FUTURISTIC AYURVEDA

AMAI

apta

ആപ്ത

ആയുർവേദ മാസിക

Monthly Journal of Ayurveda Medical Association of India

NOVEMBER 2022

Pulcerid

AVN
Since 1930
AVN Ayurveda

A proven & effective medication
for the management
of Acid peptic diseases!

"

Dear Doctor,

Thank you for your trust in AVN.
We believe that by trying
our Product "Pulcerid",
you will get the confidence
to prescribe the same so that
you can serve your patients better.

Please read below
for further information.

"

Indications

Pulcerid is indicated in the following conditions:

- Chronic gastritis
- Gastro-oesophageal Reflux Disease (GERD) Amla pitta
- Gastric Ulcer (parinama shoola)
- Duodenal Ulcer

Dosage

- 2 tablets 3 times a day for 1 month, for management
- 2 tablets 2 times a day for another 1 month
- 2 tablets once a day as a maintenance dose.

"Get RID of acid peptic diseases with pulceRID"

Pulcerid is formulated as a Tablet containing:

Shanka Bhasma

Loha Bhasma

Guduchi

Amalaki

Yashitmadhu

Dhanyaka

Rakta Chadana

Nimba

*Pulcerid does not function as an antacid, it helps in reversing the underlying condition and imbalance in doshas. Hence you cannot expect immediate results.

It is advised that Pulcerid be prescribed along with antacids for immediate symptomatic relief*

Authentic Ayurveda... Modern Approach.

apta
ആപ്ത
ആയുർവേദ മാസിക
Monthly Journal of Ayurveda Medical Association of India

EDITORIAL BOARD

Chief Editor
Dr M M Sanalkumar

Editor in Charge
Dr Vinod Kumar M V
9447 270 848

Managing Editor
Dr Devidas Vellodi
9747 480 903

Printer & Publisher
Dr Rejith Anandan
9447 747 470

Resident Editor
Dr Mushthaque K T
7994 801 525

Members
Dr Leena C D
Dr Ajith Kumar K C
Dr Sadath Dinakar
Dr Sirisooraj P C
Dr Rajesh B
Dr Usha K Puthumana
Dr Deep V C
Dr Ajayaghosh T K
Dr Anish Nooranad
Dr Harin

Layout
MOZACA MEDIA

The Managing Editor
Apta, Ayurveda Bhavan, XVIII/2A
PB No:9, Angamaly-
editor.apta@gmail.com
amai.office@gmail.com
www.ayurveda-amai.org

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

ഉള്ളടക്കം

എഡിറ്റോറിയൽ 04

ജനറൽ സെക്രട്ടറിയുടെ സന്ദേശം 05

ആയുർവേദത്തിന്റെ പുതുവഴികൾ 06
കവർസ്റ്റോറി

കോഴിക്കോട്ടെ ചിരിവൈദ്യർ 14
ഡോ. ദേവീദാസ് വി

Role of essential oils 17
Dr C D Krishnakumar

ഔഷധ നിർണ്ണയത്തിനു മുമ്പ് 19
സംവാദം

Kalyanaka Ghrita – A promising Formulation against chemo and radiotoxicty 29
Dr Gopikrishna S, Dr. Megha KS

സംസ്ഥാന കമ്മറ്റി വാർത്തകൾ 35

നേത്ര ക്രിയാകൽപ മാഹാത്മ്യം 37
ഡോ. വിശാഖ് എം.ഡി

സംഘടന : ജില്ലാ വാർത്തകൾ 41

ആയുർവേദത്തിന്റെ സമഗ്രവീക്ഷണം 46
(പുസ്തക പരിചയം)
ഡോ പി ആർ സുകുമാരൻ നായർ

Nov 2022 I Vol 10 I Issue 11

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

ഭാവിയിലേക്ക് ഒരു ദിശാസൂചി

ഒക്ടോബറിനു മുമ്പുള്ള രണ്ടു ലക്കങ്ങളിലായി ആപ്ത കൈകാര്യം ചെയ്തത് ഭൂതകാല സംബന്ധിയായ കാര്യങ്ങളായിരുന്നു. സംഘടനാ ചരിത്രവും പൂർവകാല അധ്യാപക ജീവിതങ്ങളും. ഒക്ടോബറിൽ ദേശീയ ആയുർവേദ ദിനവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി എന്നും എവിടെയും ആയുർവേദം എന്ന ആശയത്തെ വിപുലീകരിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ചില കുറിപ്പുകൾ വന്നു. അതൊരു വർത്തമാനകാല വിഷയമായിരുന്നു.

നവമ്പർ ലക്കം പുതിയൊരു മേഖല അവതരിപ്പിക്കുന്നു: ഭാവിയിലെ ആയുർവേദം, Futuristic Ayurveda. പുതിയ തലമുറയ്ക്കും പുതിയ ആശയങ്ങൾക്കുമായി ആപ്ത താളുകൾ മാറ്റിവെക്കുന്നു. സമകാലീന വൈജ്ഞാനിക സാങ്കേതിക നിലവാരത്തിലേക്ക് ആയുർവേദത്തിന്റെ പ്രയോഗങ്ങളെ പരിഭാഷപ്പെടുത്തുവാൻ തയ്യാറാകുന്ന പുതുതലമുറയെ പരിചയപ്പെടുത്തുവാനുള്ള ഒരു ശ്രമം. പരിമിതികളെ സാധ്യതകളാക്കി മാറ്റുവാനുള്ള നിശ്ചയദാർഢ്യങ്ങളുടെ ചിത്രണം. നിശ്ചലമെന്നോ മുരടിച്ചതെന്നോ തോന്നിക്കുന്ന ചില മേഖലകളിലേക്കു വെളിച്ചമെത്തിച്ചതിന്റെ അനുഭവങ്ങൾ. ഉണ്ടെന്നറിയാമായിരുന്നിട്ടും തൊട്ടുനോക്കാൻ നാം മടിച്ചുനിന്ന ചിലവയെ സ്പർശിച്ചതിന്റെ ആവേശങ്ങൾ. ഭാവിയിൽ ആയുർവേദം നടന്നു നീങ്ങാവുന്ന ചില വഴികൾ.

നിലവിൽ പ്രചാരത്തിലുള്ള മുഖ്യധാരാപ്രയോഗങ്ങളെ ഏതെങ്കിലും നിലയ്ക്ക് വിലകുറച്ചു കാണുവാനുള്ള ശ്രമമല്ല ഇത്. പുതുവഴികളെ രേഖപ്പെടുത്താനുള്ള ശ്രമം മാത്രം. ഇത് ഒരു ലക്കത്തിൽ ഒതുക്കാവുന്ന ഒന്നുമല്ല. തെരഞ്ഞെടുപ്പുകളിലോ മുൻഗണനകളിലോ കടന്നുകൂടിയേക്കാവുന്ന അപാകതകളെ ഈ ഉദ്യമത്തിന്റെ പരിമിതി മാത്രമായി കാണുവാൻ അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

സ്കൂൾ പാഠ്യപദ്ധതിയെക്കുറിച്ചുള്ള നയരൂപീകരണങ്ങൾ നടക്കുന്ന സന്ദർഭമാണിത്. അതിൽ നാം ഇടപെടേണ്ടുന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ചർച്ച ഈ ലക്കത്തിൽ ജനറൽ സെക്രട്ടറി തുടങ്ങിവെക്കുന്നു. അടുത്ത ലക്കങ്ങളിൽ തുടരേണ്ടുന്ന ഒന്നാണത്.

ഗവേഷണ പേജ് ഇത്തവണ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു.
സുപ്രധാനസംഘടനാ വാർത്തകളും.
അഭിപ്രായനിർദ്ദേശങ്ങൾ ക്ഷണിച്ചുകൊള്ളുന്നു.

Editor - In - Charge
editor.apta@gmail,com

കവർ ചിത്രം
പ്രമേയം; ഭാവിയിലെ ആയുർവേദം (Futuristic ayurveda)
ആപ്തയിലേക്ക് ലേഖനം അയക്കാൻ താത്പര്യപ്പെടുന്നവർ MS Word 12 ടെക്സ്ററ് സൈസിൽ കഴിവതും രണ്ട് പേജിൽ കൂടാത്ത ലേഖനങ്ങൾ editor.apta@gmail.com എന്ന മെയിൽ ഐഡിയിൽ അയക്കുക. ആപ്തയെക്കുറിച്ചുള്ള അഭിപ്രായങ്ങൾ, നിർദ്ദേശങ്ങൾ, വിമർശനങ്ങൾ എന്നിവ ഈ ക്യൂ ആർ കോഡ് സ്കാൻ ചെയ്താൽ ലഭിക്കുന്ന ഫീഡ്ബാക്ക് ഫോമിൽ രേഖപ്പെടുത്തുക.

ജനറൽ സെക്രട്ടറിയുടെ
സന്ദേശം

സ്കൂൾ പാഠ്യപദ്ധതി ആയുർവേദസഹിതമാവണം

കേരളത്തിന്റെ സ്കൂൾ പാഠ്യപദ്ധതി സമഗ്രമായി പരിഷ്കരിക്കുന്നതിനുള്ള നടപടികളുമായി വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പ് മുന്നോട്ടു പോവുകയാണ്. ഉള്ളടക്കത്തിലും ബോധനരീതിയിലും മൂല്യ നിർണ്ണയത്തിലും കാലത്തിനൊപ്പം നടക്കാനുള്ള ശ്രമമാണ് നടക്കുന്നത്. ഒരു ചികിത്സാ പദ്ധതി എന്നതിനലുപരി ആയുർവേദം സമഗ്രമായ ഒരു ജീവിത പദ്ധതിയാണ്. നമ്മുടെ നാട്ടിലെ ജനങ്ങൾ അറിഞ്ഞോ അറിയാതെയോ ഈ ജീവിതരീതി പിന്തുടരുന്നു. ഈ ദേശത്തിന്റെ ഭൂമിശാസ്ത്രപരവും സാംസ്കാരികവും നരവംശശാസ്ത്രപരവുമായ മനുഷ്യാനുഭവങ്ങളെ ഉൾച്ചേർക്കുവാൻ തദ്ദേശീയവൈദ്യശാസ്ത്രത്തിനു കഴിയുന്നു എന്നതാണ് ഇതിനു കാരണം. എന്നാൽ അത് പഠിക്കാനോ പരിചയപ്പെടുത്താനോ സാമ്പ്രദായികവിദ്യാഭ്യാസ ക്രമത്തിൽ അവസരങ്ങൾ വളരെ പരിമിതമാണ്. അതിനാൽ പറഞ്ഞു കേട്ട അറിവുകളേയും വ്യാജ അവകാശവാദങ്ങളെയും അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തി അസംബന്ധ ധാരണകളും ഈ രംഗത്ത് ഉണ്ടാകുന്നു. ശരിയായ അറിവ് പകർന്ന് കൊടുക്കുക എന്നുള്ളത് മാത്രമാണ് ഇതിന് പരിഹാരം.

ദേശാതിർത്തികൾ ഭേദിച്ചു വരുന്ന സാക്രമികരോഗങ്ങളും ജീവിത ശൈലീജന്യരോഗങ്ങളും കാലാവസ്ഥാവ്യതിയാനജന്യ രോഗങ്ങളും അപകടകരമായി വർധിക്കുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ അതിന്റെ പ്രതിരോധത്തിന് ഏറ്റവും മികച്ചത് നല്ല ആരോഗ്യ ശീലങ്ങളാണ്. ലോകം തന്നെ ഏകാരോഗ്യം (one health) എന്ന ആരോഗ്യ ചിന്തയിൽ കൂടിയാണ് കടന്നു പോകുന്നത്. ഇത്തരം സാമൂഹിക ആരോഗ്യ ചിന്തകൾക്ക് സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസ കാലത്ത് തന്നെ അടിത്തറയൊരുക്കുക എന്നത് പ്രധാനമാണ്. ഇത്തരം വിഷയങ്ങളെ സമഗ്രമായി പ്രതിപാദിക്കുന്ന വൈദ്യശാഖയാണ് ആയുർവേദം. വിദ്യാർത്ഥികളുടെ അറിവുകളുടെ നവീകരണം എന്ന നിലയിൽ ആയുർവേദത്തെ അവതരിപ്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ വളരെ ലളിതവും സുഗ്രാഹ്യവും ആയിരിക്കും അത്. ആയുർവേദത്തിന്റെ അറിവുകൾ പ്രകൃതിപഠനം പരിസ്ഥിതിപഠനം പ്രാദേശികചരിത്രപഠനം ജീവശാസ്ത്രം കായിക ആരോഗ്യ പഠനം എന്നീ വിഷയങ്ങൾ മുതൽ ഭാഷാ പഠനത്തിൽ വരെ എളുപ്പം സന്നിവേശിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. പരമ്പരാഗത അറിവുകളുടെ ക്രോഡീകരണം പ്രകൃതി നിരീക്ഷണം സസ്യവിജ്ഞാനം ചരിത്ര സാമൂഹ്യബോധം ഗാർഹികപ്രവർത്തനങ്ങളുടെ നിരീക്ഷണവും ഇടപെടലും തുടങ്ങി ഒട്ടേറെ പഠനാനുബന്ധ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് വാതിൽ തുറന്നിടാൻ സാധിക്കും. ഇപ്പോൾ തന്നെ ശാസ്ത്രമേളകളിലെ സമ്മാനാർഹമായ ചില പ്രൊജക്ടുകളിൽ ആയുർവേദത്തിന്റെ സഹായം വിദ്യാർത്ഥികൾ തേടിയിട്ടുണ്ട്.

