



# Editorial Board

Chief Editor

Dr. M.M. Sanil Kumar

Editor-in-Charge

Dr. D.R. Sadath

9895989586

Managing Editor

Dr. K.B. Somaraja Pillai

9447860418

Printer & Publisher

Dr. Rejith Anandan

9447747470

Executive Editor

Dr. P.K. Haridas

Resident Editor

Dr. G. Rajasekharan Nair

Members:

Dr. G. Vinod Kumar

Dr. V.G. Udaya Kumar

Dr. Praveen Vidyadharan

Dr. A.K. Manoj Kumar

Dr. Saju K.B.

Dr. S. Vineeth

Dr. Deep V.C.

Dr. Smitha L.S.

Dr. Siju C. Thomas

Dr. Ramya M.G.

Cover: ASL Computers

Layout: ASL Computers, Ravipuram

The Managing Editor  
apta Ayurveda Bhavan, XVIII/2A  
P.B. No. 93, Angamaly-683 572  
editor.apta@gmail.com  
amai.office@gmail.com  
www.ayurveda-amai.org

## ഉള്ളടക്കം

- 4 എഡിറ്റോറിയൽ
- 5 ജനനം സെക്രട്ടറിയുടെ പേജ്
- 6 യോഗവിചാരം  
ഡോ. സി.ഡി. സഹദേവൻ
- 10 ചികിത്സാനുബന്ധം  
ഡോ. ടി.എൻ. യതിന്ദ്രൻ
- 12 പുസ്തകപരിചയം  
പ്രൊഫ. വി.എൻ. മുരളി
- 14 എ.എം.എ.ഒ.എ. നേട്ടങ്ങൾ
- 18 Nebulisation an Effective....  
ഡോ. ജിതേഷ് എം.കെ.
- 29 A Proposed Diet Chart...  
ഡോ. രശ്മി എസ്. രാജ്
- 37 വാർത്തകൾ

Annual Subscription: ₹ 240  
DD in favour of:  
apta payable at Angamaly



എഡിറ്റോറിയൽ

## സേവനമേഖലയുടെ കാലാനുസൃതമായ പരിഷ്കാരം അനിവാര്യം



doctorsadath@gmail.com

**1996-ലെ** ജനകീയാസൂത്രണം പദ്ധതിയോടനുബന്ധിച്ച് ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ നടത്തിയ ഇടപെടലുകളാണ് ഒറ്റവർഷം കൊണ്ട് നൂറു പഞ്ചായത്തുകളിൽ സർക്കാർ ആയുർവേദ ഡിസ്പെൻസറികൾ ആരംഭിക്കുന്നതിന് വഴിയൊരുക്കിയത്. ആയുഷ് ഡിപ്പാർട്ട് രൂപീകരണം നടക്കുകയും പുതിയ സർക്കാർ അധികാരമേൽക്കുകയും ചെയ്ത സാഹചര്യത്തിൽ ആരോഗ്യമേഖലയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഇത്തരം ക്രിയാത്മകപദ്ധതികൾ കൊണ്ടുവരേണ്ടത് ശാസ്ത്രവികസനത്തിന് അനിവാര്യമാണ്.

ISM ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റിനു കീഴിലുള്ള സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ഓരോ വർഷവും ചികിത്സ തേടി ഒ.പി.യിലെത്തുന്ന രോഗികളുടെ എണ്ണവും ഐ.പി. വിഭാഗത്തിലെത്തുന്ന എണ്ണവും കൃത്യമായി കണക്കാക്കുന്നതിന് സംവിധാനം ഉണ്ടാകണം. രോഗികളുടെ എണ്ണത്തിൽ കുറവുള്ള സ്ഥാപനങ്ങൾ കണ്ടെത്തി വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ വേണ്ടിയുള്ള നടപടികൾ സ്വീകരിക്കേണ്ടതാണ്. നാം ഓരോ പദ്ധതികളും മുന്നോട്ട് വെയ്ക്കുമ്പോൾ എത്രത്തോളം ജനങ്ങളിലേക്ക് നമ്മുടെ സേവനം എത്തിക്കാൻ കഴിയുന്നു എന്നത് അധികാരികളെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നത് നാം മുന്നോട്ടുവെയ്ക്കുന്ന ആശയങ്ങൾക്ക് ആധികാരിത വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ ISM ന്റെ എല്ലാ സ്ഥാപനങ്ങളും ഇന്റർനെറ്റുവഴി ബന്ധിപ്പിക്കുന്നത് വിവരശേഖരണം കൂടുതൽ എളുപ്പമാക്കാൻ സഹായിക്കും.

നിലവിലുള്ള സർക്കാർ ഡിസ്പെൻസറികളും ആശുപത്രികളും കാലാനുസൃതമായ

പരിഷ്കാരങ്ങൾ ഉൾക്കൊണ്ട് കൂടുതൽ ജനകീയമായി വരേണ്ടത് കാലഘട്ടത്തിന്റെ അനിവാര്യതയാണ്. മികച്ച സേവനത്തോടൊപ്പം രോഗികൾക്ക് മെച്ചപ്പെട്ട സൗകര്യങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കുന്നതരത്തിൽ മാതൃകാ ആരോഗ്യ കേന്ദ്രങ്ങളായി നമ്മുടെ ഡിസ്പെൻസറികൾ മാറണം. ടെലഫോൺ സൗകര്യം പോലുമില്ലാത്തതാണ് നമ്മുടെ ബഹുഭൂരിപക്ഷം ഡിസ്പെൻസറികളും. മാതൃകാ ആയുർവേദ ഡിസ്പെൻസറികൾക്കുള്ള സമഗ്രമായ പദ്ധതി തയ്യാറാക്കി ഒരു നിയോജകമണ്ഡലത്തിൽ ഒന്നുവീതമെങ്കിലും ആരംഭിക്കുന്നതിന് നടപടിയെടുക്കേണ്ടതാണ്.

ഡിസ്പെൻസറികൾവഴി പൊതുജനങ്ങൾക്കുകിട്ടുന്ന സേവനങ്ങൾക്കും കൂടുതൽ വൈവിധ്യവൽക്കരണം ആവശ്യമാണ്. ആയുർവേദ ദിനചര്യപരിശീലനം, ആഹാരശീല ബോധവൽക്കരണം, യോഗപരിശീലനപരിപാടികൾ, സ്പോർട്സ് ആയുർവേദകേന്ദ്രങ്ങൾ, ഗർഭിണി-സൂതികാപരിചരണം, ലഹരിമോചന ക്ലിനിക്കുകൾ, പാനവൈകല്യ ക്ലിനിക്കുകൾ, വനിതാക്ലിനിക്കുകൾ, ജീവിതശൈലിജന്യരോഗ ക്ലിനിക്കുകൾ, ഔഷധസസ്യബോധവൽക്കരണം, വൃക്ഷായുർവേദം തുടങ്ങി വിവിധതരത്തിലുള്ള പരിപാടികൾ സർക്കാർ ആയുർവേദ ഡിസ്പെൻസറികളിൽ ആരംഭിക്കത്തക്കതരത്തിലുള്ള പദ്ധതികൾ ആവിഷ്കരിക്കണം. ഇതിലേക്കാവശ്യമായി ഡോക്ടർമാരുടെയുൾപ്പെടെയുള്ള മനുഷ്യവിഭവശേഷിയും പദ്ധതിയോടനുബന്ധിച്ച് ആവശ്യപ്പെടാവുന്നതാണ്. ഇതുവഴി നമ്മുടെ സേവനം കൂടുതൽ ജനങ്ങളിലേക്കെത്തിക്കുന്നതിനു സാധിക്കും.

(ശേഷം 9-ാം പേജിൽ)



ജനറൽ സെക്രട്ടറിയുടെ പേജ്

## മത്സര പരീക്ഷകൾ ജാഗ്രതയോടെ നടത്തണം

ഡോ. രജിത്ത് ആനന്ദ്  
doctor\_rejith@yahoo.com



**കേരള** പബ്ലിക് സർവീസ് കമ്മീഷൻ ആയുർവേദ കോളേജിലെ വിവിധ ഡിപ്പാർട്ട് മെന്റിലെ ലക്ചറർ തസ്തികയിലേക്ക് നടത്തിയ പരീക്ഷ ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾക്കിടയിൽ വ്യാപകമായ പരാതി ഉണ്ടാക്കിയിട്ടുണ്ട്. പഞ്ചകർമ്മ, ശല്യതന്ത്ര, കൗമാരഭ്യത്യ, ക്രിയാശാരിര, അഗദ തന്ത്ര, രസശാസ്ത്ര, ശാലാക്യതാന്ത്ര തുടങ്ങിയ എല്ലാ വിഷയങ്ങളിലേക്കും ഒരേ പരീക്ഷ എഴു തിയാൽ മതി എന്നതാണ് പി.എസ്.സിയുടെ തീരുമാനം. ഒരു വിഷയത്തിലും ബിരുദാനന്തര ബിരുദം ആയുർവേദ അടിസ്ഥാനയോഗ്യതയാ യി നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ട ഈ തസ്തികയിലേക്കുള്ള ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾക്ക് എല്ലാപേർക്കും കൂടി ഒരേ പരീക്ഷ ജൂലൈ 15-ാം തീയതി നടക്കുകയും ചെയ്തു. അടിസ്ഥാനയോഗ്യതയിൽ ഊന്നി യുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽനിന്ന് വ്യതിചലിച്ചുള്ള ഈ ഏകീകൃതപരീക്ഷാ നടത്തിപ്പ് ഉദ്യോഗാർ ത്ഥികളിൽ വലിയ ആശങ്ക സൃഷ്ടിക്കുകയുണ്ടായി.

ഉദ്യോഗാർത്ഥികൾ കുറവായതിനാൽ ചെലവു ചുരുക്കാനാണ് ഇങ്ങനെ പരീക്ഷ നടത്തിയത് എന്നാണ് പി.എസ്.സിയുടെ വിശദീകരണം. അലോപ്പതിയിലും ഇങ്ങനെ നടത്താനാണ് തീരുമാനമെന്നും പി.എസ്.സി. ചെയർമാൻ പറയുകയുണ്ടായി. പ്രത്യേകവിഷയങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിനായി ഏറ്റവും കഴിവുള്ള ഉദ്യോഗാർത്ഥികളെ തെരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ അതതുവിഷയത്തിലുള്ള പ്രാവീണ്യമാണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ പരിശോധിക്കപ്പെടേണ്ടിയിരുന്നത്. ഇതിൽ പ്രതിഷേധിച്ച് എ.എം.എ.ഐ പി.എസ്.സി. ചെയർമാനെക്കണ്ട് നിവേദനം

നൽകുകയും പത്രപ്രസ്താവന നൽകുകയുമുണ്ടായി. ഈ വിഷയം വാർത്തയായതിനെത്തുടർന്ന് അലോപ്പതി മേഖലയിലെ തത്തുല്യപരീക്ഷ എഴുതുന്ന ഉദ്യോഗാർത്ഥികളും ഇത്തരത്തിലുള്ള പരീക്ഷാനടത്തിപ്പിനെതിരെ പരസ്യമായി രംഗത്തുവന്നു കഴിഞ്ഞു.

കുറച്ചുനാളായി ഒട്ടേറെ പരാതികൾക്കു കാരണമാകുന്ന മറ്റൊരു പരീക്ഷയാണ് ബിരുദാനന്തരബിരുദ പ്രവേശനപരീക്ഷ. ആയിരക്കണക്കിനു വിദ്യാർത്ഥികൾ ഉറക്കമിട്ട് അധാനിച്ച് എഴുതുന്ന ഈ പരീക്ഷയും പലപ്പോഴും വേണ്ടത്ര നിലവാരമില്ലാത്തതും ചോദ്യങ്ങളിൽ പിശകുകൾ ഉള്ളതുമായി മാറുന്നത് ബന്ധപ്പെട്ടവരുടെ ജാഗ്രതക്കുറവുമൂലമാണ്. പലപ്പോഴും കോടതിപോലും ഇടപെട്ട് ഉത്തരസൂചിക മാറി മറിഞ്ഞ സംഭവങ്ങളും ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്.

ഉന്നതമായ ഇത്തരം പരീക്ഷകളുടെ നടത്തിപ്പ് കുറ്റമറ്റതാക്കുന്നതിന് ആയുർവേദ വിദ്യാഭ്യാസവകുപ്പ് പ്രത്യേകശ്രദ്ധ പുലർത്തേണ്ടതാണ്. പി.എസ്.സിക്കും എൻട്രൻസ് കമ്മീഷണർക്കും ഇതു സംബന്ധിച്ചുള്ള സാങ്കേതിക നിർദ്ദേശങ്ങൾ പ്രസ്തുത വകുപ്പിന് നൽകാവുന്നതാണ്. സമയബന്ധിതമായി പരീക്ഷ നടത്തുകയും താമസം കൂടാതെ ഫലം പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നതിനും പരാതികൾക്കിടനൽകാത്ത വിധം അതീവശ്രദ്ധ നൽകിയില്ലെങ്കിൽ മിടുക്കരായ പലരും നിർഭാഗ്യവശാൽ പിൻതള്ളപ്പെടുന്നതിന് വഴിയൊരുക്കും. പ്രൊഫഷണൽ പരീക്ഷകളുടെ എല്ലാ ഗൗരവവും ഉൾക്കൊണ്ടുതന്നെയാണ് ആയുർവേദ മേഖലയിലെ എല്ലാ പരീക്ഷകളും നടത്തേണ്ടത്. ●



## യോഗവിചാരം

## രോഗവും യോഗവും

### ഗുളുച്യാദി ക്ഷായം



**ഡോ. സി.സി. സഹദേവൻ**  
റിട്ട. എസ്.എം.ഒ. - ഐ.എസ്.എം.  
തൊടുപുഴ  
ഫോൺ: 9447020273

“ഗുളുചീ പത്മകാരിഷ്ഠം ധാന്യകാ രക്തചന്ദനം  
പിത്തശ്ലേഷ്മജ്ജരച്ഛർദി ദാഹത്യഷ്ണാഘ്നമഗ്നികൃൽ”

(അഷ്ടാംഗഹൃദയം  
സൂത്രസ്ഥാനം 15/16)

ഗുളുച്യാദി യോഗം ഗണമായതിനാൽ തന്നെ ക്ഷായം, ഘൃതം എന്നിങ്ങനെ വിവിധ ഔഷധകല്പനകളിൽ തയ്യാറാക്കി രോഗശമനത്തിനായി ഉപയോഗിക്കാവുന്നതുമാണ്. അഷ്ടാംഗഹൃദയത്തിന് പുറമെ ഗുളുച്യാദിയോഗം സൂശ്രുതസംഹിത, ഭിഷജ്യരത്നാവലി, സഹസ്രയോഗം, അഷ്ടാംഗസംഗ്രഹം, എന്നീ ഗ്രന്ഥങ്ങളിലും പരാമർശിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്.

പ്രായേണ തിക്തരസപ്രധാനവും പിത്തകഫശമനവുമായ ഈ ഔഷധയോഗം രസരക്ത ധാതു വൈഷമ്യങ്ങളിലാണ് പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നത്.

ദീപനവും അഗ്നികൃത്തും പിത്തശ്ലേഷ്മജ്ജരശമനവും ശർദ്ദി ദാഹത്യഷ്ണാ ശമകവുമാണിത്.

