

Medical News Letter

आयुर्विज्ञान

बुलेटिन

भारत को रोग मुक्त
करने का संकल्प

यह एक महत्वपूर्ण पत्र है।
पढ़ने के बाद अपने मित्रों
को भी दें

मधुमेह की वैज्ञानिक.....
गुर्दे की पथरी.....

फिटकरी के उपयोगी.....
Stress is Harmful.....

Hatha Yoga
रक्तशर्करा को.....

रोगनाशक उत्तम....
बायोटेक्नोलॉजी के.....

प्रदर रोग में सिंघाड़ा
चकोतरा खाइए.....

मधुमेह की वैज्ञानिक प्रभावी गुर्दे की पथरी का औषधि विकसित औषधीय चिकित्सा

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के मुताबिक मधुमेह से आज विश्व में लगभग 17 करोड़ जनता पीड़ित हैं जो सन् 2030 में दो-गुनी हो जायेगी। आई० सी० ए० आर० के अनुसार भारत में इस व्याधि से 3 प्रतिशत जनता पीड़ित है जिसके बढ़ने की रफ्तार अन्य देश से ज्यादा है। इसके कारणों को यदि हम जाने तो प्रदूषित पर्यावरण, तनावग्रस्त जीवनशैली और आधुनिक आहार—विहार इसके मुख्य कारण है। मानसिक कार्य व तनाव में रहने एवं खाने—पीने के लिए पर्याप्त साधन वाले वर्ग विशेष के व्यक्तियों को यह व्याधि ज्यादा होती है। एक बात

नई निकल के आ रही है कि मोटापा घटाने हेतु चिन्ता या मोटापा घटाने हेतु औषधियाँ भी मधुमेह को बढ़ावा दे रही हैं। ऐसी स्थिति में अत्यधिक शारीरिक व्यायाम अति आवश्यक है अर्थात् बैठे—बैठे मोटापा घटाना अति हानिकारक ही कहा जाएगा। इस रोग हेतु स्व० प्रो० एस० एन० त्रिपाठी, पूर्व संकाय प्रमुख, आयुर्वेद एवं काय चिकित्सा विभागाध्यक्ष, चिकित्सा विज्ञान संस्थान, काशी हिन्दू विश्वविद्यालय द्वारा अनुभवों व शोध के आधार पर कुप्रभाव रहित डायबिटोमेड टिकिया नामक औषधि का निर्माण किया गया है, जो शरीरजनित इन्सूलिन की

सक्रियता और इन्सूलिन के स्राव को बढ़ाती है। ऐसी औषधि अभी तक पश्चात्य चिकित्सा शैली में सक्रियता विकसित हुई। साथ ही डायबिटोमेड में पाया कि यह मधुमेह के अन्य उपद्रवों को भी रोकती है। इसका दो टिकिया तीन बार नाश्ते—खाने के आधे घण्टे पूर्व लेने का विधान है। रोगियों पर परीक्षण के आँकड़े बताते हैं कि इसके दो माह के सेवन से, रक्त शर्करा फास्टिंग में 30 प्रतिशत पी० पी० शुगर में 35 प्रतिशत की कमी होती है। इसका सेवन अन्य औषधियों के साथ—साथ भी किया जा सकता है। चूँकि तनाव मुख्य कारणों में शेष पेज २ पर

पथरी रोग आधुनिक जीवन—शैली और खानपान की देन है यह रोग स्त्रियों की अपेक्षा पुरुषों में अधिक पाया जाता है। बच्चे और वृद्धों में मूत्राशय की पथरी ज्यादा होती है, जबकि वयस्कों में अधिकतर गुर्दों और मूत्रनली में पथरी बनजाती है, गुर्दे की पथरी अत्यधिक पीड़ादायक होती है, यदि समय पर इसका इलाज नहीं हुआ तो यह गुर्दे को क्षतिग्रस्त कर देती है जिससे जिंदगी खतरे में पड़ जाती है। गुर्दे की पथरी पीड़ित रोगी को चाहिए कि वह प्रतिदिन 2—3 लीटर पानी पीएँ जिससे मूत्र खुलकर आता रहे। गुर्दे की पथरी का एक मुख्य कारण