പങ്കാളിത്തപഠനം വിജ്ഞാനനിർമ്മാണം പ്രക്രിയാപഠനം എന്നിവയുമായി ഇഴചേർക്കാനുള്ള ഉള്ളടക്കങ്ങൾ ആയുർവേദത്തെ ഉൾപ്പെടുത്തി ലഭ്യമാക്കാൻ കഴിയും .

തദ്ദേശീയമായ അറിവുകൾ സന്നിവേശിപ്പിച്ചു കൊണ്ട്പഠന ക്രമത്തെ മാറ്റാനുള്ള വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ആയുർവേദത്തെ കുടി ഉൾപ്പെടുത്താൻ ഉള്ള ശ്രമമുണ്ടാകണം. വിദ്യാഭ്യാസവകുപ്പ് സംഘടിപ്പിക്കുന്ന ചർച്ചാവേദികളിൽ സജീവമായി പങ്കെടുത്തു കൊണ്ട് ഈ ആശയം അവതരിപ്പിക്കുവാൻ നാമോരോരുത്തരും തയ്യാറാവേണ്ടതുണ്ട്.

ആയുർവേദത്തിന്റെ പുതുവഴികൾ

ആയുർവേദത്തിന്റെ പുതുവഴികളെക്കുറിച്ച് ആപ്ത ഒരു അന്വേഷണം ആരംഭിക്കുന്നു. പുതിയ കാലത്തിന്റെ ആശയങ്ങളും ആവശ്യങ്ങളും ആവേശങ്ങളും ആയുർവേദത്തിന്റെ ഭൗതികപ്രകൃതത്തിലേക്ക് എത്രത്തോളം സന്നിവേശിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട് എന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള അന്വേഷണം. എ.ഡി. ആറാം നൂറ്റാണ്ടിൽ വാഗ്ഭടൻ ആശയരൂപത്തിൽ അവതരിപ്പിക്കുകയും ഇരുപതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ തുടക്കത്തിൽ പി.എസ് വാരിയരെപ്പോലുള്ളവർ പ്രാവർത്തികമാക്കിയതുമായ യുഗാനുരൂപ സന്ദർഭത്തിന്റെ സമകാലീനാവസ്ഥയെ രേഖപ്പെടുത്താനുള്ള ശ്രമം. കേരളത്തിൽ പത്തൊമ്പതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ സമാപനകാലവും ഇരുപതാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ പ്രാരംഭകാലവും ഒരു ചരിത്രസന്ധിയായിരുന്നതുപോലെ ഇക്കാലം മറ്റൊരു ചരിത്രസന്ധിയാണ്, പ്രത്യേകിച്ച് വൈജ്ഞാനികരംഗത്ത്. സാമ്പ്രദായികവും ഒട്ടൊക്കെ ആചാരബദ്ധവുമായ പ്രയോഗരീതികളിൽ നിന്ന് വഴിമാറി നടക്കാനും മുൻ മാതൃകകളെ അന്ധമായി അനുസരിക്കുന്ന വിധേയഭാവം വെടിയാനും സന്നദ്ധരാണ് നമ്മുടെ പുതിയ തലമുറ. പരമ്പരാഗതവിജ്ഞാനങ്ങളെ ആധുനികരൂപത്തിൽ സങ്കല്പിക്കുവാൻ അവർക്കാവുന്നുണ്ട്. കാലത്തിന്റെ വെല്ലുവിളികളെ ഏറ്റെടുക്കുവാനുള്ള സമരശേഷിയും സംരംഭകശേഷിയും പലർക്കുമുണ്ട്. അത് മറ്റുള്ളവർക്ക് മാതൃകയാകേണ്ടതാണ്. ആ നിലയ്ക്ക് മുന്നേറാൻ സാധിക്കുന്ന ഇരുപതോളം മേഖലകളെയും അവയെ പ്രതിനിധീകരിക്കുന്ന ചില യുവസംരംഭകരെയും പരിചയപ്പെടുത്തുകയാണ് ഇവിടെ ചെയ്യുന്നത്.

പല സംരംഭങ്ങളും ആയുർവേദത്തിന്റെ സഹജസ്വഭാവങ്ങളെ അതേപടി നിലനിർത്തുമ്പോൾ മറ്റു പലതും നാളിതുവരെ ആയുർവേദ സമൂഹം പ്രയോജനപ്പെടുത്താതിരുന്ന മേഖലകളെ കണ്ടെത്തി മുന്നേറുന്നു. സാങ്കേതിക വിദ്യയുടെ സന്നിവേശം, വൈദ്യമെന്ന നിലയിലുള്ള പ്രാഥമിക ഉത്തരവാദിത്തത്തിന്റെ നിർവഹണം എന്നീ നിലകളിൽ പലതും ശ്രദ്ധേയമാണ്. ആയുർവേദത്തിന്റെ പ്രയോഗത്തെത്തന്നെയാണ് ഏതു നിലയിലും അവ ബലപ്പെടുത്തുന്നത്. തൊഴിൽ സാധ്യതകളെ വിശാലമാക്കുകയും വിപുലമായ ശ്രേണികളെ താല്പര്യമനുസരിച്ച് തെരഞ്ഞെടുക്കാനുള്ള അവസരമൊരുക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനാൽ ഇന്നത്തെ നിലയിൽ ഇവ വളരെ പ്രസക്തമാണ്. ദേശകാലങ്ങളുടെ അതിർവരമ്പുകളെ ഭേദിക്കുന്നതാണ് പല നൂതനാശയങ്ങളും. അതിനാൽ ഭാവിയുടെ ആയുർവേദത്തെയാണ് ഇവ പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നത്. വൈദ്യപ്രയോഗത്തെ ശരിയായ രീതിയിൽ ബലപ്പെടുത്തുന്ന എന്തും ആയുർവേദത്തിൽ സാധുവാണെന്ന നിലയിൽ അവയെല്ലാം പ്രസക്തവുമാണ്. ശാസ്ത്രത്തിന്റെ തനിമയെയും പാരമ്പര്യത്തെയും ശുദ്ധിയെയും അപകടപ്പെടുത്തുന്ന എന്തൊക്കെയോ ഇവയിലുണ്ട് എന്ന വിമർശനവും ഉയരാറുണ്ട്. കാലത്തിന്റെ സ്പന്ദനങ്ങളെ അവഗണിക്കുക വഴിയല്ല ആയുർവേദം നിലനിന്നുപോന്നിട്ടുള്ളത് എന്നതുമാത്രമാണ് അതിനുള്ള മറുപടി.

ആയുർവേദത്തിന്റെ പുതുവഴികൾ എന്ന നിലയിൽ വിഭിന്ന മേഖലകളിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന പുതുതലമുറയിൽപ്പെട്ട ചില ഡോക്ടർമാരെ പ്രാതിനിധ്യസ്വഭാവത്തോടെ ഇവിടെ അവതരിപ്പിക്കുന്നു. അവരുടെ സവിശേഷമേഖലയിലേക്ക് എത്തിപ്പെടാനുണ്ടായ പ്രചോദനം, നിലവിലെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ, പ്രതീക്ഷകൾ, പുതുതലമുറയോടുള്ള അവരുടെ സന്ദേശം എന്നിവയാണ് ചുരുക്കി അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. അടുത്ത ലക്കത്തിൽ പൂർത്തിയാകും.

സമ്പാദനം: മാഗസിൻ കമ്മറ്റി, വി.പി.എസ്.വി ആയുർവേദ കോളെജ്, കോട്ടയ്ക്കൽ.
ഏകോപനം: ആപ്ത എഡിറ്റോറിയൽ ടീം.

മൃഗായുർവേദത്തിന്റെ ക്ഷീരകാർഷികസംരംഭങ്ങൾക്ക് ശുഭാരംഭം

ഡോ. സനൽകുമാർ എം.എം
പ്രസിഡന്റ്, കേരള ആയുർവേദ കോ ഓപ്. സൊസൈറ്റി, കോഴിക്കോട്,
മെമ്പർ, കേരള സ്റ്റേറ്റ് മെഡിസിനൽ പ്ലാന്റ്സ് ബോർഡ്

മിൽമയുമായി സഹകരിച്ചു കൊണ്ട് ക്ഷീരകാർഷികരംഗത്ത് പദ്ധതികൾ നടപ്പിൽ വരുത്തുന്നതിന് നേതൃത്വം നൽകുന്നു.

ആയുർവേദ ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ പ്രതിപാദിക്കുന്നതും എന്നാൽ അധികം ഒന്നും പഠനവിധേയമായിട്ടില്ലാത്തതും ആയ ശാസ്ത്രശാഖയാണ് മൃഗായുർവേദം. ഈ വിഷയത്തിന്റെ സാധ്യതകളെ ക്ഷീരകാർഷിക രംഗത്തേക്ക് വിന്യസിപ്പിക്കുക എന്ന പ്രതീക്ഷാജനകമായ ഉദ്യമത്തിലാണ് മിൽമയുമായി സഹകരിച്ചുകൊണ്ട് കേരള ആയുർവേദ കോർപ്പറേറ്റീവ് സൊസൈറ്റി ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. പാലുൽപാദനം വാണിജ്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ അനുദിനം വളർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന മേഖലയാണെന്ന വസ്തുത വളർത്തുമൃഗങ്ങളുടെ ആരോഗ്യത്തിലേക്കും ഉൽപാദനക്ഷമതയിലേക്കും ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കാൻ കാരണമാകുന്നു. തത്ഫലമായി മൃഗങ്ങൾക്കു മേൽ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ആൻറിബയോട്ടിക് പ്രയോഗം പാലിന്റെ ഗുണമേന്മയെ സാരമായി ബാധിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ വെല്ലുവിളിക്ക് ഒരു പരിഹാരം എന്ന നിലയിലാണ് മിൽമയോടൊപ്പം ചേർന്നുകൊണ്ട് ഏതാണ്ട് രണ്ടു മൂന്നു വർഷം നീണ്ട പഠനങ്ങൾക്ക് തുടക്കമിട്ടതും വളർത്തുമൃഗങ്ങളിലെ എട്ടോളം രോഗങ്ങൾക്കുള്ള ആയുർവേദ ഔഷധങ്ങൾ വികസിപ്പിച്ചു വിതരണം ചെയ്യുന്നതും. മിൽമ മുഖാന്തിരം തന്നെ കേരളത്തിലെ ഒട്ടുമിക്ക ജില്ലകളിലെയും ക്ഷീരകർഷകർക്ക് ഔഷധങ്ങൾ എത്തിച്ചു കൊടുക്കാൻ സാധിച്ചു. കർഷകരിൽ നിന്നും വളരെയധികം പ്രതീക്ഷാജനകമായ പ്രതികരണങ്ങളാണ് കിട്ടിയത്. ലോകാരോഗ്യ സംഘടന മുന്നോട്ടുവയ്ക്കുന്ന "One Health " എന്ന ആശയത്തിൽ ഊന്നി നിന്നുകൊണ്ട് ആയുർവേദത്തിന്റെ പുതുസാധ്യതകൾ വിവിധ ശാസ്ത്ര ശാഖകളുമായി സംയോജിപ്പിച്ച് പഠനവിധേയമാക്കപ്പെടണം, എന്ന കാഴ്ചപ്പാടിന്റെ പ്രായോഗിക രൂപത്തെയാണ് ലക്ഷ്യത്തിലെത്തിക്കാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുള്ളത്. ജനങ്ങളെ ശാസ്ത്രവുമായി ബന്ധിപ്പിച്ച് നിർത്തുന്നതിനും പുതുതലമുറയ്ക്ക് മുൻപിൽ അവസരങ്ങൾ തുറക്കുന്നതിനും ഇത്തരം സംരംഭങ്ങൾ ഫലവത്തായിരിക്കും എന്നതിൽ സംശയമില്ല.

AMAI മൊബൈൽ ആപ്പ്

ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യയുടെ അംഗങ്ങൾക്ക് വിവിധ സേവനങ്ങൾ നല്കുന്നതിനായി ഒരു മൊബൈൽ ആപ്പ് സജ്ജമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. പ്ലേ സ്റ്റോറിൽ നിന്നും ഡൗൺലോഡ് ചെയ്യുന്നതിന് ക്യൂ.ആർകോഡ് സ്കാൻ ചെയ്യുക.

പുതിയ മെമ്പർഷിപ്പും ആശ്വാസ് പ്ലസ് പോളിസിയും എടുക്കുക, മെമ്പർഷിപ്പും ആശ്വാസ് പ്ലസും പുതുക്കുക, വിവിധ ക്ലാസുകളെ പറ്റിയുള്ള അറിയിപ്പുകൾ ലഭിക്കുക, ക്ലാസുകളുടെ റെക്കോർഡിംഗ് ലഭിക്കുക തുടങ്ങിയ അനേകം സേവനങ്ങൾ ഇതിലൂടെ ലഭിക്കും.

പരിമിതികളെ മറികടക്കുക എന്നത് വലിയ ഒരു സാധ്യതയാണ്

ഡോ. രശ്മി പ്രമോദ്, BAMS
സി.ഇ.ഒ, ജീവനീയം ആയുർവേദ ഹോസ്പിറ്റൽ, എറണാകുളം

അന്ധത എന്ന പരിമിതിയെ ഭേദിച്ചുകൊണ്ട് മറ്റുള്ളവർക്കു കൈത്താങ്ങായും പ്രകാശമായും മാറിയ ഒരു സ്ഥാപനം കെട്ടിപ്പടുത്തുകൊണ്ട് ജീവിതം തന്നെ സന്ദേശമാക്കി മാറ്റി.

