मे २०२३

(या अंकात एकूण ३६ पाने आहेत)

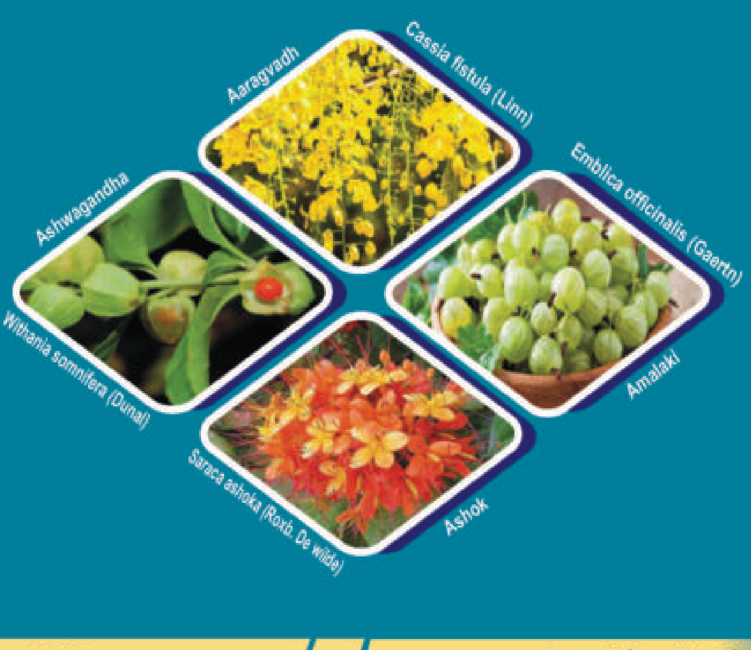
ISSN - 0378 - 6463

किंमत २५ रुपये

आयुर्विद्या

Peer Reviewed Indexed
Research Journal
of 21st Century
Dedicated to Ayurved...

Ayurvidya



आयुर्वेद रसशाळा, पुणे यांची गुणकारी व उपयुक्त उत्पादने...

रक्तवर्धक अवलेह

रक्ताल्पता, दौर्बल्य यामधे उपयुक्त. (रसायन बल्य, धातूवर्धक म्हणून उपयुक्त).

गोल्ड कम्पाऊंड

शरीराचे बल, वर्ण, कांती व प्रतिकार शक्ती वाढविणारे उत्कृष्ट रसायन. ह्रदयाला बल देणारे, वृद्धावस्थेमधील सांधेदुखीवर उपयुक्त.

रसगंधा वटी

मानसिक अस्वास्थ्य, कामाच्या ताणामुळे वारंवार चिडणे, झोप न येणे, या सर्वांमुळे उत्पन्न शरीराचे अस्वास्थ्य यामधे अतिशय उपयोगी.

कुंभजतु

(मेदोहर वटी)

शरीरातील चरबीचे नियंत्रण करण्यासाठी उपयोगी.

शास्त्रोक्त व पेटंट आयुर्वेदिक औषधे तयार करणारी संस्था.

रसशाळा®

आयुर्वेद रसशाळा, पुणे

GMP Certified Company

फॉर

आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशन, पुणे

२५, कर्वे रोड, पुणे - ४११ ००४. ☎ : (०२०) २५४४०७९६, २५४४०८९३

E-mail : admin@ayurvedarasashala.com Visit us at : www.ayurvedarasashala.com Toll free No. 1800 1209727

।। श्री धन्वंतरये नम: ।।

ISSN - 0378 - 6463

राष्ट्रीय शिक्षण मंडळ, संचालित

आयुर्विद्या

मासिक

Rashtriya Shikshan Mandal's

AYURVIDYA

Magazine

To know latest in "AYURVED" Read "AYURVIDYA"
A reflection of Ayurvedic Researches.

ISSUE NO. - 12 MAY - 2023

PRICE Rs. 25/- Only.

शंखं चक्रं जलौकां दधतमृतघटं चारुदोर्भिश्चतुर्भि: ।
सूक्ष्मस्वच्छातिहृद्यांशुकपरिविलसन् मौलिमम्भोजनेत्रम् ।।
कालाम्भोदोज्ज्वलाङ्गम् कटितटविलसच्चारुपीताम्बराढ्यम् ।
वन्दे धन्वन्तरितं निखिलगदवन प्रौढदावाग्निलीलम् ।।
नमामि धन्वंतरिमादिदेवं सुरासुरैवन्दितपादपङ्कजम् ।
लोके जरारुग्भयमृत्युनाशनं धातारमीशं विविधौषधीनाम् ।।

BEST WISHES TO NATIONAL CONFERENCE 'DIAGNOSTICA' - 25th and 26th MAY 2023

CONTENTS

- संपादकीय – नेमेची येतो....! – डॉ. दि. प्र. पुराणिक 5
- आयुर्वेदोक्त 'मापन व परीक्षण' विषयाचे अध्ययन – चरक संहितेच्या परिप्रेक्ष्यात – वैद्य लीना बावडेकर 6
- सुंदर व सुरेल वाणी – डॉ. मिलिंद भोई 12
- एक व्याधी – एक ग्रंथ –
  प्रमेह व्याधीवरील योगरत्नाकरोक्त चिकित्साकल्प – एक अध्ययन – वै. प्राजक्ता प्रभाकर जनबंधू, प्रा. वै. मोहन जोशी 14
- **A Clinical Effect Of Vyoshadi Ghrita In Pandu – Dr. Amol A. Powar 24**
- **Management Of Diabetes (Madhumeha) Through Swasthavritta Approach - A Case Study – Dr. Sharvari Inamdar 27**
- श्रद्धांजली – 13
- अहवाल –
  1) सेंटर फॉर पोस्ट ग्रॅज्युएट स्टडीज अँड रिसर्च इन आयुर्वेद वर्धापन दिन समारंभ – दि १ एप्रिल २०२३ – डॉ. मिहीर हजरनवीस 30
  2) आयुर्वेद रसशाळेचा दिल्ली येथील डॉक्टर्ससाठी सी.एम.ई. कार्यक्रम. – डॉ. सुहास कुलकर्णी 31
- अभिनंदन! / **Congratulations!** – 26, 32
- जाहीर प्रगटन/आवाहन – 33
- सर्वांसाठी आरोग्य – डॉ. अपूर्वा संगोराम 33
- अध्यापकांची गुणपडताळणी! – डॉ. सौ. विनया दीक्षित 34
- **About the Submission of Article and Research Paper – 4**

"AYURVIDYA" Magazine is printed at 50/7/A, Dhayari - Narhe Road, Narhe Gaon, Tal. - Haveli, Pune -41 and Published at 583/2, Rasta Peth, Pune 11. By Dr. D. P. Puranik on behalf of Rashtriya Shikshan Mandal, 25, Karve Road, Pune 4.

IMP • Views & opinions expressed in the articles are entirely of Authors. •

About the Submission of Article and Research Paper

Rashtriya Shikshan Mandal's **AYURVIDYA** Magazine

- The article / paper should be original and submitted **ONLY** to "**AYURVIDYA**"
- The **national norms** like Introduction, Objectives, Conceptual Study / Review of Literature, Methodology, Observations / Results, Conclusion, References, Bibliography etc. should strictly be followed. Marathi Articles / Research Paper are accepted at all levels. These norms are applicable to Review Articles also.
- **One side Printed copy** along with PP size own photo and fees should be submitted at office by courrier / post / in person between **1 to 4 pm on week days and 10 am to 1 pm on Saturday.**
- "**AYURVIDYA**" is a peer reviewed research journal, so after submission the article is examined by two experts and then if accepted, allotted for printing. So it takes atleast one month time for execution.
- Processing fees Rs. 1000/- should be paid by cheque / D.D. Drawn in favour of "**AYURVIDYA MASIK**"
- **Review Articles may be written in "Marathi" if suitable as they carry same standard with more acceptance.**
- **Marathi Articles should also be written in the given protocol as - प्रस्तावना, संकलन, विमर्श / चर्चा, निरीक्षण, निष्कर्ष, संदर्भ इ.**

For Any Queries Contact -
Prof. Dr. Apoorva Sangoram (09822090305)

Write Your Views / send your subscriptions / Advertisements

To

Editor - AYURVIDYA MASIK, 583 / 2, Rasta Peth, Pune - 411 011.
E-mail : ayurvidyamasik@gmail.com **Phone :** (020) 26336755, 26336429
Fax : (020) 26336428 Dr. D. P. Puranik - 09422506207
Dr. Vinaya Dixit - 09422516845 Dr. Apoorva Sangoram 09822090305
Visit us at - www.eayurvidya.org

Subscription, Article Fees and Advertisement Payments by Cash / Cheuqes / D. D. :- in favour of

Payable at Pune Date : ....
Pay to **"AYURVIDYA MASIK"**
Rupees ....
.... Rs. ....
(Outstation Payment by D. D. Only)

- **For Online payment - Canara Bank, Rasta Peth Branch, Savings A/c. No. 53312010001396, IFSC - CNRB0015331, A/c. name - 'Ayurvidya Masik'.** Kindly email the payment challan along with name, address and purpose details to **ayurvidyamasik@gmail.com**

"AYURVIDYA" MAGAZINE Subscription Rates : (Revised Rates Applicable from 1st Jan. 2014)

For Institutes - Each Issue Rs. 40/- Annual :- Rs. 400/- For 6 Years :- Rs. 2,000/-
For Individual Persons - For Each Issue :- Rs. 25/- Annual :- Rs. 250/- For 6 Years :- Rs. 1,000/-
For Ayurvidya International - Annual :- Rs. 550/- (For Individual) & Rs. 1000/- (For Institute)

ADVERTISEMENT RATES

Full Page	- Inside Black & White - Rs. 1,600/-	(Each Issue)	Attractive Packages for yearly contracts
Half Page	- Inside Black & White - Rs. 900/-	(Each Issue)	
Quarter Page	- Inside Black & White - Rs. 500/-	(Each Issue)	

GOVERNING COUNCIL (RSM)

Dr. D. P. Puranik - President
Dr. B. K. Bhagwat - Vice President
Dr. R. S. Huparikar - Secretary
Dr. R. N. Gangal - Treasurer
Dr. V. V. Doiphode - Member
Dr. B. G. Dhadphale - Member
Dr. M. R. Satpute - Member
Dr. S. G. Gavane - Member
Adv. S. N. Patil - Member
Dr. S. V. Deshpande - Member(Ex-officio)

AYURVIDYA MASIK SAMITI

Dr. D. P. Puranik - President / Chief Editor
Dr. Vinaya R. Dixit - Secretary / Asst. Editor
Dr. A. M. Sangoram - Managing Editor/Member
Dr. Abhay S. Inamdar - Member
Dr. Sangeeta Salvi - Member
Dr. Mihir Hajarnavis - Member
Dr. Sadanand V. Deshpande - Member
Dr. N. V. Borse - Member
Dr. Mrs. Saroj Patil - Member

संपादकीय

नेमेची येतो....!

डॉ. दि. प्र. पुराणिक

७ एप्रिल १९४८ रोजी जागतिक आरोग्य संघटनेची (World Health Organization) स्थापना झाली आणि तेंव्हापासून ७ एप्रिल हा दिवस जगभरात **''जागतिक आरोग्यदिन''** (World Health Day) म्हणून साजरा केला जातो. ह्या दिवसाच्या निमित्ताने सर्व सामान्यांचे आरोग्य सुधारण्याच्या दृष्टीने तसेच जे लोक आरोग्यदृष्ट्या व्यवस्थित आहेत त्यांच्या आरोग्याचे रक्षण करणे, त्यांना व्याधी होण्यापासून दूर ठेवणे हे उद्दिष्ट समोर ठेवून विविध देशातील World Health Organization ची केंद्रे काम करीत असतात. थोडक्यात ''स्वस्थस्य स्वास्थ्य रक्षणम्'' ह्या उद्दिष्टाने ही केंद्रे विविध उपक्रम राबवित असतात. त्याचबरोबर आरोग्य विषयक जनजागृती करणे हा मुख्य हेतू असतो.

जागतिक आरोग्य संघटनेचे हे अमृतमहोत्सवी वर्ष आहे. ह्या वर्षीचे बोधवाक्य आहे (Theme) ''सर्वांसाठी आरोग्य'' अर्थातच "Health For All". दरवर्षी अशाच प्रकारचे ध्येय व उद्दिष्ट ठेवून कार्य केले जाते व विविध उपक्रम राबविले जातात. दरवर्षी येणाऱ्या ७ एप्रिल बरोबरच इतर महिन्यातही विशेष उद्देश ठेवून आरोग्यविषयक मोहिम राबविली जाते. उदाहरणार्थ मार्च २०२३ मध्ये दि. २० रोजी "World Oral Health Day" निमित्ताने विशेष विषय होता– "Be Proud of Your Mouth" आणि त्यानिमित्ताने जनजागृतीपर अनेक उपक्रम अनेक देशांमध्ये व शहरात राबविले गेले. World Health Day च्या निमित्ताने विविध सामाजिक आरोग्य संघटना तसेच शासकीय अथवा निमशासकीय संघटना कार्यक्रम आयोजित करतात. त्यामध्ये आरोग्य विषयक निबंध स्पर्धा, प्रकल्प सादरीकरण, आरोग्य विषयाला धरून वादविवाद अथवा चर्चा सत्रे, व्याख्यान सत्रे, परीषदा ह्यांचा समावेश असतो. सर्व सामान्य जनतेसाठी आणि त्यांच्यात आरोग्यविषयक सवयी विकसित करणे, असंसर्गीय आजारापासून दूर राहाण्याबाबत दक्ष राहाण्यासाठी आणि शारीरीक आरोग्याबरोबरच मानसिक आरोग्य संतुलनासाठी नवी दिल्ली येथील WHO च्या केंद्राने आयोजित केलेला "Walkathon Event" खूपच वैशिष्ट्यपूर्ण ठरला.

जागतिक आरोग्य दिनाच्या निमित्ताने अनेक संस्था एकूणच सामाजिक आरोग्याच्या दृष्टीने सर्वेक्षण, पाहणी वेगवेगळ्या वयोगटात, शहरातील विविध भागात करतात आणि नंतर त्या सर्वेक्षणातून पुढे आलेले निष्कर्षही जनआरोग्याच्या दृष्टीने जाहीर करतात. संपूर्ण भारतात केलेल्या पाहणीनुसार जी माहिती पुढे आलेली आहे त्यानुसार बहुतांशी पक्षाघात अथवा हृदयविकार झालेल्या रुग्णांमध्ये प्राधान्याने तंबाखू तसेच मद्याची व्यसनाधिनता, व्यायामाचा अभाव, अयोग्य जीवनशैली, कामाचा ताणतणाव ही कारणे आढळली. तसेच पक्षाघात आणि हृदयरोगाचे प्रमाण स्त्रीयांपेक्षा पुरुषांमध्ये अधिक आढळले आणि त्यातही ४० ते ७० वयोगटात मृत्यूचे प्रमाण अधिक आढळले.

भारताप्रमाणेच महाराष्ट्र राज्यात केलेल्या पाहणीनुसार मधुमेह (Diabetes) व उच्चरक्तदाब (Hypertension) असणाऱ्यांच्या संख्येत गेल्या पाच वर्षात लक्षणीय वाढ झाल्याचे आढळले. मुंबई ह्या राजधानीच्या शहरात तंबाखू, दारू, बैठे काम, ताणतणाव, अयोग्य आहार ह्यामुळे मधुमेह व उच्चरक्तदाब झालेल्यांचे प्रमाण लक्षणीय असल्यानेच सुमारे ३०००० मृत्यू ओढवले असल्याचे आढळले. पुण्यासारख्या शहरात केलेल्या सर्वेक्षणात तरुण वयातच ''लठ्ठपणा'' वाढलेला (obesity) असल्याने त्याचे पर्यवसन मधुमेह, तसेच हृदयविकारात होणे स्वाभाविक झाले आहे. त्यामुळे अगदी तरुण वयात म्हणजे २५–३० वयातच मृत्यू ओढवल्याच्या घटना नित्य घडत आहेत. ह्याला कारणे अर्थातच Fast & Junk Food, Alcohols, Smoking, Tobacco, Lack of Exercise हिच प्राध्यान्याने आढळतात. ह्या आजारांबरोबरच रक्ताल्पता (Anaemia) रुग्णांचे प्रमाणही दिवसेंदिवस वाढतेच आहे.

जागतिक आरोग्यदिनाच्या निमित्ताने केलेल्या पाहणीतून पुढे आलेल्या निष्कर्षांची वेळीच गांभीर्याने दखल घेवून वेळीच प्रतिबंधात्मक उपाय व्यापक पातळीवर केल्यास असांसर्गिक रोगांमुळे ओढविणाऱ्या मृत्यूंचे प्रमाण कमी होवू शकेल. ह्याची जबाबदारी शासनावर अथवा आरोग्ययंत्रणेवर टाकणे चुकीचे आहे. तरुण पिढीनेच आपल्या अनारोग्यकारक ''आहार विहारावर'' लगाम घातल्यासच पुढील अनर्थ टाळता येणार आहे.

आयुर्वेदोक्त 'मापन व परीक्षण' विषयाचे अध्ययन - चरक संहितेच्या परिप्रेक्ष्यात

वैद्य लीना बावडेकर, बी. ए.एम.एस. एम. फिल (आयुर्वेद), एम.ए. (संस्कृत), पीएच.डी स्कॉलर, (संस्कृत)

प्रस्तावना – 'मापन' म्हणजे मोजणे. हा विषय दैनंदिन व्यवहारात सर्वांचा परिचयाचा आहे. परंतु 'मापन व परीक्षण' हा आयुर्वेदात एक अत्यावश्यक आणि महत्त्वपूर्ण विषय आहे. संहितांमध्ये हा विषय अनेकविध संदर्भाने आला आहे. 'चरक संहिता, सुश्रुत संहिता आणि वाग्भट (अष्टांग हृदय व अष्टांग संग्रह)' हे आयुर्वेदाचे तीन मूलभूत ग्रंथ आहेत. या तीन ग्रंथांना मिळून 'बृहत्त्रयी' असे म्हणतात. आयुर्वेदाच्या अध्ययनामध्ये 'मापन व परीक्षण' या विषयाची उपयुक्तता आणि आवश्यकता स्पष्ट करण्यासाठी यापैकी 'चरक संहिता' हा ग्रंथ येथे अध्ययनासाठी घेतला असून 'आयुर्वेदोक्त 'मापन व परीक्षण' विषयाचे अध्ययन – चरक संहितेच्या परिप्रेक्ष्यात' या विषयावरील हे लेखन प्रस्तुत करत आहे.

अध्ययनाचा उद्देश व उद्दिष्ट्ये– १) मापन व परीक्षणाची उपयुक्तता आणि आवश्यकता. २) सर्वसामान्य व्यवहारातील 'मापन' भारतीय परंपरागत शास्त्रातील मापन विचाराचा आढावा. ३) आयुर्वेदात मापन व परीक्षणाची ची गरज. ४) संपूर्ण चरक संहितेतील मापन व परीक्षण या विषयाचा आढावा. ५) मापन व परीक्षण या संदर्भात चरक संहितेतील विमान स्थानाचे वेगळेपण.

साहित्य – आयुर्वेद संहिता, अनुषंगिक अन्य संहिता, संगणक प्रणाली. **कार्यपद्धती–** पूर्वी झालेल्या कामांचा आढावा. आयुर्वेद संहिता व टीकांचे अध्ययन. माहितीचे संकलन. माहितीचे विश्लेषण.

पूर्वी झालेल्या कामांचा आढावा–1) Critical comparative study of commentaries on Charak Samhita - viman sthana Abhijit Prakash Saraf, 2016, Tilak Maharashtra Vidyapeeth, Pune. 2) Importance of Ayu Pareeksha for the management of diseases Monika Agrawal, PS Byadgi, BK Dwibedy Journal of Clinical and Diagnostic Research : JCDR 11(1), OE 01, 2017. 3) Dadu, V. (2016). The Vimana Sthana of the Charaka Samhita as a knowledge and measurement unit. Anchor Academic Publishing. 4) Shirodkar, J.A., Sayyad, M.G., Nanal, V. M. and Yajnik, C. S. (2014). Anguli Parimana in Ayurveda and its association with adiposity and diabetes. Journal of Ayurveda and integrative medicine, 5 (3), 177.

१) मापनाची आवश्यकता – दैनंदिन व्यवहारात मापन हा एक अत्यावश्यक आणि महत्त्वाचा मुद्दा आहे. हा मुद्दा अधिक स्पष्ट होण्यासाठी सर्वसामान्य व्यवहारातील 'मापन' या विषयाचा थोडा आढावा घेऊ. **१.१) सर्वसामान्य व्यवहारातील 'मापन'–** दैनंदिन जीवनात आकार, वजन, आवाज, प्रकाश, दिशा, गती इत्यादीचे मापन प्रत्येक व्यक्ती करत असते. त्यामध्ये मुख्यतः व्यवहार सौकर्यांचा भाग अभिप्रेत असतो. शास्त्रीय चर्चेमध्ये सुद्धा व्यवहार सौकर्य हा मुद्दा महत्त्वाचा असतो आणि त्यादृष्टीने त्याचा वेगवेगळ्या परिप्रेक्ष्यातून विचार होत असतो. जसे; सजीवांचा अभ्यास करणाऱ्या अभ्यास शाखांमध्ये मापन विचार वेगळ्या परिप्रेक्ष्यातून होतो तर निर्जीवांचा अभ्यास करणाऱ्या अभ्यास शाखांमध्ये मापनाची भूमिका वेगळी असते. **१.२) विज्ञान शाखांमधील 'मापन' –** गणित किंवा त्या आधारित भौतिकशास्त्र यांच्यामध्ये वेळ, लांबी, वजन, इलेक्ट्रिक करंट, तापमान (सेंटीग्रेड, फॅरनहाईट), पोटेन्शियल एनर्जी यासाठी मापनाची गरज असते. संशोधनाच्या तथ्याचे निरीक्षण, परीक्षण, त्यांची विश्वसनीयता, आवर्तन क्षमता तपासणे व त्याचे सार्वत्रिकरण करणे यासाठी मापनाची गरज असते. त्यानुसार त्यांच्या मापन पद्धती व्यक्तीनिरपेक्ष होण्याची गरज असते.