ऑक्जलेट है। इसलिए यदि आपको कभी गुर्दे में पथरी की समस्या रही हो तो कम ऑक्जलेट युक्त खाद्य लेना चाहिए क्योंकि जो व्यक्ति गुर्दे में पथरी काली या गहरी भूरी, खुरदरी, कठोर, काटेदार तथा वेदनायुक्त होती है। कैल्शियम ऑक्सलेट तथा कैल्शियम फास्फेट की मिश्रित पथरी भी होती है। सरसो का साग, करी पत्ता, सहजन की पत्तियाँ बथुआ, गोगू (पिटवा या अंबाड़ी), कमल नाल, काजू, आवला, बादाम, फालसा, स्ट्राबेरी, प्लम, खेदचीनी, लालमिर्च, चॉकलेट, चाय, कोको, पालक, चौराई में ऑक्जलेट की अधिक मात्रा पाई शेष पेज २ पर

Stress is Harmful for Living Being

Thousand years ago, human being alive for many hundred years, because at that time there was minimum pollution in atmosphere and life was tension free. But at present time in more polluted atmosphere life is full of tension of different type, which cause, different type of diseases. This is

proved by experiment in animal model in following way—Stress is given to rat up to different time (2-6hr) and free radical is estimated and compare with normal rat then free radical increment was found in stress and at 6 hr stress free radical if about six time more than normal rat. Free radical is very much poisonous and

cause different diseases. Now we can see that if 6 hr stress cause so much increment in free radical, then human is in different type of stress at 24 hours. Because of stress and atmospheric pollution, human being is suffering with many diseases and their life span is very small.

शेष पेज ३ पर

फिटकरी के उपयोगी घरेलू नुस्खे

फिटकरी सामान्यतः सभी घरों में मिलती है। इसके द्वारा कई रोगों का एवं लक्षणों का उपचार किया जाता सकता है। कुछ घरेलू नुस्खे प्रस्तुत हैं—
 1. **बाह्य रक्तस्राव:** चोट लगने पर, दाढ़ी बनाने पर या किसी अन्य कारण से त्वचा से रक्तस्राव होने पर फिटकरी का कपड़छन चूर्ण या इसका घोल प्रयोग करने से रक्तस्राव रूक जाता है।
 2. नाक से रक्तस्राव होने पर फिटकरी—चूर्ण को रूई में लेकर नासा में पैकिंग कर देना चाहिए या इसके 2 प्रतिशत घोल को बूंद—बूंद कर डालने से नाक से रक्त बहना बंद हो जाता है।
 3. महिलाओं में योनिगत रक्तस्राव होने या माहवारी में अधिक समय तक रक्तस्राव होते रहने की स्थिति

में फिटकरी के घोल में मलमल के कपड़े को भिगोकर इसे योनि में रखें। इससे रक्तस्राव बंद हो जाता है।
 4. दांत निकालने के पश्चात् निकालने वाले रक्त को रोकने के लिए इसके घोल से कुल्ले करावें और इसके चूर्ण को रूई के फाहे में लेकर दबाकर लगा दें।
 5. त्वचा सम्बन्धित रोगों जैसे—खुजली, ददु, विचर्चिका, पाया आदि में फिटकरी का चूर्ण लगाना चाहिए एवं फिटकरी के 2 प्रतिशत घोल से नित्य धोना चाहिए।
 6. निमोनिया में फिटकरी भस्म, टंकण भस्म एवं मिश्री बराबर मिलाकर देने से बहुत फायदा होता है।

डॉ० गोविन्द गुप्ता
रोहतक (सचित्र आयुर्वेद)

रक्तशर्करा को नियंत्रित करता है करीपत्ता

शाक—दाल को स्वादिष्ट बनाने वाला करीपत्ता मधुमेह रोगियों के लिए अत्यंत लाभप्रद है, क्योंकि यह रक्तशर्करा को नियंत्रित करता है। ब्रिटिश वैज्ञानिकों के अनुसार, भारत में

पाए जाने वाले करी पत्ता डायबिटीज रोगियों के लिए फायदमंद है, जबकि चीन और थाईलैंड के चिकित्सा वैज्ञानिकों ने अपने शोध द्वारा यह प्रमाणित किया है कि पारंपरिक तौर पर

इस्तेमाल होने वाले पौधे कैंसर और डायबिटीज के इलाज में मददगार साबित हो सकते हैं, लंदन के किंग्स कालेज के शोधार्थियों का कहना है कि चीन, शेष पेज ३ पर