2002 ൽ കോട്ടക്കൽ കോളേജിൽ നിന്ന് പഠനം പൂർത്തിയാക്കിയിറങ്ങിയ ശേഷം 2004 ലാണ് കാഴ്ച നഷ്ടപ്പെടുന്നത്. 2009 ൽ ജീവനീയം എന്ന സംരംഭം ചെറിയരീതിയിൽ ആരംഭിച്ചു. പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ പഞ്ചനക്ഷത്ര ഹോട്ടലുകൾ, ആയുർവേദ റെസ്റ്റോറന്റുകൾ വെൽനസ് ഇൻഡസ്ട്രീസ് എന്നിവയുമായി ചേർന്ന് സേവനങ്ങൾ നൽകി വന്നു. 2014 ൽ എറണാകുളത്ത് ഹെഡ് ഓഫീസ് തുറന്നു. സാമ്പത്തിക ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ, മാർക്കറ്റിംഗ് നിയന്ത്രണങ്ങൾ എന്നിവ ആരംഭഘട്ടത്തിൽ തടസ്സമായെങ്കിലും ഭർത്താവിന്റെ പിൻതുണയോടുകൂടി തീവ്രപ്രയത്നത്താൽ അവയെ അതിജീവിച്ചു.

ശാരീരിക വൈകല്യങ്ങളെ തരണം ചെയ്തു മുൻപോട്ടു പോയ വ്യക്തി എന്ന നിലയിൽ differently abled ആയ ആളുകൾക്ക് NGO വഴിയും വ്യക്തിപരമായും പിന്നീട് പല സഹായങ്ങളും ചെയ്തു വന്നു. Physical challenge നെക്കാൾ എത്രയോ മടങ്ങ് കൈത്താങ്ങു വേണ്ടുന്ന ഒന്നാണ് emotional challenge എന്ന തിരിച്ചറിവ് neuro-developmental disorders ൽ ഊന്നി പ്രവർത്തിക്കാനും ആയുർവേദത്തിന് അതിൽ നൽകാനാകുന്ന സംഭാവനകൾ കണ്ടെത്തുവാനും അതിലൂടെ പുതിയ പാഠങ്ങൾ പഠിക്കുവാനും സാധിച്ചു.

Autism, Learning disability, ADHD management എന്നീ മേഖലകളിൽ കോട്ടക്കൽ കോളേജിലെ ഡോ. ദിനേശ് കെ. എസിന്റെ മേൽനോട്ടത്തിൽ Centre for Disability Studies ഉം കേരള സർക്കാരും ഒന്നിച്ച ഗവേഷണത്തിൽ പങ്കാളിയായി. Sensory integration - occupation - behavioural therapy, clinical yoga, music therapy തുടങ്ങിയവയെല്ലാം ഉൾപ്പെടുത്തി ജീവനീയത്തെ മറ്റൊരു തലത്തിലേക്ക് ഉയർത്തി.

കാഴ്ച ഇല്ലാതെ വൈദ്യവൃത്തി തുടരുവാൻ സാധിക്കില്ല എന്ന് പലരും നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തിയപ്പോഴും കുടുംബത്തിൽ നിന്നും, അന്ധത എന്ന പരിമിതി ഭേദിച്ച് വിവിധ മേഖലകളിൽ വ്യക്തിമുദ്ര പതിപ്പിച്ച വ്യക്തികളിൽ നിന്നുമുള്ള മാർഗ നിർദേശങ്ങളും ഉപദേശങ്ങളും ഈ മേഖലയിൽ തുടരാനും വളരാനുമുള്ള പ്രേരണയായി. ചികിത്സയിലെ ദർശന, സ്പർശന പ്രശ്നങ്ങളിൽ സ്പർശന പ്രശ്നങ്ങളിൽ ഊന്നൽ കൊടുത്ത് പരിമിതികളെ മറികടക്ക ൻ ശ്രമിച്ചു. നമ്മൾ പഠിച്ചിറങ്ങുമ്പോൾ നമ്മുടേതായ അഭിനിവേശങ്ങളും താത്പര്യങ്ങളും സ്വപ്നങ്ങളും ഉണ്ടാകും. അവസാനം വരെ അവയുടെ വീര്യം നശിക്കാതെ അവയിൽ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിച്ച് അചഞ്ചലമായി പ്രവർത്തിച്ചാൽ സ്വപ്നങ്ങൾ യാഥാർത്ഥ്യമാക്കാനാകും.

കവർ പേജ് ഡിസൈൻ ഓഗ്മെന്റഡ് റിയാലിറ്റി സംവിധാനം ഉപയോഗിച്ച് ചിട്ടപ്പെടുത്തിയതാണ്. പേജിൽ കാണുന്ന ക്യു.ആർ കോഡ് ios/android ഫോണിലുള്ള camera, google lense, qr code scanner ഇവയിലേതെങ്കിലും ഉപയോഗിച്ച് സ്കാൻ ചെയ്ത് ഫോൺ സ്ക്രീനിൽ വരുന്ന ലിങ്കിൽ ക്ലിക്ക് ചെയ്താൽ ഓഗ്മെന്റഡ് റിയാലിറ്റി അനുഭവം ആസ്വദിക്കാവുന്നതാണ്.

വിദ്യാർത്ഥി സംരംഭകരേ, ഇതിലേ, ഇതിലേ...

ഡോ.വി.ജി. ഉദയകുമാർ
മെന്റർ, YIP, K-Disc.

പ്രാക്ടീഷണർ, സംഘാടകൻ ആസൂത്രണവിദഗ്ധൻ എന്നീ നിലകളിൽ ശ്രദ്ധേയനായതിനുപുറമേ, കേരള സർക്കാർ വിദ്യാർത്ഥിസംരംഭക സംവിധാനമായ K-Disc മെന്റർ കൂടിയായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

ആയുർവേദ സംരംഭക മേഖലയിൽ കേരളം വലിയ മാറ്റങ്ങളാണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്. അതിനായി Kerala Development and Innovation Strategic Council (K- Disc) Kerala Start-up Mission ന്റെ സഹകരണത്തോടെ ശക്തമായ ഇടപെടലുകൾ ഈ മേഖലയിൽ നടത്തുന്നുണ്ട്. ഇതിന്റെ ഭാഗമായി സ്കൂൾ കോളേജ് തലം മുതൽ തന്നെ സംരംഭകത്വം വളർത്തുന്നതിന് പ്രത്യേക പരിപാടിയായി അവതരിപ്പിച്ച Young Innovation Programme അതിന്റെ രണ്ടാം ഘട്ടത്തിലേക്ക് കടന്നു കഴിഞ്ഞു. അതിൽ ആയുർവേദത്തെ ഒരു പ്രത്യേക മേഖലയായി തന്നെ പരിഗണിച്ച് വേണ്ട പ്രോൽസാഹനം നൽകുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്. പുതിയ ഉല്പന്നങ്ങളും സാങ്കേതിക വിദ്യകളും വികസിപ്പിക്കുന്നതിന് ആവശ്യമായ സാമ്പത്തിക സഹായം, ലാബ് സൗകര്യങ്ങൾ, മെന്റർ സപ്പോർട്ട് എന്നിവയും ആവശ്യാനുസരണം നൽകി വരുന്നു. തിരുവനന്തപുരം ആയുർവേദ കോളേജും കോട്ടക്കൽ ആയുർവേദ കോളേജും മെന്റർ സ്ഥാപനങ്ങളാണ്. എന്നാൽ അതിന് അനുസരിച്ച പ്രതികരണം ഈ മേഖലയിൽ നിന്നും ഉണ്ടാവുന്നില്ല എന്നതാണ് വാസ്തവം. ആയുർവേദത്തിന്റെ പ്രയോഗത്തിൽ വിപ്ലവകരമായ മാറ്റം സൃഷ്ടിക്കുന്ന ആശയങ്ങൾ ഇവിടെ ഉയർന്നു വരുന്നില്ല എന്ന പ്രശ്നവുമുണ്ട്. ആയുർവേദത്തിന്റെ ഒരു പ്രധാന പ്രശ്നം അതിലെ പല ഘടകങ്ങളും ഉപഭോക്തൃസൗഹൃദമല്ല (user friendly) എന്നതാണ്. അവ പരിഹരിക്കുന്നതിനുള്ള ഇടപെടലുകൾ ആയുർവേദത്തിന്റെ സ്വീകാര്യത ഉയർത്തും. കേരള സർക്കാർ ആവിഷ്കരിച്ചിട്ടുള്ള 20 ലക്ഷം തൊഴിൽ പദ്ധതിയിൽ അഭ്യസ്തവിദ്യരായ തൊഴിൽ രഹിതർക്ക് സ്വന്തം വീട്ടിലിരുന്നു തന്നെ തൊഴിൽ ചെയ്യുന്നതിനുള്ള പദ്ധതികൾക്ക് മുൻതൂക്കം നൽകിയിട്ടുണ്ട്. ആയുർവേദ മേഖലയിലെ മനുഷ്യ വിഭവശേഷിയും ഈ രീതിയിൽ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള ചിന്തകൾ ഉണ്ടാകണം. ആയുർവേദവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പൊതു തൊഴിൽ ലഭ്യതയും ഇതിന്റെ ഭാഗമാകണം. അതിന് അത്തരം ആശയങ്ങൾ ഉരുത്തിരിയുന്നതിനും പ്രോൽസാഹിപ്പിക്കപ്പെടുന്നതിനുള്ള അന്തരീക്ഷം കാമ്പസുകളിലുണ്ടാവേണ്ടതുണ്ട്.

ജീവൻ രക്ഷാപ്രവർത്തന പരിശീലകനെന്ന സാധ്യത

ഡോ. രാജേഷ്. എൻ
സീനിയർ മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ,
ഗവ. ആയുർവേദ ആശുപത്രി,
വടകര

ആയുർവേദ മേഖലയിൽ വളരെ സുപ്രധാനമായ സംഭാവനകൾ നൽകുന്നതോടൊപ്പം Basic Life Support Trainer ആയും ANGELS എന്ന ജീവരക്ഷാസംഘടനയുടെ ഭാഗമായും പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

കോഴിക്കോട് ഉള്ള സാമൂഹ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ഭാഗമായാണ് ANGELS (Active Network Group of Emergency Life Savers) എന്ന സംഘടനയിൽ എത്തിയത്. അത്യാഹിതങ്ങൾ സംഭവിക്കുമ്പോൾ കൃത്യമായ അവബോധം ഇല്ലാത്ത രക്ഷാപ്രവർത്തനങ്ങൾ മരണത്തിനും വൈകല്യങ്ങൾക്കും കാരണമാകുന്നുണ്ട്. ഇത്തരം അവസരങ്ങളിൽ, ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് ഏറെ ചെയ്യാനുണ്ടെന്ന അറിവ്,

അത് സംബന്ധിച്ച ശാസ്ത്രീയ അറിവുകൾ പരമാവധി പൊതു ജനങ്ങൾക്ക് പകരുക എന്നതാണ് സംഘടനയുടെ മുഖ്യ ദൗത്യം. ഡോക്ടർമാരും അല്ലാത്തവരും ആയി വിവിധ തലങ്ങളിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നവരുടെ ഒരു കൂട്ടായ്മ ആണ് ഈ സംഘടന. 'ഒരു വീട്ടിൽ ഒരു ബി.എൽ.എസ് പരിശീലനം ലഭിച്ച വ്യക്തി 'എന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടെയാണ് പൊതുജനങ്ങൾക്കും ആരോഗ്യപ്രവർത്തകർക്കും ഉള്ള ക്ലാസുകൾ നടത്തുന്നത്. ബി എൽ എസ്, ചോക്കിങ്ങിലെ രക്ഷാ പ്രവർത്തനങ്ങൾ, അപകട രക്ഷാപ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നിവയാണ് ഈ കോഴ്സിന്റെ ഭാഗമായി പഠിപ്പിക്കുകയും പരിശീലിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത്. ഏത് വൈദ്യ വിഭാഗത്തിൽപെട്ടവർക്കും ഇത് സംബന്ധിച്ച അമേരിക്കൻ ഹാർട്ട് അസോസിയേഷൻ വിവിധ തലങ്ങളിൽ നടത്തുന്ന കോഴ്സുകളിൽ പങ്കെടുത്ത് ജീവൻ രക്ഷാ പരിശീലനം നടത്തുന്ന പരിശീലകർ ആയി മാറുന്നതിനുള്ള അവസരങ്ങളും നമുക്ക് മുമ്പിലുണ്ട്.

FUTURISTIC AYURVEDA

ആയുർവേദത്തിൻറെ ആഗോളസാധ്യതകൾ സ്വാംശീകരിക്കാനായി സ്വയം തയ്യാറെടുക്കുക

ഡോ. നവീൻ ചന്ദ്രൻ വി, എം.ഡി. ആയു.
Chief Medical Officer,
Hecco Technologies Inc.

യു.കെ, യു.എസ്.എ എന്നീ രാജ്യങ്ങൾ കേന്ദ്രീകരിച്ച് ആരോഗ്യസംബന്ധമായ വിവിധ സേവനങ്ങൾ ഓൺലൈൻ ആയി നൽകുന്ന സംഘത്തെ നയിക്കുന്നു.