കൂടാതെ ശ്ലേഷ്മപിത്ത ജ്വരത്തിലെ

ശീതസ്തംഭസേദ ദാഹാവ്യവസ്ഥ  
സ്തൃഷ്ണ കാസ: ശ്ലേഷ്മപിത്തപ്രവൃത്തി  
മോഹസ്തന്ദ്രാ ലിപ്തതിക്താസ്യത ച  
ജേന്തയം രൂപം ശ്ലേഷ്മപിത്ത ജ്വരസ്യ

- അഷ്ടാംഗം ഹൃദയം നിദാനസ്ഥാനം (2/26)

അവ്യവസ്ഥകളിലും വളരെ ശ്രേഷ്ഠമാണ്. വ്രണായാമം (Tetanus), ആർത്തവ വിരാമത്തോടനുബന്ധിച്ചുള്ള പ്രയാസങ്ങൾ, ഉഷ്ണത, വിസർപ്പം, ലൂതാ വിഷത്തിലെ ചില അവസ്ഥകൾ ശരീരത്തിനകത്ത് ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ Toxicity ഉള്ള അവസ്ഥ, renal failure, thyroid dysfunction, പ്രമേഹം എന്നീ അവ

സ്ഥകളിലും വളരെ ആശ്വാസമുതകുന്നതാണ് ഈ ഔഷധയോഗം.

Renal failure-ൽ ക്ഷായ പാനത്തിനും വസ്തിക്കും ഉത്തമമാണ് ഗുളുച്യാദിഗണം. കൂടാതെ 5 ദിവസം തുടർച്ചയായി ഗുളുച്യാദി ക്ഷായവും വൈശ്യാനര ചൂർണ്ണവും ചേർത്ത് കർശന വസ്തി ചെയ്യാവുന്നതാണ്. 5 ദിവസത്തിനു ശേഷം 2% വീതം creatinine, uric acid എന്നിവ കുറയുന്നതായും മൂത്ര പ്രവൃത്തി കൂടുന്നതായും കണ്ടിട്ടുണ്ട്.

കർശനവസ്തിയായതിനാൽ സ്നേഹ സ്വേദങ്ങളൊന്നും ചെയ്യാതെ വേണം വസ്തി ചെയ്യേണ്ടത്. 50 kg വരെ ശരീരഭാരം ഉള്ളയാൾക്ക് 400 ml വരെയും, 60 kg വരെ ശരീരഭാരം ഉള്ളയാൾക്ക് 500 ml വരെയും ഗുളുച്യാദി ക്ഷായം ചേർത്ത് വസ്തി തയ്യാറാക്കാം. പിന്നീടങ്ങോട്ട് നൽകുന്ന ഔഷധങ്ങളെല്ലാംതന്നെ ബ്യൂഹണമാണ്. ചിരുവിലാദിഘൃതം, ഷട്പലഘൃതം, ഗുളുച്യാദി ഘൃതം, (ഗുളുച്യാദിഗണം ഘൃതമായിട്ട് ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്) എന്നിവ ചൂടുവെള്ളത്തിൽ ചേർത്തിട്ട് വേണം നൽകേണ്ടത്. കർശനമായി പേയാദിക്രമങ്ങൾ പാലിചിരിക്കണം.

Colon Area ഈ അവസ്ഥയിൽ മിക്കവാറും രുക്ഷമായിരിക്കും. അതുകൊണ്ട് അവിടുത്തെ Toxicity രുക്ഷത എന്നിവ മാറ്റാനും ദേഹം മുഴുവനും പെട്ടെന്ന് വ്യാപിക്കുന്നതിനും പഞ്ചകർമ്മ ചികിത്സയിലെ വസ്തിയാണ് ഏറ്റവും നല്ലത്. കോഷ്ഠത്തിലെ വിഷാംശമൊക്കെ നീക്കം ചെയ്താൽ Iron absorbion ത്വരിതപ്പെടുന്നതായി കാണാം.

Nephrotic syndromeൽ ഇത് വസ്തിയായി ഉപയോഗിക്കരുത്. ഇവിടെ Protein loss ആണ് സംഭവിക്കുന്നത്. Renal failure എന്നു പറയാൻ പറ്റില്ല. Inefficiency ആണ് ഇവിടെ സംഭവിക്കുന്നത്. hyper cholestremia യെ തുടർന്ന് അത്രയും സാന്ദ്രതയേറിയ രക്തം അരിച്ചെടുക്കുവാനുള്ള ശക്തി Kidneyക്ക് നഷ്ടപ്പെടുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥയാണ് Nephrotic syndrome.

ഇവിടെ ഗുളുച്യാദി ക്ഷായം ഫലപ്രദമാകുന്നത് അഗ്നികൃത്തായതിനാലാണ്. Uric acidഉം Urine protien level ഉം കുറക്കുകയും ചെയ്യും.

പുളിയുള്ള ഭക്ഷണങ്ങളും വിദാഹിയായ ഭക്ഷണങ്ങളും Uric acid വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതാണ്. ഇവ കർശനമായി ഒഴിവാക്കണം.

IgM Nephropathy ആണ് ഇപ്പോൾ ഭൂരിഭാഗവും കണ്ടുവരുന്നത്. ഒരേ സമയം ശരീരത്തിലെ Toxicity നിർവീര്യമാക്കുകയും അഗ്നിദീപ്തി വരുത്തുകയും ചെയ്യുന്നതാണ് ഗുളുച്യാദി ഗണം. പാൽക്ഷായമായും ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

Renal Toxicityൽ ഏറ്റവും അധികം കാണുന്നത് ശീതസ്തംഭദാഹ അവ്യവസ്ഥകളാണ്.

പ്രമേഹത്തിൽ ഗുളുച്യാദി ക്ഷായം ഏകനായകം കൂടി ചേർത്ത് കഴിക്കുന്നത് Pancreaticbeeta cell regerneration ചെയ്യുവാൻ ഇടയാക്കുന്നു.

Diabetic Nephropathy, Diabetic Neuropathy എന്നീ അവസ്ഥകളിൽ ഗുളുച്യാദിഘൃതം വളരെ ഫലപ്രദമാണ്.

Retinitis pigmentosaൽ ഏറ്റവും ശ്രേഷ്ഠമാണ് ഗുളുച്യാദി ക്ഷായം.

Diabetisൽ Delayed Digestionനും തുടർന്ന് Hyper cholestremia ഉം സംജാതമാകുന്നു. അഗ്നികൃത്തായതുകൊണ്ടാണ് ഈയവസ്ഥയിൽ ഗുളുച്യാദി ക്ഷായം ശ്രേഷ്ഠമായത്. Hyper cholestremia പരിഹരിക്കുന്നതുമാണിത്.

പ്രമേഹ ചികിത്സയിൽ ബീറ്റാ കോശങ്ങൾ പുനരുജീവനം ചെയ്യണമെങ്കിൽ രസായന ചികിത്സ നടത്തണം. രസായന ചികിത്സയാകട്ടെ മധുരരസപ്രധാനവുമാണ്. ഈയവസ്ഥയിലാണ് ഘൃതത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം വരുന്നത്. പ്രമേഹ ചികിത്സയിലെ ഔഷധങ്ങളെല്ലാം തന്നെ രസായനങ്ങളാണ്. 3 മാസത്തെ ഔഷധ സേവകൊണ്ട് തന്നെ ബീറ്റാ കോശങ്ങളുടെ പുനരു



ജീവനം സാധ്യമാണ്.

Calacaneal spur, Carpel Tunnel syndrome എന്നിവയിൽ thyroid dysfunction ആണ് കാരണമെങ്കിൽ ഗുളുച്യാദി കഷായം ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

ഗുളുച്യാദി കഷായം ഒരിക്കലും പ്രിസർ

വേദീവ് ചേർത്ത് ഉപയോഗിക്കരുത്. പ്രത്യേകിച്ചും വൃക്കരോഗികളിൽ.

ഇതിൽ നിത്യവും ഔഷധദ്രവ്യം കഴുകി നുറുക്കി ചതച്ച് തുറന്നു വച്ച പാത്രത്തിൽ മൃദലഗിനാ തിളപ്പിച്ച് വറ്റിച്ച് അരിച്ച് വേണം കഷായം തയ്യാറാക്കേണ്ടത്.

Oushadham	Botanical name	Family	Rasa	Guna	Veerya	Vipaka	Karma
Guloochi	Tinospora cordifolia	Menispermataceae	Thikta Kashaya	Guru, snigdha	Ushna	Madhura	Thridoshasamana deepana, grahi, jwara amlapitha, krimi, pandu, prameha, trisna
Padmaka	Prunus cerasoids	Rosaseae	Kashaya thiktha	Laghu, snigdha	Seetha	Katu	Sleshmapithahara, Daha, trit, jwara, vishaghna Visarpa, raktapitha
Nimba	Azadiracta indica	Meliaceae	Tiktha kashaya	Laghu, rooksha	Seeta	Katu	Sleshmapithahara, Jwara, trisna, kushta, raktha sodhaka
Dhanyaka	Coriandrum sativum	Apiaceae	Katu thiktha	Laghu, snigdha	Ushnam	Madhura	Pitasamana, Jwara, grahi, trisna, daha, Deepana, ruchya
Raktha chandana	Pterocarpus santalinus	Papilionaceae	Thikta madhura	Guru, ruksha	Seeta	Katu	Pithahara, Asradoshahara, Jwara, trisna, raktapitha Vrishyam, vrana

സമാഹരണം: ഡോ. സി.ടി.സുരേഷ് & ഡോ. ശ്യാംലാൽ, കൊടുങ്ങല്ലൂർ

**ആപ്തയിലേക്ക് ലേഖനങ്ങളും വാർത്തകളും അയയ്ക്കുമ്പോൾ**

മലയാളം മാറ്റുകൾ ML Revathi, Size 11 ലും ഇംഗ്ലീഷ് മാറ്റുകൾ Times New Roman, Size 11 ലും Pagemaker Software ൽ ടൈപ്പ് ചെയ്ത് അയയ്ക്കുക. ഫോട്ടോസ് JPG അല്ലെങ്കിൽ TIFF ഫോർമാറ്റിലും ചെയ്ത് സി.ഡി. യായോ ഇ-മെയിൽ വഴിയോ എല്ലാ മാസവും 5-ാം തീയതിക്കുമുമ്പ് അയയ്ക്കുക. **മാറ്റുകൾ PDF ഫോർമാറ്റിലോ, സ്കാൻ ചെയ്തോ അയയ്ക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.** ഇ-മെയിൽ ചെയ്യുമ്പോൾ സബ്ജക്ട് കോളത്തിൽ വിഷയം സൂചിപ്പിക്കുക.

**ചീഫ് എഡിറ്റർ, ആപ്ത, ആയുർവേദ വേദം, പി.ബി. നമ്പർ 93**  
**അങ്കമാലി-683 572, എറണാകുളം.**  
 editor.apta@gmail.co, doctorsadath@gmail.com, 09895989586

**എഡിറ്റോറിയൽ (4-ാം പേജ് തുടർച്ച)**

പ്രത്യേകശ്രദ്ധ ആവശ്യമായ വിവിധ വിഭാഗങ്ങളിലേക്ക് നമ്മുടെ സേവനം എത്തിക്കുന്നതിന് പദ്ധതികൾ തയ്യാറാക്കുന്നതാണ് മറ്റൊരു പ്രധാനപ്പെട്ട സംഗതി. അംഗൻവാടികൾ, വിദ്യാലയങ്ങൾ, പകൽവീടുകൾ, പകർച്ചവ്യാധി ബാധിതപ്രദേശങ്ങൾ, ഗിരിവർഗ്ഗ മേഖലകൾ, പ്രത്യേക തൊഴിൽ സ്ഥാപനങ്ങൾ, കാൻസർ ബാധിതർ, വ്യുദ്ധസദനങ്ങൾ ഇങ്ങനെ വിവിധ മേഖലകളിലേക്ക് നമ്മുടെ സേവനം എത്തിക്കുന്നതിലൂടെ വലിയ സാമൂഹിക അംഗീകാരം നേടാനാകും. സംസ്ഥാനത്തെ വിവിധ സ്ഥലങ്ങളിൽ മെഡിക്കൽ ഓഫീസർമാരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ നടക്കുന്ന സമാനമായ പദ്ധതികളുടെ വിജയം കൂടി ഉയർത്തിക്കാട്ടിവേണം

ഇത്തരത്തിലുള്ള പദ്ധതികൾ സമർപ്പിക്കാൻ.

അലോപ്പതി മേഖലയിൽനിന്ന് വൈവിധ്യമാർന്ന വലിയ പദ്ധതികൾ ചോദിക്കുന്നതുകൊണ്ട് സ്വാഭാവികമായും കൂടുതൽ ബജറ്റ് വിഹിതം അങ്ങോട്ടൊഴുകുന്നു. നാം ലക്ഷങ്ങൾ ചോദിക്കുമ്പോൾ അവർ കോടികളാണ് ചോദിക്കുന്നത്.

യാഥാർത്ഥ്യബോധത്തോടുകൂടി പ്രായോഗികവും പൊതുജനങ്ങൾക്ക് പ്രയോജനപ്രദവുമായ പദ്ധതികൾ വിഭാവനം ചെയ്യുകയും അവ വ്യക്തതയോടെ അവതരിപ്പിച്ച് ഗവൺമെന്റിനെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുകയുമാണ് വേണ്ടത്. ഇതിനായി തുറന്ന സമീപനത്തോടു കൂടിയുള്ള കൂട്ടായ ചർച്ചകൾ അനിവാര്യമാണ്.

**ആപ്ത - അറിയിപ്പ്**

**ജില്ലാ സെക്രട്ടറിമാരുടെ ശ്രദ്ധയ്ക്ക്**

വെബ് ആപ്ലിക്കേഷനിൽനിന്നും ഏരിയ തിരിച്ച് അംഗങ്ങളുടെ പേരും അഡ്രസ്സും, മൊബൈൽ നമ്പരും ഡൗൺലോഡ് ചെയ്ത് എല്ലാ അംഗങ്ങളെയും ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ടെന്നും ഇരട്ടിപ്പ് ഇല്ലെന്നും, അഡ്രസ്സ്, പിൻകോഡ് എന്നിവ കൃത്യമാണെന്നും ഉറപ്പുവരുത്തേണ്ടതാണ്. **വിശദവിവരത്തിന് ഡോ. രാജശേഖരൻ - 94950 76195** എന്ന നമ്പറിൽ ബന്ധപ്പെടുക.

**ആപ്ത ജൂൺ ലക്കം**

പ്രിയപ്പെട്ട അംഗങ്ങളേ,

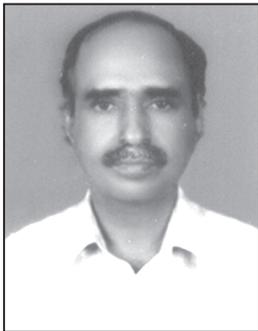
ജൂൺമാസത്തെ ആപ്ത അയയ്ക്കുന്നതിനായി അംഗങ്ങളുടെ അഡ്രസ്സ് സ്റ്റിക്കർ പ്രിന്റ് ചെയ്യുവാനായി പ്രസ്സിൽ നൽകിയ Soft copy പ്രകാരമല്ല, Hard copy പ്രിന്റ് ലഭിച്ചത്. ഈ സാങ്കേതിക തകരാറുകാരണം കുറെ അംഗങ്ങൾക്ക് അയച്ച ആപ്ത തിരികെ ഓഫീസിൽ ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്. അവ ഓഗസ്റ്റ് 15-നുള്ളിൽ ശരിയായ അഡ്രസ്സിലേക്ക് തിരിച്ച് അയയ്ക്കുന്നതാണ്. ആപ്ത ലഭിക്കാത്ത അംഗങ്ങൾ ഇ-മെയിൽ അഡ്രസ്സ് 9895989586 എന്ന മൊബൈൽ നമ്പറിൽ SMS/Whatsapp അയച്ചാൽ ആപ്തയുടെ PDF Copy അയച്ചുതരുന്നതാണ്.