भारत सरकार ने बायोटेक्नोलॉजी विषय को देश के विकास हेतु अपने विजन डाक्यूमेन्ट 2020 में सबसे महत्वपूर्ण स्थान दिया है तथा अपेक्षा की है कि इसके विकास से देश का विकास सीधे जुड़ा है। इसके आधार पर तमाम कालेजो ने एम० एस० सी० एवं बी० टेक बायोटेक (M.Sc. Biotech & B.Tech {Bio-tech}) की शिक्षा देना प्रारम्भ कर दिया तथा छात्रों को Biotechnology की Degree बटने लगी। परन्तु अधिकतर विद्यालय इस शिक्षा के Practical पर जरा भी ध्यान नहीं देते हैं क्योंकि यह खर्चीला होता है। ऐसी दशा में अपरिपक्व छात्रों का समूह समाज में Biotech की Degree लेकर खड़ा है। जिसका भविष्य बहुत उज्ज्वल नहीं है। अतः फाण्डेशन ने छात्रों की इस परेशानी को देखते हुये प्रति दो माह पर एक Practical Training Programme चलाने का निश्चय किया है जो उपरोक्त विषयों के पाठ्यक्रम के अनुरूप होगा। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिये संस्था ने नया रिसर्च एण्ड डेवलपमेन्ट सेन्टर (Research and Development Centre) की स्थापना 1, गांधी नगर, नरिया, वाराणसी में की है।

यह शोध संस्थान शिक्षा के अलावा Interdisciplinary Research को बढ़ावा देने हेतु एक सेतु का काम करेगी। यहाँ पर विभिन्न प्रयोगशालाओं की स्थापना की गयी है जैसे Plant tissue culture, microbial culture, Animal cell culture, clinical trail of herbal drugs की सुविधा उपलब्ध है। उपरोक्त सभी सुविधाओं को एक यूनिट के रूप में रखा गया है जिससे की शोधकर्ता को Interdisciplinary Research करने में आसानी हो।

इस सेन्टर पर उन पी एच० डी० करने वाले छात्रों को प्रोजेक्ट वर्क एवं कार्य करने का मौका मिलेगा जिनके पास अपनी प्रयोगशाला नहीं है। ऐसी स्थिति में यह केन्द्र कालेज के अध्यापकों को Research guide करने में मदद करेगा तथा उन अध्यापकों का भी शैक्षिक स्तर ऊचा होगा। छात्रों के प्रोजेक्ट वर्क हेतु विभिन्न विश्वविद्यालयों से अनुबन्धन (Collaboration) किया जा रहा है जिससे कि वहाँ के अध्यापक Distant education के तर्ज पर छात्रों को ई-मेल से गाइड कर सकेंगे तथा छात्र इस केन्द्र पर कार्य को रूप देगे। इनकी मदद के लिये पर हर विषय को एक Technical Staff नियुक्त किया जायेगा जो छात्रों को कार्य करने में मदद करेंगे।

यह केन्द्र देश की विभिन्न विश्वविद्यालयों से पी एच० डी० कार्यक्रमों के अनुबन्धन की ओर भी प्रयास करेगा जिससे कि आउट स्टेशन रजिस्ट्रेशन (Out station Registration) की तर्ज पर छात्र वहाँ पर पंजीकृत होकर इस केन्द्र पर पूर्ण कालिक छात्र के रूप में अपना शोध पूरा कर सकते हैं। इस केन्द्र पर मुख्य रूप से

1. दवाइयों की Toxicity (Side effect) 2. दवाइयों के कार्य करने की विधि, 3. नयी दवाइयों की खोज, 4. लुप्त हो रही पौधों के Tissue culture के माध्यम से पैदा करने की विधि, 5. विभिन्न परिस्थितियों में पौधों के स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव, 6. जिवाणु (Microbes) से सम्बन्धित कार्य इत्यादि किये जायेंगे।

डॉ० प्रतिभा त्रिपाठी

गुर्दे की पथरी का औषधीय चिकित्सा.....

जाती है। इसलिए भोजन में इससे परहेज करना चाहिए।

गुर्दे की पथरी के लिए कुछ उपयोगी आयुर्वेदिक नुस्खे निम्न प्रकार हैं जो अत्यन्त लाभकारी हैं।

1. कुलथ क्वाथ : 25 ग्राम क्वाथ में सेंधा नमक मिलाकर दिन में एक बार पिलाएं।

2. शुण्ठादि क्वाथ : शुण्ठादि क्वाथ 25 ग्राम में यवक्षार, सेंधा नमक मिलाकर दो रत्ती हींग के साथ देने से लाभ होता है।

3. पाषाणभेदादि क्वाथ : 25 ग्राम क्वाथ में गुड़ डालकर उसे शिलाजीत 3-4 रत्ती के साथ पिलाएं।

4. गोकुशूर चूर्ण : गोकुशूर के चूर्ण को स्वल्प स्वर्णमाक्षिक

भस्म के साथ, 3 ग्राम की मात्रा में दूध के साथ प्रतिदिन दें, अथवा गोकुशूर चूर्ण और यवक्षार मिलाकर जल से दें।

5. शिलाजतु योग : शिलाजीत 4 से 6 रत्ती की मात्रा में शहद के साथ मिलाकर चटाएँ या दूध के साथ दें।

5. हरिद्रा योग: हल्दी चूर्ण 3 ग्राम तथा गुड़ 10 ग्राम एक साथ मिलाकर रोगी को खिलाएं।

6. तिलादिक्षार: तिलनाल के क्षार या तिलनाल, अपामार्ग, पलाशकाष्ठ, यवकाण्ड और कदलीपत्र में से 2-4 द्रव्यों के क्षार को दूध के साथ दें, मात्रा 1 ग्राम, दिन में दो बार अथवा तिलनाल, अपामार्ग, करेले की बेल, जौ के डंठल आदि की भस्म को कपड़छान कर रख

लें, इसे 1 से 2 ग्राम की मात्रा में सात दिन तक दूध के साथ दें।

7. कुलत्थादि घृत: इसे 10 ग्राम की मात्रा में दिन में एक साथ दें। संतोष नागवानी

कर्म

इस धरती पर कर्म करते-करते सौ साल तक जीने की इच्छा रखों, क्योंकि कर्म करने वाला ही जीने का अधिकारी है, जो कर्मनिष्ठा छोड़कर भोगवृत्ति रखता है, वह मृत्यु का अधिकारी बनता है—

‘कुर्वन्नेवेह कर्माणि
जिजीविषेच्च शतं समाः’
—वेद

मधुमेह की वैज्ञानिक प्रभावी.....

एक है अतः ब्रेनोमेड टिकिया का दो गोली सुबह शाम लेना भी प्रभावी होता है। यदि मधुमेह के रोगी का कितनी भी प्रभावित होने की सम्भावना अथवा हो चुकी हो तो एक मात्र औषधि नेफ्रोमेड टिकिया

का सेवन करना आवश्यक होता है। अभी तक किडनी रोग बचाव हेतु नेफ्रोमेड जैसी औषधि किसी चिकित्सा-पद्धति में विकसित नहीं हुई है।

डॉ० वाचस्पति त्रिपाठी
सूर्या फार्मास्यूटिकल्स

important Nadis in the body.

Ida is the Chandranadi. It cools the body. It flows through the left nostril.

Pingala is the Suryanadi. It heats the body. It flows through the right nostril.

Sushumna Nadi flows through both nostrils. It helps meditation. It is Agni-Nadi.

Attain good health through the practice of Yoga Asanas and Pranayama. Without good health, how can you earn, how can you succeed in any undertaking, how can you sit for meditation?

Practise Yoga Asanas and Pranayama on an empty stomach in the early morning.

Be moderate in eating and sleeping. Then alone can you have success in Hatha Yoga.

Be regular in your practice. Regularity is of paramount importance. Drink a tumbler of milk after finishing the Asanas.

Wait for half an hour after finishing Asanas for शेष पेज ३ पर

Hatha Yoga

Hatha means any tenacious practice till the object or end is achieved. “Ha” and “tha” mean the union of the Sun and the Moon, union of Prana and Apana Vayus.

Hatha Yoga concerns with the body and the Prana. It helps to control the body and the Prana, through Asanas and Pranayama.

Hatha Yoga itself is not the goal. Meditation helps you to attain Samadhi or Superconscious State.

The practice of Hatha Yoga awakens the Kundalini Sakti that lies dormant in the Muladhara Chakra.

There are Six Chakras or lotuses in the body. They are

Muladhara (near the anus), Svadhithana (midway between Muladhara and Manipura which is in the navel). Anahata Chakra in the heart, Vishuddha in the neck and Ajna in the space between the two eyebrows and Sahasrara or the thousand-petalled lotus (Chakra) in the crown of the head.

Sushumna rises through all the Chakras. Kundalini passes through the Chakras and joins with Lord Siva in the Sahasrara.

Learn the Asanas, Pranayama, Bandhas, Mudras and the Shad Kriyas under an expert Hatha Yogi.

Ida, Pingala and Sushumna are the three

Hatha Yoga.....

taking a bath.

Do Asanas first and then practise Pranayama. Spend half an hour daily in the practice of Asanas and Pranayama. This will give you health, vim, vigour and vitality. This will remove all diseases.

Dhauti (cleansing of stomach with a piece of cloth), Basti (drawing up of water through anus), Neti (cleansing of nostrils with the help of a thread), Nauli (manipulation of the abdominal muscles), Trataka (gazing on an object), Kapalabhati (a kind of Pranayama)—are the Shad Kriyas of Hatha Yoga.

Sirshasana is the king of all Asanas. It strengthens the brain and the brain-centres and improves memory, and helps Brahmacharya.

Sarvanga, Hala and Ardhamatsyendra Asanas make the spine elastic. Sarvanga develops thyroid gland and bestows good health. It helps Brahmacharya and gives longevity.

Paschimottanasana reduces fat and helps digestion. So does Mayurasana.

Bhujanga, Salabha and Dhanur Asanas remove constipation and muscular rheumatism of the back.

Relax all the muscles through Savasana. Do this Asana in the end.

Ujjayi, Sitkari, Sukha-Purvaka, Suryabheda are other kinds of Pranayama. Through the practice of these Pranayamas Kevala-Kumbhaka results.

Puraka is inhalation of

breath; Rechaka is exhalation; Kumbhaka is retention. Kumbhaka gives you longevity and energy.

Sitali Pranayama cools your body and purifies the blood. Bhastrika warms your body and removes asthma and consumption.

Practise Bhandatraya Pranayama. It includes Mula-Bandha or contraction of anus, Jalandara-Bandha or chin-lock and Uddiyana-Bandha, drawing the belly backwards at the end of exhalation.

Maha Mudra is an important Mudra. This removes piles, enlargement of spleen, indigestion, constipation.

Practise Yoga-Mudra daily. This is a good exercise for the abdominal organs.

WHO Website

Stress is Harmful for

Food material having antioxidant property can protect from free radical by scavenging them. By taking proper

amount of antioxidant with food we can protect ourselves from these free radical and minimize diseases. Vitamin C and E,

रक्तशर्करा को नियंत्रित करता है.....

भारत, थाईलैंड और कई अन्य देशों में पारंपरिक और पर इस्तेमाल किए जाने वाले पौधों पर अध्ययन किया जा रहा है जिसमें पाया गया है कि करी पत्ता रक्त

में शर्करा की मात्रा को नियंत्रित करने में सहायक है।

वैज्ञानिक इसका भी अध्ययन कर रहे हैं कि करी पत्ते में पाया जाने वाला कौन-सा

fruit juices have strong antioxidant property, so we would take their food with proper antioxidant.

J. K. Chaurasia,
Medicinal Chemistry,

तत्व शर्करा को नियंत्रित रखने में मददगार है, इसकी पहचान होने के बाद ही पता चल पाएगा कि यह बाजार में मौजूद डायबिटीज की दवाइयों के मुकाबले कितना कारगर है।

आरोग्य संजीवनी

रोगनाशक उत्तम औषधि- रससिंदूर

रससिंदूर बहुउपयोगी एक सर्वश्रेष्ठ रसायन है, जो औषधि प्रयोग करने पर शारीरिक तथा मानसिक रोगों को दूर करे, जिससे शीघ्र आने वाला बुढ़ापा रूक जाए, जिससे बुद्धि का विकास हो, जो शारीरिक धातुओं की पुष्टि करे उसे रसायन औषधि कहते हैं, रसायन औषधियों में रससिंदूर एक प्रमुख औषधि है, अनेक रोगों में इसका प्रयोग किया जाता है जो अत्यंत लाभदायक सिद्ध होता है।

रससिंदूर शरीर के सभी रोगों को नष्ट करता है,

मधुमेह के लिए यह चमत्कारिक औषधि है, प्रबल शूल को नष्ट करता है, कुछ दिनों तक रससिंदूर के सेवन से भगंदर—बावासीर का समूल नाश हो जाता है। किसी भी ज्वर के लिए यह संजीवनी का काम करता है, सभी प्रकार की सूजन की यह अचूक औषधि है। इसके सेवन से बुद्धि का विकास और शरीर में अत्यंत आनंद का अनुभव होता है।

रतिशक्तिवर्द्धक रससिंदूर वीर्य विकारों को दूर करने वाला तथा कामोद्दीपक है।

अनेक प्रकार की कामोद्दीपक औषधियां टॉनिक आदि सब रससिंदूर के आगे व्यर्थ हैं। यह गुल्म रोगहर (पेट में वायु का गोला) तथा रमण इच्छा को अत्यंत तीव्र करने वाला है। पांडुरोग, मोटापा, व्रण, शरीर की रूक्षता तथा अग्रिमांघ को दूर करता है। कुष्ठ रोगों को नाश करने वाला एवं रतिकला में चतुर स्त्री को प्रसन्नता प्रदान करने वाला है।

रससिंदूर वायु दोष शामक और उसे सम अवस्था में रखने वाली उत्तम औषधि है।

शेष पेज ४ पर

वर्गीकृत विज्ञापन

Letter of Interest for
Proposed Project to DST

Popularizing Science in
School going Children

Please contact :

Prof. Yamini Bhusan Tripathi

Department of Medicinal Chemistry

IMS, Banaras Hindu University, Varanasi-221005

Campus Mail Service

(One can pay from Project or Personal account)

Join Today

Rs. 150/= per month

2 Pickups/day

Organized by

BHU Telephone Directory Committee

Contact : 230-7547

yaminiok@yahoo.com

Workshop

October 12-15, 2006

Advance Techniques of

Molecular Biology

and

Advances in Herbal Drug

Manufacturing & Standardization

Research & Development Centre,
Prof. S.N. Tripathi Memorial Foundation

1, Gandhi Nagar, Nariya, Varanasi-5

Tel : 0542-2366577, Cell : 9415694450

E-mail : pratibhaybt30@yahoo.com,

yaminiok@yahoo.com

आवश्यकता

घर में खाना बनाने वाली कुक की

कार्य समय : सुबह 7-10 बजे तथा 2-5 बजे तक

पार्ट टाइम अखबार वितरित करने हेतु एक स्वस्थ व्यक्ति की जो साइकिल चलाना जानता हो।

सम्पर्क सूत्र : 71 कृष्णबाग, नगवा, वाराणसी-221005

हमारी विज्ञापन दरें

- नगर आसपास के जिलों में मुफ्त प्रसार।
- व्यक्तिगत पामप्लेट प्रकाशन से भी सस्ता।
- 5 हजार प्रतियां मुफ्त वितरित होती हैं।

विज्ञापन के दर निम्न प्रकार हैं—

45/- प्रति कालम सेंटीमीटर (प्रथम पृष्ठ), 35/- प्रति कालम सेंटीमीटर, 4500/- पूरा पेज, 2500/- आधा पेज

वर्गीकृत विज्ञापन 16 शब्दों तक 60/- अतिरिक्त शब्द रू० 5/-


इस अखबार के द्वारा विज्ञापन
हैण्ड बिल से भी सस्ता

Require Volunteers to Run Senior Citizen
Day Care Center

सम्पर्क सूत्र : एस० एन० त्रिपाठी मेमोरियल फाउण्डेशन

71 कृष्णबाग, नगवा, वाराणसी-221005

Tablet



Hepatomed

Syrup

A Dietary Supplement for Jaundice, Infective Hepatitis Cirrhosis of Liver, Hepatosplenomegaly & Dyspepsia

Ingredients :

Kutki (P. kurroa), Kalmegha (A. paniculata), Vasaka (A. vasaca), Bhringraj (E. alba), Makoya (S. nigrum), Kasni (C. intybus), Lemon Juice.

Dosage :

Adult : 2 TSF/ 2 tabs Thrice daily

Children : 1 TSF / 1 tabs Thrice daily. or as directed by the physician.

Head Office :

71, Krishna Bagh, Nagwa, Varanasi-221005 (U.P.)
INDIA, Phone:542-2368885,2367855;
Telefax:542-2366566,
Email: suryaherbals@rediffmail.com
www.suryapharmaceuticals.com

रोगनाशक उत्तम औषधि- रससिंदूर.....

इससे धमनियां रक्त का संचार का काम सुचारू रूप से करती हैं, साथ ही वात नाड़ियां अपना काम सुचारू रूप से करती हैं, साथ ही वात नाड़ियां अपना काम विशेष दक्षतापूर्वक करती हैं। इससे रससिंदूर का सेवन करने वाले सदैव स्वस्थ और रोगरहित रहते हैं।

विविध रोगों में रससिंदूर का प्रयोग :

नये ज्वर में रससिंदूर को उचित मात्रा में लेकर फूलवाली तुलसी के पत्ते के रस के साथ अथवा अदरक के रस के साथ या पान के स्वरस के साथ प्रयोग करना चाहिए।

पुराने ज्वर में रससिंदूर का प्रयोग करना हो तो गिलोय, पित्तपापड़ा तथा धनिया के चतुर्थांश अवशेष काढ़े के साथ देना चाहिए।

प्रमेह (मधुमेह) में रससिंदूर को गिलोय के स्वरस के साथ देना चाहिए।

प्रदर रोग में इसको अशोक, खंरंटी, लोभ्र आदि ग्राही और शोथहर द्रव्यों के कषाय के साथ सेवन कराना चाहिए।

रक्तप्रदर रोग में वसाकषाय अथवा लोभ्रकषाय के साथ दिन में दो

बार सेवन करने से तुरंत लाभकारी होता है।

पुराने प्रमेह में इसे वंगभस्म मिलाकर शहद के साथ कुछ दिनों तक सेवन करने से आराम मिलता है।

अपस्मार (हिस्टीरिया) में वचचूर्ण के साथ रससिंदूर का सेवन करना चाहिए।

उन्माद रोग में पेटे के स्वरस के साथ सेवन करना गुणकारी होता है।

मूर्च्छा रोग में रससिंदूर को एक रत्ती मात्रा में लेकर दो रत्ती पिप्पली चूर्ण मिलाकर शहद के साथ सेवन कराएं और रोगी को ठंडे जल से स्नान कराएं ऐसा करने से कुछ ही दिनों में इस रोग से छुटकारा मिल जाता है।

श्वास रोग में बहेड़ा क्वाथ अथवा अडूसा के स्वरस के साथ रससिंदूर का सेवन तुरंत लाभ पहुंचाता है।

कामला (पीलिया) रोग में रससिंदूर को दारूहल्दी क्वाथ के साथ सेवन करना चाहिए।

पांडुरोग में रससिंदूर को लौहभस्म के साथ सेवन करना चाहिए।

मूत्र विकारों में रससिंदूर को मिश्री, छोटी इलायची बीज के चूर्ण तथा शिलाजीत — प्रत्येक समभाग

के साथ ठंडे दूध से सेवन करना चाहिए।

पेट दर्द होने पर रससिंदूर को त्रिफला क्वाथ के साथ सेवन करना चाहिए।

अजीर्ण होने पर रससिंदूर को मधु के साथ देना चाहिए।

वमन अधिक होने पर बड़ी इलायची के क्वाथ से अथवा मधु के साथ सेवन कराना चाहिए।

गुल्म में सौंफ और छोटी हरड़ के क्वाथ के साथ अजवायन चूर्ण या विड लवण के साथ सेवन करने से लाभ होता है।

शरीर में सूजन होने पर रससिंदूर को पुनर्नवा क्वाथ के साथ सेवन करने से लाभ मिलता है।

गर्भाशय के रोगों में रससिंदूर में एक माशा काकोली चूर्ण मिलाकर इसे नारियल के तेल के साथ सेवन कराना चाहिए।

भगंदर रोग में रससिंदूर का सेवन आंवला, हरड़, बहेड़ा और वायविडंग क्वाथ के साथ प्रयोग करना चाहिए।

पुराने घावों में इसका सेवन कण्टकारी, सुगंधबाला, गिलोय तथा सोंठ के क्वाथ के साथ प्रयोग करना चाहिए।

पुराने गठिया रोग में रससिंदूर

को गुडूची, मोथा, शतावर, पिप्पली, हरड़, वच तथा सोंठ के कषाय के साथ सेवन अत्यंत गुणकारी होता है।

कामशक्ति (वाजीकरण) को बढ़ाने के लिए रससिंदूर का सेवन सेमल की कांपल, मूसलीचूर्ण के साथ दुग्धानुपान से सेवन करना चाहिए।

धातुवृद्धि के लिए अश्रकभस्म अथवा स्वर्णभस्म के साथ रससिंदूर का सेवन करना उत्तम है।

स्वप्नदोष को दूर करने के लिए इसमें जायफल, लौंग, कपूर तथा अफीम का चूर्ण मिलाकर जल अथवा शीतल चीनी के कषाय अनुपान से सेवन करने से स्वप्नदोष से कुछ ही दिनों में छुटकारा मिल जाता है।

कमर दर्द में रससिंदूर को जवाखार और सुहागा मिलाकर प्रयोग करना चाहिए।

रससिंदूर की सेवन मात्रा : एक वर्ष की उम्र वाले बच्चों के लिए रससिंदूर की मात्रा रत्ती का

सोलहवां हिस्सा, दो वर्ष की आयु वाले रोगी के लिए रत्ती का सातवां भाग, छह वर्ष की आयु वालों के लिए रससिंदूर की मात्रा रत्ती का तीसरा भाग होना चाहिए।

बारह वर्ष की आयुवालों के लिए रससिंदूर की आधी रत्ती और इससे अधिक उम्र वालों के लिए एक रत्ती की मात्रा दी जानी चाहिए।

रससिंदूर प्रयोग से पूर्व कर्म: रससिंदूर सेवन करने से पूर्व रोगी को पंचकर्म द्वारा शुद्ध कर लें। पंचकर्म के बाद उचित समय तक पथ्य सेवन करायें और फिर पूर्ण सोच—विचार के साथ रससिंदूर का प्रयोग करके वर्तमान रोग को दूर करें। यदि रसायन सेवन करने वाला रोगी बालक हो अथवा कृश या क्षीण हो तो उसे पंचकर्म नहीं कराएं। लेकिन उसे समय के अनुसार युक्तिपूर्वक रेचन कराना चाहिए।

अरोग्य संजीवनी

प्रदर रोग में सिंघाड़ा

महिलाओं के स्वास्थ्य का दुश्मन है प्रदर रोग। इससे मुक्ति पाने के लिए सबसे सरल और उपयोगी नुस्खा है सिंघाड़े का सेवन। इस रोग में नियमित रूप से एक—डेढ़ महीने तक सुबह—शाम सिंघाड़े के आटे की रोटी या हलुआ का सेवन करने से पीड़ित महिलाओं को इस बीमारी से सदा के लिए मुक्ति मिल जाती है। हलुआ की अपेक्षा इसके आटे की बनी रोटी अधिक लाभदायक सिद्ध होती है। सिंघाड़ा और इसका आटा पचने में भारी होता है अतः इसका सेवन यथोचित मात्रा में ही करना चाहिए।

चकोतरा खाइए, माटापा घटाइए

माटापे से छुटकारा पाना है तो चकोतरा खाइए। भोजन से पहले एक दिन में तीन बार आधा—आधा चकोतरा खाने से आप माटापे को दूर भगा सकते हैं। भारतीय हृदय रोग संस्थान के अध्यक्ष और देश के प्रमुख हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ० के० के० अग्रवाल के मुताबिक चकोतरा खाने से खून में इंसुलिन का स्तर कम होता है और मैदा, चावल, सफेद चीनी जैसे कार्बोहाइड्रेट युक्त भोजन करने वालों में इससे इंसुलिन रोधी क्षमता भी विकसित होती है। उन्होंने कहा चकोतरे का जूस और उसकी मात्रा वाली दवाइयां खाने से उतना लाभ नहीं होता जितना कि चकोतरा को पूरा उसी रूप में खाने से होता है। उन्होंने कहा कि पेट के माटापे, उच्च रक्तचाप, मधुमेह और कोलेस्ट्रॉल के स्तर में कमी लाने के लिए मोसम्मी का सेवन करना चाहिए। चकोतरा कम कैलोरी वाला, वसाहित तथा विटामिन सी से युक्त होता है।

Medical News Letter

आयुर्विज्ञान बुलेटिन

प्रकाशक, मुद्रक मालिक
डा० प्रतिभा त्रिपाठी
मुद्रण स्थल—'काबरा प्रेस'
सम्पादक : 'डा० यामिनी भूषण त्रिपाठी'
कार्यालय : 1, गांधी नगर, नरिया, वाराणसी,
ई—मेल : ayurvignyanbull@yahoo.com

BOOK POST