റഷ്യയിൽ പ്രാക്ടീസ് ചെയ്ത കാലത്തെ അനുഭവങ്ങൾ ആയുർവ്വേദത്തിൻെറ ആഗോളസാധ്യത തിരിച്ചറിയാൻ വലിയ തോതിൽ സഹായിച്ചു. Ayurveda-IT consortium Against Covid-19 എന്ന പേരിൽ ഒരു കൂട്ടായ്മ സുഹൃത്തുമായി ചേർന്നു 2021ൽ സംഘടിപ്പിച്ചു. IIT-madras ബിരുദധാരികളായ സാങ്കേതിക വിദഗ്ധരുമായി ചേർന്ന് പ്രവർത്തിക്കുന്ന team , Remote patient monitoring (RPM) സംവിധാനം ഒരുക്കുന്നതിനായുള്ള പഠനങ്ങളും പ്രവർത്തനങ്ങളും നടത്തിവരുന്നു. ഇപ്പോൾ online consultation, Ayurveda nutrition counselling, lifestyle coaching, Therapeutic yoga എന്നീ സേവനങ്ങൾ നൽകുന്ന ഒരു സംഘം consultants, health coaches, yoga coaches എന്നിവർ അടങ്ങിയ teams നയിക്കുന്നു. ഒരു വർഷത്തെ സേവനങ്ങൾക്ക് ഉപഭോക്താക്കളിൽ നിന്നും ഉള്ള പ്രതികരണങ്ങൾ വളരെ മികച്ചതാണ് . 10 ൽ താഴെ ജീവനക്കാരുമായി ആരംഭിച്ച സംരംഭത്തിൽ ഇന്നു 50ൽ പരം പേർ ഫുൾടൈം അല്ലെങ്കിൽ പാർട്ട് ടൈം ആയി ജോലി ചെയ്യുന്നു.

നിരവധിപുതിയ തൊഴിൽ മേഖലകൾ തുറക്കപ്പെടുന്ന ഒരു കാലഘട്ടമാണിത്. ഓരോ തൊഴിൽ മേഖലയും ആവശ്യപ്പെടുന്ന കഴിവുകൾ (skills) വ്യത്യസ്തമായിരിക്കും. അത്തരം അവസരങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാൻ നിരന്തരം പരിശ്രമിക്കുകയും, ഒപ്പം സ്വന്തം താൽപര്യങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് കഴിവുകൾ വികസിപ്പിച്ചെടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിലൂടെ അവസരങ്ങൾ കയ്യെത്തിപ്പിടിക്കാൻ സാധിക്കും.

FUTURISTIC AYURVEDA

പാലിയേറ്റീവ് കെയർ ബഹുമുഖസാധ്യതകൾ

ഡോ. പ്രവീൺ കെ
മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ,
ഗവ. ആയുർവേദ ഡിസ്പെൻസറി, കട്ടിപ്പാറ, കോഴിക്കോട്

വൈദ്യസഹായം ലഭിക്കാൻ ഏറെ ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവിക്കുന്ന മലയോരമേഖലയിൽ പരിമിതമായ സാഹചര്യത്തിലും നിശ്ചയദാർഢ്യത്തോടെ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രായോഗികമായി നടപ്പിൽ വരുത്തുന്നു.

2013 ലാണ് ആയുർവേദ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്ന ആശയം രൂപപ്പെടുന്നതും ഹോംകെയർ രീതിയിൽ ആയുർവേദ മരുന്നുകളുമായി വീടുകൾ സന്ദർശിച്ചു തുടങ്ങുന്നതും. ഈ പദ്ധതിയുടെ ആരംഭകാലത്ത് ഉണ്ടായ നല്ല അനുഭവങ്ങളാണ് ആയുർവേദ പാലിയേറ്റീവ് കെയർ മെച്ചപ്പെട്ട രീതിയിൽ നടപ്പിലാക്കണമെന്ന തീരുമാനത്തിലെത്തിച്ചത്. ഇപ്പോൾ എല്ലാ ആഴ്ചകളിലും ഹോം കെയറും പാലിയേറ്റീവ് ഒ.പി.യും നടത്താൻ സാധിക്കുന്നുണ്ട്.

ആഴ്ചയിൽ 170-200 രോഗികൾക്ക് വരെ ഹോം കെയർ നൽകാൻ സാധിക്കുന്നുണ്ട്. പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്നതിൽ മാത്രം ഒതുങ്ങാതെ ഓൾഡ് ഏജ് കെയർ, വൂണ്ട് കെയർ , പക്ഷാഘാതരോഗികൾ, കാൻസർ രോഗികൾ, ഭിന്നശേഷിയുള്ളവർ, മാനസിക വെല്ലുവിളി നേരിടുന്നവർ എന്നിവർക്കുള്ള പരിചരണവും നേത്രപരിചരണവും നൽകി വരുന്നു .ആയുർവേദശാസ്ത്രത്തിലെ സ്പെഷ്യാലിറ്റികൾ പൊതുജനങ്ങളിലേക്കെത്തിക്കാൻ ഈ പദ്ധതിയിലൂടെ കഴിയുന്നുണ്ട്.

ഒരു ഡോക്ടർ എന്ന നിലയിൽ സാമൂഹിക അവബോധം സൃഷ്ടിക്കാൻ പാലിയേറ്റീവ് കെയറിന് കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. രോഗികളുമായി നേരിട്ട് അവരുടെ വീട്ടിൽ ചെന്ന് സംവദിക്കുന്നതിലൂടെ അവരുടെ കൂടുതൽ രോഗവിവരവും ജീവിതസാഹചര്യങ്ങളും ചുറ്റുപാടും മനസിലാക്കാൻ സാധിക്കുകയും അതിനനുസരിച്ച് ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കാൻ കഴിയുകയും ചെയ്യുന്നു. തീർച്ചയായും ആയുർവേദം എന്ന ശാസ്ത്രത്തിലെ പുതിയൊരധ്യായം തന്നെയാണ് പാലിയേറ്റീവ് കെയർ. വലിയ ചെലവുകളില്ലാതെ രോഗം ഭേദമാക്കുമ്പോൾ ഒരു ചികിത്സാനുഭവമായി അത് എങ്ങനെ മുതൽക്കൂട്ടാവുമെന്ന് മനസിലാക്കാൻ സാധിക്കുന്നുണ്ട്. പാലിയേറ്റീവ് കെയർ എന്ന മേഖല പുതുതലമുറയ്ക്ക് പുതിയ ഒരു പാത തുറന്നുനൽകുമെന്ന് വിശ്വസിക്കുന്നു.

FUTURISTIC AYURVEDA

കോസ്മെറ്റോളജി : വർദ്ധിക്കുന്നത് ആയുർവേദത്തിന്റേയും സൗന്ദര്യം

ഡോ. ഹസ്ന ഷബീൽ
BAMS, FMC,PGDBT, YIC, Diploma In skin care formulation
പുളിയംപറ്റ വൈദ്യശാല, മേപ്പാടി, വയനാട്

കോസ്മെറ്റോളജി രംഗത്ത് സ്വന്തമായ സങ്കേതങ്ങൾ വികസിപ്പിച്ച് പ്രാക്ടീസും പരിശീലനവും നൽകിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു

ബിരുദപഠനം പൂർത്തിയാക്കിക്കഴിഞ്ഞ കാലത്ത് ക്ലിനിക്കൽ പ്രാക്ടീസിനൊപ്പം തന്നെ പുതുതായി എന്തെങ്കിലും ചെയ്യണം എന്ന ആഗ്രഹത്തിൽ നിന്നാണ് ബ്യൂട്ടി തെറാപ്പിയിൽ പി.ജി. ഡിപ്ലോമ കോഴ്സ് ചെയ്യാൻ തീരുമാനിച്ചത്. കോഴ്സിനിടെ പഠിച്ചുവന്ന കാര്യങ്ങൾ പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യുമ്പോൾ പ്രയോഗിക്കുന്നതിൽ വിജയം കണ്ടതോടെയാണ് ഈ

മേഖലയെപ്പറ്റി ആഴത്തിൽ അന്വേഷിക്കുവാനുള്ള ആത്മവിശ്വാസം കൈവന്നത്. അതിന്റെ ഫലമായി മെലാസ്മ, മുഖക്കുരു മുതലായ അവസ്ഥകൾക്ക് സ്വന്തമായ ഒരു ചികിത്സാ പ്രോട്ടോകോളിന് രൂപം കൊടുക്കാൻ സാധിക്കുകയും, പഠിച്ചവയും പരിശീലിച്ചവയും എ.എം.എ.ഐ മുഖാന്തരവും മറ്റും യുവഡോക്ടർമാർക്ക് പകർന്നുകൊടുക്കുവാനുള്ള സാഹചര്യമുണ്ടാവുകയും ചെയ്തു.

കോസ്മറ്റോളജി രംഗത്ത് ആയുർവേദ ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രങ്ങളെ സംയോജിപ്പിച്ച് ചികിത്സിക്കുന്നതിലാണ് ഇപ്പോൾ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിച്ചുവരുന്നത്.

ചികിത്സയുടെ കാര്യമായ വിജയനിരക്ക് വാണിജ്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ സ്വന്തം ഔഷധക്കൂട്ടുകൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിനും പ്രചോദനം നൽകി. ആയുർവേദത്തിലെ തനതായ ധൂപനം, ലേപനം മുതലായ പ്രക്രിയകൾക്കൊപ്പം തന്നെ ആധുനിക ചികിത്സാരീതികളായ മൈക്രോ നീഡ്ലിങ്ങ്, പി. ആർ. പി. (PRP) ട്രീറ്റ്മെൻറ് എന്നിവ പരീക്ഷിക്കുന്നത് ഇരട്ടി ഫലവത്തായതായാണ് കണ്ടെത്തിയത്.

നിത്യജീവിതത്തിൽ ആയുർവേദത്തിനു പങ്കുകൊള്ളാൻ കഴിയുന്ന ഒട്ടേറെ മേഖലകൾ നമുക്കു ചുറ്റുമുണ്ട്. അവയെ കണ്ടെത്തി പരിപോഷിപ്പിച്ച് വളർത്തുക എന്നതാണ് ഏറ്റവും പ്രാധാന്യമുള്ള കാര്യം. ലക്ഷ്യബോധവും അർപ്പണമനോഭാവവും കഠിനാധ്വാനവുമാണ് യുവഡോക്ടർമാർക്ക് അതിനായി വേണ്ടതും.

FUTURISTIC AYURVEDA

വനിതാ ക്ലിനിക്കിന്റെ പ്രചോദനം കൈമുതൽ

ഡോ. സെയാനാ സലാം
BAMS, MSc (Psy),PGDBT
Dr Zeyana's Ayurvedic Cosmetology & Wellness centre , Tirur

ട്രൈക്കോളജി, കൗൺസലിങ്, സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസ പരിപാടികൾ എന്നിവയിലൂടെ ആയുർവേദത്തിനെത്തിച്ചേരാവുന്ന പുതിയ മേഖലകളെ കണ്ടെത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു

കോട്ടക്കൽ ആയുർവേദ കോളേജിലെ ബിരുദ പഠനകാലത്ത് തന്നെ ആയുർവേദത്തിന്റെ പതിവ് പാതകളിൽ തുടരാതെ തന്റേതായ ഒരു വഴി കണ്ടെത്തണം എന്ന ആഗ്രഹം ഉള്ളിൽ ഉണ്ടായിരുന്നു. അക്കാലത്ത് AMAI വനിതാ ക്ലിനിക്കുകൾക്കുള്ള പരിശീലനം ആരംഭിച്ചത്. തൃശ്ശൂർ സോൺ നടത്തിയ കോസ്മറ്റോളജി ട്രെയിനിങ് ക്ലാസിൽ പങ്കെടുത്തപ്പോഴാണ് ട്രൈക്കോളജി എന്ന ശാഖയെ പറ്റി ആദ്യമായി പരാമർശിച്ചു കേൾക്കുന്നത്. ഈ വിഷയത്തെ പ്രതിയുള്ള ആകാംക്ഷയും പഠിച്ച ശാസ്ത്രത്തിലുള്ള വിശ്വാസവും ആഴത്തിലുള്ള പഠനങ്ങൾക്ക് പ്രേരിപ്പിച്ചു. ട്രൈക്കോളജി രംഗത്ത് നിലവിലുള്ള നൂതനസാങ്കേതിക വിദ്യകളെ തനത് ആയുർവേദ ചികിത്സാരീതികളും ആയി സമന്വയിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിച്ചു. തിരൂർ ആസ്ഥാനമാക്കി കോസ്മെറ്റിക് ക്ലിനിക്കുകൾ സ്ഥാപിച്ചു.

രോഗികളുടെ സംതൃപ്തിയാണ് ഇന്നും പ്രധാന പ്രേരകമായി തുടരുന്നത്. കൂടാതെ, ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിയിലെ പ്രായോഗിക പരിജ്ഞാനം രോഗികളുമായി മെച്ചപ്പെട്ട രീതിയിൽ ഇടപഴകുന്നതിനൊപ്പം, കേരള സർക്കാരിന്റെ രണ്ട് പ്രോജക്ടുകളോടനുബന്ധിച്ച് സ്കൂൾ കോളേജ് വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് വിവിധ വിഷയങ്ങളിൽ 2500 ഓളം ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നതിനും സഹായകമായി.

ക്ലിനിക്കൽ സ്റ്റാർട്ടപ്പുകൾ ഒരു വൈദ്യശാല മാതൃക

ഡോ സിരി സൂരജ് പി സി
BAMS,MD
Chief physician, Amrithsagar Ayurveda clinic, Kodungallur

ആയുർവേദ ക്ലിനിക്കൽ പ്രാക്ടീസിനെ ഈ അടുത്ത കാലത്ത് ഏറ്റവുമധികം സ്വാധീനിച്ച ക്ലിനിക്കൽ സ്റ്റാർട്ടപ്പ് സംരംഭമായ 'വൈദ്യശാല' അടക്കമുള്ള പല നവീന ചിന്തകളുടെയും സൂത്രധാരൻ.

