

புத்தகம்-௩. 1907ஆம் டிசம்பர் 1௨ இலக்கம்-௨௧.

சுகாதார போதினி.

க - ம், பிரிவு.

வைத்தியக் குறிப்புகள்.

முன்தொடர்ச்சி (Vol-III. பக்கம் 155.)

விக்கல் ரோகச் சிகிச்சை.

தாமரைக் கொட்டைப் பருப்பு விராகனெடை-
உ. இதனை அம்மியில் வைத்துப் பொடித்து ஜலம்வா
ர்த்து வெண்ணெய்போ லரைத்து அரை ஆழாக்கு ஜ
லத்திற் கரைத்து வடிகட்டிப் பானஞ்செய்ய வேண்
டும். இவ்விதம் தினம் ௧-க்கு ௨-அல்லது, ௩-தடவை
கள் செய்துவர, விக்கல் ரோகங்கள் தீரும்.

வேறு.

காசினிவிதை, உளுந்துமா, உலர்ந்த ஆட்டுத்
தோல், அல்லது, மாட்டுத்தோல் தூள் இவை வகை-
க-க்கு சமனெடை. இவற்றை ஒன்றாகக் கலந்துக்கொ
ஞ்சம் சுங்கானில் வைத்து புகை பிடிக்கவேண்டும்.
இவ்விதம் தினம்-௨-௩-தினங்கள் செய்துவர, விக்கல்
ரோகம் தீரும்,

குந்திரிக்க பில்லை மாத்திரை.

குந்திரிக்கத்தூள் விராகனெடை-௨. பெருவவங்
கப்பட்டை, உலர்ந்தின பொதின, கோரைக்கிழங்கு,
ஏலரிசி, சோம்பு, இவற்றைத் தனித்தனி இடித்து வ
ஸ்திரகாயஞ் செய்த சூரணம் வகை - க - க்கு விராக
னெடை-௧.

செய்முறை:—இவை யெல்லாவற்றையும் ஒன்
றாக மிஸ்ரமித்து கவ்வத்திலிட்டு குளிர்ந்த ஜலத்தை
ச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து ஒரு ஜாமநேர மரைத்து
அரை விராகனெடையுள்ள பில்லைகளாகச் செய்து நி
ழலிலுலர்த்திச் சீஷாவிற வைத்துக் கொள்ளவும்.

பிரமாணம்:—மாத்திரை-௧-௨.

அனுபானம்:—சுக்குக் கஷாயம், சோம்புக்கஷா
யம், சோம்புத் திராவகம், கொத்தமல்லி விதைக் க
ஷாயம், கொத்தமல்லிக் கீரைச்சாறு முதலியவை
களாம்.

உபயோகம்:—வாயு சம்பந்தமான விக்கல் ரோ
கம், ஏப்பம், வாயு சம்பந்தமான சீதபேதி, வயிற்று
ப்பிசம், வயிற்றுப் பொருமல் முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு.

தேங்காய் விராகனெடை-௨, சீனிசர்க்கரை வி
ராகனெடை-௨, இரண்டையும் அம்மியில் வைத்து
வெண்ணெய்போ லரைத்துச் சாப்பிட வேண்டும். இ
வ்விதம் தினம் - ௨ - ௩ - தடவைகள் செய்து வந்
தால், சிறு பிள்ளைகளுக்குண்டான விக்கல் ரோகம்
தீரும்.

வேறு.

பால்குடிக்கும் பிள்ளைகளுக்கு விக்கலுண்டான
ல், அந்தப் பாலுட்டுந் தாயின் வஸ்திரத்தில் ஒருசிறு
துண்டைக் கிழித்து ஜலத்தில் நனைத்து குழந்தையி
ன் நெற்றியிற் போட்டுவைக்க உடனே அந்த விக்கல்
நின்று போகுமென அனுபவசாலிகளாற் சொல்லப்
பட்டிருக்கிறது.

வேறு.

பொன்னுங் கொட்டையை, அல்லது, பூவந்திக்
கொட்டையைக் கயிற்றிற் கோர்த்துக் குழந்தையின்
கழுத்திற்கட்டித் தொங்கவிட்டு வைப்பதினால், விக்
க்ரோகம் தீரும்.

தாதுரோகச் சிகிச்சை.

தாகமானது பெரும்பான்மையும் உஷ்ணம் அ
திகப்படுவதினாலேயே யுண்டாகிறது. வேறு வியாதிக
ளிலும் தாகம் அதிகப்படுவது முண்டு. அந்தச் சமய
ங்களில் தாகத்திற்குக் காரணமா யிருக்கிற வியாதிக்
கு சிகிச்சை செய்து அந்த ரோகத்தைச் சார்த்தப்படு
த்தினால், தாகம் தானே போய்விடும். ஆயினும் தாக
ரோகங்களில் உபயோகப்படும் கைவல்யமான சிலமு
றைகளையும் இங்கெழுதுவாம்.

சிகிச்சை.

பருப்புக்கீரை விதை விராகனெடை-௩, இதனை
அம்மியில்வைத்து ஜலத்தை வார்த்து வெண்ணெய்
போ லரைத்து அரை ஆழாக்கு ஜலத்திற் கரைத்து
வடிகட்டி, ௨-மணிக் கொருதடவை பானஞ்செய்து
வர, அதிதாக ரோகம் தீரும்.

காடி ஷர்பத்து.

சீமை திராக்ஷக்காடி பலம் - கௌ, சீனிசர்க்கரை பலம்-கௌ, இரண்டையுஞ் சேர்த்து அடுப்பேற்றி இரண்டொருகொதி வந்தபின்பு வடிகட்டித் திப்பிரீக்கி மறுபடியும் அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சிப் பாசுபதத்தி லிறக்கிச் சீஷாவிற் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௫-௧௦.

