



# ആപ്ത

ആയുർവേദമാസിക

Monthly Journal of Ayurveda  
Medical Association of India

March 2012 | Vol.19 | Issue 3

## EDITORIAL BOARD

Chief Editor

Dr. Sanil Kumar

Managing Editor

Dr. K.V.Syamal

Printer & Publisher

Dr. Rejith Anand

Executive Editor

Dr. G. Anilkumar

Resident Editor

Dr. Tom P. Paul

## MEMBERS

Dr. G. Vinod Kumar

Dr. V.G. Udaya Kumar

Dr. Ram Mohan

Dr. A.K. Manoj Kumar

Dr. Saji. P. R

Dr. M.Prasad

Dr. Raja Hari Prasad

Dr. P.K.Anil Kumar

Dr. Krishna Das P.K

Dr. Satheesh Warier

## ZONALCO-ORDINATORS

Dr. Aby Philip

Dr. Dineshan P.M

Dr. A. Jayan

Dr. Sudheesh. M.S

Cover : Chandramohan

Layout : Sign perambra

The managing Editor  
apta, Ayurveda Bhavan, XVIII/2A

PB No. 93, Angamaly-683 572

mob: 09447747470

editor.apta@gmail.com

secretary@ayurveda-amai.org

www.ayurveda-amai.org

Disclaimer: The views and opinions expressed by various authors in good faith and are not necessarily those of the publisher

## ഉള്ളടക്കം

- 2 എഡിറ്റോറിയൽ
- 3 ജനറൽ സെക്രട്ടറിയുടെ പേജ്
- 4 ശ്രീഷ്മ ഋതു... ശ്രീഷ്മചര  
ഡോ. പി.കെ.വി ആനന്ദ്  
ഡോ. വി.സി.ദീപ്  
ഡോ. മഹേഷ്  
ഡോ. സ്മിത.എ.വി
- 13 പരിരക്ഷണത്തിന്റെ മുൻഗണനകൾ..  
ഡോ. ഇ. ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ
- 17 ഏകധ്രുവവൈദ്യം...  
ഡോ. വി.ജി. ഉദയകുമാർ
- 19 ആരോഗ്യമേഖല...  
ഡോ. വിനോദ്.എൻ
- 27 പറയൂ നിങ്ങൾ ആർക്കൊപ്പമാണ്?  
ഡോ. എം. പ്രസാദ്
- 31 ഔഷധസസ്യകൃഷി മാറുന്ന വീക്ഷണം  
ഡോ. സി. പി. നാരായണൻ
- 33 ആയുർവേദക്കാരന്റെ രോഗനം  
ഡോ. എസ്. വേണു
- 35 നിവേദനങ്ങൾ...
- 37 ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവൽ  
ഡോ. സുഭാഷ് എം.
- 41 ആയുർവേദ വാർത്തകൾ....
- 46 പുസ്തക പരിചയം

Annual Subscription: Rs. 250/-  
DD in favour of: Apta payable at Angamaly

# ശാസ്ത്രീയമായ ആയുർവേദം പ്രചരിപ്പിക്കുക

ഡോ. സനിൽകുമാർ (ചീഫ് എഡിറ്റർ)  
drsanalind@yahoo.com

പൈതൃകം, സാംസ്കാരികത്തനിമ, പാരമ്പര്യം തുടങ്ങിയവ ഏതു സമൂഹത്തിന്റെയും വൈകാരികതലത്തെ സ്പർശിക്കുന്നവയാണ്. ഇവ നിത്യജീവിതത്തിന്റെ പ്രയോഗ സീമയ്ക്കുള്ളിൽ വരുമ്പോൾ പലപ്പോഴും ശരിതെറ്റുകളുടെ പരിഗണനയ്ക്കപ്പുറം വൈകാരികതയ്ക്ക് മുൻതൂക്കം ലഭിച്ചുപോരുന്നുണ്ട്. അനുഷ്ഠാനങ്ങളുടെയോ ആചാരങ്ങളുടെയോ കാര്യത്തിലാകുമ്പോൾ ഇവ മനുഷ്യർക്ക് പ്രത്യക്ഷത്തിൽ അഹിതമായ വരാറില്ല. എന്നാൽ ആരോഗ്യ സംബന്ധിയായ വിഷയങ്ങളിൽ ഇത്തരം സമീപനങ്ങൾ ഗൗരവതരമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് കാരണമാകാറുണ്ട്. നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽ ജ്യോതിഷം, വാസ്തുവിദ്യ തുടങ്ങിയവ വിശ്വാസത്തിന്റെ തലത്തിൽ മാത്രം നിലനിൽക്കുമ്പോൾ ആരോഗ്യരംഗത്ത് ഇന്ത്യയുടെ സംഭാവനയായ ആയുർവേദമാണ് ശാസ്ത്രം എന്ന നിലയിൽ ഇന്നും പ്രയോഗക്ഷമമായ നിലനിൽക്കുന്നത്.

ആയുർവേദത്തിന്റെ ഉത്ഭവവും വികാസവും മിത്തുകളുടെയും അനുഭവവിവരണങ്ങളുടെയും, യുക്തിചിന്തകളുടെയും ഇവ എല്ലാം ആസ്പദമാക്കിയുള്ള പ്രയോഗങ്ങളുടെയും ചരിത്രമാണ്. വർത്തമാന ആയുർവേദ രംഗത്തും ഇവയുടെ സ്വാധീനം നിലനിൽക്കുന്നുണ്ട്. ആട്-മാഞ്ചിയം തുടങ്ങി ഹൈടെക് ആത്മീയ വ്യാപാരത്തിനുവരെ വളക്കൂറുള്ള മണ്ണായ കേരളത്തിൽ ആയുർവേദത്തിന്റെ പേരിൽ പലവിധ അരുതായ്മകൾ നടക്കുന്നതിന്റെ പശ്ചാത്തലം മേൽ സൂചിപ്പിക്കപ്പെട്ടതാണ്. അക്കാദമിക് രീതിയിൽ ആയുർവേദം പഠിച്ച് ചികിത്സിക്കുന്നവർ അധമൻമാരും കടപ വേഷക്കാരെ ഉത്തമന്മാരായും ചിത്രീകരിക്കാനുള്ള ശ്രമവും ഇവിടെ നടക്കുന്നുണ്ട്. ചില പരിസ്ഥിതി മൗലികവാദികളും ചാരുകസേല ബുദ്ധിജീവികളും ഇത്തരക്കാരുടെ അകമ്പടിമേളക്കാരാണ്.

കഴിഞ്ഞ കാൽനൂറ്റാണ്ടുകാലമായ് നമ്മുടെ നിരന്തര പ്രവർത്തനഫലമായ് ഇത്തരക്കാരുടെ വ്യാപനത്തെ നിയമപരമായ് നേരിടാൻ നമുക്ക് കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ ഈ അടുത്ത കാലത്തായ് ഇവർ പലപുതിയ പേരുകളിൽ നിയമവിരുദ്ധ ചികിത്സാ പ്രവർത്തനം നടത്തിവരുന്നുണ്ട്. കളരി ചികിത്സ, ഉഴിച്ചിൽചികിത്സ, സുഹിചികിത്സ, ദ്രാവിഡചികിത്സ, ആദിആയുർവേദ ചികിത്സ, പച്ചമരുന്നുചികിത്സ, ഗ്രോത്രചികിത്സ തുടങ്ങിയ പേരുകളിൽ നടക്കുന്നത് വ്യാജ ആയുർവേദ ചികിത്സയാണ്. അംഗീകൃത ആയുർവേദ മരുന്നുകൾ തന്നെ വ്യാജപേരുകളിൽ കൊള്ളലാഭമെടുത്ത് വില്പന നടത്തുകയും ആയുർവേദ ചികിത്സാ സങ്കേതങ്ങളെ പുതിയ പേരുകളിൽ അവതരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്ത് ജനങ്ങളെ ചൂഷണം ചെയ്യുക എന്നതാണ് ഇവരുടെ നിയമവിരുദ്ധ പ്രവർത്തന പരിപാടികൾ.

ഇന്ത്യയ്ക്കകത്തും വിദേശ രാജ്യങ്ങളിലും ഇതര വൈദ്യശാസ്ത്രങ്ങൾക്കൊപ്പം ആരോഗ്യരംഗത്തെ വിവിധ പ്രശ്നങ്ങളിൽ ഇടപെടാനും അവയുടെ പരിഹാരത്തിനായുള്ള ശ്രമങ്ങളിൽ പങ്കാളികളാവാൻ കഴിഞ്ഞതും ആധുനിക അക്കാദമിക് പശ്ചാത്തലമുള്ള ആയുർവേദചികിത്സകരുടെ പ്രവർത്തനഫലമായാണ്. ഈ രംഗത്തെ ഗൗരവതരങ്ങളായ പഠനങ്ങൾക്കും ഗവേഷണങ്ങൾക്കും ഇവർ നേതൃത്വം നൽകിവരുന്നു. വസ്തുതകൾ ഇതായിരിക്കെ മറിച്ചുള്ള പ്രചരണങ്ങളെ അതർഹിക്കുന്നതരത്തിൽ അവഗണിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

ആയുർവേദ പ്രചരണത്തിനായ് മേളകൾ നടത്തുന്ന ഇക്കാലത്ത് ശാസ്ത്രീയവും ജനഹിതവുമായ ആയുർവേദം പ്രചരിപ്പിക്കാനും, കപട വേഷക്കാരെ സമൂഹമധ്യത്തിൽ തുറന്നു കാണിക്കാനും നാം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.



## തൊഴിൽ മേഖലകൾ വികസിപ്പിക്കണം

ഡോ. രജിത്ത് ആനന്ദ്

കേരളത്തിൽ പതിനായിരം ആയുർവേദ ഡോക്ടർമാർ ഉണ്ട് എന്നാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. കേരളത്തനകത്തും പുറത്തും പഠിച്ച് ട്രാവൻകൂർ കൊച്ചി മെഡിക്കൽ കൗൺസിലിൽ വർഷം തോറും രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്ന ഡോക്ടർമാരുടെ എണ്ണം ഏകദേശം 1200 വരും. അപ്പോൾ അടുത്ത 8 വർഷം കൊണ്ട് ഡോക്ടർമാരുടെ എണ്ണം ഇരട്ടിയാകും. കേരളത്തിലെ ആയുർവേദ സമൂഹത്തിന്റെ വളർച്ചയുടെ തോതാണ് ഈ കണക്കുകൾ വരച്ച് കാട്ടുന്നത്.

എന്നാൽ ഡോക്ടർമാരുടെ എണ്ണത്തിലുള്ള വർദ്ധനവ് ഉൾക്കൊള്ളുന്ന തരത്തിൽ നമ്മുടെ തൊഴിൽ മേഖല വികസിക്കുന്നില്ല എന്നത് ആശങ്കാജനകമാണ്. PSC പരീക്ഷയിലെ അപേക്ഷകരുടെ എണ്ണത്തിൽ കുത്തനെയുള്ള വർദ്ധനവും തിങ്ങിനിറഞ്ഞ എൻട്രൻസ് കോച്ചിംഗ് ക്ലാസ്സുകളും അതാണു സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. സ്വകാര്യമേഖലയിലെ പല സ്ഥാപനങ്ങളും മാനുവലായ വേതനം നൽകുന്നുണ്ടെങ്കിലും അതിലേറെ സ്ഥാപനങ്ങൾ ഡോക്ടർമാരോട് തികഞ്ഞ അവഗണനയാണ് പുലർത്തുന്നത്. പല വൻകിട സ്ഥാപനങ്ങളും ഡോക്ടർമാർക്ക് നൽകുന്ന ശമ്പളം നീതിപൂർവ്വമല്ല എന്ന വിമർശനം വ്യാപകമായുണ്ട്. കൺസൾട്ടിംഗ് ഫീസ് സൗജന്യം എന്ന വലിയ ബോർഡ് പ്രദർശിപ്പിച്ച് രോഗികളെ ആകർഷിക്കുകയും അതേസമയം മാനുവലായ ശമ്പളം നൽകാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഇത്തരം സ്ഥാപനങ്ങളിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഡോക്ടർമാരുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ ഏറ്റെടുക്കാനുള്ള പ്രവർത്തനം സംഘടന ആരംഭിച്ചു കഴിഞ്ഞു. സ്വന്തമായി സ്ഥാപനങ്ങൾ തുടങ്ങുന്നതിനുള്ള വലിയ മുതൽമുടക്കാണ് കൂടുതൽ പേരേയും സ്വയം സംരംഭകരാകുന്നതിൽ നിന്നും പിന്തിരിപ്പിക്കുന്നത്. സ്വകാര്യ മേഖലയിലുള്ള ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങളാണ് തൊഴിൽ സുരക്ഷിതത്വമുള്ള സർക്കാർ മേഖലയിൽ പ്രവേ

ശിക്കാനുള്ള അഭിവാഞ്ച വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നത്. പെൻഷൻ പ്രായം വർദ്ധിപ്പിക്കുവാനുള്ള സർക്കാർ തലത്തിലുള്ള ആലോചന ഒരു വലിയ വിഭാഗം ഡോക്ടർമാർ ആശങ്കയോടെയാണ് കാണുന്നത് .

ഗവണ്മെന്റ്, ഗവണ്മെന്റ് എയിഡഡ് കോളേജുകളിലുമായി 258 പോസ്റ്റുകളാണ് ഇന്ന് നിലവിലുള്ളത്. ISM ഡിപ്പാർട്ട് മെന്റിൽ ഏകദേശം 1050 ഓളം പോസ്റ്റുകളും. NRHM ൽ 250 ഉം CGHS ൽ 2 ഉം CCRAS- ന്റെ 10 ഉം തസ്തികകളാണ് കേരളത്തിൽ ഉള്ളത്. ഡ്രഗ്സ് കൺട്രോൾ വിഭാഗത്തിൽ അഞ്ച് തസ്തികകളുണ്ട്. ESI യിൽ പതിനൊന്ന് പോസ്റ്റുകളുണ്ട്. ബാക്കിയുള്ളവർക്ക് സ്വകാര്യ മേഖലയാണാശ്രയം.

സ്വകാര്യ മേഖലയിൽ മികച്ച സംരംഭങ്ങൾ ആരംഭിക്കുന്നതിനുള്ള ആത്മവിശ്വാസം നമ്മുടെ പുതിയ തലമുറ ആർജ്ജിക്കേണ്ടതുണ്ട്. പഠനം കഴിഞ്ഞു പുറത്തിറങ്ങിയാൽ സർക്കാർ ജോലി മാത്രം സ്വപ്നം കാണാതെ സ്വന്തം സ്ഥാപനങ്ങൾ കരുപ്പിടിപ്പിക്കുവാനുള്ള ശ്രമം കൂടി ഉണ്ടാകേണ്ടതാണ്. ഒറ്റയ്ക്കായോ കൂട്ടായോ നല്ല സംരംഭങ്ങൾ ആരംഭിക്കുന്നത് കൂടുതൽ ജനങ്ങളെ ആയുർവേദത്തിലേക്കാകർഷിക്കും. ആയുർവേദത്തിന്റെ സാധ്യതകൾ പരമാവധി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്ന തരത്തിലുള്ള സ്പെഷ്യാലിറ്റി ക്ലിനിക്കുകളും ഉയർന്നുവരേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ആത്മാർത്ഥമായി പ്രവർത്തിച്ചാൽ ഒരു ചെറിയ കാലയളവ് കൊണ്ട് ധാരാളം രോഗികളെ നമ്മുടെ സ്ഥാപനത്തിലെത്തിക്കാനും എന്ന കാര്യത്തിൽ സംശയമില്ല.

സർക്കാർ മേഖലയിൽ എല്ലാ പഞ്ചായത്തുകളിലും സ്ഥിരം ഡിസ്പെൻസറികൾ ഇതുവരെ തുടങ്ങുവാനായിട്ടില്ല. ഡിസ്പെൻസറികളിൽ ഡോക്ടർമാരുൾപ്പെടെയുള്ള കൂടുതൽ ജീവ

തുടർച്ച പേജ് 22 ൽ

# ഗ്രിഷ്മഋതു.... ഗ്രിഷ്മചര്യ

ഭൂമിയും സൂര്യനും തമ്മിൽ അകലത്തിലുണ്ടാകുന്ന വ്യത്യാസമനുസരിച്ച് ഭൂമിയിൽ പതിക്കുന്ന സൂര്യരശ്മികളുടെ അളവിലും അതിന്റെ തീഷ്ണതയിലും ഏറ്റക്കുറച്ചിലുകൾ ഉണ്ടാവുന്നുണ്ട്. ഇത് അതത് ദേശത്തിന്റെ പ്രകൃതിയേയും കാലാവസ്ഥയേയും സ്വാധീനിക്കുകയും മനുഷ്യന്റെ ശരീരബലത്തിൽ മാറ്റങ്ങളുണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. വ്യത്യസ്ത ഋതുക്കളുടെ സ്വഭാവവിശേഷത്തെ അപഗ്രഥിച്ച് പ്രകൃതിയിലുണ്ടാവുന്ന മാറ്റങ്ങൾ മനുഷ്യശരീരത്തിൽ എങ്ങിനെ പ്രതിഫലിക്കുന്നു എന്നും അവയെ ആരോഗ്യപൂർണ്ണമായ ജീവിത ചര്യയിലേക്ക് എങ്ങിനെ പരിവർത്തിപ്പിക്കാമെന്നുമാണ് ഋതുചര്യയിലൂടെ ആയുർവേദം അന്വേഷിക്കുന്നത്. കേരളീയ സാഹചര്യത്തിൽ ഇതിന്റെ പ്രയോഗസാധ്യതകളാണ് ഈ ഫീച്ചർ ലക്ഷ്യമിടുന്നത്. ഈ വിഷയത്തിൽ വായനക്കാരുടെ നിരീക്ഷണങ്ങളും അനുഭവങ്ങളും അഭിപ്രായങ്ങളും വരും ലക്കങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടുത്താൻ അയച്ചുതരണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

ആപ്ത ടീം

## വേനൽക്കാലനിദാനം

ഡോ. പി.കെ.വി.ആനന്ദ്  
(വൈദ്യരത്നം ആയുർവേദ കോളേജ്, ഒല്ലൂർ)

ഹേമന്തശിശിരങ്ങളിൽ ഈ ലോകത്തിലെ സമസ്തജീവജാലങ്ങൾക്കും സ്നേഹനവും വസന്തഗ്രിഷ്മങ്ങളിൽ അവർക്ക് സ്വേദനവും ചെയ്തു കഴിഞ്ഞത്, പഞ്ചകർമ്മശോധനം വരുത്താനെന്ന പോലെ ലോകം മുഴുവൻ കഴുകി വൃത്തിയാക്കുന്ന മഴക്കാലവും കൊണ്ട് സർവ്വാംഗശുദ്ധി വന്ന പ്രകൃതി, ശരൽക്കാലത്ത് അഴുകെല്ലാം പോയി നിർവിഷ ശരീരിയായിത്തീരുന്നു. ശരത്തിലെ വായുമണ്ഡലം നിർമ്മലമായ വെൺമേഘങ്ങൾ മാത്രമായിത്തീരുന്നു. വെള്ളം ഏറ്റവും ശുചിത്വമുള്ളതും ദോഷങ്ങളെ ഒഴിക്കുന്നതും വിഷഹരവും അമൃതുതെന്നുമായ ഹംസോദകമാണ്. ഈ ഭൂമി-ദേഹദേശങ്ങളുടെ ശുദ്ധിക്കുവേണ്ടി പൂർവകർമ്മമായിട്ട്, പ്രകൃതി ഒതുക്കിയിരിക്കുന്ന സ്വേദനകർമ്മമാണ് വേനൽക്കാലത്ത് നടക്കുന്നത്.

**ഭൂമി-ദേഹദേശങ്ങളുടെ ശുദ്ധിക്കുവേണ്ടി പൂർവകർമ്മമായിട്ട്, പ്രകൃതി ഒതുക്കിയിരിക്കുന്ന സ്വേദനകർമ്മമാണ് വേനൽക്കാലത്ത് നടക്കുന്നത്.**

വേനലിൽ ഉടനീളം സ്വാധീനിക്കുന്നത് വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ചൂടാണെങ്കിൽപോലും വർദ്ധിക്കുന്നതിന് പകരം, പിത്തത്തിന് സമസ്ഥിതിയും വായുവിന് സഞ്ചയവും കഫത്തിന് ക്ഷയവും ആണ് സംഭവിക്കുന്നത്. ആശയാപകർഷഗതി പ്രകാരം ഇപ്പോൾ ഒരു സംപ്രാപ്തി ഉണ്ടായാൽ അത് പിളരുന്ന വേദനയും ചൂട്ടുനീറ്റവും മാറിമാറിയുണ്ടാക്കുകയും ദേഹബലം നഷ്ടപ്പെടുത്തി പരിശ്രമം കുട്ടുകയും ചെയ്യുന്നു. സഞ്ചയമാത്രമായി ഒതുങ്ങുമ്പോൾ ഇത് രോഗങ്ങളുണ്ടാക്കുന്നില്ല. പക്ഷേ തണുപ്പുതട്ടിയാലുടൻ കോപിച്ച് ബലം അഥവാ പ്രതിരോധശേഷി നഷ്ടപ്പെടുന്ന ഒരു സാധ്യതയാണ് നിലനിൽക്കുന്നത്. ഇവിടെ വാതചയ/കോപങ്ങൾക്കുള്ള പശ്ചാത്തലമൊരുക്കുന്നത് കഫക്ഷയമെന്ന വ്യഭിചാരികാരണമാണ്. കഫക്ഷയത്തിന് ആനുപാതികമായ വാതകോപമാണുണ്ടാക്കുന്നതെന്ന

തിനാൽ, കഫക്ഷയം തടയുക വഴിയും ഈ കോപമാഴിവാക്കാം. അതുകൊണ്ട് വ്യായാമം ചെയ്യാതിരിക്കുക, ദഹിക്കാനെളുപ്പമുള്ള മധുരങ്ങൾ മാത്രമുപയോഗിക്കുക, പകൽ അൽപം ഉറങ്ങുക തുടങ്ങിയവവഴി അത് സാധിക്കാവുന്നതാണ്.

കുടും മീനമാസങ്ങളിലാണ് കേരളക്കരയിൽ വസന്തം വിരിയുന്നത്. ധനുമാസങ്ങളിൽ ഇവിടെ നീണ്ട മഞ്ഞുകാലമൊന്നുമില്ലാത്തതിനാൽ, ആ കാലംകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന അൽപമായ കഫസഞ്ചയം വസന്തത്തിൽ തന്നെ ഉരുകിത്തീരും. അതായത് ഗ്രീഷ്മത്തിലെ വായുവ്യധി മീനത്തിൽത്തന്നെ പ്രതീക്ഷിക്കാം. അക്കാരണത്താൽ ഗ്രീഷ്മചര്യകളായ ആയാസമുപേക്ഷിക്കലും മറ്റും നേരത്തേ തുടങ്ങേണ്ടതാണ്.

തൊലിക്കീഴിലെ രക്തസഞ്ചാരം അന്തരാധിയിലേക്കാൾ കൂടുതലിന്റെ ഫലമാണ് വേനൽച്ചൂടിലെ വിയർപ്പ്. അതായത്, കോഷ്ഠത്തിലും കോഷ്ഠാംഗങ്ങളിലും താരതമ്യേന തണുപ്പും തൊലിക്കീഴിലും തൊലിപ്പുറമെയും താരതമ്യേന ചൂടും നിലനിൽക്കെ, ശാഖകളിൽനിന്ന് സ്വേദനം വഴി കഫം ദ്രവരൂപത്തിൽ കോഷ്ഠത്തിലേക്കിറങ്ങിനിൽക്കെ, സംഭവിക്കാവുന്നവ താഴെക്കൊടുക്കുന്നു. -

1. മൃദുകോഷ്ഠം - ആമപകാശയോൽക്കേശം കൊണ്ട് വയറിളക്കമുണ്ടാകും. ഉത്തരേന്ത്യൻ വേനൽ ശീലമില്ലാത്തവർ, അവധിക്കാലത്ത് കേരളത്തിൽനിന്ന് അത്യുഷ്ണകാലാവസ്ഥയിലേക്ക് യാത്രചെയ്തെത്തി, വൈകാതെ അവിടെവെച്ച് അവർക്ക് വയറിളക്കം പിടിപെട്ട് ആശുപത്രിയിലെത്തുന്നത് കാണാറുണ്ട്. ഇവർക്ക് ഭേദനീയമായ ആഹാരവും സ്തംഭനചികിത്സയുമാണ് വേണ്ടത്.

2. ക്രൂരകോഷ്ഠന്മാർക്ക് - വിയർപ്പുകൊണ്ട് വാതാനുലോമ്യമുണ്ടായി, വളരെ ആനുകൂലആരോഗ്യമുള്ള സാഹചര്യമുണ്ടാകാം. അത് പ്രയോജനപ്പെടുത്താനായി ദ്രവോഷ്ണമന ഭിഷ്യന്ദിയായെന്ന് സ്നേഹസ്വേദവിധിയിലുള്ള ആഹാരവിഹാരങ്ങൾ ശീലിക്കണം. വിയർക്കാതിരിക്കാൻ കാറ്റുകൊള്ളാമെങ്കിലും വിയർപ്പൊറാൻ ഫാൻ, കാറ്റ് തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിക്കുന്ന ശീലം ഒഴിവാക്കുന്നതാണ് നല്ലത്, ദേഹം തനിയെ തണുക്കട്ടെ. വൈകീട്ട്, ദേഹം മുഴുവൻ മൃദുസുഖമായി തലോടി, ഏറെ തണുപ്പില്ലാത്ത വെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുകയാണ് വേണ്ടത്.

കുടും മീനമാസങ്ങളിലാണ് കേരളക്കരയിൽ വസന്തം വിരിയുന്നത്. ധനുമാസങ്ങളിൽ ഇവിടെ നീണ്ട മഞ്ഞുകാലമൊന്നുമില്ലാത്തതിനാൽ, ആ കാലംകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന അൽപമായ കഫസഞ്ചയം വസന്തത്തിൽ തന്നെ ഉരുകിത്തീരും. അതായത് ഗ്രീഷ്മത്തിലെ വായുവ്യധി മീനത്തിൽത്തന്നെ പ്രതീക്ഷിക്കാം. അക്കാരണത്താൽ ഗ്രീഷ്മചര്യകളായ ആയാസമുപേക്ഷിക്കലും മറ്റും നേരത്തേ തുടങ്ങേണ്ടതാണ്.

ക്രൂരകോഷ്ഠന്മാരിൽ വായുക്ഷോമുണ്ടാകുന്ന രീതിയിൽ നല്ല ചൂടിൽ പെട്ടെന്ന് തണുത്ത വെള്ളം കുടിക്കുന്നവർക്ക് ശാഖയിൽനിന്ന് കോഷ്ഠത്തിലേക്ക് ദോഷങ്ങൾ ഒഴുകിയിറങ്ങുന്നത് സ്തംഭിക്കുകയും, വായുപ്രാതിലോമ്യം, ആനാഹം, ഉദാ വർത്തം വഴി ഗുൽമത്തിലെത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. അവരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, അടുത്ത പടിയാലി, വെള്ളം കൊണ്ടു വർദ്ധിക്കുന്ന ക്ലേദത്തെ, ഈ വായുവിന് ഊർധഗതികൂടി ലഭിച്ചാൽ, കഫജമോ കഫവാതികമോആയ തൃഷ്ണയോ, തലവേദനയോ, സൈനസൈറ്റിസോ, നീരിളക്കമോ, ജലദോഷമോ, തൊണ്ടവേദനയോ, ചുമ, ശ്വാസം മുട്ട് എന്നിവയോ ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത ജനിക്കുന്നു. മറ്റൊരു കൂട്ടർക്ക്, വായുവിനാൽ എടുത്തുകൊണ്ടുപോകപ്പെടുന്ന ഈ ക്ലേദത്തിന്റെ ശുക്തസ്വഭാവമനുസരിച്ച്, ചെറിയ ചൂടുകുരുക്കൾ മുതൽ ആഴ്ന്നിറങ്ങിയ കുരുക്കൾ വരെ (വാതപ്പോളൻ) ഉണ്ടാകാം. ഇത് കുട്ടിക്കുറുന്മാർമാർക്കെങ്കിൽ പുളിമാങ്ങാച്ചുണയും ഉപ്പും പച്ചവെള്ളവും വെയിലത്തോട്ടവും മണ്ണും പൊടിയുമായിച്ചേർന്ന്, മൂക്കൊലിപ്പും ചൊറിചിരങ്ങും കരപ്പനുമായി വഴിയെ കാണാനാകും.

3. മധുകോഷ്ഠന്മാർക്ക് - സമദോഷന്മാരെങ്കിലും കഫക്കാരെങ്കിലും അവർ മൃദുകോഷ്ഠന്മാരായിത്തീരുന്നു. അവർക്ക് വിബന്ധം ഒഴിവാക്കി, ഭേദനീയമായ ആഹാരങ്ങൾ വഴി ആനുകൂല്യം ഉറപ്പുവരുത്തുക മാത്രമേ വേണ്ടതുളളൂ. അവിടെയാണ് സമന്മാർക്ക് നെല്ലിക്കക്ക് തുല്യമായ ഉപചാരവും കഫമധുകോഷ്ഠന്മാർക്ക് കടുക്കയുടെ ഗുണങ്ങൾക്ക് തുല്യമായ ഉപചാരവും ആണ് വേണ്ടത്.

4. കോഷ്ഠത്തിലെ കഫസാന്നിദ്ധ്യം അരുചിയുണ്ടാക്കുന്നു. ഉപ്പും പുളിയുമുള്ള പാനീയങ്ങൾ - നാരങ്ങാവെള്ളം, സുന്ദാരം തുടങ്ങിയവക്ക് ഏറെ പ്രയോജനം

തോന്നും. ഉത്തരേന്ത്യക്കാർക്ക് രുച്യമായ തൈർ (രസാള-ലസ്സി) അത്യാവശ്യമായിത്തോന്നുന്ന കാലമാ

വെയിലും ചൂടും കൊണ്ട് വിയർത്തിരിക്കുമ്പോൾ ഉടനെയെന്നെ എയർ കണ്ടീഷൻ മുറിയിലേക്കോ കാറിലേക്കോ കയറുന്നതും, പെട്ടെന്ന് ഫാനിന്റെ ചുവട്ടിലിരിക്കുന്നതും, ഏറെത്തണുത്ത വെള്ളം ഉടനെ കുടിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നത് ശീലമാക്കിയാൽ രക്തക്കുഴലുകൾക്ക് വൈകല്യമുണ്ടാക്കി, കണ്ണ്, ഹൃദയം, തുടങ്ങി പല അവയവങ്ങളേയും ബാധിക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

ണിത്. ഇതേ കഫസാന്നിദ്ധ്യം കഫജമായ തൃഷ്ണയുണ്ടാക്കുന്നു. തണുപ്പും മധുരവുമുള്ള പാനീയങ്ങൾ കുടിക്കുന്നതോടൊപ്പം ദാഹം കുടിക്കാണ്ടിരിക്കുന്നു എന്നതാണ് അതിന്റെ ലക്ഷണം.

5. ഇതിനിടയിൽ ഒന്ന് രണ്ടുവേനൽമഴ പെയ്താലോ - നഷ്ടപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ബലത്തിന് ഒരു പരിഹാരമായി. ആ മഴകൊണ്ടുള്ള തണുപ്പ് സ്വസ്ഥൻ അൽഭുതകരമായ ശരീരബലം നൽകുന്നതാണ്. എന്നാൽ അതുകൊണ്ടുള്ള ത്രിദോഷകോപം രോഗിക്ക് രോഗവൃദ്ധിയുണ്ടാക്കുന്നു. വേനലിൽ സഞ്ചയിക്കുന്ന വാതം മഴയിൽ കോപിക്കുമെന്നോർക്കുക. ചെളി പൊടിയാകുമ്പോഴും പൊടി ചെളിയാകുമ്പോഴുമാണ് രോഗങ്ങൾ പുറത്തുവരുന്ന കാലമെന്ന് വസന്താവസാനവും മഴയുടെ തുടക്കവും നമുക്കു കാണിച്ചുതരും.

ദോഷങ്ങളെ ഭയന്ന് ഒതുങ്ങിക്കഴിയുന്നതിനുപകരം ഈ വേനൽക്കാലം ആസ്വദിക്കാനുള്ള രീതികൾ അറിയുകയാണ് നല്ലത്. വസന്തക്കാലത്തു തുടങ്ങുന്ന ആഘോഷങ്ങളും ഉല്ലാസങ്ങളും പിത്തകാലത്തിനനുസരിച്ച് രീതി മാറുന്നു എന്നു മാത്രമേയുള്ളൂ. വെള്ളം കുടിക്കുന്നത് എപ്പോഴും ചെറിയ അളവിൽ ധാരാളം തവണ എന്ന രീതിയിലായിരിക്കണം. അഗ്നിമാന്ദ്യത്തെ ഭയന്നാണത്. ആഹാരം കഴിക്കുന്നതുതന്നെ ധാരാളം ജലാംശമുള്ളതായിരിക്കണം. കുറുകിയെടുക്കാതെ നീട്ടിയെടുത്ത എരിവും മസാലയും പുളിയും കുറഞ്ഞ കറികൾ ഒഴുകുന്നപോലെ കുഴച്ചുണ്ണാൻ പാകത്തിന് ധാരാളമായി ചേർത്ത് വെളുത്ത അരിവെന്ത് വാർത്തുകളെന്തെ ചോറുണ്ണണം. ധാരാളം കഞ്ഞിവെള്ളവും നല്ലതാണ്. ദഹിക്കാനായി ധാരാളം ക്ലേദം വേണ്ടിവരുന്ന, ചപ്പാത്തി, പൊറോട്ട, പൂട്ട്, ബ്രഡ്സ്, തുടങ്ങിയവ ഒഴിവാക്കണം. പലത

രം സർബത്തുകൾ, സുഗന്ധപാനീയങ്ങൾ, വിവിധ പാനകങ്ങൾ, പഴച്ചാരുകൾ, ഹോർലിക്സ് പോലെ വറുത്തൊടുത്ത ധാന്യപ്പൊടി ചേർത്തു

ണ്ടാക്കുന്ന മന്ദങ്ങൾ, തുടങ്ങിയവ ആസ്വദിക്കുന്നതിന് ഏറ്റവും ലാഭം കിട്ടുന്നത് ഈ കാലത്താണ്. ലാഭങ്ങളിൽ ഏറ്റ

വും ശ്രേയസ്സ് ആരോഗ്യമത്രെ.

വെയിലും ചൂടും കൊണ്ട് വിയർത്തിരിക്കുമ്പോൾ ഉടനെയെന്നെ എയർക്കണ്ടീഷൻ മുറിയിലേക്കോ കാറിലേക്കോ കയറുന്നതും, പെട്ടെന്ന് ഫാനിന്റെ ചുവട്ടിലിരിക്കുന്നതും, ഏറെത്തണുത്ത വെള്ളം ഉടനെ കുടിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നത് ശീലമാക്കിയാൽ രക്തക്കുഴലുകൾക്ക് വൈകല്യമുണ്ടാക്കി, കണ്ണ്, ഹൃദയം, തുടങ്ങി പല അവയവങ്ങളേയും ബാധിക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. ഇതെല്ലാം മറ്റു നിരവധി ഘടകങ്ങൾകൂടി ചേരുമ്പോൾ മാത്രം രോഗപ്രവൃത്തിയാകുന്നതുകൊണ്ടും വേനലിൽതന്നെ പ്രത്യക്ഷപ്പെടണമെന്നില്ലാത്തതുകൊണ്ടും കാലാവസ്ഥാരോഗങ്ങളായിക്കാണാനാകില്ലെന്ന് മാത്രം. എന്നാൽ വെയിലും ചൂടും വിയർപ്പും ഉണ്ടാകാതെയിരിക്കാൻ ഏസിയും ഫാനും എയർക്കളറും ധാരാളമായി ഉപയോഗിക്കേണ്ടതാണ്. പക്ഷെ വിയർത്താൽ തനിയെ ചൂടാറിയശേഷം ദേഹം തലോടി തണുത്തവെള്ളത്തിൽ കുളിക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. എന്നാൽ വിയർപ്പാറും മുൻ കുളിക്കാനാണ് തീരുമാനമെങ്കിൽ അത് സുഖമുള്ള ചൂടുവെള്ളത്തിലായിരിക്കണം. സുഗന്ധം ചേർത്ത തണുത്തവെള്ളത്തിൽ മുങ്ങിക്കിടന്ന് കുളിക്കുന്നതും ഷവർ ആസ്വദിക്കുന്നതും ഫൗണ്ടനുകളും പുന്തോട്ടങ്ങളും തണലും ചെറിയ പകലുറക്കവും മൃദുവും ഹൃദയവുമായ പെർഫ്യൂമുകളും, രാമച്ച വിശറിയും മൺകുജയിലെ വെള്ളവും വളർത്തു കിളികളും അവധിക്കാലമാസ്വദിക്കുന്ന കുരുന്തുകളുടെ കൊഞ്ചലും, രാത്രിയിലെ നിലാവുകൊണ്ട് നടക്കാനിറങ്ങലും, പികിനിക്കിന് പറ്റിയ അഴഞ്ഞ വസ്ത്രങ്ങളും പാൽഗോവ, രസഗുള, പാൽ പായസം, എന്നിങ്ങനെ ശ്രീഷ്മചര്യകൾ ആസ്വദിക്കാൻ തീരുമാനിച്ചാൽ, ഇത്രത്തോളം സുഖമുള്ള ഒരു കാലാവസ്ഥ മറ്റൊന്നില്ല.

# ഗ്രീഷ്മ ഋതു

ഡോ.വി.സി.ദീപ്

(നിസർച്ച് ഓഫീസർ, ചെറുതുരുത്തി)

ഋതുക്കളെ മനസ്സിലാക്കേണ്ടത് അവയുടെ സ്വഭാവത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണ്. പകലും രാത്രിയും ചൂടനുഭവിക്കുന്ന ഋതുവാണു ഗ്രീഷ്മം. ശരീരത്തിൽ കഫദോഷം കുറഞ്ഞ് വാതം അധികരിച്ചിരിക്കുന്ന കാലമാണിത്. ചൂടിനെ കുറയ്ക്കുന്ന പ്രയോഗങ്ങൾക്കാണ് ഈ സമയത്ത് ആവശ്യമായിട്ടുള്ളത്. പകൽ ചൂടും രാത്രി തണുപ്പും അനുഭവപ്പെടുന്ന ഋതുവാണു വസന്തം. കഫം കോപിച്ച് നിൽക്കുന്ന സമയമാണിത്. രാത്രിയും പകലും തണുപ്പാണനുഭവപ്പെട്ടതെങ്കിൽ ഹേമന്ത-ശിശിര ഋതുക്കളെന്നറിയണം. ആരോഗ്യദായകമായ ഈ ഋതുവിൽ അന്തരീക്ഷത്തെ ചൂടാക്കുന്നതിനുള്ള പ്രയോഗങ്ങൾക്കാണ് പ്രാധാന്യം. ഇടയ്ക്കിടെയുള്ള മഴയും അതോടനുബന്ധിച്ച് ചൂടും ശരത് ഋതുവിന്റെ പ്രത്യേകതയാണ്. മഴകഴിഞ്ഞ് പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ചൂട് ഇവിടെ രോഗകാരണമാവുന്നു. പിത്തപ്രധാനമായ രോഗമാണ് ഈ ഋതുവിൽ കണ്ടുവരുന്നത്. ധാരാളമായി മഴപെയ്യുന്ന കാലമാണ് വർഷഋതു. അന്തരീക്ഷത്തിലുള്ള ഈർപ്പത്തിന്റെ അംശം (Humidity) വർഷ ഋതുവിൽ ഉയർന്നിരിക്കുകയും (above 90%) ത്രിദോഷകോപം മൂലമുള്ള വളരെയധികം രോഗങ്ങൾ ഈ കാലത്തുണ്ടാവുന്നു. നമ്മുടെ ആവാസസ്ഥലത്തിന്റെ (ദേശത്തിന്റെ) സ്വഭാവം മനസ്സിലാക്കിയാണ് ചര്യകൾക്ക് രൂപം കൊടുക്കേണ്ടത്.

കേരളത്തിൽ ആറു ഋതുക്കളിൽ ഹേമന്ത- ശിശിര ഋതുക്കൾ സ്പഷ്ടമായി കാണുന്നില്ല. രണ്ട് മാസങ്ങൾ ചേർന്ന് ഒരു ഋതു എന്ന തലത്തിലല്ല ഋതുക്കളെ മനസ്സിലാക്കേണ്ടത്, അവയുടെ സ്വഭാവം അനുസരിച്ചാണ്.

ഉത്തരേന്ത്യയിൽ കൊടും തണുപ്പനുഭവപ്പെടുന്ന ജനുവരി-ഫെബ്രുവരി മാസങ്ങളിൽ ശിശിരഋതു

വാണു. എന്നാൽ കേരളത്തിലെ ഭൂരിഭാഗം സ്ഥലങ്ങളിലും പകൽ ചൂടും രാത്രിമാത്രം തണുപ്പുമുള്ള വസന്ത ഋതുവാണനുഭവപ്പെടുന്നത്.

പകലും-രാത്രിയിലും ചൂടുള്ള ഗ്രീഷ്മഋതു കേരളത്തിൽ മാർച്ച് മാസത്തോടെ തുടങ്ങി സാധാരണ നിലയിൽ മെയ് അവസാനം വരെ നിലനിൽക്കുന്നു. എന്നാൽ ഉത്തരേന്ത്യയിൽ ഏപ്രിൽ പകുതിയോടെയാണ് ഗ്രീഷ്മം തുടങ്ങുന്നത്. ജൂൺ മദ്ധ്യത്തിലോ ജൂലായിലോ മാത്രമേ അവിടെ വർഷഋതു ആരംഭിക്കുകയുള്ളൂ. വർഷ ഋതുവിന്റെ സ്വാധീനവും ഉത്തരേന്ത്യയിൽ കുറവാണ്. ഒന്നോ രണ്ടോ മാസങ്ങളിലെ മഴയുണ്ടാവുന്നു. എന്നാൽ കേരളത്തിൽ മെയ് മാസം മുതൽ നവംബർ മാസം വരെ പലപ്പോഴും മഴയുണ്ടാവും. വർഷ-ശരത് ഋതുക്കളുടെ സ്വാധീനം ഈ സമയത്ത് കാണുന്നു. വിവിധ തരത്തിലുള്ള രോഗങ്ങളുടെ വർദ്ധനവും ഈ കാലത്താണ് കണ്ടുവരുന്നത്. ഉത്തരേന്ത്യൻ കാലാവസ്ഥ എപ്പോഴും നിയതമാണ്.

ജൂലായ് - ആഗസ്റ്റ്	വർഷം
സപ്തംബർ - ഒക്ടോബർ	ശരത്
നവംബർ - ഡിസംബർ	ഹേമന്തം
ജനുവരി - ഫെബ്രുവരി	ശിശിരം
മാർച്ച് - ഏപ്രിൽ	വസന്തം
മെയ് - ജൂൺ	ഗ്രീഷ്മം

കേരളത്തിലാകട്ടെ ഇത് താഴെപ്പറയുംവിധം വളരെ വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

ജൂൺ-ജൂലായ്- ആഗസ്റ്റ്	വർഷം
സപ്തംബർ- ഒക്ടോബർ- നവംബർ	ശരത്
ഡിസംബർ - ജനുവരി- ഫെബ്രുവരി	വസന്തം
മാർച്ച് - ഏപ്രിൽ- മെയ്	ഗ്രീഷ്മം

ശരീരബലം ഏറ്റവും കുറഞ്ഞ വർഷ-ഗ്രീഷ്മ ഋതുക്കളുടെ സ്വാധീനം കേരളത്തിൽ ആറുമാസ

---

തണുപ്പുള്ള ഋതുക്കളിൽ യുക്തിപൂർവ്വം ചെറിയ അളവിൽ കഴിക്കേണ്ട മദ്യം കേരളത്തിന്റെ കാലാവസ്ഥയോ അത് ശരീരത്തിൽ ചെലുത്തുന്ന സ്വാധീനത്തെയോ പരിഗണിക്കാതെ സാർവ്വത്രികമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് രോഗാതുരതയ്ക്ക് പ്രധാനകാരണമായിത്തീരുന്നു.

---

ത്തോളം കണ്ടുവരുമ്പോൾ ശരീരബലം കുടിനിൽക്കുന്ന ഹേമന്ത-ശിശിരഋതുക്കൾ പ്രകടവുമല്ല. ഋതുക്കളുടെ ഈ സവിശേഷ സ്വഭാവമാണ് കേരളത്തിൽ കാലാവസ്ഥാ ജന്യരോഗങ്ങൾ ഉയർന്നു നിൽക്കാനുള്ള പ്രധാന കാരണം.

വർഷ ഋതുവിന്റെ അമിത സ്വാധീനം കേരളത്തെ പൊതുവെ ആനുകൂല്യം (Humidity കൂടുതലുള്ള ദേശം) മാക്കിത്തീർത്തിരിക്കുന്നു. കേരളത്തിന്റെ ചൂടിന് പ്രത്യേകതയുണ്ട്. 36ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസിലധികം ഇവിടെ താപമാനം ഉയർന്നിരുന്നില്ല. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ 40ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസ് വരെ ചൂടുള്ള സ്ഥലങ്ങളും കേരളത്തിലുണ്ട്. ഇന്ത്യയിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ ആനുകൂല്യമുള്ള രണ്ട് സംസ്ഥാനങ്ങളാണ് കേരളവും ആസാമും. ഇവിടെ ധാരാളം മഴ ലഭിക്കുന്നതും അന്തരീക്ഷത്തിലെ താപനില വളരെയധികം ഉയരാത്തതും ആനുകൂല്യം വിഹരിക്കാൻ കാരണമായിരുന്നു. എന്നാൽ കേരളത്തിലെ താപനില ഉയരുന്നതോടെ മദമിളകുന്ന ആനുകൂല്യം എണ്ണവും വർദ്ധിക്കുന്നു. ഗ്രീഷ്മത്തിൽ സൂര്യന്റെ തീക്ഷ്ണത മൂലം കഫം ക്ഷയിക്കുകയും വാതം വർദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന കാരണം ശരീരബലം കുറയുന്നു. അഗ്നിഭൂതത്തിന്റെ സ്വാധീനമുള്ള പിത്തളങ്ങളായ ഉപ്പ്, എരിവ്, പുളി എന്നീ രസപ്രധാനമായ ആഹാരങ്ങൾ ഈ സമയത്ത് ഉപയോഗിക്കരുത്. എരിവുള്ള അച്ചാറുകൾ തീരെ ഒഴിവാക്കണം. പൊതുവേ മധുരരസപ്രധാനമായ ആഹാരമാണ് ഈ കാലത്ത് പഥ്യം. മധുരം വാതത്തെയും പിത്തത്തെയും ശമിപ്പിക്കുന്നു. എളുപ്പം ദഹിക്കുന്നതും എണ്ണമയമുള്ളതും തണുത്തതുമായ ആഹാരവും ദ്രവസ്വഭാവത്തിലുള്ളതും ഹിതമാണ്. വാതപിത്ത ശമനങ്ങളായ പാലും നെയ്യും ധാരാളമായി ഉപയോഗിക്കാം. ഇത് ശരീരക്ഷീണത്തെ അകറ്റുന്നു.

തണുപ്പിനെ അകറ്റുന്നതിനും ശരീരത്തിന് ചൂട് പ്രധാനം ചെയ്യുന്നതുമാണ് മദ്യം. യൂറോപ്യൻ രാജ്യങ്ങളിലും ഉത്തരേന്ത്യയിൽ തണുപ്പ് കൂടുതലും

ഉള്ളപ്പോഴും ഇത് ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ കേരളത്തിന്റെ ഋതുക്കളുടെ സ്വഭാവത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കി നോക്കിയാൽ മദ്യത്തിന്റെ ഉപയോഗം നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തേണ്ടതാണ്. ഗ്രീഷ്മ ഋതുവിൽ പ്രത്യേകിച്ച് ആസവ-അരിഷ്ടങ്ങളുടെ യോഗവും കുറയ്ക്കേണ്ടതാണ്.

കേരളത്തിന്റെ ഉയർന്ന പ്രതിശീർഷവരുമാനവും ഋതുക്കളും അവയുടെ ആരോഗ്യത്തിലുള്ള ബന്ധത്തെക്കുറിച്ചുള്ള അജ്ഞതയും മദ്യപാനമടക്കമുള്ള അനാരോഗ്യ പ്രവണതകൾക്ക് കേരളീയർ അടിമപ്പെടുകയാണ്. തണുപ്പുള്ള ഋതുക്കളിൽ യുക്തിപൂർവ്വം ചെറിയ അളവിൽ കഴിക്കേണ്ട മദ്യം കേരളത്തിന്റെ കാലാവസ്ഥയോ അത് ശരീരത്തിൽ ചെലുത്തുന്ന സ്വാധീനത്തെയോ പരിഗണിക്കാതെ സാർവ്വത്രികമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് രോഗാതുരതയ്ക്ക് പ്രധാന കാരണമായിത്തീരുന്നു.

നാട്ടിൻപുറങ്ങളിൽ ഉണ്ടാവുന്ന വാഴപ്പഴം, ചക്ക തുടങ്ങിയ പഴവർഗ്ഗങ്ങളും പഞ്ചസാരയും, ശർക്കരയും ചേർത്തുണ്ടാക്കുന്ന ആഹാര പദാർത്ഥങ്ങളും ഈ ഋതുവിൽ കഴിക്കുന്നത് ആരോഗ്യകരമാണ്.

പച്ചവെള്ളത്തിലുള്ള കുളി, ശരീരത്തെ തണുപ്പിക്കുന്ന ലേപനങ്ങൾ, രാത്രി ചന്ദ്രന്റെ നിലാവിൽ ഇരിക്കുക, കനംകുറഞ്ഞതും കോട്ടൺ വസ്തുക്കളും ധരിക്കുക തുടങ്ങിയവയും ചെയ്യണം.

കഠിനമായ വെയിൽ ഒഴിവാക്കുക, തണുപ്പുള്ള സ്ഥലങ്ങൾ സന്ദർശിക്കുക, ധാരാളം വെള്ളം കുടിച്ചുകൊണ്ട് ശിരസ്സിൽ തണുത്ത വസ്ത്രങ്ങളിട്ട് ജോലികളിൽ ഏർപ്പെടുക എന്നിവയും ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

ആയുർവേദ ചികിത്സകൾ ചെയ്യുന്നതും വളരെ ശ്രദ്ധിച്ചുവേണം. സ്നേഹപാനം രാത്രിയിൽ ചെയ്യാനാണ് വിധി. സ്വേദകീടകൾ നിർബന്ധമാണെങ്കിൽ മാത്രം ചൂട്കുറച്ച് അൽപസമയം മാത്രം ചെയ്യുക.

# വേനൽക്കാല ചികിത്സ

ഡോ. മഹേഷ്

(പി.ജി. സ്കോളർ, ആയുർവേദ കോളജ്, കോട്ടക്കൽ)

വ്യത്യസ്ത ക്രമത്തിലും വ്യത്യസ്ത കാലയളവിലുമാണ് മഞ്ഞും വേനലും മഴയും ഓരോ ദേശങ്ങളിലും അനുഭവപ്പെടുന്നത്. കേരളത്തിൽ വേനൽക്കാലം കുറേത്തിൽ തുടങ്ങി മീനം, മേടം എന്നീ മാസങ്ങളിലൂടെ നമ്മൾ അറിയുന്നു. സംഹിതകളിൽ ഋതുചര്യയിൽ വിവരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതുപോലെ ശിശിരത്തിന്റെയും ഗ്രീഷ്മത്തിന്റെയും ലക്ഷണങ്ങൾ എല്ലാം കേരളത്തിൽ കാണപ്പെടുന്നില്ല. കേരളത്തിലെ സ്വഭാവം വച്ച് ഗ്രീഷ്മത്തിലെ ദോഷചയവ്യഥികളെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുമ്പോൾ അന്തരീക്ഷത്തിലെ ഈർപ്പം (Humidity) കൂടെ കണക്കിലെടുക്കേണ്ടതുണ്ട്. പിത്തത്തിന് ആധിക്യമുള്ള വാതപിത്ത വ്യഥി ഗ്രീഷ്മത്തിൽ ഉണ്ടാവുന്നു എന്ന് കരുതാം. ഇക്കാലത്ത് ശരീരത്തിൽ അധിക വിയർപ്പ്, ചർമ്മരോഗങ്ങൾ, ചുടുകുരു, മുത്രച്ചുട്ടിപ്പിൽ തുടങ്ങിയ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ കൂടുതലായി ഉണ്ടാവുന്നു. കാലസ്വഭാവം കൊണ്ട് ശരീരത്തിൽ ബലം കുറഞ്ഞിരിക്കും. രൂക്ഷത ഏറിയിരിക്കും. ഗ്രീഷ്മകാലത്ത് വാതദോഷത്തിന് രോഗം ഉണ്ടാക്കത്തക്ക വിധത്തിലുള്ള വ്യഥിയില്ലാത്തതുകൊണ്ട് സ്വസ്ഥന് ശോധന വിധിച്ചിട്ടില്ല. എന്നാൽ ആതുരന് ചില മുൻകരുതലുകൾക്ക് വിധേയമായിക്കൊണ്ട് ശോധന ആവാമെന്ന് പറഞ്ഞുവെച്ചിരിക്കുന്നു. ശോധനാഗമ സന്ദേഹപാനത്തിന്റെ പൂർവ്വകർമ്മമായി രണ്ടോമൂന്നോ ദിവസം രൂക്ഷക്രിയകൾ പൊതുവെ ചെയ്യാറുണ്ട്. വെണ്ണ പൂർണ്ണമായി നീക്കിയ തക്രം പാനം ചെയ്യുക, വൈശ്യാനരചൂർണ്ണം പോലുള്ള ഔഷധങ്ങളുടെ ഉപയോഗം തുടങ്ങിയവ രൂക്ഷണത്തിനായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. ജഗത്തിന്റെ സ്മിഗ്ധഭഗവത്തെ സൂര്യൻ തന്റെ രശ്മിയിൽ പാനചെയ്യുന്ന കാലമായതിനാൽ ഗ്രീഷ്മത്തിൽ ശരീരത്തിൽ രൂക്ഷഭാവം ഏറിയിരിക്കും. അങ്ങനെ വരുമ്പോൾ സന്ദേഹപാനപൂർവ്വമായ രൂക്ഷണം പൊതുവെ ഒഴിവാക്കാവുന്നതാണ്. സന്ദേഹപാനം അത്യുഷ്ണ

കാലത്ത് രാത്രിയിൽ ചെയ്യാനാണ് സംഹിതകൾ വിധിച്ചിരിക്കുന്നത്. അത്യുഷ്ണകാലത്ത് സന്ദേഹപാനത്തിന് വിധേയമാകുമ്പോൾ രോഗികൾ കാണുന്ന പ്രധാന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ആവശ്യത്തിന് വെള്ളം കുടിക്കാൻ കഴിയാത്തതുകൊണ്ടുണ്ടാവുന്ന (Urinary Tract Infection)കൂടുതലായി ക്ഷീണം, തണ്ണീർദാഹം തുടങ്ങിയവയാണ്. സന്ദേഹം ദഹിക്കുന്നതിന് മുമ്പുള്ള തണ്ണീർ ദാഹത്തിന് തലയിൽ തളം വയ്ക്കുക മുതലായ ചികിത്സകൾ, രാത്രിയിൽ സന്ദേഹപാനം ചെയ്തിക്കുന്നതിന്റെ ഗുണങ്ങൾ എല്ലാം മനക്കോടൻ കേശവൻ വൈദ്യർ രചിച്ച പഞ്ചകർമ്മ ചികിത്സ എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ വിശദമായി വിവരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഗ്രീഷ്മ ഋതുവിനുള്ള പരിഹാരം ചെയ്തുകൊണ്ട് വേനൽക്കാലത്ത് പകൽ സന്ദേഹപാനം ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ഉഷ്ണകാലത്ത് സന്ദേഹപാനത്തിന് ഗുൽഗുലുതിക്തം, വരണാദി പോലെയുള്ള ഘൃതങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുന്നത് നന്നായിരിക്കും. വേനൽക്കാലത്ത് പിത്തദോഷത്തിന്റെ സ്ഥിതി കണക്കിലെടുത്തുകൊണ്ട് സ്വേദനം വേണ്ടിടത്ത് മൃദുസ്വേദം പ്രയോഗിക്കുകയാണ് ഉചിതം. ഞവരക്കിഴി, പൊടിക്കിഴി, ധാന്യാമൃധാര തുടങ്ങിയവ ചുടുകുറച്ച് മൃദുവായി പ്രയോഗിക്കേണ്ടതാണ്. ചികിത്സയുടെ ദൈർഘ്യവും മറ്റു ജ്യോതിഷങ്ങളെ അപേക്ഷിച്ച് കുറയ്ക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. പിഴിച്ചിൽ കഴിവതും ഒഴിവാക്കുകയാണ് ഉത്തമം. അത്യാവശ്യമായ സന്ദർഭത്തിൽ ഗ്രീഷ്മചര്യ അനുഷ്ഠിച്ചുകൊണ്ട് ചുടുകുറച്ച് പ്ലേസതൈലം പോലെയുള്ള തൈലങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ചെയ്യാവുന്നതാണ്. പിഴിഞ്ഞുതടവൽ, അഭ്യംഗം എന്നിവ ഗ്രീഷ്മകാലത്ത് വളരെ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

ഉഷ്ണകാലത്ത് രോഗികളെ വമനവിരോചനങ്ങൾക്ക് വിധേയമാക്കുമ്പോൾ നിർജ്ജലീകരണം ഉണ്ടാവാതിരിക്കാൻ വേണ്ട മുൻകരുതലുകൾ എടുക്കേണ്ടതാണ്. ജ്യോതിഷന്റെ സ്വഭാവത്തിനനുസ

രിച്ചതന്നെ ശരീരത്തിൽ നിന്നും ജലാംശം നഷ്ടപ്പെടുന്ന അവസ്ഥയിൽ വിരോധനം കൂടി ആകുമ്പോൾ അതിനുള്ള സാധ്യത ഏറെയാണ്. ഗ്രീഷ്മ ജന്തുവിനുള്ള പരിഹാരം ചെയ്തുകൊണ്ടു രോഗി ബലവാനാണെങ്കിൽ കൂടി മൂത്ര വിരോധനത്തിലൊതുക്കുയാവും അഭികാമ്യം. തീക്ഷ്ണ വിരോധനഘോഷങ്ങളെക്കൂടി മൂത്ര വിരോധനത്തിലൊതുക്കുകയാവും അഭികാമ്യം. തീക്ഷ്ണ വിരോധനഘോഷങ്ങളേക്കാൾ സന്ധന അനുലോമന ഔഷധങ്ങൾക്ക് മുൻതൂക്കം കൊടുക്കേണ്ടതാണ്. ക്ഷീരംചേർത്ത് ഗന്ധർവ്വഹസ്താതി ഏരണ്ഡതൈലം, പിത്തദോഷത്തെ കണക്കിലെടുത്ത് അവിപത്തിചൂർണ്ണം, ഹിംഗുത്രിഗുണം പോലെയുള്ളവ ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

പൊതുവെ ശരീരത്തിന്റെ രൂക്ഷസ്വഭാവം കൂടിയിരിക്കുന്ന സമയമായതുകൊണ്ടും ബലം കുറഞ്ഞിരിക്കുന്ന കാലമായതുകൊണ്ടും വൈതരണവസ്തി, ക്ഷാരവസ്തി, ഗോമൂത്രവസ്തി തുടങ്ങിയ രൂക്ഷസ്വഭാവമുള്ള വസ്തികൾ കഴിവതും ഒഴിവാക്കുകയാണ് നല്ലത്. വസ്തി ആവശ്യമുള്ള രോഗികളിൽ ക്ഷീരവസ്തി, യാപന വസ്തികൾ പോലെയുള്ളവ കാലവും രോഗിയുടെ ബലവും രോഗസ്വഭാവവും കണക്കിലെടുത്ത് തിരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടതാണ്. അതുപോലെ നിരൂഹവസ്തി ചെയ്യുന്ന സമയം അധികം വൈകാതിരിക്കുവാൻ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം.

ആത്യയിക അവസ്ഥയിൽ ഗ്രീഷ്മകാലത്ത് രോഗികളിൽ നസ്യം പ്രഭാതത്തിൽ പ്രയോഗിക്കാനാണ് ചരകാചാര്യൻ വിധിച്ചിരിക്കുന്നത്. അല്ലാത്തപക്ഷം ഗ്രീഷ്മത്തിൽ നസ്യം നിഷേധിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അഷ്ടാംഗഹൃദയത്തിൽ ഉഷ്ണകാലത്ത് നസ്യം വൈകുന്നേരം ചെയ്യുവാൻ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. അത് കണക്കിലെടുത്ത് ഗ്രീഷ്മചര്യ അനുഷ്ഠിച്ചുകൊണ്ട് കാലത്ത് അല്ലെങ്കിൽ വൈകുന്നേരം നസ്യം പ്രയോഗിക്കേണ്ടതാണ്.

സൂര്യന്റെ അയനത്തെ അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തി മാറിമാറി വരുന്ന ജന്തുക്കളെ പ്രതിരോധിക്കാൻ വേണ്ടി അനുഷ്ഠിക്കേണ്ട ചര്യകൾ സംഹിതകൾ വിവരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ജന്തുചര്യ യഥാവിധി അനുഷ്ഠിച്ചാൽ കാലാവസ്ഥാപരിണാമങ്ങൾക്കൊണ്ട് ജാരാഗ്നിക്കുണ്ടാവുന്ന വ്യതിയാനങ്ങളെ നേരെയൊക്കുവാനും ശരീരത്തിന്റെ ബലം കാത്തു സൂക്ഷിക്കുവാനും കഴിയും. ഉപചയഅപചയ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഫലമായി ശരീരത്തിൽ അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന മലങ്ങളെ പുറത്തേക്ക് ശോധനം ചെയ്ത് കളയാവാനുള്ള ഉപായങ്ങളാണ് പഞ്ചകർമ്മ ചികിത്സകൾ. ആചാര്യന്മാർ കാട്ടിത്തന്നിരിക്കുന്ന വഴികളിലൂടെ ജന്തുക്കൾക്ക് പരിഹാരം ചെയ്തുകൊണ്ട് രോഗികൾ വേനലിലും മഞ്ഞിലും മഴയിലും വൈദ്യന്റെ യുക്തിക്കനുസരിച്ച് ചികിത്സകൾ ഫലപ്രദമായി പ്രയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

## വേനൽക്കാല ആരോഗ്യരക്ഷ ആഹാരത്തിലൂടെ

വേദം: സ്മിത എ.വി  
(പി.ജി.സ്കോളർ, ആയുർവേദ കോളജ്, കോട്ടക്കൽ)

ആയുർവേദം കേവലം ഒരു ചികിത്സാ രീതി മാത്രമല്ല, ഒരു ജീവിതരീതികൂടിയാണ്. ആയുർവേദത്തിന്റെ കാഴ്ചപ്പാടിൽ പ്രകൃതിയുടെ ഭാഗമാണ് മനുഷ്യൻ. മാറിമറയുന്ന വേനലും, മഴയും തണുപ്പുമെല്ലാം, പ്രകൃതിയുടെ സ്വഭാവമാണ്. കാലാവസ്ഥയിലുള്ള ഈ വ്യതിയാനങ്ങൾ മനുഷ്യശരീരത്തിലും പലവിധ മാറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു. ഇത്തരത്തിലുള്ള കാലാവസ്ഥാപരിണാമങ്ങൾക്കൊണ്ട് ആന്തരഗ്നിക്കി സംഭവിക്കുന്ന വ്യതിയാനങ്ങളെ സാമ്യതയിലേക്ക് കൊണ്ടുവരാനും ശരീരത്തിന്റെ ബലം കാത്തുസൂക്ഷിക്കാനും

രോഗാണുക്കളിൽ നിന്ന് രക്ഷനേടാനും മറ്റുമുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ ജന്തുചര്യയിൽ വിശദമാക്കുന്നുണ്ട്. എങ്ങനെയുള്ള ആഹാരവിഹാരങ്ങളെക്കൊണ്ട് ദോഷങ്ങളെ സമങ്ങളാക്കി ആരോഗ്യത്തെ രക്ഷിക്കാമെന്ന് ഇതിൽ പറയുന്നു. ആഗേയമായ ഉത്തരായനകാലത്തിന്റെ അവസാന ജന്തുവാണ് ഗ്രീഷ്മം അഥവാ വേനൽക്കാലം. ഈ കാലത്ത് ശരീരബലം ഏറ്റവും കുറവായിരിക്കും. കാലസ്വഭാവംകൊണ്ട് കഫം ക്ഷയിക്കുകയും വാതവും പിത്തവും വർദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. വിശപ്പ് പൊതുവെ കുറവായിരി

ക്കും. ചുടിന്റെ ആധിക്യം കൊണ്ട് അധികം വി  
യർക്കുന്നതിനാൽ നിർജ്ജലീകരണവും സംഭ  
വിക്കുന്നു. ഇവയെല്ലാം പ്രധാനമായും ഉഷ്ണാ  
ധിക്യം നിമിത്തമാകയാൽ മധുരലഘുസ്നിധശീ  
ത ദ്രവപ്രായമായ ആഹാരങ്ങൾ ഭക്ഷിക്കണം.  
ആഹാരം ശരീരത്തെ നിലനിർത്തുന്ന നെടുംതു  
ണുകളിൽ ഒന്നാണ്.

ആഹാരത്തെ മഹാഭൈഷജ്യമായാണ് ആയുർ  
വേദത്തിൽ വിവരിക്കുന്നത്. ഈ ശരീരം ഉണ്ടാ  
വുന്നതിനും അതുപോലെ രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാവു  
ന്നതിനും ആരോഗ്യത്തിനും പ്രധാനകാരണം ആ  
ഹാരം തന്നെയാണ്. അതുകൊണ്ട് കാലമ്പഭാ  
വത്തിനനുസരിച്ചുള്ള ആഹാരസേവ വളരെ പ്രാ  
ധാന്യമർഹിക്കുന്നു.

ഉഷ്ണകാലത്ത് ജലാംശം അധികമുള്ള വെള്ള  
രിക്ക, കക്കിരിക്ക, കുമ്പളം, പടവലങ്ങ, ചുരയ്  
ക്ക തുടങ്ങിയ പച്ചക്കറികൾ ധാരാളം ഉപയോ  
ഗിക്കണം. ചെന്നല്ലി കൊണ്ടുള്ള ചോറും അ  
തുപോലെ പാൽക്കഞ്ഞിയും ധാരാളം നെയ്യ്  
ചേർത്ത കഞ്ഞിയും കഴിക്കാവുന്നതാണ്. ഓറ  
ഞ്ച്, മുസമ്പി, വത്തക്ക (തണ്ണിമത്തൻ), വാഴപ്പ  
ഴം (ഞാലിപ്പുവൻ), ഉറുമാമ്പഴം ഇവ ധാരാളമാ  
യി കഴിക്കാം. ചുവന്ന മുളകും, വാളൻപുളിയും  
കഴിയുന്നതും ഒഴിവാക്കി പച്ചമുളകോ, കുരുമു  
ളകോ ചേർത്ത് കറികൾ ഉണ്ടാക്കാം. വാളൻപു  
ളിയ്ക്ക് പകരം തക്കാളിയോ, ചെറുനാരങ്ങാനീ  
രോ ചേർക്കാവുന്നതാണ്. മസാലയിട്ട് വറുത്തര  
ച്ച കറികൾ കുറച്ച് ധാരാളമായി മോർ ചേർത്ത്  
വെള്ളരിക്കാ, കുമ്പളം, ചേന മുതലായവകൊ  
ണ്ടുള്ള മോരുകറികൾ ഹിതമായിട്ടുള്ളതാണ്. പ  
ണ്ടില്ലാത്തതും ഇപ്പോൾ സർവ്വസാധാരണവും  
ആയ പച്ചക്കറികളാണ് ക്യാരറ്റ്, ബീൻസ്, ക്യാ  
ബേജ് മുതലായവ. ഇവ കഴിക്കുന്നതിൽ വി  
രോധമില്ല. എന്നാൽ വഴുതിനങ്ങ, വെണ്ടയ്ക്ക  
മുതലായവ നിത്യം ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഒഴിവാ  
ക്കേണ്ടതാണ്.

മത്സ്യമാംസങ്ങൾ നിർബന്ധമുള്ളവർക്ക് ചെറു  
മത്സ്യങ്ങളായ വത്തിൾ, വേളൂരി മുതലായവ ക

റിവെച്ച് ഉപയോഗിക്കാം. കോഴിമുട്ട, കോഴിയിറ  
ച്ചി, ഗോമാംസം ഇവയുടെ ഉപയോഗം കഴിവതും  
കുറച്ച് ആട്ടിൻമാംസം കറിവെച്ചോ സൂപ്പായോ  
കഴിക്കാവുന്നതാണ്.

ദാഹത്തിന് തിളപ്പിച്ചാറിയ ജലം, ഇളനീർ, പഴ  
ച്ചാറുകൾ, മോർ ഇവ ഉപയോഗിക്കാം. നന്നാറി  
സർബത്ത്, കരിമ്പ്, മുന്തിരി, ഈന്തപ്പഴം, പാൽ,  
പഞ്ചസാര എന്നിവ ചേർത്തുള്ള പാനീയം, നാ  
രങ്ങാജ്യൂസ്, നെല്ലിക്കാനീരിൽ ശർക്കരചേർത്ത  
പാനീയങ്ങൾ ഇവ കുടിക്കാവുന്നതാണ്. കൂടാ  
തെ നന്നാറി, രാമച്ചം, കൊത്തമല്ലി ഇവയിട്ട് തി  
ളപ്പിച്ചാറിയ വെള്ളം കുടിക്കുന്നതും ഉത്തമമാ  
ണ്.

മുന്തിരി മുതലായ പഴങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ  
ഉപ്പുവെള്ളത്തിൽ 2 മണിക്കൂർ ഇട്ടുവെച്ചശേഷം  
നന്നായി കഴുകി ഉപയോഗിക്കുക. ചക്ക, മാങ്ങ,  
ജാമ്പക്ക, പേരക്ക മുതലായ വീട്ടിൽ ഉണ്ടാകു  
ന്ന പഴങ്ങൾ ധാരാളമായി ഉപയോഗിക്കാം. ഓറ  
ഞ്ച്, മുസമ്പി മുതലായവ വെള്ളത്തിൽ നന്നാ  
യി കഴുകി എടുക്കുക.

തൈരിന്റെ ഉപയോഗം കഴിവതും കുറയ്ക്കുക.  
എന്നാൽ പഞ്ചസാര ചേർത്ത് കടഞ്ഞ് ലസ്സിപോ  
ലെ ഉപയോഗിക്കാം. രാത്രിയിൽ തീർത്തും തൈ  
രുപയോഗിക്കാൻ പാടില്ല. പകൽ ധാരാളം വെ  
ള്ളം ചേർത്ത് കടഞ്ഞ് ശർക്കരയോ, പഞ്ചസാര  
യോ നെല്ലിക്കാനീരോ ചേർത്ത് ഉപയോഗിക്കാം.

പഞ്ചസാരചേർത്ത് മലർപ്പൊടി അതുപോലെ ക  
ക്കിരിക്ക, തക്കാളി മുതലായവ ചേർത്ത് സാല  
ഡ് ഇവ ഇടനേരങ്ങളിൽ കഴിക്കാവുന്നതാണ്.  
ഗോതമ്പിന്റെ ചപ്പാത്തി മുതലായവ ഉപയോഗി  
ക്കുമ്പോൾ ധാരാളം നെയ്യ് ചേർത്ത് ഉപയോഗി  
ക്കുക.

അച്ചാർ തുടങ്ങി എരിവ് അധികമുള്ളവയും, മ  
ത്തൻ, മുതിര മുതലായവയുടെ ഉപയോഗവും  
കഴിവതും കുറയ്ക്കുക.

പോഷകസമ്പുഷ്ടവും മിതമായ ആഹാരവുമാണ്  
ഊർജ്ജത്തിന്റെ ഉറവിടം. അതിനാൽ ഇത്തരത്തി  
ലുള്ള ആഹാരങ്ങൾ വേനലിനെ ആരോഗ്യകര  
മായ രീതിയിൽ നേരിടാൻ ഉതകുന്നതാണ്.

## New Generation Medicaments from the House of Authentic Ayurveda

Psoriasis and Skin disorders <b>PSORAKOT TABLET</b> MEET AND GREET LIFE.	Psoriasis and Skin disorders <b>PSORAKOT GEL</b> BRINGS BACK SOCIAL INTERACTIONS.	Rheumatoid arthritis <b>RHUKOT TABLET</b> KEEP ON MOVING...	Arthritic pain and Joint pain <b>RHUKOT GEL</b> MOVE ON NOW...
Piles/ Haemorrhoids <b>PILOCID TABLET</b> GOOD BYE TO PILES.	Piles/ Haemorrhoids <b>PILOCID GEL</b> GET BACK TO ROUTINE...	Acid peptic disorders <b>ACIDACT TABLET</b> CONTROLS ACIDITY RIGHT AWAY.	Upper respiratory tract infections, Sinusitis, Anorexia <b>TALISULE GRANULE</b> BREATHE UNHINDERED...
Migraine <b>MIGRAKOT TABLET</b> BACK IN ACTION.	Migraine <b>MIGRAKOT OIL</b> KEEP MIGRAINE AND OTHER HEADACHES AT BAY.	Osteo arthritis <b>OSTIKOT TABLET</b> ENJOY THE FREEDOM OF MOBILITY.	Jaundice, Liver disorder <b>LIVOKOT TABLET</b> ADD LIVOKOT ADD LIFE...
Female sub-fertility <b>GYNAKOT TABLET</b> DISCOVER THE MOTHER IN YOU.	Male sub-fertility <b>SPERMAKOT GRANULE</b> FLOURISH YOUR NEXT GENERATION.	Diabetic conditions <b>GLYSIKOT GRANULE</b> ADD TASTE TO YOUR LIFE AGAIN...	Respiratory tract disorders <b>RESPIKOT TABLET</b> BREATHE UNHINDERED...

### AYURVEDA - THE AUTHENTIC WAY

	Vaidyaratnam P.S. Varier's <b>ARYA VAIDYA SALA</b> (A CHARIT ABLE TRUST) <b>KOTTAKKAL-676 503, KERALA</b>	
---	--	---

Tel: 0483-2808000, 2742216, Fax:2742572, 2742210

E-mail: mail@aryavaidyasala.com

## ഉത്തരപക്ഷം

ആപ്തയിൽ ആരംഭിക്കുന്ന പുതിയ പംക്തിയാണ് ഉത്തരപക്ഷം. ആയുർവേദത്തെ കുറിച്ചും അതിന്റെ വർത്തമാനപ്രയോഗ രംഗത്തെപ്പറ്റിയും ആയുർവേദചികിത്സകരല്ലാത്ത വ്യക്തികൾ ഉത്തരപക്ഷത്തിൽ അവരുടെ നിരീക്ഷണങ്ങളും അഭിപ്രായങ്ങളും പങ്കുവെക്കുന്നു. ഇവയെ കേവലം അനുകൂല-പ്രതികൂല ചിന്താപക്ഷ തരംതിരിവുകളായ് കാണാതെ വൈദ്യത്തിന്റെ ജനഹിതവളർച്ചയ്ക്ക് ഊർജ്ജം പകരുന്നതാവട്ടെ എന്ന് ഞങ്ങൾ പ്രത്യാശിക്കുന്നു.

പരിസ്ഥിതി ബോധന രംഗത്തും നാടോടി വിജ്ഞാനീയ രംഗത്തും മൗലികമായ സംഭാവനകൾ നൽകിയഡോ. ഇ.ഉണ്ണികൃഷ്ണനാണ് ഈ ലക്കത്തിൽ ഉത്തരപക്ഷത്തിൽ തന്റെ നിരീക്ഷണങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തുന്നത്. വായനക്കാരുടെ പ്രതികരണം പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

ആപ്ത ടീം.

## പരിരക്ഷണത്തിന്റെ മുൻഗണനകൾ

ഡോ. ഇ.ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ

ആയുർവേദമെഡിക്കൽ അസോസിയേഷന്റെ സംസ്ഥാനസമ്മേളനത്തിന്റെ ഭാഗമായി പെരുവണ്ണാമുഴിയിൽ ഡിസംബർ 21-ാം തീയതി നടന്ന ഔഷധകൃഷി പരിപാലന ശില്പശാലയിൽ പങ്കെടുത്ത പി.സി. സേതുമാധവൻ കാരയാട് 'ഒരേഭൂമി ഒരേജീവൻ' മാസികയിൽ എഴുതിയ കുറിപ്പിൽ ഇങ്ങനെ പറയുന്നു “ആയുർവേദഭിഷഗ്വരന്മാരും നാട്ടുവൈദ്യന്മാരും പങ്കെടുത്ത സംഗമം വളരെ ഹൃദ്യമായിതോന്നി. നിർഭാഗ്യമെന്നു പറയട്ടെ സാങ്കേതികവിദ്യയുടെ സഹായത്തോടെ വിദഗ്ധർ ക്ലാസ്സെടുത്തുവെങ്കിലും ഔഷധച്ചെടിപോലും സദസ്സിന് നേരിൽ കാണിക്കാൻ സംഘാടകർ കരുതിയിരുന്നില്ല. എന്നാൽ ആയുർവേദത്തിന്റെ തലപ്പത്തിരിക്കുന്ന സംഘാടകർ ഉച്ചക്ഷേണം നൽകിയത് പ്ലാസ്റ്റിക് പാത്രത്തിലും ചൂടുവെള്ളം നൽകിയത് പ്ലാസ്റ്റിക് ഗ്ലാസ്സിലുമായിരുന്നു. പ്ലാസ്റ്റിക് ചൂടായാൽ ഡയോക്സിൻ പുറത്തുവരുന്നതും അത് കണ്ടുപിടിക്കപ്പെട്ടവയിൽ ഏറ്റവും മാരകമായ വിഷങ്ങളിലൊന്നാണെന്നും അറിയാത്തവരല്ല സംഘാടകർ. പെരുവണ്ണാമുഴിയിൽ വാഴയില കിട്ടാൻ ഒരു പ്രയാസവുമില്ല. തികച്ചും മോഡേൺ ആവു

കയെന്ന ലക്ഷ്യം പ്രാവർത്തികമാക്കിയതാവാം. എന്നാൽ ആയുർവേദത്തിന്റെ നിലനിൽപ്പ് പഴമയിൽ തന്നെയാണ്.

ഭക്ഷണം വിളമ്പാൻ പ്ലാസ്റ്റിക് പാത്രം ഉപയോഗിച്ചതിനെക്കുറിച്ചോ വാഴയില ഉപയോഗിക്കാത്തതിനെക്കുറിച്ചോ ഉള്ള ഒരു വിമർശനമായി മാത്രം ഇതിനെ കാണാൻ പാടില്ല. അലോപ്പതി ഡോക്ടർമാരോ ബാങ്ക് ഉദ്യോഗസ്ഥന്മാരോ കൊക്കോള കുടിച്ചാലും പ്ലാസ്റ്റിക് പാത്രത്തിൽ വിളമ്പിയാലും തോന്നാത്ത പ്രതിഷേധം ആയുർവേദ ചികിത്സകർ ഇത്തരം പ്രവൃത്തികൾ ചെയ്താൽ എന്തുകൊണ്ടാണ് സാധാരണ ജനത്തിനുണ്ടാവുന്നത്? ഇവരെപ്പോലെയല്ല ആയുർവേദകുലമെന്നും ഇവരിൽ നിന്നും കൂടുതൽ ജൈവികവും പ്രകൃതിസൗഹൃദപരവുമായ ഇടപെടലുകളാണ് അവർ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത് എന്നതുകൊണ്ടുതന്നെ സ്വന്തം ശർക്കരതീറ്റി നിർത്തിയശേഷം മാത്രം കുഞ്ഞിന്റെ ദുഷ്ശീലം മാറ്റാനുപദേശിക്കുകയെന്ന ജീവിതശൈലി രാഷ്ട്രീയം വൈദ്യനെ സംബന്ധിച്ച് അധികപ്പറ്റായിരിക്കില്ല. ആയുർവേദം മുന്നോട്ടുവെച്ച ഋതുചര്യകളും ഭക്ഷണക്രമങ്ങളും മറ്റും സ്വന്തം ജീവിതത്തെ ചി

ട്ടപ്പെടുത്താൻ കുറെയെങ്കിലും സ്വാധീനം ചെലുത്തിയിട്ടുണ്ടെന്ന് നെഞ്ചിൽ തൊട്ടുപറയാൻ ആയുർവേദചികിത്സകർക്ക് എത്രമാത്രം കഴിയുന്നുണ്ടെന്ന് ആലോചിക്കേണ്ടതുണ്ട്. വൈദ്യന്റെ സ്വയം പഥ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള സാധാരണക്കാരന്റെ ഈ പ്രതീക്ഷ നഷ്ടപ്പെടുവെന്നു തോന്നുമ്പോഴാണ് വൈദ്യാ-സ്വയം ചികിത്സിക്കു എന്ന് അവർ പറയുന്നത്.

ഔഷധ സസ്യങ്ങളെ പരിചയപ്പെടുത്താൻ പവർപോയിന്റ് പ്രസന്റേഷനൊക്കെ നല്ലതുതന്നെ. പക്ഷെ ഒരു കാട്ടിലോ കാവിലോ ഇറങ്ങി നടന്നാൽ ഈ ചെടികളെ തിരിച്ചറിയാനാവുന്നുണ്ടോ എന്നതുകൂടി പ്രധാനമാണ്. മണ്ണിൽ ചവിട്ടിനടന്നും കാട്ടിലെ ഞരടി മണപ്പിച്ചും നേടുന്ന അരിവും പ്രധാനമാണ്. ബി.എ.എം.എസിനിടയിൽ പഠിക്കുന്ന ഏതാനും ചെടികൾക്കപ്പുറത്ത് ദ്രവ്യഗുണവിജ്ഞാനം വികസിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നവർ കുറഞ്ഞുവരുന്നുവെന്നത് വിമർശനമായല്ല യാഥാർത്ഥ്യമായിത്തന്നെ ഉൾക്കൊള്ളേണ്ടതുണ്ട്. ഔഷധ സസ്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് ശരിയായതേത് എന്ന വിവാദം കൂടപ്പിറപ്പാണ്. എന്നാൽ വലിയ സംശയങ്ങൾക്കൊന്നും ഇടയില്ലാത്തവപോലും പല ആയുർവേദ കോളേജുകളിലെയും പ്രദർശനത്തോട്ടങ്ങളിൽ തെറ്റായ ശാസ്ത്രീയനാമത്തോടെയാണ് പ്രദർശിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. ചെടികളെ തിരിച്ചറിയാൻ ഫ്ളോറകൾക്ക് പകരം ആയുർവേദ നിഘണ്ടുക്കൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതുകൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന ഭ്രമാവസ്ഥയാണിത്. മുർവാ എന്നാൽ പെരുങ്കുരുമ്പയാണെന്നതിൽ സംശയമില്ല. എന്നാൽ കോണിമോർഫ ഫ്രാഗ്രൻസ് എന്ന് എഴുതിവക്കുമ്പോൾ ഇത് നിജപ്പെടുത്തേണം കാരണം ഏതെങ്കിലും മരുന്നുശേഖരണക്കാരൻ നൽകിയ ചരതശേഖരം (Specimen) ആയിരിക്കുമത്. കേരളത്തിൽ മിക്കയിടത്തും പെരുങ്കുരുമ്പയായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് കോണിമോർഫയല്ല കോസ്മോസ്റ്റിഗ്മ റസിമോയയാണ്. ഇത് തിരുവനന്തപുരത്തെ വൈദ്യന്മാരുടെ കറിവേപ്പിലക്കുറിഞ്ഞിയും വടക്കൻ കേരളത്തിലെ വിഷചികിത്സകരുടെ കുറിച്ചലി/കുറിച്ചുള്ളിയുമാണ്. ഒന്ന് മറ്റൊന്നിന്റെ അഭാവദ്രവ്യമാണോ മായമാണോ എന്നതല്ല ഇവിടെ പ്രശ്നം. ഏതിനാണ് കൂടുതൽ ഔഷധഗുണം

എന്ന പ്രയോഗികജ്ഞാനത്തിനാണ്. അവ രേഖപ്പെടുത്തണമെങ്കിൽ ദ്രവ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള കണ്ടറിവുതന്നെ വേണം.

മാർക്കറ്റിൽ നിന്നും വാങ്ങിയ സർപ്പഗന്ധിവേരിൽ രണ്ടുവർഷം ഗവേഷണം നടത്തിയശേഷമാണ് മുമ്പൊരു ഗവേഷകൻ വേരുമാറിപ്പോയതറിഞ്ഞത്. ഫാർമസ്യൂട്ടിക്കൽ ഗവേഷണങ്ങൾ ആശ്രയിക്കേണ്ടത് മരുന്നചന്തയേയല്ല; ഔഷധ ഗന്ധമുള്ള മണ്ണിനെയാണ്. ഗോപാലകരിൽ നിന്നും വനവാസികളിൽ നിന്നും നേടിയ ദ്രവ്യപരിചയം ഇന്നത്തെ വൈദ്യകുലത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അന്യമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. പത്തായം പെറുമെന്നും ചക്കിക്വത്തുമെന്നും കരുതുന്നവർക്ക് ഇക്കാര്യത്തിൽ വ്യാകുലപ്പെടേണ്ടകാര്യമില്ല. ദശമുലമില്ലെങ്കിലും അവർക്കായി ഔഷധക്കമ്പനികൾ ദശമുലാരിഷ്ടമുണ്ടാക്കി നൽകും. പക്ഷെ രോഗിയെയും ഔഷധത്തെയും കുറിച്ച് വ്യാകുലപ്പെടുന്നവർക്ക് ഇക്കാര്യം അവഗണിക്കാനാവില്ല. ഒരു വൈദ്യൻ കുറിച്ചുകൊടുക്കുന്ന ഔഷധക്കൂട്ടുകളിലെ ദ്രവ്യമേതെന്ന് മാത്രം അയാൾ അറിഞ്ഞാൽപോരാ അതിന്റെ സ്രോതസ്സിനെക്കുറിച്ചുകൂടി ബോധ്യം വേണം. അത്തരമൊരു അന്വേഷണം യഥാർത്ഥ വൈദ്യന്റെ മനസ്സമാധാനം കെടുത്തും. കോപ്സിൻടിറ്റ, അക്കോനിറ്റം ഫെറോക്സ്, ഇനുലറസിമോസ്, പൈക്കോറീസ കുറോവ തുടങ്ങിയ ഹിമാലയൻ എൻഡമിക്സുകൾ റെഡ് ഡാറ്റാബുക്കിൽ പേരുവന്നിട്ടുള്ളവയാണ്. പീതരോഹിണിയും അതിവിടയവും പുഷ്കരമുലവും, കടുരോഹിണിയുമില്ലാതെ എങ്ങനെയാണ് ചികിത്സ സാധ്യമാവുക. എഫ്.ആർ. എൽ.എച്ച്.ടി.യുടെ പഠനപ്രകാരം തെക്കെ ഇന്ത്യയിലെ അടിയിന്ദ്രപ്രാധാന്യത്തോടെ സംരക്ഷണം നൽകേണ്ട 139 ഔഷധച്ചെടികളിൽ 4 എണ്ണം മിക്കവാറും അന്യം നിന്നുകഴിഞ്ഞു. 17 എണ്ണം അതിഗുരുതരമായ വംശനാശഭീഷണിയിലാണ്. 33 എണ്ണം വംശനാശ ഭീഷണിയിലും 49 എണ്ണം അത്യപൂർവ്വവും ആണ്. ജന്തവൗഷധങ്ങളുടെ സ്രോതസ്സായ ജന്തുക്കളിൽ 50 ശതമാനവും 1972ലെ വന്യജീവി സംരക്ഷണ നിയമപ്രകാരം സംരംക്ഷിതങ്ങളാണ്. ഈ യാഥാർത്ഥ്യങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുകയും എന്തുകൊണ്ട് ഇങ്ങനെയാണി എന്നതി

നെക്കുറിച്ച് വ്യാകുലപ്പെടുകയും ചെയ്യേണ്ടവനാണ് ആയുർവേദചികിത്സകൻ. പരിസ്ഥിതി പ്രവർത്തകർ എന്നു ലേബൽ ചെയ്യപ്പെട്ട പ്രത്യേകജീവികളുടെ മാത്രം പ്രശ്നമല്ല പ്രകൃതിയും ജൈവ വൈവിധ്യത്തിനുമേൽക്കുന്ന ആഘാതങ്ങൾ. വൈദ്യസമൂഹവും ഇത്തരമൊരു ഹരിതകുലത്തിന്റെ ഭാഗമാവേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഇലപ്പച്ചയെ തൊട്ടറിയുന്നവനാണ് വൈദ്യനെന്നും ഒരു കുഞ്ഞുപ്പുവിന്റെ അപ്രത്യക്ഷമാവൽ മുതൽ ആഗോള താപനം വരെയുള്ള പ്രകൃതി പ്രശ്നങ്ങളിൽ അവൻ ആശങ്കപ്പെടുമെന്നും കരുതുന്നതുകൊണ്ടാണ് സേതുമാധവനെപ്പോലുള്ളവർ ഇത്തരത്തിൽ പ്രതികരിക്കുന്നത്. അസംസ്കൃത വസ്തുക്കൾ നഷ്ടപ്പെട്ടതിൽ ആശങ്കപ്പെടുന്ന ഒരു തൊഴിൽകൃത്യമായല്ല ഒരു പുസ്തകയുടെ ചിറകടി കൊടുക്കാറ് കൊണ്ടുവരുമെന്നു കരുതുന്ന പച്ചയുടെ കാവൽക്കൂട്ടത്തിലണിചേരേണ്ടവരാണ് ഹരിതകുലം ഇവരെ നോക്കിക്കാണുന്നത്. ആ പ്രതീക്ഷ നിറവേറ്റേണ്ടത് കാലത്തിനോടും പ്രകൃതിയോടും ചെയ്യാനുള്ള കടപ്പാട് മാത്രമാണ്.

ആയുർവേദം ഉപയോഗിക്കുന്ന നൂറുകണക്കിന് ദ്രവ്യങ്ങളെയെല്ലാം നേരിൽപരിചയപ്പെടുകയെന്ന് ക്ഷിപ്രസാധ്യമല്ല. എന്നാൽ തനിക്ക് ചികിത്സനടത്താൻ ആവശ്യമായ ദ്രവ്യങ്ങളെയെങ്കിലും അവയുടെ സ്വാഭാവിക ചുറ്റുപാടിൽ വൈദ്യന് തിരിച്ചറിയാനാകണം. മോഡേൺ മെഡിസിന് ഒരു അവശ്യമരുന്നു പട്ടിക (Essential drug

list) ഉണ്ട്. ആയുർവേദത്തെ സംബന്ധിച്ച് രാസനേരണ്ഡാദി, ഗുൽഗുലുതിക്തകം, ധാന്വന്തരം, അഭയാരിഷ്ടം തുടങ്ങി ഏറ്റവും കൂടുതൽ വിറ്റുവരവുള്ള ഔഷധയോഗങ്ങളെ അവശ്യമരുന്നുകളുടെ പട്ടികയിൽ പെടുത്തണോ. ഔഷധ നിർമ്മാണത്തിന് ഏറ്റവും കൂടുതൽ അളവിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന കുറുന്തോട്ടി, കുവളം, കാട്ടുപടവലം, അമൃത് തുടങ്ങിയ അസംസ്കൃത മരുന്നുകളെ ഉൾപ്പെടുത്തണോ എന്ന സംശയമുയരാം. മരുന്നിനുമുൻപേ ചേർക്കേണ്ടുന്ന മേൽമരുന്നുകളും ഇക്കാര്യത്തിൽ പരിഗണിക്കണം. ചികിത്സകന്റെ കുറിപ്പടിയിൽ ഒരു ദ്രവ്യത്തിന്റെ ആവൃത്തി, ഏറ്റവുമേറെ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്ന നിർമ്മിതഔഷധത്തിലെ ഘടകമെന്ന നിലയിലെ ആവൃത്തി എന്നിവ കണക്കിലെടുത്ത് അസംസ്കൃത മരുന്നുകളെ മുൻനിർത്തിയുള്ള ഒരു അവശ്യമരുന്നുപട്ടിക ആയുർവേദചികിത്സകരുടെ മുൻകയ്യിൽ ഉണ്ടായിവേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഐ.യു.സി.എൻ കാറ്റഗറി അനുസരിച്ച് ഒരു സംരക്ഷണമുൻഗണനാ പട്ടിക വംശനാശ ഭീഷണി നേരിടുന്ന സസ്യങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് ഇന്ന് നിലവിലുണ്ട്. അവശ്യ ദ്രവ്യങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് ഇത്തരമൊരു കൺസർവേഷൻ പ്രയോഗിറ്റിലിസ്റ്റ് ഉണ്ടാക്കുകയും അതുപ്രകാരം അവയുടെ സുരക്ഷയും സുസ്ഥിരലഭ്യതയും ഉറപ്പ് വരുത്തുകയും വേണം. ആയുർവേദത്തെ നിലനിർത്താൻ വേണ്ടിമാത്രമല്ല നമ്മുടെ ഹരിതപൈതൃകത്തിന്റെ സുരക്ഷക്കുവേണ്ടിയും...

പുതിയ പംക്തി ആരംഭിക്കുന്നു.

ആപ്തയിൽ അടുത്ത ലക്കം മുതൽ യോഗവിചാരം - ഔഷധ വിചാരം എന്ന പേരിൽ പുതിയൊരു പംക്തി ആരംഭിക്കുന്നു. ഈ പംക്തിയിൽ നമ്മൾ ദൈനംദിന ചികിത്സയിൽ കൂടുതലായി ഉപയോഗിക്കുന്ന ഔഷധയോഗങ്ങളിലെ ചേരുവകളായ സസ്യങ്ങളെയും മറ്റു ഔഷധങ്ങളെയും പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം വിശകലനം ചെയ്യുകയും അവയുടെ സസ്യശാസ്ത്രപരവും ആയുർവേദീയവുമായ വിവരണങ്ങളും, അഭാവ ദ്രവ്യങ്ങളുടെ ഉപയോഗം, പ്രാദേശികമായ വ്യത്യാസങ്ങൾ തുടങ്ങിയ എല്ലാ കാര്യങ്ങളും വിശദമായി വിശകലനവിധേയമാക്കുന്നു. ചികിത്സയുടെ പ്രയോഗരംഗത്ത് നിന്ന് മുലികകളിലേക്കുള്ള അന്വേഷണമാണ് ഇതിൽ ലക്ഷ്യമിടുന്നത്. വായനക്കാരുടെ വിലപ്പെട്ട സംഭാവനകൾ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു.

The healing touch of Ayurveda  
brought to you by **NAGARJUNA**

**PROPRIETARY PREPARATIONS**



**Cardostab Tablet**  
the comprehensive antihypertensive

**Liporid Tablet**  
the effective route to get rid of surplus adipose

**Diarid Tablet**  
the comprehensive control for diabetes mellitus

**Fineye Eye drops**  
the finest aid to preserve healthy eyes

**Psoria Oil**  
the dependable choice to control psoriasis

**Allergin Granules**  
the comprehensive natural antiallergic

**Pyrid Tablet**  
the quick acting anti-pyretic from the gold-mines of Ayurveda

**Flunil Tablet**  
the herbal cure for the vicious fever

**Halin Drops**  
the choice nasal decongestant

**Supres Cough Syrup**  
the sure and safe expectorant

**Immunoplus Granules**  
the natural blend boosting the immunity mechanism

**Galactoplus Granules**  
the nourishing herbal galactogogue

**Leucorid Tablet**  
the all-in-one antileucorrhoeal

**Normen Tablet**  
the ideal solution to abnormal menstruation

**Femitone Syrup**  
the regularising uterine tonic with grace

**Haematone Syrup**  
the nutritive natural haematinic

**Haematab Tablet**  
the perfectly blended haematinic

**Gason Syrup**  
the ideal carminative & digestive

**Paedo Syrup**  
the digestive solution that improves paediatric health

**Clearout Tablet**  
the easy-to-use purgative

**Nutral Chewable Tablet**  
the perfect antacid

**Protekt Tablet**  
the time-tested antiulcerant

**Pilorid Tablet**  
the numero uno in piles therapy

**Pilorid Ointment**  
the ideal companion in piles therapy

**Rheumarid Tablet**  
the key to quick relief from arthritis

**Rheumat Tablet**  
the right way to combat arthritis right away

**Rheumat Balm & Liniment**  
the soothing solutions to arthritis

**Rheumat 90 Liquid**  
the classical remedy for chronic arthritis

**Spondylon Soft Gel Capsule**  
the unparalleled vertebral specialist

**Sciatiion Soft Gel Capsule**  
the unmatched lumbo-sacral reinforcement

**Calciplus Tablet**  
the nature's boon for strengthening the bones

**Ureaze Tablet**  
the reliable aid for the urinary system

**Countplus Granules**  
the invigorating answer to infertility

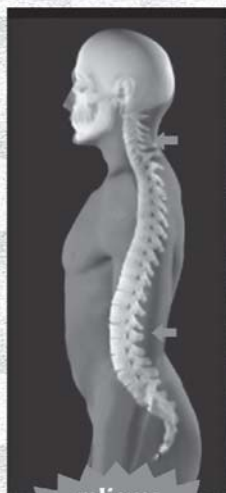
**NAGARJUNA**

*presents*

the unmatched  
lumbo-sacral reinforcement

**SCIATILON**  
SOFT GEL CAPSULES

Indications:  
Lumbar Spondylosis, Sciatica  
Dosage:  
2 Capsules, twice daily



relieves  
numbness  
&  
stiffness

*Thank you  
for  
continuing the support  
for*

**SPONDYLON**  
SOFT GEL CAPSULES

the unparalleled  
vertebral specialist

Indications:  
Cervical Spondylosis,  
Brachial Neuralgia  
Dosage:  
2 Capsules, twice daily

# ഏകധ്രുവ വൈദ്യം

## എൻ.സി.എച്ച്.ആർ ബില്ലിലെ ലക്ഷ്യം

ഡോ.വി.ജി. ഉദയകുമാർ  
(മെമ്പർ സി.സി.ഐ.എം)

ഇന്ത്യയിലെ ആയുർവേദമടക്കമുള്ള അലോപ്പതി ഇതര വൈദ്യ സമ്പ്രദായങ്ങളെ പാർശ്വവൽക്കരിച്ചുകൊണ്ട് ഇവിടെ അലോപ്പതി ചികിത്സയിൽ അധിഷ്ഠിതമായ ഏകധ്രുവ ആരോഗ്യരക്ഷാ വിതരണ സംവിധാനം നടപ്പാക്കുന്നതിനാണ് ബഹുരാഷ്ട്ര കമ്പനികൾ ശ്രമിക്കുന്നത്. അതിന് സഹായകരമാകുന്ന തരത്തിൽ രാജ്യത്തെ നിയമസംവിധാനം പോലും പൊളിച്ചെഴുതപ്പെടുകയാണ്. പുതിയ ദേശീയ ആരോഗ്യ മനുഷ്യവിഭവകമ്മീഷൻ ബില്ലിലും ഈ സമീപനമാണ് പ്രകടമാകുന്നത്.

ഇന്ത്യയിൽ 1970ൽ പ്രധാനമന്ത്രി ശ്രീമതി ഇന്ദിരാഗാന്ധി നടപ്പാക്കിയ ഇന്ത്യൻ പാറ്റന്റ് നിയമം ഇന്ത്യക്കാർക്കു മാത്രമല്ല ലോകമെമ്പാടുമുള്ള ദുർബ്ബല ജനവിഭാഗങ്ങൾക്കെല്ലാം സഹായകരമായിരുന്നു. ഈ നിയമത്തിന്റെ പിൻബലത്തോടെയാണ് ഇന്ത്യ അവശ്യമരുന്ന്പാദനത്തിൽ സ്വയംപര്യാപ്തത കൈവരിച്ചത്. എന്നാൽ ഗാട്ടുകരാറിൽ ഒപ്പുവെച്ചതോടുകൂടി ഇന്ത്യൻ പാറ്റന്റ് നിയമം അപ്രസക്തമാകുകയും നമ്മുടെ ഔഷധ വ്യവസായ മേഖല ബഹുരാഷ്ട്ര കുത്തകകൾക്ക് തുറന്നു കിട്ടുകയും ചെയ്തു. അതിനെ തുടർന്ന് അഭൂതപൂർവ്വമായ ഔഷധവിലവർദ്ധനയിൽ തുടങ്ങിയ പരിണാമം ഇന്ന് ഇന്ത്യൻ കമ്പനികളെ ബഹുരാഷ്ട്ര കുത്തകകൾ വിഴുങ്ങുന്ന അവസ്ഥയിലെത്തിനിൽക്കുന്നു. അതോടൊപ്പംതന്നെ തങ്ങളുടെ വിപണിക്കെതിരെ ഉയർന്നുവരാവുന്ന തദ്ദേശീയബദലുകളെ ഒഴിവാക്കുക എന്ന തന്ത്രമാണ് ഇപ്പോൾ നടപ്പാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. ചികിത്സ അതീവ സങ്കീർണ്ണവും ചെലവേറിയതുമായതും അത് ദരിദ്ര ജനവിഭാഗങ്ങൾക്ക് താങ്ങാനാവില്ലെങ്കിൽ രാജ്യത്തെ ആകെ കൊള്ളയടിച്ച് ഇൻ

ഷുറൻസ് സംവിധാനമുണ്ടാക്കി മുടക്കുമുതൽ തിരിച്ചു പിടിക്കുന്നതിനുള്ള വൈശ്യതന്ത്രവും നാം കണ്ടുകഴിഞ്ഞു. ആ ഇൻഷുറൻസ് പരിരക്ഷ അലോപ്പതിചികിത്സക്കു മാത്രമായി പരിമിതപ്പെടുത്തി അലോപ്പതി ആശുപത്രികളിലേക്ക് ജനങ്ങളെ ആട്ടിതെളിയിക്കുകയാണ് രാഷ്ട്രീയ സ്വാസ്ഥ്യ ബീമായോചനയിലൂടെ ചെയ്തത്. ഇവയെല്ലാംതന്നെ കൃത്യമായ തിരക്കഥയനുസരിച്ച് ജനപ്രതിനിധികൾ അറിയാതെ അവരുകൊണ്ട് അവതരിപ്പിക്കുന്നതിന് കുത്തകകൾക്ക് സംവിധാനമുണ്ട്. പലപ്പോഴും മഹത്തായ മറ്റുലക്ഷ്യങ്ങളാവും പുറമെപ്രചരിപ്പിക്കപ്പെടുക. എല്ലാ പ്രശ്നങ്ങൾക്കും കാരണം കേന്ദ്രനയമാണെന്ന് പറയുന്ന കേരളത്തിലെ ഇടതുപക്ഷ ഗവൺമെന്റ് എ.പി.എൽ വിഭാഗത്തിനായി നടപ്പാക്കിയ സമഗ്ര ആരോഗ്യഇൻഷുറൻസ് പദ്ധതിയിലും ഇതേ സമീപനമാണ് സ്വീകരിച്ചത്. ചികിത്സക്ക് കാശുനൽകേണ്ട ബാധ്യത ഇൻഷുറൻസ്കമ്പനികൾക്കായിട്ടുകൂടി അതിൽനിന്നും ആയുർവേദത്തെ ഒഴിവാക്കുവാൻ സർക്കാറുകൾ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിച്ചു. അതായത് ആയുർവേദം ചികിത്സിക്കണമെങ്കിൽ ജനങ്ങൾ പോക്കറ്റിൽനിന്നും കാശു മുടക്കണം. അലോപ്പതിയാണെങ്കിൽ സൗജന്യവും. അങ്ങനെ സൗജന്യമായതുകൊണ്ട് ആവശ്യമുള്ളതും ഇല്ലാത്തതുമൊക്കെ ജനങ്ങളിൽ അടിച്ചേൽപ്പിക്കപ്പെട്ടു. ആഗോളവൽക്കരണത്തിനെതിരെ തദ്ദേശീയബദലുകളെ കുറിച്ച് പ്രസംഗിച്ചു നടക്കുന്നവർപോലും തനതുവൈദ്യസമ്പ്രദായത്തിന്റെ ഈ പ്രാന്തവൽക്കരണം കണ്ടില്ലെന്നു നടിക്കുന്നു. മാത്രമല്ല അലോപ്പതി മാത്രമാണ് ശാസ്ത്രീയമായ വൈദ്യസമ്പ്രദായമെന്നും ആയുർവേദം അന്ധവിശ്വാസജടലമാണെന്നും പ്രഖ്യാപിക്കുന്ന ലേഖനങ്ങൾക്ക് നല്ല പ്രചരണം

നൽകുകപോലുമുണ്ടായി. കുത്തകകളുടെ സ്വാധീനം കുത്തകവിരുദ്ധ പ്രസ്ഥാനങ്ങളുടെ തലച്ചോറുകളെപ്പോലും സ്വാധീനിക്കുന്നു എന്നതാണ് ഇതിൽ നിന്നും മനസ്സിലാക്കേണ്ടത്.

എന്തുകൊണ്ട് ഇത്ര കരുതലോടെ തനതു ബദലുകളെ തടയുന്നതിന് ഇവർ ശ്രമിക്കുന്നു എന്ന ചോദ്യത്തിന് ഒരു ഉത്തരമേയുള്ളൂ. കൂടുതൽ രോഗികൾ ഉണ്ടാവുക എന്നത് ഔഷധ വ്യവസായലോബിയുടെ ആവശ്യമാണ്. ആയുർവേദത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം മറിച്ചും. രോഗം ഇല്ലാത്ത സാഹചര്യത്തിലും ആയുർവേദത്തിന് പ്രസക്തിയും നിലനിൽപ്പുമുണ്ട്. മുടക്കുമുതൽ തിരിച്ചുകിട്ടണമെങ്കിൽ ഇവിടെ പ്രമേഹികളും ഹൃദ്രോഗികളും പൊണ്ണത്തടിയന്മാരും ഒക്കെ ഉണ്ടാവണം. അതിനെതിരെ നിൽക്കുന്നവരെ ഒഴിവാക്കേണ്ടത് കുത്തകകളുടെ ആവശ്യമാണ്. ഈ ഒഴിവാക്കലിന്റെ ഏറ്റവും ഒടിവലത്തെ ഉദാഹരണമാണ് നാഷണൽ കമ്മീഷൻ ഫോർ ഹ്യൂമൻ റിസോഴ്സ് ഫോർ ഹെൽത്ത് ബിൽ 2011. ആരോഗ്യ മേഖലയിലെ ഡോക്ടർ, നഴ്സ്, ഫാർമസിസ്റ്റ് തുടങ്ങിയ വിഭാഗങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന കൗൺസിലുകളെ ഒരു പൊതുനിയമത്തിന്റെ പരിധിയിൽ കൊണ്ടുവരുന്നതിനാണ് ഈ ബില്ലുകൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. എന്നാൽ അതിൽ നിന്നും ആയുഷ് വിഭാഗങ്ങളെ പൂർണ്ണമായും ഒഴിവാക്കിയിരിക്കുന്നു. ഈ നിയമം നിർവചിക്കുന്നവരാണ് ഭാവിയിൽ ആരോഗ്യ മേഖലയിൽ അംഗീകൃത സാങ്കേതിക വിദഗ്ദ്ധരായി പരിഗണിക്കപ്പെടുക. ആയുഷ് വിഭാഗങ്ങൾക്കായി പ്രത്യേക ബിൽ പരിഗണനയിലുണ്ടെന്ന് പറയുന്നുണ്ടെങ്കിലും ഒരു നിയമം ആരോഗ്യ മേഖലയ്ക്ക് മൊ

ത്തമായി അവതരിപ്പിക്കുകയും അതിൽ ആയുഷ് വിഭാഗങ്ങളെ ഉൾപ്പെടുത്താതിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് ബോധപൂർവ്വമാണ്. അല്ലെങ്കിൽ ഈ ബില്ലിന് അലോപ്പതി വിഭാഗത്തിനു മാത്രമായി എന്നു പറഞ്ഞുകൊണ്ടുതന്നെ അവതരിപ്പിക്കുമായിരുന്നു. ഇതുവഴി ഈ ബില്ലിന് നിർവചിക്കുന്നവർക്കുമാത്രമായി എല്ലാ ദേശീയ ആരോഗ്യ പരിപാടികളും പരിമിതപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യും. ഇതിനകം തന്നെ മെന്റൽ ഹെൽത്ത് ആക്ടിലും ഇതേ സമീപനം നാം കണ്ടതാണ്. അങ്ങനെ പടിപടിയായി ഇത്തരം സമ്പ്രദായങ്ങളെ ഒഴിവാക്കി ഒരു ഏകധുവ ആരോഗ്യ രക്ഷാ സംവിധാനം ഇന്ത്യയെപ്പോലെ ഒരു വലിയ രാജ്യത്ത് നടപ്പാക്കി തങ്ങളുടെ വിപണി സുരക്ഷിതമാക്കുക എന്നതാണ് കുത്തകകളുടെ അജണ്ട. അതിലൂടെ പടിയിറക്കപ്പെടുന്നത് നമ്മുടെ പരമ്പരാഗത വൈദ്യ സമ്പ്രദായമായ ആയുർവേദവും. അതിനെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് തനത് ബദലുകളെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനുള്ള ജാഗ്രത ജനപ്രതിനിധികൾക്കു ഉണ്ടാകേണ്ടതാണ്. ഇക്കഴിഞ്ഞ ഡിസംബർ 22ന് രാജ്യസഭയിൽ അവതരിപ്പിച്ച ഈ ബിൽ വിശദമായ ചർച്ചകൾക്കു ശേഷം വീണ്ടും പരിഗണനക്കായിവരും. പിന്നീട് ലോകസഭയിലും ഇത് അവതരിപ്പിക്കപ്പെടും. ഈ അവസരത്തിൽ ബില്ലിലെ അപാകതകൾ ജനപ്രതിനിധികൾവഴി പരിഹരിക്കുന്നതിന് നമുക്ക് അവസരമുണ്ട്. അങ്ങനെ വരുന്നപക്ഷം എല്ലാ വിഭാഗങ്ങളെയും ഉൾപ്പെടുത്തി ബിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നതിന് ശുപാർശ ചെയ്യുകയാണ് വേണ്ടത്. അതിന് ആവശ്യമായ പ്രവർത്തനമാണ് അടിയന്തിരമായി നാം ഏറ്റെടുക്കേണ്ടത്.

**ആപ്തയിലേക്ക് ലേഖനങ്ങളും വാർത്തകളും അയയ്ക്കുമ്പോൾ**

മലയാളം മാറ്റുകൾ (ML-Ravathi Size 11) ലും ഇംഗ്ലീഷ് മാറ്റുകൾ (Times New Roman Size 10)ലും പേജ് മേക്കറിൽ ടൈപ്പ് ചെയ്ത് അയയ്ക്കുക. ഫോട്ടോസ് .jpg അല്ലെങ്കിൽ .tiff ഫോർമാറ്റിലും ചെയ്ത് സി.ഡി ആയോ ഇ-മെയിൽ വഴിയോ എല്ലാമാസവും 5-ാം തിയ്യതിക്കുമുമ്പ് അയയ്ക്കുക. മാറ്റുകൾ സ്കാൻ ചെയ്ത് അയക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. ഇ-മെയിൽ ചെയ്യുമ്പോൾ സബ്ജക്ടുകോളത്തിൽ വിഷയം സൂചിപ്പിക്കുക.

ചീഫ് എഡിറ്റർ, ആപ്ത, ആയുർവേദ ഭവൻ,  
 പി.ബി.നമ്പർ 93, അങ്കമാലി - 683572, എറണാകുളം  
 editor.apta@gmail.com, drsanalind@yahoo.com  
 ഫോൺ: 9567962131

# ആരോഗ്യമേഖല

## പരസ്പരസഹകരണത്തിന്റെ കൊല്ലം മോഡൽ

ഡോ. വിനോദ്.എൻ  
(കൺവീനർ, പബ്ലിക് ഹെൽത്ത് സബ്കമ്മിറ്റി)

കേരളത്തിലെ ആരോഗ്യരംഗം അതിവേഗം മാറ്റങ്ങൾക്ക് വിധേയമാവുകയാണെന്നത് അവിതർക്കിതമായ വസ്തുതയാണ്. ആരോഗ്യമേഖലയിലെ ഈ മാറ്റങ്ങൾ ആരോഗ്യകരമായ രീതിയിൽ ആണോ എന്നത് വസ്തുതാപരമായ വിശകലനത്തിനും സംവാദത്തിനും വിധേയമാക്കേണ്ടതു്. എങ്കിൽത്തന്നെയും കാലാനുസൃതവും ഒഴിവാക്കാനാവാത്തതുമായ ഈ മാറ്റങ്ങൾക്ക് മുഖം തിരിഞ്ഞുനിൽക്കാതെ ആ പ്രവാഹത്തിന് ഒപ്പം ചേരുകയും അതിന്റെ ഗുണവശങ്ങൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യേ തീർന്നാൽ അതിനാവുന്നതാണ്. അതുകൊണ്ട് തന്നെ നമ്മുടെ ചുറ്റും നടക്കുന്ന ഓരോ ചലനങ്ങളും സസൂക്ഷ്മം നിരീക്ഷിക്കുകയും വിലയിരുത്തുകയും ചെയ്യാൻ ആയുർവേദ സമൂഹം തയ്യാറാകേണ്ടതു്.

**ആയുർവേദവും സാമൂഹിക ആരോഗ്യവും**  
ഇതര വൈദ്യശാസ്ത്രങ്ങളിൽ നിന്നും വിഭിന്നമായി സമഗ്രമായ കാഴ്ചപ്പാടാണ് ആയുർവേദത്തിന്റേതു്. കേവലം രോഗചികിത്സ മാത്രമല്ല ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിൽ പ്രധാനം എന്ന തിരിച്ചറിവ് സഹസ്രാബ്ദങ്ങൾക്ക് മുൻപ് തന്നെ മനസ്സിലാക്കി പ്രയോഗത്തിൽ വരുത്തിയ ശാസ്ത്രമാണ് ആയുർവേദം. നമ്മുടെ ശാസ്ത്രത്തിൽ സവിസ്തരം അതിപ്രാധാന്യത്തോടെ വിവരിച്ചിട്ടുള്ള ദിനചര്യ, ഋതുചര്യ, സദ് വൃത്തം, ജനപഥോദ്ധംസം എന്നിവ വ്യക്തിതല ആരോഗ്യത്തിനൊപ്പം സാമൂഹിക ആരോഗ്യവും എത്രമാത്രം പ്രാധാന്യമാണെന്ന് വിവരിക്കുന്നു. കാലാന്തരത്തിൽ ഈ ശാസ്ത്രം കൈകാര്യം ചെയ്തവർ ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രരീതിയിൽ ചികിത്സയെ വ്യക്തികേന്ദ്രീകൃതമാക്കിത്തീർത്തു എന്നത് പറയാതെ വയ്യ.

ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിൽ ആരോഗ്യത്തിന്റെയും രോഗങ്ങളുടെയും സാമൂഹിക, സാമ്പത്തിക, സാംസ്കാരിക, പ്രാദേശിക ഘടകങ്ങളുടെ സ്വാധീനത്തെക്കുറിച്ച് പിൽക്കാലത്ത് വളരെ വിശദമായ പഠനങ്ങൾ നടക്കുകയും സാമൂഹിക വൈദ്യം എന്ന ഒരു പ്രത്യേക വൈദ്യശാസ്ത്രധാരം തന്നെ രൂപം കൊള്ളുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ ഇതിന് സമാനമായ വളർച്ചകളോ ഗവേഷണങ്ങളോ നമ്മുടെ ശാസ്ത്രത്തിൽ ഉായില്ല എന്നത് ഖേദകരമാണ്. അതുകൊണ്ട് തന്നെ കാലക്രമത്തിൽ ആയുർവേദത്തിന് ചികിത്സാരംഗത്ത് മുന്യായിരുന്ന സാമൂഹിക മേൽക്കോയ്മയും സാമൂഹിക ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളിൽ ആയുർവേദത്തിന്റെ സാന്നിധ്യവും അവഗണിക്കപ്പെട്ടു. ഇന്ന് ലോകവ്യാപകമായി നടക്കുന്ന രോഗപ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും പകർച്ചവ്യാധി നിർമ്മാർജ്ജന യജ്ഞങ്ങളിലും ആയുർവേദം ഉൾപ്പെടെയുള്ള ഇതര വൈദ്യശാസ്ത്ര വിഭാഗങ്ങൾ പാർശ്വവൽക്കരിക്കപ്പെട്ടു. കാലക്രമത്തിൽ സാമൂഹിക ആരോഗ്യം എന്ന പ്രതിബദ്ധതയിൽ നിന്നും ഉത്തരവാദിത്തത്തിൽ നിന്നും ആയുർവേദ ചികിത്സകർ സ്വയം വിട്ടു നിൽക്കാൻ തുടങ്ങി. ഒറ്റപ്പെട്ട ചില സംരംഭങ്ങൾ ഒഴിച്ചു നിർത്തിയാൽ ആയുർവേദ സമൂഹം പൊതുവെ വ്യക്തി കേന്ദ്രീകൃത ചികിത്സയിൽ വ്യാപൃതരായി.

### **പരിഷ്കൃത ദേശീയ ക്ഷയരോഗ നിയന്ത്രണ യജ്ഞവും ആയുർവേദ സമൂഹവും**

ഭാരതത്തിൽ ക്ഷയരോഗ നിർമ്മാർജ്ജനം എന്ന ലക്ഷ്യം മുൻ നിർത്തി കേന്ദ്രസർക്കാർ ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുമായി ചേർന്ന് 1992 മുതൽ നടപ്പിലാക്കി വരുന്ന ആരോഗ്യ പദ്ധതിയാണ് പരിഷ്കൃത ദേശീയ ക്ഷയരോഗ നിയന്ത്രണ പരി

പാടി (Revised National Tuberculosis Control Programme). ദേശീയ തലത്തിൽ തന്നെ ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരും വിവിധ സന്നദ്ധ സംഘടനകളും ഇതിന്റെ ഭാഗമായി പ്രവർത്തിച്ചു വരുന്ന കേരളത്തിൽ ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റെ നിയന്ത്രണത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന സംസ്ഥാന ക്ഷയരോഗ സെൽ ആണ് ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകുന്നത്. ഗവൺമന്റ് അംഗീകൃത ക്ഷയരോഗ നിർണ്ണയ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ രോഗ നിർണ്ണയവും ലോകാരോഗ്യ സംഘടന അംഗീകരിച്ച ചികിത്സാ പ്രോട്ടോക്കോൾ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ള ഔഷധ വിതരണവും ആണ് ഈ പദ്ധതിയുടെ കാതൽ. ഔഷധ വിതരണത്തിനായി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട കേന്ദ്രങ്ങൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നു. നേരിട്ടുള്ള നിരീക്ഷണത്തിന് വിധേയമായി മാത്രം ഹ്രസ്വ കാലത്തേക്ക് മരുന്ന് കൊടുക്കുക (Directly Observed Treatment, Short Course- DOTS) എന്നതാണ് അവലംബിക്കപ്പെടുന്ന രീതി. സർക്കാരിനെ കൂടാതെ വിവിധ സന്നദ്ധ പ്രവർത്തകരുടെയും സംഘടനകളുടെയും സേവനം ഔഷധവിതരണത്തിനായി ഉപയോഗപ്പെടുത്തി വരുന്നു.

ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ഈ പദ്ധതി ആവിഷ്കരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ ചില മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശങ്ങൾക്ക് അനുസരിച്ചുകൊണ്ടും എന്ന് നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇതു മാത്രമല്ല, ഏതൊരു വിധ പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുമ്പോഴും ആ പ്രദേശത്തിന്റെ പ്രാദേശികമായ പ്രത്യേകതകൾ കണക്കിലെടുത്തും അവിടുത്തെ ജനങ്ങൾക്ക് സ്വീകാര്യ പ്രദമായ രീതിയിലും അവിടെ പ്രചാരത്തിലുള്ള ഇതര വൈദ്യശാസ്ത്ര ശാഖകളുടെ കൂടി പങ്കാളിത്തം ഉറപ്പു വരുത്തിയാകണം ആരോഗ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടപ്പിൽ വരുത്തേ ത്. എന്നാൽ ദൗർഭാഗ്യകരം എന്ന് പറയട്ടെ, നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ഇപ്പറഞ്ഞ മാനദണ്ഡങ്ങൾ പാലിക്കപ്പെട്ടില്ല. നിരവധി യോഗ്യരായ ചികിത്സകർ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ആയുർവേദ മേഖലയിലേക്ക് ഈ പരിപാടിയുടെ വിശദാംശങ്ങൾ കടന്നു ചെന്നില്ല. അതിന് പ്രധാന വിലങ്ങു തടിയാണിത്. അല്ലെങ്കിൽ നിൽക്കുന്നത് കേരളത്തിൽ ഇനിയും പരിഷ്കരിക്കപ്പെടാതെ നിലകൊള്ളുന്ന പബ്ലിക് ഹെൽത്ത് ആക്ട് (പൊതുജനാരോഗ്യ നിയമം) തന്നെയാണ്. ഔഷധ വിതരണത്തിനും വിവര ശേഖരണത്തിനും

നുമായി ആരോഗ്യവകുപ്പ് പ്രാഥമിക മെഡിക്കൽ വിദ്യാഭ്യാസ യോഗ്യതകൾ പോലുമില്ലാത്തവരെ ഈ പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമാക്കിയപ്പോൾ നാം മാറ്റി നിർത്തിപ്പെട്ടു. ഒപ്പം ഇത്തരം പദ്ധതികളുടെ ഭാഗമായി സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധത തെളിയിക്കുവാനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ നമ്മുടെ ഭാഗത്തു നിന്നും ഉയരുന്നില്ല.

എന്നാൽ കാറ്റ് മാറി വീശാൻ തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ആയുർവേദ സമൂഹത്തെ ആരോഗ്യമേഖലയിൽ അവഗണിക്കാൻ കഴിയില്ല എന്ന യാഥാർത്ഥ്യം പലരും മനസ്സിലാക്കി തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. നമ്മുടെ മേഖലയിൽ സംഘടനാതലത്തിൽ ഇത്തരം ശ്രമങ്ങൾ ആരംഭിച്ചത് കൊല്ലം ജില്ലയിലാണ്. നിരന്തരമായി ജില്ലാ തലത്തിൽ ജില്ലാ ക്ഷയരോഗ കേന്ദ്രവുമായി നടന്ന ആശയവിനിമയത്തിന്റെ ഫലമായി ആയുർവേദ മേഖലയിലെ താൽപര്യമുള്ള ഡോക്ടർമാരെ ഈ പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി സഹകരിപ്പിക്കുന്നതിനും അതിന്റെ ആദ്യപടിയായി കൊല്ലം ജില്ലയിൽ പരീക്ഷണാടിസ്ഥാനത്തിൽ ഇത് നടപ്പിലാക്കാനും ധാരണയായി. എ.എം.എ.എ.യെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം സംഘടനാ തലത്തിൽ വലിയൊരു നേട്ടം തന്നെയാണിത്.

ഇതിന്റെ ആദ്യഘട്ടമായി ഔദ്യോഗിക യോഗം കൊല്ലം ചിന്നക്കട ഹോട്ടൽ ഷാ ഇന്റർനാഷണലിൽ വച്ച് 07/03/2012 ബുധനാഴ്ച നടന്നു. ക്ഷയരോഗ നിയന്ത്രണ വിഭാഗത്തെ പ്രതിനിധീകരിച്ച് ഡോ. ഷിബു ബാലകൃഷ്ണൻ (നാഷണൽ മെഡിക്കൽ കൺസൾട്ടന്റ്, ലോകാരോഗ്യ സംഘടന), ഡോ. കൃഷ്ണവേണി (ജില്ലാ ടി.ബി. ഓഫീസർ), ജിനേഷ് ലാൽ (ജില്ലാ കോ-ഓർഡിനേറ്റർ, അക്ഷയ പ്രോജക്ട്) എന്നിവരും ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യയെ പ്രതിനിധീകരിച്ച് സംസ്ഥാന ജനറൽ സെക്രട്ടറി ഡോ. രജിത് ആനന്ദ്, മുൻ സംസ്ഥാന പ്രസിഡന്റ് ഡോ. റ്റി.എ.സലീം, ഡോ. വിനോദ് എൻ. (കൺവീനർ, പബ്ലിക് ഹെൽത്ത് സബ് കമ്മിറ്റി), ഡോ. രഘുനാഥൻ (പ്രസിഡന്റ്, കൊല്ലം ജില്ലാ കമ്മിറ്റി) ഡോ. സുരേഷ് ബാബു എന്നിവരും ഭാരതീയ ചികിത്സാവകുപ്പിനെ പ്രതിനിധീകരിച്ച് ഡോ. വി.കെ. ശശികുമാർ (ജില്ലാ മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ, കൊല്ലം), ഡോ. പത്മകുമാർ എന്നിവരും യോഗത്തിൽ

പങ്കെടുത്തു.

പ്രസ്തുത യോഗത്തിൽ ഉായ ചർച്ചകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ സർക്കാർ മേഖലയിൽ നിന്നും സ്വകാര്യ മേഖലയിലെ എ.എം.എ.ഐ.അംഗങ്ങളിൽ നിന്നും തെരഞ്ഞെടുത്ത സ്ഥാപനങ്ങളെ ഡോട്ട്സ് കേന്ദ്രങ്ങളാക്കി അംഗീകാരം നൽകുന്നതിനും ആ സ്ഥാപനങ്ങളിലെ ഡോക്ടർമാർക്ക് ഇതിന്റെ ഭാഗമായുള്ള സാങ്കേതിക പരിശീലനം നൽകുന്നതിനും തീരുമാനമായി. ആദ്യഘട്ട പരിശീലനപരിപാടി മാർച്ച് 14, 16 തീയതികളിൽ കൊല്ലത്ത് നടത്തുന്നതിനും തീരുമാനിക്കുകയായി. അതിനോടൊപ്പം നാം മുന്നോട്ടു വച്ച പ്രധാന നിർദ്ദേശങ്ങളിലൊന്ന് പരിപാടിയുടെ രൂപീകരണ സമിതിയിൽ (സംസ്ഥാന തലം മുതൽ താഴെ തലം വരെ) എ.എം.എ.ഐ.യുടെയും ഭാരതീയ ചികിത്സാവകുപ്പിന്റെയും പ്രതിനിധികളെ ഉൾപ്പെടുത്തണമെന്നതായിരുന്നു. അതും ഉന്നതതല ചർച്ചകൾക്ക് ശേഷം അനുഭാവ പൂർണ്ണമായ തീരുമാനം ലഭിക്കുമെന്ന് ഡോ. ഷിബു ബാലകൃഷ്ണൻ ഉറപ്പുനൽകി.

ക്ലിനിക്കൽ മെഡിസിൻ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്ന ഭൂരിഭാഗം ഡോക്ടർമാർക്ക് ഒരുപക്ഷേ ഇത്തരം ആശയഗതികളോട് പെട്ടെന്ന് പൊരുത്തപ്പെടുന്നതിനും ഉൾക്കൊള്ളുന്നതിനും ബുദ്ധിമുട്ടായേക്കാം. അതുപോലെ കേവലം ഔഷധവിതരണ കേന്ദ്രമായി മാത്രം തങ്ങളുടെ ചികിത്സാ കേന്ദ്രങ്ങളെ മാറ്റുന്നതിലേതിർപ്പും ഉറപ്പും ഉറപ്പാക്കി സാധിക്കാൻ സാധിക്കാമെന്നും പരിപാടിയുടെ ഭാഗമാകുന്നതിലൂടെ ഭൂരിഭാഗം ഡോക്ടർമാരും പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത് ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ ക്ഷയരോഗചികിത്സയുടെ ഭാഗമാക്കി ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്റെ സാധ്യതകളെക്കുറിച്ചാണ്. എന്നാൽ നാം മനസ്സിലാക്കേ ചില വസ്തുതകൾ ഉ്.

ദേശീയ ക്ഷയരോഗ നിയന്ത്രണ പരിപാടിയുടെ ഭാഗമായി നടക്കുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ എല്ലാം തന്നെ പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളാണ്. ഏതൊരു പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും 4 ഘട്ടങ്ങളു്. രോഗം ബാധിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് അതുതടയുക എന്നതാണ് ഏറ്റവും പ്രാഥമികവും പരമപ്രധാനവുമായ കർത്തവ്യം. രോഗം വരാൻ സാധ്യതയില്ലാത്തവർക്കും ഇതുവരെ രോഗം ബാധിച്ചിട്ടില്ലാത്തവർക്കും രോഗകാരണമാകാവുന്ന ഘടകങ്ങൾ

(Risk factors) ഉറപ്പായി വരുമ്പോൾ തടയുക എന്നതാണ് ആദ്യഘട്ടം കൊ് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത് (Primordial prevention). ഇത് രോഗപ്രതിരോധത്തിന്റെ ഒരു നൂതന ആശയമാണ്.

രോഗം ഘട്ടത്തിൽ രോഗം വരുമ്പോൾ തടയുന്നതിനുള്ള മുൻകരുതലുകളാണ് (Primary prevention). ഇതുതന്നെ ഒരു പ്രത്യേക സമൂഹത്തിനു വേണ്ടിയോ (Population strategy) അതല്ലെങ്കിൽ രോഗസാധ്യത കൂടിയ വിഭാഗത്തിനു വേണ്ടിയോ (High Risk strategy) പ്രത്യേകമായി തയ്യാറാക്കിയതാകാം.

രോഗം ബാധിച്ചവർക്ക് ആദ്യഘട്ടത്തിൽ രോഗശമനത്തിനു വേണ്ടി നടത്തുന്ന ശ്രമങ്ങളും രോഗസങ്കീർണ്ണതകൾ കുറയ്ക്കുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളുമാണ് മൂന്നാംഘട്ടം (Secondary Prevention). ഈ ഘട്ടത്തിലാണ് ക്ഷയരോഗ നിയന്ത്രണ പരിപാടിയുടെ സുപ്രധാന ഭാഗമായ ലോകാരോഗ്യ സംഘടന നിർദ്ദേശിക്കുന്ന തരത്തിലുള്ള വ്യവസ്ഥാപിതമായ ചികിത്സാ പ്രോട്ടോക്കോൾ അനുസരിച്ചുള്ള ഔഷധങ്ങളുടെ പ്രയോഗം ഉൾപ്പെടുന്നത്.

ചികിത്സാശേഷവും ചികിത്സാസാധ്യതകൾക്കപ്പുറത്തേക്ക് രോഗം മുർച്ഛിക്കുന്ന അവസരത്തിലും ശാരീരിക വൈകല്യങ്ങൾ പരിമിതപ്പെടുത്തുന്നതിനും ശേഷിക്കുന്ന ആരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിനും ഉദ്ദേശിച്ച് ചെയ്യുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങളെ (Rehabilitation) നാലാം ഘട്ടത്തിൽ പെടുത്താം (Tertiary prevention).

മേൽപ്പറഞ്ഞ 4 ഘട്ടങ്ങളിൽ മൂന്നാമതു ഘട്ടമാണ് ക്ഷയരോഗ നിയന്ത്രണ പരിപാടിയിലെ ഏറ്റവും പ്രസക്തമായത്. മുമ്പ് പരാമർശിച്ചതുപോലെ നിരവധി ഗവേഷണങ്ങളിലൂടെ ഫലപ്രദമെന്ന് അസന്ദിഗ്ധം തെളിയിക്കപ്പെട്ടതും ലോകാരോഗ്യ സംഘടന അംഗീകരിച്ചതുമായ ഔഷധങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുന്ന ചികിത്സാ പ്രോട്ടോക്കോൾ ആണ് ഇവിടെ ഉപയോഗിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ടു തന്നെ അതിൽ ഭേദഗതികൾ വരുത്തുക അസാധ്യമാണ്. ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ ഈ പരിപാടിയിൽ മുഖ്യധാരാ ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗിക്കുക അസാധ്യമെന്ന് സാരം. എങ്കിൽ പിന്നെ ഇത്തരമൊരു പരിപാടിയിൽ പങ്കാളികൾ ആവുന്നതു കൊണ്ട് ആയുർവേദ സമൂഹത്തിന് എന്തു പ്രയോജനം

നം എന്ന ചോദ്യം സ്വാഭാവികമായും ഉായേക്കാം. പ്രയോജനങ്ങൾ പലതാണ്. ഇത്തരമൊരു പരിപാടിയിൽ പങ്കാളികൾ ആവുന്നതോടെ ആരോഗ്യരംഗത്ത് ആയുർവേദത്തിന് നിരവധി സാധ്യതകൾ തുറന്നു കിട്ടുകയാണ്. ഇതിന്റെ ആദ്യ ഘട്ടങ്ങളിലൂടെ രോഗ പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കാളികൾ ആകുവാൻ നമുക്ക് കഴിയും. നമ്മുടെ മുമ്പിലെത്തുന്നവരിൽ ക്ഷയരോഗ ബാധിതരെ തിരിച്ചറിയുന്നതിനുള്ള സാങ്കേതിക സഹായം ഈ പരിപാടിയിൽ പങ്കാളികൾ ആവുന്നവർക്ക് ജില്ലാ ക്ഷയരോഗകേന്ദ്രം ഉറപ്പു നൽകുന്നു. നിലവിൽ ഡോട്ട്സ് ചികിത്സക്ക് വിധേയരാവുന്നവർക്ക് മറ്റ് അനുബന്ധ രോഗാവസ്ഥകളിൽ അവരുടെ താൽപര്യർത്ഥം ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ നൽകുന്നതിനും അതിന്റെ ഫലം ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ ഒരു ഘട്ടത്തിലും ഉപയോഗിക്കാത്തവരുമായി താരതമ്യത്തിന് വിധേയമാക്കുന്നതിനുമുള്ള ഒരു അവസരം കൂടി ഇത് തുറന്ന് തരുന്നു. ഭാവിയിൽ ക്ഷയരോഗ ചികിത്സാ പ്രൊട്ടോക്കോളിൽ ഉൾപ്പെടുത്താവുന്ന ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങളെ കണ്ടെത്തുന്നതിനും അവയുടെ ഫലപ്രാപ്തി അളക്കുന്നതിനും മറ്റുമുള്ള വിശദമായ പഠനങ്ങൾ നടക്കേയിരിക്കുന്നു. ക്ഷയരോഗ നിയന്ത്രണം സംബന്ധിച്ച പുതുക്കിയ വി

ജ്ഞാനമേഖലകൾ നമ്മുടെ സമൂഹത്തിനും അനുഭവവേദ്യമാവുന്നതിനും ഈ പരസ്പര സഹകരണം അവസരമൊരുക്കും.

ഇതൊരു തുടക്കം മാത്രമാണ്. നിരവധി പ്രായോഗിക ബുദ്ധിമുട്ടുകളും എതിർപ്പുകളും വിവിധ മേഖലകളിൽ നിന്നും ഉാവുക സ്വാഭാവികമാണ്. ഒട്ടനവധി ഗവേഷണങ്ങളുടെ ഫലമായി മാത്രമേ നമ്മുടെ ശാസ്ത്രത്തിന് ആഗോളതലത്തിൽ സ്വീകാര്യത ലഭിക്കുകയുള്ളൂ എന്ന യാഥാർത്ഥ്യം നാം ഉൾക്കൊള്ളണം. അതിനാൽ നമ്മെ തേടിയെത്തുന്ന ഇത്തരം അവസരങ്ങൾ ഫലപ്രദമായി വിനിയോഗിച്ച് കേരളത്തിലെ ആരോഗ്യമേഖലയിൽ ഒരു നിർണ്ണായക സ്വാധീനശക്തിയായി മാറാൻ ആയുർവേദത്തിന് കഴിയണം. അതിനായി ശ്ലാഘനീയമായ പ്രവർത്തനം കാഴ്ചവെച്ചു എ.എം.എ.ഐ.കൊല്ലം ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയും പ്രത്യേകിച്ച് ജില്ലാ പ്രസിഡന്റ് ഡോ. രഘുനാഥനും പ്രത്യേകം അഭിനന്ദനം അർഹിക്കുന്നു. ഈ പ്രവർത്തനം മാതൃകയാക്കാൻ മറ്റു ജില്ലാ കമ്മിറ്റികളും ആർജ്ജവം കാട്ടണം. പരീക്ഷണാടിസ്ഥാനത്തിൽ ആരംഭിച്ച സഹകരണത്തിന്റെ കൊല്ലം മോഡൽ നാളെ ലോകമറിയാന മറ്റൊരു കേരള മോഡൽ ആകട്ടെ. അതിനായി നമുക്ക് കാത്തിരിക്കാം...ശുഭ പ്രതീക്ഷയോടെ...

**തൊഴിൽ മേഖലകൾ ....**

*പേജ് 3 തുടർച്ച....*

നക്കാരെ നിയമിച്ച് രാവിലെ മുതൽ വൈകിട്ടുവരെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന സ്ഥാപനങ്ങളാക്കി മാറ്റിയെടുക്കേണ്ടതാണ്. പൊതുജനാരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളിൽ നമ്മുടെ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ സാധ്യതകൾ പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്തേണ്ടതുണ്ട്. അതുവഴി സമൂഹത്തിന്റെ ആരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിന് അനിവാര്യമായ കേന്ദ്രങ്ങളായി ആയുർവേദ സിസ്റ്റംപെൻസറികൾ മാറണം. ആയുർവേദ ചികിത്സയ്ക്ക് ഇൻഷുറൻസ് പരിരക്ഷ നൽകുന്ന കാര്യത്തിൽ സർക്കാർ ക്രിയാത്മകമായി പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതാണ്.

കേന്ദ്രസർക്കാരിന്റെ ഡിഫൻസ്, റെയിൽവേ മുതലായ വകുപ്പുകളിൽ ആയുർവേദ വിഭാഗം ആരംഭിക്കണം എന്നുള്ള നമ്മുടെ ദീർഘകാലമായുള്ള ആവശ്യം നേടിയെടുക്കാൻ കൂടുതൽ സമ്മർദ്ദം കേന്ദ്രസർക്കാരിൽ ചെലുത്തേണ്ടതാണ്.

ഡ്രഗ്സ് കൺട്രോൾ വിഭാഗത്തിൽ ഇൻസ്പെക്ടർമാരുടെ കൂടുതൽ തസ്തികകൾ സൃഷ്ടിക്കേണ്ടത് ഈ വിഭാഗം കൂടുതൽ കാര്യക്ഷമമാക്കാൻ അനിവാര്യമാണ്. സ്പെഷ്യാലിറ്റി ക്ലിനിക്കുകൾ സാർവത്രികമാകത്തക്ക രീതിയിൽ വിദ്യാഭ്യാസ സമ്പ്രദായം പരിഷ്കരിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

ഇത്തരത്തിൽ ഒട്ടേറെ വികസനം ആയുർവേദ മേഖലയിൽ ഉണ്ടാകേണ്ടതാണ്. അതിനു വേണ്ടിയുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ നിരന്തരമായി ഏറ്റെടുത്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന സംഘടനയാണ് ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ. ഡോക്ടർമാർക്ക് കൂടുതൽ തൊഴിലവസരങ്ങളും മാന്യമായ വേതനവും ലഭ്യമാക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഗൗരവമായി ഏറ്റെടുക്കുന്നതിന് നമ്മുടെ സമൂഹം ഒറ്റക്കെട്ടായി അണിചേരേണ്ടതുണ്ട്.









# പറയും, നിങ്ങളാർക്കൊപ്പമാണ്?

ഡോ. എം. പ്രസാദ്  
സുന്ദ്രി ആയുർവേദശാസ്ത്രം & റിസർച്ച് സെന്റർ, തൃശൂർ  
sunethriayurveda@gmail.com

ഏറെ സവിശേഷമായ സന്ദർഭമായിരുന്നു എ.എം. എ.ഐയുടെ 14-ാമത് സംസ്ഥാന സമ്മേളനത്തിന്റെ ഭാഗമായി ജനുവരി 22-ാം തിയ്യതി നടന്ന അക്കാദമിക് യോഗത്തിന്റെ ഉദ്ഘാടനവേദി. രണ്ട് വിശിഷ്ട വ്യക്തിത്വങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യമാണ് ആ സന്ദർഭത്തെ സവിശേഷമാക്കിയത്. ഒരാൾ പത്മഭൂഷൺ ഡോ. സാംപിത്രോഡ. വിവരവിതരണ സൗകര്യങ്ങളുടെയും നൂതനവിഷ്കാരങ്ങളുടെയും കാര്യത്തിൽ ഇന്ത്യൻ പ്രധാന മന്ത്രിയുടെ ഉപദേശകനാണദ്ദേഹം. രണ്ടാമൻ പത്മഭൂഷൺ പ്രൊഫ. ബി.എം. ഹെഡ്ഗേ. വിശ്വപ്രശസ്തനായ ഹൃദ്രോഗ ചികിത്സകൻ, മണിപ്പാൽ ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസ അക്കാദമിയുടെ മുൻ വൈസ് ചാൻസലർ, ഗ്രന്ഥകാരൻ, പ്രഭാഷകൻ എന്നീ മേഖലകളിലെല്ലാം പ്രശസ്തൻ. ശ്രീമാൻ സാം പിത്രോഡയായിരുന്നു ഉദ്ഘാടകൻ. അദ്ദേഹത്തിന്റേത് 'അയഥാർത്ഥ സാന്നിധ്യ'മായിരുന്നു. ദൽഹിയിലിരുന്ന് വീഡിയോ കോൺഫറൻസ് വഴി കോഴിക്കോട്ടെ സമ്മേളന നഗരിയിലെ തിരശ്ശീലയിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടുകൊണ്ടാണ് അദ്ദേഹം ഉദ്ഘാടനകർമ്മം നിർവ്വഹിച്ചത്. പ്രഭാഷണത്തെത്തുടർന്ന് അദ്ദേഹം ചില ചോദ്യങ്ങൾക്ക് മറുപടി പറയുകയും ചെയ്തു. പിന്നീടാണ് ഡോ. ഹെഡ്ഗേ സംസാരിച്ചത്. അദ്ദേഹം കുറച്ച് നേരത്തെത്തന്നെ സ്ഥലത്തെത്തുകയും ശ്രീ.പത്രോഡയുടെ ഉദ്ഘാടന പ്രസംഗം കുറേഭാഗം ശ്രവിക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നു. 'സാമൂഹികാരോഗ്യത്തിന് ആയുർവേദം' എന്നതായിരുന്നു ഈ ചർച്ചായോഗത്തിന്റെ വിഷയം. നേരത്തെ സൂചിപ്പിച്ച രണ്ടുപേരും ഈ വിഷയത്തെ അത്ര പ്രധാനമായി പരിഗണിച്ചുകൊണ്ട് സംസാരിച്ചു എന്നു തോന്നുന്നില്ല. സംഘാടകർ അത് പ്രതീക്ഷിച്ചിരുന്നുമില്ല. ആയുർവേദത്തിന്റെ സാമൂഹികസാന്നിധ്യം ഏതു തരത്തിൽ വിലയിരുത്തപ്പെടുന്നു എന്നതാണ് തങ്ങളുടെ പ്ര

ഭാഷണങ്ങളിൽ ഇരുവരും പ്രധാനമായും പരാമർശിച്ചത്. ഇക്കാര്യത്തിൽ ഇരുവരുടേയും സമീപനത്തിലെ വ്യത്യസ്തതകളാണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ ഈ ചർച്ചായോഗത്തെ അനുപമമാക്കിയത്. ഡോ. സാംപിത്രോഡ ഒരു സാങ്കേതിക പശ്ചാത്തലത്തിൽ നിന്നും വളർന്ന് ഭാരതത്തിന്റെ ആസൂത്രണരംഗത്ത് തന്റേതായ ഇടം കണ്ടെത്തിയ ഒരു പ്രതിഭാശാലിയാണ്. ഭാരതത്തിൽ വിവരസാങ്കേതിക വിദ്യ, ടെലി കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ എന്നീ രംഗങ്ങളിൽ വിപ്ലവകരമായ തുടക്കങ്ങളുണ്ടാക്കിയ ആൾ എന്ന നിലയിലാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രശസ്തി. 'ഇന്നോവേഷൻ' (നൂതനവിഷ്കാരം എന്ന് അയഞ്ഞ തർജ്ജമ) എന്നതാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ മന്ത്രം. ആയുർവേദത്തെ സംബന്ധിച്ച് (പതിവുപോലെ) അദ്ദേഹം ഏറെ ഗൃഹാതുരത്വത്തോടെയാണ് സംസാരിച്ചത്. വെള്ളവും വെളിച്ചവുമില്ലാത്ത തന്റെ ബാല്യകാല ഒഡീശി ഗ്രാമത്തിൽ ഏതു വിധേനയാണ് മുത്തശ്ശി തങ്ങളെ യെല്ലാം അരോഗദുഃഖഗാത്രരായി വളർത്തിയെടുത്തത് എന്ന് അദ്ദേഹം ആവേശത്തോടെ ഓർത്തെടുത്തു. എന്നാൽ കാലം മാറിയിരിക്കുന്നു. ഇത് ആഗോളീകരണത്തിന്റെ കാലമാണ്. ആയുർവേദത്തിന് പുതിയ കാലത്തിനനുയോജ്യമാം വിധം നിലനിൽക്കണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തിയേ പറ്റൂ. എല്ലാം തങ്ങൾക്കു കഴിയും എന്ന മൗഢ്യത്തിലിരിക്കുന്ന വൈദ്യന്മാരായാൽ പോര. ഏറ്റവും കുറഞ്ഞത് പത്തു രോഗങ്ങളുടെ കാര്യത്തിലെങ്കിലും തങ്ങളുടെ ചികിത്സാരീതിയുടെ ശാസ്ത്രീയത കൃത്യമായ പരീക്ഷണങ്ങളിലൂടെ (ക്ലിനിക്കൽ ട്രയൽ) തെളിയിച്ചെടുത്തേ മതിയാവൂ. ജനത്തിന് ആയുർവേദത്തിൽ വിശ്വാസം ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കാൻ മറ്റു വഴിയില്ല. അവർക്ക് വിശ്വാസമില്ലെങ്കിൽ കാര്യങ്ങൾ ബുദ്ധിമുട്ടായിത്തീരുകയും ചെയ്യും. മാത്രമല്ല ഒറ്റയ്ക്കൊറ്റ

യ്ക്കായി ഇരുന്നിട്ടും കാര്യമൊന്നുമില്ല. കൂട്ടം ചേർന്ന്, ഉച്ചത്തിൽ, എന്തെങ്കിലുമൊക്കെ ചെയ്യാനായാൽ രക്ഷപ്പെടാം. ലോകമാർക്കറിൽ ആയുർവേദത്തിന്റെ സ്ഥിതി അത്രയൊന്നും ആശാവഹമല്ല. ഇത് മാറണം. ചികിത്സകർ വിവരസാങ്കേതിക വിദ്യയുടെ വ്യാപനത്തെ തങ്ങൾക്കനുക്ലമായി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്ന കാര്യത്തിൽ ആവേശത്തോടെ ഇടപെട്ടേ മതിയാകൂ. എന്തുകൊണ്ടാണ് ആസൂത്രണങ്ങളിൽ ആയുർവേദം പരിഗണിക്കപ്പെടാതെ പോകുന്നത്? ഇതിന് ശക്തവും നയപരവുമായ ലോബിയിംഗ് വേണം. ഇതിന് ബ്യൂറോക്രാറ്റുകളും രാഷ്ട്രീയക്കാരും മാത്രം പോര. വിഷയവിദഗ്ദ്ധരായ വൈദ്യന്മാരും ഒരുമ്പെട്ടിറങ്ങണം. എങ്ങനെയാണ് അലോപ്പതിക്കാർ തങ്ങളുടെ കാര്യം സാധിച്ചെടുക്കുന്നത് എന്ന് കണ്ടുപറിയ്ക്കണം. അവരുമായി ചേർന്നു പ്രവർത്തിക്കാവുന്നിടത്തെല്ലാം അങ്ങനെ ചെയ്യണം. പരസ്പരം ശക്തിദുർബ്ബല്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി ഏറ്റവും യോജിച്ച സേവനം രോഗിക്ക് നൽകാൻ സഹകരിക്കുകയും വേണം. സർക്കാരിന്റെ ഭാഗത്തുനിന്നും വേണ്ടത്ര സഹകരണവും സഹായങ്ങളും ഇക്കാലത്ത് ആയുർവേദത്തിനു ലഭിക്കുന്നില്ല എങ്കിൽ അത് ആയുർവേദ ചികിത്സകരുടെ പോരായ്മതന്നെയാണെന്നും അദ്ദേഹം അർത്ഥശക്തിയല്ലാതെ പറഞ്ഞു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രസംഗത്തിലെ പ്രധാന സംഗതികളെ ഇങ്ങനെ സംഗ്രഹിക്കാം.

1. ആയുർവേദത്തിൽ പാശ്ചാത്യമാതൃകയിലുള്ള ക്ലിനിക്കൽ ട്രയലുകൾ ധാരാളമായി ഉണ്ടായേ തീരൂ.
2. വിവരസാങ്കേതികവിദ്യ തങ്ങൾക്കനുക്ലമാക്കി മാറ്റുന്നതിൽ ആയുർവേദ വൈദ്യന്മാർ മനസ്സീരുത്തണം.
3. ആസൂത്രണ രംഗത്ത് സ്വാധീനം ചെലുത്തത്തക്ക രീതിയിൽ ലോബിയിംഗ് നടത്തുന്നതിൽ ഒരുമ്പെട്ടിറങ്ങണം.

സ്വതന്ത്രഭാരതം സൃഷ്ടിച്ചിട്ടുള്ള ചികിത്സകരിൽ എക്കാലത്തേയും മികച്ചവരിൽ ഒരാളാണ് ഡോ. ബി.എം. ഹെഗ്ഡെ. എന്നാൽ ആ നിലയിൽ മാത്രമല്ല, മികച്ച അധ്യാപകൻ, ദീർഘദർശിയായ ഭരണകർത്താവ്, ഗ്രന്ഥകാരൻ, പ്രസംഗകൻ എന്നീ നിലകളിലും അദ്ദേഹം ഏറെ പ്രശസ്തനാ

ണ്. ഏറെ ശ്രദ്ധേയമായ ഒരു സംഗതി ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ മികച്ചതെന്നു ഘോഷിക്കപ്പെടുന്ന പല മുന്നേറ്റങ്ങളുടേയും നിശിത വിമർശകനാണ് അദ്ദേഹം എന്നതത്രെ!

അദ്ദേഹത്തിന്റെ വിലയിരുത്തലിൽ ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നത് മരുന്നുവ്യാപാരമാണ്, പണമാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ അതിനനുഗുണമല്ലാത്ത ഏതൊരു സമ്പ്രദായത്തേയും തകർക്കുവാൻ അതിന് മടിയില്ല. ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ പല സമീപനങ്ങളും അടിസ്ഥാനപരമായി പിശകുള്ളതാണെന്ന് അദ്ദേഹം നിരീക്ഷിക്കുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ മനുഷ്യരാശിക്കാകമാനം പ്രത്യാശ നൽകുന്ന ഒരേ ഒരു സമ്പ്രദായം ആയുർവേദമാണ്. അത് എല്ലാ വൈദ്യശാഖകളുടേയും മാതാവാണ്. ആയുർവേദം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നവർ കഠിനപ്രയത്നം ചെയ്യാൻ സന്നദ്ധരാകാത്ത പക്ഷം ഈ മഹത്തായ സമ്പ്രദായം ഒട്ടുംതന്നെ പ്രയോജനക്ഷമമല്ലാതെ വരും എന്നതാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആശങ്ക. ആയുർവേദത്തിൽ കൃത്യമായ പഠനഗവേഷണങ്ങൾ ഉണ്ടായേ പറ്റൂ. എന്നാൽ പാശ്ചാത്യവൈദ്യം അനുശാസിക്കുംപോലെയുള്ള ഗവേഷണമാർഗ്ഗങ്ങളിൽ അദ്ദേഹത്തിനത്ര വിശ്വാസം പോര. ഗവേഷണത്തിന്റെ ഏറ്റവും മികച്ച മാനദണ്ഡമായി ഉയർത്തിക്കാട്ടുന്ന Randomized Controlled Trials(RCT) പ്രതിദിനം പൊള്ളത്തരങ്ങൾ പുറത്തായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു തട്ടിപ്പാണെന്ന് ഉദാഹരണസഹിതം അദ്ദേഹം വിശദീകരിക്കുന്നു. വ്യക്തിയെ ശാരീരികമായ ഒരു തലത്തിൽ നിന്നുകൊണ്ട് വിശകലനം ചെയ്യാനേ ആധുനിക വൈദ്യത്തിനാവൂ. എന്നാൽ കാര്യങ്ങളുടെ നിജസ്ഥിതി മനസ്സിലാക്കുന്നതിന് ഇത് തെല്ലും പര്യാപ്തമല്ല. ഇത് ആധുനിക ഗവേഷകർക്കുതന്നെ ബോധ്യം വന്നു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന സംഗതിയാണ്. അതുകൊണ്ടു തന്നെ അപ്രകാരം ചിട്ടപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്ന ക്ലിനിക്കൽ ട്രയലുകൾ ഉണ്ടായാലേ ആയുർവേദം ശാസ്ത്രീയവും സീകാര്യവുമാകൂ എന്ന വാദഗതി കാമ്പുള്ളതല്ലെന്ന് അദ്ദേഹം തന്റെ പ്രഭാഷണത്തിലുടനീളം സമർത്ഥിച്ചു. വൈദ്യശാസ്ത്രചരിത്രംപരിശോധിച്ചാൽ പല നിർണ്ണായക വഴിത്തിരിവുകളും ഉണ്ടായിട്ടുള്ളത് Single case studyകളിൽ നിന്നാണെന്ന് കാണാം

നാകും. ഒരു കൺട്രോൾ ഗ്രൂപ്പുമായുള്ള താരതമ്യമാണ് ചികിത്സയുടെ ഫലപ്രാപ്തി നിർണ്ണയിക്കുന്നതിന്റെ മാനദണ്ഡമെന്നു കരുതരുത്. എന്തു കൊണ്ടെന്നാൽ, കൃത്യതയുള്ള കൺട്രോൾ ഗ്രൂപ്പ് എന്നത് ഏറെ കുറെ അസാധ്യമായ കാര്യമാണ്. അത്തരത്തിലൊരു കൺട്രോൾ ഗ്രൂപ്പ് വികസിപ്പിച്ചെടുക്കുന്ന കാര്യത്തിൽപ്പോലും ആയുർവേദ രീതിയിലുള്ള ദോഷചിന്തയാകും കൂടുതൽ സഹായകരം. ദോഷപ്രകൃതി മുൻനിർത്തി രണ്ടാളുകളെ താരതമ്യം ചെയ്താൽ അത് 90 ശതമാനം കൃത്യത നൽകുമെങ്കിൽ ഇപ്പോഴത്തെ ക്ലിനിക്കൽ ട്രയലുകളിൽ അത് 9 ശതമാനം മാത്രമേയുള്ളൂ. ആയുർവേദം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നവർ അലോപ്പതി രീതികളെ മാതൃകയാക്കേണ്ടതില്ല. എന്നാൽ ശാസ്ത്രീയമായ ചിന്ത എന്നത് ഒഴിവാക്കാനാവാത്തതുമാണ്. ഇതിന് കഠിനമായ പ്രയത്നം കൂടിയേ തീരൂ. ദൗർഭാഗ്യവശാൽ ഇതുണ്ടാകുന്നില്ല. ഡോ. ഹെഡ്ഗേയുടെ പ്രഭാഷണത്തിന്റെ പ്രസക്തഭാഗങ്ങളെ ഇങ്ങനെ സംഗ്രഹിക്കാം.

1. മനുഷ്യരാശിക്ക് പ്രത്യാശനൽകുന്ന ഒരേയൊരു വൈദ്യസമ്പ്രദായം ആയുർവേദമാണ്.
2. ആധുനിക ഗവേഷണ സങ്കേതങ്ങൾ മിക്കതും പൊള്ളയും മാർക്കറ്റിന്റെ ആവശ്യങ്ങൾക്കുവേണ്ടി ആസൂത്രണം ചെയ്യപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതാണ്. അവയെ ശാസ്ത്രീയതയുടെ അളവുകോലായി സീകരിച്ചുകൂടാ.
3. ആയുർവേദ ചികിത്സകർ സമർപ്പിത ചിന്തരായി തങ്ങളുടെ സമ്പ്രദായത്തിന്റെ കൃത്യതയും പ്രയോജനക്ഷമതയും വർദ്ധിപ്പിക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. അലോപ്പതി ഗവേഷണ സമ്പ്രദായത്തിന്റെ പിറകെപ്പോകേണ്ടതില്ല.
4. ആയുർവേദത്തിന്റെ വികസനത്തിൽ വിഘാതമായി നിൽക്കുന്നത് മറ്റൊരുമല്ല, ആയുർവേദക്കാർ തന്നെയാണ്.

ഈ രണ്ടു പ്രഗത്ഭരും തികച്ചും വ്യത്യസ്തങ്ങളായ കാഴ്ചപ്പാടുകളാണ് അവതരിപ്പിച്ചിട്ടുള്ളത് എന്നത് വ്യക്തമാണല്ലോ. ഇതിലേതാണ് സീകാര്യം? ആലോചിച്ച് ഉറപ്പിച്ച് പറയട്ടെ, പ്രൊഫ. ഹെഡ്ഗേയ്ക്കൊപ്പമാണ് എന്റെ നിലപാട്. അത് ആ

യുർവേദത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ സത്ത തേടിയുള്ള അന്വേഷണത്തിനും മനുഷ്യരാശിയ്ക്കൊരുമാനം അതിന്റെ പ്രയോജനം ലഭ്യമാക്കാനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും വഴിവെയ്ക്കുന്നു എന്ന വിശ്വാസമാണ് അതിനുള്ള പ്രേരകം. ഡോ.പത്രോഡയുടെ വഴി വികസനത്തിനുകുന്നതാണെന്നതിൽ സംശയമില്ല. പക്ഷേ അത് ഉത്പന്ന കേന്ദ്രീകൃതമായ, കോർപ്പറേറ്റുകളുടെ നിയന്ത്രണത്തിലുള്ള, വൈദ്യത്തിന്റെ മാനവികതയെ നിരസിക്കുന്ന തരം വികസനത്തെപ്പറ്റിയാണ് വിഭാവനം ചെയ്യുന്നത് എന്ന് ഞാൻ ആശങ്കപ്പെടുന്നു. പ്രതിവർഷം ആയുർവേദത്തിലൂടെ സമാഹരിക്കാവുന്ന വിദേശനാണുമാണ് പ്രധാനമെങ്കിൽ നിശ്ചയമായും അതുതന്നെയാണ് മാർഗ്ഗം. ആത്യന്തികമായി അത് കുറെ ഹെർബൽ ഉൽപ്പന്നങ്ങളെ മാർക്കറ്റിലെത്തിക്കുന്നതല്ലാതെ കാതലായി മറ്റൊന്നും സംഭവിക്കാനിടയില്ല. ആയുർവേദം വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന അടിസ്ഥാന സങ്കല്പങ്ങളെപ്പറ്റി അതിന് ബന്ധമൊന്നുമുണ്ടാകാനിടയില്ല. വ്യക്തികേന്ദ്രീകൃതമായി, ജീവിതശൈലിക്ക് പരമപ്രാധാന്യം നൽകിക്കൊണ്ടുള്ള സമീപനമാണ് ആയുർവേദം എന്ന വസ്തുത അവിടെ പരിഗണിക്കപ്പെടുകയില്ല. കാരണം അത്തരമൊരു സമീപനത്തെ ഒരു ഉൽപ്പന്നമായി വികസിപ്പിക്കാനുള്ള സാധ്യത തീർത്തും വിരളമാണല്ലോ... ഡോ. ഹെഡ്ഗേയുടെ രീതി, പക്ഷേ, ആയുർവേദത്തിന്റെ ആത്മാവിനെ തൊട്ടറിയാൻ ചികിത്സകനെ നിർബന്ധിക്കുന്നു. അടിസ്ഥാന സിദ്ധാന്തങ്ങൾ പഠിക്കുവാൻ മാത്രമല്ല സ്വയമാചരിക്കുവാനും ജനോപകാരപ്രദമായ തരത്തിൽ പ്രചരിപ്പിക്കാനും ഒരു വനെ പ്രാപ്തനാക്കുന്ന ദർശനമാണത്. എന്നാൽ അത് പുറകോട്ടുള്ള നടത്തമല്ല. ശാസ്ത്രത്തെ മതാത്മകമായ ആചാരപരതയിൽ തളച്ചിടുന്നതുമല്ല. മറിച്ച്, പ്രയോഗിച്ചുറച്ച സിദ്ധാന്തങ്ങളുടെ ബലത്തിൽ പുത്തൻ സമസ്യകളെ അഭിമുഖീകരിക്കാനും അത് വൈദ്യനെ പ്രാപ്തനാക്കുന്നു. ഇപ്പോഴത്തെ കാര്യങ്ങൾക്കൊണ്ടാണ് ഞാൻ ഡോ. ഹെഡ്ഗേയ്ക്കൊപ്പം നിൽക്കാൻ തീരുമാനിക്കുന്നത്.

ഇനി പറയൂ, നിങ്ങളാർക്കൊപ്പമാണ്.?



## Rediscovered Formulations from CLASSICAL TEXTS



### Unnimooss Series Products

\* **Aadarikadi KASHAYAM**

Ref: Sahasrayogam

**Indication:** Calcaneal Spur, Plantar Fasciitis, Sciatica with Radiculopathy, Sciatic Neuritis, Achilles Tendonitis

\* **Balukulathadi KASHAYAM**

Ref: Arogyakalpadrumam

**Indication:** Multiple Sclerosis, Peripheral Neuropathy, Demyelinating Myopathy, Muscular Atrophy, Stroke on recovery.

\* **Balasaireyakadi KASHAYAM**

Ref: Arogyakalpadrumam

**Indication:** Aphonia, Dysarthria, Bulbar Palsy, MND, Alzheimer's Disease, Parkinson's Disease

\* **Chandanadi KASHAYAM**

Ref: Bhaishajjarathnavali

**Indication:** Cerebral Atrophy, Cerebral Palsy, Speech disorders - children, Parkinson's disease, Autism, Attention Deficit Hyperactivity Disorders (ADHD), Delayed milestone - children

\* **Elajamoja RASAYANAM**

Ref: Ashtangahrudayam

**Indication:** Malabsorption Syndrome, Attention Deficit Hyperactivity Disorders (ADHD), Anaemia, Oligospermia, Fistula-in-ano

\* **Hamsapadiadi KASHAYAM**

Ref: Bhavaprakasam

**Indication:** Hypothyroidism, Goitre, Weight Gain, Heaviness

\* **Kalyanakam KASHAYAM**

Ref: Ashtangahrudayam

**Indication:** Epilepsy, Speech disorders, Dementia, Mental Retardation, Cardiac Arrhythmia, Sub fertility, Mood disorder, Alzheimer's disease, Dysphonia, Stutter

\* **Rasnasundyadi KASHAYAM**

Ref: Sahasrayogam

**Indication:** Post Pyrexial Arthralgia, Chikungunya, Ankylosing Spondylitis, Myofasciitis, Cervical Spondylosis, Rheumatoid Arthritis

\* **Varuni TAILAM**

Ref: Sarghadharasamhitha

**Indication:** Parkinson's disease, Torticollis, Cerebellar Ataxia, Involuntary movements of hand and head

\* **Pathyapada GHRUTAM**

Ref: Ashtangahrudayam

**Indication:** Ulcerative Colitis, Duodenal Ulcer, Acid-Peptic disease, Anaemia

\* **Gayatriadi KASHAYAM**

Ref: Ashtangahrudayam

**Indication:** Juvenile Diabetes, IDDM

\* **Chuvanna KUZHAMBU**

Ref: Arogyakalpadrumam

**Indication:** Onicocryptosis, Nail bed infection and improper growth and texture of nails.



Since 1920

Ashtavaidyan Thrissur Thaikat Mooss'  
**SNA Oushadhasala Pvt. Ltd.**

Moospet Road, Thrissur, Kerala, India - 680 005

Tel : 0487 - 2420948, 2441948

mail@thaikatmooss.com, www.thaikatmooss.com

# ഔഷധസസ്യകൃഷി മാറുന്ന വീക്ഷണം

ഡോ. സി.പി. നാരായണൻ

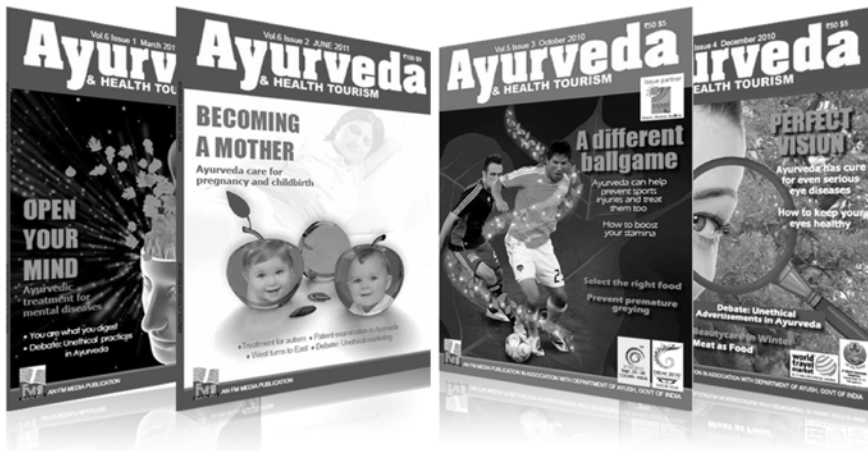
ആയുർവേദ ഔഷധ നിർമ്മാണത്തിലെ പ്രധാന ഘടകമാണ് ഔഷധ സസ്യങ്ങൾ. ആധുനിക കാലത്ത് രാസ ഔഷധക്കൂട്ടുകളോട് അപ്രിയവും സസ്യജങ്ങളായ ഔഷധങ്ങളോട് പ്രിയവും വളർന്നുവരുന്ന കാലഘട്ടമാണിത്. മാറിവരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ആവശ്യങ്ങളെ ശരിയാക്കുവാൻ പ്രയോജനപ്പെടുത്താൻ ഇത്തരം ഔഷധങ്ങളുടെ സംരക്ഷണവും പുനരുത്പാദനവും അത്യാവശ്യമാണ്. നമ്മുടെ നാട്ടിൽ മരുന്നു നിർമ്മാണത്തിനാവശ്യമായ ഔഷധസസ്യങ്ങളെ പ്രധാനമായും ആശ്രയിക്കുന്നത് വനമേഖലയെയാണ്. എന്നാൽ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന വനനശീകരണവും അശാസ്ത്രീയമായ സസ്യ വിഭവ സംഭരണവും ഈ മേഖലയിൽ നിന്ന് ഔഷധങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നതിന് നിയമപരമായ നിയന്ത്രണങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്താൻ കാരണമായിട്ടുണ്ട്. ഇവിടെ പരിഹാരമായ് നമുക്ക് മുന്നോട്ടുവെക്കാൻ കഴിയുന്നത് ശാസ്ത്രീയമായ ഔഷധസസ്യകൃഷിയാണ്. നിലവിൽ ആകെ സംഭരിക്കുന്ന സസ്യ ഔഷധങ്ങളുടെ 16% മാത്രമേ കൃഷിയിലൂടെ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കാൻ കഴിയുന്നത്. ഈ അളവ് വർദ്ധിപ്പിക്കേണ്ടത് കാലഘട്ടത്തിന്റെ ആവശ്യമാണ്. ഈ ആവശ്യം മുന്നിൽ കണ്ടാണ് ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ അതിന്റെ 14-ാമത് സംസ്ഥാനസമ്മേളനത്തോടനുബന്ധിച്ച് കൃഷിവിജ്ഞാനകേന്ദ്രം, ഭാരതീയ ചികിത്സാ വകുപ്പ്, വനം വകുപ്പ്, ഹോട്ടികൾച്ചർ മിഷൻ എന്നിവയുടെ സഹായത്തോടെ ഹരിതവൈദ്യകം ഔഷധസസ്യകൃഷിക്കാരുടെ ഒത്തുചേരൽ 2011 ഡിസംബർ 21ന് പെരുവണ്ണാമുഴിയിൽ വെച്ച് നടത്തിയത്. ഈ സംഗമത്തിൽ കൃഷിക്കാർ പരിസ്ഥിതി പ്രവർത്തകർ, ആയുർവേദ ഡോക്ടർമാർ, ഔഷധവ്യാപാരികൾ, മാധ്യമ പ്രവർത്തകർ എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു. ഔഷധ സസ്യകൃഷിയുടെ സാധ്യതകൾ (ഡോ: എ. രാമചന്ദ്രൻ) ഔഷധ സസ്യകൃഷിയുടെ സാങ്കേതിക വശങ്ങൾ (ശ്രീ. പ്രകാശ്.കെ.വി.കെ) ഔ

ഷധസസ്യകൃഷി പ്രയോഗരംഗം ശ്രീ. ബേബി ജോസഫ് (നാഗാർജ്ജുന തൊടുപുഴ) എന്നിവർ വിഷയങ്ങൾ അവതരിപ്പിച്ചു. ശ്രീ: മാത്യു (സീനിയർ സയിന്റിസ്റ്റ് കെ.വി.കെ), ശ്രീ.മതി ജയശ്രീ (അസി.കൃഷി ഡയക്ടർ) എന്നിവർ മോഡറേറ്റർമാരായിരുന്നു. മുടാടി ശങ്കരൻ വൈദ്യർ, മധുവനം രാഘവൻ വൈദ്യർ, ശ്രീ. ചന്തക്കുട്ടി എന്നിവർ ഈ മേഖലയിലെ അനുഭവങ്ങൾ കൃഷിക്കാരുമായി പങ്കുവെച്ചു. ഔഷധസസ്യങ്ങൾ ശാസ്ത്രീയമായ് നിർണ്ണയ ചെയ്യേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത ചൂണ്ടിക്കാണിക്കപ്പെട്ടു. ഉദാഹരണത്തിന് ഔഷധഗുണമുള്ള ക്സ്തുരി മഞ്ഞളിന് പകരം നിറവും ഭംഗിയുമുള്ള മഞ്ഞക്കുവ കൃഷിചെയ്യുകയും, വിപണനം ചെയ്യുന്നതും, മലതാങ്ങി എന്ന പേരിൽ പൊതുവായ് അറിയപ്പെടുന്ന ഔഷധച്ചെടി വടക്കൻ കേരളത്തിൽ അസ്ഥിക്ഷത ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ തെക്കൻ കേരളത്തിൽ പ്രസവരക്ഷക്കായ് ഉപയോഗിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഒരേ പേരിലുള്ള ഈ ഔഷധം യഥാർത്ഥത്തിൽ വ്യത്യസ്തമാണ് എന്നുമാത്രമല്ല വടക്കൻ കേരളത്തിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന മലതാങ്ങി വിഷസഭാവമുള്ളതും പുറമെ പുരട്ടാൻ മാത്രം ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ തെക്കൻ കേരളത്തിൽ ഇതേ പേരിലുള്ള സസ്യം അകത്തേക്ക് കഴിക്കാനും പ്രസവ രക്ഷയ്ക്കും ഉപയോഗിക്കുന്നു. പ്രചാരത്തിലുള്ള പേർ മാത്രം നോക്കി ഔഷധം പ്രയോഗിച്ചാൽ അതുമൂലം അപകടം തന്നെ ഉണ്ടാവാം.

ഔഷധ സസ്യകൃഷി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാനായി ആയുർവേദവകുപ്പ്, കൃഷിവകുപ്പ്, വനംവകുപ്പ്, തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ സ്ഥാപനങ്ങൾ എന്നിവയുടെ സംയോജിതമായ പ്രവർത്തനം ആവശ്യമാണെന്ന് സെമിനാർ അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. ഏതൊക്കെ ഔഷധ സസ്യങ്ങളാണ് കൂടുതലായ് കൃഷിചെയ്യേണ്ടതെന്നും അവയുടെ നടീൽ വസ്തുക്കളുടെ ലഭ്യത, കൃഷിയുടേയും സംഭരണത്തിന്റെയും

തുടർച്ച പേജ് 44ൽ

## THE MOUTHPIECE OF AUTHENTIC AYURVEDA



Subscription	India	Abroad
Single copy	: Rs.50	\$5
One year (four issues)	: Rs.190	\$25
Three years	: Rs. 550	\$55

**For subscription and advertisement,**  
 F M Media Technologies pvt Ltd,  
 2B, Relcon Retreat, Prasanthi Nagar, Edappally,  
 Kochi - 682024, Krala, India  
 Tel/Fax: +91 484 2341715  
 Email: ayurvedamagazine@gmail.com  
 Website: www.ayurvedainternationalonline.com

**THE QUARTERLY ON AYURVEDA THE WORLD REFERS TO**

# ആയുർവേദക്കാർന്റെ രോഗനം

ഡോ. എസ്. വേണു  
sasikumarvenu@gmail.com  
9048200202

കല്യാണപ്രായമായിരിക്കുന്നു, വിവാഹലോചനകൾ തകൃതിയായി നടക്കുന്നു. പക്ഷെ ധൈര്യക്കുറവ് വിവാഹാനന്തരം ജീവിക്കാനൊരു സ്ഥിരജോലിയില്ല. ഉള്ള ജോലിയിൽ മാനേജ്മെന്റ് പറയുന്ന ചികിത്സയെ പാടുള്ളൂ. സദാസമയവും മാനേജ്മെന്റിന്റെ അപ്രീതിയുണ്ടാകാതിരിക്കാൻ ജാഗ്രതഗനായിരിക്കുകയും വേണം. ഇടയ്ക്കെപ്പോഴോ സ്വന്തം സ്ഥാപനം എന്ന ആശയം മുതീർന്നവർ തലയിലേക്കു പകർന്നുതന്നു. ഒരു പ്രമുഖ കമ്പനിയുടെ ഏജൻസിക്കുപേക്ഷിച്ചപ്പോൾ ഒരു ലക്ഷം രൂപയുടെ മരുന്ന് ആദ്യം എടുക്കണം. പിന്നെ അവരുടെ നിയമങ്ങൾ, എല്ലാം കൂടി ചുരുങ്ങിയത് അഞ്ചുലക്ഷം രൂപയാകും. ബാങ്കിൽ പോയി ലോണിനപേക്ഷിച്ചപ്പോൾ എഡ്യൂക്കേഷണൽ ലോൺ മുടങ്ങിക്കിടക്കുകയാണെന്നു പറഞ്ഞു. കുറച്ചു പുഴുവ് മാത്രം തന്ന് മാനേജർ ആശീർവദിച്ചു. ഗവൺമെന്റു തലത്തിൽ ജോലി വളരെ കുറവ് അതിനിടയ്ക്ക് കുമിൻമേൽ കുരു എന്നപോലെ പെൻഷൻ പ്രായവും വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ ശ്രമം നടക്കുന്നുണ്ടത്രേ. ഇതിനുപുറമെ ചോറു വിളമ്പിത്തന്നപ്പോൾ അമ്മയുടെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തൽ ഇരുപത്തൊട്ടുകഴിഞ്ഞ ചെക്കൻമാരെയാണെന്നും പെൺകുട്ടികൾക്ക് വേണ്ടത്രേ”

എന്തു ചെയ്യും ഒന്നുകിൽ ധൈര്യസമേതം ഒരു നിലയ്ക്കായതിനു ശേഷം വിവാഹജീവിതം എന്നു തീരുമാനിക്കുക (മിക്കവാറും വിവാഹംകഴിക്കേണ്ടിവരില്ല) അല്ലെങ്കിൽ ബ്ലേഡ് പലിശയ്ക്കെടുത്തു(28ശതമാനം)സ്ഥാപനവും ഏജൻസിയും തുടങ്ങുക (ഏതായാലും കടം ഉറപ്പ്).

പുതിയ തലമുറയിലെ ആയുർവേദക്കാരുടെ ഇടയിൽ വംശനാശം സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന

വരത്രെ ആണുങ്ങൾ പക്ഷെ ഞങ്ങളുടെ ധർമ്മസങ്കടം ആരും മനസ്സിലാക്കുന്നുമില്ല. യു.ജി.സി സ്കെയിൽ വാങ്ങുന്നവർ ഇതെല്ലാം ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ എന്നു പോലും അറിയില്ല. തീർച്ചയായും ഉപജീവനമാർഗ്ഗമാകേണ്ട മഹാശാസ്ത്രത്തിനെ ഞങ്ങൾ തള്ളി പറഞ്ഞുപോകില്ലേ. ആയുർവേദക്കാർ തന്നെ ആയുർവേദത്തിനെ തള്ളിപ്പറയുക! ശരിക്കും അതൊരു വേദനാജനകമായ അവസ്ഥ തന്നെയാണ്.


എല്ലാപേരും പറയുന്നു സ്വന്തമായി ചെയ്യൂ, സ്വന്തമായി ചികിത്സിക്കൂ, സ്വന്തമായി സ്ഥാപനം തുടങ്ങി പക്ഷെ എങ്ങനെ അതാർക്കും അറിയില്ല. ഞങ്ങളുടെ കഴിവിനെ വിശ്വസിച്ചു ഒരു ബാങ്കുപോലും ലോൺ തരുന്നില്ല എന്നതാണ് വാസ്തവം, അതുമാത്രവുമല്ല ജനങ്ങളുടെ ഇടയിലേയ്ക്ക് ആയുർവേദം എത്തിക്കാൻ ഒരു പ്രവർത്തനവും നടക്കുന്നില്ല. പക്ഷെ ഡോക്ടർമാരുടെ എണ്ണത്തിലെ ഒരു കുറവുമില്ല. പെൻഷൻ പ്രായം ഉയർത്തി 80 ആക്കിയാലും വിരോധമില്ല. പക്ഷെ കോളേജുകളിൽ നിന്ന് ഡോക്ടർമാർ പഠിച്ചിറങ്ങുന്നില്ല എന്ന ഉറപ്പിനു മാത്രം മാറ്റമില്ല അതൊടൊപ്പം തന്നെ എല്ലാവർക്കും ജോലി ഉറപ്പാക്കിയതിനുശേഷം മാത്രം മതി അങ്ങനൊരു തീരുമാനം. ഞങ്ങളെ നിങ്ങളിലൊരാളായി കാണുന്നെങ്കിൽ കേരളത്തിലെ അഭ്യസ്തവിദ്യരായ ആയുർവേദ ഡോക്ടർമാർക്കുവേണ്ടി ഒരു പത്തു നിർദ്ദേശങ്ങൾ ഞങ്ങൾ സമർപ്പിക്കുന്നു.

- 1. വിദ്യാഭ്യാസം കഴിഞ്ഞ ഉടൻ തന്നെ സൗജന്യമായി ഒരുമാസത്തെ ട്രെയിനിംഗ് തരിക അതിൽ
  - 10 ദിവസം - പ്രൊഡക്ഷൻ
  - 10 ദിവസം - ഹോസ്പിറ്റൽ മാനേജ്മെന്റ്
  - 20 ദിവസം - ക്ലിനിക്സ്

- 5 ദിവസം - മെഡിസിനൽ പ്ലാന്റ്സ്
- 10 ദിവസം - റിസോർട്ട് സ്പാ മാനേജ്മെന്റ്
- 5 ദിവസം - കമ്മ്യൂണിക്കേഷൻ & പേഴ്സണലിറ്റി

2. യുവ ഡോക്ടർമാർ പുതിയതായി തുടങ്ങുന്ന സ്ഥാപനങ്ങളിലേയ്ക്ക് ഒരു നിശ്ചിത സമയം വിദഗ്ധരായ ആയുർവേദ ഡോക്ടർമാരുടെ സേവനം ലഭ്യമാക്കുക.
3. യുവ ഡോക്ടർമാർ ആവശ്യപ്പെടുന്ന മുറയ്ക്ക് അവരുടെ പ്രാക്ടീസ് നടത്തുന്ന സ്ഥലങ്ങളിൽ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പുകൾ വിദഗ്ധരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ നടത്തുകയും അതിന്റെ തുടർച്ച യുവ ഡോക്ടർമാർക്ക് ലഭ്യമാകുന്ന രീതിയിൽ നടത്തുക.
4. വൻ കമ്പനികളുടെ ഏജൻസികൾ തുടങ്ങാനായി ആദ്യം എടുക്കേണ്ട പർച്ചേസ് ക്വാന്റിറ്റി കുറയ്ക്കുക.
5. കേരളത്തിൽ ഒരു കുടുംബത്തിൽ ഒരാളെങ്കിലും ആയുർവേദ ചികിത്സയിലേക്കാകർഷിക്കുന്ന പരിപാടികൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യുക.
6. റിസർച്ച് വർക്കുകളെ ഏകോപിപ്പിക്കുന്ന രീതിയിൽ കോളേജുകൾക്ക് പുറത്ത് ഒരു സ്ഥിര സംവിധാനം ഏർപ്പെടുത്തുക.

7. പി.ജി കഴിഞ്ഞ വിദ്യാർത്ഥികളേയും റിസർച്ച് നോടാഭിമുഖ്യമുള്ള ഡോക്ടർമാരേയും ചേർത്ത് ഒരു റിസർച്ച് സമിതി രൂപീകരിക്കുകയും റിസർച്ച് പ്രോജക്ടുകൾ തയ്യാറാക്കുകയും ചെയ്യുക.
  8. ഇങ്ങനെ തയ്യാറാക്കുന്ന പ്രോജക്ടുകൾ താമസംവിനാനടപ്പിലാക്കുന്നതിനുള്ള സമ്മർദ്ദം സർക്കാരിലും മറ്റും സംഘടനകൾ മുഖാന്തിരം ചെലുത്തുക. ഇങ്ങനെ വരുന്ന പ്രോജക്ടുകളിൽ ധാരാളം യുവ ഡോക്ടർമാർക്ക് പ്രാതിനിധ്യം കിട്ടുകയും ചെയ്യും.
  9. ഓരോ വർഷവും 5 ലക്ഷം പേരെങ്കിലും അയുർവേദത്തിലേക്കാകർഷിക്കാനുള്ള പരിപാടികൾ ആസൂത്രണം ചെയ്തു നടപ്പിലാക്കുക.
  10. സംഘടനകളുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ആയുർവേദ സ്ഥാപനങ്ങൾ തുടങ്ങുക
- ഇവയിൽ ഏതെങ്കിലുമൊക്കെ നടപ്പിലാക്കാൻ സംഘടനകൾ ശ്രമിക്കുമോ എന്നറിയില്ല. പക്ഷെ ഇതൊരു ചർച്ചയ്ക്ക് തുടക്കമിടണം. അതുതന്നെ ഞങ്ങൾക്ക് ഒരു പുത്തനുണർവ്വേകും. (ഞങ്ങൾക്കെല്ലാം ധൈര്യമായി പറയുകയും ചെയ്യാം. ഇരുപത്തിയെട്ടു വയസ്സാകുന്നതിനു മുൻപേ ഞങ്ങൾ കല്യാണത്തിന് തയ്യാറാണെന്ന്.)



Product From

**Bheshajam**

**DIACURE**

An Ideal Herbal Formulation for "Premeha"

**INDICATION:**

- REGULATES BLOOD GLUCOSE LEVEL
- RELIEVES POLYURIA AND POLYDIPSIA
- PREVENTS COMPLICATIONS LIKE DIABETIC NEUROPATHY,
- DIABETIC NEPHROPATHY ETC.
- CAN BE USED IN PRE-DIABETIC CONDITION

District Ayurveda Oushada  
Nirmana Vyavasaya  
Co-Operative Society Ltd  
Mundakkal  
Ph : 0474 2749362  
[www.bheshajam.com](http://www.bheshajam.com)

## നിവേദനങ്ങൾ... ഇടപെടലുകൾ...

### NCHRH Bill..

നാഷണൽ കമ്മീഷൻ ഫോർ ഹ്യൂമൺ റിസോഴ്സ് ഇൻ ഹെൽത്ത് ബില്ലിൽ ആയുഷ് വിഭാഗത്തെക്കുടി ഉൾപ്പെടുത്തി സമഗ്രമായ നിയമമാക്കണമെന്നാവശ്യപ്പെട്ടു. 2012 ജനുവരി 27ന് രാജ്യസഭാ ജോയിന്റ് സെക്രട്ടറി അർപ്പണാ മന്ദിരേക്കറിന് നിവേദനം സമർപ്പിച്ചു.

ഇതെവിഷയത്തിൽ രാജ്യസഭാ ഹെൽത്ത് സ്റ്റാന്റിംഗ് കമ്മറ്റി അംഗങ്ങൾ നിവേദനം അയക്കുകയും കേരളത്തിലെ മുഴുവൻ രാജ്യസഭാ അംഗങ്ങളെയും നേരിൽകണ്ട് നമ്മുടെ ഭേദഗതി നിർദ്ദേശങ്ങളോടുകൂടിയ നിവേദനം സമർപ്പിച്ചു.

### വേതനം വർദ്ധിപ്പിക്കുക...

കേരളത്തിൽ ISM വകുപ്പിൽ കരാറടിസ്ഥാനത്തിൽ ദിവസവേതനത്തിന് ജോലിചെയ്യുന്ന മെഡിക്കൽ ഓഫീസർമാരുടെ ശമ്പളം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്ന കാര്യത്തിൽ ഫിനാൻസ് ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റ് വരുത്തുന്ന കാലതാമസത്തിനെതിരെ ഫിനാൻസ് ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റ് ആഡീഷണൽ സെക്രട്ടറി കെ.കെ. ശൈലജക്ക് നിവേദനം നൽകി

### ആയുർവേദ ആശുപത്രി കോമ്പൗണ്ട് സംരക്ഷിക്കുക...

നെയ്യാറ്റിൻകര ആയുർവേദ ആശുപത്രി കോമ്പൗണ്ട് ഹോമിയോ ആശുപത്രിയായി വിഭജി

ച്ചു നൽകരുത് എന്നാവശ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ട് ആരോഗ്യമന്ത്രി, മുഖ്യമന്ത്രി എന്നിവർക്ക് നിവേദനം നൽകി.

### ലൈസൻസ് ഫീ വർദ്ധിപ്പിക്കരുത്...

SP 6- SP7 ലൈസൻസ് ഫീസ് കുത്തനെ വർദ്ധിപ്പിച്ചതിനെതിരെ എക്സൈസ് മന്ത്രിക്ക് നിവേദനം നൽകി.

### ഗുരു-ശിഷ്യ പരീക്ഷാകേന്ദ്രം കേരളത്തിലും വേണം...

രാഷ്ട്രീയ വിദ്യാപീഠം നടത്തുന്ന ഗുരുശിഷ്യ പിരിപാടിയിലെ അഭിമുഖ പരീക്ഷയ്ക്ക് ഡെൽഹിയിൽ മാത്രം കേന്ദ്രം അനുവദിച്ചതുകൊണ്ട് ഡോക്ടർമാർക്കുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട് പരിഹരിക്കാൻ കേരളത്തിലും പരീക്ഷാകേന്ദ്രം അനുവദിക്കണമെന്നാവശ്യപ്പെട്ട് രാഷ്ട്രീയവിദ്യാപീഠം ഡയറക്ടർക്ക് നിവേദനം നൽകി.

### ഔഷധകൃഷി വ്യാപനത്തിൽ എ.എം.എ.ഐ പങ്കാളികളാവുന്നു...

ഔഷധസസ്യ കൃഷി വ്യാപന പരിപാടിയിൽ ആയുർവേദ ഡോക്ടർമാർക്ക് പങ്കാളിത്തം നൽകണമെന്ന് നബാർഡ് സംഘടിപ്പിച്ച യോഗത്തിൽ ആവശ്യപ്പെട്ടു. ഇതേത്തുടർന്ന് എ.എം.എ.ഐയുടെ 14 ജില്ലാ ഘടകങ്ങളും നബാർഡിന്റെ ജില്ലാകേന്ദ്രങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടുകൊണ്ടുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആരംഭിച്ചുകഴിഞ്ഞു.

### അറിയിപ്പുകൾ...

- സംസ്ഥാന കൗൺസിൽ യോഗം 2012 ഏപ്രിൽ 1ന് അങ്കമാലി ആയുർവേദഭവനിൽ 12 മുതൽ 4.30 വരെ നടക്കുന്നതാണ്.
- സബ്കമ്മറ്റി യോഗങ്ങൾ അതേദിവസം രാവിലെ 9 മുതൽ 12 വരെയും ആയുർവേദഭവനിൽ നടക്കുന്നു.
- ഏജൻസി കൺസൾട്ടിംഗ് ഡോക്ടർമാരുടെ യോഗം: വിവിധ ആയുർവേദസ്ഥാപനങ്ങളുടെ ഏജൻസികളിലും ക്ലിനിക്കുകളിലും ജോലിചെയ്യുന്ന ആയുർവേദ ഡോക്ടർമാരുടെ യോഗം കൊല്ലം 2012 മാർച്ച് 18നും (Contact ഡോ: മോഹനൻ-9446106888 ) എറണാകുളം ഏപ്രിൽ 29 നും (Contact ഡോ: രാജശേഖരൻ-9495076195) കോഴിക്കോട് ഏപ്രിൽ 3 നും (Contact ഡോ: ബിനു - 9447846895 ) നടക്കുന്നതാണ്.

*Introducing*

The drops of  
protection...

...that make a difference.

**Septilin**<sup>®</sup> (DROPS)

Builds the body's own defense mechanism



© Regd. Trademark

# ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവൽ

## പുതിയ കാലവും കടമകളും

ഡോ: സുഭാഷ് .എം

drsubhashm75@gmail.com

കേരളത്തിലെ ആയുർവേദ ചരിത്രം പരിശോധിച്ചാൽ അതാതു കാലത്തിനനുസൃതമായ ശാസ്ത്രസാങ്കേതിക വികാസത്തോടും സാമൂഹ്യ നവോത്ഥാന മൂല്യങ്ങളോടും കൈകോർത്തുമുന്നേറാൻ ആയുർവേദം ശ്രമിച്ചിരുന്നു. ഏക്കാലവുമെന്ന് നമുക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിക്കും. സമകാലിക പ്രവണതകളിൽ നിന്നും നല്ലതിനെ സ്വാംശീകരിക്കണമെന്ന് ഇതരശാസ്ത്രങ്ങളുമായി സംവാദവും സഹകരണവും ഉണ്ടാകണമെന്നും ആചാര്യന്മാരാൽ നിർദ്ദേശിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. അന്നത്തേയ്ക്കുള്ള വെപ്പുകഷായങ്ങളിൽ നിന്നും ആധുനികമായ വിവിധ രൂപങ്ങളിലേയ്ക്കുള്ള ഔഷധങ്ങളുടെ മാറ്റം ആയുർവേദ ഔഷധ നിർമ്മാണ മേഖലയെ വലിയൊരു വ്യവസായമാക്കി തീർത്തിരിക്കുന്നു. ധനശേഷി യുള്ളവർക്ക് സ്വഗൃഹങ്ങളിൽ മാത്രം സാധിതമായിരുന്ന പഞ്ചകർമ്മ ചികിത്സയും ഇതര ക്രിയാ ക്രമങ്ങളും സാധാരണക്കാർക്കുകൂടി ഉതകുമാറ് നേഴ്സിംഗ് ഹോമുകളിൽ എത്തുകയും മറ്റൊരു ഘട്ടത്തിൽ സുഖചികിത്സാപ്രധാനമായ റിസോർട്ടുകളും വൻകിട ആശുപത്രികളിൽ ഇതര വിഭാഗങ്ങൾക്കൊത്ത പ്രാവശ്യത്തിൽതന്നെ ആയുർവേദ വിഭാഗവും ഉണ്ടാവുന്ന അവസ്ഥ സംജാതമാവുകയും ചെയ്തു. ഇന്ത്യയിലെ, കേരളത്തിലെ വിനോദ സഞ്ചാര മേഖലയുടെ പ്രധാന വരുമാന ശ്രോതസുകളിൽ ഒന്നായി ആയുർവേദം മാറിയതോടെ വികസനത്തിന്റെ പുതിയൊരു മണ്ഡലം കൂടി തുറക്കപ്പെട്ടു. അങ്ങനെ ഔഷധ വ്യവസായ രംഗത്തും സൗന്ദര്യ വർദ്ധക വസ്തുക്കളുടെ മേഖലയിലും ചികിത്സാരംഗത്തും വിനോദസഞ്ചാര വ്യവസായത്തിലും നിർണ്ണായക വളർച്ച സംഭവിച്ച ആയുർവേദത്തിന് മനുഷ്യ വിഭവശേഷി വളരെയധികം ആവശ്യമായി വന്നപ്പോൾ നിരവധി പുതിയ കലാലയങ്ങൾ ഉണ്ടായി. അങ്ങനെ ആയുർവേദ മേഖലയാകെ ഒരു മുന്നേറ്റത്തിന്റെ പാതയിലൂടെ പോ

കുന്നുവെന്ന് പരക്കെ അഭിപ്രായമുള്ള സാഹചര്യത്തിലാണ് തിരുവനന്തപുരത്ത് കഴിഞ്ഞ ഫെബ്രുവരി 9 മുതൽ 14 വരെ നടന്ന ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവലിന്റെ പ്രാധാന്യം വിലയിരുത്തേണ്ടത്.

ചരിത്രപരമായ ഒരു പ്രാധാന്യം തന്നെയാണ് ഈ ഉത്സവത്തിന് ഉണ്ടായിരുന്നതെന്ന് നിസംശയം പറയാം. ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവൽ ഇന്ത്യയിൽ കേരളത്തിൽ എന്തുകൊണ്ട് എന്ന് ആലോചിക്കുമ്പോൾ ആയുർവേദത്തെ ഒരു കേരള ബ്രാൻഡ് ആയി ഉയർത്തിക്കൊണ്ടുവരാൻ നാം വൈകിയിരിക്കുന്നു എന്ന ചിന്തയിലാണ് നാം എത്തിച്ചേരുക. നമ്മുടെ സമാനമായ സാഹചര്യവും ഏറെക്കുറെ തുല്യമായ പൈതൃകവും ആയുർവേദത്തിൽ അവകാശപ്പെടാവുന്ന രാജ്യമാണ് ശ്രീലങ്ക. ആഭിന്തര സംഘർഷത്തിന്റെ പതിറ്റാണ്ടുകൾക്കുശേഷം പുരോഗതിയിലേയ്ക്ക് തലയുയർത്തുന്ന ആ രാജ്യം വികസനത്തിന്റെ പരമപ്രധാനമായ ഉപാധികളിൽ ഒന്നായി കണ്ടിരിക്കുന്നത് ആയുർവേദത്തെയാണ്. സർക്കാർ തലത്തിൽ വലിയ പ്രോത്സാഹനമാണ് ആയുർവേദത്തിന് അവിടെ ലഭിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. ജീവിത ശൈലിയിലും ജൈവവൈവിധ്യത്തിലും സംസ്കാരത്തിലുമെല്ലാം ആയുർവേദ അനുകൂല സംസ്ഥാനം എന്ന നിലയിൽ കേരളം കാണേണ്ട ഏറ്റവും പ്രധാന മത്സരാർത്ഥി ശ്രീലങ്കയാണ്. ഇത്തരമൊരു മഹോത്സവം ഇപ്പോൾ നടത്താൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ പിന്നീട് ഒരിക്കലും ഇതുപോലെ ആകില്ല എന്നതാണ് സത്യം. കാരണം ആഗോള ആയുർവേദത്തിന്റെ വക്താക്കൾ എന്ന പദവി ആഗോളമായി ശ്രീലങ്കയിലേക്ക് നീങ്ങാനുള്ള സാഹചര്യം നിലവിലുണ്ട്. വിജ്ഞാനവിസ്ഫോടനത്തിന്റെയും വിവരസാങ്കേതിക വിദ്യയുടേയും ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ ഓട്ടപ്പന്തയത്തിൽ ആദ്യം മുന്നിൽ എത്തുന്നവനാണ് വിജയത്തിന്റെ താ

ക്കോൽ എന്നതാണ് മുഖ്യമായ കാര്യം. അതു കൊണ്ടാണ് ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവൽ കേരള ആയുർവേദം എന്ന ബ്രാൻഡ് രൂപീകരിക്കുന്നതിൽ ആഗോളമായി വിജയിക്കുന്നത്.

ഈ ഫെസ്റ്റിവലിന്റെ വെളിച്ചത്തിലും അവിടെ നടന്ന ചർച്ചകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലും നാം, കേരളീയ ആയുർവേദ സമൂഹം ഏറ്റെടുക്കേണ്ടുന്ന ചില വലിയ ദൗത്യങ്ങളുണ്ട്. വലിയ വ്യവസായ സംരംഭങ്ങളും ചികിത്സാലയങ്ങളും വിദ്യാഭ്യാസ ഗവേഷണ സ്ഥാപനങ്ങളും ഏറെ ഉചിതം തന്നെ പക്ഷെ അടിസ്ഥാനപരമായ ആയുർവേദ വികസനം ഉണ്ടാവേണ്ടതുണ്ടെന്നും അത് എങ്ങനെയാണ് സുസ്ഥിരമാക്കേണ്ടതെന്നും ഫെസ്റ്റിവലിന്റെ ചില ചർച്ചാവേദികളിൽ ഉന്നയിക്കപ്പെട്ടു. ജഗത്യേ വമനൗഷധം എന്ന ആചാര്യനിർദ്ദേശമുണ്ടെന്നിരിക്കിലും ശാസ്ത്രോക്തവ്യം അനുഭൂതവ്യമായ യോഗങ്ങൾക്കും ഔഷധികൾക്കുമപ്പുറം പുതിയ വയുടെ രസഗുണവീര്യ വിപാകപ്രഭാവങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാത്ത യുക്തയുക്തം പ്രയോഗിക്കാനും നാമേറിയ കുറും അജ്ഞതാണെന്നിരിക്കെ, നഷ്ടപ്രായമായികൊണ്ടിരിക്കുന്ന നമ്മുടെ പ്രകൃതി സമ്പത്തിനെയും സ്വാഭാവിക വനങ്ങളെയും വികസനത്തിന്റെ പേരിൽ അതിചൂഷണം നടത്തുക എന്നത് പുനർവിചിന്തനത്തിനു വിധേയമാക്കേണ്ടതുണ്ട്. അനിയന്ത്രിത വനവിഭവോപഭോഗത്തെ പ്രതിരോധിക്കാൻ വർദ്ധിച്ചു വരുന്ന ഔഷധ സസ്യ കൃഷിയില്ലാതെ മറ്റൊരു പോംവഴിയില്ല. കർഷക വൃത്തിയെ അപമാനകരമായി കാണുന്ന പുത്തൻ സംസ്കാരത്തിനെതിരെ ആയുർവേദം ഉയർത്തുന്ന പടച്ചട്ടയായും ഇതിനെ കാണാവുന്നതാണ്. കൃഷി ചെയ്യുന്നത് ഉപജീവനത്തിനു പര്യാപ്തമാവുമ്പോഴാണ് കൃഷി ചെയ്യാൻ കൂടുതൽ ആളുകൾ തയ്യാറാവുക. അത്തരമൊരു സാഹചര്യം ശരിയായി ആസൂത്രണം ചെയ്യപ്പെടുന്ന ഔഷധ സസ്യകൃഷിയിലുണ്ടാവും. സമൂഹത്തിലെ അടിസ്ഥാന ജനവിഭാഗങ്ങൾ, മണ്ണിൽ കൃഷി ചെയ്യാൻ താല്പര്യമുള്ളവർ, സ്ത്രീകൾ ആദിവാസി വിഭാഗങ്ങൾ തുടങ്ങി വികസനത്തിന്റെ പ്രയോജനം എത്തേണ്ടവരും ഇനിയുമത് അനുഭവിച്ചിട്ടില്ലാത്ത വരുമാന ജനവിഭാഗങ്ങൾക്ക് ഉപയുക്തമാകുമാറ് ഔഷധ സസ്യകൃഷിയെ വികസിപ്പിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഭാവി കേരളത്തിന്റെ സുസ്ഥിര വികസന സൂത്രമായി അത് മാറുകതന്നെ ചെയ്യും. പ്രാദേശികവും

അന്തർദ്ദേശീയവും അന്താരാഷ്ട്രവുമായ വിപണികളിലേക്ക് കൃത്യമായ നിയമങ്ങൾ പാലിച്ചുചെയ്യുന്ന ഔഷധ സസ്യകൃഷി വലിയ സാധ്യതയാണ് നബാർഡിന്റെ മുൻ കൈയിൽ ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവലിൽ നടന്ന ചർച്ചകൾ ഇത്തരം പരിണാമത്തിലെത്തി നിൽക്കുമ്പോൾ മാത്രമാണ് സൂക്ഷ്മവും സമഗ്രവുമായ ഒരു വികസന ദർശനം കൂടിയായി ആയുർവേദം പരിഗണിക്കപ്പെടുകയുള്ളൂ. ഔഷധ സസ്യങ്ങളുടെ അലഭ്യത ആയിരിക്കും ആയുർവേദം നേരിടാൻ പോകുന്ന സമീപഭാവിലെ ഏറ്റവും വലിയ പ്രതിസന്ധിയെന്നും അത് ആയുർവേദത്തിൻറെ വളർച്ചയെ എല്ലാത്തലത്തിലും പുറകോട്ടോടിയ്ക്കുമെന്നും പരക്കെ അംഗീകരിക്കപ്പെടുകഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ഈ ഘട്ടത്തിൽ ആയുർവേദത്തിനനുകൂലമായ നിലപാടെടുക്കുവാനും ഔഷധ സസ്യകൃഷിയ്ക്കും അനുബന്ധ വ്യവസായ-ഗവേഷണ സംരംഭങ്ങൾക്കും വേണ്ട ബാങ്കിംഗ് പ്രോത്സാഹനം നൽകുവാനും നബാർഡിനെ പ്രേരിപ്പിച്ചതിൽ ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദഫെസ്റ്റിവലിനു നിർണ്ണായകമായ പങ്കുണ്ട്.

അക്കാദമിക് ചർച്ചകൾ ധാരാളമായി നടന്നു, ഫെസ്റ്റിവൽ വേദികളിൽ ജീവിതശൈലീരോഗങ്ങളുടെ പ്രതിരോധത്തിനു ചികിത്സയിലും ആയുർവേദത്തിന്റെ പങ്ക് അടിവരയിട്ടുറപ്പിക്കാൻ ഈ ചർച്ചകൾക്ക് സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. സർക്കാരിന്റെ തലത്തിലുള്ള മുൻകൈയും അതിനുവേണ്ടി പ്രേരിപ്പിക്കാനുള്ള ജനകീയ സമ്മർദ്ദവുമാണ് ഇനി വേണ്ടത്. ആയുർവേദ രംഗത്തുള്ള സംഘടനകൾക്ക് വിശിഷ്ട എ.എം.എ.ഐയ്ക്ക് ക്രിയാത്മകമായ പങ്കുവഹിക്കാൻ സാധിക്കുന്ന മേഖലയാണിത്. മുൻപ് തന്നെ നമ്മൾ അവതരിപ്പിച്ചിട്ടുള്ള ഇമ്മ്യൂണിറ്റി ക്ലിനിക്ക് കൂടുതൽ കാര്യക്ഷമമാക്കാൻ സാധിക്കണം. രോഗപ്രതിരോധമെന്നത് കേവലം രോഗപകർച്ചയ്ക്കു തൊട്ടുമുൻപുള്ള കാട്ടികൂട്ടലുകളല്ലെന്നും ആയുർവേദീയമായ ഋതുചര്യയിലും ദിനചര്യയിലും അധിഷ്ഠിതമായ പ്രവർത്തനമാണെന്നും അവതരിപ്പിച്ച് ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ സാധിക്കണം.

ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവലിൽ വളരെ പ്രധാനമായി തോന്നിയ മറ്റൊന്ന് വിദേശ രാജ്യങ്ങളിൽ നിന്നുമുള്ള പ്രതിനിധികളുടെ (ഇന്ത്യക്കാരായ ഡോക്ടർമാരുൾപ്പെടെ) പേപ്പർ അവതരണ

മായിരുന്നു. ആയുർവേദവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചില വിദേശാനുഭവങ്ങൾ കൂടിയുള്ള വ്യക്തി എന്ന നിലയിൽ ഈ ലേഖകൻ ഒരു കാര്യം തിരിച്ചറിയാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ഔഷധങ്ങളും ക്രിയാത്മകങ്ങൾക്കുമപ്പുറം, അങ്ങേയറ്റം യാന്ത്രികവും ഏകാന്തവുമായുള്ള ആഗ്രഹമാണ് ആയുർവേദത്തോടുള്ള പാശ്ചാത്യ ആഭിമുഖ്യത്തിനു കാരണം. അതുകൊണ്ടുതന്നെ, യുക്തിഭദ്രവും സമഗ്രബോധത്തിലുന്നിയുമുള്ള ശാസ്ത്രീയ ആയുർവേദത്തിൽ നിന്നുമുള്ള കച്ചവടലാക്കുള്ള ഏതു വ്യതിചലനവും ദീർഘകാലാടിസ്ഥാനത്തിൽ ആയുർവേദത്തിനു ദോഷം ചെയ്യും. വിനോദ സഞ്ചാര കേന്ദ്രങ്ങളിലും വിദേശ രാജ്യങ്ങളിൽ തന്നെയുമുള്ള ആയുർവ്വേദ ചികിത്സ ശാസ്ത്രീയമായിരിക്കണമെന്നതിന് ഊന്നൽ കൊടുക്കേണ്ടതിൻറെ ആവശ്യകത അവിടെയാണ്. പല പേപ്പറുകളും ഈ കാഴ്ചപ്പാട് പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്നവയായിരുന്നു.

ഫെസ്റ്റിവലിന്റെ മികവുകളോടൊപ്പം ഒരു പോരായ്മ കൂടി ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചുകൊണ്ട് ഈ കുറിപ്പ് ഉപസംഹരിക്കാം. ഒരു ചികിത്സാരീതി സാമാന്യ ജനങ്ങൾക്ക് സ്വീകാര്യമാവുന്നത് അത് ഫല സിദ്ധമാവുന്നതോടൊപ്പം ചിലവു കുറഞ്ഞതാകുമ്പോൾ കൂടിയാണ്. അങ്ങനെയായിരുന്ന ആയുർവ്വേദം കഴിഞ്ഞ ഏതോ കാലം മുതൽ ചിലവേറിയ ഒരു വേള വളരെ ചിലവേറിയ ചികിത്സയായി മാറിപ്പോയിരിക്കുന്നു. കച്ചവടതാല്പര്യങ്ങളാ

ണത്തിനു മികച്ച ചികിത്സാരീതിയായി തീർന്നു” പരമാവധി ജനസ്വീകാര്യതയാർജ്ജിക്കുകയാണ് വ്യവസായമുൾപ്പെടെ ഏതു മേഖലയ്ക്കും ഗുണകരമെന്നിരിക്കെ ആ രീതിയിലുള്ള ചർച്ചകൾ കാര്യമായി ഉണ്ടായില്ല എന്നാണ് മനസ്സിലാക്കുന്നത്. ഭാവിയിൽ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യുമ്പോൾ ഈ മേഖലയിൽ മനസ്സിലുത്തേണ്ടതുണ്ട്.

ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവൽ അതിന്റെ ഉള്ളടക്കം കൊണ്ടും സംഘടനം കൊണ്ടും ഒരു വലിയ വിജയമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു. അതിലുയർന്ന ആശയങ്ങളെ മുന്നോട്ടുകൊണ്ടുപോകുന്നതിലൂടെയാണ് നാം മഹാവിജയത്തിലെത്തിച്ചേരാൻ പോകുന്നതും. ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യയ്ക്ക് അതിനുള്ള ശേഷിയുണ്ടെന്നത് നിസ്തർക്കമാണ്. ആയുർവേദ രംഗത്തെ ഏറ്റവും വലിയ സംഘടനയെന്ന നിലയിലും ആയുർവേദത്തെ ജനകീയമാക്കുന്നതിനുവേണ്ടി തീവ്രമായി ആഗ്രഹിക്കുന്ന ആയിരക്കണക്കിനു ഡോക്ടർമാരുടെ പിന്തുണയുള്ള പ്രസ്ഥാനമെന്ന നിലയിലും എ.എം.എ.ഐയ്ക്ക് അതിനു സാധിക്കും. ഗ്ലോബൽ ആയുർവേദ ഫെസ്റ്റിവൽ നടത്തിപ്പിൽ മുൻകൈയെടുത്ത സെന്റർ ഫോർ ഇന്നോവേഷൻ ഇൻ സയൻസ് ആന്റ് സോഷ്യൽ ആക്ഷൻ (സിസ്സ്)യും എ.എം.എ.ഐയും ഇതര സംഘടനകളും അഭിനന്ദനമർഹിക്കുന്നു.

# AMAI

തിരുവനന്തപുരം ജില്ലാ കമ്മറ്റിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ

നേത്രരോഗ ഓറിയന്റേഷൻ കോഴ്സ്

2012 ഏപ്രിൽ 29 ന് ആരംഭിക്കുന്നു

---

| താൽപര്യമുള്ളവർ ബന്ധപ്പെടുക |

ഡോ: സി.ഡി.ലീന	9847320018
ഡോ: ഗണേഷ് ബാബു.എസ്	9846374780



# MENOVIN

A versatile combination that reduces the complications of menopause

Promotes strong immune system and controls hot flushes.

Stimulates ovarian tissue and facilitates hormone utilization.

Promotes normal endometrial growth and reduces vaginal dryness and discomfort.

Helps in controlling low density lipoprotein oxidation.

Contains phyto estrogens, calcium and minerals.

Indication:  
Menopausal syndrome

Dosage:  
1 tablet twice daily, or as directed by the physician.

Presentation:  
Box of 10 blisters of 10 tablets.



#### Compositon

Saraca asoca (Asoka)  
Symplocos racemosa (Lodhra)  
Asparagus racemosus (Satavari)  
Boerhaavia diffusa (Punarnava)  
Vitis vinifera (Draksha)  
Piper longum (Pippali)  
Plumbago rosea (Chitraka)  
Paravala bhasma



#### Kerala Ayurveda Ltd.

Regd. Office: Athani, Aluva 683 585, Kerala, INDIA.  
Tel: 0484 247 6301/02/03/04. Fax: 0484 247 4376.  
email: [info@keralaayurveda.biz](mailto:info@keralaayurveda.biz)  
website: [www.keralaayurveda.biz](http://www.keralaayurveda.biz)

തിരുവനന്തപുരം ആയുർവേദ ഔഷധസഹകരണസംഘം  
ഭരണസമിതി തിരഞ്ഞെടുപ്പിൽ എ.എം.എ.ഐയ്ക്ക്  
അഭിമാനാർഹമായ വിജയം

ഡോ.സി.ബി.ജസ്റ്റീൻ ജോസ്  
(വൈസ് പ്രസിഡന്റ്, AMAI)  
ജനറൽ കൺവീനർ, തിരഞ്ഞെടുപ്പു കമ്മിറ്റി

ഗുണമേന്മയുള്ള ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ മിതമായ നിരക്കിൽ നിർമ്മിച്ച് വിതരണം ചെയ്യുകയെന്ന ലക്ഷ്യത്തോടു കൂടി 1968 ൽ പ്രവർത്തനമാരംഭിച്ച സഹകരണ സ്ഥാപന പമാണ് തിരുവനന്തപുരം ആയുർവേദ ഔഷധ നിർമ്മാണ വ്യവസായസഹകരണ സംഘം, ശ്രീ.കാലടി പരമേശ്വരൻ നായർ, ശ്രീ.രാമകൃഷ്ണൻ വൈദ്യർ, ശ്രീ.നാരായണൻ വൈദ്യൻ, ശ്രീജനാർദനൻ വൈദ്യർ, ശ്രീ.ഡോ.വി.എസ്.പരമേശ്വരൻ നായർ തുടങ്ങിയ ആയുർവേദരംഗത്തെ നിരവധി പ്രതിഭാശാലികളുടെ നേതൃത്വത്തിൽ കേരള ആയുർവേദ മണ്ഡലത്തിന്റെ സജീവ പങ്കാളിത്തത്തോടു കൂടിയാണീ സ്ഥാപനം പ്രവർത്തനമാരംഭിച്ചത്. മികച്ച രീതിയിൽ പ്രവർത്തിച്ചിരുന്ന ഈ സ്ഥാപനം പിന്നീട് ഈ കാലഘട്ടത്തിന്റെ ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുന്നതിൽ വേണ്ടത്ര വിജയിച്ചില്ല. ഭരണ വൈകല്യം, സാമ്പത്തിക അച്ചടക്കമില്ലായ്മ, നിർമ്മാണ വിപണന രംഗത്തെ പോരായ്മകൾ, പ്രാക്ടീഷണർമാരുമായി ബന്ധമില്ലാത്ത ഭരണസമിതി തുടങ്ങി നിരവധി കാരണങ്ങൾ ഈ ശോചനീയാവസ്ഥയ്ക്കു പിന്നിലുണ്ട്. ഈ കാലഘട്ടത്തിലാകട്ടെ AMAI നേതൃത്വം നൽകുന്ന കൊല്ലം, കോഴിക്കോട്, തൃശൂർ ജില്ലകളിലെ സഹകരണ സ്ഥാപനങ്ങൾ വളരെ മെച്ചപ്പെട്ട നി



ഡോ: പി.ആനന്ദ്  
(പ്രസിഡണ്ട്)



ഡോ: ബബു.എം.എസ്  
(ഭരണസമിതി അംഗം)



ഡോ: സി.ഐ.നാഥൻ നായർ  
(ഭരണസമിതി അംഗം)



ഡോ: വി.ചന്ദ്രകുമാർ  
(ഭരണസമിതി അംഗം)



ഡോ: ലളിതാംബിക  
(ഭരണസമിതി അംഗം)



ഡോ: സന്ധ്യാകുമാരി  
(ഭരണസമിതി അംഗം)

ടങ്ങിയ ആയുർവേദരംഗത്തെ നിരവധി പ്രതിഭാശാലികളുടെ നേതൃത്വത്തിൽ കേരള ആയുർവേദ മണ്ഡലത്തിന്റെ സജീവ പങ്കാളിത്തത്തോടു കൂടിയാണീ സ്ഥാപനം പ്രവർത്തനമാരംഭിച്ചത്. മികച്ച രീതിയിൽ പ്രവർത്തിച്ചിരുന്ന ഈ സ്ഥാപനം പിന്നീട് ഈ കാലഘട്ടത്തിന്റെ ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറ്റുന്നതിൽ വേണ്ടത്ര വിജയിച്ചില്ല. ഭരണ വൈകല്യം, സാമ്പത്തിക അച്ചടക്കമില്ലായ്മ, നിർമ്മാണ വിപണന രംഗത്തെ പോരായ്മകൾ, പ്രാക്ടീഷണർമാരുമായി ബന്ധമില്ലാത്ത ഭരണസമിതി തുടങ്ങി നിരവധി കാരണങ്ങൾ ഈ ശോചനീയാവസ്ഥയ്ക്കു പിന്നിലുണ്ട്. ഈ കാലഘട്ടത്തിലാകട്ടെ AMAI നേതൃത്വം നൽകുന്ന കൊല്ലം, കോഴിക്കോട്, തൃശൂർ ജില്ലകളിലെ സഹകരണ സ്ഥാപനങ്ങൾ വളരെ മെച്ചപ്പെട്ട നി

ലയിൽ പുരോഗമിക്കുകയും ചെയ്തു.

ആയുർവേദ രംഗത്ത് സഹകരണ പ്രസ്ഥാനങ്ങൾ ശക്തിപ്പെടുത്തുകയും അതിന് ലക്ഷ്യബോധവും നേതൃത്വ പാടവവുമുള്ള ഭരണസമിതി വരണമെന്നുമുള്ള ലക്ഷ്യത്തോടുകൂടിയാണ് നാം ഈ തിരഞ്ഞെടുപ്പിനെ സമീപിച്ചത്.

ഏഴംഗ ഭരണസമിതിയിലേയ്ക്കു നടന്ന തിരഞ്ഞെടുപ്പിൽ AMAI സംസ്ഥാന കൗൺസിൽ അംഗങ്ങളായ ഡോ.എം.എസ്.ബബു, ഡോ.ലളിതാംബിക, ഡോ.കെ.ജി.സന്ധ്യകുമാരി എന്നിവർ വിവിധ മണ്ഡലത്തിൽ നിന്നും എതിരില്ലാതെ തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടു. തുടർന്ന് 2012 ഫെബ്രുവരി 20-ാംതീയതി ഭരണസമിതി ജനറൽ വി

ആയുർവേദ സഹകരണരംഗ വാർത്തകൾ

ഭാഗത്തിലേയ്ക്ക് നടന്ന തെരഞ്ഞെടുപ്പിൽ സംസ്ഥാന കൗൺസിൽ അംഗങ്ങളായ ഡോ.പി.ആനന്ദ്, ഡോ.ഡി.ചന്ദ്രകുമാർ, ജില്ലാ ട്രഷററായ ഡോ.സി.രഘുനാഥൻനായർ എന്നിവരും എ.എം.എ.ഐ. പാനലിൽ നിന്നും പോൾ ചെയ്ത വോട്ടുകളിൽ 98% നേടി അഭിമാനാർഹമായ വിജയമാണ് കരസ്ഥമാക്കിയത്. വനിത മണ്ഡലത്തിൽ നമ്മൾ സമർപ്പിച്ച ഒരു നാമനിർദ്ദേശ പത്രിക അസാധുവായത് സംഘടനപരമായ വീഴ്ചയായി വിലയിരുത്തുന്നു.

തിരുവനന്തപുരം ജില്ലാപ്രസിഡന്റ് ഡോ.ഗണേശ് ബാബു(ചെയർമാൻ, തെരഞ്ഞെടുപ്പു കമ്മിറ്റി) സെക്രട്ടറി ഡോ.സി.ഡി.ലീന എന്നിവരുടെ നേ

തൃത്വത്തിൽ വളരെ ചിട്ടയായ തെരഞ്ഞെടുപ്പ് പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് നടത്തിയത്. ഈ സഹകരണ സ്ഥാപനത്തിന്റെ പുരോഗതിയ്ക്കായി തെരഞ്ഞെടുപ്പു കമ്മിറ്റിയുടെ രക്ഷാധികാരിയായി ഡോ. പി.ശങ്കരൻകുട്ടി (ആയുർവേദവിദ്യാഭ്യാസ ഡയറക്ടർ (റിട്ട.) നൽകിയ സേവനങ്ങൾ കൃതജ്ഞതാപൂർവ്വം സ്മരിക്കുന്നു.

ആയുർവേദ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ പുരോഗതിക്കു വേണ്ടി AMAI നടത്തുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ഈ വിജയം കൂടുതൽ ആത്മവിശ്വാസം നൽകും. അതോടൊപ്പം ജില്ലയിലെ ആയുർവേദ സമൂഹം അർപ്പിച്ച വിശ്വാസം കാത്തുസൂക്ഷിക്കുന്നതിന് സംഘടന പ്രതിജ്ഞാബദ്ധമാണ്.

തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ കീഴിലുള്ള ആയുർവേദ സ്ഥാപനങ്ങളിലേക്ക് ഔഷധം വിതരണം ചെയ്യാൻ കോഴിക്കോട് സോസൈറ്റിക്ക് ലഭിച്ചിരുന്ന അനുമതി കേരളസർക്കാർ ഒരു വർഷത്തേക്കുകൂടി ദീർഘിപ്പിച്ചു

**കേരള സർക്കാർ**  
സംഗ്രഹം

തദ്ദേശസ്വയംഭരണവകുപ്പ് - കോഴിക്കോട് ജില്ലയിലെ കേരള ആയുർവേദിക് കോ-ഓപ്പറേറ്റീവ് സോസൈറ്റിക്ക് തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ കീഴിലുള്ള ആയുർവേദ ആശുപത്രികളിൽ ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ വിതരണം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള അനുമതി ദീർഘിപ്പിച്ചു ഉത്തരവ് പുറപ്പെടുവിക്കുന്നു.

തദ്ദേശസ്വയംഭരണ(വിനിയോഗ)വകുപ്പ്

സ.ഉ.(സംയാ)നം.667/12/തസ്വഭവ തിരുവനന്തപുരം, തീയതി 03.03.2012

പരാമർശം:- (1) 17.02.11-ലെ സ.ഉ.(സംയാ)നം.496/11/തസ്വഭവ  
(2) കേരള ആയുർവേദിക് കോ-ഓപ്പറേറ്റീവ് സോസൈറ്റി സെക്രട്ടറിയുടെ 28.11.11-ലെ അപേക്ഷ  
(3) 29.02.11-ലെ വികേന്ദ്രീകൃതാസൂത്രണ സംസ്ഥാനതല കോ-ഓർഡിനേഷൻ കമ്മിറ്റി 2.27 നമ്പർ തീരുമാനം

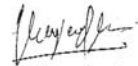
**ഉത്തരവ്**

തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ കീഴിലുള്ള ആയുർവേദ ആശുപത്രികൾക്കുവേണ്ടിയായ ഔഷധങ്ങൾ കോഴിക്കോട് ജില്ലയിലെ കേരള ആയുർവേദിക് കോ-ഓപ്പറേറ്റീവ് സോസൈറ്റിയിൽ നിന്നും വാങ്ങുന്നതിനുള്ള സൗകര്യം ഒരു വർഷത്തേയ്ക്ക് കൂടി നീട്ടിക്കൊണ്ട് പരാമർശം 1 പ്രകാരം അനുമതി നൽകിയിരുന്നു. പ്രസ്തുത അനുമതി ദീർഘിപ്പിച്ചു നൽകണമെന്ന് പരാമർശം 2 പ്രകാരം കേരള ആയുർവേദിക് കോ-ഓപ്പറേറ്റീവ് സോസൈറ്റി സെക്രട്ടറി അപേക്ഷിച്ചിരിക്കുന്നു. പരാമർശം 3-ലെ വികേന്ദ്രീകൃതാസൂത്രണ സംസ്ഥാനതല കോ-ഓർഡിനേഷൻ കമ്മിറ്റി തിരുമാനത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ കീഴിലുള്ള ആയുർവേദ ആശുപത്രികളിൽ ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ വിതരണം ചെയ്യുന്നതിന് കേരള ആയുർവേദിക് കോ-ഓപ്പറേറ്റീവ് സോസൈറ്റിക്ക് നൽകിയ അനുമതി 18.02.12 മുതൽ ഒരു വർഷത്തേയ്ക്ക് ദീർഘിപ്പിച്ചുകൊണ്ട് ഉത്തരവാകുന്നു.

ഗവർണ്ണറുടെ ഉത്തരവിൻ പ്രകാരം  
വിശദം  
അഡീഷണൽ സെക്രട്ടറി

പഞ്ചായത്ത് ഡയറക്ടർ, തിരുവനന്തപുരം നഗരകാര്യ ഡയറക്ടർ } ബന്ധപ്പെട്ട ഏജൻസിയുടെ അറിയിപ്പേണ്ടതാണ്.  
ഗ്രാമവികസന കമ്മീഷണർ }

സ്റ്റേറ്റ് പെരിഫോമൻസ് ഓഫീസ് ആഫീസർ ഡയറക്ടർ, ലോക്കൽ ഫണ്ട് ഓഫീസ്, തിരുവനന്തപുരം പ്രസിഡന്റ്, കേരള ആയുർവേദിക് കോ-ഓപ്പറേറ്റീവ് സോസൈറ്റി, മീഞ്ചന, കോഴിക്കോട്. ഏക്സിക്യൂട്ടീവ് ചെയർമാൻ ആന്റ് ഡയറക്ടർ, ഇൻഫർമേഷൻ കേരള മിഷൻ (തദ്ദേശസ്വയംഭരണ വകുപ്പിന്റെ സെക്രട്ടറിയുടെ പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തുന്നതിന്) സംസ്ഥാനതല റിസോഴ്സ് ഗ്രൂപ്പ്, റി.സം.29/272(4), ലൂക്കിസ് ചെയർ, പുളിയൂർ, തിരുവനന്തപുരം. ഓഫീസ് കോപ്പി/കരുതൽ ഫയൽ

ഉത്തരവിൻ പ്രകാരം  
  
സെക്ഷൻ ഓഫീസർ

വാർത്തകൾ....

### ആരോഗ്യവും യുവത്വവും സെമിനാർ

**കാസർഗോഡ്:** കേരള സ്റ്റേറ്റ് മെഡിസിനൽ പ്ലാന്റ് ബോർഡ് ഓയിസ്കെ ഇന്റർനാഷണൽ കുമ്പള ചാപ്റ്റർ, എ.എം.എ.ഐ. കാസർഗോഡ് എന്നിവരുടെ സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിൽ മാർച്ച് 6-ാം തീയതി കാസർഗോഡ് മുൻസിപ്പൽ ടൗൺ ഹാളിൽ ആരോഗ്യവും യുവത്വവും എന്ന വിഷയത്തിൽ സെമിനാറും പൊതുജനങ്ങൾക്കായി കിസ് മത്സരവും സംഘടിപ്പിച്ചു. കാസർഗോഡ് ജില്ലാ പ്രസിഡന്റ് ഡോക്ടർ രാജീവൻ വി.സെമിനാറിൽ ക്ലാസ്സെടുത്തു.

ആയുർവേദത്തിന്റെമഹിമ ജനമദ്ധ്യത്തിൽ എത്തിക്കുന്നതിനുംനമുക്ക് എങ്ങനെ ആരോഗ്യം നഷ്ടപ്പെടുന്നുവെന്നും സാധാരണക്കാർക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ ഉതകുന്ന വിധത്തിൽ ക്ലാസ്സ് കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ അവതാരകൻ സാധിച്ചു. തുടർന്നുനടന്ന കിസ്സ് മത്സരത്തിൽ ഡോക്ടർ വിജയ S.M.O.(G.A.H കാസർഗോഡ്), ഡോ: പ്രവീൺ എന്നിവർ പങ്കാളികളായി. സെമിനാർ കാസർഗോഡ് മുൻസിപ്പൽ ചെയർ പേഴ്സൺ ശ്രീ. ടി.അബ്ദുള്ള ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. പ്രമുഖ

രാഷ്ട്രീയ-സാംസ്കാരിക പ്രവർത്തകർ സംസാരിച്ചു.സെമിനാറിനോട് അനുബന്ധിച്ച് നെല്ലിക്ക ഉത്പന്നങ്ങളുടെ പ്രദർശനവും നടന്നു. എ.എം.എ.ഐ. കാസർഗോഡ് ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ഡോക്ടർമാരുടെ ശാസ്ത്രീയ ആയുർവ്വേദ ചികിത്സാ പ്രാവീണ്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനായി ഒരു ഫിനിഷിംഗ് സ്കൂൾ നടത്താൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നു. രോഗികളിൽ നേരിട്ട് രോഗനിർണ്ണയ പരിശീലനം, ഔഷധങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് പ്രായോഗിക പരിശീലനം, ക്രിയാകർമ്മങ്ങൾ , അവ രോഗികളിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന മാറ്റങ്ങൾ നേരിൽ കണ്ട് പഠിക്കാനായി നടത്തുന്ന ഈ പരിപാടിയുടെ ആദ്യ ദിനം 2012 മെയ് 6-ാം തീയതി രാവിലെ 9 മണി മുതൽ 4 മണി വരെയാണ്. തൃക്കരിപ്പൂർ ആയുർവ്വേദ നഴ്സിംഗ് ഹോമിൽവെച്ച് പ്രഗത്ഭരായ ഡോക്ടർമാരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ നടത്തുന്നു. പ്രവേശനം ആദ്യം രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്ന 20 പേർക്ക് മാത്രം. രജിസ്ട്രേഷൻ ഫീസ് 1000 രൂപയാണ്. വിശദ വിവരങ്ങൾക്കായി ബന്ധപ്പെടുക : ഫോൺ : 9447479256, 9447312856



### **എറണാകുളം**

പറവൂർ ഏരിയാ സമ്മേളനം

പറവൂർ ഏരിയാസമ്മേളനം 11.3.2012ന് ഉച്ചകഴിഞ്ഞ് 2മണിക്ക് പറവൂർ പെന്റാപ്ലാസയിൽ ചേർന്നു. പ്രസിഡന്റ് ഡോ.മനോജിന്റെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽ ചേർന്ന യോഗത്തിൽ സെക്രട്ടറി പി.കെ. അശോക് സ്വാഗതമാശംസിച്ചു. അന്തരിച്ച അങ്ങനക യുടെ സമുന്നത പ്രവർത്തകൻ ഡോ. നാണപ്പനെക്കുറിച്ചുള്ള അനുസ്മരണത്തോടെയാണ് യോഗം ആരംഭിച്ചത്. ഡോ. തിലകൻ, ഡോ. ആസാദ് എന്നിവർ അനുസ്മരണ പ്രസംഗങ്ങൾ നടത്തി. തുടർന്ന് ഡോ. ഷിബു വർഗീസ് (നങ്ങളിലിയിൽ ആയുർവ്വേദ കോളേജ്) 'Diagnosis of Spinal Disorders' എന്ന വിഷയത്തെ അധികരിച്ചുകൊണ്ട് CME നടത്തി. ചർച്ചകൾക്കുശേഷം നടന്ന ഏരിയാ സമ്മേള

നം ഡോ. വി.ജി. ഉദയകുമാർ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ഡോ. ശ്യാംലാൽ, ഡോ. ദേവിദാസ് വെള്ളോടി, ഡോ. അനിൽകുമാർ എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു. പുതിയ ഭാരവാഹികളായി താഴെപ്പറയുന്നവരെ തിരഞ്ഞെടുത്തു. പ്രസിഡന്റ്: ഡോ.മനോജ്, വൈസ് പ്രസിഡന്റ്: ഡോ. വിനോബ, സെക്രട്ടറി: ഡോ.കെ.അനിൽകുമാർ, ജോ.സെക്രട്ടറി: ഡോ.കീർത്തി, കമ്മിറ്റിയംഗങ്ങൾ: ഡോ.ആസാദ്, ഡോ.അശോക്, ഡോ. സുരജ്, ഡോ.രഞ്ജിത്. വനിതാ ചെയർ പേഴ്സൺ: ഡോ.ബിന്ദു, വനിതാ കൺവീനർ: ഡോ.കെ.ജി.ലൂസി, മെമ്പർമാർ: ഡോ.ശ്രീദേവി, ഡോ.നദാഷ.

# ANJANEYA AYURVEDA HOSPITAL EQUIPMENTS

SSI Reg No . 321314148

VAVVAKKAVU, VARAVILA P.O., KARUNAGAPPALLY, KOLLAM DT, KERALA

PIN 690 528. PH : 0476 - 2690393

Mob : 09447894944



Droni vengla single piece with brass work



Droni kanjiram joint



Droni Fibre



Steam Chamber Wooden



Dhara Stand



Droni Stand



Dhara vessel Brass with Tap and Chain



Avagha Tub



Oil Stand



Foot Step



Sirovasthy Cap



Vasthy Yantra Brass



Steam Generating Machine



Nasya Applicator



Kindi

**കുത്താട്ടുകുളം ഏരിയാ സമ്മേളനം**

കുത്താട്ടുകുളം ഏരിയാസമ്മേളനം 11.3.2012 ഞായറാഴ്ച ഉച്ചയ്ക്ക് 2മണിക്ക് ശ്രീധരീയം ആയുർവേദ ആശുപത്രിയിൽവെച്ച് ചേർന്നു. ഡോ. വിജയൻ നങ്ങേലിന്റെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽ ചേർന്ന യോഗത്തിൽ ഡോ.വാസു സ്വാഗതം ആശംസിച്ചു. സംസ്ഥാന പ്രസിഡന്റ് ഡോ. വിനോദ് കുമാറിനെ യോഗത്തിൽ ആദരിച്ചു. തുടർന്ന് ഡോ. ആന്റണി ജോസ് "Treatment protocol for Rheumatic disorders" എന്ന വിഷയത്തെ അധികരിച്ച് CME അവതരിപ്പിച്ചു.

പുതിയ ഭാരവാഹികളായി ഡോ.മാണി ജോസ് (പ്രസിഡന്റ്), ഡോ.ശ്രീകാന്ത് (സെക്രട്ടറി) എന്നിവരെ തിരഞ്ഞെടുത്തു.

**Dist. CME in Cardiology**

19.2.2012 എറണാകുളം ലിറ്റിൽഫ്ളവർ ഹാർട്ട് കെയർ സെന്റർ അങ്കമാലിയിൽ വെച്ച് ഹൃദ്രോഗത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട പ്രാഥമിക കാര്യങ്ങളെ കുറിച്ച് CME നടത്തി. 2 മണിക്ക് ചേർന്ന യോഗത്തിൽ ഫാ.സെബാസ്റ്റ്യൻ വടക്കുംപാടം അദ്ധ്യക്ഷനായിരുന്നു. ജില്ലാപ്രസിഡന്റ് ഡോ. ദേവിദാസ് വെള്ളോടി പ്രസംഗിച്ചു. തുടർന്ന് ഡോ. സ്റ്റീജിജോസഫ് (HOD Cardiology), ഡോ. സുരേന്ദ്രൻ (നാഷണൽ റൂറൽ ഹെൽത്ത് മിഷൻ) എന്നിവർ ഹൃദ്രോഗിയിൽ ചെയ്യേണ്ട പ്രഥമ ശുശ്രൂഷയെക്കുറിച്ച് Demonstration നോട്ടുകൂടി ക്ലാസ്സെടുത്തു. 80 പേർ പങ്കെടുത്തു.

**കോതമംഗലം ഏരിയാ സമ്മേളനം & CME**

4.3.2012ന് IMAഓഡിറ്റോറിയത്തിൽവെച്ച് രാവിലെ 10 മണിമുതൽ 2 മണിവരെ ഏരിയാ CME നടത്തി. ഡോ.പ്രസന്നകുമാരി 'Female Infertility' യെക്കുറിച്ചും, ഡോ. സി.ഡി. സഹദേവൻ 'Jaundice' നെക്കുറിച്ചും ഡോ. സി.ഡി. കൃഷ്ണകുമാർ യോഗവിചാരത്തിൽ 'പടോല കടുരോഹിണ്യാദി കഷായത്തെ' കുറിച്ചും ക്ലാസ്സെടുത്തു. പ്രസിഡന്റ് ഡോ.ബെന്നി ഭാസ്കരന്റെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽചേർന്ന യോഗത്തിൽ ഡോ.വിജയൻ നങ്ങേലിൽ, ഡോ. ഇട്ടുപ്പ്, ഡോ. ടി.പി. ഹരികൃഷ്ണൻ എന്നിവർ സംസാരിച്ചു.

**HYDROTHERAPY BATH TUBS for holistic healthcare**

**SPINAL BATH**



**HIP BATH**



**STEAM BATH CABINET**



for equipments just Dial us

Light and durable • Made from Fibreglass Reinforced Plastic • Easy to clean and maintain

Web: [www.styluswares.com](http://www.styluswares.com)

**STYLUS WARES**  
 Kaithamukku, Trivandrum 695 024  
 Phone: (0471)245 2089, 247 0588  
 Mobile: 94476 58021  
 Email: [styluswares@gmail.com](mailto:styluswares@gmail.com)

**പുസ്തക പരിചയം...**

**വൈദ്യ ബിന്ദു മാധവ ശാസ്ത്രി രചിച്ച പഞ്ചകർമ്മ കഥകൾ മറാഠിയിൽ നിന്നും മലയാളത്തിലേക്ക് പരിഭാഷ ചെയ്ത് പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു.**

പരമേശ്വരന്റെ അഷ്ടാംഗഹൃദയ വ്യാഖ്യാനമായ വാക്യർത്ഥ പ്രദീപിക മലയാളത്തിലേക്ക് തർജ്ജമ ചെയ്ത ഡോ. പി.കെ.വി. ആനന്ദാണ് പരിഭാഷകനും എഡിറ്ററും. ശമനമെന്നും ശോധനമെന്നും വിധിക്കപ്പെട്ട ചികിത്സ മികവുറ്റതാകുന്നത് അതിന്റെ പ്രയോഗശുദ്ധിയിലൂടെയാണ്. തികഞ്ഞ ശാസ്ത്രബുദ്ധിയും നിരീക്ഷണവും യുക്തിയും ഒത്തുചേരുന്ന ഈ അനുഭവകഥകൾ സരളമായ പ്രതിപാദനം കൊണ്ട് വേറിട്ട ഒരു അനുഭവമാകുന്നു.

ശോധന ചികിത്സയുടെ പ്രാമാണ്യം ഓർമ്മിപ്പിക്കു ഈ ഗ്രന്ഥം ഓരോ ആയുർവ്വേദ വിദ്യാർത്ഥിയും ചികിത്സകനും അവശ്യം വായിക്കേണ്ടതും, ഒരു കൈപ്പുസ്തകമായി സൂക്ഷിക്കേണ്ടതും ആകുന്നു. മൈഗ്രേയിനും സർവ്വൈക്കൽ സ്പോലൈസിസിനും, ഡയബറ്റിസിനുമെല്ലാം ശോധന ചികിത്സയിലൂടെ വിട്ടുമാറുന്ന കാഴ്ച അത്യാദർശങ്ങളോടെ മാത്രമേ

ഒരു ചികിത്സകന് വായിക്കുവാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ. ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ നീഴലിൽ നിന്നും ആയുർവ്വേദത്തെ ജനാരോഗ്യത്തിന്റെ മുൻനിരയിലെത്തിക്കുവാനുള്ള വൈദ്യബിന്ദു മാധവ ശാസ്ത്രിയുടെ പ്രയത്ന നിരതമായ ജീവിതം നമുക്കെല്ലാം മാർഗ്ഗദർശകമാണ്. പരിഭാഷയിലുള്ള ചില ന്യൂനതകളും അല്പം അച്ചടിപിഴവുകളും മാറ്റി നിർത്തിയാൽ. ഈ ഗ്രന്ഥം, കഴിഞ്ഞ കുറച്ചു വർഷങ്ങൾക്കുള്ളിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെട്ട ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ ഏറെ മുൻനിരയിലാണ്. ശ്രീ മനക്കോടൻ കേശവൻ വൈദ്യരുടെ പഞ്ചകർമ്മയും, ബിന്ദു മാധവശാസ്ത്രിയുടെ ശോധന ചികിത്സയും സമന്വയിപ്പിക്കാൻ കേരളത്തിലെ ഡോക്ടർമാർക്ക് സാധിച്ചാൽ അത് ചികിത്സാരംഗത്ത് വിപ്ലവകരമായ മാറ്റങ്ങൾക്ക് ഉള്ള തുടക്കമായിരിക്കും.

പ്രസാധകർ : കുഞ്ഞുമാന പബ്ലിക്കേഷൻ  
തുശ്ശൂർ

**COSMOVISION**  
HERBALS (INDIA) PVT. LTD.  
For the use of medical profession only

**FOR YOU TO REMEMBER**

- ARTHOMIX TABLETS
- COSBEX TABLETS
- COSMO COMPOUND TABLETS
- COSMO TONE U SYRUP
- CEEGRA TABLETS
- COSLIV TABLETS AND SYRUP
- CHARMATONE SYRUP
- HERBOLITE SYRUP
- MIGRACIN TABLETS
- NATPOL TABLETS AND SYRUP
- RADIX TABLETS
- TERMODIUM TABLETS
- FICOSAN KASHAYAM SHAMPOO
- ELFLOW SHAMPOO POWDER
- PHYTODENT

**KASHAYAM TABLETS**

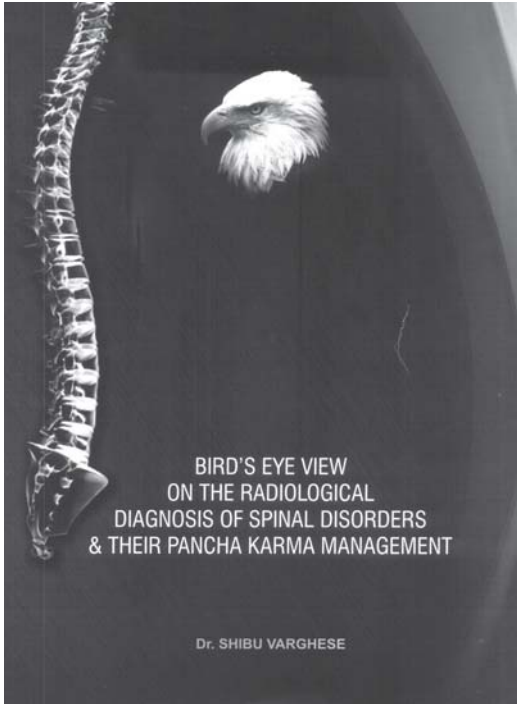
- AMRUTHOTHARAM TABLETS
- GANDHARVAHASTADI TABLETS
- MAHARASHNADI TABLETS
- NAYOPAYAM TABLETS
- PADOLADI TABLETS
- PRASARANYADI TABLETS
- RASNAIRANDADI TABLETS
- SAHACHARADI TABLETS
- INDUKANTHAM TABLETS
- CHIRUVILWADI TABLETS

Anti-rheumatic  
Powerful and safe anti-diabetic  
Sure and safe anti-asthmatic  
Safe and effective uterine tonic  
A dependable aphrodisiac for prolonged use  
A liver corrective and protective.  
Your best choice in all conditions of Dermatitis  
A cough depressant with all natural remedies  
Your last word in Migraine.  
Antipyretic and analgesic, the natural way.  
Drug of choice in Haemorrhoids and Varicosis.  
Dependable and powerful antihypertensive

**COSMO VISION**  
HERBALS (INDIA) P. LTD.

Cosmovation Herbals (India) Pvt. Ltd, Kundukad, Thrissur.  
Ph: 04884 265935, Fax: 04884 266948  
E-mail: cvision@sanchornet.in

COSMOVISION A RELIABLE PARTNER TO GO WITH NATURE



**Book Review**

**BIRD'S EYE VIEW ON RADIOLOGICAL DIAGNOSIS OF SPINAL DISORDERS & THEIR PANCHAKARMA MANAGEMENT  
DR. SHIBU VARGHESE.**

metabolic disorders resulting spinal diseases.A

Brief description also explained how to adopt various modes of sneha sweda kriyas and pancha karma accordingly to each topic. Fractures ,pott's disease(TB of spine) and malignancies are often missed in clinical diagnosis. This may mislead the physician and will make condition of the patient worse and damage the reputation. To avoid this situation physician should be well versed in radio diagnosis. There is no doubt that Dr. Shibu's work is a commendable step towards this direction. Let us hope he will include the topics regarding CT Scan and MRI in the coming editions of this book.

*Dr. K. V. Syam Lal*

Finally a dream come true. There was a real need of a book explaining radiology and it's interpretation to Ayurvedic practitioners. This book deals the subject in a simple and quiet effective manner. Beginning with the introduction to X-Ray, it covers the topics cervical and lumbar spine disorders, various infections of spine, malignancies, auto immune diseases of spine and

28-ാം പേജ് തുടർച്ച

സാങ്കേതിക വശങ്ങൾ, വിപണന രീതികൾ എന്നിവയിൽ ശാസ്ത്രീയമായ ആസൂത്രണം ഉണ്ടാ വേണ്ടതുണ്ട്. മണ്ണിന്റെയും മനുഷ്യന്റെയും ആരോഗ്യം നിലനിർത്താൻ സഹായിക്കുന്ന ഔഷധസസ്യകൃഷി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.

ഹരിതവൈദ്യകം 2011 മുന്നോട്ടുവച്ച ആശയത്തെ ഇങ്ങനെ സംഗ്രഹിക്കാം. ഔഷധ സസ്യങ്ങളുടെ സസ്യശാസ്ത്രപരവും ആയുർവേദീയവുമായ നിർ

ണ്ണയവും വർഗ്ഗീകരണവും ചെയ്ത് ആവശ്യമായ നടീൽവസ്തുക്കൾ ലഭ്യമാക്കുക. അവയുടെ ആവാസവ്യവസ്ഥക്കും ഔഷധ ഗുണത്തിനും അനുയോജ്യമായ കൃഷിരീതികൾ ആവിഷ്കരിക്കുക, സംഭരണത്തിലും സംസ്കരണത്തിലും ശാസ്ത്രീയമായ രീതികൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുക. ഇവയുടെ വിപണി സുസ്ഥിരമായ് നിലനിർത്താനുള്ള നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുക. ഈ രംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്ന വിവിധ ഏജൻസികൾ പ്രവർത്തന രംഗത്തിന് ഏകോപനം ഉണ്ടാക്കണം.



 <p><b>ബ്രീത് ഇസ്മി കൗസ്റ്റിക് ബെന്റിറ്റീവ്</b> റിസന്റോ, ബെന്റോ, ഡെന്റോൺ വാക്, ഡെന്റോ റിംഗ്</p>	
 <p><b>ബ്രീത് ഇസ്മി സിപ്</b> റിസന്റോ, ബെന്റോ, ഡെന്റോൺ വാക്, ഡെന്റോൺ വാക്, ഡെന്റോൺ വാക്</p>	
<p>100% പ്രായുജീവനം   കൃത്യം രോഗങ്ങൾ നേരിട്ടിട്ടു   പാർശ്വഫലങ്ങളില്ല   97 മണിക്കൂർക്കൊരൊന്നു ഉപയോഗിക്കാം!</p>	

ചെറിയൊരു ആശ്വാസം കിട്ടുമ്പോഴേ മുന്നേ കഴിക്കുന്നത് നിർണ്ണായക നമ്മുടെയൊക്കെ പരിവർത്തനം കടുത്ത ശ്വാസരോഗങ്ങളുമായി പോരാടാനും ഈ പിഴവ് വരുത്താനാണ്.

ശ്വാസസംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്കുള്ള തികവുറ്റ ആയുർവ്വേദ ഔഷധമാണ് ബ്രീത് ഇസ്മി. അത് ശ്വാസകോശത്തെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്ന ഘടകങ്ങളെ നിയന്ത്രിച്ച് പ്രതിരോധ ശക്തിയും ശക്തിയും കൂട്ടുന്നു. ഐം, ദീർഘകാലത്തെ ശ്വാസരോഗം കൊണ്ട് ഉണ്ടായ കൈപ്പാടുകൾ തീർത്ത് ശ്വാസകോശത്തിന് ആരോഗ്യവേദകയും ശ്വാസനം സുഗമമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ബ്രീത് ഇസ്മി ഫലപ്രദമാകുവാൻ ഒരു കാര്യം ഉറപ്പ് വരുത്തേണ്ടതുണ്ട്. തൊറോസം അനുസരിച്ച് കുറഞ്ഞത് 6 മത്സരങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക.

22 വർഷങ്ങളായി ഉപയോഗിച്ച് തെളിഞ്ഞതാണ് ബ്രീത് ഇസ്മിയുടെ ഫലപ്രാപ്തി. ഇന്ന് കടുത്ത ശ്വാസരോഗങ്ങളുള്ള മക്കൾക്കെക്കീടേ ആരിക്കാൻ ബ്രീത് ഇസ്മിയെ വിശ്വസിക്കുന്നു. ഉപയോഗിച്ച് നേടുക. നിങ്ങളും അത് ശരിവയ്ക്കുക.

# കടുത്ത ശ്വാസതടസ്സം

അനുഭവപ്പെടുന്ന നിങ്ങളും

ഈ പിഴവ് വരുത്തുന്നുണ്ടോ?



പങ്കജകസ്തുരി ബ്രീത് ഇസ്മി ഫൈൻപ് ലൈൻ: നിങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന ശ്വാസസംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങളെയും അവയുടെ പരിഹാരങ്ങളെയും കുറിച്ചുള്ള വിവരങ്ങൾക്ക് വിളിക്കുക. 0471 2220487.