പ്രാക്ടീസ് ആരംഭിക്കുന്നവർക്ക് സ്വന്തം നിലയ്ക്ക് ചെറിയ മുതൽ മുടക്കിൽ ഏതാണ്ട് സ്വതന്ത്രമായി ചെയ്യാവുന്ന പല കാര്യങ്ങളെയും നാം വേണ്ടത്ര പ്രയോജനപ്പെടുത്തിക്കാണുന്നില്ല. ദ്രവ്യഗുണം പി.ജി. പഠന കാലത്ത് നടത്തിയ പല അന്വേഷണങ്ങളും ആയുർവേദ ക്ലിനിക്കുകളുടെ ഗുണനിലവാരത്തെ മികച്ച രീതിയിലാക്കാൻ പോന്ന കാര്യങ്ങളെ വെളിപ്പെടുത്തിത്തരികയുണ്ടായി.
അവയിൽ പ്രൊഫഷണൽ വരുമാനത്തിലേക്ക് നയിക്കാനുതകുന്ന അടിസ്ഥാന വിഷയങ്ങളാണിതിൽ പ്ര തിപാദിക്കുന്നത്.
പുതുതായി ആയുർവേദ ക്ലിനിക് തുടങ്ങുമ്പോൾ നാം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട നിയമ വശങ്ങൾ,ധനവിനിമയ രീതികൾ, പരസ്യങ്ങൾ, പൊതുജന ബോധവൽകരണ ക്ലാസുകൾ, പ്രൊഫഷണൽ കാര്യങ്ങൾ, ദൈനം ദിന ക്ലിനിക്കൽ പ്രാക്റ്റീസിലേക്ക് അത്യാവശ്യമായ ഔഷധങ്ങളും അവയുടെ നിർമ്മാണവും, ധന്വന്തരീ ഭാഗം, ദ്രവ്യ പരിചയം, ദ്രവ്യ ശോധനം, സംസ്കരണം, നാമരൂപ വിജ്ഞാനം, യോഗ പ്രയോഗ വിജ്ഞാനം, ഗുണകർമ്മ വിജ്ഞാനം , ഔഷധ സസ്യ കൃഷി, Quality control of medicines, Emergency management എന്നിവയാണ് വൈദ്യശാല ഊന്നൽ കൊടുത്ത പ്രധാന വിഷയങ്ങൾ. ഡോ. ഷീല കാറളം, ഡോ.ജോസ് പൈകട, ഡോ. ഹാർവിൻ ജോർജ് എന്നിവരാണ് എന്നിവരാണ് മറ്റു പ്രധാന ഫാക്കൽറ്റികൾ. കേരളത്തിനകത്തും പുറത്തുമായി 50 ലധികം ശില്പശാലകൾ AMAI ടെ വിവിധ കമ്മറ്റികളാൽ സംഘടിപ്പിച്ചു. ധാരാളം യുവ ഡോക്ടർമാർക്ക് ക്ലിനിക്കൽ പ്രാക്ടീസിൽ വെളിച്ചമേകാനായി . വൈദ്യശാലയുടെ മുഖ്യ സംഘാടകനായി പ്രവർത്തിക്കാനായതിൽ ചാരിതാർത്ഥ്യമുണ്ട്.
പിന്നീട് വിവിധ സ്പെഷ്യാലിറ്റി അടിസ്ഥാനത്തിൽ രസശാല, നേത്രശാല, മർമ്മശാല, വർണ്ണശാല എന്നിങ്ങനെ വിവിധ കമ്മറ്റികൾ സംഘടിപ്പിക്കുകയുണ്ടായി.

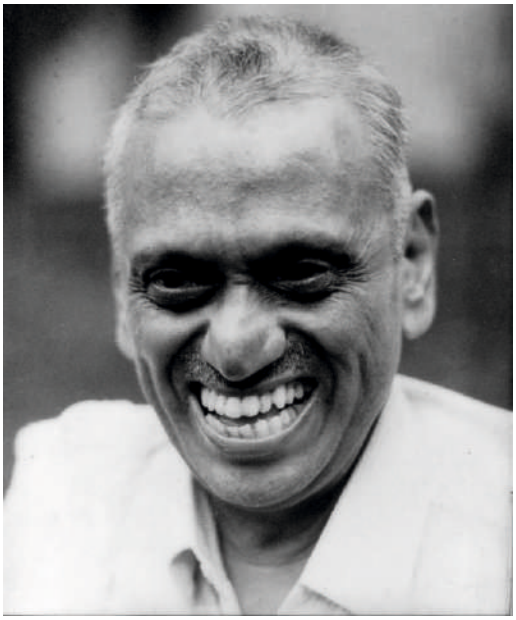
ശേഷം പേജ് 39 ൽ

AMAI അക്കാദമി കോഴ്സുകൾ വൻ വിജയത്തിലേക്ക്

ഡ്രഗ് ഇൻസ്പക്ടർ കോഴ്സിൽ അനുവദനീയമായ 500 പേരുടെ അഡ്മിഷനു ശേഷവും വലിയ തോതിൽ ആൾക്കാർ അഡ്മിഷനു വേണ്ടി വിളിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കയാണ്. നമ്മുടെ സോഫ്റ്റ് വെവയർ പരിമിതി മൂലവും വ്യക്തിഗതമായ ശ്രദ്ധ കൊടുത്തു കൊണ്ട് മികച്ച ട്രെയിനിംഗ് നൽകുക എന്ന ലക്ഷ്യം പൂർത്തീകരിക്കുക എന്ന കാരണത്താലും തൽക്കാലം പുതിയ അഡ്മിഷൻ എടുക്കാൻ സാധിക്കില്ലെന്ന് ഖേദത്തോടെ അറിയക്കട്ടെ. മുഴുവൻ അംഗങ്ങളും സഹകരിക്കുമല്ലൊ.
2023 വർഷത്തെ പി.ജി എൻട്രസ് പരിശീലനത്തിന്റെ ഒഴിവുള്ള സീറ്റുകളിലേക്ക് അഡ്മിഷൻ തുടരുന്നുണ്ട്. പി.ജി എൻട്രൻസിന് കുറഞ്ഞ ചിലവിൽ മികച്ച ഫാക്കൽട്ടികളുടെ സേവനം ആവശ്വമുള്ളവർ ഉടനടി അഡ്മിഷനുവേണ്ടി കോർഡിനേറ്റർമാരുമായി ബന്ധപ്പെടണം. ബന്ധപ്പെടേണ്ട നമ്പർ: 7594922522.

ഡോ ദേവീദാസ് വെള്ളോടി
'ഗാനം' രവിപുരം റോഡ്
എറണാകുളം

കോഴിക്കോട്ടെ ചിരി വൈദ്യർ



ഒന്ന് മനസ്സ് തുറന്ന് ചിരിച്ചിട്ട് കാലമെത്രയായി, ചിരി ആരോഗ്യ ദായകമെന്ന് ലോകമൊട്ടുക്കും പറയുമെങ്കിലും, അതൊരു സത്യമാണെങ്കിലും, കണ്ടാൽ ചിരിക്കാൻ പോലും പറ്റാത്ത ഗൗരവക്കാരായി മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന നമ്മെ ഇരുത്തി ചിന്തിപ്പിക്കുന്ന ഒരു വൈദ്യർ കോഴിക്കോട്ട് ഉണ്ടായിരുന്നു. എപ്പോഴും ചിരിക്കുന്ന ചിരി സൗഹൃദ സദസ്സുകൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകിയിരുന്ന എല്ലാത്തിനെയും തന്റെ ചിരിക്കണ്ണ് കൊണ്ട് കണ്ടിരുന്ന രാമദാസ് വൈദ്യർ. പ്രസിദ്ധ വൈദ്യനായിരുന്ന കാളൂർ നീലകണ്ഠൻ വൈദ്യരുടെ മകൻ, ഡോ കെ എൻ രാമദാസ് എന്ന രാമദാസ് വൈദ്യരുടെ തുറന്ന ചിരി അദ്ദേഹത്തെ പരിചയപ്പെട്ടവർക്ക് മറക്കാൻ കഴിയില്ല.

കുറ്റം പറയരുതല്ലോ, കുറച്ചൊക്കെ അതെപോലെ ചിരി അദ്ദേഹത്തിന്റെ മകൻ ഡോ. മനോജ് കാളൂരിനും വശമുണ്ട്. ഐ എ എസ് ഉദ്യോഗസ്ഥർ മുതൽ സാഹിത്യ സാംസ്കാരിക രംഗത്തെ ബുദ്ധിജീവികളും സാധാരണക്കാരും ഒരു പോലെ സുഹൃത്തുക്കളായി ഉണ്ടായിരുന്നുരാമദാസ് വൈദ്യർക്ക്.

ആര്യവൈദ്യവിലാസിനിയിലെ ചിരിസദസ്സ്

ചിരിസദസ്സ് ഇങ്ങനെയാണ്; നീണ്ട മേശ, മേശയോളം നീളത്തിൽ രണ്ട് വശത്തുമായി രണ്ടു ബെഞ്ചുകൾ മേശയുടെ ഒരുവശത്ത് കയ്യുള്ള മരക്കസേരയാകുന്ന സിംഹാസനത്തിൽ സദാ ചിരിക്കുന്ന മുഖമുള്ള വലിയ ടർക്കി രണ്ടാം മുണ്ടുപോലെ ചുമലിലിട്ടിരിക്കുന്ന രാമദാസ് വൈദ്യർ. ഈ വിശേഷണം ശ്രീ സജീവനിൽ നിന്ന് കടമെടുത്തതാണ്. മരുന്നു വാങ്ങാൻ വരുന്നവരും ചിരിക്കാൻ വരുന്നവരും പൊട്ടിച്ചിരിച്ചും കുറച്ച് നിഷ്കളങ്കമായി പരദൂഷണം പറഞ്ഞും രാപ്പകൽ ഭേദമില്ലാതെ നീണ്ടുപോകുന്ന ഫലിത സദസ്സും ചികിത്സയും ഒരു അപാര സമന്വയം തന്നെയായിരുന്നു.

ജനകീയ വൈദ്യം

പഴയകാലത്ത് വൈദ്യന്മാരെല്ലാം ജനകീയന്മാരായിരുന്നു. ജനങ്ങളുടെ ഇടയിൽ ഒരാളായി

ജീവിച്ച്, സാംസ്കാരിക സാമൂഹ്യ രംഗത്ത് നിറസാനിധ്യമായിരുന്ന വൈദ്യന്മാർ. എന്റെ സഹപാഠിയായ കോഴിക്കോട്ടെ ഡോ. സന്തോഷ്കുമാറിന്റെ അച്ഛൻ ശ്രീ ബാലൻ വൈദ്യരുടെ നർമ്മഭാഷണങ്ങൾ ഞാൻ പല കുറി ആസ്വദിച്ചിട്ടുള്ളതാണ്. കോട്ടക്കലിലെ പറപ്പൂരിലുള്ള ഗോപാലൻ വൈദ്യർ വീട്ടിൽ നിന്ന് ആറു കിലോമീറ്റർ നടന്നാണ് കോട്ടക്കലുള്ള വൈദ്യശാലയിൽ എത്തിയിരുന്നത്. രാവിലെ എട്ടു മണിക്ക് വീട്ടിൽ പുറപ്പെട്ടാൽ വരുന്ന വഴിക്ക് അത്യാവശ്യക്കാരായി കാത്തു നിൽക്കുന്ന രോഗികളെ പരിശോധിച്ച് മരുന്ന് നിർദ്ദേശിച്ച് കുശലാന്വേഷണങ്ങൾ നടത്തി ഉച്ചക്ക് 12 മണിയോടെ വൈദ്യശാലയിലെത്തും, ഇതുപോലെ നിരവധി ഉദാഹരണങ്ങളുണ്ടാകും.

രാമദാസ് വൈദ്യരെന്ന ഹാസ്യസാമ്രാട്ട്

ഹാസ്യത്തോടും ഹാസ്യസാഹിത്യത്തോടും അകമഴിഞ്ഞ് സ്നേഹമുണ്ടായിരുന്ന വൈദ്യർ 1970 കളിൽ കോഴിക്കോട് ഉണ്ടായിരുന്ന ഹാസ്യവേദിയുടെ സാരഥ്യം ഏറ്റെടുത്തു. സമൂഹത്തിൽ നടമാടിയിരുന്ന പൊങ്ങച്ച സംസ്കാരത്തിനെതിരെ തന്റെ നർമ്മത്തിൽ പൊതിഞ്ഞ ആക്ഷേപഹാസ്യത്തിലൂടെ വൈദ്യർ പ്രതികരിച്ചത് ജനങ്ങൾ ആസ്വദിച്ച് ചിരിച്ചു.

സൗന്ദര്യമത്സരം നടത്തുന്ന പൊങ്ങച്ചത്തിനെതിരെ ഹാസ്യരൂപേണ സംഘടിപ്പിച്ച ലോക വൈരൂപ്യമത്സരം, വിരൂപരാജാവ്, വൈരൂപ്യറാണി പട്ടങ്ങൾ എന്നിവ വലിയ മാധ്യമശ്രദ്ധ നേടി. അതുപോലെ പൊങ്ങച്ചത്തിനായി വീട്ടമ്മമാർ പങ്കെടുത്തിരുന്ന പുഷ്പഫല പ്രദർശന മത്സരത്തിനെതിരെ 'കളച്ചെടി മത്സരം' സംഘടിപ്പിച്ച് വൈദ്യർ ആഞ്ഞടിച്ചു. രാവും പകലും അഴുക്ക അലക്കുകയും, രാഷ്ട്രീയക്കാരുടെ വിഴുപ്പലക്കുകൾക്ക് സാക്ഷിയാവുകയും ചെയ്യുന്ന മുതലക്കുളത്തെ അലക്കുകല്ലുകളെ ആദരിക്കൽ മറ്റൊരു ഉദാഹരണമാണ്. വയലാർ 'നീലഗിരിയുടെ സഖികളേ...' എന്ന് തുടങ്ങുന്ന ഗാനമെഴുതിയത് തന്റെ നീലഗിരി ലോഡ്ജിൽ താമസിച്ചിട്ടാണെന്ന് വൈദ്യർ തമാശയായി പറഞ്ഞിരുന്നു.