ഇപ്രകാരം സംഭവിച്ചതിൽ ആപ്ത എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ് ചേദം പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു.



## ചികിത്സാനുഭവം

### സോറിയാറ്റിക് ആർത്രൈറ്റിസ്



**ഡോ. ടി.എൻ. തമ്പി**

വിട്ട. ഡി.എം.ഒ., ഐ.എസ്.എം.  
2015-ലെ മികച്ച ആയുർവേദ  
ഡോക്ടർക്കുള്ള 'യന്ത്രി' അവാർഡ് ജേതാവ്

20 വർഷത്തോളം പഴക്കമുള്ള ഒരു സോറിയാറ്റിക് ആർത്രൈറ്റിസ്. 45 വയസ് പ്രായമുള്ള പുരുഷൻ. പൊതുമേഖല സ്ഥാപനത്തിൽ എഞ്ചിനീയർ. ദീർഘനാളായി സോറിയാസിസിന് മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ ഡെർമറ്റോളജി പ്രൊഫസറിന്റെയും ആർത്രൈറ്റിസിന് റൂമറ്റോളജി പ്രൊഫസറിന്റെയും ചികിത്സയിലായിരുന്നു. വേണ്ടത്ര പ്രയോജനം കിട്ടാത്തതിനാൽ ഇടയ്ക്കിടയ്ക്ക് ആയുർവ്വേദ ചികിത്സയും ചെയ്യുമായിരുന്നു.

അങ്ങനെയിരിക്കെ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ജ്യേഷ്ഠനും സുഹൃത്തും എന്നെ കാണാൻ വന്നു. രോഗവിവരം എല്ലാം ബോധിപ്പിച്ചശേഷം രോഗം ഭേദമാക്കാൻ പറ്റുമോ എന്ന് ചോദിച്ചു. അവർ അങ്ങനെ ചോദിക്കാൻ ഒരു കാരണമുണ്ടായിരുന്നു. പ്രഗത്ഭനായ ഒരു ചികിത്സകൻ അവരെ മടക്കി അയച്ചിരുന്നു. എന്നാൽ ചികിത്സയുടെ കാര്യം ഉറപ്പ് പറഞ്ഞ് തുടങ്ങുന്നതിൽ അർത്ഥമില്ലെന്നും, ഇതുവരെ ചികിത്സിച്ചവരൊക്കെ ഉറപ്പോടുകൂടി തുടങ്ങിയിട്ടും ഫലം കണ്ടില്ലല്ലോ എന്നും ഞാൻ അവരെ ഓർമ്മിപ്പിച്ചു.

രോഗിയുമായി ആശ്രാമം ആശുപത്രിയിൽ എത്താൻ നിർദ്ദേശം നൽകി. രോഗിയെ കണ്ടപ്പോഴാണ് രോഗാവസ്ഥ എനിക്ക് ശരിക്കും ബോധ്യമായത്. രോഗിയെ 'എടുത്താണ്' അവർ എന്റെ പക്കലെത്തിച്ചത്. ഭക്ഷണം വാരിക്കഴിക്കാൻപോലും വയ്യാത്തത്ര വേദനയായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തെ അലട്ടിയിരുന്നത്. ഈ കാരണത്താൽ ബാക്യൂട്ടോഗസ്ഥയായ ഭാര്യയും അവധിയെടുത്ത് അദ്ദേഹത്തെ ശുശ്രൂഷിക്കേണ്ടതായി വന്നു. 8-ലും 6-ലും പഠിക്കുന്ന കുട്ടികളടക്കം ആ കുടുംബം കടുത്ത പ്രതിസന്ധിയിലുമായിരുന്നു.

1978-ൽ ഒരു ടൈഫോയിഡ് വരികയും ഒരാഴ്ച ആശുപത്രിയിൽ കിടന്ന് ചികിത്സ നടത്തി, ഒരു മാസത്തിനുശേഷം തലയോട്ടിയിൽ താരനായി തുടങ്ങിയതാണ് തുടക്കം. അതിനുശേഷം പലതരം ചികിത്സകൾ. ഒടുവിൽ സ്റ്റീറോയിഡിന്റെ ബലത്തിലായിരുന്നു ജീവിതം. ജോലിസംബന്ധമായ സ്ഥലം മാറ്റങ്ങൾ

കാരണം രോഗം മുർച്ഛിക്കപ്പെട്ടു. ഒടുവിൽ ഇപ്പോഴത്തെ അവസ്ഥയിലെത്തി. ചികിത്സ ആരംഭിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് രക്തപരിശോധനാ ഫലം ഇപ്രകാരമായിരുന്നു. ESR-110, Hb-11

ചികിത്സ ആരംഭിച്ചു. ഒരു മാസത്തിൽ കൂടുതൽ സമയം ചികിത്സയ്ക്ക് ആവശ്യം വരുമെന്ന് എനിക്ക് ഉറപ്പായിരുന്നു. ആമപാചനമാണ് ആദ്യം തുടങ്ങിയത്. ഷഡ്ധരണം, അമൃതോത്തരം, രാസനേരണ്ടാദി, അമൃതാരിഷ്ടം, വെട്ടുമാറൻ എന്നിവയ്ക്കൊപ്പം പകൽ ചുക്കിട്ടകഞ്ഞി, രാത്രി യവക്കഞ്ഞി എന്നിവയായിരുന്നു ആഹാരം. രണ്ടാഴ്ച ഇങ്ങനെ തുടർന്നു. ആമം പച്ചിച്ച് നേരിയ തോതിൽ വിശപ്പുണ്ടായി എന്ന തൊഴിച്ചാൽ പറയത്തക്ക വേദനാശമനമൊന്നും രോഗിയിൽ അനുഭവപ്പെട്ടില്ല.

അടുത്ത ചികിത്സ എന്താവണമെന്ന കാര്യത്തിൽ നേരിയ ആശങ്ക എന്നെ അലട്ടുന്നുണ്ടായിരുന്നു. സോറിയാസിസും സന്ധിവാതവും രണ്ട് വ്യത്യസ്ത രോഗങ്ങളായിരിക്കുകയും അതിൽ ഒന്നിനെ ചികിത്സിക്കുമ്പോൾ അടുത്തതിന് പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുമോ എന്നതായിരുന്നു ആശങ്ക. ഒടുവിൽ ഞാൻ ഒരു തീരുമാനത്തിലെത്തി. സോറിയാസിസ് തൽക്കാലം അവിടെ നിൽക്കട്ടെ. സന്ധിവാതത്തെ മുൻഗണിക്കാം. കാരണം വേദന ശമിപ്പിക്കുക എന്നതാണല്ലോ. വൈദ്യന്റെ പ്രഥമവും പ്രധാനവും ആയ ഉത്തരവാദിത്തം. അങ്ങനെ, നൽകിപ്പോരുന്ന മരുന്നുകൾക്കൊപ്പം സഹചരാദിതൈലം (ചികിത്സാനുൽ) 10ml 2 നേരം കൊടുത്തു തുടങ്ങി.

ഒരാഴ്ച കഴിഞ്ഞപ്പോൾ വേദന ശമിച്ചു തുടങ്ങി. രണ്ടാഴ്ച ആയപ്പോൾ വേദനയ്ക്ക് കാര്യമായ ശമനം ലഭിക്കുകയും രോഗി സന്തോ

ഷ്വാനായി കാണപ്പെടുകയും ചെയ്തു. ഈ കാലയളവിൽ സോറിയാസിസിന് നേരിയ വ്യത്യാസം കണ്ടുതുടങ്ങി. ധാന്യാമ്ലധാര ആരംഭിച്ചു. 7 ദിവസം. അടുത്ത 7 ദിവസം പത്രപോടലസ്വേദം (തൈലം വലിയ സഹചരാദി) പത്രപോടലസ്വേദം തുടങ്ങി 2-3 ദിവസം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ കാലവസ്തി ചെയ്യാൻ തീരുമാനിച്ചു.

മാധുതൈലികം കഷായവസ്തി  
 രാസനേരണ്ടാദി പാൽകഷായം  
 ചിറ്റുമൂത് പാൽകഷായം  
 ധന്വന്തരം പാൽകഷായം  
 രാസനാദിഗുണഭാഗം കഷായം  
 രാജയാപന വസ്തി

ഇവയായിരുന്നു 6 കഷായവസ്തി. 9 സ്നേഹവസ്തിക്കായി മധുയഷ്ട്യാദിതൈലം ഉപയോഗിച്ചു. തുടർന്ന് പിഴിച്ചിൽ 7 ദിവസം (വലിയ സഹചരാദി) 7 ദിവസം ഞവര. ഇത്രയും ചികിത്സ ആയപ്പോഴേക്കും രോഗിക്ക് തനിയെ നടക്കാമെന്നായി. സന്ധികളിലെ നീരും വേദനയും കാര്യമായി കുറഞ്ഞു.

ഡിസ്മാർജ് ആയിട്ടും കാൽകുഴയിൽ ഒരു ചെറിയ ഓറഞ്ചിന്റെ വലിപ്പത്തിൽ നീർ അവശേഷിച്ചു. അത് ശമിക്കാനായി കാരസക്കര ക്ഷീരധാര നിർദ്ദേശിച്ചു. വസ്തിയെല്ലാം കഴിഞ്ഞ് രക്തപരിശോധന നടത്തിയപ്പോൾ ഇ. എസ്.ആർ. 60. എച്ച്.ബി. 11.8 എന്നിങ്ങനെയാണി. ഒരു മാസം ക്ഷീരധാര ചെയ്തിട്ടും കാൽകുഴയിലെ നീരിന് യാതൊരു കുറവും ലഭിച്ചില്ല. അത് രോഗിയെ മാനസികമായി അലട്ടി. എങ്കിലും ക്ഷീരധാര തുടർന്നു. 3 മാസം ചെയ്തു കഴിഞ്ഞപ്പോഴേക്കും ആ നീർ അപ്രത്യക്ഷമായി. രോഗി പൂർണ്ണസുഖവാനായി. ●

**എറണാകുളം വനിതാ ക്ലിനിക്ക് - സി.എം.ഇ. - സുഭുമിക-2**

**സെമിനാർ - ഇൻഫർട്ടിലിറ്റി - ഓഗസ്റ്റ് 24, ആരോഗ്യവേൻ, അങ്കമാലി**

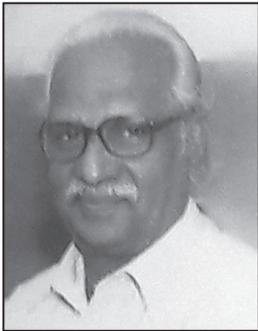
**ഡോ. അസമാ ബീവി, ഡോ. പ്രകാശ് മംഗലശ്ശേരി**

വ്യാപാരങ്ങൾക്ക് ബന്ധപ്പെടുക:  
**ഡോ. അർച്ചന - 9895 082997**

## പുസ്തകപരിചയം



## ജീവിതത്തെ തൊടുന്ന പുസ്തകം



**ഡോ. വി.എൻ. മുരളി**  
വിദ്യാപ്രൊഫ. എം.ജി. കോളേജ്  
തീരുവനന്തപുരം  
ജനറൽ സെക്രട്ടറി, പുകസ

പുസ്തകത്തെ തൊടുമ്പോൾ നമ്മൾ ജീവിതത്തെയാണ് തൊടുന്നതെന്ന് പറയാറുണ്ട്. ഡോ. പി.കെ. മോഹൻലാലിന്റെ 'ചില ചികിത്സാനുഭവങ്ങൾ' അക്ഷരാർത്ഥത്തിൽ ജീവിതത്തെ നേരിട്ടു തൊടുന്നതാണ്. ഡോക്ടറുടെ നാലരപ്പതിറ്റാണ്ടുകാലത്തെ സുദീർഘമായ ചികിത്സാനുഭവങ്ങളിൽനിന്നും തെരഞ്ഞെടുത്ത് ഹൃദയസ്पर्ശിയായ കുറെ അനുഭവങ്ങളാണ് ഈ പുസ്തകത്തിലുള്ളത്. ചികിത്സകൻ, അധ്യാപകൻ, ഗവേഷകൻ, ശാസ്ത്രപ്രചാരകൻ, സംഘാടകൻ, സാമൂഹിക പ്രവർത്തകൻ ഇതെല്ലാമാണ് ഡോക്ടർ മോഹൻലാൽ. ആയുർവേദ ആചാര്യനായ കെ. കുഞ്ഞിരാമൻ വൈദ്യരുടെ മകനെന്ന നിലയിൽ അദ്ദേഹം കണ്ടുവളർന്നതെല്ലാം ചികിത്സയുടെ വൈവിധ്യപൂർണ്ണമായ ലോകമാണ്. മനുഷ്യനെ അവന്റെ സമഗ്രതയിൽ കാണുന്ന ദരേയൊരു ചികിത്സാ പദ്ധതിയെന്ന നിലയിൽ ആയുർവേദത്തിന്റെ പ്രസക്തിയും പ്രാധാന്യവും തിരിച്ചറിഞ്ഞ് ചികിത്സിക്കുന്ന ആയുർവേദ ശാസ്ത്രജ്ഞനായി പിൻക്കാലത്തു ഡോ. മോഹൻലാൽ മാറുകയുണ്ടായി. കേരളത്തിലെ ഗവ. ആയുർവേദ കോളജുകളിൽ അധ്യാപകനായും പ്രിൻസിപ്പലായും ഉയർന്ന പ്ലോഴും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ശ്രദ്ധമുഴുവൻ ചികിത്സയിലായിരുന്നു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും രോഗിയെ അടുത്തറിഞ്ഞ അനുഭവങ്ങളാണ് ഈ ഗ്രന്ഥത്തിലുള്ളത്.

ഏത് ആരോഗ്യദർശനത്തിന്റെയും പിന്നിൽ പ്രവർത്തിക്കേണ്ടത് ഒരു മനുഷ്യദർശനമാണ്. അത്തരമൊരു ദർശനത്തിന്റെ വക്താവും പ്രയോക്താവും ആയിട്ടാണ് ഡോ. മോഹൻലാൽ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെട്ടത്. 'മനുഷ്യനെ സംബന്ധിക്കുന്ന ഒന്നും എനിക്കന്യമല്ല' എന്ന മഹത്തായ ദർശനമാണ് അദ്ദേഹത്തെ നയിക്കുന്നത്. ഇന്ന് നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽനിന്നും അതിവേഗം അപ്രത്യക്ഷമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒന്നാണ് 'മനുഷ്യപ്പറ്റ്.' ചികിത്സയുടെ രംഗത്തും അവശ്യം വേണ്ട മനുഷ്യസ്നേഹം ഇല്ലാതാകുകയും അവിടെയെല്ലാം മൂലധനപ്പറ്റ് കടന്നുവരികയും ചെയ്തിരിക്കുന്നു. മാനുഷിക മൂല്യങ്ങളെയെല്ലാം മൂലധനമൂല്യങ്ങൾക്കൊണ്ട് അട്ടിമറിക്കുന്നതിനെതിരായ ചിന്തകളാണ് ഡോ. മോഹൻലാലിനെ നയിക്കുന്നത്. പണംകൊണ്ടുമാത്രം മനുഷ്യനെ അളന്നെടുക്കുന്ന ഇക്കാലത്തു പണം മാത്രമല്ല മനുഷ്യനെന്നും അതിനപ്പുറത്തുള്ള ചില മൂല്യങ്ങളിൽ ഉറച്ചുനിന്നുവേണം ചികിത്സിക്കാനെന്നും അദ്ദേഹം വിശ്വസിക്കുന്നു. ചികിത്സാരംഗം വൻ വ്യവസായമായും കച്ചവടമായും മാറുമ്പോൾ എന്ത് ആകണം ചികിത്സ എന്നും എങ്ങനെ ആകണം ചികിത്സയെന്നും ഈ ഗ്രന്ഥം നമ്മോടു പറയുന്നു.

ഈ പുസ്തകത്തിന് അവതാരിക എഴുതിയിരിക്കുന്നത് സൈമൺ ബ്രിട്ടോയാണ്. ഡോ. മോഹൻലാലിന്റെ ചികിത്സയിൽ മാസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞിട്ടുള്ള ബ്രിട്ടോയുടെ അനുഭവങ്ങൾമാത്രം മതി ഈ പുസ്തകത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം തിരിച്ചറിയാൻ. ബ്രിട്ടോ എഴുതുന്നു: ഇക്കാലത്ത് ഒരു ഡോക്ടർ എന്നുവെച്ചാൽ പണമുണ്ടാക്കുന്ന ഒരു പാവയാണെങ്കിൽ ഡോക്ടർ മോഹൻലാലിനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അങ്ങനെയല്ല. തന്റെ മരണകാലത്ത് ഒരു സമ്പാദ്യവും ആവശ്യമില്ലെന്നും ചികിത്സിച്ച രോഗികളാണ് എന്റെ സമ്പാദ്യമെന്നും ഉറക്കെപ്പറയുന്ന ഡോക്ടർ മോഹൻലാൽ അല്ലാതെ എത്ര പേരുണ്ട് നമ്മുടെ നാട്ടിൽ. പലരെയും സൗജന്യമായി ചികിത്സിച്ചിട്ടുവെക്കുന്ന മാത്രമല്ല അതിൽ ചിലരെ ഗുരുക്കന്മാരെപ്പോലെ കണ്ട് അവർക്ക് പണവും കൊടുത്ത്

സന്തോഷത്തോടെ വിടുക സാറിന് വലിയ തൃപ്തിയാണ്. നട്ടെല്ലിന് കുത്തേറ്റ് ജീവിതം തകർന്നുപോയ ബ്രിട്ടോയ്ക്ക് മോഹൻലാലിന്റെ ചികിത്സകൊണ്ടുണ്ടായ മാറ്റം അത്ഭുതാവഹമാണ്. രോഗത്തിന്റെ ഭാഗത്തുനിന്നല്ല രോഗിയുടെ ഭാഗത്തുനിന്നും ചിന്തിക്കുന്ന ഈ ഗ്രന്ഥം ഒറ്റയിരുപ്പിൽ വായിച്ചുതീർക്കാവുന്ന പുസ്തകമെന്ന് ബ്രിട്ടോ പറയുമ്പോൾ അതിൽ കവിഞ്ഞൊരു അനുഭവസാക്ഷ്യം വേറെയില്ല.

ആയുർവേദ ഡോക്ടർമാർക്കുള്ള ഒരു കൈപ്പുസ്തകം കൂടിയാണ് ഈ ഗ്രന്ഥം. ഏതെങ്കിലും ചികിത്സാ പദ്ധതിയെ മോഹൻലാൽ തള്ളിപ്പറയുന്നില്ല. എല്ലാ ചികിത്സാ സമ്പ്രദായങ്ങൾക്കും അതിന്റേതായ പ്രത്യേകതകളും പരിമിതികളും ഉണ്ട്. ഇതെല്ലാം യോജിപ്പിച്ചുള്ള സമന്വയ ചികിത്സാരീതിയാണ് അദ്ദേഹം നിർദ്ദേശിക്കുന്നത്. അപ്പോഴും ചില ചികിത്സാ രീതികളെ വരികൾക്കിടയിലൂടെ വിമർശിക്കാനും മറക്കുന്നില്ല. യാതൊരു മാനസിക വിഭ്രാന്തിയുമില്ലാത്ത രോഗിയെ ഷോക്ക്ട്രീറ്റ്മെന്റിന് വിധേയമാക്കുന്ന ക്രൂരത ഈ പുസ്തകത്തിൽ വിശദമായി പറയുന്നുണ്ട്. അത്തരം രോഗികളെയും ആയുർവേദംകൊണ്ട് സുഖപ്പെടുത്തിയ അനുഭവങ്ങളും വിവരിക്കുന്നു. നട്ടെല്ലുപൊട്ടി ജീവിതം തകർന്നവർ ആയുർവേദ ചികിത്സയിലൂടെ രക്ഷപ്പെട്ട നിരവധി സംഭവങ്ങളുണ്ട്. സർവ്വാംഗം തളർന്നു തന്റെ അടുക്കൽവന്ന രോഗിയെ ചികിത്സിച്ചു ഭേദപ്പെടുത്തിയതും അവരുടെ വിവാഹത്തിൽ അതും മിശ്രവിവാഹത്തിൽ സാക്ഷിയായി ഒപ്പിട്ടതും മോഹൻലാൽ എഴുതുമ്പോൾ ചികിത്സയുടെ മാനവികതയെക്കുറിച്ചാവും വായനക്കാർ ചിന്തിക്കുന്നത്.

തെങ്ങിൽനിന്നു വീണ് അരക്കു താഴെ തളർന്നു ശയ്യാവ്രണവും ബാധിച്ച് ആകെ തകർന്ന ഉത്തമനെ ദീർഘകാലത്തെ ചികിത്സകൊണ്ട് നടക്കാൻ പ്രാപ്തനാക്കിയ സംഭവങ്ങൾ വിവരിക്കുമ്പോൾ നമ്മൾ അദ്ഭുതപ്പെടും. രോഗം ഭേദമായ ഉത്തമനെ വീട്ടിലേക്ക് തിരികെ കൊണ്ടുപോകാൻ ആരും വരാത്തതും ഡോക്ടർ ഇടപെട്ട് അയാളെ ചെഷയർഹോമിലെ അന്തേവാസിയായാക്കുന്നതും അവിടെ ഉത്തമൻ പുതുജീ



വൻ നേടുന്നതുമെല്ലാം രോഗം-രോഗി എന്ന നമ്മു ടെ പരിമിത സങ്കല്പങ്ങളെ ഭേദിച്ച് സമഗ്രജീവിത സമീപനത്തിലേക്ക് ഉയർത്തുന്നുണ്ട്. ചെഷയർഹോമിലെ ജീവനക്കാരോടൊപ്പം സമരത്തിൽ പങ്കെടുത്തതിന് അവിടെനിന്നും പുറത്താക്കിയ വിവരം ഉത്തമൻ ഒരു കത്തിലൂടെ ഡോക്ടറെ അറിയിക്കുന്നതുകൂടി പറഞ്ഞാണ് ഹൃദയസ്പർശിയായ ആ അനുഭവ വിവരണം അവസാനിക്കുന്നത്.

തലതിരിഞ്ഞ ചികിത്സാ രീതികൾ

ആളെക്കൊല്ലുന്ന ഇക്കാലത്ത്, ശരീരത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനധർമ്മങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി ചികിത്സ നിർണയിക്കുന്ന ആയുർവേദത്തിന്റെ അപൂർവ്വ ശോഭ തിരിച്ചറിയാനും 'ചില ചികിത്സാനുഭവങ്ങൾ' എന്ന പുസ്തകം ഏറെ സഹായകമാണ്.

### ചില ചികിത്സാനുഭവങ്ങൾ

ഡോ.പി.കെ. മോഹൻലാൽ  
എ.എം.എ.എ. പബ്ലിക്കേഷൻസ്  
അങ്കമാലി, എറണാകുളം  
വില 200 രൂപ

**ഡോ. പി.കെ. മോഹൻലാലിന്റെ 'ചില ചികിത്സാനുഭവങ്ങൾ'**  
രണ്ടാം പതിപ്പ് ഇപ്പോൾ ലഭ്യമാണ്. പുസ്തകം ആവശ്യമുള്ളവർ  
9447860418 എന്ന നമ്പരിലേക്ക് എസ്.എം.എസ്. അയയ്ക്കുക.

## ഡോക്ടർമാരോടുള്ള എക്സൈസ് ഉദ്യോഗസ്ഥരുടെ മോശം പെരുമാറ്റത്തിന് കിടഞ്ഞാൻ

ആയുർവേദ ആശുപത്രികളിലെ എക്സൈസ് ഉദ്യോഗസ്ഥരുടെ പരിശോധനയോടനുബന്ധിച്ച് ഉണ്ടായ മോശമായ പെരുമാറ്റത്തെ സംബന്ധിച്ച് എ.എം.എ.ഐ. സമർപ്പിച്ച നിവേദനത്തെ തുടർന്ന് ഡോക്ടർമാരോട് മാന്യമായി പെരുമാറണമെന്നും നിയമാനുസൃതമായി മാത്രമേ പരിശോധന നടത്താവൂ എന്നും എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ ഉത്തരവിറക്കിയിരിക്കുന്നു. എ.എം.എ.ഐ.യുടെ സമയോചിതമായ ഇടപെടലിനെ തുടർന്നാണിത്.

(ഉത്തരവ് അടുത്തപേജിൽ)

### അറിയിപ്പ്

പുതിയ എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ ചുമതലയേറ്റശേഷം ഉദ്യോഗസ്ഥരുടെ പരിശോധന ഊർജ്ജിതമാക്കിയിരിക്കുകയാണ്. അരിഷ്ടാസവങ്ങളുടെ പരിശോധനയ്ക്കായി ആയുർവേദ ആശുപത്രികളിലും വ്യാപകമായ പരിശോധന നടക്കുന്നു. സ്വന്തമായി പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യുന്ന ഡോക്ടർ മാർക്ക് എ.എം.എ.ഐ.യുടെ ശ്രമഫലമായുണ്ടായ നിയമഭേദഗതിയുടെ സംരക്ഷണമുണ്ട്. പക്ഷെ, സ്വന്തം രോഗികളല്ലാത്തവർക്ക് വിൽപ്പനയ്ക്ക് എസ്.പി.7 ലൈസൻസ് വേണം. അരിഷ്ടാസവങ്ങൾ സ്വന്തമായി നിർമ്മിച്ച് പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യുന്ന ഡോക്ടർമാർ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിക്കുക: എൽ.3 ലൈസൻസ് ഇല്ലാതെ അരിഷ്ടം നിർമ്മിക്കരുത്. ലൈസൻസ് കൃത്യമായ സമയത്ത് പുതുക്കണം. വേണ്ട രജിസ്റ്ററുകൾ സൂക്ഷിക്കണം. നിർമ്മിത ഔഷധങ്ങളിൽ ലേബൽ പതിക്കണം. നമ്മുടെ ശക്തമായ ആവശ്യം പരിഗണിച്ച് ഡോക്ടർമാരോട് മാന്യമായി മാത്രമേ പെരുമാറാവൂ എന്ന് കർശന നിർദ്ദേശം ഉദ്യോഗസ്ഥർക്ക് നൽകിയിട്ടുണ്ട്. ഇത് ലംഘിക്കപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ സംഘടനയെ വിവരമറിയിക്കുക. പരിശോധനകൾ നടക്കുകയാണെങ്കിൽ ആ വിവരം ജില്ലാ നേതൃത്വത്തെ അറിയിക്കേണ്ടതാണ്.

ജനറൽ സെക്രട്ടറി, എ.എം.എ.ഐ.

## ഡോക്ടർമാരോടുള്ള എക്സൈസ് ഉദ്യോഗസ്ഥരുടെ മോശം പെരുമാറ്റത്തിന് കടിഞ്ഞാൺ

“ഭരണഭാഷ - മാതൃഭാഷ”

എക്സ്.സി5 - 5517/13

എക്സൈസ് കമ്മീഷണറുടെ കാര്യാലയം,  
 തിരുവനന്തപുരം  
 തീയതി: 13-01-2016  
 ഫോൺ: 0471 2322825  
[excomoffice@yahoo.com](mailto:excomoffice@yahoo.com)  
[ecoffice.exc@kerala.gov](mailto:ecoffice.exc@kerala.gov)

### സർക്കുലർ

വിഷയം: എസ് പി (സി) റൂൾസ് 14-01-2015-ാം തീയതിയിലെ G.O.(P) No. 13/2015/TD ഭേദഗതി ഉത്തരവ് നടപ്പിലാക്കുന്നത് - സംബന്ധിച്ച്.

- സൂചന:- 1) ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇൻഡ്യയുടെ 3-12-2015-ലെ നിർവേദനം.  
 2) G.O.(P) 13/2015 നമ്പരായുള്ള 14-1-2015-ൽ സ്പിരിച്ചുസ് പ്രിപറേഷൻ (കൺട്രോൾ) റൂളിൽ വരുത്തിയ ഭേദഗതി.

എസ് പി (സി) റൂൾസ് (കൺട്രോൾ) റൂളുകളിൽ സൂചന 2 പ്രകാരം ഭേദഗതി വരുത്തിയിട്ടുള്ളതാണ്. ടി ഭേദഗതി നടപ്പിൽ വരുത്തുന്നതിൽ എക്സൈസ് ഉദ്യോഗസ്ഥരുടെ അജ്ഞത മൂലം നിരവധി ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഉണ്ടാകുന്നതായി ധാരാളം പരാതികൾ ലഭിച്ചിരുന്നു. ആകയാൽ സൂചന 2 പ്രകാരം ഭേദഗതി ചെയ്തിട്ടുള്ള വിജ്ഞാപനത്തിൽ പറയുന്ന പ്രകാരം പരിശോധന സമയത്ത് എക്സൈസ് ഉദ്യോഗസ്ഥർ ലൈസൻസികൾക്കും, മെഡിക്കൽ പ്രാക്ടീഷണർമാർക്കും അനുവദിച്ചിട്ടുള്ള അവകാശങ്ങൾ സംരക്ഷിക്കേണ്ടതും പരിശോധനയിൽ പരാതികൾക്കിട നൽകാത്ത തരത്തിൽ മാനുവലി പെരുമാറേണ്ടതുമാണ്. മറിച്ചുള്ള ആക്ഷേപങ്ങൾ ഗൗരവപൂർവ്വം പരിഗണിച്ച് ഉദ്യോഗസ്ഥർക്കെതിരെ കർശന നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുന്നതാണ്. എല്ലാ ഡെപ്യൂട്ടി എക്സൈസ് കമ്മീഷണർമാരും ഈ സർക്കുലർ അവരുടെ അധീനതയിലുള്ള ഓഫീസുകളിൽ അയച്ചുകൊടുക്കേണ്ടതും, നിർദ്ദേശങ്ങൾ പാലിക്കുന്നുണ്ടോ എന്നത് നിരീക്ഷിക്കേണ്ടതുമാണ്. സർക്കുലർ കൈപ്പറ്റിയ വിവരം അറിയിക്കേണ്ടതാണ്.

  
 എക്സൈസ് കമ്മീഷണർക്കുവേണ്ടി

- പകർപ്പ്
- 1) ജോയിന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (എല്ലാം)
  - 2) പ്രിൻസിപ്പാൾ, എക്സൈസ് അക്കാഡമി, തൃശൂർ
  - 3) ഡെപ്യൂട്ടി എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (എല്ലാം)
  - 4) സർക്കുലർ ഫയൽ / ഉത്തരവ് ഫയൽ



## നേത്ര പരിശോധനയ്ക്കുള്ള അവകാശം തിരിച്ചുപിടിച്ചു



കേരള സർക്കാർ

സംഗ്രഹം

ഗതാഗത വകുപ്പ് - ബിരുദാനന്തര ബിരുദം നേടിയിട്ടുള്ള ആയുർവ്വേദ ഡോക്ടർമാർ നൽകി വരുന്ന ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസിനുള്ള നേത്ര പരിശോധനാ സർട്ടിഫിക്കറ്റ് അംഗീകാരം നൽകുന്ന രീതി തുടരാൻ നിർദ്ദേശം നൽകി ഉത്തരവാകുന്നു.

ഗതാഗത (ബി) വകുപ്പ്.

സ.ഉ.(സാധാരണ) നം.291/16/ഗതാ. തീയതി, തിരുവനന്തപുരം, 15/07/2016.

- പരാമർശം :-
1. ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ ജനറൽ സെക്രട്ടറി 14/07/2015 ൽ സമർപ്പിച്ച നിവേദനം.
  2. സി1/7851/റ്റി.സി./2006 എന്ന നമ്പരിലുള്ള ഗതാഗത കമ്മീഷണറുടെ 04/09/2015 ലെ കത്ത്.
  3. എ 2/127/2015/ആയുഷ് (170429) നമ്പരായുള്ള 13/06/2016 ലെ ആയുഷ് (എ) വകുപ്പിന്റെ കറിപ്പ്.

### ഉത്തരവ്

ആയുർവ്വേദ നേത്രരോഗവിദഗ്ധർ നൽകുന്ന ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസിനുള്ള നേത്ര പരിശോധനാ സർട്ടിഫിക്കറ്റിന് മുമ്പുണ്ടായിരുന്ന അംഗീകാരം നില നിർത്തുന്നതിന് നടപടി സ്വീകരിക്കണമെന്നഭ്യർത്ഥിച്ചുകൊണ്ട് സൂചന ഒന്നു പ്രകാരം ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ജനറൽ സെക്രട്ടറി നിവേദനം സമർപ്പിച്ചിരുന്നു. ഇക്കാര്യത്തിൽ ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റെ അഭിപ്രായം തോടാൻ ഗതാഗത കമ്മീഷണർ സൂചന രണ്ടിലെ കത്തിലൂടെ ആവശ്യപ്പെട്ടിരുന്നു. സർക്കാർ സർവ്വീസിൽ നിലവിൽ ജോലി നോക്കുന്ന ആയുർവ്വേദ പി.ജി. നേടിയിട്ടുള്ള ഡോക്ടർമാർ നിലവിൽ ഭൗതിക സാഹചര്യമുള്ള ((Snellens chart, Ophthalmoscope, Auto refracto meter, Field vision - Confrontation method, Ischihaeo chart) സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിന്നും നൽകിവരുന്ന ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസിനുള്ള നേത്ര പരിശോധനാ സർട്ടിഫിക്കറ്റ് അംഗീകരിക്കുന്ന രീതി തുടരാമെന്ന് സൂചന മൂന്നുപ്രകാരം ആയുഷ് (എ) വകുപ്പ് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

മേൽ സാഹചര്യത്തിൽ എല്ലാവിധ ഭൗതിക സാഹചര്യങ്ങളും ഉള്ള ((Snellens chart, Ophthalmoscope, Auto refracto meter, Field vision - Confrontation method, Ischihaeo chart) സ്ഥാപനങ്ങളിൽ സേവനമനുഷ്ഠിക്കുന്ന ശാലാകൃതരും -

(...2)

നേത്രരോഗ വിജ്ഞാൻ എം.ഡി./എം.എസ്. എന്നിങ്ങനെയുള്ള ബിരുദാനന്തര ബിരുദം നേടിയിട്ടുള്ള ആയുർവ്വേദ ഡോക്ടർമാർ നൽകിവരുന്ന ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസിനുള്ള നേത്ര പരിശോധനാ സർട്ടിഫിക്കറ്റിന് അംഗീകാരം നൽകുന്ന രീതി തുടരാൻ ഇതിനാൽ ഉത്തരവാകുന്നു.

ഗവർണ്ണറുടെ ഉത്തരവിൻ പ്രകാരം ;

**മണിലാൽ. ബി.എസ്.**  
ഡെപ്യൂട്ടി സെക്രട്ടറി.

**പകർപ്പ് :-** ഗതാഗത കമ്മീഷണർ, തിരുവനന്തപുരം.  
ജനറൽ സെക്രട്ടറി,  
ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ സ്റ്റേറ്റ് ലെവൽ ഓഫീസ്, ശ്രീപാദതീർത്ഥം, തിരുവനന്തപുരം.  
ആയുഷ് (എ) വകുപ്പ്.  
കുരുതൽ ഫയൽ /ഓഫീസ് കോപ്പി.

ഉത്തരവിൻ പ്രകാരം,

സെക്ഷൻ ഓഫീസർ.

ഗതാഗത വകുപ്പ് - ബിരുദാനന്തര ബിരുദം നേടിയിട്ടുള്ള ആയുർവ്വേദ ഡോക്ടർമാർ നൽകി വരുന്ന ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസിനുള്ള നേത്ര പരിശോധനാ സർട്ടിഫിക്കറ്റിന് ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യയുടെ ഇടപെടലിനെ തുടർന്ന് വീണ്ടും അംഗീകാരം നൽകി. ഗതാഗത വകുപ്പ് റീജിനൽ ഒപ്തൽമിക് സെന്റർ ഡയറക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം ആയുർവ്വേദ നേത്ര സ്പെഷ്യലിസ്റ്റ് ഡോക്ടർമാരുടെ സർട്ടിഫിക്കറ്റ് ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസ് അപേക്ഷയ്ക്ക് അയോഗ്യമാണെന്ന് ഗതാഗത വകുപ്പ് തീരുമാനിച്ചിരുന്നു. അതിനെതിരെ ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ നടത്തിയ ചെറുത്തുനിൽപ്പ് വിജയത്തിലെത്തിയിരിക്കുന്നു. ഡയറക്ടർ ഓഫ് ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ എഡ്യൂക്കേഷനിൽനിന്നും ആയുഷ് ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റിൽ നിന്നും അനുകൂലമായ റിപ്പോർട്ട് അയയ്ക്കുന്നതിന് എ.എം.എ.ഐ.യുടെ സമയോചിതമായ ഇടപെടലിലൂടെ കഴിഞ്ഞിരുന്നു. ഇതിന്റെ ഫലമായി നേത്രപരിശോധനയ്ക്കുള്ള അവകാശം ആയുർവ്വേദ ഡോക്ടർ മാർക്കും പുനഃസ്ഥാപിച്ചുകൊണ്ട് ഉത്തരവായി.

ഇത്തരമുള്ള ഇതിനുവേണ്ടി അനുകൂലമായ നിലപാടുകൾ സ്വീകരിച്ച ബഹുമാനപ്പെട്ട ഗതാഗത വകുപ്പുമന്ത്രി എ.കെ. ശശീന്ദ്രനും, മുൻ മന്ത്രി തിരുവഞ്ചൂർ രാധാകൃഷ്ണനും, ഡി.എ.എം.ഇ. ഡോ. ടി. ശിവദാസിനും, മുൻ ആയുഷ് സെക്രട്ടറി ഡോ. ബീനയ്ക്കും, ട്രാൻസ്പോർട്ട് കമ്മീഷണർ ടോമിൻ ജെ. തച്ചുകരിക്കും എ.എം.എ.ഐ. യുടെ നന്ദി. ●

## NEBULISATION-AN EFFECTIVE MANAGEMENT IN ACUTE RESPIRATORY DISORDERS



**Dr. Jithesh M.K.**  
BAMS, M.D.(Ay.)

### INTRODUCTION

The human respiratory tract is the one which is being exposed to air pollution and climatic changes frequently. So we should give more attention nowadays especially in view of significant increase in the incidence. Mortality rate and hospitalization because of asthma is found to be increased in the present era. So by keeping this situation in mind this study is being conducted. In the present study the drugs were decided to administer through nasal route via Nebulization machine as this method has got so many advantages regarding drug delivery .Because of the larger surface area and comparatively higher permeability of lungs, directly inhaled drugs will provide more instant effect. This method can be considered as a modified form of Nasya which occupies the first position among the various therapies which can be used in Pranavaha srothodushti vikaraa.

### SELECTION OF DRUGS

In the present trial we choose 3 single herbs ie **VASHA, KANAKA, and HARIDRA**. Arka has been prepared from these drugs separately in 1/10th dilution by using Arka yantra or distillation apparatus. The method by which volatile and active principles of drugs are collected is called as Arka kalpana. The principle of Arka kalpana can be compared to the formation of clouds - by the heat of sunrays oceanic water is being evaporated, then gets condensed and lastly comes to earth as rain. The same procedure is being followed in the preparation of Arka. Then the drug was administered through nostrils with the help of nebulizer.

### METHOD OF STUDY

All the respiratory patients were divided in to 3 groups.

Total number of patients in each group-10

Group 1- patients with cough as the chief complaint

Group 2- patients with wheezing as the chief complaint

Group 3- patients with sneezing as the chief complaint

### DRUG OF CHOICE

Group 1- 3ml of Arka prepared with vaasa +50 mg saindhava

Group 2- 3 ml of Arka prepared with kanaka+50 mg saindhava

Group 3- 3 ml of Arka prepared with haridra+50 mg saindhava

### DURATION OF THE TREATMENT

5 - 10 mins or till the complete vaporization of the drug -daily once for continuous 1 week.

**Inclusion criteria** - Age above 20 yrs, both male and female

**Exclusion criteria**-COPD, PULMONARY TB, CARDIAC ASTHMA, BRONCHIAL CARCENOMA

**Investigations done** - CBC, AEC, IgE, AFB,CXR, ECG

### OBSERVATIONS

#### GROUP 1

No	Complaints	Observation
1	Cough	Good relief
2	Expectoration	Significantly improved
3	Breathing difficulty	Relieved temporarily
4	Disturbed sleep	Relieved completely
5	Chest discomfort	Partial relief
6	Head ache and running nose	No considerable improvement
7	Mucus accumulation in CXR	Reduced considerably
8	Haemoptysis	Relieved completely

#### GROUP 2

No	Complaints	Observation
1	Wheezing	Good relief
2	Expectoration	Good relief
3	Shortening of breath	Relieved completely
4	Increased respiratory rate	Came to normal
5	Chest discomfort and pain	Partial relief
6	Feeling of apprehension	Good improvement

### GROUP 3

No	Complaints	Observation
1	Sneezing	Slight relief
2	Redness of eye	No change
3	Watery discharge	Reduced slightly
4	Wheezing	Slight relief
5	Chest discomfort	No much change
6	Head ache	Slight improvement

There were no considerable changes in blood picture before and after treatment

But in the first group mucus accumulated CXR came to almost normal after treatment

### DISCUSSION AND CONCLUSION

By considering the increased rate of respiratory disorders in the present scenario it becomes the responsibility of every physician to give maximum fast and effective remedy to each and every patient. Most of the Ayurvedic medicines are believed as slow acting due to its delayed systemic absorption which can be obtained only after the digestion of the medicine. But in the diseases like Bronchial asthma it is essential to provide the emergency management. Arka or distilled medicines are considered as the one which possess maximum efficacy and hence by incorporating the modern drug delivery method called nebulizer it is found that this method is very effective in the first and second group of patients of my study. In both the groups this method could provide emergency respiratory support by relieving the cough and its associated complaints in the 1st group and wheezing and its associated complaints in 2nd group. But in the 3rd group where the allergy becomes the basic pathology this method could give comparatively a minimum amount of relief. So based on the above observations it can be state that this method is very effective in providing emergency care in respiratory diseases in which cough and wheezing becomes the chief complaints.

### SCOPE OF RESEARCH

1. Various combination of these drugs can be studied according to the presenting complaints
2. Various drugs which are included in Nasyopaga gana and Dhoomopaga gana can be tried
3. Pharmacological studies and animal studies have to be carried out. ●

## COLOR



ആപ്ത

Monthly Journal of Ayurveda Medical Association of India

JULY 2016

**COLOR**

## COLOR



ആപ്ത

Monthly Journal of Ayurveda Medical Association of India

JULY 2016

**COLOR**

## COLOR



ആപ്ത

Monthly Journal of Ayurveda Medical Association of India

JULY 2016

**COLOR**

## COLOR



ആപ്ത

Monthly Journal of Ayurveda Medical Association of India

JULY 2016

**COLOR**

## A PROPOSED DIET CHART FOR SWASTHA AND ATHURA



**Dr. Reshmi S. Raj**  
Medical Officer GAD  
Chittar  
Ph: 9495330930

A seminar on *Aharam mahabhesajam* was conducted by AMAI Pathanamthitta to revive the dietetics practice of Ayurveda. The endeavour was a grand success in terms of topic relevance and intellectual participation among area members. The team work of AMAI Ranny Area for the prize paper presentation competition on this subject is penned here as an article by the area secretary for further discussions. The diet chart discussed here is just a standard model and need to be prescribed for individuals only after considerations just like judicious selection of *ousadha* and *ousadha matra* for patients.

*Aharam* described as *mahabhesaja* in *Kasyapa Samhitha* due to its importance. Appropriate selection of *ahara* is needed for maintaining *swasthaavastha* and for curing *rogaavastha*. Relevance of food is once again taking major heights with shoot up of non-communicable and lifestyle diseases. The paradox of healthsector is overnourishment ailments on one side and other with malnutrition and under nourishment. Depleting natural resources with pressure of exploding population, put stress on available resources leading to toxicities as end result of all green revolutions. Coming generations are going to witness wars for food and drinking water.

When sad demise of people like cinedirector Mr. Rajesh Pillai hits mediaheadlines, dietetics in Ayurveda needs to come to more limelight. How much we are able to tackle such conditions for popularising our science need to be debated. Hippocrates advocated as *let food be thy medicine* and what is the present scenario. Banning of drugs and drug toxicities makes the public alarmed against

the insurance assured by pills, in the continuation of unhealthy lifestyle and food habits. When the overtrusting medicines befool mankind the words of Acharya Lolimbaraja gets more clear dimensions

*Pathye asati gadarthasya  
kimushadha nishevane*

*Pathye sati gadarthasya  
kimushadha nishevane*

Change is an universal law. But human still remains as human. Man is just not what he eats but actually what he digests. With the simple reminder that our body is not a machine, with a particular percentage of fuel efficiency, all the knowledge of calories and nutrients no more last as yardsticks of food nutrition. The holistic approach of Ayurveda as food science is beyond the scope of an article, still this is a humble effort for creating more discussions for standard individualised protocols.

## DIET FROM AYURVEDA PERSPECTIVE

Ayurveda have detailed everything from kitchen utensils, climate to the *rasas* to be consumed or avoided and even upto the regimens after food intake.

*Aharakala*-Food timing is of prime importance

*Yama madhye na bhotaktayam  
yamayuma na langhayet  
Yamamadye rasolpattir yama  
yumat balakshaya*

[*Bhavaprakasa*]

3-6 hourly timing is best suited for *swastha*.

Pay attention to

- o Previous food time and appetite
- o Together consumed foods and drinks
- o Type-Liquid/semisolid/solid

- o Condition of person -*Swastha/aathura*
- o *Sareera prakriti*
- o *Agni*
- o *Kosta*
- o *Vayas*
- o *Ritu*
- o *Upachaya*
- o *Apachaya*

*Manas* and *Saummanasyam* are every important. Never say no to all *satmyas*. Always keep in mind *Aajanmasatmya* and *Okasatmya*.

## DIET PLANNING

Diet planning needs to take into account Economic, Geographic, Social, Cultural, Sensory, Aesthetic factors. Take care of Food preparation, Type of food, Quantity, Quality, Processed. Balanced diet can be of low /moderate /high cost.

*Sarvarasaabhyasa, Madhura rasa prayam* is preferred. Use of food items having *rasas* in the order, *Madhura*, then *amla*, *lavana*, then other *rasas*

Avoid all types of *viruddhas*. Avoid *vishamasana, samasana, adhyasana. Matra* according to *guru, laghu Aharavisheshavidhi* needs to be followed

DIET CHART FOR *SWASTHA*- one week

Objective: to maintain *dhatu satmyata*, preventive aspect

Food items selected - *nityaupayogi dravyas* –described in Ayurvedic Classics

Type-Mixed diet chart is discussed here as it is widely used

And to propagate *mamsahara* as advised and as per Ayurvedic norms

Calories calculated on the basis

Adult man-60 kg

- Sedentary worker-2425 cal
- Moderate worker-2875 cal

- Heavy worker-3800 cal
- Adult woman-50 kg
- Sedentary worker-1875cal
- Moderate worker-2225 cal
- Heavy worker -2925 cal

Chart calculated by Dr Thomas Jacob, Retd. SMO ISM

### MONDAY

Breakfast	Lunch	Dinner
Idli-3/dosa-3/ masaladosa- 1;75gx3=225cal	Cookedsalirice-170gx3 cups-510 cal	Cookedsalirice- 170gx3cups-510cal
Sambar-1cup-130g-110cal	Buttermilk-100ml-30cal	Sambar-1cup-70cal
Chutney-roasted cocconut- 23g-113cal	Aviyal-1cup-170cal	Fishcurry-3/4cup-220cal
Omlet-1-160 cal	Mutton curry-3/4cup OR chicken curry -1cup-260 cal	Padavalanga toran-70g- 150cal
Lukewarm milk-180cal	Pomegranate fruit-1-100cal	
Honey-15g-50cal		
Total-838 cal	Total-1070 cal	Total-950 cal

### TUESDAY

Breakfast	Lunch	Dinner
Iddiyappam-3- 38geach-264cal	Cooked Sali rice- 170gx3cups-510cal	Cooked Sali rice- 170gx3cups-510cal
Duckegg curry-1cup-160g- 266cal	Aviyal-1cup-170cal	Sambar-1cup-70cal
Boiled milk-one cup-180cal	Buttermilk curry-135g-107cal	Fish curry-3/4cup-220cal
Honey-15g-50cal	Greengramdalcurry3/4cup+ 2pappad=10gghee	Radish thoran-70g
Total-760cal	Total-1049cal	Total-950cal

### WEDNESDAY

Breakfast	Lunch	Dinner
Appam-3-45g each or kallappam-150x3=477cal	Cooked Sali rice- 170gx3cups-510cal	Cooked Sali rice- 170gx3cups-510cal
Potato stew-150g-237cal	Mutton curry 3/4cup or chickencurry one cup-260cal	Fishcurry-3/4cup-220cal
Boiled milk-onecup-180cal	Aviyal-1cup-170cal	Sambar-1cup-70cal

		Vegetablethoran/ vasalacheerathoran
Honey-15g-50cal	Buttermilk-100ml-30cal	Buttermilk-100ml-30cal
Total-944cal	Total-970cal	Total-980cal

## THURSDAY

Breakfast	Lunch	Dinner
Chappathi-45gx3- 137x3=411 cal	Cooked sali rice-170gx3cups- 510 cal	Cooked sali rice-170gx3cups- 510 cal
Eggcurry-1-1cup1150g- 260 cal	Sambar-1cup-70 cal	Muttoncurry 3/4cup Or chickencurry-one cup- 266 cal
Raddish thoran/tender leaf of gram thoran	Greengram dalcurry 3/4cup+ 2 pappad=10gghee	Buttermilk-100ml-30cal
Boiled milk-onecup-180cal	Ginger curry-6g-9cal	Pomogranate fruit-1-100cal
Honey-15g-50cal	Salted goose berry-33cal	
Total-1057cal	Total-884cal	Total-900cal

## FRIDAY

Breakfast	Lunch	Dinner
Chappathi-45gx3- 137x3=411 cal	Cooked sali rice-170gx3cups- 510 cal	Cooked sali rice-170gx3cups- 510 cal
Eggcurry-1-1cup1150g- 266 cal	Sambar-1cup-70 cal	Muttoncurry 3/4cup or chickencurry-one cup-260 cal
Raddish thoran/tender leaf of gram thoran	Greengram dalcurry 3/4cup +2 pappad=10gghee	Buttermilk-100ml-30cal
Boiled milk-onecup-180cal	Ginger curry-6g-9cal	Pomogranate fruit-1-100cal
Honey-15g-50cal	Salted goose berry-33cal	
Total-1057cal	Total-884cal	Total-900cal

## SATURDAY

Breakfast	Lunch	Dinner
Cooked tapioca/jackfruit 1cup-150 g-208 cal	Cooked Sali rice-170 g x 3 cups-510 cal	Cookedsalirice- 170gx3cups-510cal
Kanji-2 cup-198 cal	Aviyal-1 cup-170 cal	Sambar-1cup-70cal
Fishcurry-3/4cup-220 cal	Gooseberry curry	Greengramdalcurry3/ 4cup+2pappad=10gghee
Buttermilk curry- 135 g-107 cal	Ladyfinger khichidi	Muttoncurry3/4cupOR chickencurry1cup-260cal
	Buttermilk-100 ml-30 cal	Gingercurry-6g-9cal
Total-751 cal	Total-1023 cal	Total-1111cal

Purely vegetarian diet can be prescribed depending on non-vegetarian food substitution with vegetarian recipes and with newer versions of traditional menus.

To be continued with diet chart for **athura ...**

### MONDAY

Breakfast	Lunch	Drink 11 am/ 4pm	Dinner
Kozhakatta-rice/ wheat/ragi	Sastika cooked rice/yava rice	Dasamoola panakam	Chappati-3
Boiled horsegram+ saindhava+ cocunut	Greengram curry/ prepared buttermilk	Black gram payasam/	Greengram curry
Dry ginger water	Bittergourd/brinjal- thoran	Green gram payasam/	Salad-cumcumber, pepper, lemon, onion, saindhava
	Chutney-coriander leaves/fresh gooseberry	Milk porridge	
	Inji curry		
	Jambu fruit		

### TUESDAY

Breakfast	Lunch	Drink 11 am/ 4pm	Dinner
Sastika gruel+ chutney prepared with jatika/tagara leaves/ onion	Cooked Sali rice	Bargi+nagara panakam	gruel with Rice+green gram/methika/kurandi/ vayalkozhuppa
Aval-banana+jaggery	Fresh water fish curry		Bittergourd thoran
Coffee with dry ginger and palm jaggery	erussery		pappad
	Snake gourd/ amarakka/ payarila -thoran		Salted mango
	Chutney with goose berry/aragwadha tender leaf		
	Kadali banana		

### WEDNESDAY

Breakfast	Lunch	Drink 11 am/ 4pm	Dinner
Staem cooked yam	Sashita cooked rice	Milk prepared with sunthi,devadara, dasamoola/	Chappathi /with spinach/with yam-
Chutney of roasted coconut	Vayapindi morucurry/ mangopulissery	Mulayari payasa/chena thandu payasam	Grilled chicken
vegetablesoup	Leaves of tagara, kokilaksha/sigru/ methika/dhanyaka		Palak curry

	Curry with leaves and flowers of kasamarda		Apple-1
	grapes		

## THURSDAY

Breakfast	Lunch	Drink 11 am/ 4pm	Dinner
Wheat puttu/	Cooked Sali rice	Vegetable soup/	Gruel prepared with nilapulladi/
Carrot puttu/	Cucumber coconut curry	Lemon juice+honey/ saindhava+ ginger	Milk gruel prepared with durva/
Ragi puttu	Spinach/sigru /koyal/ cumcumber/tagara/ vellari leaves/pappaya-thoran	Cutlet-chenathandu	panchakola
Greengram curry	Ginger curry		Yam thoran/ mehukkupuratti
juice of fresh turmeric + milk	Pomogranate fruit		Jnalipuvan banana

## FRIDAY

Breakfast	Lunch	Drink 11 am/ 4pm	Dinner
Appam with ragi/arrow root powder/wheat/	Cooked Sali rice	Pindi juice +lemon juice+saindhava/	Milk gruel with wheat
Vidanga + rice/ Ealichevi tender leaves+rice	Chanam payar parippu curry/	Tender coconut water	Yam-thoran/ mehukkupuratti
Soyabean curry	Sigru leaves curry		
Gruel with ragi+palm jaggery/with arrowroot +palm jaggery	Radish/plantain/ amarakka/vayakka/ karithakali thoran		
Rice+ca rdamom+ palm jaggery	Bran+palmjaggery-1:1		

## SATURDAY

Breakfast	Lunch	Drink 11 am/ 4pm	Dinner
Dosa/	Sashtika/yava cooked rice	diluted Goat milk	Gruel with salirice
idli	Churakka/	Milk diluted-1:4	pappad
Chutney with mandukaparni	Kovakka/Ullithandu thoran	Milk boiled with garlic	Ulli/kumpu/vayakka--thoran
Madhu udakam	/Pappya/vayapindi/ vayakumpu--thoran	Greengram porridge	Chutney with nilapulladi
	Karinthakali chuthey		
	Yam curry		

**SUNDAY**

Breakfast	Lunch	Drink 11 am/ 4pm	Dinner
Yava gruel/	Sali with bran-cooked rice	Milk prepared with prisniparni/prithakparni/panchamoola/musta	Gruel with wheat, methika, greengram prepared
Greengram gruel/	Gooseberry/smallonion/churuli/karavella-thoran		Salted gooseberry
Mulayari gruel	Erussery with yam		Muringa leaves thoran
Karavella mezhukkuvetti	Chutney with leaves of changeri/mandukaparni/unripemango/karivellakatti		Chutney with gooseberry
Chutney with fresh gooseberry and ginger	Kadalibanana/ngofruit		

**ആദരാഞ്ജലികൾ**



**ഡോ. ദേവിദാസ്**

തൃശൂർ വട്ടമ്മാവ് ഗവ. ആയുർവേദ ഡിസ്പെൻസറിയിലെ ഡോ. ദേവിദാസ് നിര്യാതനായി. കരിക്കാട്ട് അത്രാപ്പുളളി പരേതനായ കൃഷ്ണന്റെ മകനാണ് ഡോ. ദേവിദാസ്. എ.എം.എ.ഐ.യുടെ തൃശൂർ ജില്ലാ കമ്മിറ്റി അംഗവും സംസ്ഥാന കൗൺസിൽ മെമ്പറും, കെ.ജി.എ.എം.ഒ.എഫ്. ന്റെ സംസ്ഥാന വൈസ് പ്രസിഡന്റുമായിരുന്നു. ഡോ. ദേവിദാസിന് എ.എം.എ.ഐ. യുടെ ആദരാഞ്ജലികൾ.

**HYDROTHERAPY BATH TUBS for holistic healthcare**

**SPINAL BATH**  
Two Models



**HIP BATH**  
Two Models



- Light and durable
- Made from Fibre Reinforced Plastic
- Easy to clean and maintain
- Available in attractive shades
- Sturdy & unbreakable

**STEAM BATH CABINET**  
Sturdy & Portable



*for details just dial in*

**STYLUS WARES**

Kaithamukku, Trivandrum 695 024  
Phone: (0471) 245 2089, 247 0588  
Mobile: 94476 58021  
Email: styluswares@gmail.com

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



## The healing touch of Ayurveda brought to you by



- \* **About 500 traditional Ayurvedic products**
- \* **34 Branded Proprietary products**
- \* **Large number of Ayurvedic Personal care products**
- \* **Largest retail network in Kerala Ayurveda**
- \* **Products available in 18 States of India**
- \* **The only ISO certified R & D in Kerala Ayurveda**
- \* **The only Animal Testing Lab in Kerala Ayurveda**

**CARDOSTAB**  
TABLET



the comprehensive anti-hypertensive

**SPONDYLON**  
SOFT GEL CAPSULES



the unparalleled Vertibral specialist

**SCIATILON**  
SOFT GEL CAPSULES



the unmatched lumbo-sacral reinforcement

**RHEUMAT**  
BALM



the soothing solution to Arthritis



**NAGARJUNA HERBAL CONCENTRATES LTD.**  
Thodupuzha. +91 9961633366, mail@nagarjunaayurveda.com



*Reviving an ancient tradition for modern healthcare*

**എ.എം.എ.ഐ. കണ്ണൂർ ജില്ലാ വാർത്തകൾ**

**വ്യാജവൈദ്യത്തിനെതിരെ ശക്തമായ നടപടി വേണം**

**പി.കെ. ശ്രീമതി ടീച്ചർ, കണ്ണൂർ എം.പി.**

വ്യാജവൈദ്യം ചെയ്യുന്നവർക്കെതിരെ ശക്തമായ നിയമനടപടികൾ സ്വീകരിക്കുമെന്ന് ബഹുമാനപ്പെട്ട എം.പി., പി.കെ. ശ്രീമതി ടീച്ചർ അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. കണ്ണൂർ AMAI യും വൈദ്യരാജ് ഔഷധശാല തൃശ്ശൂരും, സംയുക്തമായി സംഘടിപ്പിച്ച ആയുർവേദീയം-2016 ശില്പശാല 08.05.2016-ന് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യവെ ആണ് ഇങ്ങനെ അഭിപ്രായപ്പെട്ടത്. സ്വാഗത പ്രസംഗത്തിൽ, AMAI ജില്ലാസെക്രട്ടറി, ഡോ. സുഗേഷ് കുമാർ വ്യാജവൈദ്യത്തിന്റെ കാര്യം ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തിയതിന് മറുപടി ആയാണ് എം.പി. ഈ കാര്യം പറഞ്ഞത്. കൂടാതെ പാരമ്പര്യ വൈദ്യകുടുംബത്തിൽപ്പെട്ടവർ വേണ്ടത്ര അക്കാദമിക് യോഗ്യത നേടിയതിന് ശേഷം മാത്രമേ ചികിത്സാ വൃത്തിയിൽ ഏർപ്പെടാവൂ എന്നും അവർ അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.



തുടർന്ന് ആയുർവേദ രംഗത്ത് ചിരപരിചിതനായ ഡോ സി.ഡി. സഹദേവന്റെ ചികിത്സാനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവെക്കൽ എന്ന തുടർവിദ്യാഭ്യാസ പരിപാടി നടന്നു. വ്യത്യസ്തവും അപൂർവ്വവുമായ ചികിത്സാനുഭവങ്ങൾ അദ്ദേഹം പങ്കുവെക്കുകയുണ്ടായി. തുടർന്ന് പങ്കെടുത്ത ഡോക്ടർമാരുടെ സംശയങ്ങൾ ദുരീകരിക്കുകയുണ്ടായി. നൂറിൽപരം ഡോക്ടർമാർ പങ്കെടുത്ത പരിപാടി വൻവിജയമായിരുന്നു. 08.05.2016-ന് കൃത്യം 9.30 ന് തന്നെ ഹോട്ടൽ റോയൽ ഒമാർസിൽ ആരംഭിച്ച പരിപാടിയിൽ ഡോ. മാലിനി (പ്രസിഡന്റ്, AMAI കണ്ണൂർ) അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ഡോ. സഹദേവനെ പൊന്നാട അണിയിച്ച് ആദരിക്കുകയും, ജില്ലയിലെ മെമ്പർമാർക്ക് ഐഡന്റിറ്റി കാർഡ് വിതരണംചെയ്യുന്ന ചടങ്ങ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യുകയും ചെയ്ത ശേഷമാണ് ബഹുമാനപ്പെട്ട എം.പി. ശ്രീമതി ടീച്ചർ അവർകൾ യാത്രയായത്.

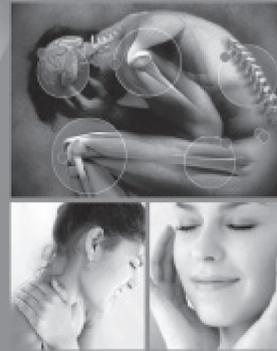
**സി.എം.ഇ.യും മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പും**

എ.എം.എ.ഐ. കണ്ണൂർ ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെയും കോട്ടക്കൽ ആര്യവൈദ്യശാലയുടെയും സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിൽ ഹോട്ടൽ റോയൽ ഒമാർസിൽവെച്ച് 26-06-16 ന് Back to Classics- 'CME on Rasas' എന്ന വിഷയത്തിൽ, രസൗഷധികളുടെ പ്രാധാന്യത്തെപ്പറ്റിയും പ്രായോഗികതയെ പറ്റിയും പരിപാടി സംഘടിപ്പിച്ചു. AMAI ജനറൽസെക്രട്ടറി ഡോ. രജിത് ആനന്ദ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്ത ചടങ്ങിന് ഡോ. മാലിനി (President, AMAI-Kannur) അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. സെക്രട്ടറി ഡോ. സുഗേഷ്കുമാർ സ്വാഗതവും, ഡോ. ഉദയകുമാർ (CCIM മെമ്പർ) ആശംസകളും നേർന്നു.

## Fortified *gulguluthikthaka gritham* in capsule form

Anti-infective, anti-inflammatory, anti-periodic, immunomodulator, mild laxative.

**No bitterness, no melting required.**



- Ideal substitute to Gulguluthikthaka ghritham.
- No bitterness and no melting required.
- Anti-infective, anti-inflammatory, anti-periodic, immunomodulator, mild laxative.

**Indication:**

For treatment of Osteoarthritis, Osteoporosis, Hyperlipidaemia, Rheumatoid diseases, non-healing ulcers, skin diseases.

**Dosage:**

1 - 2 capsules twice daily or as directed by physician.



**Kerala Ayurveda Ltd.** - Registered Office: Athani, Aluva 683 585, Kerala, INDIA. Tel: 0484 247 6301/02/03/04.

Fax: 0484 247 4376. email: info@keralaayurveda.biz

Corporate Office: Kerala Ayurveda Ltd., 1134, 1st floor, 100 feet Road, HAL 2nd Stage, Indira Nagar, Bangalore - 560 008.

Tel: +91 80 41808000 Fax +91 80 41808030. www.keralaayurveda.biz

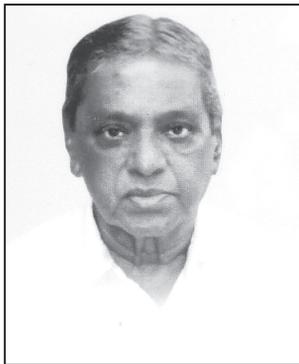


ഡോ: രാജേഷ് പി.വി. (ജോയിന്റ് സെക്രട്ടറി)ചടങ്ങിന് നന്ദി പ്രകാശിപ്പിച്ചു. സീനിയർമെമ്പറും, സംസ്ഥാന എക്സിക്യൂട്ടീവ് മെമ്പറുമായ ഡോ. മോഹന്റെ പിതാവ് ശ്രീ. കുഞ്ഞിരാമൻ വൈദ്യരുടെ നിര്യാണത്തിൽ അനുശോചിച്ചു മൗനപ്രാർത്ഥന നടത്തിയതിനു ശേഷമാണ് ചടങ്ങുകൾ തുടങ്ങിയത്.

തുടർന്ന് നടന്ന സെമിനാറിൽ, Back to Classics - 'CME on Rasas' എന്ന വിഷയത്തിൽ ഡോ. ദേവീകൃഷ്ണനും, 'Clinical Trials in Ayurvedic Medicines' എന്ന വിഷയത്തിൽ ഡോ. പ്രവീണും ക്ലാസ്സുകൾ എടുത്തു. ക്ലാസ്സിനുശേഷം നടന്ന ചർച്ചയിൽ, ഡോ. ലക്ഷ്മണൻ (Rtd. DMO) ഡോ. രവീന്ദ്രൻ തുടങ്ങിയവർ സംസാരിച്ചു. നൂറോളം ഡോക്ടർമാർ പങ്കെടുത്ത സെമിനാറിന് ഡോ. ശ്രീനാഥ് നന്ദി പ്രകാശിപ്പിച്ചു.

**AMAI മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്:** എ.എം.എ.ഐ. കണ്ണൂർ ജില്ലാകമ്മിറ്റിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ National Textile (കണ്ണൂർ സ്പിന്നിംഗ്മിൽ) കക്കാടിൽവെച്ച്, 30-06-16 ന് സൗജന്യ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് സംഘടിപ്പിച്ചു. ശ്രീ. മനോജ്കുമാർ, CGM ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ശ്രീ. ആനന്ദ് കൃഷ്ണൻ സംസാരിച്ചു. ഡോ: സുഗേഷ്കുമാർ ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസ്സ് നടത്തി. 200 ൽപ്പരം രോഗികളെ ചികിത്സിച്ചു. വനിതാ ക്ലിനിക്കിന്റെ വക മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് വനിതകൾക്കായി പ്രത്യേകം ഉണ്ടായിരുന്നു. കൂടാതെ പ്രമേഹനിർണയ രക്തപരിശോധനയും നടത്തി. ഡോ. ആനി സിത്താര, ഡോ. ഷബ്ന, ഡോ. ജ്യോതിഷ മിത്ത്, ഡോ. ദിവ്യജ്യോതി, ഡോ. സുഗേഷ്കുമാർ എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

**പി. കുഞ്ഞിരാമൻ വൈദ്യർക്ക് ആദരാഞ്ജലികൾ**



കണ്ണൂർ: AMAI സംസ്ഥാന എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മിറ്റി മെമ്പർ ഡോ: പി. മോഹന്റെ പിതാവും ജില്ലയിലെ സീനിയർ AMAI മെമ്പറുമായ ശ്രീ. പി.കുഞ്ഞിരാമൻ വൈദ്യർ (88) ജൂൺ 22 ന് നിര്യാതനായി. ഇരിണാവിലെ പ്രശസ്തനായ പയ്യനാട്ട് വൈദ്യ കുടുംബഗമാണ്. കണ്ണൂർ മാധവ സ്ഥാരക ആയുർവേദ കോളേജിൽനിന്നും വൈദ്യവിദ്യുഷണം ഡിപ്ലോമ നേടിയ ശേഷം അഴീക്കോട് മൂന്നു നിരത്തിൽ ധന്വന്തരി ചികിത്സാലയം നടത്തിവരികയായിരുന്നു. ഭാര്യ കെ. ലക്ഷ്മി. മക്കൾ: പി. മനോഹരൻ, ഡോ. പി. മോഹനൻ, പത്മാക്ഷി, ലത. കണ്ണൂർ ജില്ലാ ആയുർവേദ ഔഷധ നിർമ്മാണ സഹകരണ സംഘത്തിന്റെ സ്ഥാപക പ്രസിഡണ്ടും ഇരിണാവ് സർവ്വീസ് സഹകരണ ബേങ്ക് ഡയറക്ടർ ബോർഡ് അംഗവുമായിരുന്നു. AMAI

സംസ്ഥാന കമ്മിറ്റിക്കുവേണ്ടി ഡോ. അജിത്കുമാർ. കെ.സി, ജില്ലാകമ്മിറ്റിക്കുവേണ്ടി ഡോ. സുഗേഷ്. ജി, ഡോ. എ. രാമചന്ദ്രൻ എന്നിവർ പുഷ്പചക്രങ്ങൾ അർപ്പിച്ചു. സംസ്ഥാന ഭാരവാഹികളായ ഡോ. രജിത്ത് ആനന്ദ്, ഡോ. വി.ജി. ഉദയകുമാർ, ഡോ. സനിൽകുമാർ, ഡോ.മോഹൻദാസ്, ഡോ. കെ.എം.ജോസ് തുടങ്ങി ജില്ലയ്ക്കകത്തും പുറത്തുമുള്ള AMAI നേതാക്കളും പ്രവർത്തകരും കണ്ണൂർ ഡി.എം.ഒ ഡോ. പ്രസന്നകുമാരി, കാസർഗോഡ് ഡി.എം.ഒ ഡോ. എ.വി. സുരേഷ് കുമാർ എന്നിവരും ആദരാഞ്ജലികൾ അർപ്പിക്കാനായെത്തി .

## ELEGANT & DURABLE @ AFFORDABLE



## ANJANEYA AYURVEDA HOSPITAL EQUIPMENTS

SSI Reg No . 321314148

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

PIN 690 528. PH : 0476 - 2690393

Mob : 09447894944

വാർത്തകൾ

## തിരുവനന്തപുരം ഗവ. ആയുർവ്വേദ കോളേജ് അലുമ്നി അസോസിയേഷൻ വാർഷിക സമ്മേളനം



തിരുവനന്തപുരം ഗവ. ആയുർവ്വേദ കോളേജ് പൂർവ്വ വിദ്യാർത്ഥി സംഘടനയുടെ രണ്ടാം വാർഷിക സമ്മേളനം പ്രസിഡന്റ് ഡോ. പി. ശങ്കരൻകുട്ടിയുടെ അധ്യക്ഷതയിൽ ചേർന്ന സമ്മേളനത്തിൽ വെച്ച് ജൂൺ 23-ാം തീയതി ബഹുമാനപ്പെട്ട കേരളനിയമസഭാസ്പീക്കർ ശ്രീ. പി. ശ്രീരാമ കൃഷ്ണൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ജനറൽ സെക്രട്ടറി ഡോ. കെ. ജ്യോതിലാൽ ചടങ്ങിൽ സ്വാഗത പ്രസംഗം നടത്തി. ആയുർവ്വേദ വിദ്യാഭ്യാസ ഡയറക്ടർ ഡോ. ടി. ശിവദാസൻ, തിരു: ആയുർവ്വേദ കോളേജ് പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. പി.കെ. അശോക്, അഖിലകേരള ഗവ. ആയുർവ്വേദ കോളേജ് അധ്യാപകസംഘടന സെക്രട്ടറി ഡോ. ശിവകുമാർ, സി.സി.ഐ.എം. അംഗം ഡോ. വി.ജി. ഉദയകുമാർ, ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ ജനറൽ സെക്രട്ടറി ഡോ. രജിത് ആനന്ദ്, പോസ്റ്റ് ഗ്രാഡ്വേറ്റ് സ്റ്റുഡന്റ്സ് അസോസിയേഷൻ ജനറൽ സെക്രട്ടറി, ഡോ. എസ്.ആർ. കിഷോർ, തിരു: ഗവ. ആയുർവ്വേദ കോളേജ് യൂണിയൻ ചെയർമാൻ ദീപക് വാര്യർ എന്നിവർ ആശംസാ പ്രസംഗം നടത്തി. ഡോ. പി.എസ്. ശ്യാമളാകുമാരി കൃതജ്ഞത പ്രകാശിപ്പിച്ചു. പ്രസ്തുത സമ്മേളനത്തിൽവെച്ച് ഒന്നാംവർഷ ബി.എ.എം.എസിന് ഏറ്റവും കൂടുതൽ മാർക്കു വാങ്ങി വിജയിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥിക്കുള്ള അലുമ്നി അസോസിയേഷൻ വക ക്യാഷ് അവാർഡും സർട്ടിഫിക്കറ്റും ശ്രീതു കൃഷ്ണയ്ക്ക് സ്പീക്കർ സമ്മാനിച്ചു. ഏറ്റവും മുതിർന്ന പൂർവ്വവിദ്യാർത്ഥി ഡോ. മൊഹിദ്ദീൻ കുഞ്ഞുലബുയെ (കുന്നിക്കോട്) സ്പീക്കർ പൊന്നാട ചാർത്തി ആദരിച്ചു.

23-ാം തീയതി 2 മണിക്ക് സംഘടനയുടെ പൊതുയോഗത്തിൽ ജനറൽ സെക്രട്ടറി ഡോ. കെ. ജ്യോതിലാൽ റിപ്പോർട്ടും, ട്രഷറർ ഡോ. സി.ഡി. ലീന കണക്കും അവതരിപ്പിച്ചു. ഡോ.പി.കെ. മോഹൻലാൽ, ഡോ. ആർ. മുരളീധരൻ, ഡോ. കെ.വി. ബൈജു, ഡോ. ഹരീന്ദ്രൻ നായർ, ഡോ. ജോബ് തോമസ്, ഡോ. റാം മോഹൻ, ഡോ. ചന്ദ്രചൂഡൻ, ഡോ. ഡി. ജയൻ തുടങ്ങിയവർ ചർച്ചയിൽ പങ്കെടുത്തു സംസാരിച്ചു. ഡോ. ടി.എ. സലീം കൃതജ്ഞത പറഞ്ഞു. പൊതുയോഗം ഡോ. പി.ശങ്കരൻകുട്ടിയെ പ്രസിഡന്റായും, ഡോ.കെ. ജ്യോതിലാലിനെ ജനറൽ സെക്രട്ടറിയായും, ഡോ. പി. എസ്. ശ്യാമളാകുമാരിയെ വൈസ് പ്രസിഡന്റായും, ഡോ. സി.ഡി. ലീനയെ ട്രഷററായും, ഡോ. ടി.എ.സലീം, ഡോ. വി.ജി. ഉദയകുമാർ, ഡോ.സി. രഘുനാഥൻ നായർ എന്നിവരെ സെക്രട്ടറിമാരായും തിരഞ്ഞെടുത്തു. ആകെ 27 പേർ അടങ്ങുന്ന എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മിറ്റി ചുമതലയേറ്റു. ആഡിറ്റർമാർ: ഡോ. എ.പി. ശ്രീകുമാർ, ഡോ. പി. ആനന്ദ്. ●



## എസ് എൻ എ ഔഷധശാല || ചികിത്സകന് സഹായിയും വഴികാട്ടിയും ||

95 വർഷത്തെ  
സേവനപാരമ്പര്യം

### ഞങ്ങളുടെ സേവനങ്ങൾ

- + ഡോക്ടർമാർക്ക് പ്രത്യേക സ്കീമുകൾ.
- + മരുന്നുകൾ കമ്പനിയിൽ നിന്നും നേരിട്ട് സപ്ലൈ ചെയ്യുന്നതിനാൽ എപ്പോഴും പുതിയ സ്റ്റോക്കുകൾ ലഭിക്കുന്നു.
- + ഡോക്ടർമാരുടെ ക്ലിനിക്കുകൾ പ്രമോട്ട് ചെയ്ത് കൊടുക്കുന്നു.
- + ഡോക്ടർമാർക്ക് വിദഗ്ധ ചികിത്സക്കാവശ്യമായ നിരവധി ക്ലാസിക്കൽ യോഗങ്ങൾ ഞങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു.
- + കൃത്യമായ സേവനവും ഉന്നത ഗുണനിലവാരവും ഉറപ്പ് നൽകുന്നു.
- + ചികിത്സാസംബന്ധമായ സംശയങ്ങൾക്ക് മറുപടി നൽകുന്നു.
- + ആയുർവേദ ചർച്ചാ സദസ്സുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു.



### അഷ്ടവൈദ്യൻ തൃശ്ശൂർ തൈക്കാട്ട് മുസ്സ്



Since 1920

**എസ് എൻ എ** ഔഷധശാല പ്രൈവറ്റ് ലിമിറ്റഡ്  
ആയുർവേദ നഴ്സിങ് ഹോം

മുസ്പെറ്റ് റോഡ്, കിഴക്കേകോട്ട, തൃശ്ശൂർ-5 Tel: 0487- 2420948, 2441947  
mail@thaikatmooss.com | www.thaikatmooss.com | www.moossayurveda.com

**എ.എം.എ.ഐ. മലപ്പുറം ജില്ലാ വാർത്തകൾ**

**ജില്ലാതല സെമിനാർ**

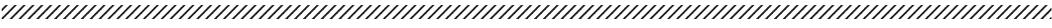
മലപ്പുറം ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെ ജില്ലാതല സെമിനാർ കോട്ടക്കൽ വ്യാഭാരഭവനിൽ വെച്ച് നടന്നു. ഡോ. എസ്. ഗോപകുമാർ (തിരുവനന്തപുരം ആയുർവ്വേദ കോളേജ്) Vascular Endothelial dysfunction & atherosclerosis in ayurveda എന്ന വിഷയത്തിൽ ക്ലാസെടുത്തു.