सजीवांशी संबंधित अभ्यास शाखांमध्ये जसे, रुग्ण कालच्या पेक्षा आज 'बरा' आहे असे म्हणताना 'बरा' या संज्ञेमध्ये काय काय अंतर्भूत आहे, हे वैद्याला स्पष्ट असावे लागते. म्हणजे एक वैद्य जेंव्हा दुसऱ्याला एखादा रुग्ण 'बरा' आहे म्हणून सांगतो तेंव्हा त्याने 'नाडी, मूत्रं, मलं, जिव्हा, शद्ब, स्पर्श, दृग्, आकृती' हे अष्टविध परीक्षण केलेले असते. हे व्यक्तीसापेक्ष असते. 'रोगाक्रान्तशरीरस्य स्थानान्यष्टौ निरीक्षयेत्। नाडीं मूत्रं मलं जिव्हां शद्बं स्पर्शं दृगाकृती।। सार्थ योगरत्नाकर भाग १ – रोग्याची परीक्षणीय अष्ट स्थाने, पृष्ठ क्र. ८ येथे व्यक्तीनिरपेक्ष मापन होत नाही. **१.३) अन्य अभ्यास शाखांमधील 'मापन' –** अन्य अभ्यास शाखांमध्ये जसे, 'वृक्ष आयुर्वेदामध्ये' उपजावू जमिनीचे सामान्य वर्णन आहे.

विष पाषाण वल्मिक बिलदुष्टा तथोजरा।
दूरोदका शर्करिला तरुभ्यो न हिता मही।।३६।।

विष, दगड, वारूळ, बिळे यांनी दूषित, ऊषर (खारवट),

पाण्यापासून दूर असणारी व रेताड जमीन झाडांसाठी हितकर नसते. **इंद्रनीलशुकपक्ष्मकोमलाशंखकुंदेकुमदेंदुसन्निभा। तप्तकांचनविकासीचंपकस्पर्धिनी वसुमती प्रशस्यते ।।३७।।**

इंद्रनील मणी आणि पोपटाच्या पिसाप्रमाणे कोमल, शंख, कुंदपुष्प, कमळ आणि चंद्र यांसारखी (दिसणारी), तापलेल्या सोन्याप्रमाणे झळाळणाऱ्या चाफ्याच्या फुलाशी स्पर्धा करणारी जमीन चांगली समजली जाते. **समा समासन्नजला हरित्तरु तृणांकुरा । तस्यां सर्वे यथास्थानं प्ररोहन्ति महीरुहाः ।।३८।।**

समान (पातळीची), जवळ पाणी असणारी, ज्यावर हिरवे वृक्ष आणि गवताचे अंकुर आहेत त्या सुयोग्य (जमिनीत) सर्व वृक्ष वाढतात. उपवनविनोद भूमिनिरुपण - critical study Dr. S.D. Bavadekar T.M.V. Mphil 1996.

सामाजिक अभ्यास शाखांना गरजेनुसार या दोन्ही प्रकारचा म्हणजेच व्यक्तीसापेक्ष मापनाचा आणि व्यक्तीनिरपेक्ष मापनाचा आपापल्या चौकटीत उपयोग करावा लागतो. सामाजिक विषयांचा अभ्यास जेव्हा अनेक लोक करत असतात किंवा असा केलेला अभ्यास सर्वसामान्य लोकांपर्यंत संक्रामित करायचा असतो, त्यावेळी व्यक्तीनिरपेक्ष मापन पद्धती समजणे सोपे असते. उदाहरणार्थ– एक लिटर दूध, पाच किलोमीटर चालणे, २१ सूर्य नमस्कार घालणे ही रोजच्या व्यवहारातील मापन पद्धती व्यक्तीनिरपेक्ष असल्याने देश, कालाच्या निरपेक्ष आहे. परंतु शरीराचा वर्ण काळा, सावळा, गोरा हे मापन बरेचसे देश सापेक्ष आणि व्यक्तीसापेक्ष आहे. अशावेळी अशा व्यक्तीसापेक्ष मापनाची व्याख्या करावी लागते.

अशाप्रकारे शास्त्रीय विषयांमध्ये मापनाचा विषय हाताळला जाणे स्वाभाविकच आहे, हे आपण पहिले, परंतु ज्या विषयांना 'कला' म्हटले जाते अशा विषयांमध्येही म्हणजेच भारतीय परंपरागत शास्त्रामध्ये मापनाची चर्चा उपलब्ध आहे हे लक्षात घेतले पाहिजे.

२) भारतीय परंपरागत शास्त्रातील मापन विचार – भारतीय कला परंपरेमध्ये सामान्यपणे काव्य, नाट्य, संगीत या विषयांचा अंतर्भाव होतो. यामध्ये ही मापन हा विषय अंतर्भूत झाला आहे, काव्यामध्ये शद्बाच्या उच्चारणाला लागणारा वेळ, शद्बांची संख्या, ओळींची संख्या ही वृत्ता नुसार निश्चित केली असते. जसे ; अक्षरगण वृत्त – उदा. मालिनी वृत्त – न न म य य गणांनी मालिनी वृत्त होते. याचे उदा. अनुदिनी अनुतापे तापलो रामराय। परमदिनदयाळा नीरसी मोह माया।, मात्रा वृत्त – ज्या कवितेच्या चरणात फक्त मात्रांचे बंधन पाळले जाते, त्यास मात्रा वृत्त म्हणतात. उदा. नववधू–एकूण मात्रा १६. महाकाव्याचे सर्ग, नाटकाचे अंक असेही एक वेगळे मापनाचे वैविध्य उपलब्ध झालेले दिसते. अशाप्रकारे मापनाचे नियम पाळून ही काव्यातून आनंद निर्माण होत असतो.

भारतीय कला परंपरेतील एक महत्त्वपूर्ण विषय म्हणजे संगीत, नृत्य, गायन, वादन या संगीताच्या ३ शाखा. या तीनही शाखांमध्ये मापन हा विषय अंतर्भूत झाला आहे. **२.१) गायन –** गायनामध्ये किमान आधारभूत स्वराची जागा (व्यावहारिक भाषेत पट्टी म्हटले जाते), त्या आधारभूत स्वरापासून पुढच्या आणि मागच्या स्वरांची अंतरे, त्या अंतरांमधील उप अंतरे (श्रुती) हे काही मापनाचे भाग आहेत. **२.२) वादन –** वादनामध्ये त्रिताल – १६ मात्रा, एकताल–१२ मात्रा, झपताल – १० मात्रा असे तालाच्या मात्रांचे त्याचप्रमाणे द्रुत, मध्य, ठाय लय असे लयीचे मापन करतात. **२.३) नृत्य –** नुत्याचे सौंदर्य वाढविण्याच्या दृष्टिकोणातून लयीचे तोडे, तुकडे, विलंबित, मध्य, द्रुत लय मोजतात. बंदिशींचा विचार करताना बंदिशीचा पल्ला किती मात्रा व्यापतो, समेवर येण्यासाठी मध्ये किती मात्रांचे अंतर सोडावे लागेल तसेच एका आवर्तनाची, दोन, तीन, किंवा चार आवर्तनाची बंदिश घ्यावी याचा विचार करून आवर्तनांची संख्या ठरवितात. अशा प्रकारे भारतीय परंपरेतील मापन विषयाचा संक्षिप्त आढावा घेतल्यानंतर आयुर्वेदात 'मापन' या विषयाची आवश्यकता पाहू.

३) आयुर्वेदात मापन व परीक्षणाची गरज – आयुर्वेदामध्ये रुग्ण, रोग आणि औषधे यांच्या निमित्ताने मापन व परीक्षण करण्याची गरज असते. रुग्णाच्या शरीरातील दोष, धातू, मल, अग्नि, बल, स्रोतसे या भावांचे मापन करणे आवश्यक ठरते. या भावांच्या गुणांची वृद्धी, क्षय लक्षणे व त्यानुसार शरीरात व्यक्त होणारे कर्म या परिप्रेक्ष्यात हे मापन केले जाते. रोगाच्या बाबतीत रोगाचा प्रकार, रोगाची तीव्रता, साध्यासाध्यत्व याआधारे मापन करण्याची आवश्यकता असते. कल्क, चूर्ण, क्वाथ, हिम, फांट, सिद्ध घृत, तैल, औषधी कल्प तयार करताना औषधी द्रव्यांचे मापन करणे आवश्यक ठरते. अशाप्रकारे आयुर्वेदात 'मापन व परीक्षण' हा विषय आवश्यक आणि उपयुक्त आहे. हे अधिक विस्ताराने अभ्यासण्यासाठी चरक संहितेमध्ये आलेले 'मापन व परीक्षण' या विषयाचे विविध पैलू पाहू.

४) चरक संहितेमधे आलेल्या 'मापन व परीक्षण' विषयाचे विविध पैलू – मापन व परीक्षण या संदर्भात प्रत्येक स्थानातील एकेक उदाहरण पाहू.

१) हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम्।
<u>मानं</u> च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते।। च ४१/१. सू[४]

येथे आयुर्वेदाची सामान्य व्याख्या वर्णन करताना आयुष्याचे हितकर–अहितकर आयु, सुख–दुःख आयु असे वर्गीकरण केले आहे, हा मापनाचाच एक प्रकार आहे.

२) इह खलु (<u>पश्च गुल्मा</u> भवन्ति ३ नि.शोणितगुल्म इति।। च,

निचयगुल्मः श्लेष्मगुल्मो, पित्तगुल्मः वातगुल्मः तद्यथा ;३/[५]

निदान्स्थानात 'गुल्म' या व्याधीचे प्रकार आणि संख्या सांगितली आहे. आयुर्वेदात या मापनाचे संख्या संप्राप्ती असे नामकरण आहे.

३) स सर्वगुणवान् गर्भत्वमात्र : (प्रथमे मासि सम्मूर्च्छितः सर्वधातुकलुषीकृतः खेटभूतो भवत्यव्यक्तविग्रहः सदसद्भूताङ्गावयवः ।।च/४.शा. ९[६]

प्रथम मास, द्वितीय मास असे प्रत्येक महिन्यानुसार होणाऱ्या गर्भवृद्धीचे **'कालिक म्हणजे कालानुसार मापनाचे'** हे उदाहरण आहे.

शारीर स्थानामध्ये शरीर अवयवांचे संख्या मापन केले आहे.

४) पक्वाशयमधिष्ठाय – हत्वा सञ्ज्ञां च मारुतः। कण्ठे घुर्घुरकं कृत्वा सद्यो हरति जीवितम्।। च १० इं. /१८।।[७]

इंद्रिय स्थानामध्ये अरिष्ट सूचक म्हणजेच मरणसूचक लक्षणांचे 'कालिक मापन' केले आहे.

५) सप्ताहाद्वा दशाहाद्वा द्वादशाहात्तथैव च।।
सप्रलापभ्रमश्वासस्तीक्ष्णो हन्याज्ज्वरो नरम्। च ५१/३. चि.[८]

ज्वर या व्याधीच्या लक्षणांच्या कालिक मापनाचे हे **चिकित्सास्थानातील** उदाहरण आहे.

६) त्रिवृतां त्रिफलां दन्तीं सप्तलां व्योषसैन्धवम्।कृत्वा चूर्णं तु सप्ताहं भाव्यमामलकीरसे ।। च. क ७६५/[९]

येथे औषधाच्या भावना देण्याचा काल असे **भावनांचे कालिक प्रमाण कल्पस्थानात** सांगितले आहे.

७) भागाः कषायस्य तु पञ्च पित्ते स्नेहस्य षष्ठः प्रकृती स्थिते च।।,
वाते विवृद्धेतु चतुर्थभागोमात्रा निरुहेषु कफेऽष्टभागः।
च ३०/३.सि.[१०]

सिद्धीस्थानात दोषांनुसार काढ्याचे प्रमाण सांगितले आहे.

संक्षेपात असे म्हणता येईल की 'मापन व परीक्षण' हा विषय चरक संहिते मध्ये संपूर्ण संहिता भर प्रत्येक स्थानामध्ये विविध अंगाने हाताळला गेला आहे. तरीही चरक संहिते मध्ये 'विमान स्थान' हे 'मापन व परीक्षण' या विषयाला समर्पित असे आहे. म्हणून आता 'मापन व परीक्षण' या विषयाची व्याप्ती जाणून घेण्यासाठी विमानस्थानाची वैशिष्ट्ये व त्यातील अध्यायांचा विशेष परिचय करून घेऊ.

५) चरक विमानस्थानाची वैशिष्ट्ये आणि अध्यायांचा विशेष परिचय – चरक संहितेच्या व्यापक पटलावर अनेक विषय गुंफलेले आहेत. या सर्व विषयांची विभागणी चरक संहितेमध्ये ८ स्थानांमध्ये केली आहे. त्यानुसार प्रथम सूत्रस्थान, त्यानंतर निदानस्थान, त्यानंतर विमानस्थान, शारीरस्थान, इंद्रियस्थान, चिकित्सा स्थान, कल्पस्थान व सिद्धि स्थान अशी संगती आहे. स्थानाधिकरणा नुसार चरक संहितेचे विमानस्थान, हे निदान स्थानानंतर आले आहे.

'तस्योपब्धिर्निदानपूर्वरुपलिङ्गोपशयसंप्राप्तितः'।(च.नि.१/६)[११]

म्हणजेच व्याधीचे ज्ञान 'निदान, पूर्वरुप, रूप, उपशय, संप्राप्ती' या ५ उपायांनी होते असे निदान स्थानामध्ये व्याधीच्या ज्ञानाचे उपाय सांगून पुढे व्याधीची चिकित्सा करण्याची पूर्व तयारी म्हणून वैद्याला दोष, भेषज इ. च्या शरीरातील प्रमाणाचे ज्ञान आवश्यक आहे या भूमिकेतून विमानस्थान सांगितले आहे. या स्थानाचे वेगळेपण आता पाहू.

चरक संहितेतली विमानस्थानाचे वेगळेपण – बृहत्रयी अर्थात् चरक, सुश्रुत आणि वाग्भट या तीनही संहितांपैकी तसेच आयुर्वेदाच्या अन्य संहितांपैकी एकमेव चरक संहिते मध्येच 'मापन व परीक्षण' या विषयाला समर्पित असे हे 'विमानस्थान' आहे हे चरक संहितेतील 'विमानस्थानाचे' वेगळेपण म्हणजेच वैशिष्ट्य मानले पाहिजे. बृहत् त्रयी मधील अन्य दोन म्हणजे सुश्रुत आणि वाग्भट या दोन्ही संहितांनी मापनाच्या संदर्भात 'शरीर मापन' हा विषय हाताळलेला आहे. तर 'औषधी निर्माण' या चौकटीपुरता मापन हा विषय लघुत्रयी मधील शार्ङ्गधर संहिता या ग्रंथाने हाताळलेला आहे. लघुत्रयी मध्ये मापन या विषयाची स्वतंत्र अशी चर्चा उपलब्ध नाही. आयुर्वेदातील महत्त्वाच्या अनेक उपविषयांवर कालांतराने प्रकरण ग्रंथ निर्माण झाले. उदाहरणार्थ – १) 'द्रव्य गुण' या विषयाशी संबंधित असा श्रीभदन्तनागार्जुन यांचा 'रसवैशेषिक सूत्र' नावाचा ग्रंथ २) 'निदान' या विषयाशी संबंधित महामतिश्रीमाधवकर यांचा 'माधवनिदान' हा ग्रंथ ३) 'तंत्र युक्ती' या विषयाशी संबंधित नीलमेघभिषेक यांचा 'तंत्रयुक्तिविचारः' हा ग्रंथ

परंतु चरक संहितेतील 'मापन व परीक्षण' या विषयाला समर्पित अशा 'विमान स्थान' या महत्वाच्या विषयावर असा एकही प्रकरण ग्रंथ निर्माण व्हावा हे आवश्यक आहे, तो अजून कोणी केलेला नाही. 'चरक संहितेचे विमान स्थान' असा 'प्रकरण ग्रंथ' निर्माण करावा असा मानस आहे. त्याचा प्राथमिक टप्पा म्हणून 'मापन व परीक्षण' या विषयाच्या अनुषंगाने चरक संहितेतील विमानस्थानाचा प्राथमिक परिचय करून घेऊ.

चरक संहितेतील विमानस्थानाचा प्राथमिक परिचय– आयुर्वेदाच्या संदर्भात ज्या बाबी 'मोजल्या' गेल्या पाहिजेत व ज्यांचे परीक्षण केले पाहिजे, त्यांची व्यापक चर्चा 'विमानस्थानात' केली आहे. विमानस्थानाचे वैशिष्ट्य म्हणजे हे स्थान 'मापन व परीक्षण' विषयाशी संबंधित आहे.

'विशेषेण मियते ज्ञायते दोषभेषजाद्यनेन इति विमान'
(च.वि.१. चक्र. टीका. [१२])

म्हणजेच दोष, भेषज इ. चे विशेष करून मापन केले जाते, ज्ञान करून दिले जाते ते विमान, अशाप्रकारे विमान स्थानातील वर्णित विषयांचे वैशिष्ट्य या स्थानाच्या पहिल्या अध्यायाच्या आरंभी टीकाकारांनी स्पष्ट केले आहे. येथे 'मापन व परीक्षण' या विषयाच्या संदर्भात विमानस्थानाचे वैशिष्ट्य आपण पहाणार आहोत. या पार्श्वभूमीवर या विमानास्थानातील वर्णित विषयांचाआढावा घेणे इष्ट ठरेल.

अध्याय १) रसविमान – रस विमान या विमान स्थानातील पहिल्या अध्यायात विमान स्थानाचे औचित्य, रस व दोष यांचे प्रमाण, रस, द्रव्य, दोष व विकार प्रभाव तत्व स्पष्ट केले आहे.

अथ खलु त्रीणि द्रव्याणि नात्युपयुञ्जिताधिकमन्येभ्यो द्रव्येभ्यः; तद्यथा–पिप्पली, क्षारः; लवणमिति ।। च.वि. १/१५ [१३]

पिंपळी, क्षार व लवण या तीन द्रव्यांचे गुणधर्म व शरीरावर परिणाम सांगून यांचे अतिसेवन करू नये असा उपदेश केला आहे. (श्लोक संख्या –२८ आहे.)

अध्याय २) त्रिविध कुक्षीय – आहार राशीची योग्य – अयोग्य मात्रा त्याचे शरीरावर होणारे परिणाम, मोजणे, अजीर्णाची तसेच आमप्रदोषाची कारणे, रोगकारकत्व, प्रकार साध्यासाध्यत्व व चिकित्सा, या माध्यमातून या अध्यायात **दोषांचे मापन** सांगितले आहे. (श्लोक संख्या –१९ आहे.)

अध्याय ३) जनपदोध्वंसनीय अध्याय – या अध्यायात व्याधीची प्रतिपुरुष नियत व बहुजन साधारण कारणांचे स्पष्टीकरण केले आहे. येथे देशोध्वंसाची पूर्वरूपे, सामान्य हेतू, लक्षणे हेतूंचे मूल, भैषज्य,, भैषज्य,, काल मरण, अकाल मरण इ. विषयी मार्गदर्शन केले आहे. (श्लोक संख्या – ५२ आहे.)

अध्याय ४) त्रिविध रोग विशेष विज्ञानीय अध्याय – या अध्यायात रोगांचे विशेष ज्ञान करून घेणाच्या अनुषंगाने आप्तोपदेश, प्रत्यक्ष अनुमान ही तीन प्रमाणे विस्ताराने सांगितली आहेत, (श्लोक संख्या – १४ आहे.)

अध्याय ५) स्रोतसां विमानम् ––पुरुषे मूर्तिमन्तः भावविशेः यावन्त षास्तावन्त एवास्मिन् स्रोतसां प्रकारविशेषाः।च.वि. ५/३ [१४]

पुरुषांच्या शरीरामध्ये जेवढे भाव विशेष आहेत तेवढे स्रोतासांचे प्रकार आहेत म्हणून स्रोतासांचे सामान्य वर्णन, स्वरुप, स्रोतासांचे अपरीसंख्येयत्वभेद, पर्यायमूल स्थाने, दुष्टी कारणे, लक्षणे दोषांवर होणारा परिणाम व प्रदुष्ट स्रोतसांचा धातूंवर, चिकित्सा सूत्र या पद्धतीने स्रोतसांचे मापन सांगितले आहे. (श्लोक संख्या – ३१)

अध्याय ६) रोगानीक विमानम्–– या अध्यायात रोगाच्या परीक्षणासाठी प्रभाव आदि भेदाने रोगाचे प्रकार सांगितले आहेत.

प्रभाव भेदाने रोगाचे २ प्रकार साध्य आणि दारूण –

बल भेदाने रोगाचे २ प्रकार मृदु आणि दारूण –

अधिष्ठान भेदाने रोगाचे २ प्रकार शारीर आणि मन–

निमित्त भेदाने रोगाचे २ प्रकार स्वधातू वैषम्य निमित्त आणि आगन्तु निमित्त–

आशय भेदाने रोगाचे २ प्रकार आमाशय समुत्थ आणि पक्वाशय समुत्थ–

व्याधींचे अपरिसंख्येयत्वदोषांची त्रिविध प्रकोप कारणे, दोषांचे अपरिसंख्येयत्व, जाठराग्नीचे चार भेद, वात, पित्त, कफ व सम प्रकृति या ४ प्रकारच्या पुरुषांसाठी क्रिया, वातलादि पुरुषांच्या व्याधींचे विशेष विकारकारत्व, त्यांच्या शरीरात वातपित्त व – कफ प्रकोपाची कारणे, चिकित्सा या माध्यमातून मापन सांगितले आहे. (श्लोक संख्या –२२)

अध्याय ७) व्याधितरूपीय विमान –– या अध्यायात व्याधित पुरुषाचे गुरु व्यधित व लघु व्यधित अशी २ व्यधित रूपे, कृमींचे भेद, समुत्थान, चिकित्सा कृमींच्या अपकर्षणासाठी शिरोविरेचन, वमन, विरेचन, आस्थापन या ४ प्रकारचे विधी सांगून कृमींना उद्देशून सर्वच व्याधींचा निग्रह करण्यासाठी संशोधन, संशमन आणि निदान परिवर्जन अशा प्रकारे व्यधित पुरुषाच्या निमित्ताने रोगानुसार परीक्षण व चिकित्सा मापनाचा उपदेश केला आहे. (श्लोक संख्या – ३२)

विमान स्थानातील आठवा अध्याय हा आयुर्वेदाच्या अध्ययन अध्यापन, संशोधन मापन आणि परीक्षण यासाठी विशेष महत्वाचा मानला जातो म्हणून त्याचा अधिक विस्ताराने परिचय करून घेऊ.

अध्याय ८) रोगभिषग्जितीय अध्याय– हा अध्याय श्लोक संख्येच्या दृष्टीने विचार करता विमानस्थानातील सर्वात मोठा अध्याय आहे. (श्लोक संख्या – १५७) शास्त्राच्या दृष्टीने आवश्यक असे अनेक विषय या अध्यायात मापन किंवा परीक्षण ही भूमिका समोर ठेवून मांडले गेले आहेत. या अध्यायात हाताळलेले विषय पुढील प्रमाणे–

शास्त्र परीक्षा – यामध्ये वैद्यकशास्त्रातील विविध ग्रंथांपैकी पैकी कोणत्या वैद्यकशास्त्राचा म्हणजेच वैद्य ग्रंथाचा अभ्यास करावा याचे काही मापदंड सांगितले आहे.

आचार्य परीक्षा – येथे आचार्य कसा असावा असे सांगून शिष्याने अशा आचार्यांकडे जाऊन कशाप्रकारे शिक्षण घ्यावे याची चर्चा आहे. अध्ययन, अध्यापन आणि तद्विद्य संभाषा हे अभ्यासाचे तीन उपाय सांगून तद्विद्य संभाषा या विषयाची प्रशंसा केली आहे. 'वाद' या विषयाचा अधिक विस्तार केला आहे. वादमर्यादा लक्षण, वाद विषयातील काही नियम, गृहीतके यांचे विवरण, तसेच आयुर्वेदीयांनी आयुर्वेदाच्या अभ्यासकाशीच वाद करावा अशी एक स्पष्ट भूमिका मांडली

आहे. या पुढच्या भागात वैद्याला माहिती असावी असे काही मुद्दे मांडले आहेत.

आपल्या चिकित्सा कार्याला आरंभ करण्यापूर्वी वैद्याने ज्या विषयांचा अभ्यास केला पाहिजे व जे विषय त्याला माहिती पाहिजेत असे आहेत त्यांची चर्चा करून चिकित्सा करत असताना प्रतिव्यक्ती भिन्नता हा मुद्दा लक्षात घेऊन या सर्व विषयांची आणखीन बारकाईने परीक्षा कशी करावी याचे विवरण पुढील अधिकरणांमध्ये केले आहे.

अधिकरण १ – कारण, करण, कार्ययोनी, कार्य, कार्यफल, अनुबंध, देश म्हणजे भूमीची परीक्षा सांगून रुग्णाची परीक्षा कशी करावी याचे विवरण प्रकृतितः आणि विकृतित : अशा दोन मुद्द्यात केले आहे. या सर्वच गोष्टींच्या **'मापनाचे निकष'** दिले आहेत.

अधिकरण २ – या अधिकरणात काल या विषयाची ऋतुभेदाने आणि व्याधी अवस्था या दृष्टीने चर्चा केली आहे.

अधिकरण ३ – या अधिकरणात प्रवृत्ती, उपाय आणि परीक्षण या तीन विषयांची चर्चा केली आहे.

अधिकरण ४ – या अधिकरणात वमन–विरेचन द्रव्यांचा संग्रह, अनुवासन द्रव्य आणि शिरोविरेचन द्रव्य यांचे वर्णन आहे.

अधिकरण ५ – या अधिकरणात मधुर स्कंध, अम्ल स्कंध, लवण स्कंध, कटु स्कंध, तिक्त स्कंध, कषाय स्कंध असे ६ रसांच्या द्रव्यांचे षड् आस्थापन स्कंध सांगितले आहेत. जी द्रव्ये उक्त आहेत परंतु अयौगिक आहेत, अशा द्रव्यांचा उपयोग करू नये. अनुक्त असूनही यौगिक आहेत, अशा द्रव्यांचा अवश्य उपयोग करावा अशी सूचना ग्रंथकारांनी केली आहे.

अधिकरण ६ – या अधिकरणात अनुवासन द्रव्ये, शिरोविरेचन द्रव्य, सप्तविध शिरोविरेचन आश्रय सांगितले आहेत. अध्यायार्थ संग्रहामध्ये अध्यायातील सर्व अधिकरणांचा आणि विमान स्थानाचाच उपसंहार केलेलाआहे.

आता चरक संहितेमध्ये ज्या गोष्टींचे 'मापन व परीक्षण' केलेले आहे त्यातील महत्वाचे बिंदू संक्षेपात पाहू. मोजण्याच्या गोष्टी –जसे; **१) अग्नि जरणशक्त्या परीक्षेत् । च.वि. ४/८**[१५] – येथे अग्नि ची परीक्षा जरण शक्ती ने करावी आणि अग्नि हा अनुमानगम्य आहे अशी भूमिक मांडली आहे. यानुसार जर एखाद्या व्यक्तीची जरण शक्ती समजून घेऊन त्यावर आधारित काही उपाययोजना करायची असेल तर त्याचे 'प्रत्यक्ष मापन' करावे लागते. जसे, वमन, विरेचन आदि पंचकर्मांमध्ये पूर्व कर्म म्हणून स्नेहन केले जाते तेंव्हा र्‍हसीयसी मात्रेतील स्नेह देऊन त्याचे जरण किती काळाने होते त्यानुसार अग्नीचे अनुमान केले जाते **२) बलं व्यायाम शक्त्या परीक्षेत। च.वि. ४/८**[१६] हा सुद्धा अनुमानाचा भाग असला तरी नव्याने पुढे येणाऱ्या क्रीडा आयुर्वेद अशा वेगळ्या विषयाच्या अंतर्गत त्या त्या व्यक्तीच्या बलाचे मापन करून त्या नुसार त्याचा आहार–विहार, क्रीडा प्रकार, इ. ची योजना करावी लागते. वैद्य. अमृता देशपांडे यांनी अशा प्रकारे बलाच्या प्रत्यक्ष मापनाची एक मांडणी Horizons of Sports Ayurveda या पुस्तकात केली आहे. **३) स्मृति स्मरणेन परीक्षेत। च.वि. ४/८**[१७] येथे हा केवळ उल्लेख केला आहे आणि अनुमानज्ञेय भाव सांगितला आहे. चरक संहितेतील अन्य माहितीचा आधार घेऊन या स्मृति स्मरणेन परीक्षेत या सूत्राचा व्यवहार कसा करावा म्हणजेच स्मृति चे मापन कसे करावे याचा आराखडा वैद्य श्रीप्रसाद बावडेकर यांनी shribavadekar या youtube chanel वर त्यांच्या व्याख्यानांमध्ये मांडला आहे.

४) व्याधयोऽपरिसंख्येया भवन्ति, अतिबहुत्वात्–च.वि.६/६[१८] येथे व्याधी अपरिसंख्येय होतात असे सामान्य वर्णन केले आहे आणि त्यांचे अपरिसंख्येयत्व अतिबहुत्वात् एवढ्या एकाच विशेषणाने सांगितले आहे. **५) शरीर प्रमाण –** हे आयुर्वेदातील एक वैशिष्ट्य म्हणून मानले पाहिजे. शरीराचे मापन कसे करावे यासाठी **'प्रमाणतश्चेति शरीर प्रमाणं पुनर्यथास्वेनाङ्गुलिप्रमाणेनोपदेक्ष्यते.... यथा क्रमम् । च.वि. ८/११७**[१९] असा उपदेश केला आहे. यातील यथा स्वेन अंगुली प्रमाण हा अत्यंत महत्वाचा आणि आयुर्वेदाचे वैशिष्ट्य स्पष्ट करणारा भाग आहे.

अशा प्रकारे चरक संहितेच्या विमानस्थाना मधील 'मापन व परीक्षण' या विषयातील वैविध्यपूर्ण वैशिष्ट्ये लक्षात आली.

निरीक्षणे–'मापन' हा दैनंदिन व्यवहारात, विज्ञान शाखांमध्ये, सामाजिक अभ्यास शाखांमध्ये, भारतीय परंपरागत शास्त्रांमध्ये एक अत्यावश्यक आणि महत्त्वाचा मुद्दा आहे 'त्याचप्रमाणे आयुर्वेदात. मापन व परीक्षण' हा एक अत्यावश्यक आणि महत्त्वपूर्ण विषय आहे. चरक संहितेच्या अध्ययनातून 'मापन व परीक्षण त्यापैकी काही सामान्यतः या विषयाचे काही पैलू लक्षात आले' पुढीलप्रमाणे;

सूत्रस्थानामध्ये आयुष्याचे मापन हितकर – अहितकर, सुखकर – दुखःकर आयु असे केले आहे.

निदानस्थानामध्ये गुल्म इ. व्याधींचे मापन त्यांचे प्रकार व संख्या संप्राप्ती अशाप्रकारे केले आहे.

शारीरस्थानामध्ये केले आहे 'संख्यात्मक मापन' म्हणून 'संख्या शारीर'

इंद्रियस्थानामध्ये कालिक मापन 'लक्षणांवरून रुग्णाच्या आयुष्याचे 'मरण सूचक' केले आहे.

चिकित्सा स्थानामध्ये व्याधीच्या लक्षणांचे तीव्रतेनुसार मापन,

चिकित्सेचे कालिक मापन, औषधी निर्माणाच्या संदर्भात विविध मापने इत्यादी प्रकारे मापनांचे वर्णन केले आहे.

कल्पस्थानात औषधांचे विविध योग, त्यांची संख्या, औषधी निर्माण विधी यांचे तटस्थ वर्णन केले आहे.

सिद्धीस्थानात पंचकर्मांसाठी जी द्रव्ये वापरावयाची आहेत त्यांचे प्रमाण तसेच पंचकर्मांच्या हीन, मिथ्या, अति योग इत्यादी प्रकाराच्या मापनांचे वर्णन केले आहे.

संपूर्ण चरक संहितेचे अध्ययन केले असता 'विमान स्थान' हे 'मापन व परीक्षण' विषयसाठी समर्पित असे आहे असे दिसून आले.

विमानस्थानमध्ये रस, दोष, आहार यांचे प्रमाण व त्यांच्या शरीरावर होणाऱ्या परिणामांचे मापन, अग्नी, बल, स्मृती इ. चे मापन स्रोतसांचे मापन, रोगांच्या प्रकारांचे मापन, व्याधींचे व दोषांचे अपरिसंख्येयत्व, गुरु व्यधित व लघु व्यधित असे व्याधित पुरुषाचे मापन, रोगानुसार चिकित्सा मापन. अध्यायात सामान्यपणे सांगितले आहे ७ ते १ असे, विमानस्थानातील 'आठवा अध्याय' हा अध्ययन, अध्यापन, संशोधन, 'मापन व परीक्षण' या विषयासाठी विशेष महत्वाचा आहे, असे दिसून आले.

चर्चा – मापन ही सर्व अभ्यास शाखांची अत्यावश्यक गरज मानली जाते. तशी ती आयुर्वेदानेही स्वीकारलेली आहे. आयुर्वेदाची मूळ भूमिका व्यक्तीसापेक्ष असल्याने अशा प्रकारच्या व्यकीनिरपेक्ष मापनाचा व परीक्षणांचा अट्टाहास आयुर्वेदात केला जात नाही. आयुर्वेदाच्या मूळ भूमिकेतच व्यक्तीसापेक्षता अभिप्रेत असल्यामुळे मापनाच्या व परीक्षणांच्या अनेक पद्धती आणि साधने व्यक्तीसापेक्ष आहेत. त्याचप्रमाणे जी मापने व परीक्षणे व्यक्तीनिरपेक्ष असणे अभिप्रेत आहे ती अत्यंत काटेकोरपणे व्यक्तीनिरपेक्ष समोर ठेवली आहेत. जी व्यक्तीसापेक्ष आहेत त्याला एकापेक्षा अधिक निकष देऊन व्यक्तीनिरपेक्ष बनविण्याचा प्रयत्न केला आहे उदाहरणार्थ ; **त्रिविधं खलु सत्वं–शुद्धं, राजसं, तामसमिती ।**

तत्र शुद्धमदोषमाख्यातं कल्याणांशत्वात्, राजसं सदोषमाख्यातं रोषांशत्वात्, तामसमपि सदोषमाख्यातं मोहांशत्वात।

च.शा. ४/३६।।

येथे शुद्ध, राजस आणि तामस सत्वाची लक्षणे सांगून पुढे प्रत्येक सत्वाच्या लक्षणांचे एकापेक्षा अधिक निकष देऊन व्यक्तीनिरपेक्ष बनविण्याचा प्रयत्न केला आहे. जसे,

स्थानमानोपभोगपरिवारसंपन्नं धर्मार्थकामनित्यं शुचिं सुखविहारं व्यक्तकोपप्रसाद कौबेरं विद्यात्।। च. शा. ४/३७[६]

या सूत्रात कौबेर सत्व असलेल्या व्यक्ती निश्चित करण्याचे एकापेक्षा अधिक निकष येथे दिले आहेत.

मात्र मापनासाठी व परीक्षणांसाठी त्या त्या व्यक्तीच्या सापेक्षतेने अशी जी परार्थानुमानक्षम रचना आयुर्वेदाने केलेली आहे ती चरक संहितेच्या विशेष करून विमान स्थानाच्या माध्यमातून पूर्ण केली आहे विमानस्थान हे अशा मापनाचा व परीक्षणांचा संग्रह आहे. हे विमान स्थानाचे वैशिष्ट्य आहे.

निष्कर्ष – चरक संहिता एकूणच दीपस्तंभ आहे. संपूर्ण चरकसंहितेतील विशेष करून विमान स्थानात सांगितलेला मापन व परीक्षण हा विषय आयुर्वेदाचे विद्यार्थी, संशोधक आणि वैद्य यांना निदान व चिकित्सेत नेमकेपणा यावा यासाठी अत्यावश्यक व उपयुक्त आहे. चरक संहितेतील विमानस्थान हे आव्हान देणारे स्थान मानले जाते. विचक्षण वैद्य अभ्यासासाठी हे स्थान सूत्रस्थानानंतर महत्त्वाचे मानतात. हा केवळ ऐतिहासिक दस्तावेज नाही तर आजच्या आणि भावी काळातही उपयुक्त आहे.

Bibliography - 1) Trikamji Yadavji Acharya Vaidya (Ed.) 2014. Charaka Samhita with commentary by Charhradtta. Varanasi; Chaukhambha Surbharti Prakashan.

2) Sharma, Anant Ram. (Ed.). 2006. Sushruta Samhita. Varanasi : Chaukhambha Surbharati Prakashan.

3) Tripathi, Dr. Brahmanand. (Ed.). 2003. Ashtanga Hridayam. Delhi : Chaukhamba Sanskrit Pratishthan.

4) Tripathi, Dr Brahmanand. (Ed.). 2007. Sharangadhara Samhita. Varanasi : Chaukhamba Surbharati Prakashan.

5) Vd. Athavale, Anant Mahesh. (Ed.). 1980. Ashtang Sangraha with commentary by Indu. Pune: Shrimad Atreyshri Annambhatt

6) Shri Annambhatta. Mahamahopadhyaya (Ed.). (2010). Tarkasangraha. Dombivali (W).

7) Paraajape, Shivram Mahadev. (Ed.). 1927 Arthasangraha. Mumbai: Nirnay-Sagar Press.

8) Oak, Janardan Vinayak. (Ed.). 1960. Girvanlaghukosh. Jamashedpur, Bihar: Dwarkabai Oak tatha Saraswatibai Apate.

9) Joshi, Venimadhav Ayurvedacharya, Joshi, Narayan Hari. Ayurveda Visharad (Ed.). 1968. Ayurvedeeya Mahakosh tath Ayurveddya Shabdakosh (Part 1 Part 2), Mumbai: Joshi Tarkatirth.

10) Shetty, Madhan Suresh Babu. (Ed.). 2011. Yogratnakar Volume-I. Varanasi : Chaukhamba Sanskrit Series Office.

11) सार्थ योगरत्नाकर भाग १, भाषांतर कार–वैद्यराज दत्तो बल्लाळ बोरकर, प्रकाशक, रमेश विठ्ठल सूर्यवंशी, श्री. गजानन बुक डेपो, कबुतरखाना, दादर, मुंबई २८, भरत नात्य मंदिरासमोर पुणे ३०.

सुंदर व सुरेल वाणी

डॉ. मिलिंद भोई,
एम.एस.शालाक्य, असो. प्रोफेसर, टिळक आयुर्वेद महाविद्यालय पुणे.

प्रस्तावना – वाणी हा सरस्वतीचा प्रसाद आणि हा फक्त मानवालाच लाभलेला आहे. निसर्ग, पशु पक्षी प्राणीसृष्टी यांपेक्षा माणसाचं वेगळेपण या वाणीमुळेच महत्त्वपूर्ण ठरले आहे. पशुपक्ष्यांचे आवाज सुरांपुरतेच मर्यादित असतात. मानवी आवाजाला सुरांबरोबर शद्बांची जोड मिळाल्याने आपण बोलू शकतो.

संकलन – आवाजाची उत्पत्ती स्वरयंत्रामध्ये होते आवाजापासून सर्व स्वरांची उत्पत्ती होते म्हणून त्याला स्वर इंद्रिय सुद्धा म्हणतात. स्वरयंत्र हा अवयव मानेच्या मध्यावर व श्वासनलिकेच्या वरच्या बाजूला असतो स्वरयंत्रामध्ये एकाखाली एक अशा स्वरतंतूच्या (vocal cords) दोन जोड्या आहेत वरचे स्वरतंतू फक्त आत जाणाऱ्या हवेवर नियंत्रण ठेवतात. खालच्या जोडीतील स्वरतंतू जवळ ओढले जातात किंवा एकमेकांपासून लांब जातात.

उद्देश – वाणी (आवाज) ही प्रत्येक व्यक्तीची स्वतंत्र ओळख आहे. ती परमेश्वराने दिलेली देणगी आहे. वाणी चे आरोग्य चांगले राहाण्यासाठी आधारभूत घटकांची माहिती देणे हा या लेखाचा उद्देश आहे.

आपण उच्छ्वास करतो तेव्हा हवा बाहेर पडत असते त्यावेळी स्वरतंतू ताणले जाऊन एकमेकांच्या जवळ येतात तेव्हाच हवा स्वरतंतूवर आदळते व त्यांना कंप येतो, हा कंप बाहेर पडणाऱ्या हवेसही कंपने देतो व कंपनांमुळेच ध्वनीलहरी निर्माण होतात व आवाजाची उत्पत्ती होते. यामध्ये छाती, घसा, तोंड व नाकाच्या पोकळ्या प्रतिध्वनन यंत्राचे (Resonating Chambers) चे काम करतात. हा ध्वनीरुपी आवाज तोंडातून व नाकातून बाहेर पडतो त्याला विशिष्ट आकार मिळतो यातूनच वाणी बनते ही वाणी भाषा रुपाने माणसा माणसांमधून वाहते. या सर्व अवयवाचे नियंत्रण हे मोठ्या मेंदूतील (cerebrum) डाव्या गोलार्धात असते. या केंद्रास वाचा केंद्र (Brocca's / speech centre) म्हणतात. कानांनी ऐकलेल्या, डोळ्यांनी पाहिलेल्या, वाचलेल्या अशा सर्व विषयांचे ज्ञान मन व मज्जासंस्थेमार्फत मेंदूपर्यंत पोहोचते.

आवाजातला बदल – कुमारवयात मुलाचे आवाज बदलतात. हे कशामुळे होत असवे? आवाजातले बदल वयसापेक्ष असतात. पौगंडावस्थेत अंतस्त्रावांचा (Hormones) बदल होत असतो. मुलांमध्ये (testosterone) या अंतस्त्रावामुळे स्वरयंत्र हा अवयव जास्त विकास पावतो व स्वरतंतूची लांबी वाढते त्यामुळे पौगंडावस्थेत मुलांचा आवाज बदलतो. यालाच आपण कंठ फुटणे असे म्हणतो.