തെങ്ങുകയറ്റ പരിശീലന കോളേജ്

തെങ്ങ് കയറാൻ ആളെക്കിട്ടാതിരുന്ന കാലത്ത് ചിന്തിപ്പിക്കുന്ന ചിരിപ്പിക്കുന്ന നൂതന ആശയവുമായി വൈദ്യരെത്തി. 'തെങ്ങുകയറ്റ പരിശീലന കോളേജ്' അന്നത്തെ കോഴിക്കോട് ജില്ലാ കളക്ടർ ശ്രീ കെ എസ് ചൗഹാനാണ് കോളേജിന്റെ ഉത്ഘാടനം തെങ്ങു കയറിക്കൊണ്ട് നിർവ്വഹിച്ചത്. കളക്ടർ നിരവധി തവണ ഇതിനു വേണ്ടി റിഹേഴ്സൽ നടത്തിയിരുന്നെന്ന് കേട്ടിരുന്നു. അതുപോലെ ഏറ്റവും നന്നായി പരദൂഷണം പറയുന്നതിനുള്ള നാരദർ അവാർഡും ശ്രദ്ധേയമായി.

സൗഹൃദസദസ്സുകൾ

സന്ധ്യകഴിഞ്ഞാൽ ഹാസ്യസദസ്സ് വൈദ്യശാലയിൽ നിന്ന് നീലഗിരി ലോഡ്ജിലേക്ക് മാറും. കാർട്ടൂണിസ്റ്റ് യേശുദാസ്, വൈക്കം മുഹമ്മദ് ബഷീർ, വി.കെ.എൻ, പുനത്തിൽ കുഞ്ഞബ്ദുള്ള, ജയകുമാർ, പി.പി ഗംഗാധരൻ, പത്മരാജൻ, തകഴി, എം.ടി വാസുദേവൻ നായർ, എം മുകുന്ദൻ, മലയാറ്റൂർ രാമകൃഷ്ണൻ എന്നിങ്ങനെ നീണ്ടുപോവുന്ന ലിസ്റ്റിൽ ഉള്ളവർ നീലഗിരിയുടെ സഖികളായിരുന്നു.

ഭാര്യ നിർമ്മലക്ക് പെൻഷൻ

വൈദ്യരുടെ നർമ്മോക്തിക്കും വീക്ഷണങ്ങൾക്കുമുള്ള മറ്റൊരു ഉദാഹരണമാണ് തന്റെ ഭാര്യക്ക് പെൻഷൻ നടപ്പാക്കിയ പരിപാടി. തനിക്ക് വെച്ചു വിളമ്പിത്തരുന്ന, തന്റെ വസ്ത്രങ്ങൾ അലക്കുന്ന ഭാര്യയുടെ ജോലിക്ക് പെൻഷൻ നൽകാൻ ഒരു തുക ബാങ്കിൽ നിക്ഷേപിച്ച് അതിന്റെ പലിശ കൃത്യമായി മാസാമാസം ഭാര്യയായ നിർമ്മലക്ക് എത്തിച്ചിരുന്നു. വീട്ടിൽ സ്ത്രീകൾ ചെയ്യുന്ന കണക്കിൽപ്പെടാത്ത ജോലിക്ക് അംഗീകാരം കൂടിയായാണ് ഈ പെൻഷൻ പരിപാടി അറിയപ്പെട്ടത്.

പരോപകാരി

ആരു എന്ത് ആവശ്യവുമായി വന്നാലും ഒറ്റ മറുപടിയേ ഒള്ളൂ, ‘ നമുക്ക് നോക്കാം‘ എന്ന് പറഞ്ഞാൽ അക്കാര്യം ശരിയാക്കിയേ വൈദ്യർക്ക് വിശ്രമമുള്ളൂ. കക്ഷത്തിൽ ബാഗും കയ്യിലൊരു കുടയുമായി വൈദ്യർ അതിനായി ഇറങ്ങിത്തിരിക്കും. തന്റെ സമൃദ്ധമായ കുടുംബബന്ധങ്ങൾ ഏത് ആവശ്യത്തിനും ഉപയോഗിക്കാൻ വൈദ്യർ ഒരു മടിയും കാണിച്ചില്ല. കലാകാരന്മാരോടും സാഹിത്യകാരന്മാരോടും വൈദ്യർക്ക് പ്രത്യേക മമതയായിരുന്നു. അവർ എന്താവശ്യത്തിനു വന്നാലും സഹായവുമായി വൈദ്യരുണ്ടാവും.

ആര്യവൈദ്യവിലാസിനി

സാംസ്കാരിക പ്രവർത്തനത്തിനിടയിലും തന്റെ വൈദ്യശാലയും മരുന്നു നിർമ്മാണവും ചികിത്സയുംഏകോപിപ്പിക്കുവാൻ വൈദ്യർക്ക് കഴിഞ്ഞിരുന്നു. അനുജൻ ജയകൃഷ്ണൻ വൈദ്യരും ഹാജിയാരും വൈദ്യരും തുടങ്ങിയ ഒരു സംഘമായിരുന്നു ആര്യ വൈദ്യ വിലാസിനി. ചെറിയ ഒറ്റമൂലികളിലൂടേയും യോഗങ്ങളിലൂടേയും ചികിത്സിച്ചിരുന്ന രാമദാസ് വൈദ്യരുടെ കൈപ്പുണ്യം കോഴിക്കോട്ടുകാർക്ക് സുപരിചിതമാണ്. വൈദ്യരുടെ നല്ല വാക്കുകളും തമാശ നിറഞ്ഞ വർത്തമാനവും എല്ലാം അസുഖങ്ങൾക്കുള്ള മറുമരുന്ന് തന്നെയായിരുന്നു.

രാമദാസ് വൈദ്യർ എന്ന പാഠം

കേവലം വൈദ്യലോകത്ത് ഒതുങ്ങി നിൽക്കുന്നതായിരുന്നില്ല രാമദാസ് വൈദ്യർ എന്ന വ്യക്തി. ഏകദേശം അമ്പതോളം സംഘടനയുടെ സാരഥിയായിരുന്നു അദ്ദേഹം. വി.കെ.എൻ തന്റെ പല കഥാപാത്രങ്ങളേയും സൃഷ്ടിച്ചത് വൈദ്യരെ കണ്ടുകൊണ്ടായിരുന്നോ എന്ന് സംശയം തോന്നുന്നു. തന്റെ അച്ഛൻ നീലകണ്ഠൻ വൈദ്യർ നിർബന്ധിച്ചിട്ടല്ല രാമദാസ് വൈദ്യർ വൈദ്യം പഠിക്കാനിറങ്ങിയത്. പാരമ്പര്യത്തിന്റെ കണ്ണികോർക്കുക എന്ന മഹത്തായ ഉദ്ദേശത്തോടെയാണ് വൈദ്യവൃത്തി സ്വീകരിച്ചത്. വൈദ്യനല്ലായിരുന്നെങ്കിൽ ഒരു സാഹിത്യകാരനോ പത്രമുടമയോ ഒക്കെ ആകുമായിരുന്നു അദ്ദേഹം.

ഒരു വ്യക്തിക്ക് സമൂഹത്തോടുള്ള പ്രതിബദ്ധത, ജീവിതത്തെ അർത്ഥവത്താക്കാനുള്ള ദൃഢനിശ്ചയം, സൗഹൃദമാണ് ജീവിതത്തിലെ വലിയ മുതൽക്കൂട്ട് എന്ന കാഴ്ചപ്പാട്, ഇതിനെല്ലാമുപരി എങ്ങനെ നല്ല മനുഷ്യനായി ജീവിക്കാം എന്ന് തുടങ്ങി ഒരുപാട് പാഠങ്ങൾ നമുക്ക് നൽകിയാണ് വൈദ്യർ വിടപറഞ്ഞത്. ആര്യ വൈദ്യ വിലാസിനി വൈദ്യശാലയുടെ നൂറാം വാർഷികം ആഘോഷിക്കുന്ന ഈ വേളയിൽ രാമദാസ് വൈദ്യരുടെ സ്മരണകൾ ഊഷരത നൽകുന്നു...
പ്രണാമം...

Dr C D Krishnakumar
Bsc, BAMS, MD (Ay)
Prof. Dept of Rasasastra & Bhaisajyakalpana
Nangelil Ayurveda Medical College
Kothamangalam

ROLE OF ESSENTIAL OILS

LEMON GRASS OIL

Introduction

Phoothranathailam is an analgesic muscle relaxant oil used from time immemorial in rheumatic pains, contusion and aberrations. This plant-derived preparation is recently been partially or fully replaced by various other synthetic sources. About 80 species of grasses are present all over the world, in which about 10-12% are Indian. Most of them are aromatic and yield essential oils of commercial and pharmacological importance. Commercially important essential oils are derived from Indian lemon grass oil obtained from C. flexuousas and West Indian lemongrass is obtained from other species like C. citratuy and related varieties.

As per the ingredients, the colour varies. It is extracted by steam distillation or by solvent extraction. The oil from the first variety is with aldehydes whereas the other one contains other pharmacologically active agents. They are soluble in 70% alcohol. The content varies as per ecological conditions. The oil of good quality (80-83% citral) is highly analgesic.

Mode of preparation

It is extracted by distillation with water from crude dried plant. Steam distillation is also an another method.

Appearance

A light-coloured oil with a pungent smell differs from other varieties. The Malabar & Cochin lemongrass oil is with Citral content of 68-85% apart from this methyl heptanon, decyl aldehyde, geraniol, limonene and dipentene.

The active part Citral which controls the activity increases with storage (that is importance of puranathailam). A fall in citral content from 78-63% and an increase in the density from 0.898 to 9.25 was detected. If the oil contains moisture the changes is rapid. Exposure to air reduces citral content, hence it should be kept in closed containers.

Uses

In olden days it is used as a muscle relaxant and in rheumatic pains prior to fomentation. It is also used in cosmetics, soaps and in mosquito repellants. Indian lemongrass oil is used in perfumes since its notable solubility in 70% alcohol. In Ayurveda it is used as an ingredient in most of the muscle relaxants and liniments.

Indian Standards of Specifications (ISS)

1) Colour & Aperance- reddish yellow to-

2) Odour- lemon-like odour
3) Specific gravity at 15 degree centigrade- 0.9 to 0.91
4) Specific gravity at 25 degree centigrade- 0.892 to 0.092
5) Specific gravity at 30 degree centigrade- 0.888 to 0.898
6) Optical rotation : -3 degree to 1 degree
7) Refractive index at 5 degree centigrade- 1.4786 to 1.4846
8) Citral content- minimum 75% by volume

There are 2 types of lemongrass oil in Kerala that differs in appearance and readily distinguishable by the colour. The East Indian lemon grass oil contain 75% or more aldehydes chiefly as citral. Some other varieties is with low aldehyde content.

Though it is used abundantly sometimes it can cause irritations.

GINGER OIL

It is majorly prepared from dried rhizomes of Zingeber officinale. It possess with pungent taste and pleasant odour so it is used as a flavour in numerous food preparations, beverage, ginger bread, soup, pickles and soft drinks. It dilates the superficial vessels of pine resulting feeling of warm and then increases activity of sweat glands along with perspiration and finally marked cooling effect on the skin. That is it is employed in local analgesic agents.

The odour of rhizomes is caused by presence of volatile oil 1-3% isolated by steam distillation. The pungent principles are oleoresins.

It is majorly 2 types depending upon the habitat.

Specifications:

1) Specifc gravity at 15 degree centigrade- 0.900 to 0.953
2) Optical rotation- + 54 degree to -30 degree
3) Refractive index at 20 degree- 1.478 to 1.490
4) Acid number- upto 6.2
5) Ester number- 8 to 29
6) Total alcohol content (as geraniol)- 36.3 to 64.7%

Uses & Application

1) In pharmaceutical industries as oleoresin especially in throat lozenges
2) Externally as a counter irritant
3) In perfumes

References

1) Advanced Organic Chemistry by B.S Bhl (S. Chand & Company Ltd)
2) Herbal Cosmetic & Ayurvedic Medicines by P.K. Chattopadhyay
3) Arkaprakasham

അനുശോചനം

ഡോ. സിന്ധു ജോസഫ്

എ.എം.എ.ഐ ചേലക്കര ഏരിയ മെമ്പറും, മെഡിക്കൽ ഓഫീസറുമായിരുന്നു. ഡോ.സിന്ധു ജോസഫ് (53). 1986 -91 ബാച്ചിൽ തൃപ്പൂണിത്തുറ ഗവണ്മെന്റ് ആയുർവേദ കോളേജിലായിരുന്നു പഠനം.

ഡോ. എൻ വിശ്വനാഥൻ

തിരുവനന്തപുരം ആയുർവേദ കോളേജ് ദ്രവ്യഗുണ വിജ്ഞാനം ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റിൽ നിന്നും റിട്ടയർ ചെയ്തു. പ്രൊഫസറായും ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് തലവനായും പ്രവർത്തിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ലേഖനത്തിന്റെ ഇതുവരെയുള്ള ഭാഗങ്ങൾ വായിക്കാൻ ക്യൂ ആർ കോഡ് സ്കാൻ ചെയ്യുക

ഔഷധ നിർണയത്തിന് മുമ്പ്

അവസ്ഥാനുസൃത ചികിത്സാ നിർണ്ണയത്തെ കുറിച്ചുള്ള പാനൽ ചർച്ചയുടെ സംഗ്രഹം

ഡോ. ജിതേഷ് (തുടർച്ച)

ചികിത്സയിലേക്ക് വരുമ്പോൾ തത്രാൽപേ ലംഘനം എന്നത് പ്രസിദ്ധം. പാചനം തന്നെയാണ് ഉത്തമമായ ആരംഭം. പാചനത്തെ രണ്ടായി പറയാം. കടുരസപാചനവും, തിക്തരസപാചനവും. തിക്തരസവും, ശീതവീര്യവും, ഉഷ്ണഗുണവും സാമപിത്ത ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ, കടുരസം, ഉഷ്ണ വീര്യം, രൂക്ഷഗുണം, ഉഷ്ണഗുണം, കടുവിപാകം സാമകഫ ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നു. പാചനത്തെ പലപ്പോഴും ഉഷ്ണ ഗുണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് തെറ്റിദ്ധരിച്ചു കാണാറുണ്ട്. പക്ഷേ ശാർങ്ഗധര സംഹിത ഗൂഢാർത്ഥ ദീപികാ വ്യാഖ്യാനത്തിൽ കൃത്യമായി പറയുന്നു, പാചനം എന്നു പറയുന്നത് ശോഷണം തന്നെയാണ് (ക്ലേദ ശോഷണം) ഉത്ക്ലിഷ്ട ദോഷമെന്ന അവസ്ഥയെ മാറ്റി നിർത്തിക്കഴിഞ്ഞാൽ പാചനാനന്തരം മാത്രമാണ് ശോധനം നിർദ്ദേശിക്കുന്നത്. തിക്ത പാചനത്തിനായി പാചനാമൃതവും ഷഡംഗവും ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ കടുപാചനത്തിനായി പഞ്ചകോലവും ഷഡ്ധരണവും ഉപയോഗിക്കുന്നു.

ഡോ. ശ്യാമകൃഷ്ണൻ

ശ്വാസരോഗം, പ്രത്യേകിച്ചും കുട്ടികളിൽ പരുക്കൻ ശബ്ദം, അസിഡിറ്റി എന്നിവ സാമപിത്ത ഉപദ്രവങ്ങളായി പറയാം. പലപ്പോഴും ഇതിനെ തൊണ്ടയിൽ കഫം കെട്ടുന്നു എന്ന രീതിയിൽ രോഗികൾ അവതരിപ്പിക്കുമ്പോൾ തെറ്റിദ്ധരിക്കപ്പെട്ട് ദശമൂലകടുത്രയം പോലുള്ള ഔഷധങ്ങളിലേക്ക് ചികിത്സ വ്യതിചലിക്കാറുണ്ട് . എന്നാൽ ഇത് അസിഡിറ്റി കാരണം, റിയാക്ഷൻ എന്ന രീതിയിൽ തൊണ്ടയിൽ കഫം വരുന്നതാകാം. അസഹ്യമായ തലവേദന, രോഗങ്ങളുടെ ആശുസ്വഭാവം വായയിലെ കയ്പ് രസം, തന്ദ്രാ, വായ്പുണ്ണ്, പല്ല് പുളിപ്പ്, അർദ്ധരാത്രി വർദ്ധിക്കുന്ന രോഗങ്ങൾ, ഉറക്കമില്ലായ്മ, ശ്വാസം, കാസ അല്പാഹാരം കഴിക്കുമ്പോഴേക്കുള്ള വയർ വീർപ്പ് മുതലായവയും സാമപിത്തലക്ഷണങ്ങളാണ്.

ഡോ. ശ്രീകുമാർ

ധാതുലീനാവസ്ഥ പ്രധാനമായും കണ്ടുവരുന്നത് ജീർണ്ണാവസ്ഥകളിലാണ് (സർവദേഹപ്രവിസൃതാൻ). കുട്ടികളിൽ പ്രത്യേകിച്ചും ശ്വാസരോഗങ്ങളിലും ത്വഗ്രോഗങ്ങളിലും തുടർച്ചയായി ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്ന സാഹചര്യങ്ങളിൽ ധാതുലീനാവസ്ഥ പ്രകടമാ യിക്കാണാം. ആമഹരവും ബല്യവുമായിട്ടുള്ള അല്ലെങ്കിൽ രസായനിയുവുമായിട്ടുള്ള മരുന്നുകളുടെ പ്രയോഗത്താൽ ഇത്തരം അവസ്ഥകളെ സാധാരണ ഗതിയിലേക്ക് കൊണ്ടുവരാൻ കഴിയും.

ഡോ. ശ്യാമകൃഷ്ണൻ (ചോദ്യം)

അലോപ്പതി ചികിത്സാരംഗത്ത് ആന്റിബയോട്ടിക്കുകൾ എന്ന പോലെ ആയുർവേദ മരുന്നുകളുടെ തുടർച്ചയായ ഉപയോഗവും ലീനാവസ്ഥയ്ക്ക്

കാരണമാകുന്നുണ്ടോ ?

ഡോ. കൃഷ്ണ പ്രസാദ്
ശ്വാസകാസരോഗങ്ങളിൽ തുടർച്ചയായുള്ള ആന്റിഹിസ്റ്റമിൻ പ്രയോഗം ലീനാവസ്ഥയ്ക്കു കാരണമാകുന്നു. അല്പലവണ മധുര ദ്വേഷം, കടുപ്രിയം, നാവിലെ ഉപലേപത്വം, മുഖത്തെ ശോഫഭാവം എല്ലാം ഇതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളായി പറയാം. രസങ്ങളോടുള്ള പ്രതിപത്തി രോഗനിർണ്ണയത്തിൽ സസൂക്ഷ്മം നിരീക്ഷിച്ച് മനസ്സിലാക്കേണ്ട വസ്തുതയാണ്.

ഡോ. ബിനിത
വേർപ്പെടുത്താനാകാത്ത വിധം ലയിച്ചത് എന്നർത്ഥത്തിലാണ് ലീനം എന്ന വാക്കുപയോഗിക്കുന്നത്. വിഷമജ്വരം, ശ്വാസം, ഗ്രഹണി, അപസ്മാരം മുതലായ രോഗങ്ങളിൽ ലീനത്വത്തെ പരിഗണിക്കേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. ലീനമായിരിക്കുന്ന അവസ്ഥകളിൽ ക്ലേദം കാണപ്പെടുന്നില്ല എന്നു പറയാം. അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ സ്നേഹനം, സ്വേദനം മുതലായ പൂർവ്വ കർമ്മങ്ങളെകൊണ്ട് ദോഷങ്ങളെ കോഷ്ഠത്തിലെത്തിക്കുന്നു. പഞ്ചകർമ്മങ്ങളെ പറയുന്നത് ലീനദോഷത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിലാണെന്നു വേണമെങ്കിൽ പറയാം. (ലീനത്വാത് കാർശ്യ വൈവർണ്യ ജാഡ്യാദീനാദധാതി...). വിഷമജ്വരത്തിന്റെ സന്ദർഭത്തിൽ ഇത് കാണാം. ശോധനചികിത്സയാണ് പരിഹാരമായി പറയുന്നത്. ലീനദോഷത്തെ ഉന്മൂലനം ചെയ്യുന്നതിനായി ക്രമമായി ബൃംഹണചികിത്സയും പറയുന്നു (ഭേഷജക്ഷപിതേ പഥ്യമാഹാരൈർബൃംഹണം). കാരണം ലീനത്വത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളായി പറയുന്ന കാർശ്യ, വൈവർണ്യം പോലുള്ള അവസ്ഥകൾ പരിഹരിക്കുന്നതിന് ബൃഹണം തന്നെയാണ് ഉത്തമം.

ഡോ. ശ്യാമകൃഷ്ണൻ
കരൾ സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങളിൽ ലീനദോഷലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടമായി കാണാറുണ്ട്. ചികിത്സയിൽ ലീനത്വത്തെ ഉൾക്കൊള്ളിക്കുമ്പോൾ ഏറ്റവും ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ട വിഷയങ്ങളിൽ ഒന്നായി കണക്കാക്കേണ്ടതുണ്ട്. ചികിത്സയുടെ ആദ്യാവസരങ്ങളിൽ ആമസ്തംഭനമായോ ആമവിരുദ്ധമായോ ഉള്ള പ്രയോഗങ്ങളാൽ അവസ്ഥയ്ക്ക് വിഷമ സ്വഭാവം കൈവരികയും ലീനത്വത്തിലേക്ക് പരിണമിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതായി കാണാം. ആചാര്യൻ വളരെ വ്യക്തമായി ഇത്തരം സാഹചര്യങ്ങളെ എടുത്തു പറയുന്നു. (സ്നാനാഭ്യംഗപ്രദേഹാംശ്ച പരിശേഷം ച ലംഘനം). പതിമുകം, കരിങ്ങാലിവെള്ളം, ചായ മുതലായ ആമസ്തംഭനം ഉണ്ടാക്കുന്ന ആഹാരങ്ങൾ ധാരാളമായി നിത്യ ജീവിതത്തിൽ ഉപയോഗിച്ചു വരുന്നു. ഇത്തരം കാര്യങ്ങൾ ഹിസ്റ്ററി ടേക്കിങ്ങിൽ ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ട വളരെയധികം പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന ഘടകങ്ങളാണ്. താത്ക്കാലികമായി രോഗശമനത്തിനായി ചെയ്യുന്ന പലകാര്യങ്ങളും ലീനത്വത്തിന് വഴിവെക്കുന്നതായി കാണാറുണ്ട്. നിദാനപരിവർജ്ജനവും ശോധനചികിത്സയും തന്നെയാണ് ഇത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ സഹായകരമാകുന്നത്.

അവസാന ഭാഗം ആപ്ത ഡിസംബർ ലക്കത്തിൽ

Ayurveda First

Celebrating her freedom

Tila Kwatha Granules
On date. On time.

Ayurvedic solution for menstrual irregularities.
An effective solution for Amenorrhea, Dysmenorrhea and PCOD.

ASHTAVAIDYAN THAIKKATTU MOOSS
VAIDYARATNAM
Since 1941

Vaidyaratnam Oushadhasala Pvt. Ltd.,
Vaidyaratnam Road, Ollur, Thaikkattussery P.O, Thrissur, Kerala - 680 306, Tel: 0487 2432732,
mail@vaidyaratnammooss.com | www.vaidyaratnammooss.com

Manufacturing I Marketing I Exports I Hospitals I Treatment Centres I Ayurveda College I Research & Development I Herbal Gardens
Publications I Ayurveda Museum

NO COMPROMISE ON

IMMUNITY

immuno tone

Immunity Against Viral Diseases

weltone

A Health Tonic for the Complete Family

Ingredients : Gudoochi, Mustha, Parpataka, Sundi, Dhaanyaka, Thulasi, Chiruvilva, Devadara, Khandasita.

Benefits : Immunity booster and rejuvenative, Anti-pyretic properties, Anti-inflammatory, Anti-viral, Good in respiratory tract infections, Hepato-protective, Improves body metabolism, Controls Nausea and morning sickness, Good for children and infants.

Ingredients : Ashwagandha, Shatavari, Amalaki, Vidari, Musali, Sita.

Benefits : Effective in weakness, fatigue etc., Improves vitality and rejuvenative, Improves respiratory health, Useful in Gastric problems, Supports lactation, Reduces menopause related issues, Good for children and infants.

For use of Regd. Medical Practitioners only.

Since 1920

Ashtavaidyan Thrissur Thaikat Mooss'

SNA OUSHADHASALA PRIVATE LIMITED

Moosspet Road, East Fort,
Thrissur, Kerala - 680 005
T: 0487-2420948, 2441948
mail@thaikatmooss.com
www.thaikatmooss.com

The Arya Vaidya Pharmacy (Coimbatore) Limited
Founder
Arya Vaidyan
P V Rama Varier
കോയമ്പത്തൂർ ആര്യ വൈദ്യ ഫാർമസി
പൗരാണികവൈദ്യ ശാസ്ത്രത്തെ ആധുനിക കാലത്തേക്ക്
ഫലപ്രദമായി സന്നിവേശിപ്പിച്ച ഉത്തമ സ്ഥാപനം
എ. വി. പി - ആയുർവേദം, പൂർണ്ണതയോടെ.
Treat your patients with Authentic Ayurveda Formulations from the house of AVP
For Franchise & Agency Enqueries
1800 425 1522
Ksheerabala (101)
Dhathryadi Kashayam
Kalyanaka Gritham Capsule
An Ayurvedic medicine
Mishrakasneham Capsule
An Ayurvedic medicine
The Arya Vaidya Pharmacy (Coimbatore) Limited
MEDICINES / TREATMENTS / HOSPITALS / EXPORTS / EQUIPMENTS/ EDUCATION / RESEARCH
www.avpayurveda.com / shop.avpayurveda.com

ഡോ. എം പി ശ്രീധരൻ നായർ
ശ്രീ. കെ.പി ശങ്കരപ്പിള്ള
ഡോ. വി എസ് പരമേശ്വരൻ നായർ
ഡോ. പി ലക്ഷ്മി
ഡോ. ജി. ഗീത
ഡോ. വി എൻ രാധാകൃഷ്ണൻ
ഡോ. സി എസ് കണ്ണദാസ്
ഡോ. കെ. കൃഷ്ണൻകുട്ടി നായർ
ഡോ. ടി. ഡി. ദാമോദരനുണ്ണി
ഡോ. കെ. രവിശങ്കർ
ഡോ. എൻ പുരുഷോത്തമൻ
പി രാമൻ നമ്പ്യാർ
കോന്നിയൂർ കെ എൻ കേശവപിള്ള
ഡോ. കെ കേശവൻ നായർ
ഡോ. പി ശങ്കരൻ നായർ
ഡോ. ശ്രീകണ്ഠൻ നായർ
ഡോ. സുഭദ്ര അന്തർജ്ജനം
ഡോ. ജയപ്രകാശ്
ഡോ.കെ.എ. ചന്ദ്രശേഖരൻ നായർ
ഡോ. റസിയാമണി

അധ്യാപകസ്മൃതി

കേരളത്തിലെ ആയുർവേദ അധ്യാപനത്തിന്റെ പരിവർത്തന ദശകളെ പ്രതിനിധീകരിച്ച മണ്മറഞ്ഞ അധ്യാപക പ്രതിഭകൾ, പ്രസ്തുത അധ്യാപകരെക്കുറിച്ച് ആപ്ത എഡിറ്റോറിയൽ ടീം നടത്തിയ വിവരശേഖരണം ''അധ്യാപകസ്മൃതി'' മുഴുവൻ ഭാഗവും വായിക്കാനും ഡൗൺലോഡ് ചെയ്യാനും ക്യൂ ആർ കോഡ് സ്കാൻ ചെയ്യുക.