சமனளவு ஜலத்திற்சேர்த்துக் கலக்கிப் பானஞ் செய்யவும். இவ்விதஞ் சமயத்திற்குத் தகுந்தபடி தினம், உ-க-தடவைகள் செய்து வந்தால் அதிதாக ரோகம், பித்தமயக்கம், பித்தபேதி; பித்தவாந்தி, உஷ்ணரோகம் ஆகியவைகள் தீரும்.

தாமரை ஷர்பத்து.

தாமரைப்பூ விதழ் பலம்-௧௬, (உலர்ந்ததாயிருந்தால் பலம்-௮,) இது வெண்தாமரை யாயினும் சரியே அல்லது செந்தாமரை யாயினுஞ் சரியே. இதில் ஒருபடி ஜலத்தை வார்த்து நாலிலொரு பாகமாகச் சுண்டவைத்து இறக்கி வடிகட்டி அதில்-௧௦-பலம் சீனிசர்க்கரையைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி இரண்டொரு கொதிவந்தவுடன் மறுபடியும் வடிகட்டி திப்பிரீக்கி மறுபடியும் காய்ச்சி பாசுபதத்தி லிறக்கிச் சீஷாவிற் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௫, ௧௦, சமனளவு தண்ணீருடன் கலந்து பானஞ் செய்யவும்.

உபயோகம்:—அதிதாக ரோகம், வெட்டைச்சூடு, கணச்சூடு, பித்தச்சூடு முதலிய ரோகங்கள் தீரும்.

பழ ஷர்பத்து.

எலுமிச்சம் பழச்சாறு பலம்-௧௦, சீனிசர்க்கரை பலம்-௧௦. இரண்டையுங் கலந்து காய்ச்சி இரண்டொருகொதி வந்தபின்பு வடிகட்டித் திப்பிரீக்கி மறுபடியும் அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சிப் பாசுபதத்திலிறக்கிச் சீஷாவிற் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை - ௩, ௪. சமனளவு ஜலத்திற் கலந்து பானஞ் செய்யவேண்டும்.

உபயோகம்:—அதிதாக ரோகம், பித்த சம்பந்த ரோகம், பித்தச்சூடு, வார்தி முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு.

இசுபகோல் விதை விராகனெடை-௨, ௨. இதனை அரை ஆறாக்கு ஜலத்திற் போட்டு ௩-மணி நேரம் உறைவைத்து அதன் கோழைபை பெடுத்து அதில் முன் சொல்லப்பட்டிருக்கிற தாமரைப்பூ ஷர்பத்தை பிரமாணப்படி கலந்து பானஞ் செய்யவேண்டும். இவ்விதம் சமயத்திற்குத் தகுந்தபடி தினம்-௧-க்கு-௨-அல்லது, ௩-அல்லது ச-தடவைகள் செய்துவந்தால் கஷ்டமான அதிதாக ரோகம், உஷ்ண சம்பந்தமான ரோகம், பித்தச்சூடு, இரத்தச்சூடு முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு.

அரசம் பட்டைபை எரித்தெடுத்த சாம்பல் பலம்-௨, ௨, இதனை ஒருபடி ஜலத்திற் போட்டு - ௧௦ - நிமிஷம் வரையில் கலக்கிக் கொண்டிருந்து ஒரு புதிய மண் பாத்திரத்தில் விட்டு அசையாமல் வைத்தால் சாம்பலெல்லாங் கீழே படிந்து தண்ணீர் தெளிந்து போயிருக்கும். அந்தத் தெளிவை யிறுத்து தாகமெடுக்கும் போதெல்லாம் பானஞ் செய்துவர, அதிதாக ரோகம், வார்தி முதலிய ரோகங்கள் தீரும்.

வேறு.

தாமரைக் கொட்டைப் பருப்பு விராகனெடை - ௧௦, இதனை மைபோலப் பொடித்து ௨-படி ஜலத்திற் போட்டுக் கலக்கி ஓரிடத்தி லசையாமல் வைத்து தெளிவை யிறுத்து பானஞ் செய்துவர, சிறுபிள்ளைகளுக்குண்டாகும் தாகரோகம் தீரும்.

வேறு.

தாமரைக் கொட்டையின் மத்தியிலிருக்கும் பருப்பிலை விராகனெடை-௨, இதனை மைபோலரைத்துக் கொஞ்சஞ் சலத்திற் கரைத்து வைத்துக்கொண்டு சிறுகச் சிறுகக் குடிப்பாட்டிவர, சிறுவர்களுக்குண்டாகும் தாகரோகம் தீரும்.

வேறு.

வேப்பிலையை மண்ணுடன் பிசைந்து ஒரு உருண்டையாகச் செய்து நெருப்பிற் சிவக்கக் காய்ச்சி ஜலத்திற் போட்டு ஆறினபின்பு அந்த ஜலத்தை வடிகட்டிப் பானஞ் செய்யவேண்டும். இவ்விதம் அடிக்கடி செய்துவர, அதிதாக ரோகம், வார்தி ஆகியவைகள் தீரும்.

வேறு.

காட்டெருவை எரித்த சாம்பலை வெங்கலப்பாத்திரத்திற் போட்டு அதில் ஜலத்தைவார்த்து வியாதியஸ்தரின் நாபியில் வைக்க தாகம், நாவறட்சி, உஷ்ணதிக்கம் முதலியவைகள் உடனே தீரும்.

வேறு.

• செல்விமுள்ளிச் சூரணம் பலம்-க, வெள்ளைக்காய்ச்சுக்கட்டி பலம்-க. இரண்டையுங் கல்வத்திற் பொடித்து ஜலம்வார்த்து க-மணி நேரமரைத்து ஒரு விராகனெடையுள்ள மரத்திரைகளாகச் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். அவசியமான காலங்களில் க-மரத்திரைபை வாயிலடக்கிக் கொண்டு அதன் ரசத்தை விழுங்கிவா, தாகரோகம் சாந்தமாகும். வார்தி, உஷ்ணதிக்கம் ஆகியவைகளுந் தீரும். இன்னும் வரும்.

சுகாதார போதினி.

உ - ம் பிரிவு.

குடும்ப வைத்தியம்

முன்தொடர்ச்சி (Vo - III - பக்கம்-156)

கர்ப்பூரம்.

இதற்கு இங்கிலீஷில் Camphor காம்பர் என்று ம், தமிழில் சூடனென்றும், தீபகர்ப்பூரமென்றும், கர்ப்பூரமென்றும் சொல்லப்படுகிறது. இது அநேகஞ் செடிகளிலிருக்கிறது. ஆனால் பிரதானமாய்சே, ஜப்பான், கொச்சின் சைனா முதலிய தேசங்களில் விளைகிற ஒருவகைச்செடியில் கர்ப்பூரமானது விசேஷமாகக் காணப்படுகிறது. இந்தச் செடிகளின் வேர், அடிமரம், கிளைகள் இவைகளைப் பிளந்து துண்டுகளாக்கி ஆரம்பத்தில் ஜலத்திற் காய்ச்சி எடுத்துப் பிறகு வாலையிலிட்டு எரித்துப் பதங்கித் தெடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதனைச் சுண்ணாம்புடன் சேர்த்துப் பொடித்து வாலையிலிட்டுப் பதங்கித் தெடுத்துக்கொண்டால் அதிலுள்ள தோஷங்கள் நீங்கி சுத்தியாகிவிடும். சூடனென்பது யாவருக்குந் தெரிந்த சரக்கே. இது வெண்ணிறக் கட்டிகளாய் நொய்யனுக்களுள்ள தாயிருக்கும். அதிக வாசனை யுடையது. இதை அழுத்தி னுலமுந்தும். சாராயம்விட்டரைத்தால் துளாகும். ஜலத்திற் போட்டால் மிதக்கும். ஜலத்திற் கரையாது. ஆ

ல்கோஹல்சாராயத்திலும், சுத்திரி யென்னுஞ் சரக்கிலும், எண்ணெயிலுங் கரையும். வாயிற்போட்டால், விறுவிறுப்புண்டாய் பிறகு குளிர்ச்சியா யிருக்கும். கொளுத்தினால் பிரகாசவாலையோடெரியும். காற்றுப்பட்டாற் பறந்துவிடும். விளாம்பிசின், சர்க்கரை, முட்டையின்கரு இவைகளில் எதையாவது சேர்த்து ஜலத்தில் மிஸ்ரமிக்கும்படி செய்யலாம்.

உபயோகம்:—துர்ப்பல தேகசுரங்கள், தாபனங்கள், பிரசவ உன்மாந்தம், இரைப்பு, மாரடைப்பு, கக்கிருமல், மார்த்துடிப்பு, சூதகச்சூலை, காமஇச்சை, சொர்ப்பனஸ்கலிதம், பிரமை, பிரமேகத்தில் ஆண்குறியிற்காணுகிற வேதனை, சூதகச்சன்னி, சொட்டு மூச்சிரம், கில்வாதம், அழிவிணம், ஜலதோஷம், மார்ச்சனி, அதிசாரம் இவை முதலிய அநேக ரோகங்களுக்கு கர்ப்பூரத்தை உபயோகிக்கலாம். சுளுக்கு, படுக்கை விரணம், நமைச்சல் இவை முதலியவைகளுக்கு இதை மேலுக் குபயோகிக்கலாம். சூடனை ஆக்ராணிதகால் ஜலதோஷமும் இருமலுங் குணமாகும். வார்திபேதிக்கு இதனை அடிக்கடி கூட்டிக் கொடுக்கலாம்.

மாத்திரை:—உ-குன்றிமணி முதல் உ-குன்றிமணி வரையில் உபயோகிக்கலாம்.

அவசியமான காலங்களில் இந்த எடையை இரட்டித்துக் கொள்ளலாம்.

உ-குன்றிமணி முதல் உ-கு-குன்றிமணி வரையில் அடிக்கடி கொடுத்து வந்தால், நாடியை உற்சாகப்படுத்தி சுறுசுறுப்பை யுண்டாக்கும். தேகவுஷ்ணத்தை அதிகப்படுத்தும். வியர்வையை வெளிப்படுத்தும். இக்காரணம் பற்றியே விஷபேதியில் இது சம்பந்தமான கர்ப்பூர ஜலம் உபயோகிக்கப் படுகிறது.

அது செய்யும் விபரம்:—

கர்ப்பூரம் விராகனெடை அ
இரட்டித்துவடித்த சாராயம் பலம் எவ

செயமுறை:—இரண்டையுஞ் சேர்த்தரைத்து சிஷாவில் வைத்துக்கொள்ளவும்.

ஐந்தைந்து, அல்லது, அவ்வாறு துளிக்கணக்காக ௧0-நிமிஷத்திற் கொருதடவை விஷபேதியில் உபயோகித்துவந்தால், பெரும்பான்மையும் அந்தரோகம் வசப்பட்டுப்போகும். வார்திபேதி நின்று தேகத்தில் குண்டாகி சுருணங்களுண்டாகும்.

இன்னும் வரும்.

சுகாதார போதினி.

௩ - ம் பிரிவு.



ஸ்திரீ வைத்தியம்.

முன்தொடர்ச்சி (Vol. III-பக்கம்-158.)

7. பாம்புச் சட்டை. இதனை ஒருமண்பாத்திரத் திலிட்டெரித்துச் சாம்பலாக்கிச் சீஷாவில் வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். அவசியமான காலங்களில் தேனிற் குழைத்து பிரசவ அவஸ்தைப்படும் ஸ்திரீ கண்ணி ல் மையிட குழந்தை உடனே பிறக்கும்.

8. பிரசவ வலியானது சாந்தமாய் நின்று விட் டால் அதனைக் கிரமப்படி அதிகப்படுத்த வேண்மொ ணல் பிரசவ ஸ்திரீக்குத்தெரியாமல் உ - குன்றிமணி யெடை நாக்குப்பூச்சியை ஒரு வெற்றிலையில் வைத்து மடித்துக்கொடுத்து மென்று தின்னுப்படி செய்யவே ண்டும். இப்படிச் செய்வதால் கிரமப்படி பிரசவவலி அதிகரித்து குழந்தை ஜனனமாகவேறுவாகும்.

குறிப்பு.

இப்படிச் செய்வதைப் பார்க்கிலும் நாக்குப்பூச் சியை வெயிலிலுலர்த்தி ஒரு கலயத்திற் போட்டு வா ய்பந்தனஞ் செய்து புடமிட்டு பற்பமாகச் செய்து அதில் ௫-௬-குன்றிமணியெடை பற்பத்தை வெற்றிலை யில் வைத்து மடித்து மென்றுதின்னச் செய்தால் மே ற்கண்ட குணங்களுண்டாகும். இது முன்கண்ட மு றையைப் பார்க்கிலும் எல்லா விதத்திலும் அனுகூல மானதும் உபயோகமானதுமாம்.

9. ஆற்றுத் தும்மட்டிக்காய் விதைவை அல்லது வேரை கொஞ்சஞ் சலம்வார்த் திழைத்து மெல்லிய வஸ்திரத்தில் தடவி திரியாகச்செய்து மர்மஸ்தானத் தில் வைக்க குழந்தை சீக்கிரம் ஜனனமாகும்.

குறிப்பு.

இது சுற்று கடினமான சிசிச்சை யாகையால் சுருமார தேகிகளுக் கேற்காது. ஆகையால் இந்த வி ஷயத்தி் லதிகங் கவனிக்கவேண்டியது.

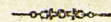
10. புருவின் வெண்ணிறமான எச்சம் விராக னெடை-௧. இதனைப் பொடித்துக் கொஞ்சஞ் சலத் திற் கரைத்து வடிகட்டிப் பானஞ்செய்வித்துவா, சீக் கிரம் ஜனனமாகும்.

11. மஞ்சள் முள்ளங்கி விதை விராகனெடை - ௧, சோம்பு விராகனெடை - ௧; சதகுப்பை விராக னெடை-௧; வெந்தயம் விராகனெடை-௧; பனப்ஷா பூ விராகனெடை-௧, அதிமதுரம் விராகனெடை-௧.

செய்முறை:—இவற்றுள் சிதைக்க வேண்டிய வைகளைச் சிதைத்து ஒன்றாய்ச் சேர்த்து-௧௨, ஆழா க்கு ஜலத்திற்போட்டு ௨-ஆழாக்காகச் சுண்டக்காய்ச் சி வடிகட்டிப் பானஞ் செயவிக்க வேண்டும். இவ்வி தஞ்செய்வதால் குழந்தை சீக்கிரம் ஜனனமாகும்.

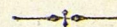
12. சரக்கொன்றைக் காயின் தோல் விராகனெ டை-௩, அல்லது-௪. இதனைச் சிதைத்து ௧௨-ஆழாக் கு ஜலத்திற்போட்டு ௨-ஆழாக்காகச் சுண்டவைத்து அதில் ௧-பலம் சர்க்கரையைக் கரைத்துப் பானஞ்செ ய்விக்க, சீக்கிரம் குழந்தை ஜனனமாகும்.

இன்னும் வரும்.



சுகாதார போதினி.

௪ - ம் பிரிவு



பால வைத்தியம்.

முன்தொடர்ச்சி (Vol. 3. பக்கம். 159.)

ஹானைன் ஜவாரிஷ்.

கரபஸ் ஓமம், மஞ்சள் முள்ளங்கி விதை, சதகு ப்பை, இவை வகை-௧-க்கு விராகனெடை-௪௨, லவங் கம், ருமிமஸ்தகி, அகர் இவை வகை - ௧ - க்கு விராக னெடை-௧, தேன் பலம்-௫.

செய்முறை:—எல்லாச் சரக்குகளையும் இடித்து வஸ்திரகாயஞ்செய்து தேனைக்காய்ச்சிப் பாகுபதத்தி ல் மேற்படி ருரணத்தைத் தூவி சந்தனமத்தாற் க டைந்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-௧, ௧௨.

உபயோகம்:—இரைப்பையைப் பலப்படுத்துப்படி திபனத்தை அதிகப்படுத்தும், உட்கொண்ட ஆகாரங் களை ஜீரணிக்கச் செய்யும். சபத்தைக் கண்டிக்கும். வா யு சம்பந்தமான மூலரோகம், அஸ்மரிரோகம், உஷ்ண சம்பந்தமா யுண்டாகும் வயிற்று வீக்கம், பிரசவ கா லத்திலுண்டாகுங் குளிர்ச்சி, வாய்ரோமூக்கு ஆகிய வைகளைக் கண்டிக்கும். தேகதிடம், தேகபலம் இவை

களெல்லா முண்டாகும். இதனைக் குழந்தைகளுக்கு பி
டாதி மாதத்திலும் எ-நாள் உபயோகித்து வந்தால், வே
றெந்த வியாதியு முண்டாகாது. வைத்தியரைத்தே
ட விடமிராது.

குறிப்பு.

மேற்கண்ட முறையில் ரூமிமஸ்தகியைத் தனியே
பொடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து வைத்துக்கொண்டு,
மேற்படி ஜவாரிஷ் செய்து, குளிர ஆறினபின்பு சேர்
க்கவேண்டும். அப்படிச் சேர்க்காமற் சூட்டுடன்சே
ர்த்தால், அதிக கசப்பாகிவிடும். சாப்பிடுவதற்கு ருசி
யாகிராது. ஆகையால் சூட்டுடன் சேர்க்காமல் குளிர
ஆறினபின்பு சேர்த்துக் கொள்வதே உத்தமமான
வழி.

பகாரத் ஜவாரிஷ்.

கரபஸ் ஓமம், மஞ்சள் முள்ளங்கி விதை, சதகு
ப்பை, சோம்பு, கொத்துமல்லிவிதை, ஓமம், ரூமிமஸ்
தகி, அக்ரகாரம் இவை வகை-க-க்குப் பலம்-கவ, தி
றமான கிருஷ்ண அகர், லவங்கம், இவை வகை-க-க்
கு விராகனெடை-டு, தேன் பலம்-௩௩.

செய்முறை:—மேற்கண்ட சரக்குகளில் ரூமிமஸ்
தகியைத் தனியே பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்
மற்ற சரக்குகளை ஒன்றாய்ச் சேர்த்து இடித்து வஸ்தி
ரகாயஞ் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். தேனைக்கா
ய்ச்சி நுரையை நீக்கிச் சுத்திசெய்து முன் சூரணத்
தைச் சிறுகத் தூவிக் கிண்டிக்கிற இறக்கி ஆறவிட்
டு ரூமிமஸ்தகிச் சூரணத்தைச் சேர்த்து நன்றாய் மி
ஸ்ரமித்து பிங்கான் பாத்திரத்தில் வைத்துக்கொள்ள
வும்.

பிரமாணம்:—விராகனெடை-க, கவ.

உபயோகம்:—இரைப்பையைப் பலப்படுத்தும்,
பசிதீபனத்தை விருத்திசெய்யும், உட்கொண்ட ஆகா
ரங்களைச் சீரணிக்கச் செய்யும். வயிற்றுப்பிசம், இரை
ப்பையின் குளிர்ச்சி, நீர்க்குண்டிக்காயின் குளிர்ச்சி,
வாய் ரொழுக்கு ஆகியவைகள் தீரும். இது சிறுவ
ர்களுக்கதிக உபயோகமான லேகியம்.

கண் மாத்திரை.

படிக்காரம் விராகனெடை-க, அபின் விராகனெ
டை-உ, ரசாஞ்சனம் விராகனெடை-உ, வேப்பிலை வி
ராகனெடை-டு, குங்குமப்பூ குன்றிமணியெடை-டு.

செய்முறை:—இவை யெல்லாவற்றையும் ஒரு இ
ரும்புப் பாத்திரத்திற் போட்டு இரும்புக்குக் குழலி

றை கடைந்து மைபோலான பின்பு நீண்ட மாத்தி
ரைகளாக உருட்டி நிழலிலுலர்த்தி வைத்துக்கொள்
ள வேண்டும். அவசிபமானபோது முலைப்பாலிலிழை
த்து இரண்டு கடுகுப்பிரமாணம் கண்ணிலிட்டுவர வே
ண்டும். இவ்விதம் காலேமாலை இரண்டுவேளையுஞ் செய்
து வருவதால், கண்சிவப்பு, கண்சதை வளர்ச்சி, கண்
பூ, தண்ணில் நீரருகல், நீர்வடிதல் முதலிய பலவகைக்
கண்ரோகங்கள் தீரும்.

வேறு

மிளகு, வேப்பிலை இவை வகை-க-க்கு விராகனெ
டை-உ. இவ்விரண்டையுங் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்
து மீன்பித்து நீரைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து உ-சாம
நேரமரைத்து மைபோலான பின்பு நீண்ட சிறு மாத்
திரைகளாகச் செய்து நிழலிலுலர்த்தி வைத்துக்கொ
ள்ள வேண்டும்.

உபயோகம்:—இதனை முலைப்பாலிலிழைத்துக் க
ண்ணிலிட மேற்கண்ட ரோகங்கள் தீரும்.

இன்னும் வரும்.

சுகாதார போதினி.

டு - ம் பி ரி ஷ்.



மு ல ரோ க ம்.

முன்தொடர்ச்சி (Vol-3: பக்கம் 159)

மூலரோகச் சிகிச்சை.

அஞ்ஜுபார் என்பது ஒருவகை மரம் இது பி
ரதானமாய் ஷாம் தேசத்தில் உண்டாகிறது. அதன்
வேர் மருந்துகளில் அதிகம் உபயோகப்படுத்தப் படுகி
றது. சாதாரணமாய் எல்லா யூநாநி மருந்துக்கடைக
ளிலும் கிடைக்கும். இது மூல இரத்தத்தை நிறுத்
துவதில் மிகவுஞ் சிறந்தது. மற்ற சங்கோசன காரிக
ளைப்போல மலத்தைக் கட்டாமல் அந்த இரத்தத்தை
மாத்திரம் கட்டுவதில் மிகவுங் கைவல்யமான தாகை
யால் யூநாநி வைத்தியர்கள் இதனை அதிகம் கையாடுவ
து வழமை. இதனைப் பின்கண்ட விதமாக உபயோ
கிக்கவேண்டும்.

அஞ்ஜுபார் வேரை யிடித்து வஸ்திரகாயஞ்
செய்த சூரணம் விராகனெடை-உ, வெண்ணெய் விரா
கனெடை-௩. இவ்விரண்டையு மிஸ்ரமித்து உட்கொ

ள்ளவேண்டும். இவ்விதம் விபாதிக்குத் தகுந்தபடி தினமொன்றிற்கு இரண்டு அல்லது மூன்று தடவை கஞ்சியோகித்து வந்தால் இரண்டு தினத்திற்குள் ளாகவே எல்லாவித இரத்தப்போக்கும் நின்றுவிடும். மூலரோக இரத்தம், வாயிலிருந்து விழும் இரத்தம், இரத்தம் கக்கல் ரோகம் ஆகியவைகளெல்லாம் தீரும்.

வேறு

மூலரோகிக்குப் பால்தெளிவோ ஆரம்பத்தி லுப போகித்துப் பிறகு கீழ்க்காணும் முறைபையுபயோகி த்தால் அதிசீக்கிரத்தில் அந்த ரோகம் கைவல்யமா கிவிடும்.

பால்தெளிவீர் செய்யுமுறை.

அரைப்படி பாலுடன் காற்படி ஜலத்தைச் சேர் த்துக் காய்ச்சி ஜலம் சுண்டின சமயத்தில் கீழிற க்கி ஆறவைத்து இளஞ்சூடா யிருக்குந் தருணத்தில் அரைப்பலம் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றை, அல்லது, பு ளியைக் கரைத்த சாற்றைவிட்டு மூங்கில்தட்டால் மூ டி இராமுமுதும் வைத்திருந்து காலையில் பார்த்தால் ஜலமானது முத்துப்போற் றெளிந்திருக்கும். அந்தத் தெளிவை மாத்திரம் இறுத்துப் பானஞ்செய்ய வே ண்டும். முதல்நாள் இரண்டொரு தடவை பேதிபா கும். மறுநாட் காலையிலும் இவ்விதமே செய்யவேண் டியது. இவ்விதம் செய்தபிறகு கீழ்க்காணும் அஷ்டத த்தை உபயோகித்து வரவேண்டும். அம்முறைபா வது:—

சீமை அதிவிடயச் சூரணம், கைப்பு வெட்பாலை யரிசுச் சூரணம், ரசாஞ்சனச் சூரணம் இவை வகை-க -க்கு விராகனெடை-வ, வெண்ணெய் விராகனெடை-சு. இவை யெல்லாவற்றையு மிஸ்ரமித்துச் சாப்பிட வேண்டும். இந்த அளவுப் பிரகாரமே ஒவ்வொருவே ளையும் உபயோகிக்கவும். இவ்விதம் தினமொன்றிற் கு இரண்டுவேளை செய்து வந்தால் போதுமானது இ ரத்தமூலம், எரிவந்தம், ஆசன அழலை முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு.

சீமைக் கிச்சிலிக்கிழங்குச் சூரணம், குந்திரிக்க ச் சூரணம், ஏலக்காய்ச் சூரணம், சோம்புச் சூரணம் இவை வகை-க-க்கு விராகனெடை-க, தேன் விராக னெடை-சு. இவை யெல்லாவற்றையு மிஸ்ரமித்துத் தேனைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்தரைத்து நான்கு குன்

றிமணி பெடையுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்துவை த்துக் கொள்ளவும். வேளை-க-க்கு ஒரு மாத்திரை வீ தம் தினம் ஒன்றிற்கு இரண்டு, அல்லது, மூன்று தட வைகள் உபயோகித்து வந்தால் இரத்தமூலம் இரத் தப்போக்கு, ஆசன அழலை முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு.

கசகசாத்நோற் சூரணம் விராகனெடை-உ, கடு க்காய்ப் பிஞ்சைப் பசுவினெய்யில் வறுத்துத் தூள் செய்த சூரணம் விராகனெடை-வ, துத்திவிதை விரா கனெடை-ங், இதனை இரண்டரைப்பலம் தண்ணீர்ற் போட்டு இரண்டு மணிநேரம் ஊறவைத்துப் பிசைந் து அதன் கோழையை பெடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். இவை யெல்லாவற்றையு மிஸ்ரமித்துப் பானஞ்செய் ய வேண்டும். இவ்விதம் தினம் ஒன்றிற்கு இரண்டு வேளை, அல்லது, மூன்றுவேளை உபயோகித்து வந்தா ல் இரத்தமூல ரோகம், இரத்தக் கழிச்சல், இரத்தப் போக்கு முதலியவைகள் தீரும்.

வேறு.

மூங்கிலுப்புத் தூள் விராகனெடை-வ, பூஜ்பத் திரிபை யெரித்த சாம்பல் விராகனெடை-வ, ஆட்டுக் கொம்பை யெரித்த கரித்தூள் விராகனெடை-வ, இ ம்மூன்றையு மிஸ்ரமித்து மேற்சொல்லி யிருக்கிற மு றைப்படி செய்தெடுத்த துத்திவிதைக் கோழையை அ னுபானித்துக் கொள்ளவேண்டும். இவ்விதம் தின மொன்றிற்கு இரண்டுவேளை, அல்லது, மூன்றுவேளை உபயோகித்து வந்தால், இரத்தமூலம், இரத்தப்போக் கு, இரத்தக் கழிச்சல், ஆசன அழலை, சிறுகுடல் அழ லை, உள் அவயவங்களிலுள்ள தாபனரோகங்கள் ஆகி யவைகள் தீரும்.

வேறு.

வறுத்துத் தூள்செய்த கருவேலம் பிசின் சூரண ம், பாகப்படுத்தின கருஞ்சீரகச் சூரண ம், இவை வகை-க-க்கு விராகனெடை-க, வறுத்திடித்த பருப்புக்கீரைச் சூரணம் விராகனெடை-சு, வறுத்திடித்த கொத்துமல்லி விதைச் சூரணம் விரா கனெடை-க, மாதனம்பூச் சூரணம் விராகனெடை-உ, கசகசாத்நோற் சூரணம் விராகனெடை-உ, மூங்கி லுப்புச் சூரணம், விராகனெடை-வ, கஹுராபா வெ ன்னும் கற்பூரமணிச் சூரணம் விராகனெடை-வ, (ச க்தியில்லாதவர்கள் இதனை நீக்கி விடலாம்) இவை யெ ல்லாவற்றையும் ஒன்றாக மிஸ்ரமித்துக் கல்வத்திலிட்

மிக் குளிர்ந்த ஜலத்தைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டுமணி நேரமரைத்துக் கட்டைப் பிரமாண மாத்திரைகள் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

பிரமாணம்:—மாத்திரை-க-உ. சமபோசிதம்போல தினம் ஒன்றிற்கு இரண்டு, அல்லது, மூன்றுவேளை உபயோகிக்கலாம்.

உபயோகம்:—இரத்த மூலரோகம், இரத்தப்போக்கு; இரத்தக் கழிச்சல், சிறுகுடல் தாபனரோகம் ஆகியவைகள் தீரும்.

(இன்னும் வரும்)

சுகாதார போதனை.

சு - ம் பிரிவு.

—o—o—o—

இரசவாதம்.

மூன்தொடர்ச்சி (Vol. 3. பக்கம். 160.)

வெட்டையை நைப்பாக்கு முறை.

நவச்சார எண்ணெய்.

பலகறையை பெரித்த சாம்பல், குதிரைக்காற் குளம்பின் தூள், யானைத் தந்தத்தூள், பதங்கித்த நவச்சாரம் இவை வகை-க-க்குப் பலம்-கடி. இவை பெல்லாவற்றையுங் கல்வத்திலிட்டு மைபோலாகிற வகையிலரைத்து அகலில் வைத்து மேலகல்மூடி சுண்ணாம்பு, வெல்லம் ஆகிய இரண்டையும் சேர்த்து கோதுமை கொய்யை யூறவைத்துப் பிசைந்து பிழிந்த ஜலத்தை விட்டு அரைத்துச் சீலையிற்றடவி மேற்படி அகலிற்குச் சீலசெய்ய வேண்டும். இது சுமார் ஏழுசெய்தாற்போதுமானது. இதை வெயிலில் வைத்துலர்த்தி நன்றாயுலர்ந்தபின்பு நாலுவிசை விராட்டியைக் கொளுத்திப் புகைபடங்கித் தழுவாது சமைப்பதில் முன்சித்தப்படுத்தின கவசத்தை வைத்துக் குளிர ஆறினபின்னெடுத்துக் கவசத்தைப் பிரித்து அதினுள்ளிருக்கும் பற்பத்தைப் பிங்கான் பாத்திரத்திற் போட்டுவாய்ப்பந்தனஞ் செய்து எப்போதும் ஈரமாயிருக்கிற நிலத்திற் புதைத்து இருபதுநாட் சென்றபின் பெடுத்தால் எல்லாம் எண்ணெயாகி யிருக்கும். பிறகு உறைந்து போகாது. இதனைச் சீஷாவிற்பத்திரப்படுத்தவும்.

வெட்டையா யிருக்கிற உலோகத்தை உருக்கி உருக்குமுகத்தில் மேற்படி பெண்ணெயில் கொஞ்சம்

பஞ்சை நனைத்து இரண்டொரு சொட்டு விட்டால் எல்லாவித வெட்டைகளும் நைப்பாகிவிடும். கடினமான உலோகங்களும் நைப்பாகி வேலைக்கு மெழுக்குப் போலவரும். இது பலதடவை செய்து அனுபவப்பட்ட தாயைல் இது அனுபவசாலிகளுக்கு அதிகமாக உபயோகப்படும்.

நைப்பெண்ணெய்.

யானைத் தந்தத்தூள், குதிரைக் குளம்புத்தூள், எருமை மாட்டின் கொம்புத்தூள், வெள்ளாட்டுக்கொம்புத்தூள் இவை வகை-க-க்குச் சமனெடை இவை பெல்லாவற்றையும் முறைப்படி குழித்தைல் மிறக்கிச் சீஷாவில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

வெட்டையா யிருக்கிற உலோகத்தை உருக்கி உருக்குமுகத்தில் மேற்படி தைலத்தில் இரண்டொருதுளியிட, பட்டுப்போல நைப்பாகிவிடும். பொன், வெள்ளி, முதலியவைகள் நகை முதலியவைகள் செய்யவராமல் வெட்டையாக இருந்தாலும், கடினமாக விருந்தாலும் மேற்கண்ட விதமாகப் பக்குவப்படுத்த அதிக மிருதுவாகி எல்லாவகை நகைகள்செய்ய ழேதுவான நைப்பாகி யிருக்கும்.

குறிப்பு.

இரசவாதத் தொழிலிற் பிரியமுள்ளவர்கள் ஆரம்பத்தில் கூட்டுவேலை, அல்லது, உலோகவாதம் என்னும் முறைபைத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டியது அவசியம். அத்தகையினர்கள் மேற்கண்ட வெட்டையை நைப்பாக்கு முறைகளைத் தெரிந்து கொள்ளவேண்டியது அவசியமாக மாகையால் அனுபவமானபொழுதைகளை யிங்கெழுதி வந்தோம். ஆகையால் இனி உலோகவாதத்தை எழுதி வருவோம். இரசவாதத்திற் பிரியமுள்ள நண்பர்கள் அம்முறைகளை ஆதிகையோடந்தமாகக் கவனித்து அதிற்கண்ட கிரமப்படி செப்பார்களாயின் தாம்தாம் நற்பலனை யடைவதுடன் மற்றவர்களும் அவ்விதமே யடைய ஏதுவாமென்பதே திண்ணம்.

இன்னும் வரும்.

சுகாதார போதினி

ஏ-ம் பிரிவு.

பற்ப முறைகள்.

முன்தொடர்ச்சி (Vol. 3, பக்கம் 152)

அயற்புறம்.

சுத்திசெய்த அயத்தகம் விராகனெடை - கரு, லிங்கம் விராகனெடை-கரு, முலைப்பால் செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை:--லிங்கத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப்பொடித்து முலைப்பாலைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டு சாமநேரமரைத்து மேற்படி கட்டிற்குக் கவசஞ்செய்து உலர்த்தி அகலில்வைத்து மேலகல்முடிச் சீலைமண் செய்துலர்த்தி கெஜபுட மிடவும். குளிர ஆறினபின்னெடுத்தால் எல்லாம் நொறுங்கிக் கறுவிறமான பற்பமாயிருக்கும். இதனை நிறுத்து இதுகண்ட எடையில் எட்டி லொருபங்கு லிங்கத்தைச் சேர்த்து இரண்டு சாமநேர மரைத்துத் திரிபலைக் கஷாயத்தைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டு சாமநேர மரைத்துப் பில்லை செய்துலர்த்தி அகலில்வைத்து மேலகல்முடி ஐந்து சீலைமண் செய்துலர்த்தி அரைக்கெஜப் புடமிட வேண்டும். குளிர ஆறினபின்பெடுத்து முன்போலவே திரிபலைக் கஷாயத்தில் அரைத்து முன்போற்புடமிடவேண்டும் இவ்விதம் மடக்கி மடக்கித் திரிபலைக் கஷாயத்தில் முன்று புடமும் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் ஆறுபுடமும் இடவேண்டும். ஒவ்வொரு புடத்திற்கும் பற்பத்தின் எட்டி லொருபங்கு லிங்கத்தைச் சேர்த்தரைத்துப் போடவேண்டும். ஆகக்கூடிய பத்துப் புடமுந் தீர்ந்தால் செஞ்சாயலான பற்பமாகி யிருக்கும். சக்தியுள்ளவர்கள் மேற்கண்ட விதமாகத் திரிபலைக் கஷாயத்தில் இருபது புடமும், எலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் இருபது புடமும் போட்டுத் தீர்ந்தால் மகா சஞ்சீவிக் கொப்பான பற்பமாயிருக்கும். இந்தப் பற்பமானது மகா கற்பம் போன்றது. இதனால் நரைதிரை முதலியவைகளும் நீங்கும். எல்லா வியாதிகளிலும் உபயோகித்து ஜெயமடையலாம். ஆனால், பாடுபட்டால் பலன் பெறலாமென்பது சத்திய வாக்கு.

பிரமாணம்:--குன்றிமணியெடை-க-கரு.

அனுபானமும், உபயோகமும்:--வலம்புரிக்காய்ச் சூரணம், பிரமதண்டு வேர்ச் சூரணம், கற்கடகசிங்கி

ச் சூரணம், இவை வகை-க-க்கு குன்றிமணி பெடை-உ, தேன் விராகனெடை-க. இவை யெல்லாவற்றையும் மிஸ்ரமித்து மேற்கண்ட பற்பத்தைப் பிரமாணப்படியனுபானித்துண்ண, இருமல் ரோகம், சுவாசரோகம் சுரரோகம் ஆகியவைகள் தீரும்.

தேன் விராகனெடை - ஈ. இஞ்சிச்சாறு விராகனெடை-ஈ, இவ்விரண்டையு மிஸ்ரமித்து மேற்கண்ட பற்பத்தைப் பிரமாணப்படியனுபானித்துண்ண, வாயு சம்பந்த ரோகம், அரோசிக ரோகம், இருமல் ரோகம், சுவாசரோகம் ஆகியவைகள் தீரும்.

அரிசித்திப்பிலிச் சூரணம் குன்றிமணி யெடை-ச, தேன் விராகனெடை-ஈ. இவ்விரண்டையு மிஸ்ரமித்து மேற்கண்ட பற்பத்தைப் பிரமாணப்படியனுபானித்துண்ண, கபக்கட்டு, கோழைக்கட்டு, தொண்டைக்கம்மல், அரிசுரல் ஆகியவைகள் தீரும்.

சீந்திற் கொடிச்சாறு விராகனெடை - சு, தேன் விராகனெடை-க. இவ்விரண்டையு மிஸ்ரமித்து மேற்கண்ட பற்பத்தைப் பிரமாணப்படியனுபானித்துண்ண, எல்லாவகை சுரரோகங்களும் தீரும். பசிதீபனம் அதிகப்படும்.

இன்னும் வரும்.

வீண்ணப்பம்.

கனவான்களே! நமது சுகாதார போதினியாகிய இப்பத்திரிகையை நேயர்க ளியாவரும் மிக்க அபிமானித்துக் கையாண்டுவருவது எமக்கு மற்ற்ெவர்க்குந் தெரிந்த விஷயமே. ஆயினும், இடையிடையே ஏற்படுஞ் சில அசந்தர்ப்பங்களால் பத்திரிகை காலத்தோடு வெளிவராமல் தாமதித்து வருவதைப் பற்றிச் சிலருக்கு அதிருப்தியாயிருக்கலாம். மனப்பூர்வமாக இதை தாமதத்தோடு வெளிப்படுத்த வேண்டுமென்னும் எண்ணம் ஒரு சிறிதேனும் எமக்கு எப்பொழுதுமில்லை. இவ்விதம் காலத்தோடு வெளிப்படுத்தாமல் தடைப்படுத்துவதால் எமக்கு ஒரு பயனுயின் றென்பதை ஒவ்வொருவரும் அறிந்தே யிருக்கலாம். நமது போதினியின் அபிமானிகளைக் காட்டிலும் பதின்மடங்கதிகமாக இப்பத்திரிகை காலத்தோடு வெளியாக வேண்டுமென்னும் எண்ணம் எமக்கிடையிடா திருந்தும் ஏதோ தெய்வ சங்கல்பத்தால் சில குடும்பக்கவலைகளினாலும், தேச அசௌகரியங்களை முன்னிட்டும் இவ்வாறு தடைநேர்ந்து விடுகின்றது. ஆனதால் தற்போது பத்திரிகை விஷயத்தில் உண்டாகிய தாமதத்தை மனங்கொள்ளாமல் மன்னிக்குமாறு நமது நண்பரனைவரையும் வேண்டுகிறோம்.