विमर्श – स्वच्छ, स्पष्ट व व्यक्त करायचा आशय ऐकणाऱ्यापर्यंत समर्थपणे पोहोचवणारी वाणी चांगली समजली जाते. ही वाणी सुरेल असली की मदत होते. वर्णमालेतील स्वर व्यंजनादींचे उच्चार सारख्याच ताकतीने व दर्जांनी व्यक्त करायला यायला हवेत. 'आ' उच्चारताना 'आ' च ऐकू यायला पाहिजे.अशी स्पष्ट, मेंदूच्या नियंत्रणातून निर्माण झालेली वाणी कसदार आणि निर्दोष असते.

फुफ्फुसातील हवा आवाजात रुपांतरीत होत असते. म्हणून जास्तीत जास्त श्वास धारण करण्याची क्षमता वाढवावी लागते. पोहण्याने शरीरातील सर्वच स्नायू तणावविरहीत होतात.

जीभ, पडजीभ, दात, ओठ, गाल हे सगळेच अवयव आवाज निर्मितीत महत्त्वाचे आहेत. त्यामुळे या आवाजाला आकार देणाऱ्या अवयवाचे कार्य समजून घेणे आणि सततच्या व्यायामांनी त्यांना कार्यक्षम ठेवणे हे महत्त्वाचे आहे. या सर्वांबरोबर बोलताना उभे राहण्याची, बसण्याची पद्धतसुद्धा (posture) नेमकी व सरळ असावी.

याचप्रमाणे गायत्री मंत्र साधना व ओंकाराचे शास्त्रशुद्ध उच्चारण यांमुळे मनाची एकाग्रता वाढते व वाणी शुद्ध होते.

निरीक्षण – अनुकरणातून ऐकून आपण बोलायला शिकतो, म्हणूनच ज्या व्यक्तिला ऐकू येत नसते ती व्यक्ती भाषा ऐकू न आल्यामुळे बोलू शकत नाही. आवाज निर्माण करणे ही नैसर्गिक प्रक्रिया आहे. बाळाचा पहिला हुंकार ही सुद्धा नैसर्गिक प्रक्रियाच आहे. एकूणच आवाजाची उत्पत्ती ही छाती, स्वरयंत्र, घसा, तोंड, जीभ, ओठ, नाकाच्या पोकळया यांची रचना व आकार यांच्यावर अवलंबून असते. दोन व्यक्तींच्या आवाज यामुळेच (तंतोतंत) सारखा नसतो.

निष्कर्ष – स्वरयंत्रादी अवयव हे वाणी निर्मितीचे स्थान तर मेंदू हे नियंत्रण स्थान आहे. आपण दोघांची जपणूक व मशागत केली पाहिजे. हितकर आणि नियंत्रित आहार – विहार करून श्वसन संस्थेचे शास्त्रशुद्ध, व्यायाम करून स्वरयंत्राचे तंत्र जपले पाहिजे सर्वात मुख्य गोष्ट म्हणजे आवाजावर येणाऱ्या बाह्य व अंतर्गत दडपणांपासून आवाज पूर्ण मोकळा करणे, आवाज किंवा वाणी चांगली राखण्यासाठी स्वर साधनेतील हे महत्त्वाचे रहस्य आहे.

निष्कर्ष –

लक्ष्मीर्वसती जिव्हाग्रे, जिव्हाग्रे मित्र बांधवा बंधन चैव जिव्हाग्रे, जिव्हाग्रे मरणं ध्रुवम।

वाणीचा योग्य व चांगला वापर केल्यास धनसंपत्ती, मित्रपरिवार, सन्मान, नावलौकिक आदी गोष्टी प्राप्त करून घेता येतात. त्यामुळे मानवालाच लाभलेल्या वाणी या सरस्वतीच्या प्रसादाचा वापर करून त्याची काळजी घेणे गरजेचे आहे.

संदर्भ –

१) सुश्रुत संहिता – कविराज डॉ. अम्बिका दत्त शास्त्री

२) Scott Brown - ENT Tesetbook. (Otor hinelarugolosy Head & Neet Surgery).

Book Review

मित्रांनो नमस्कार गेली वीस वर्षे ओंकार साधना, गायत्री मंत्र आणि स्वरशास्त्र यावर मी अभ्यास करीत होतो. हे करीत असताना भारतीय ग्रंथसंपदेमध्ये अनेक संदर्भ सापडले. या विषयावर मला जगप्रसिद्ध संगीतकार प्यारेलालजी (लक्ष्मीकांत प्यारेलाल) जगप्रसिद्ध संगीतकार आनंदी (कल्याणजी आनंदजी) जगप्रसिद्ध गायक शंकर महादेवन, हरीहरन, सुरेश वाडकर, शिवशाहीर बाबासाहेब पुरंदरे यांचे मार्गदर्शन लाभले, आणि या अभ्यासातूनच जन्माला आलेल्या माझ्या * व्हॉइस केअर फॉर सिंगर्स* या पुस्तकातील काही संपादित भाग सोबत देत आहे. नुकतेच या पुस्तकाचे प्रकाशन जगप्रसिद्ध गायक हरिहरन आणि जगप्रसिद्ध संगीतकार प्यारेलाल जी यांचे शुभ हस्ते संपन्न झाले आहे.

गायक, निवेदक, शिक्षक, व्याख्याते यांच्या साठी हे पुस्तक मार्गदर्शक आहे. तसेच आयुर्वेदोक्त कंठ्य वनस्पतींचा वापर करून निर्माण करण्यात आलेल्या माझ्या * मेलो व्हाईस* या औषधाचे पेटंट सुद्धा फाईल झाले आहे. या स्वरसेवेच्या वाटचालीचा एक भोई होण्याचा प्रयत्न मी या द्वारे केला आहे. या वाटचालीला आपल्या सारख्या मान्यवरांचे शुभाशीर्वाद मिळावेत एवढीच श्री धन्वंतरी चरणी प्रार्थना.

पुस्तकासाठी संपर्क 9822097555.

श्रद्धांजली

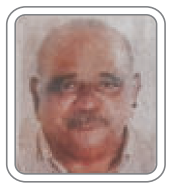
डॉ. मोरेश्वर कर्वे ह्यांचे दुःखद निधन

पुण्यातील नामांकित बालरोग तज्ज्ञ डॉ. मोरेश्वर कर्वे ह्यांचे नुकतेच २७ मार्च २०२३ रोजी दुःखद निधन झाले. डॉ. कर्वे ह्यांनी आपले वैद्यकीय शिक्षण पुण्याच्या बी.जे. मेडिकल कॉलेजमध्ये पूर्ण केले. बालकांसाठीच्या स्वतःच्या रुग्णालयात त्यांनी अत्यंत अल्प दरात बालरुग्ण सेवा दिली.

शेठ ताराचंद हॉस्पिटल, ससून रुग्णालय, नायडू रुग्णालय येथे ह्यांनी पूर्णतः मानद बालरोग चिकित्सक म्हणून काम केले. टिळक आयुर्वेद महाविद्यालयातील बालरोग विषयाच्या पदव्युत्तर विद्यार्थ्यांना डॉ. कर्वे ह्यांचे मार्गदर्शन लाभले. डॉ. कर्वे ह्यांच्या निधनाने एक थोर सेवाव्रती काळाच्या पडद्याआड गेला आहे.

टिळक आयुर्वेद महाविद्यालय व आयुर्विद्या मासिक समितीच्यावतीने डॉ. मोरेश्वर कर्वे ह्यांना सश्रद्ध आदरांजली !

डॉ. सुरेश देशपांडे ह्यांचे निधन



पुण्यातील सुप्रसिद्ध स्त्रीरोग–प्रसूती तज्ज्ञ डॉ. सुरेश देशपांडे ह्यांचे दीर्घ आजाराने दुःखद निधन झाले.

कर्वे रोड वरील आपल्या रुग्णालयात त्यांनी अनेक वर्षे उत्तम रुग्ण सेवा केली. तसेच नानल रुग्णालय, संजीवन हॉस्पिटल येथे मानद स्त्रीरोग चिकित्सक म्हणून सेवा दिली. तसेच अनेक आयुर्वेदातील स्त्रीरोग चिकित्सकांना आपुलकीने मार्गदर्शन केले.

नानल हॉस्पिटल व आयुर्विद्या मासिक समितीच्या वतीने डॉ. सुरेश देशपांडे ह्यांना सश्रद्ध आदरांजली !

प्रमेह व्याधीवरील योगरत्नाकरोक्त चिकित्साकल्प - एक अध्ययन

वै. प्राजक्ता प्रभाकर जनबंधू,
पदव्युत्तर विद्यार्थिनी, संस्कृत संहिता
सिद्धांत विभाग, टिळक आयुर्वेद महाविद्यालय, पुणे.

प्रा. वै. मोहन जोशी, विभाग प्रमुख,
संस्कृत संहिता सिद्धांत विभाग,
टिळक आयुर्वेद महाविद्यालय, पुणे.

प्रस्तावना – योगरत्नाकर संहिता ही १७ व्या शतकातील असून हीची संकल्पना मध्यम कालखंडातील अन्य ग्रंथांपेक्षा अतिशय निराळी व विस्तृत आहे. ही संहिता दोन भागांमध्ये लिहिलेली आहे. या संहितेमध्ये वैद्यकिय परिभाषा, अष्टविध परीक्षा, कालज्ञान, द्रव्यांचे गुण–दोष, दिनचर्या–ऋतुचर्या, रस–उपरस व धातु–उपधातु यांचे शोधन–मारण, पंचकर्मांचे वर्णन, कषायादि कल्पना आणि त्यानंतर ज्वरादि रोगांचे निदान आणि चिकित्सा यांचे उत्तमरित्या वर्णन केलेले आहे. सर्वात शेवटी रसायन आणि वाजीकरण यांचे देखील वर्णन केले आहे. या संहितेच्या दुसऱ्या भागातील १३ व्या अध्यायामध्ये प्रमेह या व्याधीचे विवेचन आलेले आहे.

आयुर्वेदातील विविध संहितांमध्ये वर्णन केलेल्या व्याधींपैकी चिकित्सेला अतिशय कठीण असणाऱ्या काही व्याधींमध्ये प्रमेह व्याधीचा समावेश होतो. म्हणून आचार्य चरकांनी 'अष्टौ महागद' म्हणजे आठ महाव्याधी ज्या 'अचिकित्स्य' तर आचार्य वाग्भटांनी सुद्धा प्रमेह व्याधीचा अष्टौ महागद मध्ये समावेश केलेला आहे. चरकांनी विशेषतः मधुमेहाचा अष्टौ महागद मध्ये समावेश केलेला आहे.

प्रमेह या व्याधीवर चिकित्सा करण्यासाठी योगरत्नाकर संहितेमध्ये अनेक कल्पांचे वर्णन केलेले आहे. या कल्पांचा व्याधी अवस्थेनुसार योग्य प्रयोग केला तर निश्चितपणे संप्राप्तीभंग करता येतो. योगरत्नाकरांनी प्रमेहाची चिकित्सा करण्यासाठी कल्क, चूर्ण, क्वाथ, गुटी–वटी, आसव कल्पना, रसकल्प, स्नेह कल्पना, लेप, इत्यादींचे सविस्तर वर्णन केलेले आहे. त्यासोबतच पथ्य–अपथ्याचे सुद्धा वर्णन केलेले आहे.

संकल्पना – प्रमेहाची आधुनिक शास्त्रातील व्याधींशी तुलना करताना सामान्यता Diabetes या व्याधीशी केली जाते. परंतु आयुर्वेदानुसार हा व्याधी फक्त Diabetes म्हणून मर्यादित नसून वात, पित्त, कफ या त्रिदोषांनुसार २० प्रकारात याचे वर्णन केलेले आहे. योगरत्नाकरांनी प्रमेहाचे हेतु, संप्राप्ती, प्रकार, प्रमेहपिटिका आदींचे वर्णन उत्तमरीत्या केले आहे.

प्रमेह व्याधी निदान –

आस्यासुखं स्वप्नसुखं दधीनि ग्राम्यौदकानूपरसः पयांसि।
नवान्नपानं गुडवैकृतं च प्रमेहहेतुः कफकृच्च सर्वम्। यो.र.उ. १३/१

प्रमेह व्याधी संप्राप्ति –

मेदश्च मांसश्च शरीरजश्च क्लेदं कफो बस्तिगतं प्रदूष्य।
करोति मेहान्समुदीर्णमुष्णैस्तानेव पित्तं परिदूष्य चापि।।
क्षीणेषु दोषेष्ववकृष्य बस्तौ धातून्प्रमेहान्कुरुतेऽनिलश्च।।
यो.र.उ. १३/३-४

बस्तीमध्ये असणारा कफ दोष मेद, मांस व शरीरजन्य क्लेद ह्यांना दूषित करून प्रमेह उत्पन्न करतो. तसेच उष्ण उपचारादिकांनी प्रकुपित झालेले पित्त त्याच मेदादिकांना दूषित करून पित्तजन्य प्रमेह उत्पन्न करिते. कफ व पित क्षीण झाल्यामुळे प्रकुपित झालेला वायुदेखील मेदमांसादिकांना ओढून बस्तीत आणून वातजन्य प्रमेह उत्पन्न करतो.

हेतु सेवन → त्रिदोष प्रकोप → धातु दुष्टी → प्रमेह उत्पती

प्रमेह व्याधी प्रकार व साध्यासाध्यत्व – (तक्ता क्र.३ पहा)

साध्याः कफोत्था दश पित्तजाः षड् याप्या न साध्याः पवनाचतुष्कः। समक्रियत्वाद्विषमक्रियत्वान् महात्ययत्वाच्च यथाक्रमं ते।। यो.र.उ.१३/५

मूत्रवर्णादिभेदेन भेदो मेहेषु कल्प्यते। सम्यग्भेदं परीक्ष्यादौ क्रिया कार्या भिषग्वरैः।। यो.र.उ. १३/१२

मूत्रवर्णाच्या भेदादिकांवरून प्रमेहाचे भेद केले जातात. त्या भेदांचे चांगले ज्ञान करून घेऊन वैद्याने त्यांची चिकित्सा करावी.

योगरत्नाकरोक्त प्रमेह व्याधीबद्दल विशेष विवेचनः–

ज्वरे तुल्यर्तुदोषत्वं प्रमेहे तुल्यदूष्यता । रक्तगुल्मे पुराणत्वं सुखसाध्यत्वंहतवः ।। या वातमेहान्प्रति पूर्वमुक्ता वातोल्बणानां विहिता क्रिया सा। वायुर्हि मेहेष्वतिकर्षितेषु करोति मेहान्प्रति नास्ति चिन्ता।। यो.र.उ.१३/६-७

ज्वराला ऋतु व दोष यांच्या गुणांत साम्य असणे, प्रमेहांत दोष व दूष्य ह्यामध्ये साम्य असणे आणि रक्तज गुल्म जुना होणे ही लक्षणे त्या त्या रोगांचे सुखसाध्यत्वसूचक आहेत. योगरत्नाकर संहितेमध्ये वातजन्य मूत्रविकारावर जी क्रिया सांगितली आहे ती सर्व वातजन्य प्रमेहावर योग्य आहे. अतिशय वाढलेल्या मूत्रविकारावरांतील वायु प्रमेह उत्पन्न करतो. म्हणून त्यासंबंधाने काळजी करण्याचे कारण नाही.

स्त्रियांना प्रमेह न होण्याचे कारण –

नराणां दृश्यते मेहः स्त्रीणां किं तु न दृश्यते।
अन्नपानविशेषेण दोषदूष्यक्रमेण च।। यो.र.उ. १३/३१

अन्नपानादिकांच्या फरकामुळे आणि दोष व दूष्य ह्यांचा क्रम निराळा असल्यामुळे प्रमेहाचे विकार पुरुषाला झालेले दिसून येतात, स्त्रियांना झालेले आढळत नाहीत.

रजः प्रवर्तते यस्मान्मासि मासि विशोधयेत्।

सर्वान्धातूंश्च दोषांश्च न प्रमेहन्त्यतः स्त्रियः।। यो.र.उ. १३/३२

प्रतिमासी स्त्रियांना नियमित रजस्त्राव होतो, त्यामुळे त्यांचे सर्व धातु व दोष शुद्ध होतात. म्हणून स्त्रियांना प्रमेह होत नाही.

प्रमेह व्याधी दूष्यसंग्रह –

दोष–वात, पित्त, कफ दूष्य–मेद, रक्त, शुक्र, जल, वसा, लसीका, मज्ञा, रस, ओज, मांस

प्रमेह व्याधी पूर्वरूप –

दन्तादीनां मलाढ्यत्वं प्राग्रूपं पाणिपादयोः।

दाहश्चिक्कणता देहे तृट स्वाद्वास्यं च जायते।। यो.र.उ. १३/१०

१) दांत वगैरे भागांचे ठिकाणी फार मळ असतो.

२) हातापायांची आग होते. ३) अंगाला चिकटपणा असतो.

४) तहान लागते व तोंडाला गुळमटपणा असतो.

हा प्रमेहाचा आरंभ समजावा.

सामान्यं लक्षणं तेषां प्रभूताविलमूत्रता।

दोषदूष्याविशेषेऽपि तत्संयोगविशेषतः।। यो.र.उ. १३/११

लघवीचे वेळी पुष्कळ व गढूळ मूत्रप्रवृत्ती होणे हे सर्व प्रमेहांचे सामान्य लक्षण आहे.

प्रमेह व्याधीचे दोषाधिक्यानुसार उपद्रव – (तक्ता क्र. ३ पहा)

अविपाकोऽरुचिछर्दिर्निद्रा कासः सपीनसः। उपद्रवाः प्रजायन्ते मेहानां कफजन्मनाम्।। बस्तिमेहनयोस्तोदो मुष्कावदरणं ज्वरः। दाहस्तृष्णा क्लमो मूर्च्छा विड्भेदः पित्तजन्मनाम्।। वातजानामुदावर्तः कण्ठहृद्ग्रहलोलताः। शूलमुन्निद्रता शोषः कासः श्वासश्च जायते।। यो.र.उ. १३/२६–२८

प्रमेह व्याधीचे असाध्य लक्षणे –

यथोक्तोपद्रवाविष्टमतिप्रसस्रुतमेव च।

पिटिकापीडितं गाढं प्रमेहो हन्ति मानवम्।। यो.र.उ. १३/२९

वर सांगितलेले त्या त्या दोषांचे उपद्रव ज्यास झाले आहेत, ज्याला लघवी फारच होत आहे, जो प्रमेहपिटिकांनी पिडला आहे व ज्याचा प्रमेहरोग अंगात फार दिवस मुरलेला आहे, त्या रोग्याला तो प्रमेह मारतो.

मूर्छाछर्दिज्वरश्वासकासवीसर्पगौरवेः।

उपद्रवैरुपेतो यः प्रमेही दुष्प्रतिक्रियः।। यो.र.उ. १३/३०

मूर्छा, छर्दि, ज्वर, श्वास, कास, विसर्प व जडत्व या उपद्रवांनी युक्त असा प्रमेहरोग औषधयोजनेस फार कठीण आहे.

जातः प्रमेही मधुमेहिना वा साध्यो न रोगः स हि बीजदोषात्। ये चापि केचित्कुलजा विकारा भवन्ति तांश्च प्रवदन्त्यसाध्यान्।। यो.र.उ. १३/३३

मधुमेही मनुष्यापासून जन्मलेल्या मनुष्यास झालेला प्रमेह बीजदोषामुळे साध्य होत नाही. तसेच ह्या प्रमेहाप्रमाणे कुलपरंपरेने जे दूसरे विकार होतात तेही असाध्य असतात.

सर्व एव प्रमेहास्तु कालेनाप्रतिकारिणः।

मधुमेहत्वमायान्ति तदाऽसाध्या भवन्ति हि।। यो.र.उ. १३/३४

जर प्रतिकार केला नाही तर सर्वच प्रमेह मधुमेहत्व पावतात आणि त्यांना मधुमेहत्व आले म्हणजे ते असाध्य होतात.

गुल्मी च मधुमेही च राजयक्ष्मी च यो नरः।

अचिकित्स्या भवन्त्येते बलमांसपरिक्षयात्।। यो.र.उ. १३/३५

प्रमेहपिटिका – (तक्ता क्र. ४ पहा)

प्रमेहिणां प्रजायन्ते पिटिकाः सर्वसंधिषु। शराविका कच्छपिका जालिनी विनतालजी। मसूरिका सर्षपिका पुत्रिणी च विदारिका।। विद्रधिश्चेति पिटिकाः प्रमेहोपेक्षया दश। संधिमर्मसु जायन्ते मांसलेषु च धामसु।।

प्रमेहाची उपेक्षा केली असता प्रमेही मनुष्याच्या सर्व सांध्यांच्या ठिकाणी शराविका, कच्छपिका, जालिनी, विनता, अलजी, मसूरिका, सर्षपिका, पुत्रिणी, विदारिका व विद्रधि अशा दहा प्रकारच्या पुळया मर्मस्थानी किंवा मांसल जागी होतात.