AMAI അർദ്ധ വാർഷിക കൗൺസിൽ

Start
a new life

FEDERAL HOME LOANS

- 30 - year payback tenure*
- Flexible repayment to save on interest
- Home Plus loans on attractive terms

* Conditions apply

24x7 1800 420 1199
1800 425 1199
+91 484 2630994/5 (NRI)

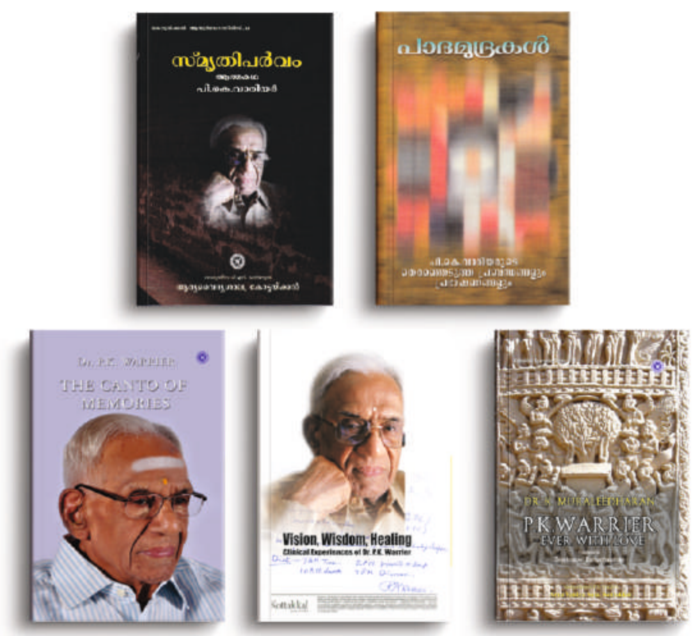
www.federalbank.co.in

SATAPOORNIMA
100

Kottakkal
ayurveda

മഹാവ്യക്തിത്വത്തിന്റെ പ്രതിഫലനങ്ങൾ

ഡോ. പി.കെ. വാരിയരുടെ ആത്മകഥ, ലേഖനസമാഹാരം... മറ്റു പുസ്തകങ്ങളും



സ്മൃതിപർവം • പാദമുദ്രകൾ

The Canto of Memories • Vision, Wisdom, Healing • P.K. Warrier - Ever With Love

പുസ്തകങ്ങൾ ആര്യവൈദ്യശാലയുടെ പ്രസിദ്ധീകരണ വിഭാഗത്തിൽനിന്നും ശാഖകളിൽനിന്നും ലഭിക്കുന്നു

പ്രസിദ്ധീകരണ വിഭാഗം, ആര്യവൈദ്യശാല, കോട്ടയ്ക്കൽ ഫോൺ : 0483 2742225, 2746665

publications@aryavaidyasala.com https://www.aryavaidyasala.com/publications.php shop.aryavaidyasala.com

ആയുർവേദത്തിന്റെ ആധികാരികമാർഗം

THE ARYA VAIDYA SALA KOTTAKAL

വൈദ്യരത്നം പി.എസ്. വാരിയരുടെ

ആര്യവൈദ്യശാല

ESTD 1902 കോട്ടയ്ക്കൽ-676 503, കേരളം

Tel.: 0483 2808000, 2742216 | E-mail: mail@aryavaidyasala.com

Manufactured & Marketed by :
Sreedhareeyam Farmherbs India Private Ltd, Koothattukulam, Ernakulam, Kerala, India - 686662
Phone +91 79024 90000 / 01. Email : connect@sreedhareeyam.com

Dr Gopikrishna S
Assistant Professor
Dept. of Agadatantra
VPSV Ayurveda College
Kottakkal

Dr. Megha KS,
Final yr MD Scholar,
Dept. of Agadatantra,
VPSV Ayurveda College,
Kottakkal

Kalyanaka Ghrita – A Promising Formulation against Chemo and Radiotoxicty

Introduction

Cancer is the second leading cause of death as per WHO and it is estimated that 10 million deaths are reported globally due to cancer. Unfortunately every cancer treatment has the potential to cause toxicity. Intestinal injuries, myelosuppression and anaemia are the major drawbacks of these treatments which causes significant morbidity and hampers the quality of life of cancer survivors. 90% of cancer patients receiving chemotherapy suffer from oral mucositis and 62% of patients suffer from gastrointestinal radition injuries. Clinical manifestations of gastrointestinal radiation injury can have acute presentation during or soon after a course of radiation therapy. They can also get presented insidiously within a few months or years due to a chronic process of trans mural fibrosis and vascular sclerosis. A combined course of chemotherapy with radiation increases the rate of acute intestinal toxicity. There is twelve fold increase in risk of these injuries in combined therapies. Designing of a treatment plan which is capable of protecting normal tissue from the lethal actions of these therapies without compromising its anticancer activity is the need of the hour.

According to *Ayurveda,* the substance which after getting into the body, vitiates *rasadi dhatus* and hampers health as well as life is considered as *Visha*. It is mainly classified into *sthavaram*, *jangamam* and *kritrimam*. Among these, *kritrima visha/ Gara* is considered to be a wrong combination of different substances. As per definition, *Gara visha* (*samyogaja visha*) is combination of different substances either toxic or non-toxic, which later becomes toxic by the mode of combination or by *paka*. This category includes different types of life saving medicines too.

Mode of action of *Gara visha*:

Generally *Gara* can be considered as low potency poison. It will not undergo proper digestion and assimilation. As a result it cannot be properly expelled out of the body and gets accumulated leading to *agnimandhya.* It will result in *srothorodha* and thereby interferes *dhatuparinama* and finally leading to vitiation of *ojus*. Property of these poisons is that it accumulates in the body and produces symptoms in a manner of *asu* (acute)*, chirath* (sub-acute) or *chiratharath* (chronic). *Gara visha* is considered to be *apranaharam* and *chirakalarogajanakam*. If any kind of *visha*

has entered the body, whether it is *sthavara*, *jangama or kritrima*, it has to be addressed by *visha hara dravya* itself. These were the logics behind the selection of the yoga – *Kalyanaka ghrita* from *Susrutha samhita, kalpasthana.*

Drug review – Kalyanaka-ghrita

Kalyanaka Ghrita, a popular and widely used antitoxic formulation mentioned in Susrutha Samhita Kalpasthana is having wide indications including Visha. Many ingredients of this formulation have scientifically proved Radio protective and Antioxidant property.

Protective effects of Curcumin against gamma – radiation induced ileal mucosal damage.

Punica granatum peel extract protects against ionizing radiation- induced enteritis and leukocyte apoptosis in rats.

The evaluation of the radio protective effect of Thriphala in the mice exposed to gamma-radiation.

So this formulation may act as defender from the toxicity due to scavenging free radicals that cause damage to biomolecules.

Ingredients:

Vidanga, Amalaki, Vibhithaki , Harithaki, Danthi, Devadaru, Harenu, Ulpalam, Padmakam, Dadimam, Malathi puspham, Haridra, Daruharidra, Sariba, Krishna Sariba, Manjistha, Kesaram, Talesapatra, Salaparni, Prsniparni, Priyangu, Bruhati, Kushtam, Thagaram, Kantakari, Elavalukam, Chandanam

A study done by M.A.Ajitha et in 2012 proved Chemo protective effect of Kalyanaka Ghrita against Cyclophosphamide induced toxicity in male BALB/c mice. Another study done by Shitha N.R. et,al in 2013 proved Radio protective effect of Kalyanaka Ghrita on radiation induced male Swiss albino mice.

Methodology of the study of first study for proving Chemo protective effect:

Animals are divided into 4 groups of 10 animals in each group.

Group 1: Normal

Group 2: Cyclophosphamide 25mg/kg

Group 3: Drug lower dose + Cyclophosphamide 25 mg/kg

Group 4: Drug higher dose + Cyclophosphamide 25mg/kg

Animals in group 3 & 4 were treated with drug for continuous 15 days and Cyclophosphamide administered to group 2, 3 and 4 for 10 days from 6th day onwards of Kalyanaka Ghrita administration. On every 3rd day blood collected from tail vein of the animals of each group. Hematological parameters such as Hb, WBC count, and Differential count were analyzed. On 16th day all animals were sacrificed, blood and organs such as kidney, liver and portion of intestine were collected and analyzed.

Methodology of the study of second study for proving Radio protective effect:

Animals are divided into 5 groups of 6 animals in each group.

Group 1: Normal

Group 2: Control; treated with radiation of 6GY

Group 3 : Drug lower dose (50ul) + radiation of 6 GY
Group 4: Drug middle dose (100ul) + radiation of 6GY
Group 5: Drug higher dose (200ul) + radiation of 6GY
Treatment was started 5 days prior to radiation exposure. All animals except group1 were exposed to single dose whole body radiation (6GY) on 6 th day of Kalyanaka Ghrita administration. Administration of Kalyanaka Ghrita was continued for another 8 days. Blood was collected by tail bleeding on 1st day, 2nd day, 3rd day, 6th day & 8th day after irradiation and hematological factors are analyzed. Collected the bone marrow, liver and intestinal mucosa by scrapping with a glass slide and kept at -20degree Celsius for histopathological evaluation.

Results:

The study done by M.A.Ajitha et, al in 2012 on Chemo protective effect of Kalyanaka Ghrita against Cyclophosphamide induced toxicity in male Balb/c mice showed that Kalyanaka Ghrita was found to be highly significant in providing protection of organs from the toxicity . Both groups treated with Kalyanaka ghrita significantly reduces the hepatotoxicity and nephrotoxicity. ALP, AST, ALT, serum urea and serum creatinine level decreased up to normal value ($P< 0.001$). Myelosupression and anemia are the most common side effects of chemotherapy following the administration of drug, lowest leukocyte count will occur on 7 – 14 day and the recovery occurs 21 – 28 days. On analysis Kalyanaka Ghrita found to be highly effective to increase bone marrow cellularity and thereby hematological parameters – HB, TLC, and Differential count of leukocytes. It significantly increased bone marrow cells, leucocyte count and Hb content ($P< 0.001$). Proportional increase is also seen in between granulocytes and agranulocytes. These results revealed that drug is beneficial to protect from the hematological toxicity and myelosuppression caused by Cyclophosphamide.

Chemotherapy drugs including Cyclophosphamide produces significant increase in oxidative stress in control group. In Kalyanaka Ghrita treated groups, antioxidant enzyme Catalase and GSH level increased and Lipid peroxidation level reduced significantly ($P < 0.001$). This indicates that the drug is highly significant to protect oxidative stress followed by administration of Cyclophosphamide.

Histopathological study of Liver after inducing toxicity revealed pleomorphism and disruption in cellular membrane of hepatocytes of control group. There were groups of large polyhedral or oval cells with hyper chromatic vesicular nuclei. Kalyanaka Ghrita treated group showed normal liver tissue with normal portal triad and central venous system. Sinusoidal space and kupffer cells were normal. In case of renal toxicity, control group showed disruption of cellular membrane of nephritic cells. But both the concentrations of study drug treated groups showed tissues with

membrane of nephritic cells. But both the concentrations of study drug treated groups showed tissues with normal glomeruli and cellularity, tubules and interstitial tissues appeared normal. In case of intestine toxicity, control group showed evidences of cellular destruction and large areas of aggregation of lymphocytes in sub mucus layer. In both concentration of study drug treated groups, showed normal mucosal glands and villi. Among two doses higher dose drug seems to be more effective than lower dose. Study established that Kalyanaka Ghrita possess a potent chemo protective effect in Cyclophosphamide induced toxicity.

The study done by Shitha N.R.et, al in 2013 on Radio protective effect of Kalyanaka Ghrita on radiation induced male Swiss albino mice showed that radiation produces damages mainly to highly proliferating cells, including myleosuppression. As a result total leukocytes were reduced significantly. Immediate effects of the radiation exposure to the patients could be seen on the cells which have degree of replication such as WBC, Bone marrow as well as intestinal mucosa and cell death due to radiation can produce immunological imbalance in the body. In the present study it was found that administration of study drug along with radiation could be significantly improve the hematological parameters such as WBC, bone marrow cells in the animals exposed to radiation treatment. Also the drug respond to increase the antioxidant status in the body as seen by the increased antioxidant enzymes such as SOD, GPx, Catalase and increased cellular glutathione levels. