கும் இண்டியன் மெடிகல் ஸெர்வீஸ் என்னும் பட்டத்தின் குறிகிய பெயராம். இதில் பிரவேசிப்பதற்கான போட்டிப் பரீக்ஷை இங்கிலாண்டில் நடந்துவருகின்றது. இந்தியாவில் பிரவித்தமான பெரிய ஆஸ்பத்ரிகளிலும், ஜில்லாக்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வைத்திய உத்தியோகங்களிலும், மற்றும் சிறந்த வைத்தியாதிகாரங்களிலும் பெரும்பாலும் இப்பட்டம்பெற்ற ஐரோப்பியர்களே உத்தியோகத்தில் நியமிக்கப்பட்டு வருகின்றனர் என்பது பலர் அறிந்த விஷயம். முதலில் இவ்வித பட்டம் பெற்றவர்கள் இராணுவத்தில் ஸர்ஜன்களாக நியமிக்கப்படுவார்களென்று ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தும், பிறகு க்ரமமாக பெரிய ஸிவில் ஸர்ஜன்களுடைய ஸ்தானங்களிலும் அவர்களே விசேஷமாக நியமனம் பெறும்படியான செல்வாக்கை அடைந்துவிட்டனர். எம். பி. ஸி. எம். முதலிய வைத்தியப் பட்டங்களைப் பெற்றவர்களான நமது இந்தியர்களுடைய ஸாமர்த்தியம் எவ்வளவு சிறந்ததாயிருப்பினும், அவர்களை ஸிவில் அஸிஸ்டெண்டு ஸர்ஜன் வேலைக்குமேல் உயர்த்துவது அரிது. இப்பொழுது க்ரமமாக இந்திய மாணவர்களிற் சிலர் மேனாடு சென்று பெருஞ் செலவு செய்து ஐ. எம். எஸ். பரீக்ஷையிலும் தேறி அக்கௌரவத்திற்கும் பாத்திரமாய் வருகின்றனர் என்று நாம் அப்போதைக்கப்போது பத்திரிகைகளின் மூலமாய் அறிந்து வருவதுடன், அவ்விதம் தேறிய சிலரை நேரிற் பார்த்தும் வருகின்றோம். இந்தியர்களில் சிலர் இவ்வித உயர்பதவியைப் பெறுவதற்கேற்ற யோக்யதைகளை ஸம்பாதித்துத் தாமும் தமது தேசமும் பெருமையுறக்கூடிய ஸமயமும் ஸமீபித்து விட்டதென்று ஆலோசித்து ஸந்தோஷமடைந்து வந்தோம். அடுத்த ஜூலை மாதம் முதல் ஐ. எம். எஸ். பரீக்ஷை நடத்தப்பட மாட்டாதென்றும், அவ்வித உத்தியோகஸ்தர்கள் தேவையாயிருந்தால் ஆர். ஏ எம். ஸி. இலிருந்து (அதாவது இங்லீஷ்ஸேனையில் உத்தியோகம் வஹிப்பவரிலிருந்து) அல்லது, ஐ. எம். எஸ். அந்தஸ்தில் தாத்காலிகமாக கமிஷன் பதவியை வஹித்தவரிலிருந்தாவது அவ்வேலைகளுக்கு உத்தியோகஸ்தர்களைத் தெரிந்தெடுக்கவேண்டும் என்றும் நிச்சயயித்து சென்ற மாதத்தில் இந்தியாமந்த்ரி ஓர் அறிக்கை வெளிப்படுத்தியிருக்கிறார். இது இந்தியர்விஷயத்தில் மிகப் பிரதிகூலமான ஏற்பாடென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. இங்கிலாண்டில் படிக்கும் இந்தியமாணுக்கர்களுக்குப் பிரதிநிதியாயிருந்து வரும் டாக்டர் ஜெ. என். மேடா என்னும் கனவான் இந்தியா என்கிற பத்திரிகையில் இவ்விஷயத்தை வெகு பலமாகத் தாக்கி எழுதியிருக்கிறார். முதலாவது இவ்வுத்தியோகத்திற்கு அவசியமானவர்களைத் தெரிந்தெடுப்பதென்னும் இப்புதிய முறைப்படி இந்தியர்களுக்கு யுக்தப்படி இவ்வுத்தியோக நியமநத்தில் பங்கு கிடைக்கமாட்டாது. ஆர். ஏ. எம். ஸி. என்பதிலாகட்டும், ஐ. எம். எஸ். இலாகட்டும் இந்தியர்களைவிட ஐரோப்பியர்களே 15 மடங்கு அதிகமாக தாத்காலிக கமிஷன் (temporary commission) என்னும் பதவியை வஹிப்பவராயிருக்கின்றனர்; ஆகவே ஐ. எம். எஸ். பதவியில் இந்தியர்கள் பதினறில் ஒரு ஸ்தானத்திற்கு அதிகமான இடத்

தைப் பெறக்கூடியவர்களாக எவ்விதத்திலும் தோற்ற
வில்லை. சென்ற இரண்டு வருஷங்களாக வெளிப்
படையாக நடத்தப்படும் இதன் போட்டிப் பரீக்ஷையில்
இந்தியர்கள் சற்றேறக்குறைய பாதி ஸ்தானங்களைப்
பூர்த்தி செய்யக் கூடியவர்களாய் விட்டனர். பதினு
றில் ஒரு பங்குக்குப் பதிலாய் பாதி ஸ்தானங்களை இந்
தியர்கள் பெற்றுவிடும் நிலைமைக்கு வந்துவிட்டனர்
என்றால் அது நன்றாகக்குறிப்பிடக்கூடிய அபிவிருத்தி
யென்பதற்குத் தடையென்ன? இவ்விஷயமான
இரண்டாவது ஆக்ஷேபமொன்று டாக்டர் மேடாவி
னால் நன்கு விளக்கவே குறிப்பிடப்பட்டிருக்கின்றது.
அவர் கூறுவதாவது:—

"ஆங்கிலேய வைத்தியர்களிலும் இந்திய வைத்தி
யர்களிலும் அநேகம்பேர் இப்பொழுது ஸிவில் ஆஸ்
பத்திரிகளில் ஆயிரக்கணக்கான ஸாதாரண பிணி
யாளிகளுக்கும், காயம்பட்ட ஸோல்ஜர்களுக்கும், கப்
பற்காரர்களுக்கும் சிகித்ஸை செய்வதில் தமது ஸாமர்
த்தியத்தை உபயோகித்து வருகின்றனர்; கமிஷன்
பதவியில் தாத்காலிகமாக நியமனம் பெற்றிருப்பவர்
எவ்வளவுவேலைசெய்துவருகின்றனரோ அவ்வளவுக்கு
மேலேயே செய்வதில்லையென்றாலும், அவர்களுக்குச்
சமமாகவே திறமையுடன் வேலைசெய்து வருகின்ற
னர் என்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. ஆனால் தெரிந்
தெடுத்து நியமிப்பதென்னும் இப்புதிய முறைப்படி
அவ்வாறு ஸிவில் ஆஸ்பத்ரிகளில் உழைத்து வருப
வர்—அவர்கள் வெகு குறைவான சம்பளத்தைப்பெற்
றுக்கொண்டு வேலைசெய்து வருவதுமல்லாமல்—
இந்த ஐ. எம். எஸ். உத்தியோகத்தைப் பெறுவதற்கு
எப்பொழுதுமே ஸௌகர்யம் வாய்க்கமாட்டாதென்
கிற குறைவும் உண்டாய்விடுகிறது.

"அநேகம் இந்திய டாக்டர்கள் பல மாஸக்கணக்
காக இராணுவத்தில் காயம்பட்டவர்களுக்கு வேண்
டிய சிகித்ஸைகளைச் செய்துகொண்டுவந்தும், அவர்
கள் இன்னும் கமிஷன் பதவிக்கு உயர்த்தப்படாமலே
யிருக்க, ஆங்கிலேயர் மாத்திரம் ஆர். ஏ. எம். ஸி.
என்னும் இராணுவ ஸேவகத்தில் பிரவேசித்த சீக்கி
ரத்திலேயே—இந்தியர்களைப் புறக்கணித்துவிட்டு
ஐ. எம். எஸ். பதவிக்குவேண்டிய உத்தியோகத்திற்கு
உயர்த்தப்படுகின்றனர்.

"இந்தியா ஆபீஸ் இந்தியர்களுடைய விஷயத்தில்
ஏன் இவ்வளவு மந்தமாகவும் பிற்போக்குடையதாகவும்
இருக்கின்றதோ அறிய முடியவில்லை. இவ்வாறு
காயமுண்ட ஸோல்ஜர் முதலானவர்களுக்கு சிகிஸை
செய்துவரும் இந்திய டாக்டர்கள் இதுவரையில் கமி
ஷன் பதவியைப் பெறாமலே இருந்துவந்தாலும், பிற
காவது எப்பொழுதேனும் கமிஷன் பதவிக்குத்
தெரிந்தெடுக்கப்படுவார்கள் என்று நினைக்க வழி
யுண்டா?"

மூன்றாவது முறைப்பாடு என்னவென்றால்:—இந்
தியா மந்த்ரி இவ்விஷயத்தைக் கூடுமானவரையில்
இன்னும் சில மாதங்கள் முன்னதாகவே வெளிப்
படுத்தாமல் திடீரென்று இப்பொழுது இவ்வாறு உத்
தரவு பிறப்பித்ததேயாம். அடுத்த போட்டிப் பரீ
க்ஷைகளுக்குத் தயாராவதற்காக இந்தியமாணுக்கர்க
ளில் வெகுபேர் எற்கனவே இங்கிலாண்டுக்குப் போ
யிருக்கின்றனர். இத்தருணத்தில் அடுத்த ஜூலைக்
குப் பிறகு இப்பரீக்ஷை சில நாட்கள்வரையில் எடு
பட்டுப் போமென்று இவ்வித உத்தரவு பிறப்பிக்கப்படு
மானால் அவ்வேழை மாணுக்கர்கள் மனோரத பங்க
மடைந்து வீணே வருந்தவேண்டியவர்களாய் விடுவ
ரல்லவா? "இவர்களின் புதிதாகச் சென்ற அநேகம்
பெயர் இந்தியாஆபீஸுக்கும் யுத்தஆபீஸுக்கும்
தங்களை தாத்காலிக கமிஷன் பதவியிலாவது சேர்த்
துக்கொள்ளவேண்டுமென்று விண்ணப்பங்கள் செய்து
கொண்டும் அவை வீணாய்விட்டன" என்பது நம்ம
வர்களால் இன்னும் முக்கியமாகக் குறிப்பிடக் கூடி
யது. ஆகவே இப்பொழுது இருக்கும் நிலைமையைக்
கவனித்தால், இந்தியர்கள் ஐ. எம். எஸ். பதவியைப்
பெறுவதற்கான செல்வாக்குடையவர்களாகக் காணப்
படவில்லை. இப்பரீக்ஷை சிறிதுகாலம் நிறுத்தப்படு
மென்கிற விஷயம் உறுதியாக்கப்பட்டிருந்தால், இப்
பொழுது ஆஸ்பத்ரிகளில் ஸேவகம்செய்து வருபவர்
களிலிருந்தாவது இந்திய டாக்டர்களை இவ்வுத்தி
யோகத்திற்கு ஆங்கிலேயரைப் போலவே தெரிந்
தெடுக்கவேண்டுமென்று அவர்கள் கேட்டுக்கொள்ளும்
வெகு ஸாதாரணமான இவ்வேண்டுகோளையாவது
இராஜாங்கத்தார் செவிகொடுத்துக் கேட்பது மிகவும்
அவசியமென்று நாம் சொல்லவேண்டியதில்லை. மஹத்
தான யுத்தம் நடந்தேறும் இத்தருணத்தில் ஐ. எம.
எஸ். பரீக்ஷையில் அதிக அளவான மாணுக்கர்கள்
தேறிவிட்டால், அவர்களுக்கெல்லாம் அவர்களுடைய
அதிகாரப்பத்திரத்திலுள்ள உறுதிமொழிப்படி உட
னே உத்தியோகம் கொடுப்பது சிறிது கஷ்டஸாத்
தியமாய் விடுமென்று எண்ணி இப்பரீக்ஷையை நிறுத்தி
வைத்திருக்கலாம்; அவ்விதமானால் அதற்காக இந்தி
யர்கள் எதும் முறையிட்டுக்கொள்ள முன்வரமாட்
டார்கள், ஆனால் தெரிந்தெடுக்கும் விஷயத்திலும்
ஆங்கிலேய டாக்டர்களையே கவனிப்பதும், இந்திய
டாக்டர்களைப் புறக்கணிப்பதும் இந்த ஸமயத்திலும்
அல்லது எந்த ஸமயத்திலும் நியாயமென்று கருதப்
படமாட்டாது.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ வினுக்களும் விடைகளும்.

வினு 8. கோ-ஆ-குலேன்.

"ஐயா! "வைத்திய கலாநிதியின்" சென்ற பங்குனி மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் 101-ம் பக்கத்தில் 'இரத்தத்தை வெளிப்படாமல் தடுக்கும் ஓர் நூதன ஔஷதம்' கோ-ஆ குலேன் என்கிற பெயருடன் கண்டு பிடிக்கப்பட்டிருப்பதாகத் தெரிவிக்கிறீர்கள். ஆனால் அவ் வௌஷதம் நமக்குக் கிடைக்குமா? கிடைக்குமாயின் எங்கிருந்து? அதன் விலை என்ன? என்கிற விவரங்கள் ஒன்றும் குறிப்பிடப்படவில்லை. தெரிந்தால் நாமும் அவ்வௌஷதத்தை உபயோகிக்கலாம் என்றெண்ணுகிறேன். தயவு செய்து பதில் கொடுப்பீர்களாக."

வி. எஸ். ஐயன் பிள்ளை.

விடை:—தாங்கள் தயவுசெய்து மற்றொரு முறை சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் 'கொ-ஆ-குலென்' என்பதைப்பற்றிய குறிப்பைக் கவனிப்பீர்களாக. அவ் வௌஷதம் யுத்தகளங்களில் அதிக அளவாக வேண்டியிருக்குமாகையால் வேறிடங்களுக்கு அது அனுப்பப்படுவது அரிதாயிருக்கும்; மேலும் இச்சமயத்தில் இத்தேசத்திற்கு அவ்விடத்திலிருந்து அவ்வித ஔஷதங்களை ஏற்றுமதி செய்வதும் அஸாத்தியம். ஆகவே நமக்குக் கிடைக்காது. வியாபாரத்திற்கென்று அவ்வௌஷதம் வெளியில் வந்த பிறகல்லவோ அதன் விலை வாசி முதலியவை அறியப்படலாம். ப-ர்.

வினு. 9. யவதான்யம்.

"ஐயா! தயவு செய்து அடியிற்கண்ட வினுக்களுக்கு தாங்களாவது (பத்திராதிபர்), வைத்திய கலாநிதியின் கையொப்பக்காரர்களில் எவராவது விடையளிக்கக் கோருகிறேன்,

(1) யவதானியம் என்றால் என்ன?

(2) அதன் உபயோகங்கள் யாவை?

(3) அது கிடைக்குமிடம் யாது?"

M. வைத்தியநாத முதலியார்.

விடை:—(1) இதை யவதான்யம் என்றே பலர் ஸாதாரணமாய் வழங்குவதுண்டு. சிலர் இதை வாற்கோதுமை யென்றும் கூறுவதாய் அறியப்படுகிறது. சில வைத்திய நிகண்டுக்களில் விவரித்திருப்பதைக் கொண்டு இக்காலத்தில் பார்லியென்று ஆங்கிலத்தில் வழங்கப்படும் தான்யமே 'யவம்' என்பதாகத் தெரிய வருகிறது.

(2) இதற்கு சீதவீர்யம்-அதாவது அழற்சியைப் போக்கி தேஹதாதுக்களைக் குளிரச்செய்யும் குணமுண்டு; இது மலத்தையும் முக்கியமாக மூத்திரத்தையும் தாராளமாக வெளிப்படுத்தும்; தாதுக்களை நன்றாகப் போஷிக்கும்; ச்வாஸகாஸம் முதலிய ரோகங்களிலும் குணமுண்டாக்குவதாகவும் அறியப்படுகிறது. இதைக் கஞ்சியாகக் காய்ச்சி உபயோகிப்பது தான் வழக்கம்.

(3) அமெரிக்காவிலிருந்து விசேஷமாக விளைந்து இவ்விடங்களுக்கு ஏற்றுமதி செய்யப்படுகிறது; ஆசியா கண்டத்திலும் சிற்சில விடங்களில் விளைவதுண்டு. பார்லி அரிசியென்று கேட்டால் சில கடைகளில் இத்தான்யம் கிடைக்கும். ப-ர்.

வினு 10. காதிரைத்தல்

சென்ற சில வாரங்களாக நான் காதில் ஒருவித இரைத்தலுண்டாய் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறேன். இதற்கு என்ன விதமான சிகித்ஸை உசிதமோ தயவுசெய்து தாங்கள் தெரியப்படுத்துவீர்களா?

W. C.

விடை:—காதுகளில் குறும்பி அதிகமாகச் சேர்ந்து விடுவதே பெரும்பாலும் இரைத்தலுக்குக் காரணமாயிருக்கும்; அதை ஸாதாரணமாக வெளிப்படுத்தமுடியாவிட்டால் உம்முடைய வைத்தியரிடம் சென்று அதை வெளிப்படுத்தச் சொல்லும். ஆனால் பலஹீனம், பாண்டுரோகம், கீல்வாயு, காமாலை முதலிய ரோகங்களாலும், காதுக்குள்ளிருக்கும் சவ்வு வறட்சியுறுவதாலும் காதிரைத்தல் ஸம்பவிப்பதுண்டு. ஆனால் உம்முடைய கடிதத்திற்கண்டுள்ள விஷயங்களைக்கொண்டு குறும்பி அதிகரிப்பதானுலேயே இவ்வித இரைத்தல் உண்டாயிருக்கவேண்டுமென்று நிச்சயிக்கிறோம்; அதை வெளிப்படுத்தி காதுகளைச் சுத்தம் செய்து கொண்டால், அதற்குமேல் எவ்வித சிகித்ஸையும் அவசியமிராது. ப-ர்.

3-வது கேள்விக்கு விடை:—"பங்குனி மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் காமாலையும் அதன் சிகித்ஸையும் என்ற தலைப்பின் கீழ் மிஸ்டர் கே. என். அருணாசல ஐயரவர்கள் கேட்ட ஸந்தேஹ வினுவுக்கு விடை.

(1) காமாலை ரோகத்தில் ஜ்வரமிருப்பதாக நமக்கு வெளிப்படையாய்த் தோன்றாவிடினும் ஜ்வரமில்லாதிருப்பதில்லை; ஆனால் இந்த ஜ்வரத்துக்கும் இதர தேஹிகளின் ஜ்வரத்துக்கும் பெரும் பேதமுண்டு.

இந்த ரோகிக்கு இரக்தாசயமும் நாடியும் வெகு தீவிர கதியாய் நடப்பதைப் பார்க்கலாம். நாடிகள் படபடத்து நடப்பதால் உஷ்ணம் அதிகரிக்கிறது. இந்த உஷ்ணமே சிலருக்கு ஜ்வரம்போல் கதித்துக் காண்பதால் நாம் இதையும் ஜ்வரமென்கிறோம். நெஞ்சிலிருந்து உதரவரை வெந்து புண்ணுகி அப்புண்ணின் கோதிப்பாலுண்டாகும் உஷ்ணத்திற்கு அக்கரஜ்வரமென ஆன்றோர்களே பெயர் கொடுத்துவிட்டு அவற்றின் சிகித்ஸையை மாத்திரம் சீதள ஒளஷத சிகித்ஸையாகத் தீர்மானித்திருக்கிறார்கள். இதுபோல் இன்னும் எண்ணிறந்த ரோகங்களில் உஷ்ணங்கதித்து ஜ்வரம்போல் வெதும்பி எமாற்றுவதுண்டு. ஆதலால் காமாலை ரோகிக்கு இயற்கையாய்க் கதிக்கும் உஷ்ணம், காங்கையா அல்லது ஸாதாரண ஜ்வரரோகந்தானு எனத் தீர்மானித்துக் கொண்டு மாசிமாதத்திய ஸஞ்சிகையில் காமாலையைப்பற்றிய வியாஸத்திலுள்ளபடி மருந்தை உபயோகிக்கவேண்டும். ஜ்வரரோகமெனத் திட்டமாய்த் தெரிந்தால் கதிப்பான ஜ்வரம் சற்றுத் தணியும்படி ஜ்வரமருந்துகளை முன்னதாகக் கொடுத்துப் பின்னர் இந்த மருந்தை உபயோகிக்கலாம். ஆகவே கடினஜ்வரத்தில் உபயோகியாமல் மட்டான ஜ்வரங்களில் தாராளமாய்க் கையாளலாமென்று தெளிக.

(2) கதிப்பான ஜ்வரமுள்ள காமாலைத்தேஹிக்கு இவ்வௌஷதமுபயோகித்தால் பால் சாதபத்தியமும், குறைவான காங்கையுள்ள தேஹிகட்குத் தயிர்ச்சாதமும் உபயோகிக்கவேண்டியது."

வி. எஸ். ஐயன்பிள்ளைவைத்தியர்

[இரண்டாவது வினுவுக்கு அளிக்கப்பட்டிருக்கும் விடை அதற்கு ஸம்பந்தப்பட்டதாகத் தோற்றவில்லை. ப-ர்.]

7-வது கேள்விக்கு விடை:—"ஐயா! சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் D. S. என்பவர் அர்சோக (மூலம்)சிகித்ஸையைத் தெரிந்துகொள்வதற்குக் கேட்டிருந்த ஸந்தேஹ வினுவைப் படித்தேன்.

(1) தாமரைப்பூவிலுள்ள தாதுகளை யெடுத்து வெண்ணெயில் குழைத்து நாள் தோறும் காலையில் சிறிதளவு சாப்பிட்டுவந்தால் இரத்தக் கசிவையும் ஆஸனக்கடுப்பையும் நிவிருத்தி செய்யும். இது நன்றாக ஸௌக்கியந்தரக்கூடியதென்று எமது அனுபவத்தில் வந்த முறைபாகும்.

(2) "ஸ்த்தலஸூரணரஸாயநத்தை" (சேனைக் கிழங்கால் செய்த லேஹ்யம்) மூன்றுமாத காலம் உபயோகித்து வந்தால் மூல முளைகள் பெரும்பாலும் அற்றுப்போவதுண்டு. [அந்த ரஸாயநதின் செய்முறை பின் வருமாறு:—சேனைக்கிழங்கு 24-பலம், வெங்காயம் 12-பலம், இந்துப்பு 4-பலம் இவற்றை நன்றாக நறுக்கி, சுமார் 48 ஆழாக்கு ஜலத்தில் சேர்த்து, ஜலம் முழுமையும் சுண்டிப்போகும் வரையில் காய்ச்சி, அப்பால் 16-பலம் நெய் சேர்த்துத் துடுப்பால் துளாவிக் கொண்டே பக்குவம் செய்யவும்; தேன்போல் அதில் திரமுண்டானவுடனே இறக்கி, சித்திரமூலப்பொடி 8-பலம், த்ரிபலா சூர்ணம் 6-பலம், தாமரையின் தாதுகள் இரண்டுபலம், கற்கண்டுப்பொடி 24-பலம் இவற்றைச் சேர்த்து நன்றாகக் கிளறி, ஆறியபிறகு 8-பலம் தேனையும் சேர்த்துக் கலக்கவும். இரண்டொரு கழற்சி பெடை தினத்திற்கு மூன்று வேளை வீதம் இதை உபயோகிக்கலாம்."

(3) மேற்கூறிய ஒளஷதமே உள்மூலம் வெளிமூலம் இரண்டுக்கும் உபயோகப்படும்.

தே. நீலகண்டசர்மா.

கடிதம் எழுதியவர்களுக்கு அறிவிப்பு.

V. N. கணபதி முதலியார்:—தாங்கள் மெல்லிய காகிதத்தில் இரண்டு பக்கங்களிலும் எழுதியிருப்பதால் விஷயத்தைப் படிப்பது கஷ்டமாயிருக்கிறது. மேலும் அது வியாஸமுமன்று, சுருக்கமான கடிதமுமன்று. தயவு செய்து விஷயத்தைச் சுருக்கமாகத் தெரிவிக்கக் கோருகிறோம்.

நடேசன, திருக்காட்டுப்பள்ளி:—தாங்கள் எழுதியது பத்திரிகையில் பிரசுரிக்கக்கூடிய விஷயமாகத் தோற்றவில்லை. நேரில் கடிதமூலமாகத் தெரியப் படுத்தவேண்டுமானுல் தயவு செய்து ஸ்டாம்பு அனுப்புங்கள் கடிதமூலமாகப் பதில் அபேக்ஷிப்பவர் அதற்கு வேண்டிய ஸ்டாம்பு அனுப்பாதவரையில் அவர்களுடைய கடிதங்களுக்குப் பதில் எழுதப்படமாட்டாது—ப-ர்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

பால்-துத்தம்.

இது வெண்துத்தமென்றும், துத்தநாக உப்பென்றும் வழங்கப்படும். இதை ஒன்று முதல் இரண்டு குன்று மணி யெடை வரையில் முதலில் உபயோகித்து, பிறகு கிரமமாக 5-குன்றுமணி யெடை வரையில் உபயோகிக்கலாம். இது பல்யம் (tonic), ஸ்தம்பநம் (astringeut), ஆக்ஷேபகஹரம் (anti spasmodic) என்னும் வேலைகளைச்செய்யும். ஆகவே இதை பலங்குன்றியவர்களுக்கு உட்கொள்ளக் கொடுப்பது சில வைத்தியர்களின் வழக்கம். ஆனால் இது எவ்வளவுக்கெவ்வளவு முற்கூறிய வேலைகளைச்செய்கின்றதோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு அடுத்தாற்போல் தேஹத்தில் சிறிது சோர்வையும் உண்டுபண்ணுவதுண்டு. மயக்கம் முதலிய துர்க்குணந்தரக்கூடிய விஷப்பொருட்களை எவரேனும் உட்கொண்டிருக்கையில், அவற்றைக் குடலிலிருந்து வெளிப்படுத்துவதற்கு இதை வமநகாரியான ஔஷதமாக உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். இது ஜலத்தில் கரையக்கூடிய உப்பாயிருப்பதால், அவ்வாறு வமநத்தை யுண்டுபண்ண வெந்நீரிலோ இல்லாவிடில் குளிர்ந்த நீரிலோ கலந்து உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். இதை ஆழாக்கு ஜலத்திற்கு 10 முதல் 30 குன்றுமணியெடை வீதம் போட்டுக் கலக்கி நேத்திரக்கழுவுநீராகவும், ஸாதாரண விரணங்களைக் கழுவும் நீராகவும் உபயோகிக்கலாம்.

இஞ்சி.

இந்தியாவில் ஹிமாலயம் முதல் கன்யாகுமரி வரையிலும் எங்கும் விளையும் மிகப்பிரஸித்தமான சரக்கு. ஈரமாயிருக்கையில் இஞ்சியென்றும், சுஷ்க்கமாகப்போன பின்பு சுக்கென்றும் கூறப்படுகின்றதாயினும், இவற்றிற்கு விசேஷ குணபேதம் உண்டாவதில்லையென்று அறியப்படுகிறது.

இதற்கு ஒருவித நறுமணமுண்டு; இது வயிற்றில் சேரும் வாயுவை ஹரிக்கும்; உத்ஸாஹத்தையும் உத்தீபநம் செய்யும். (1) ஆகவே அஜீர்ணத்திலும், வயிற்றுப்பொருமலிலும், இரைப்பையின் இசிவிலும் உபயோகிக்கக்கூடிய சரக்கு. (2) வயிற்றுளைத்தலையும் குமட்டலையும் அடக்குவதற்காக ஆமணக்கெண்ணெய் முதலிய விரேசனஔஷதங்களுடன் இதன் சாற்றைக் கூட்டிக்கொடுப்பது உத்தமம்; அல்லது இதன் ஒரு சிறு துண்டையாவது அவ்வித ஔஷதமுண்ட பிறகு இந்துப்புடன் கடித்து மென்று விழுங்கலாம். (3) உலர்ந்த இஞ்சியைக்கொண்டு வீட்டில் அவரவர்களே ஒருவித ஔஷதம் பின்வருமாறு தயார்செய்து கொள்ளலாம். சுக்கை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து அதில் 3-பலமெடை யெடுத்து இருபது அவுன்ஸ் ப்ராண்டியில் சேர்த்து, 10-நாட்கள் வரையில் ஊறவைத்து, அப்பால் திரவத்தை மட்டும் வடிக்கட்டி ஒரு புட்டியில் போட்டு வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டியளவோ அல்லது அதற்குச் சிறிது அதிகமாகவோ விரேசன ஔஷதங்களில் கலந்து கொடுக்கலாம்; இவ்வௌஷதம் வயிற்றில் சேர்ந்துள்ள புளிப்பையும் போக்குவதில் சிறந்த வீர்யமுள்ளது; அஜீர்ணத்தையும் வயிற்றுப்பொருமலையும் போக்குவதற்கு இதை மட்டுமோ அல்லது அவ்விதகுணமுள்ள வேறு ஔஷதசரக்குகளுடன் கூட்டியோ கொடுக்கலாம். (4) ஒரு பலம் சுக்கை வறுத்து உடைத்து, அரைப்படி ஜலத்தில் போட்டு, பாத்திரத்தின் வாயைமூடி ஒரு மணிநேரம் காய்ச்சி வடிக்கட்டி யெடுக்கவும். இக்கஷாயத்தை வயிற்றுவலி, வயிற்றுப்பொருமல், வாந்தி, குடல் முதலியவற்றிலுண்டாம் உளைத்தல் என்னும் இந்நோய்களில் 1 அல்லது 2-அவுன்ஸ் அளவாக ஒரு மணிக்கு ஒரு முறை இளஞ்சூடாக உட்கொண்டுவந்தால் சீக்கிரத்தில் நற்குணமுண்டாகும். உஷாக்ஷாரம் என்கிற ஸோடாவுப்பும் இக்காஷயத்தில் சிறிதளவு சேர்க்கப்படுமானால் முற்கூறிய இதன் குணங்கள் அதிகமாய், உபயோகிப்பவருக்கு வெகு சீக்கிரத்தில் ஸௌக்கிய மேற்படும். குழந்தைகளுக்கு ஒரு தேக்கரண்டியளவு கஷாயம் போதுமானது. (5) சுமார் 6-அவுன்ஸ் ஜலத்தில் ½ பலம் சுக்கை நறுக்கிப்போட்டுக் கொதிக்கவைத்து வடிக்கட்டி யெடுக்கவும்; இதை ஆமவாதமென்னும் ஒருவித சீல்வாயுவில் இரவில் படுக்கும்போது உஷ்ணமாகவே குடிக்கக் கொடுத்து, துப்பட்டியால் உடம்பைப் போர்த்துவிட விசேஷமாக வியர்வையுண்டாய் குறிப்பிடக்கூடியவாறு சீக்கிரத்திற் குணமுண்டாகும். முறைக் காய்ச்சல்களிலும் ஜலதோஷம் முதலியவற்றால் கபம் அதிகரித்திருக்கும்போதும் இதே கஷாயத்தை இவ்விதமே உபயோ

கிச்ச வெகு சீக்கிரத்தில் ஸௌக்கிய முண்டாவ துண்டு. (6) இஞ்சியையாவது சுக்கையாவது சிறிது ஜலம்விட்டு நுண்மையாக அரைத்துக் கொதிக்கவைத்து சுடச் சுட நெற்றியிலும் தலையிலும் பற்றுப்போட்டால் பலவிதகாரணங்களாலுண்டாகும்தலைவலிதீரும்.

காலராவுக்குக் கைகண்ட மருந்து.

ராஜா. டி. வெங்கடேச பட்டர் என்னும் ஆயுர்வேத வைத்தியர் தமது அனுபவத்தில் வந்த எளிதில் செய்து கொள்ளக்கூடிய அடியில் குறிப்பிடப்படும் முறையை வைத்திய கலாநிதியில் வெளிப்படுத்த எழுதியனுப்பினர்:—

"கற்பூரம் ½ பலமெடை, பளிங்குசாம் ப்ராணி ½ பலமெடை; இவ்விரண்டையும் முதலில் நன்கு உஷ்ணமுண்டாகும்படி கல்வத்திலிட்டு ஆட்டவும். பிறகு இரண்டு குன்றுமணி யெடை அபினையும் சேர்த்து அரைத்து மிளகுப்பிரமாணம் உருண்டைகளாகச் செய்து, காலராகண்ட கூடிய சீக்கிரத்தில் அடிக்கடியும் ஜலத்துடன் கலந்து விழுங்கி விடச் சொல்லலாம். குணமுண்டாகும் வரையில் கொடுத்து வரவும். அஜீர்ண பேதிகளுக்கும் சீதபேதிக்குங்கூட இது உபயோகப்படும்."

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

மைசூர் ஆயுர்வேத காலேஜுக்கு மாணவர்கள்.

மைசூரில் அக்கவர்ன்மெண்டாரால் ஓர் ஆயுர்வேத கலாசாலை நிர்வஹிக்கப்பட்டு வருவது பலருக்குத் தெரிந்திருக்கலாம். அக்கலாசாலையில் சேரும் வித்தியார்த்திகள் 4-வருஷகாலம் கல்வி கற்கவேண்டும். அவர்களுக்கு இராஜாங்கத்தில் சிறிது திரவிய ஸஹாயமும் செய்யப்படுகிறது. முதல் வருஷத்தில் மாதம் ஒன்றுக்கு 3-ரூபாய்க்குக் குறையாமலும், இரண்டாவது வருஷத்தில் 4-ரூபாய்க்குக் குறையாமலும், மற்ற இரண்டு வருஷங்களிலும் மாதம் 5-ரூபாயும் ஸ்காலர்ஷிப்பு உதவப்படுமென்று அக்கவர்ன்மெண்டார் வெளியிட்டிருக்கிறார்கள். இத்தனை மாணுக்கருக்கு ஸ்காலர்ஷிப்புகள் கொடுக்கப்படுமென்கிற விவரம் சீக்கிரத்தில் வெளியாகும். எவ்விதமாயினும் முதல் வருஷத்தில் மாதம் ஒன்றுக்கு ஸ்காலர் ஷிப்புக்காக மொத்தம் 40-ரூபாயும், இரண்டாவது வருஷத்தில் மாதம் 50-ரூபாயும், மற்ற இரண்டு வருஷங்களிலும் மாதம் 60-ரூபாயும் செலவழிக்கப்படுமென்று குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது.

கேரளீய ஆயுர்வேத ஸமாஜம்.

இந்த மேமீ 15உ ஷோரனூருக்கடுத்த செருத்துருத்தி என்னுமிடத்தில் கேரளீய ஆயுர்வேத ஸமாஜத்தின் ஆதரவில் ஒரு வைத்திய சாலையின் பொருட்டு கட்டடம் கட்டுவதற்காக ஸ்ரீமான் கள்ளிக்கோட்டை ஜாமோரின் அவர்களைக்கொண்டு அஸ்திவாரக்கல் நாட்டப்பட்டதென்று அறிவிக்க நாம் ஸந்தோஷப்படுகிறோம். அக்கொண்டாட்டத்திற்காக அதற்குச் சமீபமாயுள்ள அநேக இராஜாக்களும், ஜமீன்தார்களும், வேறு பிரபல கனவான்களும் விஜயம்செய்து அதைக் கௌரவப்படுத்தியதுமல்லாமல், ஆயிரக்கணக்கான திரவியமும் அவ்வைத்தியசாலைக்கு உதவப்பட்டதென்று அறிய நாம் மிகக் களிப்புறுகிறோம். கேரள தேசத்தில் ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்திற்கு எப்பொழுதுமே சிறந்த மதிப்புண்டென்பது உண்மையாகையால் அவ்விடத்தில் இவ்வித முயற்சிகள் நடைபெறுவதென்பது ஆச்சரியமல்ல.

பாட்டும் பிணியகற்றுமாம்.

மனிதருடைய மனப்போக்கில் ஸங்கீதத்திற்குண்டான சக்தி வெகுப் பிரஸித்தமான விஷயமேயாம். ஸேனைகளின் இடையிற் பாடப்படும் பாட்டானது போர்ச்சேவகர்களை யுத்தத்தில் மதிமயக்கி மிசக்கடுமையாகப் போர் செய்யத் தூண்டிவிடுகின்றது. ஸங்கீதம் காதலர்களிடம் அன்பை அதிகரிக்கச்செய்துவிடுவதியல்பு. மிகுதியான மனக்குழப்பம் தோன்றியிருக்கையில், அக்கவலையைத் தடுத்து மனதில் ஒருவாறு உத்ஸாஹமுண்டுபண்ணி ஆறுதலைக்கொடுக்கவல்லது ஸங்கீதமேயன்றி வேறொன்றல்ல. மிக மந்த

மான மனதையும் மகிழச் செய்து, அவரவருடைய வேலையில் சுருசுருப்பாகப் பிரவ்ருத்தியை யுண்டுபண்ணும் சக்தி ஸங்கீதத்திற்குண்டு. 'மனத்தில் மாத்திரமல்ல, தேஹத்திலும் அந்தந்த அவயவங்கள் செய்யவேண்டிய இயற்கை வேலைகளைத் தூண்டுவதற்கான ஔஷதங்களுக்சேற்ற விசேஷ சக்தியும் ஸங்கீதத்திற்கு இருக்கின்றதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை' என்று ப்ரொபஸ்ஸர் டார்ச்சனுப் (Prof. Tarchanoff) என்பவர் அபிப்பிராயப்படுகிறார். மனத்துயரம் அல்லது மனோவியாதி, ஸூதகதோஷத்தாலுண்டாகும் வாத வியாதிகள், சாக்கைவலி முதலிய ரோகங்களில் ஸங்கீதம் நற்குணமுண்டாக்கக் கூடியவாறு உபயோகப்படுகிறது. சில வியாதிகளால் தூக்க முண்டாகாமல் வருந்துபவருக்கு மனதை ஆனந்தப்படுத்தி நல்ல நித்திரையை யுண்டுபண்ண இதைவிட சிறந்த ஔஷதம் வேறொன்றில்லை. ஸங்கீதத் தொனியை அப்போதைக்கப்போது கேட்டுக்கொண்டிருந்த ஒருவனுக்கு அதற்கு முன் அடிக்கடியும் தோன்றி வந்த ஆக்ஷேபகம் என்னும் இசிவானது வராமலே நின்று விட்டதாக மிகப் பெயர் பெற்ற 'லான்ஸெட்' என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகை கூறுகிறது.

மூளை அறுப்பட்ட யுத்த வீரன்.

ப்ரெஞ்சுக்காரருடைய இராணுவ ஆஸ்பத்ரியில் ஓர் ஆச்சரியகரமான சஸ்திர சிகித்ஸை நிறைவேற்றப்பட்டதாம். காயமுண்ட ஒரு ஸோல்ஜருடைய மூளையில்—அவ்வவயவத்திற்கு எவ்வித கேடும் ஸம்பவிச்சாவண்ணம்—ஆறில் ஒரு பாகம் அறுத்தெறியப்பட்டது. டாக்டர் எ. லாவெரன் என்பவர் இவ்வாச்சரியகரமான சஸ்திர சிகித்ஸையின் முறையை ப்ரான்ஸிலுள்ள "அகாடமி ஆப் ஸயென்ஸெஸ்" என்கிற சாஸ்திராராய்ச்சிச்சாலையில் விவரமாக எடுத்துக் கூறினார். இவ்வாறு காயம்பட்ட ஸோல்ஜர் ஆஸ்பத்ரிக்குக் கொண்டுசேரப்படுகையில் அவன் சிரஸ்ஸின் பின் பக்கத்துக் கபால வெலும்பிற்கு நேராக (Occipital region) மூளைக்குள் ஊடுருவிய ஒரு ரணம் காணப்பட்டது. உடைந்திருந்த கபால வெலும்பின் துண்டுகள் இடது பக்கத்து மூளையில் வித்ரதி யென்னும் சீழ்க்கட்டியை யுண்டாக்கக் காரணமாயிருந்தன. ஆஸ்பத்ரித்தலைமை ஸர்ஜனான டாக்டர் எ. குவேபின் என்பவரால் அவ்வித்ரதி அறுக்கப்பட்டு சுத்தம் செய்யப்பட்டது; ஆனால் மீண்டும் வேறு புதிய சீழ்க்கட்டிகள் உண்டாயின; அக்கட்டிகளையும், அப்புண்களுடன் பிதுங்கிவந்து கெட்டுப்போயிருந்த மூளையின் சில பாகத்தையும் டாக்டர் குவேபின் என்பவரே மறுபடியும் இரண்டு முறை அறுத்து ஸ்வஸ்த்தம் செய்தார். ஆகவே அந்த ஸோல்ஜர் தன் மூளையின் இடது பாகத்தில் மூன்றி லொருபாகத்தை (முழு மூளையில் ஆறிலொரு பாகத்தை) இழந்துவிட நேரிட்டது. இருந்தாலும் அவனுடைய மனப்போக்குகளிலாவது, அறிவிலாவது, மற்றும் எத்தன்மையிலாவது அவன் ஒரு குறைவும் அடையவில்லை.

பர்மாவில் துன்ஹாங் என்கிற விடத்திலுள்ள மிலிடரி போலீஸ் ஆஸ்பத்திரியில் உத்தியோகம் வஹிக்கும் டாக்டர் இ. டி. கிரிராஜ ஐயங்கார் என்பவர் அன்புடன் அனுப்பிய கடிதம் அடியில் விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இப்பத்திரிகையின் உண்மையான உபயோகம்.

"ஐயா! தங்களுடைய ஆபீஸிலிருந்து ஸஞ்சிகைகளின் வி. பி. யைப் பெற்றுக்கொண்டேன். பத்திரிகைகளைப் பார்க்க ஸந்தோஷப்படுகிறேன். மறைந்து கிடந்த நமது ஆயுர்வேத ஔஷதங்களின் முறை மேல்நாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் கற்றவர்களுடைய காதிலும் விழும்படி தாங்கள் இவ்வித வேலையைச் செய்ய முன் வந்தது மிகவும் உபகாரமான காரியமாகும். அநேக காலமாய் நமது தேசத்து வைத்தியர்கள் ஐக்கிய மின்றியும், பொதுநலம் மேலானதென்கிற பெரும் நோக்கமற்றும் சிதறுண்டவர்களாயிருக்க, அவர்களனைவர்களையும்பிணைத்து ஒன்றுகூட்டி உலகத்திற்கு ஒருவாறு உபயோகமாகும்படி இப்பத்திரிகையின் மூலமாகச் செய்வதெற்கென்று உழைக்க முன்வந்த தங்களை எல்லாம் வல்ல கடவுள் காப்பாற்றுவாராக. தற்காலம் வாழும் தமிழ் நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்களுக்கு இவ் வைத்திய கலாநிதியின் ஸஞ்சிகை ஒவ்வொன்றும் இன்றியமையாததே யாகும். இதனால் நமது தேசம் நன்மையடையும் என்பதில் சற்றும் ஸந்தேஹமில்லை.

மேலும் மேனாட்டு முறைப்படி ஆராய்ச்சி செய்யும் விதங்களையும், வேறு அவ்வித அரிய வைத்திய விஷயங்களையும் சுதேச வைத்தியர்களும் அறியும்படி அவைகளை எளிய தமிழ் நடையில் எழுத ஏற்பாடு புரிந்த தங்களுடைய இம் முயற்சியும் கொண்டாடத்தக்கதேயாம்."

பலவித பிடாலகங்கள்

(1) அதிமதுரம், காவி, இந்துப்பு, மரமஞ்சள், இரஸாஞ்ஜனம் இவற்றை ஸம அளவு எடுத்து, ஜலம் சேர்த்து ஆட்டி, கண்களுக்கு வெளியில் அவற்றைச் சுற்றிலும் லேபநம் செய்ய ஸகல நேத்திரரோகங்களும் தீரும். (2) இரஸாஞ்ஜனத்தையும் கடுக்காயையும் சுக்கையும் பச்சிலையையும் கல்கம் போல் அரைத்தாவது பிடாலகமாக உபயோகிக்கலாம். (3) சோற்றுக் கற்றாழை, சித்திரமூலம், பச்சிலை, மாதளைத்தளிர் இவற்றின் கல்கத்தையும் அவ்வாறு லேபநம் செய்யலாம். (4) வசம்பு, மஞ்சள், வேப்பம்பட்டை இவற்றையும் பிடாலகமாக உபயோகிக்கக்கூடும். (5) சுக்கையும் காவியையும் அரைத்தும் அவ்விதம் செய்யலாம். (6) வெள்ளிலோத்திப்பட்டையையும் இந்துப்பையும் எரித்து, தேன் மெழுகைச் சேர்த்து நெய்யில் அவற்றை நுண்மையாகப் பொடித்துக் கலந்து அஞ்ஜநமாகவாவது பிடாலகமாகவாவது உபயோகிக்க நேத்திரத்திலுண்டாகும் வலி உடனே தீரும். (7) வேப்பங்காயை இடித்து அதிலிருந்து இரஸம் பிழிந்து, அதை ஒரு சுத்தமான இரும்புப்பாத்திரத்தில் ஊற்றி நன்றாகக் குழப்பவும்; அது சிறிது குழம்புபோல் ஆனபிறகு அதைக் கண்களைச் சுற்றிலும் லேபநம் செய்ய, கண்வலி சாந்தமாகும் (8) மிளகைப் பொடிசெய்து, அதைக் கரிசலாங்கண்ணிச் சாற்றில் அரைத்து நேத்திரத்தைச் சுற்றிலும் லேபநம் செய்ய அர்மங்கள் என்னும் வியாதிகள் அடியோடு தொலையும். (9) அஞ்ஜநநாமிகா என்னும் ரோகத்தில் முதலில் ஸ்வேதசிகித்ஸையினால் அதைக் கரைத்து, அப்பால் மனச்சிலை, ஏலம், நதம் என்கிற வாஸனைத் திரவ்வியம், இந்துப்பு இவற்றைப் பொடிசெய்து தேன் விட்டுக் குழைத்து லேபநமாக உபயோகிக்கலாம். 31—37.

தர்ப்பணம்.

தர்ப்பணமும் அதற்கேற்ற கண்ணோய்களும்.

அப்பால் 'தர்ப்பணம்' என்னும் மற்றொரு நேத்திரசிகித்ஸை கூறப்படுகிறது; கண்களுக்குண்டாகும் சில கோளாறுகளைப் போக்கி அவற்றிற்கு வேண்டிய வன்மையைக் கொடுத்து த்ருப்தியுண்டாக்கும் முறையே 'தர்ப்பணம்' எனப்படுகின்றது. எவருடைய நேத்திரம் ரூக்ஷமாகவும்,[1] வறட்சியுடையதாகவும், வக்கிரமாகவும், கலங்கியதாகவும், இமை மயிர்களுதிர்ந்ததாகவும், விரோத்பாதம், க்ருச்சிரோந்மீலநம், திமிரம், அர்ஜுநம், சுக்லம், அபிஷ்யந்தம், அதிமந்தம், சுஷ்காக்ஷிபாகம், வாதவிபர்யயம்[2] என்னும் ரோகங்களுடையதாகவும், வீக்கங்கொண்டதாகவும் இருக்கின்றதோ அவர்களுடைய கண்களுக்கு 'தர்ப்பணம்' என்னும் இச்சிகித்ஸை ஏற்றதாகும்; நேத்திரரோகங்களை யறிவதில் நிபுணராயிருப்பவர் அவ்வித நோய்களில் இம்முறையைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 38—40.

---

1. ரூக்ஷம்.—பசையற்றிருக்குதல். [வறட்சி-என்பது ஜலப்பசையற்றது; ரூக்ஷம்-என்பது எண்ணெய் அல்லது கொழுப்பு முதலிய பசையற்றிருப்பது.]

2. விரோத்பாதம் முதல் வாதவிபர்யயம் என்னும் வியாதிவரையிலுள்ள வியாதிகளுக்கு இப்புஸ்தகத்தில் 53-வது முதல் 56-வது பக்கம் வரையிலும் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் விவரங்களைப் பார்க்க.

தர்ப்பணத்திற்குத் தகாத காலம் முதலியது.

மாரிகாலத்திலும் அல்லது மேகத்தினல் சூரியன் மறைக்கப்பட்ட நாட்களிலும், கோடைகாலத்திலும் அல்லது மிகச் சூடான ஸமயங்களிலும், குளிர்காலத்திலும், பிணியாளிக்கு மனக்கவலை, தேஹத்தில் அசைதி, தலைச்சுற்றல் இவை உண்டாயிருக்கும்போதும், உபத்திரவங்கள்[1] அடங்காமலிருக்கையிலும் தர்ப்பண சிகித்ஸையைச் செய்வது உசிதமல்ல. 41.

நேத்திர தர்ப்பண முறை.

அதிக காற்றோட்டமில்லாததும், வெயில் தும்பு தூசிமுதலியவை யற்றதுமான ஒரு பிரதேசத்தில் பிணியாளியை மல்லாந்து சயனிக்கச் செய்து, ஜலம் விட்டுப் பிசைந்த உளுத்தமாவைக்கொண்டு இரண்டு கண்களைச்சுற்றிலும் தனித் தனியே இரண்டு வரம்புகளைச் சிறிது உயரமாகவும், கெட்டியாகவும், ஒன்றுக்கொன்று ஸம்பந்தப் படாதவையாகவும், மேடுபள்ளமில்லாமல் ஸமமான உயரமுடையனவாகவும் வட்டமாகக் கட்டவேண்டும்;[2] ஆடைபோன்ற நெய்யை இளஞ்சூடான ஜலத்தில் வைத்து உருக்கி, அதை அவ்வரம்புகளுக்குள் ஊற்றலாம்; அல்லது சததௌத க்ருதத்தையாவது,[3] பாலைச் சிலுப்பியெடுத்த வெண்ணெயாலாகிய நெய்யையாவது அக் கண்களின்மேல் ஊற்றலாம்; முதலில் கண்களை மூடிக்கொள்ளச்செய்து, அவற்றின்மேல் இரெப்பைகள் அமிழும்வரையில் அவ்வாறு நெய்யை ஊற்றுவது முறை; பிறகு மெல்ல மெல்ல கண்களைத் திறக்கவேண்டும். 42—44½.

தர்ப்பணௌஷதம் ஊறவேண்டிய கால அளவு.

வர்த்மரோகங்களில் நூறு மாத்திராகாலமும், கபதோஷம் கலந்து அது சுத்தமான நிலைமையிலும், நேத்திர ஸந்திகளைப்பற்றிய வியாதிகளிலும் ஐந்நூறு மாத்திராகாலமும், த்ருஷ்டியைப்பற்றிய ரோகங்களில் எண்ணூறு மாத்திராகாலமும், அதிமந்தத்தில் ஆயிரமாத்திராகாலமும் தர்ப்பணத்திற்கான க்ருதம் முதலிய ஔஷதங்களை நேத்திரங்களில் அவ்வாறே ஊறி நிற்கும்படி வைத்திருக்கவேண்டும். இவ்வாறு செய்ய தர்ப்பணம் என்னும் க்ரியை நிறைவேற்றப்பட்டதாகும். 45—47.

தர்ப்பணத்தினல் ப்ரகோபித்த கபத்தைக் கழித்தல்.

ஸ்நேஹத்தின் வீர்யத்தால் கிளப்பிவிடப்பெற்ற கபத்தை அப்பிணியாளியின் அவ்வவயவத்திலிருந்து பிறகு வெளிப்படுத்த முயலவேண்டும்; அதற்காக யவதானியத்தைச் சமைத்து, அவ்வன்னத்தினல் சுடச்சுட கண்களைச் சுற்றிலும் ஸ்வேத சிகித்ஸையைச் செய்யலாம்;[4] அல்லது தூமபானம் செய்வித்தாவது [5] அக்கபத்தைக் கழிக்கலாம். 48.

---

1. உபத்திரவம்.—ஒரு வியாதியை ஆதாரமாகக்கொண்டு அதன்மேல் ஜனிக்கும் வேறு சில வியாதிகள்.

2. ஒரு நேத்திரம்மட்டும் வியாதிகொண்டிருந்தால் அந்த நேத்திரத்திற்கு மாத்திரம் தர்ப்பண சிகித்ஸை செய்யலாம்; ஆகவே இரண்டு கண்களுக்கென்று இங்கு ஏதோ பொதுவாகக் கூறப்பட்டதென்றறிக.

3. சததௌத க்ருதம்.—இதைப்பற்றி 221-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க.

4. ஸ்வேத சிகித்ஸை.—இங்கு உபநாஹஸ்வேதம் செய்யவேண்டும்; உபநாஹ ஸ்வேதத்தைப் பற்றி 178-வது பக்கம் பார்க்க.

5. தூமபானம் செய்வதால் (விரேசன தூமத்தினல்) கபம் கரைந்து வெளியாய்விடும்,

எத்தனை நாட்கள் தர்ப்பணம் செய்ய வேண்டும்?

நேத்திரங்கள் நன்கு ஸ்வஸ்த்தமடைந்து ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெறுமளவும் இச்சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும்; அவை ஒரே தினத்தில் ஸுகமடைந்தாலும் இச்சிகித்ஸையை அத்துடன் நிறுத்திவிடலாம்; இல்லாவிடில் மூன்று நாட்களாவது ஐந்து நாட்களாவது தர்ப்பண சிகித்ஸையைச் செய்துவரவேண்டும்; அதற்குமேல் செய்யக்கூடாது. 48½.

தர்ப்பணம் நிறைவேறியதன் குறிகள்.

நேத்திரங்கள் தர்ப்பண சிகித்ஸையினால் த்ருப்தியடைந்தனவென்பதற்கு அடியிற் கூறப்படுமவை குறிகளென்று அறியவும்:—காலங்களில் ஸுகமாக நித்திரையுண்டாய், தகுந்த நேரத்தில் விழிப்புமுண்டாகும்; கண்கள் நிர்மலமாகும்; இயற்கையான வர்ணமும் அவற்றிற்கு உண்டாகும்; வியாதியினாலான தொந்தரவுகள் நிவ்ருத்தியாய் கண்கள் நன்கு ஸுகம் பெற்றிருக்கும். 49, 50.

முறைதவறிய தர்ப்பணக்குறிகள்.

அப்பால் முறை தவறாகச்செய்த தர்ப்பண சிகித்ஸையினாலுண்டாகும் குறிகள் கூறப்படுகின்றன:—அளவுமீறி தர்ப்பணசிகித்ஸை செய்யப்படுமானால் கண்களில் நீர் கசியும்; அவை கனத்துத் தோற்றும்; மிகவும் ஸ்நிக்த்தமாயிருக்கும்.[1] வேண்டியவளவு[2] தர்ப்பணசிகித்ஸை செய்யப்படாவிடின் கண் ரூக்ஷமாயிருக்கும்; கண்ணீர் அடிக்கடிக் கசிந்து நேத்திரம் கலக்கங் கொள்ளும்; வியாதி நிவ்ருத்தியாகாமல் வலியுடன் கூடியதாகவுமிருக்கும். 51.

முறைதவறிய தர்ப்பணத்திற்குப் பரிஹாரம்.

மேற்கூறிய இரண்டுவிதமான முறைதவறிய தர்ப்பணசிகித்ஸைகளுக்குள் அளவு மீறி செய்யப்படும் 'அதிதர்ப்பணத்திற்கு' உடனே ரூக்ஷமென்னும் குணத்தையுண்டாக்கும் சிகித்ஸையையும்,[3] வேண்டியவளவு செய்யப்படாத 'ஹீனதர்ப்பணத்திற்கு' அதற்கு மாறாக ஸ்நிக்த்த குணந்தரும் சிகித்ஸையையும் செய்வது அக்கோளாறுகளைப் போக்கும் பரிஹாரமுறையாம். 51½.

---

1. ஸ்நிக்த்தம்.—எண்ணெய்ப் பசையுள்ளது.

2. வேண்டியவளவு என்றால்.—முற்கூறியவாறு அந்த நேத்திரரோகத்திற்குத் தகுந்தவண்ணம் அந்தந்த மாத்திரா காலங்களுக்கும் குறைவான நேரத்தில் செய்யப்பட்ட சிகித்ஸையெனக் கருத்து.

3. ரூக்ஷண சிகித்ஸையென்றால்.—கபம் முதலியதை வெளிப்படுத்தி அந்தந்த அவயவங்களுக்கு அல்லது தாதுக்களுக்கு சோஷணத்தையுண்டாக்கும் முறையாம். ஸ்நிக்தம் அல்லது ஸ்நேஹன சிகித்ஸையென்பது அதற்கு மாறாக அந்தந்த அவயவங்களுக்கு அல்லது தாதுக்களுக்குப் போஷணையையும் வன்மையையும் வ்ருத்தி செய்யக்கூடிய முறையாம். இதைப்பற்றிய சில விவரங்களை 175-வது பக்கத்திலும் பார்க்க.

புடபாகம்.

புடபாக ஔஷத முறை.

இதன் பிறகு புடபாகம் செய்யவேண்டிய கிரமத்தைப்பற்றியும் சிறிது விவரிப்போம்:—[1] ஏதேனும் மாம்ஸத்தை இரண்டு பில்வப்ரமாணம்[2] எடுத்து, நெய்முதலிய ஸ்நேஹவஸ்துக்களையும் சிறிது சேர்த்து, நன்றாக இடித்து அரைத்து இரண்டு ஸம அளவான பிண்டங்களாக உருட்டவும். இப்புடபாக கல்பனையில் கடின பதார்த்தங்கள் ஒரு பில்வப்ரமாணம் சேர்க்கப்படுமானால், அவற்றை இடித்து ஆட்டுவதற்கான திரவபதார்த்தங்களை ஒரு குடவப்ரமாணம்[3] சேர்க்கவேண்டுமென்பது பொது விதியாம். பிறகு அவ்வாறு ஆட்டியெடுத்த வஸ்துக்களை ஒன்றாகச் சேர்த்து உருட்டி, ஏதேனும் இலைகளால் அவற்றை நன்றாகச் சுற்றி மூடி புடபாக முறைப்படி அக்னியிற் பக்குவம் செய்து[4], பிறகு அதைப் பிழிந்து அதன் ஸ்வரஸத்தைக் கிரஹிக்கவேண்டும். 52—54.

புடபாக ஸ்வரஸத்தை நேத்திரத்தில் ஊற்ற வேண்டிய முறை.

மேற்கூறியபடி கிரஹித்த அப்புடபாக ஸ்வரஸத்தைக்கொண்டு தர்ப்பண சிகித்ஸையில் கூறியவிதமாக முறைதவறாமல் நேத்திரங்களுக்குச் சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும்; என்றால் பிணியாளியை மல்லாந்துப் படுக்கச்செய்து, த்ருஷ்டியின்[5] நடுவில் அந்த ஸ்வரஸத்தை விடவேண்டும். இச்சிகித்ஸையை அவசியமானவரையில் தினந்தோறும் செய்துவருவது நலம். 55.

மூவகைப்புடபாகௌஷதங்கள்.

நேத்திரங்களி லுபயோகிக்கப்படும் இப்புடபாகௌஷதம் ஸ்நேஹநம், லேகநம், ரோபணம் என்று மூவகைப்படும். அவற்றுள் மிக்க ரூக்ஷத்தன்மையடைந்த நேத்திரத்திற்கு ஸ்நேஹநமும், அதற்கு மாறாக மிகவும் ஸ்நிக்தத் தன்மையைப்பெற்ற நேத்திரத்திற்கு லேகநமும் ஏற்றதாகும்; வேறொரு ரோபணமென்னும் புடபாகௌஷதமானது பித்ததோஷத்தினாலுண்டான கோளாறுகளையும், இரத்தவிகாரங்களையும், விரணங்களையும், வாததோஷத்தையும் போக்குவதுடன், த்ருஷ்டியின் சக்தியையும் அதிகரிக்கச் செய்யவல்லது. 56½.

---

1. மத்யமகண்டம் முதல் அத்தியாயத்தில் பலவித புடபாகமுறைகள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன; அவ்விதமேதான் இங்கு கூறப்பட்டுபவையுமாம்.

2. பில்வம்.—ஒருபலம் எடை (3-வது பக்கம் பார்க்க.)

3. குடவம்.—நான்கு பலமெடை (3-வது பக்கம் விவரம் காண்க).

4 புடபாகௌஷதத்தைப் பக்குவம் செய்யுமுபாய முதலியதைப்பற்றி 68-வது பக்கம் பார்க்க.

5. த்ருஷ்டி.—கண்களின் கருவிழிகளின் நடுவிலுள்ள பாபா (the pupil) எனப்படும் பாகம்.

ஸ்நேஹந புடபாக முறை.

நெய், மாம்ஸம், கிணநீர், மஜ்ஜை,[1] கொழுப்பு, இனிப்பான சுவையுள்ள மற்றும் வேறுவித ஔஷதங்கள் இவற்றைக்கொண்டு பக்குவம் செய்யப்பட்ட புடபாகௌஷதம் 'ஸ்நேஹந புடபாகம்' ஆகும். இவ்வித ஔஷதத்தை நேத்திரங்களில் இருநூறு மாத்திராகாலம் ஊறும்படி வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 57½.

லேகநபுடபாக முறை.

ஜாங்கலபூமியில்[2] வஸிக்கும் மிருகங்களுடைய யக்ருத் என்னும் கல்லீரல், மாம்ஸம் இவற்றை லேகநகுணமுள்ள பதார்த்தங்களுடன்[3] சேர்த்துக் கலக்கவும்; பிறகு உருக்கிரும்பின் பொடி, செம்புப்பொடி,[4] சங்கின்பொடி, பவளப் பொடி, இந்துப்பு, கடல்நுரை, அன்னபேதி, ஸ்ரோதோஞ்ஜனம்[5] இவற்றையும் பொடித்து, தயிரின் மேலுள்ள ஆடையினால் அவ்வனைத்தையும் கல்வத்தில் ஆட்டி, முன்போல் பிண்டம்செய்து, புடபாகம் பண்ணியெடுத்த பிறகு அதன் ரஸத்தை லேகநமாக நேத்திரங்களில் இடலாம். இவ்வித லேகநௌஷதத்தை நேத்திரங்களில் நூறு மாத்திராகாலம் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 58—59½.

ரோபண புடபாகம்.

முலைப்பால், ஜாங்கல பூமியிலுண்டான மிருகங்களின் மாம்ஸம், தேன், நெய், கசப்பான வேறு சில தகுந்த ஔஷதிகள் இவற்றைக்கொண்டு புடபாக முறைப்படி பக்குவம்செய்த ஔஷதமானது ரோபணமாக உபயோகிக்கப்படலாம். இதில் லேகநத்தைவிட மூன்று மடங்கு அதிக காலம் ஔஷதத்தை நேத்திரங்களில் ஊறும்படி வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 60½.

முறைதவறிய புடபாகௌஷத சிகித்ஸைக்குப் பரிஹாரம்.

புடபாகௌஷதங்களைக்கொண்டு செய்யப்படும் சிகித்ஸையானது தர்ப்பணத்திற்கு ஏற்றமுறையாகவே இருப்பதால், இதில் முறைதவறாக ஏதேனும் சிகித்ஸை செய்யப்பட்டு கோளாறுகள் நேர்ந்தால், அவற்றிற்கும் தர்ப்பணத்திற்குக் கூறிய பரிஹாரமுறைகளே தகுந்த சிகித்ஸைகளாம். 61.

---

1. மஜ்ஜை.—எலும்புச்குள்ளிருக்கும் சோறுபோன்ற தாது; அதுவும் ஒருவித கொழுப்பு.

2. ஜாங்கலபூமி.—154-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. லேகநகுணம்.—இதைப்பற்றி 15-வது பக்கம் பார்க்க.

4. இரும்பு, செம்பு முதலியவற்றை முறைப்படி சுத்திசெய்து உபயோகிக்கவேண்டும்; இவற்றின் சுத்தி க்ரமங்களைப்பற்றி மத்யமகண்டம் பதினொன்றாம் அத்தியாயத்தில் விவரங்கள் காண்க.

5. ஸ்ரோதோஞ்ஜனம்.—தமிழில் இதற்கு வேறுவிதமான பெயர் கிடைக்கவில்லை; இதை ஹிந்தி முதலான பாஷையில் 'ஸுர்மா' என்று வழங்குகின்றனர்; சிலர் தமிழில் இதை நீலாஞ்ஜனம் என்பார்கள்; ஆங்கிலத்தில் Sulphurate of antimony என்று கூறுவதாய் அறியப்படுகிறது.

அஞ்ஜநம்.

அஞ்ஜந ப்ரயோகத்திற் கேற்ற காலம்.

முற்கூறிய சிகித்ஸா க்ரமங்களால் நேத்திர தோஷங்கள் ஒருவாறு பக்குவ நிலைமைக்கு வந்த பிறகு, முறைப்படி தகுந்த வேளையில் அஞ்ஜந விதியை நிறைவேற்றவேண்டும். ஹேமந்த ருதுவிலும், சிசிர ருதுவிலும் பகல் நேரத்தில் அஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கவேண்டும்; க்ரீஷ்ம ருதுவிலும், சரத் ருதுவிலும் காலையிலாவது மாலையிலாவது அஞ்ஜந கர்மம் செய்யலாம்; வர்ஷ ருதுவில் ஆகாயம் மேகத்தினல் மூடப்பட்டிருக்கையிலும், அதிக வெயில் காயும்போதும் அஞ்ஜநமிடுவது பிசகு; வஸந்த ருதுவில் இதை எந்த நேரத்திலும் செய்யத் தடையில்லை. 62, 63.

குணத்தில் மூவகைப்பட்ட அஞ்ஜநங்கள்.

அஞ்ஜநமானது லேகநமென்றும், ரோபணமென்றும், ஸ்நேஹநம் என்றும் மூன்று விதமாம். அவற்றுள் லேகநமென்னும் அஞ்ஜநமானது க்ஷாரங்களாலும்,[1] தீக்ஷ்ண வீரியமுள்ள வேறு பதார்த்தங்களாலும், அம்லரஸமுள்ள வஸ்துக்களாலும் செய்யப்படும். ரோபணஞ்ஜநமென்பது துவர்ப்பும், கசப்புமான இரஸமுள்ள வஸ்துக்களால் செய்யப்படுவதாம்.[2] ஸ்நேஹநமென்கிற அஞ்ஜநம் மதுர ரஸமுடையதாகவும், ஸ்நேஹங்கள் விசேஷமாக ஸம்பந்தப்பட்டதாகவும் இருக்கவேண்டும்; அதுவே ப்ரஸாதநாஞ்ஜநமாகவும்[3] கருதப்படும். 64, 65.

உருவத்தில் மூவகைப்பட்ட அஞ்ஜநங்கள்.

குளிகை, ரஸக்ரியை, சூர்ணம் என்று அஞ்ஜநம் மீண்டும் உருவத்தில் மூன்று வகைப்படும். இவற்றை முறைப்படியே குழைத்து சலாகையினலாவது, விரல்களாலாவது நேத்திரங்களில் இடவேண்டும். இவற்றுள் குளிகையைவிட ரஸக்ரியையும், அதைவிட சூர்ணமும் முறையே வீர்யத்தில் குன்றியவைகளாம். 66.

---

1. க்ஷாரம்—148-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. இங்கு ஸம்ஸ்க்ருத மூலத்தில் நிர்ணய ஸாகர முத்ரர்க்ஷா சாலையின் புஸ்தகப்படி "கஷாயதிக்தரஸயுக் ஸ்நேஹநம் ரோபணம் மதம், மதுரம் ஸ்நேஹ ஸம்பந்நமஞ்ஜநம்..." என்று இருப்பது பிசகு. அதை "கஷாய திக்தரஸயுக் ரோபணம் ஸ்நேஹநம் மதம், மதுரம் ஸ்நேஹஸம்பந்நம்.." என்று மாற்றிப் படிக்கவேண்டும். துவர்ப்பும் கசப்புமான வஸ்துக்கள் ரோபணத்திற்கும் உபயோகமானவை யென்பதும், அவ்விதமே மதுரமும் எண்ணெய்ப் பசையுள்ளதுமான பதார்த்தங்கள் ஸ்நேஹநங்களாக இருப்பதென்பதும் பிரஸித்தம்.

3. ஸ்நேஹநாஞ்ஜநத்தினல் கண்களுக்குத் தெளிவுண்டாவது இயல்பாதலால் அது ப்ரஸாதநாஞ்ஜநம் என்றும் கூறப்பட்டதென்க.

அஞ்ஜநத்திற்கு ஆகாத நிலைமைகள்.

ஏதேனும் ஆபாஸகரமான வேலைகளைச் செய்து அயர்ந்திருக்கையிலும், புலம்புகையிலும், பயந்திருக்கையிலும், மத்பபானம் செய்திருக்கும்பொழுதும், நவஜ்வர நிலைமையிலும்[1], அஜீர்ணம் செய்திருக்கையிலும், வேகங்களை அடக்கியிருக்கும் போதும்[2] அஞ்ஜநத்தைப் பிரயோகிப்பது உசிதமல்ல. 67.

மூன்றுவித அஞ்ஜந குளிகை.

குளிகையாகச் செய்யப்படும் அஞ்ஜநமானது தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம், மத்யமாஞ்ஜநம், ம்ருத்வஞ்ஜநம் என மூன்று வகைப்படும். அவற்றுள் தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநத்திற்கான குளிகைகளை பிரமாணத்தில் ஓர் அரேணுகம் அல்லது வாய்விடங்கத்தின் அளவாகச் செய்யவேண்டும்; மத்யமாஞ்ஜநத்திற்கான குளிகையை ஒன்றரை அரேணுகத்தின் அளவாகவும், மத்யமாஞ்ஜந குளிகையை இரண்டு அரேணுகங்களின் அளவாகவும் செய்துகொள்ள வேண்டும். 68.

மூன்றுவித ரஸக்ரியாஞ்ஜநம்.

ரஸக்ரியை யென்னும் அஞ்ஜநத்தில் ஔஷதம் மூன்று வாய்விடங்கங்களின் அளவு கொண்டதாயிருந்தால் அது உத்தமப்ரமாணம் எனப்படும்; இரண்டு விடங்கங்களின் அளவு கொண்டதானல் அது மத்யமப்ரமாணமென்றும், ஒரு வாய்விடங்கத்தின் அளவாக இருந்தால் அது ஹீநமாத்திரை யென்றும் கருதப்படும்.[3] 69.

மூன்றுவித சூர்ணாஞ்ஜநம்.

அஞ்ஜநத்தில் சூர்ணமென்னும் பாகமும் விரேசந சூர்ணமென்றும், ம்ருது சூர்ணமென்றும், ஸ்நேஹந சூர்ணமென்றும் மூன்றுவிதமாம். அவற்றுள் விரேசந கர்மத்தில் உபயோகிக்கப்படும் சூர்ணத்தை இரண்டு சலாகைகளின் அளவு கொண்டதாய்[4] உபயோகிக்கவேண்டும்; ம்ருத்வஞ்ஜநமாயின் அதை மூன்று சலாகைகள் பிரயோகிப்பது உசிதம்; ஸ்நேஹந கர்மத்திற்கு ஏற்றவாறு பக்குவம் செய்த சூர்ணாஞ்ஜநத்தை நான்கு சலாகைகள் ப்ரயோகிக்கவேண்டியது அவசியம். 70.

---

1. நவஜ்வரம்—இதுவே தருணஜ்வரம் எனப்படும்; இதைப்பற்றி 174-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. வேகங்கள்—175-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க;

3. இங்கு கூறப்பட்டுள்ள உத்தம—மத்யம—ஹீநமாத்திரைகள் முறையே தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம், மத்யமாஞ்ஜநம், ம்ருத்வஞ்ஜநம் என்றும் கூறப்படும்.

4. சூர்ணத்தை ஏதேனும் திரவவஸ்துவிற் கலந்து இழைத்து அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்கவேண்டும்; அதில் ஒரு சலாகையினால் எவ்வளவு ஔஷதம் எடுக்கக் கூடுமோ அந்த அளவு ஒரு சலாகை கொண்ட அளவெனப்படும்.

அஞ்ஜநமிடுவதற்கு உபயோகமான சலாகையானது எட்டு அங்குலம் நீளமாகவும், வெகு வழுக்கையாகவும், கூர்மையில்லாமல் மழுக்கங்கொண்ட இரு முனைகளையுடையதாகவும் அமைக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும். அது ஏதேனும் தகுந்த சிலையினாலாவது, லோஹங்களாலாவது ஆக்கப்படலாம். 71.

அஞ்ஜந சலாகையைச் செய்யுமுறை.

அஞ்ஜநங்களை லேககர்மத்தின்பொருட்டு உபயோகிக்கவேண்டுமானால், அதில் தாம்ரத்தினாலாவது, அயத்தினாலாவது, அல்லது சிலையினாலாவது ஆக்கப்பட்ட சலாகையை உபயோகிக்கவேண்டும். ஸ்நேஹாஞ்ஜநத்தை நேத்திரங்களில் இடுவதற்கு பொன் அல்லது வெள்ளியினால் செய்யப்பட்ட சலாகை உபயோகிக்கத் தகுந்ததாம். ரோபணமென்னும் கர்மத்தில் அஞ்ஜநமிடுவதற்கு சலாகையானது அங்குலியைப்போல் மிகவும் மிருதுவாயிருக்கவேண்டும்.[1] 72½

லேகந ஸ்நேஹந ரோபணாஞ்ஜநங்களுக்குத் தகுந்த சலாகைகள்

மாலை நேரத்திலாவது, விடியற்காலத்திலாவது அஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கக் கூடியதாம்; அதை எந்த நேரத்திலும் தோன்றியவாறு உபயோகிக்கவே கூடாது. அதிக குளிரில்லாமலும், அதிக சூடில்லாமலும், அமிதமாகக் காற்று விசாமலும், ஆகாயம் அதிகமாக மேகங்களால் மூடப்படாமலுமிருக்கிற ஸமயங்களில் அஞ்ஜநத்தைப் பிரயோகிப்பதால் நலமுண்டாகும். அஞ்ஜநத்தை சலாகை முதலியதைக்கொண்டு நேத்திரத்தினுள் கருவிழிக்குக் கீழே வர்த்மமென்னும் மாம்ஸபாகத்தில் நேத்திரத்தின் நெடுகவும் கடைக்கண்வரையில் தீட்டவேண்டும். 73, 74.

அஞ்ஜநமிடும் முறை.

அஞ்ஜந வர்த்திகள்[2]

சங்கின் நாபியெனப்படும் சுழியுள்ள அதன் அடிப்பாகம், தான்றிக்காயின் கொட்டை அல்லது பருப்பு, கடுக்காய், மனச்சிலை, திப்பிலி, மிளகு, கோஷ்டம், வசம்பு இவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் ஸமபாகமாயெடுத்து, அனைத்தையும் நன்றாகப் பொடித்து, வெள்ளாட்டுப் பால் விட்டு ஆட்டி யவதானியத்திற்கு ஸம அளவாக வர்த்திகள் செய்துகொள்ளவும். இந்த குளிகையை ஓர் ஆமேணுகம் அளவு ஜலம் சேர்த்து இழைத்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிடலாம். இதனால் திமிரரோகம், மாம்ஸவ்ருத்தி, காசம், படலரோகம், அர்ப்புதம், ராத்ர்யாந்த்யம் என்னும் இராக்கண், வர்த்மரோகம், புஷ்பமென்னும் பூவிழுதல் என்கிற இந்நேத்திரரோகங்கள் நிவ்ருத்தியாகும். இது 'சந்த்ரோதய வர்த்தி' என்று வழங்கப்படும். 75—77.

சந்த்ரோதய வர்த்தி.

1. அஞ்ஜநமென்னும் ஔஷதத்தில் லேகாதி கர்மங்களுக்குத் தகுந்தவாறு சரக்குகள் வித்யாஸப்படுவது அவசியமாயிருப்பது போலவே சலாகைகளும் அதற்குத் தகுந்தவாறு வெவ்வேறு லோஹாதிகளால் அமைக்கப்படவேண்டுமென்பது ஆயுர்வேத முறைகளைக் கற்றறிந்தவரின் கருத்தாம்.

2. வர்த்தி—குளிகை; சிறிது நீளமாகச் செய்யப்படும் குளிகை வர்த்தி யெனப்படும்.

கரஞ்ஜபீஜ வர்த்தி. புங்கம் விதையை அநேகமுறை பலாசம் பூவின் ஸ்வரஸத்தில் பாவனைசெய்து, அந்த ஸ்வரஸத்தைக் கொண்டே அதை ஆட்டி வர்த்திசெய்து, கண்களில் முன்போலவே இட, நேத்திரத்திலுண்டாயிருக்கும் பூவைப் போக்கிவிடும். 78.

லேகந வர்த்தி. கடல்நுரை, இந்துப்பு, சங்கு, கோழிமுட்டையின் மேலோடு, முருங்க விதை இவற்றை நன்றாகப் பொடித்து, ஜலம் விட்டு அரைத்து வர்த்திசெய்யவும்; இது சுக்லம் முதலிய நேத்திர ரோகங்களைச்[1] சஸ்திரத்தினால் கீண்டுவிடுவது போல் அறுத்துவிடும். 79.

தந்த வர்த்தி. யானையின் தந்தத்தையும், பன்றி, ஒட்டகம், பசு, குதிரை, வெள்ளாடு இவற்றின் குளம்புகளையும், சங்கையும், நல்முத்துக்களையும், கடல்நுரையையும் ஸமபாகமெடுத்து சூர்ணம் செய்து, கல்வத்தில் ஜலம் விட்டு நன்கு அரைத்து வர்த்தி செய்யவும். இதற்கு "தந்த வர்த்தி" என்று பெயர். இது கண்களிலுண்டாகும் சுக்ல ரோகத்தைப் போக்குவதில் சிறந்த ஔஷதம். 80½.

நீலோத்பலாதி வர்த்தி. கரு நெய்தல், முருங்கவிதை, நாககேஸரம் இம்மூன்றையும் கல்கமாகச் செய்து, நன்றாகக் கல்வத்திலிட்டு ஆட்டி வர்த்தி செய்யலாம். இதை நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிட அதிசீக்ரம் நிவ்ருத்தியாகும். 81½.

குஸுமவர்த்தி. எண்பது எள்ளுப்பூக்களையும், அறுபது திப்பிலிகளையும், அறுபது காட்டு ஜீரகங்களையும், ஐம்பது ஜாதிப்பூக்களையும், பதினாறு மிளகுகளையும் சேர்த்துப் பொடித்து, வெகு நேர்மையாக ஜலத்தினால் அரைத்து வர்த்திசெய்யவும். இது 'குஸுமவர்த்தி' என்று வழங்கப்படும். இவ்வர்த்தியை ஒன்றரை அரேணுகம் அளவில் ஜலத்தில் உரைத்து நேத்திரங்களில் இட திமிரம், அர்ஜுநம், சுக்லம் இவற்றைப்போக்கும் ; மாம்ஸவளர்ச்சியையும் அறுத்துவிடும். 82—84.

ரஸாஞ்ஜநாதி வர்த்தி. ரஸாஞ்ஜநம்,[2] மஞ்சள், மரமஞ்சள், குருக்கத்திப்பூ, பில்வத்தளிர் இவற்றை, பசுஞ்சாணத்தைக் கரைத்து வடிக்கட்டிய ஜலத்தில் ஆட்டி வர்த்திசெய்து, நேத்திரங்களில் இட, நக்தாந்த்யம் என்னும் இராக்கண்ணோய் தீரும். 85½.

1. இதனால் வர்த்ம ரோகம் முதலியவைகளும் போக்கப்படுமென்பது கருத்து.

2. ரஸாஞ்ஜநம்.—இதைப்பற்றி 116-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க. இச்சரக்கை இதே பெயர்கொண்ட ஒருவித அஞ்ஜநக்கல் என்று சிலர் கூறுவர். 81-வது பக்கமும் பார்க்க.

தாத்ரீபீஜாதி வர்த்தி.

நெல்லிப்பருப்பு ஒரு பங்கு, தான்றிக்கொட்டை இரு மடங்கு, கடுக்காயின் பருப்பு மூன்றுபங்கு இவற்றைப் பொடிசெய்து, ஜலம்விட்டு ஆட்டி வர்த்திசெய்யவும்; இந்த வர்த்தியை இரண்டு அரேணுகமளவு உரைத்து நேத்திரங்களில் இட நேத்ரஸ்ராவம் என்னும் கண்ணீர்ப் பெருக்கையும், வாதரக்தத்தினுலுண்டாகும் வலியையும் போக்கும். 86½.

ரஸக்ரியை [1]

துத்தாதி ரஸக்ரியை.

துரிசி, பொன்னிமிளை, இந்துப்பு, சர்க்கரை, சங்கு, மனச்சிலை, காவியென்னும் கைரிகம், கடல்நுரை, மிளகு இவற்றைப் பொடித்து, தேன் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும். இவ்வாறு ரஸக்ரியையாகச் செய்த அஞ்ஜநௌஷதத்தை வர்த்மரோகம், அர்மம், திமிரம், காசம், சுக்லம் என்கிற ரோகங்களில் உபயோகிக்க அவ்வியாதிகள் தீரும். 87—88½.

கர்ப்பூராதி ரஸக்ரியை.

பச்சைக் கர்ப்பூரப்பொடியை ஆலம்பாலில் குழைத்து ரஸக்ரியையாக நேத்திரங்களில் இட, இரண்டு மாதங்களாய் நேத்திரத்திலுண்டாயிருக்கும் குஸுமமென்னும் பூ சீக்கிரத்தில் நிவ்ருத்தியாகும். 89½.

மரிசாதி ரஸக்ரியை.

மிளகை நன்றாகத் தேனிலாவது குதிரையின் வாயிலிருந்து பெருகும் உமிழ் நீரிலாவது இழைத்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிட சூர்யனைக் கண்ட இருள் போல அதிநித்ரை ஒழிந்துவிடும். 90½.

ஜாதிபுஷ்பாதி ரஸக்ரியை.

ஜாதிப்பூ,[2] பவளம், மிளகு, கடுகரோஹிணி, வசம்பு, இந்துப்பு இவற்றை ஸமபாகமாக எடுத்து, செம்மறியாட்டின் மூத்திரத்தில் குழைத்து அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்க, தேஹத்திலுண்டான சோம்பல் அல்லது திமிர் உடனே தீரும். 91½.

சிரீஷபீஜாதி ரஸக்ரியை.

காட்டுவாகையின் விதை, திப்பிலி, மிளகு, இந்துப்பு, வெள்ளுள்ளி, மனச்சிலை, வசம்பு இவற்றைப் பசுமூத்திரத்தில் இழைத்து ரஸக்ரியை செய்யவும். இதை அஞ்ஜநமிட, மூர்ச்சை முதலியவற்றால் உணர்ச்சியற்றிருப்பவர் மீண்டும் உணர்ச்சியைப் பெற்று எழுந்துவிடுவர். 92½.

---

1. ரஸக்ரியை.—இதைப்பற்றி 113-வது பக்கத்தில் முதல் ச்லோகத்து மொழி பெயர்ப்பைப் பார்க்க.

2. ஜாதிப்பூ.—ஜாதியென்று ஒருவித மல்லிகை; ஜாதிக்காயின் புஷ்பமென்றும் கூறுவர்.

தார்வ்யாதி ரஸக்ரியை.

மரமஞ்சள், பேய்ப்புடல், அதிமதுரம், வேம்பு,[1] அல்லிக்கிழங்கு, கருநெய்தல், வறள்தாமரை இவற்றை ஸமபாகம் எடுத்து, இவ்வனைத்துக்கும் நாலு மடங்கு ஜலம் சேர்த்துக் காய்ச்சி, நாலில் ஒரு பங்காகச் சுண்டச்செய்து, வடிக்கட்டி, அக்கஷாயத்தை மீண்டும் பாகுபோல் வருமளவும் காய்ச்ச வேண்டும்; அது தானே குளிர்ந்துவந்ததும், அக்கஷாயத்திற்கு நாலில் ஒரு பங்கு தேனும் சர்க்கரையும் அதில் சேர்த்துக் கலக்கிவிடவும். இந்த ரஸக்ரியை நேத்திரத்தில் உபயோகிக்கப்படுமானால் கண்ணெரித்தல், கண்களில் நீர்வடிதல், கண்களில் இரத்தம் வடிதல், கண்சிவப்பு, கண்வலி இவற்றைப் போக்கும். 93—95.

ரஸாஞ்ஜநாதி ரஸ க்ரியை.

ரஸாஞ்ஜநம், ஸர்ஜரஸமென்னும் பிசின், ஜாதிப்பூ, மனச்சிலை, கடல்நுரை, இந்துப்பு, காவிக்கல், மிளகு இவற்றை ஸமபாகமெடுத்து நன்றாகத் தேனில் இழைத்து நேத்திரங்களில் இட, பலவித துர்நீர்களுடன்கூடிய வர்த்மரோகமும், கண்களிலுண்டாகும் தினவுமுதலியதும் தீரும்; இமைமயிர்களும் இதனால் நன்கு வளரும். 96, 97.

குடேச்சியாதி ரஸ க்ரியை.

சிந்திற்கொடியின் ஸ்வரஸம் கால் பலமெடை, தேன் ஒரு மாஷமெடை,[2] இந்துப்பு அதே அளவு இவற்றையெல்லாம் ஒன்றாகக் கல்வத்திலிட்டு ஆட்டவும். இதையெடுத்து நேத்திரங்களில் இடுவதால் பில்லம், அர்மம், திமிரம், காசம், கண்டூ, லிங்காசம் என்னும் நேத்திரரோகங்களும், கண்களின் கருவிழிகளிலும் வெண்மண்டலங்களிலுமுண்டாகும் வியாதிகளும் தீரும். 98, 99.

புநர்நவாதி ரஸக்ரியை.

சூர்யன் அந்தகாரத்தை அடியோடு அகற்றிவிடுவதுபோல வெள்ளைச் சாறடையானது அந்தந்த வஸ்துக்களின் சேர்க்கையினால் அநேகம் நேத்திரரோகங்களைப் போக்கவல்லது: அதாவது--இவ்வௌஷதச் சரக்கைப் பசுவின்பாலில் இழைத்துப்போட்டால் நேத்ரகண்டூ என்னும் கண்தினவையும், தேனிற் கலந்துபயோகித்தால் ஜலம் வடிதலையும், நெய்யிற் குழைத்துப் போட்டால் கண்பூவையும், தைலத்தில் இழைத்து இட்டால் திமிரரோகத்தையும், காடியிற் கலந்துபயோகித்தால் இராக்கண்ணையும் போக்கும். 100½.

பப்பூலதள ரஸ க்ரியை.

கருவேலங்கொழுந்தை க்வாதம் செய்து, வடிக்கட்டி, அதை மீண்டும் லேஹ்யம்போல் காய்ச்சியெடுக்கவும். இதைத் தேனில் கலந்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிட கண்களிலிருந்து நீர்வடிதல் நிவ்ருத்தியாகுமென்பது நிச்சயம். 101½.

---

1. வேம்பு என்பதால் இங்கு வேப்பங்கொட்டை குறிக்கப்பட்டதென்க.

2. மாஷம்.—3-வது பக்கத்தைப் பார்க்க.

ஹிஜ்ஜல பல ரஸ க்ரியை.

நீர்க்கடம்பின் காயை ஜலத்தில் தேய்த்து, தினந்தோறும் கண்களில் அஞ்ஜநமாக உபயோகித்து வருவது நலம். கண்களில் நீர்வடிதலைப் போக்குவதற்கு இது மிகச் சிறந்த ஔஷதமெனக் கருதப்படுகிறது. 102½.

கதகாதி ரஸக்ரியை.

தேற்றாங்கொட்டையைத் தேனில் இழைத்து, சிறிது பச்சைக் கர்ப்பூரத்தையும் அத்துடன்தேய்த்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிட, கண்களிலுண்டான கலக்கம் முதலியவை விலகி அவை நன்றாகத் தெளிவையடையும். 103½.

க்ஷௌத்ராதி ரஸக்ரியை.

நெய்யையும் தேனையும் கலந்து நன்றாகக் குழைத்து கண்களில் அஞ்ஜநமாக உபயோகித்தால் விரோத்பாதம் என்கிற நேத்திரவியாதி நிவ்ருத்தியாகும். 104.

க்ருஷ்ண ஸர்ப்ப வஸாதி ரஸக்ரியை.

கருநாகத்தின் நிணநீர் அல்லது கொழுப்பு, சங்கு, தேற்றாங்கொட்டை இவற்றை ரஸக்ரியை செய்து அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்க, சீக்கிரத்தில் அந்தகர்களுக்கும் பார்வை உண்டாகும். 105.

லேகந ரஸக்ரியை.

கோழிமுட்டையின் ஓடு, மனச்சிலை, காருப்பு,[1] சங்கு, சந்தனம், இந்துப்பு இவற்றை நுண்மையாகப் பொடித்து ஜலம் சேர்த்து ரஸக்ரியையாகச் செய்து அஞ்ஜநமிட கண்ணில் விழுந்துள்ள பூ, அர்மம் முதலிய ரோகங்கள் அறுபட்டு நேத்திரம் ஸ்வஸ்த்தமாகும். 106.

கணாதி ரஸக்ரியை.

திப்பிலியை செம்மறியாட்டின் கல்லீரலின் இடையில் மறைத்துவைத்து, அக்னியிற் பக்குவம்செய்து எடுத்து, அத்திப்பிலியை இழைத்துக் கண்களில் அஞ்ஜநமிட்டால் நக்தாந்த்யமென்னும் இராக்கண் ஸ்வஸ்த்தமாகும். இவ்விதமே மிளகையும் பக்குவம்செய்து தேனில் உரைத்து அஞ்ஜநமிட்டாலும் இராக்கண் நிவ்ருத்தியாகும்.[2] 107.

சூர்ணாஞ்ஜநம்.

மிளகு, அரை சாணமெடை,[3] திப்பிலியும் கடல்நுரையும் தனித்தனியே இரண்டு சாணமெடை, இந்துப்பு அரை சாணமெடை, புதிய ஸௌவீராஞ்ஜநம்[4] ஒரு சாணமெடை

---

1. காசம் அல்லது சர்சலவணம் என்பது தமிழில் அட்டுப்பு என்றும் அல்லது காருப்பு என்றும் கூறப்படுகிறது.

2. ரஸக்ரியையென்பது கஷாயத்தை மீண்டும் காய்ச்சி டாகுபோல் செய்யப்படும் பாகமென்றும், தேன் முதலியதிற் கலப்பதால் அவ்வித ரூபம் வருவதைக் கருதி மற்றவையும் இப்பிரகரணத்தில் அவ்வாறு கூறப்பட்டன.

3. சாணம்.—3-வது பக்கத்தைப் பார்க்க.

4. ஸௌவீராஞ்ஜநம்.—வெண்மையான அல்லது சிறிது மங்கல் நிறமான ஓர் அஞ்ஜநக்கல்; இதை சிலர் வெண்ஸுர்மா என்பார்கள். ஆங்கிலத்தில் white antimony என்று வழங்கப்படுமாம்.

மரிசாதி சூர்ணாஞ்ஜநம்.

ஆக இவற்றை சித்திராநக்ஷத்திரத்தன்று வெகு நுண்மையாகச் சூர்ணமசெய்து அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்கவும்.[1] இதனால் கண்டு, காசம், கபதோஷத்தினாலுண்டாகும் கோளாறுகள், மற்றும் பலவிதமான மலங்கள் முதலியவை நீங்கி நேத்திரம் சுத்தமாகும். 108, 109.

ஸர்வரோகஹர சூர்ணாஞ்ஜநம்.

இரஸகமென்னும் தாதுப்பொருளை [2] ஒரு சிலையில் வைத்து வெகு நுண்மையாகப் பொடித்து, அச்சூர்ணத்தை ஜலத்தில் நன்றாகக் கரைத்துவிடவும்; சற்று நேரம் சென்றபின் மெதுவாக ஜலத்தை மற்றொரு பாத்திரத்தில் வடித்துக்கொண்டு, அடியில் தங்கி நிற்கும் சூர்ணத்தை விலக்கி விடவேண்டும்; பிறகு அந்த ஜலத்தை அப்பாத்திரத்திலேயே வெயிலில் வைத்திருக்க, அதிலுள்ள ஜலமெல்லாம் வற்றிப்போய் அடியில் ஒருவித வண்டல் தங்கி அது பர்ப்படம்போல் [3] ஆய்விடும்; அதை யெடுத்து நன்றாகப் பொடிசெய்து த்ரிபலாஸ்வரஸத்தில் மூன்றுமுறை பாவனை செய்யவும்; அப்பால் அதில் பத்திலொருபங்கு பச்சைக் கர்ப்பூரத்தையும் பொடித்துச் சேர்க்கவேண்டும். இதை நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமாயுபயோகிக்க ஸகல தோஷங்களும் தீரும்; கண்களுக்கு மிக்க ஸௌக்கியத்தை யுண்டுபண்ணும். இது 'ஸர்வரோகஹர சூர்ணாஞ்ஜநம்' என்று வழங்கப்படும். 110—112½.

ஸௌவீராதி சூர்ணாஞ்ஜநம்.

ஸௌவீராஞ்ஜநத்தை அக்னியில் எரித்து, த்ரிபலாஸ்வரஸத்தில் அதன் சூர்ணத்தைக் கலக்கி ஏழு வேளை நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்கலாம், அவ்விதமே அதன் சூர்ணத்தை முலைப்பாலில் கலக்கி தினந்தோறும் கண்களில் அஞ்ஜநமிடலாம். இவ்வௌஷதம் பெரும்பான்மையான நேத்திரரோகங்களையும் போக்கக்கூடியது. 113—114½.

அஞ்ஜநமிடும் நாக சலாகை.

நாகமென்கிற லோஹத்தை த்ரிபலாகஷாயத்திலும், கரிசலாங்கண்ணிச் சாற்றிலும், சுக்குக்கஷாயத்திலும், நெய்யிலும், பசுவின் மூத்திரத்திலும், தேனிலும், வெள்ளாட்டுப்பாலிலும் தனித்தனியே காய்ச்சிக் காய்ச்சித் தோய்க்கவும். பிறகு அந்த நாகத்தினால் ஒரு சலாகை செய்து, அதனால் நேத்திரங்களில் மைதீட்டுவதுபோல் தீட்டினால் ஸகல நேத்திரரோகங்களும் தீரும். 115, 116.

---

1. சூர்ணாஞ்ஜநங்களை நேத்திரங்களில் ஏதாவது தேன், முலைப்பால் முதலிய திரவபதார்த்தங்களில் குழைத்துதான் இடவேண்டும். ரஸக்ரியைகளிலும் சில சூர்ணங்களை அவ்விதமுபயோகித்தபோதிலும், ரஸக்ரியாஞ்ஜநத்தை எப்பொழுதுமே திரவரூபமாகச் செய்துவைத்துக்கொள்ளலாம். சூர்ணாஞ்ஜநத்தை வேண்டியபோது அவசியமான திரவத்தில் உபயோகிப்பது வழக்கம்.

2. இரஸகம்.—145-வது பக்கத்தில் பார்க்க.

3. பர்ப்படம்.—மெல்லியபலகைத் துண்டுகளைப்போன்ற பாளங்கள்.

ப்ரத்யஞ்ஜநம் முதலியன.

நேத்திர சோதநம்.

கண்களில் ஸம்பவித்த தோஷங்களெல்லாம் நீங்கி, நீர்வடிதலும் முற்றிலும் நின்ற பிறகு, சுத்தமான தண்ணீரில் முகத்தை அமர்த்தி, நேத்திரங்களை நன்றாகத் திறந்து கழுவவேண்டும். அப்பால் அதற்கு முன்னிருந்த நேத்திர தோஷங்களுக்குத் தகுந்தவாறு ஏதேனும் ப்ரத்யஞ்ஜநத்தை யுபயோகிப்பதும் உசிதம். 117.

சோதநத்திற்குத் தகாத நேத்திரம்.

தோஷங்கள் முற்றிலும் கண்களிலிருந்து விலகாமல், அவை இன்னும் சிறிது மிருந்திருப்பதாகத் தெரியவந்தால், அந்நேத்திரங்களைக் கழுவக்கூடாது. 117½.

ப்ரத்யஞ்ஜநம்.

நேத்திரம் தீக்ஷ்ணமான ஔஷதப் பிரயோகங்களால் அழற்சிகொண்டு கஷ்டப்படுமானால், அப்பொழுது அவ்வழற்சிமுதலியதைப்போக்கி அதற்குத் தெளிவை யுண்டுபண்ணும் ப்ரஸாதநமென்னும் குணமுடைய சூர்ணாஞ்ஜநத்தை யுபயோகிப்பது 'ப்ரத்யஞ்ஜநம்' எனப்படும். 118.

நயநாம்ருதமென்னும் ப்ரத்யஞ்ஜநம்.

முறைப்படி சுத்திசெய்த நாகத்தை [1] உருக்கி, அதில் சுத்திசெய்த பாதரஸத்தை [2] அதற்கு ஸமபெடையாகச் சேர்க்கவும்; அவ்விரண்டுக்கும் ஸமமாக நீலாஞ்ஜநத்தையும் [3] பொடித்துச் சேர்த்து அனைத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து பிறகு கல்வத்திலிட்டு ஆட்டி, அச்சூர்ணத்தில் பத்திலொருபங்கு பச்சைக்கர்ப்பூரமும் சேர்த்துக்கொள்ளவும். இது ப்ரத்யஞ்ஜநம் என்னும் ஔஷதமாம். இது கண்ணோய்களைப் போக்கக்கூடியது; கண்களுக்கு அமுதம்போன்றது. 119, 120.

ஜயபாள வர்த்தி.

நேபாளத்தின் விதையை எடுத்து முளையை நீக்கிக் கொடியெலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் இருபத்தோரு முறை பாவனைசெய்து, அதை கல்வத்தில் ஆட்டி வர்த்தி செய்யவும். இதை ஸர்ப்பம் தீண்டியவனுடைய கண்களில் அஞ்ஜநமாக இட, இவ்வௌஷதம் அவனுடைய தேஹத்திலுள்ள விஷத்தைப் போக்கி அவனைப் பிழைப்பிக்க வல்லது. 121, 122.

நேத்திர ரோகங்களைப் போக்கும் ஒரு ஸாதாரணமுறை.

போஜநமுண்டபிறகு உடனே தனது இரண்டு கைகளையும் சூடுண்டாகுமாறு நன்றாகத் தேய்த்து நேத்திரங்களின்மேல் நன்கு அமர்த்திவந்தால், திமிரம் முதலிய நேத்திரவியாதிகள் சாந்தமாகக்கூடும். 123.

---

1. நாகசுத்தியைப்பற்றி 138-வது பக்கம் பார்க்க.
2. பாதரஸசுத்தி.—அல்லது பாரதசுத்தி; இதைப்பற்றி 149-வது பக்கம் பார்க்க.
3. நீலாஞ்ஜநம்.—இதையே ஸௌவீராஞ்ஜநம் என்பார்கள்.

நேத்திர ரோகங்களைத் தடுக்க ஸுலபமான உபாயம்.

எந்த மனிதன், தினந்தோறும் மூன்றுவேளையும் வாயில் குளிர்ந்த ஜலத்தை நிரப்பிக்கொண்டு, இரண்டு கண்களையும் தண்ணீரால் நனைத்துக் கழுவி வருகின்றானோ, அவன், எப்பொழுதும் நேத்திர வியாதிகளாலான துன்பங்களை அனுபவிக்க நேரிடாதென்பது நிச்சயம். 124.

கிரந்தத்தின் முடிவுரை.

இந்நூல் ஆயுர்வேத ஸாரம்.

ஆயுர்வேதமென்னும் அகண்ட ஸமுத்திரத்தில் மறைந்து கிடக்கும் அநேகம் அரும்பொருட்களாகும் மாணிக்கத்திரள்களைக் கண்டறிந்து முன்னால் சில மேதாவிகளால் ஸம்ஹிதைகள் [1] என்னும் பெயருடன் பற்பல நூல்கள் விரிவாக வரையப்பட்டன. அந்நூல்களிலிருந்து மிகவும் ஸாரமான சில விஷயங்களைப் பெயர்த்தெடுத்து இந்த ஸம்ஹிதை என்றனால் [2] இயற்றப்பட்டது; ஸத்புருடர்களான கல்விமான்கள் இந்நூலின்கண் தமது கருணைநிறைந்த கடாக்ஷத்தைக் கருத்துடன் செலுத்துவாராக. 125, 126.

ஸம்ஹிதையின் மஹிமை.

சார்ங்கதரனுடைய [3] இந்த ஸம்ஹிதையானது, பலவகையான பிணிகளாகும் வறுமையை ஔஷதமுறைகளெனப்படும் அருமையான இரத்தினங்களால் அகற்றக்கூடியதாயிருப்பதால், தாமரைமலர்களைப்போல் குளிர்ந்து மனோஹரமாக நிர்மலமாயிருக்கும் கவிகளின் இருதயங்களில் ஸ்ரீதேவியைப்போல் சிறுடன் விளங்குமாக.[4] 127.

இந்நூலின் பயன்.

அளவற்ற நூல்களை ஆராய்ந்தறிவதற்கான திறமையிற் குன்றியவர்கள், அல்லது அதற்குத் தகுந்த நீண்ட ஆயுளைப் பெறாதவர்கள் இதுகாறும் அகில நூல்களையும் படிப்பதில் தமது சக்தியையும் மீறி முயன்றது போதும்; வைத்திய சாஸ்திரத்தின் ஸாராம்சமனைத்தையும் இதிற் சுருக்கிக் கூறியிருப்பதால், அத்தகைய விவேகிகள் சுருக்கமான இந்நூலைப் படித்தறிய முயல்வது முற்றிலும் யுக்தமாகும். 128.

---

1. சரகஸம்ஹிதை, ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை, காச்யப ஸம்ஹிதை, ஹாரீதஸம்ஹிதை முதலியவை இதனால் குறிக்கப்படுபவை.

2. என்றனால்.—சார்ங்கதரனால்.

3. சார்ங்கதரன்.—என்றால் ஸ்ரீ மஹாவிஷ்ணு என்று இங்கு மற்றொரு பொருளுண்டு.

4. கமலமலர்களில் வஸிப்பவளும் சார்ங்கதரனை ஸ்ரீ மஹாவிஷ்ணுவின் பத்னியுமான ஸ்ரீ தேவியானவள், வேண்டிய தனங்களைக் கொடுத்து ஜனங்களைச் செல்வவான்களாகச் செய்ய வல்லவளாயிருப்பது போல், சார்ங்கதரனுடைய இந்த ஸம்ஹிதையும் ஔஷத முறைகளைக்கொண்டு வியாதிகளாகிற வறுமையைப் போக்கி, ஆரோக்கியமாகும் செல்வத்தை விருத்தி செய்யவல்லது; மேலும் அவள் தாமரை மலர்களில் வஸிப்பதுபோல, இதுவும் கவிஹ்ருதயங்களில் இருக்கத்தகுந்தது என்றும் கருத்தாம்.

374

MAHAMAHOPADHYAYA
DR. U.V. SWAMINATHA IYER LIBRARY.
TIRUVANMIYUR :: MADRAS-41

பிழை திருத்தம்.

பக்கம்.	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
3	2	த்ரஸரேனு	த்ரஸரேணு
9	27	விபாங்கள்.	விபாகங்கள்.
14	33	ரேனசம்.	ரேசனம்.
16	3	சுக்கரலம்.	சுக்ரலம்.
69-பக்கத்தில் டிப்பணியில் 2-என்பதை 1-என்று திருத்திக்கொள்ளவும்.			
71	13	சமெய்வதற்கான	செய்வதற்கான
88	18	ஜ்வரஹம்.	ஜ்வரஹரம்.
89	23	மற்றாரு	மற்றொரு
128	27	பருங்கராஜ	ப்ருங்கராஜ
132	4	ஆஸவாரிஷ்டங்களின் அவற்றின்	ஆஸவாரிஷ்டங்களின் பேத[மும் அவற்றின்
218	30	ஸிலர்	சிலர்
223	22	முலாதி	மூலாதி
234	22	சரீரத்திதை	சரீரத்தை
235	36	அறிது	அரிது