प्रमेहपिटिका निदान –

ये यन्मया स्मृता मेहास्तेषामेतास्तु तन्मयाः। विना प्रमेहमप्येता जायन्ते दुष्टमेदसः।। तावच्चैता न लक्ष्यन्ते यावद्वस्तुपरिग्रहः।

जे प्रमेह ज्या दोषांनी युक्त असतील त्या प्रमेहांमध्ये त्या दोषांनी युक्त अशा ह्या पिटिका होतात. शिवाय ज्याचा मेद दूषित झाला आहे, त्यालाही ह्या पिटिका प्रमेहावाचूनही होतात. ह्या पिटिका जोपर्यंत शरीराची विशिष्ट जागा व्यापीत नाहीत, तोपर्यंत लक्षात येत नाहीत.

वर्ज्य पिटिका –

गुदे हृदि शिरस्यंसे पृष्ठे मर्मसु चोत्थिताः। सोपद्रवा दुर्बलाग्नेः पिटिका परिवर्जयेत्।।

गुद, हृदय, शिर, अंस, पृष्ठ आणि मर्मस्थान ह्या ठिकाणी झालेल्या, उपद्रवाने युक्त अशा व ज्याचा जठराग्नि मंद आहे अशा मनुष्यास झालेल्या पिटिका वर्ज्य कराव्या.

पिटिकांचे उपद्रव –

तृट्कासमांससंकोचमोहहिक्कामदज्वराः।

विसर्पो मर्मसंरोधः पिटिकानामुपद्रवाः।।

तृष्णा, कास, मांसक्षय, मूर्च्छा, हिक्का, मद (उन्नतपणा), ज्वर, विसर्प आणि मर्मस्थानी अवरोध हे ह्या पिटीकांचे उपद्रव आहेत.

प्रमेहपिटिका चिकित्सा –

प्रमेहपिटिकानां तु प्राक्कार्य रक्तमोक्षणम्।

तक्ता क्र. १. (भस्म रस व गुणधर्म वर्णन)

भस्म नाव	रस/गुण	कर्म
१) सुवर्णभस्म	मधुर, तिक्त, कषाय, शीत	क्षय, प्रमेह, सारक, त्रिदोषशामक
२) रौप्यभस्म	कषाय, अम्ल, मधुर, शीत	दाह, मेद, शूल, पांडु, क्षयनाशक
३) ताम्रभस्म	शीत	व्रण, कृमी, शूल, परिणामशूल, क्षय, अग्निमांद्य, श्वास-कासशामक
४) लोहभस्म	मधुर, कषाय	त्रिदोष, प्रमेह, शूल, श्वास, कफनाशक
५) नागभस्त	तिक्त, स्निग्ध, उष्ण	वातकफ, प्रमेह, तोयदोषघ्न, आमवात नाशक, अग्निदीपक
६) सुवर्णमाक्षिक भस्म	तिक्त, मधुर, शीत	ज्वर, श्वास, कास, क्षय, प्रमेह, पांडु, अनिद्रा, अपस्मार, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक
७) अभ्रकभस्म	शीत	रसायन, क्षय, पांडु, शूल, कुष्ठ, ज्वर, श्वास, प्रमेह, अरुचि, कास, मंदाग्नि, त्रिदोषशामक
८) वंगभस्म	तिक्त, अम्ल, कटु, कषाय, उष्ण	प्रमेह, कृमी, कफज विकारनाशक, मेदो विकारनाशक
९) कान्तलोह भस्म	तिक्त, शीत	रसायन, प्रमेह, क्षय, पांडु, शूल, अर्श, गुल्म, त्रिदोषशामक
१०) हिरकभस्म	षडरसयुक्त	जाठराग्निवर्धक, आयुवर्धक, वीर्यवर्धक, त्रिदोषशामक

तक्ता क्र. २. (प्रमेह व्याधी चिकित्सेमध्येमधील वर्णीत विविध कल्प)

नाम	संदर्भ	व्याधी अवस्था	घटकद्रव्ये	प्रक्षेप द्रव्य	मात्रा	काल	अनुपान/ सहपान	गुणधर्म
१) कंपिल्लादिपुष्प योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६०	कफपित्तज प्रमेह	कम्पिल, सप्तच्छदा, बिभीतक, रोहीतक, कुटज पुष्प, दधी	मधु	१ तोळा	---	---	कफ, पित्तज प्रमेह
२) भूधात्र्यादि योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६१	साध्य-असाध्य प्रमेह	भूधात्री स्वरस, मरीच	---	---	सप्त रात्र	---	साध्य असाध्य प्रमेह
३) कतकबीज योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६१	प्रमेह	कतकबीज, तक्र	मधु	१ तोळा	---	---	प्रमेह
४) आकुल्यादि योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६२	प्रमेह	आकुली मुकुल, आमलकी, हरिद्रा	---	---	---	मधु	प्रमेह
५) महानिम्बबीज योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७०	चिरप्रमेह	महानिम्ब बीज, तण्डुलाम्बु	---	---	---	घृत	चिर प्रमेह
६) सालमुस्त योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६२	प्रमेह	मुस्ता,कम्पिल्लक	मधु, आमलकी स्वरस	१ तोळा	---	---	प्रमेह
७) निशात्रिफला योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६२	प्रमेह	हरिद्रा, दारूहरिद्रा, त्रिफला	मधु	२ तोळे	---	---	प्रमेह
८) गंधक योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७४	प्रमेह, प्रमेहपिटिका	गंधक, गुड	---	---	---	दुग्ध	प्रमेह पिटिका
९)शिलाजतु योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७४	प्रमेह	शिलाजतु, दुग्ध, सिता	---	---	प्रातः काल २१ दिन	---	प्रमेह

नाम	संदर्भ	व्याधी अवस्था	घटकद्रव्ये	प्रक्षेप द्रव्य	मात्रा	काल	अनुपान/ सहपान	गुणधर्म
१०)सुवर्णमाक्षिक भस्म योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र.१७४	प्रमेह पित्तज प्रमेह	सुवर्णमाक्षिक भस्म	---	---	---	मधु, गुडूची सत्व	प्रमेह पित्तज प्रमेह
११)अभ्रकभस्म योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७३	प्रमेह	निश्चंद्र अभ्रकभस्म, त्रिफला, हरिद्राचूर्ण	---	---	---	मधु	प्रमेह
१२) नागभस्म योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७३	प्रमेह	नागभस्म, आमलकी चूर्ण, हरिद्रा चूर्ण	---	१ वल्ल	---	मधु	प्रमेह
१३) वंगभस्म योग	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७३	प्रमेह	वंगभस्म, शिलाजित	---	२ वल्ल	---	---	धातुक्षय, दुर्बलता, नष्टशुक्रता
		प्रमेह	वंगभस्म, अभ्रकभस्म, जातीफल, ताम्रभस्म, सुवर्णभस्म, लवंग	---	---	---	---	पुत्रदायक
		प्रमेह	वंगभस्म, शाल्मलीत्वक स्वरस, हरिद्रा चूर्ण, मधु	---	---	---	---	तिक्त, लवण, शीत, पाण्डु, जंतुनाशक,
		प्रमेह	वंगभस्म, गुडूची सत्व, मधु	---	---	---	---	दाहशामक
		प्रमेह	वंगभस्म, गोदुग्ध, गोक्षुर चूर्ण, सिता	---	२ वल्ल	---	---	---
कल्क								
१४) त्रिफला कल्क	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६२	साध्य असाध्य प्रमेह	त्रिफला चूर्ण कल्क	---	चणक मुष्टि	---	---	साध्य असाध्य प्रमेह
चूर्ण								
१५) त्रिफलादि चूर्ण	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६२	प्रमेह	त्रिफला चूर्ण/ शिलाजित चूर्ण/ लोह भस्म/ हरीतकी चूर्ण	---	---	---	मधु	प्रमेह
१६) न्यग्रोधादि चूर्ण	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६३	प्रमेह, प्रमेहपिटिका	न्यग्रोध, उदुम्बर, अश्वत्थ, श्योनाक, आरग्वध,असन,आम्र, कपित्थ, जम्बु,धव, प्रियाल, ककुभ,लोध्र, मधूक, मधुक, वरुण, पारिभद्रक, पटोल, मेषशृंगी,दन्ती,चित्रक, पाटला,करंज,त्रिफला, इंद्रयव, भल्लातक	मधु	---	---	त्रिफला स्वरस	मूत्रकृच्छ्र

नाम	संदर्भ	व्याधी अवस्था	घटकद्रव्ये	प्रक्षेप द्रव्य	मात्रा	काल	अनुपान/ सहपान	गुणधर्म
१७)कर्कटबीजादि चूर्ण	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६३	प्रमेह	कर्कटबीज, सैंधव, त्रिफला	---	---	---	उष्णाम्बु	मूत्रावरोध क्वाथ
१८) हरीतक्यादि क्वाथ	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६०	कफवातज प्रमेह	हरीतकी,कट्फल, मुस्ता, लोध्र, रक्तचंदन,उशीर	मधु, हरिद्रा चूर्ण	२ पल	---	---	कफ वातज प्रमेह
१९) विडंगादि क्वाथ १	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६०	वातपित्तज प्रमेह	विडंग, हरिद्रा, खदिर, दारूहरिद्रा, उशीर, पूगफल	---	---	प्रातः काल	---	वात पित्तज प्रमेह
२०) खर्जूरादि क्वाथ	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६०	रक्तज प्रमेह	खर्जूर, काश्मरी, तिन्दुक, गुडूची	मधु	२ पल	---	---	रक्तज प्रमेह
२१) त्रिफलादि क्वाथ	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा पृ. क्र. १६१	प्रमेह	त्रिफला, दारूहरिद्रा, विशाला, मुस्ता	मधु, हरिद्रा चूर्ण	२ पल	---	---	प्रमेह
२२) विडंगादि क्वाथ, २	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६१	दुस्तर प्रमेह	विडंग, हरिद्रा, यष्टीमधु,सुंठ, गोक्षुर	मध	२ पल	---	---	दुस्तर प्रमेह
२३) पलाशपुष्प क्वाथ	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६१	नानाविध प्रमेह	पलाश पुष्प	शर्करा	२ पल	---	---	नानाविध प्रमेह
२४)वृन्दात्त्रिफला क्वाथ	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६१	प्रमेह प्रमेह	त्रिफला, देवदारू, दारूहरिद्रा, मुस्ता कुटज, असन, दारूहरिद्रा, त्रिफला	मध मध	२ पल	---	---	प्रमेह
२५) गुडूच्यादि क्वाथ	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६१	प्रमेह	गुडूची स्वरुप आमलकी स्वरस	मध मध, हरिद्रा कल्क	२ पल	---	---	प्रमेह
गुटीवटी								
२६) गोक्षुरादि गुटी	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६३	प्रमेह	त्रिकटु, त्रिफला, शु. गुग्गुळ, गोक्षुर क्वाथ	---	१ कर्ष	---	---	अनुलोमन, वातव्याधी, वातरक्त, मूत्राघात, मूत्रदोष, प्रदर
२७) चंद्रप्रभा गुटिका	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६४	प्रमेह, प्रमेहपिटिका	विडंग, त्रिकटु,सैंधव, सौवर्चल, बिडलवण, यवक्षार, सज्जीक्षार, चव्य, चित्रकमूल, त्रिवृत्त, पिप्पलीमूल, मुस्ता, स्वर्णमाक्षिक भस्म, दालचिनी, देवदारू, भूनिम्ब, दन्ती,	---	१ कर्ष	---	तक्र, मस्तु, गोघृत, मधु, मधुर रस	अर्श, प्रदर, ज्वर, विषमज्वर, नाडीव्रण, नाडीव्रण, अश्मरी, मूत्रकृच्छ्र, विद्रधि, अग्निमांद्य,

नाम	संदर्भ	व्याधी अवस्था	घटकद्रव्ये	प्रक्षेप द्रव्य	मात्रा	काल	अनुपान/ सहपान	गुणधर्म
			हरिद्रा, अतिविषा, लोहभस्म, वंशलोचन शु. गुग्गुळ, शिलाजित					उदर,पाण्डु, कामला, राजयक्ष्मा, भंगदर, गुल्म, अरुचि, शुक्रदोष, उरःक्षत, ओज–बलवर्धन
२८) चंद्रकला वटी	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७१	प्रमेह	एला, कर्पूर, सिता, आमलकी, जातीफल, नागकेशर, शाल्मली, पारद, वंगभस्म, लोहभस्म, गुडूचीक्वाथ, शाल्मली क्वाथ	मधु,	१/२ निष्क	---	---	प्रमेह
पाक								
२९) पूगपाक	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा पृ. क्र. १६५	प्रमेह	नागकेशर, मुस्ता, त्रिकटु, आमलकी, , प्रियाल, चंदन, लज्ञालु, दालचिनी, तमालपत्र, जीरक, कृष्णजीरक, एला, शृंगाटक, वंशलोचन, जायफल, लवंग, बडीशेप, धान्यक, पूगफल चूर्ण, गोदुग्ध, गोघृत, सिता	आमलकी चूर्ण, शतावरी चूर्ण	अग्निबलानुसार १/२ पल	---	---	जीर्णज्वर, अम्लपित्त, रक्तप्रदर, अर्श, मुखरोग, नेत्ररोग, नासारोग, अग्निमांद्य्, गर्भकारक, शुक्रप्रद, गदहर,आर्त वव्याधीहर
३०)अश्वगन्धा पाक	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६६	प्रमेह	अश्वगन्धा चूर्ण, एला, गोदुग्ध, नागकेशर, दालचिनी, तमालपत्र, जायपत्री, जायफल, केशर, वंशलोचन, मोचरस, जटामांसी, श्वेतचन्दन, पत्री, पिप्पली, पिप्पलीमूल, लवंग, कंकोल, अक्षोट सार, भल्लातक बीज, शृंगाटक, गोक्षुर, सिता रससिन्दूर, नागभस्म, वंगभस्म, लोहभस्म,	---	१/२ पल	---	---	जीर्णज्वर, राजयक्ष्मा, गुल्म, वातजव्याधी, पित्तजव्याधी, धातुवृद्धीकर, अग्निदीपन, कांतीवर्धक, सौमनस्यकर
३१) सालमपाक	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा,	प्रमेह	गोदुग्ध,गुड,दालचिनी, तमालपत्र, नागकेशर,	---	१/२ पल	---		हृद्रोग, राजयक्ष्मा,

नाम	संदर्भ	व्याधी अवस्था	घटकद्रव्ये	प्रक्षेप द्रव्य	मात्रा	काल	अनुपान/ सहपान	गुणधर्म
	पृ. क्र. १६६		एला, लवंग, जायफल, मुस्ता, वंशलोचन, धान्यक, त्रिकटु, अश्वगन्धा, हरीतकी, लोहभस्म					वातव्याधी, हिक्का, रक्तक्षय, शिरोरोग
३२) द्राक्षापाक	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६७	प्रमेह	द्राक्षा, गोदुग्ध, सिता, दालचिनी, तमालपत्र, नागकेशर, एला, त्रिकटु,कस्तुरी,केशर, लोहभस्म,अभ्रकभस्म, जायपत्री, जायफल, कर्पुर, रौप्यभस्म, धान्यक, चन्दन	---	१/२ पल	प्रातः काल	मधु	स्निग्ध, शुक्रकर, मूत्राघात, विबन्ध, मूत्रकृच्छ्र, रक्तजव्याधी, पित्तज व्याधी, नेत्ररोग
आसव								
३३) लोध्रासव	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६७	कफपित्तज प्रमेह	लोध्र,शटी, पुष्करमूल, एला, मूर्वा, विडंग,कुष्ठ, त्रिफला, यवानी, चव्य, त्रिफला, प्रियंगु,क्रमुक, विशाला,किराततिक्त, कुटकी, भारंगी, तगर, चित्रक, पिप्पलीमूल, अतिविषा,पाठा,इंद्रयव, नागकेशर, कुटज त्वक, तमालपत्र, मरिच, मधु	---	२ पल	---	---	पाण्डु, अर्श, अरुचि, संग्रहणी, किलासकुष्ठ, कुष्ठ रसकल्प
३४) हरिशंकर रस	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६९	प्रमेह	पारद, अभ्रकभस्म आमलकी स्वरस	---	---	---	मधु	प्रमेह
३५) मेघनाद रस	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६९	प्रमेह	पारद,कान्तलोहभस्म, गंधक, स्वर्णमाक्षिक भस्म, त्रिकटु, हरिद्रा, मनशिला, शिलाजित, कपित्थ,भृंगराजस्वरस	---	३ मासे	---	मधु	प्रमेह
३६)मेहकुंजर केसरी रस	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७०	अष्टादश प्रमेह	पारद,गंधक,लोहभस्म, अभ्रकभस्म, नागभस्म, वंगभस्म, सुवर्णभस्म, हिरकभस्म,अभ्रकभस्म, शतावरी स्वरस	---	२ वल्ल	प्रातः काल १ मास	शीत जल	तुष्टिकर, तेजबल– वर्ण–शुक्र वृद्धीकर, अग्निदीपन
३७) पंचलोह रसायन	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७१	प्रमेह	अभ्रकभस्म,कान्तभस्म, लोहभस्म, नागभस्म, वंगभस्म, वाराहीकद स्वरस, शतावरी स्वरस, सुगंधीवाळा स्वरस	---	चणक मात्रा	प्रातः काल	नवनीत	अर्श, संग्रहणी, मूत्रकृच्छ्र, मूत्राश्मरी, पाण्डु,कामला, शोथ, कास

नाम	संदर्भ	व्याधी अवस्था	घटकद्रव्ये	प्रक्षेप द्रव्य	मात्रा	काल	अनुपान/ सहपान	गुणधर्म
								अपस्मार, उरःक्षत, आजयक्ष्मा, अक्तपित्त,
३८) मेहारि रस	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७१	चिरप्रमेह	वंगभस्म, रससिंदूर, मधु	---	२ गुंजा	---	---	चिर प्रमेह
३९) वंगेश्वर रस	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७२	प्रमेह	पारद,वंगभस्म,गंधक, कुमारी स्वरस	मधु, पिप्पली चूर्ण	२ गुंजा	---	---	प्रमेह
४०) महावंगेश्वर रस	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७२	प्रमेह	वंगभस्म, अभ्रकभस्म, कान्तलोहभस्म, धत्तुर पुष्प, कुमारी स्वरस	---	२ गुंजा	---	---	मूत्रकृच्छ्र सोमरोग, पाण्डु, महाश्मरी
४१) वसंत कुसुमाकर रस	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७४	प्रमेह	सुवर्णभस्म,रौप्यभस्म, वंगभस्म, नागभस्म, कान्तभस्म,पारदभस्म, अभ्रकभस्म, गोदुग्ध, प्रवाळभस्म, मौक्तिकभस्म, इक्षुरस, वासारस, हरिद्रा, स्वरस, कमलपुष्प,मालतीपुष्प	---	२ वल्ल	---	घृत, मधु, सिता, चंदन	वलीपलित नाशक,मेध्य, पुष्टिकर, वृष्य, रसायन, आयुवृद्धीकर, कास,तृष्णा, राजयक्ष्मा, उन्माद,श्वास, रक्तपित्त, विषरोग, मूत्राघात, अश्मरी, अम्लपित, पाण्डु,कांती –बल वर्धन
४२) जलजामृत रस	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १७५	प्रमेह	तवक्षीर, शिलाजित, वंगभस्म, गुडूची सत्व, सिता,	---	२ गुंजा	---	---	मूत्रकृच्छ्र
स्नेह कल्पना								
४३) सिंहामृत घृत	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६८	प्रमेह, मधुमेह	कंटकारी,गुडूची,घृत, त्रिकटु,त्रिफल,रास्ना, विडंग, चित्रकमूल, काश्मरीमूल, पूतिक, दालचिनी	---	---	प्रातः काल	शालिधान्य, दुग्ध	मूत्रकृच्छ्र भगंदर,कुष्ठ, आलस्य, आन्त्रवृद्धी, राजयक्ष्मा
४४) हरिद्रादि तैल	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६९	प्रमेह	हरिद्राक्वाथ,दुग्ध,कुष्ठ, अश्वगंधा,लसूण,हरिद्रा, पिप्पली, तिळ तैल	---	सर्वसाधारण प्रमाण १ पल	---	---	प्रमेह
४५) लेप	यो.र.उ./ प्रमेहचिकित्सा, पृ. क्र. १६९	प्रमेहपिटिका	औदुम्बर क्षीर, बाकुची	---	प्रमेहपिटिका स्थानी	---	---	प्रमेह पिटिका

तक्ता क्र. ३. (प्रमेह प्रकार, लक्षणे, साध्यासाध्यत्व, उपद्रव)

प्रमेह व्याधी	प्रकार	लक्षणे	साध्या साध्यत्व	उपद्रव	कषाय (आचार्य सुश्रुतानुसार)
कफज	१. उदकमेह	स्वच्छ, श्वेत, शीत, निर्गंध,अतिप्रमाणात, किंचित आविल–पिच्छिल मूत्रप्रवृती	साध्य	अविपाक, कास, पीनस, अरुचि, छर्दि, निद्रा	पारिजातक कषाय
	२. इक्षुमेह	इक्षु रस समान, अतिप्रमाणात मूत्रप्रवृत्ती			निंब कषाय
	३. सांद्रमेह	सांद्र, पर्युषित मूत्रप्रवृत्ती			सप्तपर्णा कषाय
	४. सुरामेह	वर स्वच्छ, खाली घन मूलप्रवृत्ती			शाल्मली कषाय
	५. पिष्टमेह	पिठासारखे, श्वेत, अतिप्रमाणात मूत्रप्रवृत्ती, मूत्रप्रवृत्तीच्या वेळी अंगावर रोम येतात			हरिद्राद्री कषाय
	६. शुक्रमेह	शुक्रासारखे किंव्हा शुक्रमिश्रित मूत्रप्रवृती			दूर्वा, शेवाळ, प्लव, करंज, कसेरुक कषाय ककुभ, चंदन कषाय
	७. सिकतामेह	वाळूसारखे कणमिश्रित मूत्रप्रवृत्ती			निंब कषाय
	८. शीतमेह	मधुर, शीत, अतिप्रमाणात मूत्रप्रवृती			पाठा, गोक्षुर कषाय
	९. शनैमेह	हळुहळु आणि अल्पप्रमाणात मूत्रप्रवृत्ती			त्रिफळा, गुडूची कषाय
	१०. लालामेह	लाळेसमान तंतुयुक्त आणि पिच्छिल मूत्रप्रवृत्ती			त्रिफळा, आरग्वध कषाय
पित्तज	१. क्षारमेह	क्षारसमान गंध, वर्ण, रस, स्पर्श असलेली मूत्रप्रवृत्ती	याप्य	बस्ती व शिश्न प्रदेशी तोदवत वेदना, मूर्छा, मुष्क अवदरण, विड्भेद, ज्वर, तृष्णा, दाह, क्लम	त्रिफळा कषाय
	२. नीलमेह	निळ्या वर्णाची मूत्रप्रवृत्ती			सालसारादि/अश्वत्थ कषाय न्यग्रोधादि कषाय
	३. कालमेह	काळ्या वर्णाची मूत्रप्रवृत्ती			
	४. हारिद्रमेह	कटु रसात्मक, दाहयुक्त व हरिद्रेसमान पिवळ्या वर्णाची मूत्रप्रवृत्ती			राजवृक्ष कषाय
	५. मांजिष्ठमेह	विस्रगंधी आणि मंजिष्ठाच्या काढ्यासमान वर्णाची मूत्रप्रवृत्ती			मंजिष्ठा, रक्तचंदन कषाय
	६. रक्तमेह	लवण रसात्मक, विस्रगंधी, उष्ण, रक्ताभ मूत्रप्रवृत्ती			गुडूची,तिन्दुकास्थि,काश्मर्य, खजूर कषाय मधासोबत
वातज	१. वसामेह	वसासमान आणि वसामिश्रित थोड्या–थोड्या वेळात मूत्रप्रवृत्ती	असाध्य	उदावर्त, झोप न येणे, शूल, कंठ व छाती आवळल्यासारखी होणे, मधुरादि रसाविषयी इच्छा होणे, शोष (तहान लागणे), श्वास, कास	अग्निमंथ/शिंशपा कषाय
	२. मज्जामेह	मज्जासमान आणि मज्जामिश्रित थोड्या – थोड्या वेळात मूत्रप्रवृत्ती			कुष्ठ, कुटज, पाठा, हिंगु, कुटकी कल्कयुक्त गुडूचीचित्रक कषाय
	३. क्षौद्रमेह	कषाय, मधुर आणि रुक्ष मूत्रप्रवृत्ती			खदिर, कदर, क्रमुक कषाय
	४. हस्तिमेह	मत हत्तीप्रमाणे लसीने युक्त, वेगरहित एकसारखी मूत्रप्रवृत्ती			तिन्दुक, कपित्थ, शिरीष, पलाश, पाठा, मूर्वा, धमासा कषाय मधासोबत

तक्ता क्र. ४. (प्रमेहपिटिका व लक्षणे)

अ.क्र.	प्रमेहपिटिका	लक्षणे
१.	शराविका	शरावाच्या आकाराची, कडा उंच असून मध्ये खोलगट असणारी पिटिका
२.	सर्षपिका	पांढऱ्या सर्षपासारखी दिसणारी आणि तेवढ्याच आकाराची असणारी पिटिका
३.	कच्छपिका	दाहयुक्त व कासवाच्या पाठीच्या आकाराची असणारी पिटिका
४.	जालिनी	तीव्र दाह, मांस–सिराजाल यांनी युक्त, अवगाढ, रुजा, क्लेदयुक्त अशी पोटावर किंवा पाठीवर असणारी पिटीका
५.	विनता	मोठ्या आकाराची व नील वर्णाची असणारी पिटिका
६.	पुत्रिणी	मध्ये एक मोठी पिटिका असून तिच्या सभोवती आणखी बारीक–बारीक पुष्कळ पिटिका असतात
७.	मसूरिका	मसूरीच्या डाळीच्या आकाराची असणारी पिटिका
८.	अलजी	काळसर तांबूस व फोडांनी व्याप्त अशी असणारी पिटिका
९.	विदारिका	विदारीकंदाप्रमाणे गोल व कठीण असणारी पिटिका
१०.	विद्रधिका	विद्रधिच्या लक्षणांनी युक्त असणारी पिटिका

पाटनं तु विपक्वानां तासां पाने प्रशस्यते।।
क्वाथो व्रणघ्नोऽत्र बस्तिमूत्रैस्तीक्ष्णैर्विरेचनम्।
व्रणप्रतिक्रिया सर्वा कार्याऽत्रापि भिषग्वरैः।।

१) रक्तमोक्षण २) विपक्व पिटिका–पाटन कर्म ३) व्रणघ्न क्वाथ ४) गोमूत्रादिकांचा बस्ती ५) तीक्ष्ण विरेचन ६) व्रणाची सामान्य चिकित्सा.

प्रमेह व रक्तपित्त यांमधील भेद –

हारिद्रवर्ण रुधिरं च मूत्रं विना प्रमेहस्य तु पूर्वरूपैः।
यो मेहयेतं न वदेत्प्रमेहं रक्तस्य पित्तस्य स हि प्रकोपः।।

प्रमेहाची पूर्वरूपे दिसू न लागता जर पिवळी–तांबडी मूत्रप्रवृती होत असेल, तर त्याला प्रमेह म्हणू नये; तो रक्तपित्ताचा प्रकोप आहे असे समजावे.

कफज प्रमेह चिकित्सा – १) हरीतकी, कायफळ, मुस्ता व लोध २) पाठा, विडंग, अर्जुन व धमासा ३) हरिद्रा, दारूहरिद्रा, तगर व विडंग ४) कदंबसाल, सागवान, अर्जुन व अजवायन ५) दारूहरिद्रा, विडंग, खदिर व धावडा ६) देवदारू, कुष्ठ, अर्जुन व श्वेत चंदन ७) दारूहरिद्रा, अग्निमंथ, त्रिफळा व पाठा ८) पाठा, मोरवेल व गोक्षुर ९) अजवायन, उशीर, हरीतकी व गुडूची १०) जम्बूत्वक, आमलकी, चित्रक व सप्तपर्णा.

वरील १० काढे उदकमेह, इक्षुमेह, सांद्रमेह, सुरामेह, पिष्टमेह, शुक्रमेह, सिकतामेह, शीतमेह, शनैमेह व लालामेह ह्यांजवर क्रमाने मध घालून द्यावे.

पित्तज प्रमेह चिकित्सा – १) उशीर, लोध, हरिद्रा व चंदन २) उशीर, मुस्ता, आमलकी व हरीतकी ३) पटोल, कडूनिंब, आमलकी व गूडूची ४) मुस्ता, हरीतकी, मुष्कक व श्वेत कुटजत्वक ५) लोध्र, उशीर, दारूहरिद्रा व धातकीपुष्प ६) सुंठ, अर्जुन, बडिशेप व कमळ.

वरील ६ काढे मांजिष्ठमेह, हारिद्रमेह, नीलमेह, क्षारमेह, कालमेह व रक्तमेह ह्यांजवर क्रमाने द्यावे.

वातज प्रमेह चिकित्सा – १) अग्निमंथ २) पाठा, शिरीष, धमासा, मूर्वा, किशुक, तिंदुक व कपित्थ ३) पूगफल व इरिमेद यांचा काढा मध घालून द्यावे ४) गुडूची व चित्रक यांचा काढा पाठा, कुटज, हिंग, कुटकी, कोष्ठ यांचे चूर्ण घालून द्यावे

वरील ४ काढे वसामेह, हस्तिमेह, क्षौद्रमेह व मज्जामेह ह्यांजवर क्रमाने द्यावे.

निरीक्षण व विमर्श –

प्रमेह चिकित्सेतील उपरोक्त कल्पनांचे वैशिष्ट्य –

- योगरत्नाकर या ग्रंथामध्ये प्रमेह या व्याधीच्या चिकित्सेकरीता आलेल्या कल्पनांच्या अंतर्गत ४५ कल्पांचे वर्णन करण्यात आलेले आहे.
- बहुविध द्रव्ये असणाऱ्या कल्पांबरोबरच एकेरी द्रव्यप्रयोगाबद्दलही सविस्तर वर्णन केलेले आहे.
- बहुतांश कल्प हे वनस्पतीज द्रव्ये तसेच रसद्रव्यांच्या संयोगातून बनलेले असल्याने त्यांचे कार्मुकत्व, गामित्व यांमध्ये वाढ होते.
- लक्षणे व अवस्थानुरुप धातुक्षय, दुर्बलता, दाह, मूत्रकृच्छ, मूत्रावरोध, मूत्रदोष, अश्मरी, शोथ, मूत्राघातहर अनेक योग सांगितले आहेत. वात, पित्त व कफ यांच्या दोषाधिक्यानुसार

प्रमेह व्याधीवरील आयुर्वेद रसशाळा, पुणे यांचे काही कल्प

असनाद वटी	**चंद्रप्रभा वटी**
वसंत कुसुमाकर	**रोध्रासव**

प्रमेहाचे प्रकार पडतात. त्यामुळे दोषानुरुप चिकित्सेकरीता कल्पांचे वैविध्य या ग्रंथामध्ये मिळते.

● चिरप्रमेह तसेच प्रमेहपिटिका यांसाठी सुद्धा प्रभावी अशा कल्पांचे वर्णन केले आहे.

● कल्पांच्या अनुपानाकरीता मध या योगवाही व त्रिदोषशामक द्रव्याचा वापर केला गेला आहे.

● रस द्रव्यांमध्ये सुवर्णमाक्षिक भस्म, अभ्रकभस्म, नागभस्म, वंगभस्म, ताम्रभस्म, सुवर्णभस्म, लोहभस्म, रौप्यभस्म, कान्तलोह भस्म, हिरकभस्म या द्रव्यांचा वापर कल्पांमध्ये केला गेलेला आहे. त्यांचे गुणधर्म व रसांचे वर्णन तक्ता क्र. १ मध्ये पहा.

प्रमेह पथ्य – श्यामाक, कोद्रव, गोधूम, चणक, आढकी, शाली, मुदग, कुलित्थ, तिक्तशाक, पटोल, जांगल मांसरस, सैंधव, मरिच, इ.

प्रमेह अपथ्य – सदा आसन, दिवास्वाप, नवे अन्न, मूत्रवेग धारण, धूम्रपान, स्वेद, रक्तमोक्षण, सौवीरक, सुरा, सुक्त, तैल, क्षार, घृत, गुळ, अम्ल पदार्थ, इक्षुरस, पिष्टान्न, आनुप मांस इ.

संदर्भ – १) बोरकर द. सार्थ योगरत्नाकर (खंड पहिला व दुसरा), पुणे, रमेश रघुवंशी, पुनर्मुद्रण – २००५. २) चुनेकर कृ. भावप्रकाश निघण्टु, वाराणसी, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, पुनर्मुद्रित संस्करण– २०१५.
३) त्रिपाठी र. चरक संहिता, चौखम्बा संस्कृत प्रतिष्ठान, दिल्ली पुनर्मुद्रण – २०१३. ४) शास्त्री अ. सुश्रुतसंहिता, चौखम्बा संस्कृत, संस्थान, दिल्ली पुनर्मुद्रण – २०१८.

A Clinical Effect Of Vyoshadi Ghrita In Pandu

Dr. Amol A. Powar,
M.D (kayachiitsa) Lecturer, Dept. of Kayachiitsa
Late Kedari Redekar Ayurvedic Medical Collage, Gadhinglaj.

Introduction : Nutritional indicators have been developed to monitor health for all. Greater emphasis is now placed on integrating nutrition into primary health care systems wherever possible and formulation of national dietary goals to promote health and nutritional status of families and communities. Iron deficiency Anemia has been recognized as commonest nutritional deficiency disorder. It has been noted that this disease along with its complications is a major cause of mortality and morbidity not only in India but also in the developed countries. According to the World Health Report - 2002 of WHO, iron deficiency Anemia is one of the disease among the top 10 selected risks to the health.

Aim and objectives : ● To assess the efficacy of Vyoshadi Ghrita in Pandu. ● Study The Pandu as modern and ayurvedic classic.

Material and methods : Study was carried out on the patients suffering from the sign and symptoms of Pandu those attending OPD and IPD of Kayachikitsa Dept. at Late Kedari Redakar Ayurvedic Hospital Gadhinglaj.

Drug - Vyoshadi Ghrita.

Dose - 10ml twice a day before meal

Anupan - Koshna jal   Route - Oral

Duration - 45 days.

Follow up- 30th,60th ,90th days

Inclusion Criteria : 1) Gender - Patients of any sex were included. 2) Age - 18 years to 55 years. 3) Patients those were having Lakshanas of Pandu. 4) Hb% ranging above 7gm/dL to 10gm/dL. 5) Patient who showed Panduta, Rukshata, Daurbalya, Bhrama, Ayasen Shvasa, Aruchi, Pindikodveshtan were included for study.

Exclusion Criteria : 1) Pregnant women and Lactating mothers. 2) Anemia associated with other known history of diseases like Nephrotic Syndrome, Liver Cirrhosis, Ascites, Congestive Cardiac Failure, Acute Coronary Syndromes, AIDS, Tuberculosis, Leprosy, Malignancy, Auto- Immune Disorders, Genetic Disorders, Helminthic infection, etc. 3) Patients having known history of Chronic Blood loss conditions such as Malena, Hematemesis, Hemorrhagic Piles, Menorrhagia, Metrorrhagia, etc.

Subjective Criteria : 1) Panduta 2) Rukshata

3) Daurbalya 4) Bhrama 5) Ayasen Shvas (Arohan) 6) Aruchi 7) Pindikodveshtan

1) Panduta - In Twak, Nakha, Netravartma, Jivha, Hastpadtala.

0 Absent 1 In any of these 2
2 In any of these 3 3 In any of these 4
4 In all of these

2) Rukshata - In Twak, Nakha, Netravartma, Jivha, Hastpadtala

0 Absent 1 In any of these 2
2 In any of these 3 3 In any of these 4
4 In all of these

3) Daurbalya -

0 Absent 1 In any of these 2
2 In any of these 3 3 In any of these 4
4 In all of these

4) Aruchi -

0 Absent
1 After heavy work, relieved soon and tolerate
2 After moderate work, relieved later and tolerate.
3 After little work, relieved later and tolerate.
4 After little work, relieved later and but beyond tolerance.
5 Even in resting condition.

5) Pindikodweshten -

0 Absent
1 After heavy work, relieved soon and tolerate.
2 After moderate work, relieved later and tolerate.
3 After little work, relieved later and tolerate.
4 After little work, relieved later and but beyond tolerance.
5 Even in resting condition.

6) Ayasen Shwas -

0 Absent
1 After heavy work, relieved soon and tolerate.
2 After moderate work, relieved later and tolerate.
3 After little work, relieved later and tolerate
4 After little work, relieved later and but beyond tolerance.
5 Even in resting condition.

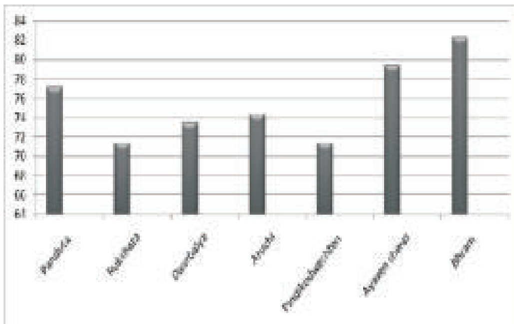
7) Bhram -

0 Absent
1 After heavy work, relieved soon and tolerate
2 After moderate work, relieved later and tolerate.
3 After little work, relieved later and tolerate.
4 After little work, relieved later and but beyond tolerance.
5 Even in resting condition.

Results and observations : Statically analysis was done by using t paired test . data of before treatment and after treatment was taken for results analysis .

Complaints	n	Mean		SD	SE	Total relief%	t value	P value
		BT	AT					
Panduta	10	2.30	0.69	0.71	0.21	77.11	8.40	<0.001
Rukshata	10	2.31	0.77	0.68	0.31	71.33	6.55	<0.001
Daurbalya	10	2.67	0.43	0.61	0.29	73.41	7.02	<0.001
Aruchi	10	2.00	0.36	0.44	0.28	74.31	8.22	<0.001
Pindikodweshten	10	2.31	0.73	0.35	0.25	71.31	5.50	<0.001
Ayasen shwas	10	2.22	0.34	0.12	0.36	79.41	8.55	<0.001
Bhram	10	2.78	0.42	0.13	0.41	82.33	7.82	<0.001

Graphical Presentation :



Results and observation : Parameters such as subjective and objective criteria were fixed for evaluating the efficacy of Vyoshadi ghrita in Pandu with special reference to iron deficiency Anemia The assessment was done by measuring the variation in the clinical signs and symptoms before, during and after the treatment and the laboratory investigations done before and after the treatment.

Discussion : According to Ayurveda, a disease associated with Raktalpata and Panduta of body is designated by the name Panduroga.

Author Sushruta believed vitiation of Rakta in this disease, which is a very scientific approach of an ancient scholar towards this disease. Panduroga has similarity with that of Anemia in all respects such as etiological factors, signs and symptoms and therapeutics. Most of the formulations mentioned in the treatment of Pandu contain loha bhasma (iron) in combination with a drug having sour taste (amla rasa) e.g. amalaki (Indian gooseberry). Similarly in iron deficiency Anemia, the main line of treatment is iron supplementation. Absorption of iron is more in acidic medium and when supplemented along with vitamin C. Hence principles of treatment of both are similar Pandu is caused due to reduced digestive enzymes (Agni) and vitiation of pitta dosha. Since ghee can promote digestive enzymes (Deepana) and normalizes pitta (pittahara), it is a specific drug told for Panduroga.

The drugs like trikatu in Vyoshadi Ghrita promote the secretion of digestive enzymes (deepana) and hence increase appetite and can clear the channels (srothoshodana), vidanga can act as anthelmintic (krimigna) and lauha bhasma can directly increase raktha dhatu (haematinic effect). Hence Vyoshadi Ghrita was selected as a drug for treatment of Panduroga.

Conclusion : Vyoshadi Ghrita is effective in the management of Pandu (Iron Deficiency Anemia). Vyoshadi Ghrita is the only Ghrita preparation mentioned in context of Pandu which contains loha bhasma. It is mentioned in the treatment of Anemia. It is appetizer (deepana), clears the channels (srothoshodana) and anthelmintic (krimigna). So this drug was selected for the study.

In India 20-40% of the population, equally of all ages and either sexes have been suffering from IDA majority of which are due to low socio economic status, illiteracy and malnutrition. The National Nutritional Anemic Control Programme launched by Government of India is an important step in this direction.

Reference :

1) Astanga Sangraha of Vridha Vagbhata with 'Sasilekha' commentary of Indu, edited by Late. Dr. Pandit Rao, Vaidya Ayodhya Pandey, Moulika sidhanta vibhaga, 1991, Gujarath Ayurveda University, Jam nagar, Central Ayurveda and Sidha research institute, New Delhi.

2) Bhaishajya Ratnavali of Sri. Govind dasa, Vidyotini Hindi commentary by Kaviraj Sri. Ambikadatta Sasthri, Ayurvedacharya, 2004, Chaukhambha Sanskrita Samsthan, Varanasi

3) Bhavaprakasa of Bhavamisra poorvardha, 11th edition, 2004, Chaukhambha Sankrit samsthan, Varanasi

4) Charaka Samhita of Agnivesha with 'Ayurveda Deepika' commentary by Pt. Kasinatha Sastri, Edited by Dr. Ganga Sahay Pandeya, Part I and II, 1st edition 1997, Chaukhambha Samskrit samsthan, Varanasi.

5) Davidson, Sir Stanley; Davidson's Principles and practice of medicine:Ed C.R.W. Edwards et al,17th International Student edition 2005, Reprinted 1998,Churchil Livinstone, Edinburgh.

अभिनंदन!

डॉ. निलाक्षी प्रधान ह्यांचा ''सावित्री सन्मान'' देवून गौरव

उजवीकडून चौथ्या डॉ. सौ. निलाक्षी शेखर प्रधान

'World Womens Day' निमित्ताने हडपसर, पुणे येथील एस.एम. जोशी महाविद्यालयाच्या वतीने येथील नामांकित प्राध्यापक व सामाजिक कार्यकर्त्या डॉ. सौ. निलाक्षी शेखर प्रधान ह्यांचा **''सावित्री सन्मान पुरस्कार''** देवून गौरव करण्यात आला.

राष्ट्रीय शिक्षण मंडळ व आयुर्विद्या मासिक समितीच्या वतीने डॉ. सौ. प्रधान ह्यांचे हार्दिक अभिनंदन व शुभेच्छा!

Management Of Diabetes (Madhumeha) Through Swasthavritta Approach - A Case Study

Dr. Sharvari Inamdar, (M.D. Swasthavritta),
Asso. Prof. Swasthavritta Dept., T.A.M.V., Pune.

Introduction - Every fourth individual of urban India is either pre diabetic or diabetic! Diabetes has rapidly became an epidemic in India, with more than 74 million individuals diagnosed with the disease. Each year appraximataly 1.7 million deaths occur due to type 2 diabetes, making it one of the leading causes of mortality ! Five of the top causes of death which are : heart disease, cancer, cerebrovascular disease, Alzheimer's disease and diabetes are called chronic metabolic disorders. Earlier these were the conditions of later age, but now a days young adults as young as 11 yrs. are also seen having HbA, C as high as 6.7 or so ! so, type 2 diabetes is no longer the disease of agieng but has become a severe morbidity cause of current lifestyle. The most common cause of kidney disease is type 2 diabetes. Also they are at huge risk of getting heart disease, stroke, cancer, blindness, nerve damage, amputation and chronic infections.

Patients get diagnosed with type 2 diabetes only when their blood glucose gets out of control but the causes of the disease : body weight changes and increasing insulin registance are present long before the diagnosis As not being able to manage the sugar load the approach of "lifestyle" viz food, sleep, exercise, thought process / stress management play tremendously huge role in getting rid off the situation. And exactly these lifestyle factors are the strengths of "swasthavritta" !! "Aahar, Nidra, Vyayam, Vichar" management plays crueial role in getting the blood sugars and hence the diabetes to the normal level.

Case presentation :

Name of the patient : xyz

General in formation : Age - 59 yr. Gender - male. Weight - 87.4 kg. Abdominal girth - 45 inch. Occupation - voluntary refirement from a desk job 10 years ago. Height - 165 cm

History of the patient : A 59 year old male patient came in with the main complaint of being not able to manage his blood glucose levels despite of taking allopathy and some Ayurvedic medicines! patient was also complaining about

- Incerased body weight - gases, indigestion and bloating - being not able to sleep at night. - frozen shoulder.

Even though he was taking insulin injections his HbA, c was 12 Currently he is taking a prescription of 4 drugs to manage the blood glucose. His fasting and post prandil glucose was still high.

Family history - Patient had elaborate family history. As both his grand parents suffered from paralysis. Father had diabetes, high blood pressure and stroke. Mother died because of heart attack, His all maternal uncles had diabetes.

Present signs and symptoms - The observed (via glucose monitor) fasting glucose range was 190 to 220 And PP glucose range was 300 to 360 His uric acid levels were high at 7.4 patient was complaing about frequent micturition and burning in palms and sole.

Present food and sleep habits of patient -

- Coffee with milk and sugar in the morning

- Poha / Uppith / thalipith / Idil / Dosa / Sabudana Khichadi etc. for the break fast Roti (Poli / Bhakari), Sabji, amti / usal, Koshimbir,

- Rice - varan and some times a little bit of sweet for lunch - Coffee with milk and sugar along with churmure / bhel / lahya / chivda / chakil / Bhandang for evening snack - 2 poli (Roti), Sabji, Soup, sometimes daal khichadi

for dinner once in 15 days or so hoteling.
- Patient was unable to sleep soundly at night because of the shoulder pain, burning in soles and cramps in calf. so he feels drowsy through out the day. And hence he is used to sleep in the afternoon for one and a half hour or so.

In general he felt sleepy, lacked energy, found himself getting weaker day by day His confidence was getting low as well.

Probable though of Samprapti -

आस्यासुखं स्वप्नसुखं दधिनि ग्राम्यौदकानूप रसाः पयांसि।
नवान्नपानं गुडवैकृतं च प्रमेह हेतुः कफकृच्च सर्वम्।। च.चि. ६/३

दिवास्वप्नाव्यायामालस्य प्रसक्तं
शीतस्निग्धमधुरमेद्यद्रवान्नपानसेविनं पुरुषं जानीयात् प्रमेही भविष्यतीति।। सु.नि. ६/३

Sleeping during the day, having dadhi - curd every day, having jaggery, sugar, rice, wheat **पिष्टान्न** every day and sweets almost every day were the visible causes of high blood sugar levels.

Patient took voluntary retirement from his job, he was almost all time sedentary, not even as basic as walking activity was included in his daily regimae, so the physical activity was none. '**अव्यायाम**' Not doing exercise was also the cause.

मेदश्च मांसं च शरीरजश्च क्लेदं कफो बस्तिगतं प्रदूष्य।
करोति मेहान्समुदीर्ण। च.चि. ६/४

मांस आणि मेदो धातू (Mans and Medodhatu) दुष्टी is an important part of madhumeha samprapti

Mansaposhana only occurs when the person is exercising, eating well and is sleeping at night. So these were the thing, which should be taken in hand at the first step.

Swasthavritta approach -

आहारसंभवम् वस्तु रोगाश्चाहार संभवाः।।

Food leads to genesis of a species As well as a disease!

हेतोरसेवा विहिता यथैव जातस्य रोगस्यभवेच्चिकित्सा।। च.चि.६/५२

Fliminating the cause of the disease is the form of 'treatment' itslf !

आहार - Food which is causing high blood sugar should be replaced with the nutrition rich food. Sweet cravings to be managed thoughly

विहार - patient was needed to taught how to encorporate exercises progressively.

निद्रा - patient's sleep habits needed ro be corrected as he was not sleeping or sleeping very late at night and as a result was drowsy or was sleeping in the afternoon.

विचार – patient felt depressed, low on energy, low confidence levels and had lost all the enthusiasm

His complaints of gases, bloating, cravings, pain, obesity needed immediate attention! So, the patient got the "Swasthavritta prescription" which included

Modified Food Habits - • The direct sugars in the form of sucrose sugar, jaggery, sweet beverages, sweet dishes was cut down.

• Patient was prescribed with modified recipes to follow to manage his sweet cravings

• The high glycemic index food like rice, wheat, milk, carbohydrates wrer replaced by the foods which are more nutritious and have no direct sugar conversion rate. Things like welcooked tasty vegetables paneer roti, paneer thalipith, mix lentil appe, whole egg butter omlette, cheese bhurji mix sprouts cooked well mixed with paneer topings, black tea / black coffee without sugar ln the morning were added to the regime.

Almonds and walnuts were prescribed if ever snacking is required.

Patient was gradualy taught how to do Intermittent fas fing.

Patient was taught how to exercise with dumbells and barbells. He liked swimming so his exercise routine was gym exersises in the morning and walking / swimming alternate day in the evening.

Samprapti bhanga and follow up -

अव्यायाम, दिवास्वाप, गुडान्नपान were the main things which got addressed at the first place.

Patients post prandial glucose came down to 110 within first 15 days. Patient was so much delighted to see his glucose monitor / He started following all the things once he got to know that he can take control of his own

metabolism.

The fun fact : Initially he coulderit believe that his glucose is bellow 200! so he took his glucose monitor to the laboratory and cross checked his pp glucose there to confirm. He thought that his glucose monitor is spoiled, so he did pp in laboratory again ! And it was actually down to 110-115 range.

Patient was advised to have only 2 meals a day on his 4 th follow up.

एककालं भवद्देयो दुर्बलाग्निविवृद्धये।
समाग्नये तथाऽऽहारो द्विकालमपि पूजितः।। सु.उ. ६४/६२

As patients Agni was being in sama state after following correct routine his complaints of gases, bloating, indigestion were completely gone. patient was happy withe the progress and was very enthusiastic to hear the new things.

Patient was getting better and better at managing cravings. started sleeping well at night after having a better daily schedule of waking up, exercise, food, thoughts and not sleeping during the day. Once his blood sugar came down, his shoulder pain also got reduced.

After 1st three month his Hb A, C came down to 8.3 from 2 and after six months its 6.01. He has come a long way. No more insulin injections, no more diabetes medicines. He is still progressing.

Blood work and Symptoms	Before	After
Body weight	87.4 kg	74 kg
Abdominal girth	45 inch	39 inch
HbA,C	12	6.1
Fasting glucose	200	87
PP glucose	300	111
B.P.	132/80	120/80
Serum triglycerides	217	80
HDL - C	35	40
Uric acid	7.4	4.9
Shoulder pain	present severe	gone nil
Sleep	insomnia	Sound Sleep
Gases, bloating	present	nil

Blood work and Symptoms	Before	After
Constipation	present	good bowel habits
D3	9	70
B 12	237	618
Strength (total wright lifted in the gym) increased	235kg	255kg increased

Discussion - To rule out the causative factors hetu's and to add the things which were beneficial to increase strength was the important part of Diabetes swasthavritta prescription. As strength is practically gained when **'मांसधातु संहनन'** increases, eating right, exercising and sleeping well at night were the must to do changes which were needed consistently.

व्यायामयोगैर्वि विधैः । च.चि. ६/६०
अधनश्छत्रपादरहितो...योजनानांशतयायात्। अ.हृ.चि. १२/३६

As said in granthas **'व्यायाम'** was important like nutrition change was also important. Patient diligently exercise twice a day. The same person who could not work was sedentary, took voluntary retirement cause his detents were making him weak is now aspiring to become a competitive power lifting athlete. his enthusiasm and energy levels have gone up exponentially !

Conclusion - This case is a classic example of managing lifestyle disorder via addressing the lifestyle itself. Swasthavritta approach to Madhumeha has brought patients Hb A,C from 12 to 6.1, body weight from 87.4 kg to 74 kg serum triglycerides from 217 to 80, Uric acid from 7.4 to 4.9 Abdominal circumference from 45 inch to 39 inch. And Patient has gained Strength. energy and enthusiasm in the process!

References : 1) Sartha Sushrut Samhita (Vd. Datto Ballal Borkar) 2) Sartha Charak Samhita (Vd. Shankar Dadashastri Pade) 3) Sartha Vagbhata (Vd. Ganesh Krishna Garde) 4) Robbins & cot rain Pathologic basis of disease. 5) Why we gef sick (Benjmin Bikman PHD)

सेंटर फॉर पोस्ट ग्रॅज्युएट स्टडीज अँड रिसर्च इन आयुर्वेद वर्धापन दिन समारंभ – दि १ एप्रिल २०२३

डॉ. मिहीर हजरनवीस

राष्ट्रीय शिक्षण मंडळाच्या सेंटर फॉर पोस्ट ग्रॅज्युएट स्टडिज अँड रिसर्च इन आयुर्वेद ह्या संस्थेच्या वर्धापन दिनानिमित्त भव्य समारंभाचे आयोजन टिळक आयुर्वेद महाविद्यालयाच्या एन. आय. एम. ए. सभागृहात दि. १ एप्रिल २०२३ रोजी दुपारी ११ वाजता करण्यात आले होते.

सभारंभाच्या अध्यक्षस्थानी डॉ. दिलीप पुराणिक हे होते. बी.जे. मेडिकल वैद्यकीय महाविद्यालयाचे अधिष्ठाता डॉ. संजीव ठाकूर हे प्रमुख अतिथी म्हणून उपस्थित होते. व्यासपीठावर प्राचार्य डॉ. स. वि. देशपांडे, रा.शि. मंडळाचे सचिव डॉ. राजेंद्र हुपरीकर, डॉ. मिहीर हजरनवीस (उपप्राचार्य), डॉ. इंदिरा उजागरे (उपप्राचार्य) हे उपस्थित होते.

समारंभाच्या सुरुवातीस मान्यवरांचे हस्ते श्री. धन्वंतरी पूजन करण्यात आले. डॉ. मृणाल चिपाळे ह्यांनी श्री धन्वंतरी स्तवनाचे मंगल चरण आळविले. डॉ. मिहीर हजरनवीस ह्यांनी सर्व उपस्थितांचे स्वागत केले व वर्धापन दिन संपन्न करण्याचा हेतू स्पष्ट केला. डॉ. सरोज पाटील ह्यांनी व्यासपीठावरील सर्व मान्यवरांचा परीचय करून दिला. मान्यवरांचा यथोचित सत्कार माननीय प्राचार्य डॉ. स. वि. देशपांडे ह्यांनी शाल, भेटवस्तू व पुष्पगुच्छ देवून केला.

सर्व मान्यवरांच्या हस्ते मंगलदीप प्रज्वलीत करून समारंभाचा प्रतिकात्मक प्रारंभ करण्यात आला. मंगलमय वातावरणात प्राचार्य डॉ. देशपांडे ह्यांनी टिळक आयुर्वेद महाविद्यालयाच्या सेंटर फॉर पोस्ट ग्रॅज्युएट स्टडीज अँड रिसर्च इन आयुर्वेदची गेल्या वर्षातील शैक्षणिक, कला, क्रिडा व विज्ञान क्षेत्रातील यशोगाथा कथन केली.

आयुर्विद्या मासिकाबद्दल डॉ. विनया दीक्षित ह्यांनी माहिती दिली व एप्रिल २०२३ च्या आयुर्विद्याच्या **बालरोग विशेषांकाचे** प्रकाशन करण्याची विनंती प्र. अतिथी डॉ. संजीव ठाकूर ह्यांना केली. डॉ. ठाकूर ह्यांचे हस्ते आयुर्विद्या बालरोग विशेष अंकाचे प्रकाशन करण्यात आले. गेल्या वर्षभरात पीएच. डी. पदवी यशस्वीरित्या प्राप्त केलेल्या डॉ. प्रज्ञा साबडे (कापसे) (शल्यतंत्र), डॉ. कल्पना आयरे (स्त्रीरोग प्रसूती), डॉ. सारीका चोपडे (शारीर रचना), डॉ. मिहीर हजरनवीस (स्वस्थवृत्त), ह्यांचा शाल, भेटवस्तू व पुष्पगुच्छ देवून डॉ. ठाकूर ह्यांचे हस्ते सत्कार करण्यात आला. डॉ. चोपडे ह्या पीएच.डी. स्नातकांच्या मार्गदर्शक डॉ. मालती धोत्रे ह्यांचाही सत्कार शाल, भेटवस्तू व पुष्पगुच्छ देवून करण्यात आला. तसेच विविध स्पर्धात पारितोषिके प्राप्त केलेल्या डॉ. मयूर वाघ, डॉ. अपूर्वा बोबडे, डॉ. रवीना दळवी, पूजा महाजन व डॉ. अश्विनी बोदडे (अध्यापक) ह्या यशवंत, गुणवंत पद्व्युत्तर स्नातकांचा गौरव डॉ. ठाकूर ह्यांचे हस्ते करण्यास आला.

मा. डॉ. संजीव ठाकूर ह्यांनी सर्व यशस्वी पीएच. डी. प्राप्त व

पुरस्कार स्विकारताना डॉ. अपूर्वा बोबडे व डॉ. वाघ.

डॉ. हजरनवीस पुरस्कार स्विकारताना – चित्रात उजवीकडून – डॉ. उजागरे, डॉ. देशपांडे, डॉ. पुराणिक, डॉ. ठाकूर, डॉ. हुपरीकर.

आयुर्विद्या बालरोग विशेषांकाचे प्रकाशन– डावीकडून – डॉ. हुपरीकर, डॉ. ठाकूर, डॉ. पुराणिक, डॉ. देशपांडे, डॉ. उजागरे, डॉ. हजरनवीस, डॉ. पाटील, डॉ. दीक्षित.

पीएच.डी. यशाबद्दल गौरव स्विकारताना डॉ. चोपडे

डॉ. आयरे

डॉ. कापसे

अन्य गुणवंत स्नातकांचे अभिनंदन केले.तसेच वैद्यकीय क्षेत्रात संशोधनादी विषयात सहकार्य करण्याचे आश्वासन दिले.

राष्ट्रीय स्तरावर विविध विषयावर सेमिनार, कार्यशाळा आयोजित केलेल्या डॉ. विनया दीक्षित, डॉ. मंजिरी देशपांडे, डॉ. अपूर्वा संगोराम, डॉ. सरोज पाटील, डॉ. हजरनवीस, डॉ. नंदकिशोर बोरसे व डॉ. मिलींद भोई ह्यांचा सत्कार मा. डॉ. पुराणिक ह्यांच्या हस्ते करण्यात आला.

अध्यक्षीय भाषाणात डॉ. पुराणिक ह्यांनी सर्व अध्यापक व गुणवंत विद्यार्थ्यांचे मनःपूर्वक अभिनंदन केले. राष्ट्रीय शिक्षण मंडळाच्या शताद्बी महोत्सवानिमित्त आयोजित होणाऱ्या कार्यक्रमात सहभागी होण्याचे आवाहन केले.

डॉ. इंदिरा उजागरे ह्यांनी यथोचित आभार प्रदर्शन केल्यानंतर समारंभाची सांगता झाली.

अहवाल

आयुर्वेद रसशाळेचा दिल्ली येथील डॉक्टर्ससाठी सी.एम.ई. कार्यक्रम.

डॉ. सुहास कुलकर्णी

कॉन्स्टीट्यूशन क्लब, नवी दिल्ली येथे दि. १८-३-२०२३ रोजी संध्याकाळी ६.३० वाजता झालेल्या सी.एम.ई. कार्यक्रमास अंदाजे ६० डॉक्टर्स् उपस्थित होते.

कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी राष्ट्रीय शिक्षण मंडळाचे अध्यक्ष मा. डॉ. दि. प्र. पुराणिक होते. तसेच राष्ट्रीय शिक्षण मंडळाचे सचिव व आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशनचे डायरेक्टर मा. डॉ. राजेंद्र हुपरीकर, आयुर्वेद रसशाळा समितीचे सदस्य मा. डॉ. मंदार रानडे या कार्यक्रमास उपस्थित होते. तसेच 'Ayush' चे सल्लागार डॉ. मनोज नेसरी व AIIA च्या Director डॉ. तनुजा नेसरी ह्यांची विशेष उपस्थिती होती.

या CME मधील डॉक्टर्स् व वैद्यांना मार्गदर्शन करण्यासाठी होली फॅमिली हॉस्पिटल, नवी दिल्ली येथील मा. डॉ. रितू सेठी व बोर्ड ऑफ एथिक्स ॲण्ड रजिस्ट्रेशन फॉर इंडियन सिस्टिम ऑफ मेडिसीन चे अध्यक्ष मा. डॉ. राकेश शर्मा उपस्थित होते.

डॉ. पुराणिक मार्गदर्शन करताना

मंगदीप प्रज्वलन करताना - डावीकडून - डॉ. पुराणिक, डॉ. हुपरीकर, डॉ. शर्मा.

कार्यक्रमाची सुरवात धन्वंतरी पूजन, स्तवन व दीप प्रज्वलनाने करण्यात आली. त्यानंतर डॉ. सुहास कुलकर्णी यांनी उपस्थित डॉक्टर व वैद्यांचे स्वागत केले. व्यासपीठावरील मा. डॉ. दिलीप पुराणिक, मा. डॉ. राजेंद्र हुपरीकर, मा. डॉ. राकेश शर्मा, मा. मंदार रानडे यांचा सत्कार आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशनचे दिल्ली येथील सुपरस्टॉकिस्ट श्री. चंद्रकांत भुसारी यांचे हस्ते करण्यात आला.

त्यानंतर डॉ. रितु सेठी यांनी ''स्ट्रेस मॅनेजमेंट इन आयुर्वेद'' या विषयावर अभ्यासपूर्ण व्याख्यान दिले. प्रथम स्ट्रेस म्हणजे काय याबाबत सविस्तर माहिती देऊन डॉ. सेठी यांनी आयुर्वेद चिकित्सा पद्धती यामधे कशा प्रकारे उपयोगी ठरते हे सविस्तर सांगितले. त्यांच्या होली फॅमिली हॉस्पिटलमधे केल्या जाणाऱ्या चिकित्सा पद्धतीबद्दल बोलताना त्यांनी पंचकर्माचा विशेषत्वाने उपयोग होत असल्याचे नमूद केले.

डॉ. राकेश शर्मा यांनी स्ट्रेस या विषयाबाबत आयुर्वेदाच्या विविध ग्रंथांमधे आलेल्या उल्लेखांचा दाखला देत या विषयावर माहितीपूर्ण व्याख्यान दिले.

यानंतर मा. डॉ. राजेंद्र हुपरीकर, मा. डॉ. दिलीप पुराणिक

यांचे हस्ते, दिल्लीमधे आयुर्वेद रसशाळेच्या औषधांचा अधिक वापर करणाऱ्या काही वैद्यांचा सत्कार भेटवस्तु देऊन करण्यात आला.

आपल्या अध्यक्षीय भाषणामधे मा. डॉ. दिलीप पुराणिक यांनी राष्ट्रीय शिक्षण मंडळाबद्दल तसेच त्याच्या घटक संस्थांबद्दल सविस्तर माहिती दिली. राष्ट्रीय शिक्षण मंडळाच्या शताब्दी महोत्सवाबद्दल त्यांनी नमूद केले व त्यानिमित्ताने केल्या जाणाऱ्या विविध कार्यक्रमांबद्दल थोडक्यात माहिती दिली.

उपस्थित सर्व डॉक्टर्स् व वैद्यांना भेटवस्तू, आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशनच्या औषधांची माहिती देणारी पुस्तके, पॅम्प्लेट तसेच काही औषधांची सॅम्पल्स देण्यात आली.

डॉ. मंदार रानडे यांनी व्यासपीठावरील मान्यवरांचे तसेच उपस्थित डॉक्टर व वैद्यांचे आभार मानले. त्यानंतर रुचकर भोजनाने कार्यक्रमाची सांगता झाली.

या कार्यक्रमास आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशनच्या वतीने डॉ. सुहास कुलकर्णी (जनरल मॅनेजर), दिल्ली येथील डेपोचे कामकाज बघणाऱ्या चरणजीत कौर, दिल्ली येथील सेल्स ऑफिसर सौरभ कनोजिया हे उपस्थित होते.

अभिनंदन!

डॉ. विनोद शेट ए.ए. आय. एम. (MSB) च्या अध्यक्षपदी.

असोसिएशन ऑफ ॲनेस्थेशिओलॉजीस्टस् ऑफ इंडियन मेडिसिन (AAIM) च्या महाराष्ट्र राज्य शाखेच्या १६ ऑक्टोबर २०२२ रोजी झालेल्या सर्वसाधारण सभेत डॉ. विनोद शेट ह्यांची अध्यक्षपदी एकमताने निवड झाली.

डॉ. विनोद शेट

डॉ. शेट गेली सुमारे पंचविस वर्षे शेठ ताराचंद रुग्णालयात मानद संज्ञाहरण प्रदाता (Anaesthetists) म्हणून कार्यरत असून टिळक आयुर्वेद महाविद्यालयात शल्य–संज्ञाहरण विभागात व्याख्याता पदावर कार्यरत आहेत. ह्याच सभेत उपाध्यक्षपदावर डॉ. दीपक पोमण ह्यांची तर सचिव पदावर डॉ. प्रदीप काळे व कोषपाल पदावर डॉ. राजेश शिरसे ह्यांची निवड झाली.

आयुर्विद्या मासिक समितीतर्फे डॉ. शेट व इतर पदाधिकाऱ्यांचे अभिनंदन व शुभेच्छा!

डॉ. शर्वरी इनामदार "Strong Woman of India"

कोझिकोड (केरळ) येथील व्ही. के. कृष्णमेनन स्टेडियमवर नुकत्याच पार पडलेल्या खुल्या राष्ट्रीय पॉवर लिफ्टिंग स्पर्धांमध्ये डॉ. शर्वरी इनामदार ह्यांनी ३६७.५ किलो वजन उचलून नवीन राष्ट्रीय विक्रमासह सुवर्णपदक पटकावले.

डॉ. इनामदार

अगामी आंतरराष्ट्रीय स्पर्धांसाठी भारताचे प्रतिनिधित्व करण्यासाठी डॉ. शर्वरी ह्यांची निवड झाली आहे. डॉ. शर्वरी इनामदार (भारदे) ह्या टिळक आयुर्वेद महाविद्यालयाच्या माजी विद्यार्थींनी असून सध्या स्वस्थवृत्त विभागात व्याख्याता पदावर कार्यरत आहेत.

राष्ट्रीय शिक्षण मंडळ, टिळक आयुर्वेद महाविद्यालय, व आयुर्विद्या मासिक समितीच्यातर्फे डॉ. शर्वरी ह्यांचे हार्दिक अभिनंदन व हार्दिक शुभेच्छा!

Prof. Sushama Vinayak Kulkarni (Sathye) Passess Ph.D.

Thesis title, "A study of Health Insurance : An Investor perspective with special Reference to Employees Engaged In Manufacturing sector In and Around Pune city", submitted by Prof. Sushama Vinayak Kulkarni in Savitribai Phule University for the Award of Ph.D. degree has been accepted by university and has declared Prof. Sushama Kulkarni eligible for the Ph. D. degree.

Dr. Kulkarni

Prof. Kulkarni completed her research work in the subject financial Management at MES's Neville Wadia Institute of Management Studies and Research under the guidance of Dr. Sanjaykumar M. Gaikwad.

Prof. Sushama Kulkarni is working as Teaching faculty at Rashtriya Shikshan Mandal's Chetan Dattaji Gaikwad Institute of Management Studies.

R.S.M., CDGIMS and Ayurvidya Masik Samiti Congratulate Dr. Sushama Kulkarni for her Ph.D. Success.

सर्वांसाठी आरोग्य

डॉ. अपूर्वा संगोराम, कार्यकारी संपादक

नुकताच दि. ७ एप्रिल २०२३ रोजी जागतिक आरोग्य दिन साजरा करण्यात आला. या वेळेच्या आरोग्यदिनाची संकल्पना आहे 'सर्वांसाठी आरोग्य'.

जागतिक आरोग्य संघटनेच्या दृष्टीने, आरोग्य म्हणजे केवळ रोगांचा अभाव नसून ती एक शारिरीक, मानसिक, सामाजिक आणि आध्यात्मिक समतोलाचीअवस्था आहे.

स्वास्थ्याच्या दृष्टीने आपण दोन प्रकारे विचार करू शकतो. वैयक्तिक आरोग्य आणि सार्वजनिक आरोग्य. वैयक्तिक आरोग्य चांगले आहे हे कसे ठरवावे, तर जी व्यक्ती शारिरीक, मानसिक दृष्ट्या धडधाकट आहे, जीची सर्व ज्ञानेंद्रीय आणि कर्मेंद्रीय कार्यरत आहेत व जिचे आत्मा, मन संतुलित राहून निर्णय घेऊ शकते आहे, जी व्यक्ती प्रसन्न आहे अशा व्यक्तीला सर्वसाधारणपणे आरोग्याच्या दृष्टीने 'स्वस्थ' असे आपण म्हणू शकतो. हे वैयक्तिक स्वास्थ टिकवून ठेवण्यासाठीचे जे नियम आहेत त्याला आयुर्वेदाने दिनचर्या आणि ऋतुचर्या असे म्हटले आहे यामध्ये स्वास्थ्य टिकविण्यासाठीचा जो आहार, विहार आणि आचार आहे त्याचे योग्य पालन करणे, त्याचे सेवन करणे, मात्रावत आहार होणे, नित्य आणि योग्य व्यायाम करणे या बाबींचा अंतर्भाव करता येऊ शकेल. परंतु समाजातल्या काही विशिष्ठ घटकांपर्यंतच या सगळ्या बाबींचे पालन होऊ शकते कारण समाजातल्या एका मोठया वर्गाकडे अन्न, वस्त्र आणि निवारा या मूलभूत गरजाच उपलब्ध नाहीत तर आरोग्याचे रक्षण, पालन ही गोष्ट तर खूप दूर राहीली!

दिवसेंदिवस वाढत जाणारे प्रदूषण, सकस अन्नाचा अभाव, तुटपुंज्या आरोग्यसुविधा, अवकाळी पडणारा पाऊस त्यामुळे होणारे अन्नधान्य व शेतीचे नुकसान यामुळे स्वास्थ्यासाठीच्या मूलभूत गोष्टीचाच नव्याने विचार करण्याची वेळ आलेली आहे. त्यामुळेच वाढती महागाई, महागडी आरोग्य व्यवस्था यामुळे सामान्य मनुष्य वैयक्तिक आरोग्याकडे तितकेसे लक्ष देताना दिसत नाही.

याच पद्धतीने सार्वजनिक आरोग्याचा विचार करायचा झाल्यास, कोरोना सारख्या येणाऱ्या साथी, लसीकरणाचा अभाव, सार्वजनिक स्वच्छतेचा अभाव, अशांमुळे होणारे डेंग्यू मलेरीयासारखे आजार, एच१एन३ सारखे नवनवीन विषाणु, डायबेटीस, रक्तदाब, स्थौल्य, स्ट्रेस, संधिवात यासारखे जीवनशैलीजन्य विकार यासारख्या विकारांमुळे सार्वजनिक आरोग्ययंत्रणांवर ताण आलेला आहे. या सर्वांवर उपाय म्हणून, या आरोग्यसेवेचे प्रतिनिधी असणारे आपण सर्व खालीलप्रमाणे उपाययोजना करू शकतो. प्रत्येकाने निदान आपापल्या घरापासून आपल्या नातेवाईकांपासून आपल्या परीचिंता पासून, रुग्णांपासून सातत्याने या नियमावलींचे महत्व सांगण्यास सुरुवात करायला हवी. अगदी शिशुवर्गापासून ते डीग्रीपर्यंत वैयक्तिक व सार्वजनिक आरोग्याचे महत्व पटवून देणाऱ्या अभ्यासक्रमाचा समावेश असायला हवा. सार्वजनिक दृष्ट्या स्वास्थ्याच्या नियमावलींचे उल्लंघन केल्यास म्हणजे रस्त्यांवर थुंकणे इ. सारख्या बाबींसाठी मोठ्या प्रमाणात दंड आकारायला हवा. लोकसंख्या नियंत्रणासारख्या उपक्रमांबाबत अजून जागरुकता वाढवायला हवी. अशा प्रकारे आपण आपला खारीचा वाटा उचलला तरी समाजपरीवर्तन व्हायला वेळ लागणार नाही. हे काम माझे नाही असे न समजता हे माझेच काम आहे असा विचार केल्यास 'सर्वांसाठी आरोग्य' ही संकल्पना प्रत्यक्षात उतरायला वेळ लागणार नाही हे नक्की!

९ फेब्रुवारी २०२३ ते ९ फेब्रुवारी २०२४ हे 'राष्ट्रीय शिक्षण मंडळ' पुणे चे शतक महोत्सवी वर्ष!

जाहीर प्रगटन/आवाहन

या निमित्त रा. शि. मंडळ संचलित **'आयुर्विद्या मासिक'** या वर्षी काही विशिष्ट संकल्पनांवर आधारित अंक प्रकाशित करणार आहे. तज्ज्ञांनी या विषयासंदर्भातील शास्त्रीय लेख, रुग्णानुभव (Case Study) व संशोधन पर लिखाण त्वरीत पाठवावेत. योग्य वेळेत प्राप्त झालेले व Peer Reviewed Evaluation पूर्ण केलेले लेख निश्चितच प्रकाशित केले जातील. ● **आयुर्विद्या – जून २०२३ –** जागतिक योग दिनाच्या औचित्याने या महिन्याची संकल्पना स्वस्थवृत्त व अष्टांगयोग आहे. यावर संशोधन व शास्त्रीय लेख प्रकाशित केले जातील. ● **आयुर्विद्या – जुलै २०२३ –** Latest Research Trends in Ayurved या वरील लेख प्रकाशित केले जातील. ● **आयुर्विद्या – ऑगस्ट २०२३ –** ''वनौषधी व त्यांची विविध प्रयोज्य अंगे त्यावरील संशोधन व आधुनिक मानकीकरण'' यांवरील शास्त्रीय लेख व Research Articles प्रकाशित केले जातील. ● **आयुर्विद्या – सप्टेंबर २०२३ –** औषधी कल्प व रसौषधीं विषयक संशोधन प्रकल्प यावर आधारित लेख प्रकाशित केले जातील.

राष्ट्रीय शिक्षण मंडळ १९२४●२०२४ RASHTRIYA SHIKSHAN MANDAL PUNE - 4 २०२३●२०२४ शतक महोत्सव

अध्यापकांची गुणपडताळणी!

डॉ. सौ. विनया दीक्षित, उपसंपादक

महाराष्ट्र आरोग्य विज्ञान विद्यापीठ, नाशिक याचे अंतर्गत विविध वैद्यकीय व पूरक शाखांचे पदवीपूर्व व पदव्युत्तर शैक्षणिक महाविद्यालये कार्यरत आहेत. महाराष्ट्रात एकसंघ आरोग्य विषयक विद्यापीठ म्हणून संपूर्ण भारतात म.आ.वि.वि.चा नावलौकीक ही बराच आहे. आता नॅक चाचणी द्वारा पारंगत होऊन प्रमाणित होण्यासाठी विद्यापीठाचा एक कलमी कार्यक्रम सुरु झालेला आहे.

याच अनुषंगाने विद्यापीठांतर्गत येणाऱ्या सर्व महाविद्यालयांचे स्थानिक समिती द्वारा जे वार्षिक निरीक्षण केले जाते त्याची गुणांकन पद्धत ही काही प्रमाणात बदलून नॅक प्रमाणीकरणास आवश्यक मुद्दयांचा आता ठळक समावेश यात करण्यात आला आहे. प्रामुख्याने अध्ययन–अध्यापन व संशोधन प्रकल्पांची, प्रकाशनांची माहिती यात येते. संपूर्ण महाविद्यालय, रुग्णालय, विद्यार्थी, अध्यापक व अध्यापकेतर कर्मचारी यांची इत्थंभूत माहिती तर असतेच पण अभ्यासेतर नैपुण्याच्या गोष्टीही जसे सामाजिक कार्ये–चळवळीतील सहभाग, क्रिडाविश्व यात समाविष्ट केलेले आहे. एकूणात संपूर्ण शैक्षणिक संस्था आर्थिक, शैक्षणिक व अभ्यासेतर क्षेत्रात किती प्रमाणात कर्तृत्त्ववान आहे याचे उत्तम निरीक्षण या गुणांकन पद्धतीने निश्चितच होऊ शकते यात काहीच शंका नाही.

परंतु याचबरोबर गेल्यावर्षीच्या महितीसाठी सर्व महाविद्यालयांना विद्यापीठाने अध्यापकांच्या मूल्यांकनाची एक सहा पानी प्रश्नपत्रिका पाठवली आहे. ती वैयक्तीक प्रत्येक अध्यापकासाठी प्रत्येकाने स्व–मूल्यांकन निकषांप्रमाणे भरून देणे सक्तीचे आहे. यात विविध मुद्द्यांबरोबरच अभ्यासक्रमेतर कामगिरी, प्रशासकीय कामकाज, गौरव व सन्मान, प्रकाशने, संशोधन प्रकल्पे, अतिथी व्याख्याने इ. चा ही समावेश आहे. खरतर याच साधारणपणे मुद्दयांच्या पद्धतीत स्वयंमूल्य निर्धारणतक्ता सरकारी व अनुदानित अध्यापक गेली काही दशके दर वर्षी एप्रिल महिन्याच्या पहिल्या आठवड्यात भरून देतच आहेत. त्याचीच अधिक विस्तृत व सुधारीत आवृत्ती या अध्यापक मूल्यांकन पत्रकात दिसते.

वैद्यकीय महाविद्यालयातील अध्ययन–अध्यापन व संशोधनाचे कामकाज अधिक जोरकस व मूल्याधारित होण्यासाठी तयार केलेले हे पत्रक व ही पद्धत खरोखच उत्तम आहे. उद्दीष्ट ही चोख आहे 'पण' ! हा पण व परंतु महत्त्वाचा, महाविद्यालयाच्या स्तरावर योजना राबवताना ७०–८० अध्यापकांच्या चमूंना गुण पडताळणीसाठी प्रवृत्त करताना, खूप मोठ्या प्रमाणात शंका उपस्थित होतात.

प्रथमतः मानसिकता व पत्रक भरण्याविषयीची आस्था, यांचा अडसर येतो. नंतर एकूण गुणपडताळणी पत्रकाची लांबी व विविध मुद्दे यांची संख्या वेळखाऊ वाटू शकते. यातील तपशील व गणितीय सूत्रांविषयीचे मार्गदर्शन म.आ.वि.वि. च्या वेबसाईट वर उदाहरणासहित उपलब्ध नाही. त्यामुळे हे गुणपडताळणी पत्रक वाचून, समजून भरून सादर करताना वैद्यक्तीक समजुतीचा फरक व सोयिस्कर अर्थ लावण्याची वृत्ती या दोन्हींमुळे ही परीक्षा निरपेक्ष राहतच नाही. कागदपत्रकांची पूर्तता निश्चितच होते. पण खरोखर तंतोतंत मूल्यांकन होते का? आलेल्या पत्रकातील उत्तरे व गुण हे पुढील नियोजनास उपयुक्त व ग्राह्य आहेत का? हे प्रश्न अनुत्तरीतच वाटतात.

नव्यानेच निवडणूका होऊन पुढील २–३ वर्षांसाठी नवी कार्यकारणी मंडळ आता विद्यापीठात कार्यरत होत आहेत. त्यांनी यातील खरी मेख ओळखून मूळ प्रगती व विकासाच्या उद्दीष्टापर्यंत विद्यापीठाबरोबरच त्या संबंधित सर्व महाविद्यालयांना एकत्रपणे नेण्यासाठी अधिक पारदर्शी व्यवहार कसे घडतील यात वेळीच अधिक सखोल लक्ष देणे ही काळाची गरज आहे. निमित्ताने नवनिर्वाचित सर्व अभ्यासमंडळे व विद्यापीठातील अधिसभेचे सदस्य यांना महाराष्ट्र आरोग्य विज्ञानविद्यापीठातील पुढील कार्यकालासाठी शुभेच्छा! विद्यापीठाकडून शैक्षणिक संस्थांकडे व तसाच दुसऱ्याबाजूने प्रवास होऊन एक चांगली विकसनशील योजना कशी अमलात येईल याचा पाठपुरावा व्हावा ही विनंती! यात सफलता आली तरच ही सर्व कार्यकारणी यशस्वी झाली असे म्हणता येईल.

रोटरी पुरस्काराने सन्मानित
आरोग्यदीप २०१७ व २०१८

आरोग्यदीप २०१९
छंदश्री आंतरराष्ट्रीय दिवाळी अंक स्पर्धा
द्वितीय पारितोषिक विजेता.

सुखी दीर्घायुष्याचा कानमंत्र देणारा...
स्वागत!
✻ आरोग्यदीप दिवाळी अंक २०२३ ✻
दसऱ्याच्या शुभमुहूर्तावर दि. २४ ऑक्टोबर २०२३ रोजी
प्रकाशित होणार आहे... आपले लेख आजच पाठवा...
जाहिरातींसाठी व अधिक माहितीसाठी त्वरीत संपर्क साधा...
प्रा. डॉ. अपूर्वा संगोराम (९८२२०९०३०५) प्रा. डॉ. विनया दीक्षित (९४२२५१६८४५)

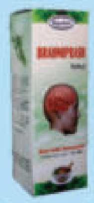
आयुर्वेद रसशाळा, पुणे यांची गुणकारी व उपयुक्त उत्पादने...

फोर्टेक्स फोर्टीफाइड

पुरुषांमधे कामोद्दीपन करणारे उत्तम औषध,
उत्तम बल देणारे, जननेंद्रियाच्या स्नायूंची
ताकद वाढविणारे व
टिकवून ठेवणारे,
शुक्रस्तंभक.

महासुदर्शन काढा

पित्तविकारांमधे उपयुक्त, श्वसनमार्गातील
मलकफ बाहेर काढण्यासाठी,
व्याधीप्रतिकारक्षमता
वाढविण्यासाठी,
जीर्णज्वरामधे
उपयुक्त.



ब्राह्मीप्राश सिरप

स्मरणशक्ति, ग्रहणशक्ति वाढवणारे,
ताणतणाव कमी करुन
बौद्धिक प्रगतीस
सहाय्यकारी,
आयुष्यवर्धक.

शतावरी कल्प

(केशरयुक्त)

गर्भिणी व सूतिकावस्थेमधे बल्य, पोषक, स्तन्यवर्धक,
अम्लपित्त, दौर्बल्य यात उपयोगी.
मासिक पाळी येणे बंद झाल्यावर बलकारक म्हणून उपयुक्त.
वृद्ध स्त्री पुरुषांमधे दौर्बल्य दूर करण्यासाठी.

शास्त्रोक्त व पेटंट आयुर्वेदिक औषधे तयार करणारी संस्था.

रसशाळा®

आयुर्वेद रसशाळा, पुणे

GMP Certified Company

फॉर

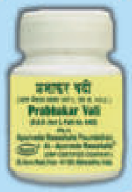
आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशन, पुणे

२५, कर्वे रोड, पुणे - ४११ ००४. ☎ : (०२०) २५४४०७९६, २५४४०८९३

E-mail : admin@ayurvedarasashala.com Visit us at : www.ayurvedarasashala.com Toll free No. 1800 1209727

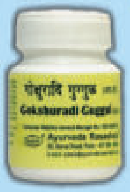
Registered
Postal Registration No. : PCW/093/2021-2023
License to Post Without Prepayment of Postage. (WPP 101)
Posting at PSO, Pune GPO - 411001
Posted & Published on 10 / 05 / 2023
RNI Registration No. MAH MAR - M / 1968 / 14635
This magazine is printed at Unique Offset, 50/7/A, Dhayari-Narhe Road, Narhe Gaon, Tal. Haveli, Pune-41 by Dinesh Dhadphale & Published at 583/2, Rasta Peth, Pune - 11. by **Dr. D.P.Puranik** on behalf of Rashtriya Shikshan Mandal, 25, Karve Road, Pune - 4. Editor : **Dr. D. P. Puranik**

आयुर्वेद रसशाळा, पुणे यांची गुणकारी व उपयुक्त उत्पादने...



प्रभाकर वटी

हृदयासंबंधी रोगावर इतर औषधांसोबत उपयुक्त.

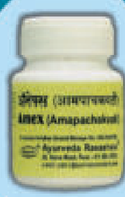


गोक्षुरादि गुग्गुळ

मूत्रविकार, मूत्रअश्मरी यामध्ये उपयुक्त.

चारकोसल (वातनाशक)

अपचन, पोट फुगणे, पोटात गुबारा धरणे, मळमळ, उलटी होणे या व अशा तक्रारींवर तत्काळ काम करणारे उत्कृष्ट औषध.



ॲमेक्स (आमपाचक वटी)

अपचनामुळे उत्पन्न होणाऱ्या पोटातील गॅसेससाठी उपयुक्त, पोटात वारंवार दुखत असल्यास, अन्नपचन प्रक्रिया सुधारण्यासाठी उपयुक्त, बैठे काम करणाऱ्यांसाठी जास्त उपयुक्त.

शास्त्रोक्त व पेटंट आयुर्वेदिक औषधे तयार करणारी संस्था.

रसशाळा® **आयुर्वेद रसशाळा, पुणे** रसशाळा®

GMP Certified Company

फॉर

आयुर्वेद रसशाळा फाऊंडेशन, पुणे

२५, कर्वे रोड, पुणे - ४११ ००४. ☎ : (०२०) २५४४०७९६, २५४४०८९३

E-mail : admin@ayurvedarasashala.com Visit us at : www.ayurvedarasashala.com Toll free No. 1800 1209727