**പെരിന്തൽമണ്ണ സി.എം.ഇ.**

പെരിന്തൽമണ്ണ റീച്ചിൽ വെച്ച് നടന്ന സി.എം.ഇ ക്ലാസിൽ Ayurveda integrated multy disciplinary approach for disability rehabilitation എന്ന വിഷയത്തിൽ ഡോ. സി.വി. ജയദേവൻ, ഡോ. രാജേഷ് എൻ. ആർ.ജെ. ധനേഷ്കുമാർ എന്നിവർ ക്ലാസെടുത്തു.

**റൂറൽ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്**

നിർധനരായ രോഗികൾക്ക് സാന്ത്വനമേകുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ എ.എം.എ.ഐ. വളാഞ്ചേരി ഏരിയയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഇരിമ്പിളിയത്ത് വെച്ച് റൂറൽമെഡിക്കൽ ക്യാമ്പും സൗജന്യ മരുന്നുവിതരണവും നടത്തി. ഡോ. നൗഫൽ റഹ്മാൻ, ഡോ. ലമീസ പർവ്വീൻ, ഡോ. സുനിത തുടങ്ങിയവർ നേതൃത്വം നൽകി.



**മലപ്പുറം ജില്ലയിൽ ഇഫ്ത്താർ മീറ്റുകൾ കൂടുംബ സംഗമങ്ങളായി**



റംസാൻ മാസത്തിൽ ജില്ലയിലെ പൊന്നാനിയിലും വളാഞ്ചേരിയിലും ഇഫ്ത്താർ മീറ്റുകൾ നടത്തി. ഇഫ്ത്താർ മീറ്റുകൾ അംഗങ്ങൾക്ക് സംഘടനയുമായുള്ള ബന്ധം കൂട്ടി യോജിപ്പിക്കുന്ന കൂടുംബസംഗമങ്ങളായി മാറി. ഇതിനോടനുബന്ധിച്ച് പൊന്നാനിയിൽ യോഗ വിചാരം ക്ലാസുകൾക്ക് ഡോ. ജിതേഷ് നമ്പൂതിരിയും (ആര്യ വൈദ്യശാല കോട്ടക്കൽ), വളാഞ്ചേരിയിൽ യോഗവിചാരം ക്ലാസുകൾക്ക് ഡോ. എൻ. മനോജ്കുമാറും (ആയുർവേദ കോളേജ് കോട്ടക്കൽ) നേതൃത്വം നൽകി.

**ലഹരിവിരുദ്ധ ദിനാചരണം മാധ്യമ ശ്രദ്ധ നേടി**

മലപ്പുറം ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെ ലഹരിവിരുദ്ധ ദിനാചരണം പൊന്നാനി ഏരിയയുമായി സഹകരിച്ച് നടത്തി. സി.സി.ഐ.എം എക്സിക്യൂട്ടീവ് അംഗം ഡോ. വി.ജി ഉദയകുമാർ ഉദ്ഘാടനവും ലഹരി വിരുദ്ധ സന്ദേശവും നൽകി. മാധ്യമ ശ്രദ്ധ നേടിയ പരിപാടിയിൽ സംസ്ഥാന പ്രഷറർ ഡോ. സി.എച്ച്. മൻസൂറലി ഗുരുക്കൾ, ജില്ലാ പ്രസിഡന്റ് ഡോ. പി.കെ ബീന റോസ്, ജില്ലാ സെക്രട്ടറി ഡോ. സി.എച്ച്. അൻസാറലി ഗുരുക്കൾ, പൊന്നാനി ഏരിയ പ്രസിഡന്റ് ഡോ. ഹബീബുള്ള, സെക്രട്ടറി ഡോ. വിജീഷ് തുടങ്ങിയവർ സംസാരിച്ചു.

**മഴക്കാല രോഗപ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ജില്ലയിൽ തുടരുന്നു.**

മഴക്കാല രോഗങ്ങളെയും പകർച്ച വ്യാധികളെയും പ്രതിരോധിക്കുന്നതിന് ഭാരതീയ ചികിത്സാ വകുപ്പുമായി സഹകരിച്ച് വിവിധ ഏരിയകളിൽ ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസുകളും പോസ്റ്ററുകൾ വിതരണവും നടത്തിവരുന്നു.



## Control cough effectively with a cough syrup rich in honey...



# Koflet<sup>®</sup> (SYRUP)

## The cough reliever

- **In productive cough**
  - Reduces viscosity of bronchial secretions and helps in expectoration
  - Exhibits mucolytic and expectorant properties
- **In nonproductive cough**
  - Reduces mucosal irritation in the respiratory tract
  - Exhibits anti-allergic and demulcent actions



**No sedation/addiction/constipation/drying of respiratory secretions**

### Indications

- Cough associated with acute & chronic upper & lower respiratory tract infections
- Cough associated with COPD
- Smoker's cough

### Dosage

**Children:** 1 teaspoonful three to four times daily.  
**Adults:** 1 to 2 teaspoonfuls three to four times daily.



**Koflet** – The cough reliever



© Regd. Trademark

## മലപ്പുറം ജില്ലയിൽ 100ൽ പരം കേന്ദ്രങ്ങളിൽ ലോകയോഗദിനാചരണം സംഘടിപ്പിച്ചു



അന്താരാഷ്ട്ര യോഗ ദിനത്തിൽ ഭാരതീയ ചികിത്സാ വകുപ്പുമുഖ്യം വിവിധ സംഘടനകളുമായും സഹകരിച്ച് എ.എം.എ.ഐ യുടെ നേതൃത്വത്തിൽ 100 ൽപരം കേന്ദ്രങ്ങളിൽ യോഗദിനാചരണം സംഘടിപ്പിച്ചു. ഏരിയ ഭാരവാഹികളും ജില്ലാ ഭാരവാഹികളും നേതൃത്വം നൽകി. പെരിന്തൽമണ്ണയിൽ പ്രത്യേക സി.ഡി യും പുറത്തിറക്കി.

### പ്രതീക്ഷാഭവനിലേക്ക് വസ്ത്രങ്ങൾ കൈമാറി.



മലപ്പുറം ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെ ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഭാഗമായി തവനൂർ പ്രതീക്ഷാഭവനിലെ അന്തേവാസികൾക്ക് വസ്ത്രങ്ങൾ കൈമാറി. ജില്ലാ സെക്രട്ടറി ഡോ. സി.എച്ച് അൻസാറലി ഗുരുക്കൾ, ഡോ. മുഹമ്മദ് ഇസ്ഹാഖ്, ഡോ. യൂനസ് അലി തുടങ്ങിയവർ സംബന്ധിച്ചു.

### എ.എം.എ.ഐ. ഇടുകി ജില്ലാ വാർത്തകൾ

ആയുർവ്വേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ ഇടുകി ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ നടന്നുവരുന്ന വനിത ക്ലിനിക് പരിശീലന പരിപാടി 2016 ജൂൺ 5 ഞായറാഴ്ച നാകപ്പുഴ വെമ്പിള്ളി ആയുർവ്വേദ ഹോസ്പിറ്റലിൽവെച്ച് നടന്നു. വനിതാ ക്ലിനിക് ടീം ലീഡർ ഡോ. മഞ്ജു അദ്ധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. തൊടുപുഴ ഏരിയാ സെക്രട്ടറി ഡോ. സുഹൽ പയസ് സാഗതം പറഞ്ഞു. സി.എം.ഇ. കോർഡിനേറ്റർ ഡോ. മാത്യൂസ് വെമ്പിള്ളി മുഖ്യപ്രഭാഷണവും ജില്ലാ സെക്രട്ടറി ഡോ. എം.എസ്. നൗഷാദ്, ഡോ. സി.കെ. ഷൈജ എന്നിവർ ആശംസാ പ്രസംഗവും നിർവ്വഹിച്ചു. തുടർന്ന് Clinical Examinations and Gynaecological Local Procedures എന്ന വിഷയത്തിൽ കോതമംഗലം നങ്ങേലിൽ ആയുർവ്വേദ കോളേജ് പ്രസൂതിതന്ത്രം & സ്ത്രീരോഗ വിഭാഗം അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ ഡോ. മഞ്ജു ജോസഫ് പരിശീലന പരിപാടിക്ക് നേതൃത്വം നൽകി. ഡോ. സുജ സെബാസ്റ്റ്യൻ നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തി.



## എറണാകുളം വനിതാ ക്ലിനിക് - കൺസോർഷ്യത്തിന്റെ പത്രപരമ്പര



### സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യം ആയുർവേദത്തിലൂടെ....

സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിനായി  
ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ  
ഓഫ് ഇന്ത്യയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ  
എറണാകുളം ജില്ലയിൽ "വനിതാ ക്ലിനിക്കുകൾ"  
പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ചിരിക്കുന്നു.

**ആർത്തവ പ്രശ്നങ്ങൾ**

ആർത്തവം ഇല്ലായ്മ  
ക്രമം തെറ്റിയ ആർത്തവം  
അമിത രക്തസ്രാവം, ആർത്തവ വിരാമം

**ഗർഭാശയ രോഗങ്ങൾ**

ഗർഭാശയ മുഴുകൾ (Fibroid)  
വന്ധ്യത തുടർച്ചയായുള്ള ഗർഭം അലസൽ  
PCOD, അമിത വണ്ണം, വെള്ളപ്പോക്ക്

**സ്പെഷ്യാലിറ്റി/പ്രത്യേകത**

ഗർഭിണി പരിചരണം  
പ്രസവാനന്തര പരിരക്ഷ

**വനിത ക്ലിനിക്കുകൾ**

● **ചൈതന്യആയുർവേദ ക്ലിനിക്ക്**, കെ.എസ്.ഇ. ബി. ഓഫീസിന് സമീപം, വേങ്ങൂർ പി.ഒ., പെരുമ്പാവൂർ, ഫോൺ : 9656769876 ● **ഹാനിബാൾ ആയുർഹോം**, കിടങ്ങൂർ കവല, വേങ്ങൂർ, അങ്കമാലി. ഫോൺ : 9447511919 ● **കോട്ടക്കൽ ആര്യവൈദ്യശാല**, പൈനാടത്ത് ടവർ, റയിൽവേ സ്റ്റേഷൻ ജംഗ്ഷൻ, കറുക്കുറ്റി, ഫോൺ : 04842612737, 9496565950 ● **മിത്ര ആയുർവേദ ക്ലിനിക്ക്**, Nr. വടുതല ഗേറ്റ്, കൊച്ചി - 23, 9946600017, 0484 2400162 ● **നാഗർജ്ജുന ആയുർവ്വേദ**, കൈപ്ര, ശ്രീമൂലനഗരം, ഫോൺ : 9495425488 ● **പുനർജ്ജനി പാരമ്പര്യ ആയുർവേദക്ലിനിക്ക്**, ജഡ്ജ് മുക്ക്, തൃക്കാക്കര. ഫോൺ : 8592071507, 7356481136 ● **സൗഖ്യ ആയുർവേദ**, കോലഞ്ചേരി ടവർ, LF ഹോസ്പിറ്റലിന് സമീപം, അങ്കമാലി. ഫോൺ : 0484 2452515, 7025812101 ● **ശ്രീ വിജയാനന്ദ ഫാർമസി**, SN കോംപ്ലക്സ്, കൊച്ചങ്ങാടി, തിരുവാണിയൂർ. ഫോൺ : 8281097329 ● **തെറ്റയിൽ സജീവീവനി ആയുർവേദ ക്ലിനിക്ക്**, 1<sup>st</sup> Floor, മുനിസിപ്പൽ മാർക്കറ്റ് ഷോപ്പിംഗ് കോംപ്ലക്സ്, കെ.എസ്.ആർ.ടി.സി. സ്റ്റാന്റിന് സമീപം, അങ്കമാലി. ഫോൺ : 9447664723, 8301838723 ● **ഡോ. ശ്രീജ എസ്.എം. സ്വാതി**, Nr. ജർമ്മൻ ഇന്റർനാഷണൽ സ്കൂൾ, മാവേലിപുരം, കാക്കനാട്. ഫോൺ : 9446076464 ● **വേദ കെയർ ആയുർവേദ**, Opp. ഗവൺമെന്റ് ഹോസ്പിറ്റൽ, എ.എം. റോഡ്, പെരുമ്പാവൂർ. ഫോൺ : 9446546431 ● **ഡോ. പാർവതി**, വനിത ക്ലിനിക്ക്, ശ്രീപാദം, കല്ലറ റോഡ്, Nr. കെ.എസ്.ഇ. ബി., എരുർ. ഫോൺ : 9497325689, 9633387360

**വനിത ക്ലിനിക്കുകൾ തുടങ്ങാൻ താല്പര്യമുള്ള സംരംഭകർ ബന്ധപ്പെടുക. ഫോൺ : 9495076195, 9895082997**

**ഡോ. സി.ഒ. ജനാർദ്ദനന്റെ സപ്തതി ആഘോഷിച്ചു**

എറണാകുളം: എ.എം.എ.ഐ.യുടെ മുതിർന്ന അംഗവും പറവൂർ ഏരിയ പ്രസിഡന്റും സംസ്ഥാന കമ്മിറ്റിയംഗവുമായ **ഡോ. സി.ഒ. ജനാർദ്ദനന്റെ** സപ്തതി 2016 ജൂലൈ 3-ന് ആഘോഷിച്ചു. പറവൂരിൽവെച്ചു നടന്ന ചടങ്ങിൽ എ.എം.എ.ഐ. അംഗങ്ങളും ആയുർവേദ സ്നേഹികളും അദ്ദേഹത്തിന്റെ കുടുംബാംഗങ്ങളുമായി 250 ഓളം പേർ പങ്കെടുത്തു. ചടങ്ങിൽ എറണാകുളം ജില്ലാ പ്രസിഡന്റ് **ഡോ. ദേവിദാസ്** വെള്ളോടി അദ്ധ്യക്ഷനായിരുന്നു. സംസ്ഥാന പ്രസിഡന്റ് **ഡോ. ജി. വിനോദ്കുമാർ** അദ്ദേഹത്തെ പൊന്നാടയണിയിച്ച് ആദരിച്ച ചടങ്ങിൽ **ഡോ. ഷിമി ജനാർദ്ദനൻ** സ്വാഗതവാക്യം സിദ്ധിച്ചു. മുൻ സംസ്ഥാന പ്രസിഡന്റ് **ഡോ. അനിൽകുമാർ**, ആപ്ത എഡിറ്റർ **ഡോ. ഡി.ആർ. സാദത്ത്**, **ഡോ. രാജശേഖരൻ**, **ഡോ. സുധികുമാർ**, **ഡോ. വിജയൻ നങ്ങേലി**, **ഡോ. ജി. അനിൽകുമാർ**, **ഡോ. ടോം പി. പോൾ**, **ഡോ. മനോജ്കുമാർ**, **ഡോ. മാധവ് ചന്ദ്രൻ**, **ഡോ. ഷിബു വർഗ്ഗീസ്**, **ഡോ. ബിനോയ്ദാസ്** തുടങ്ങിയവർ സംസാരിച്ചു.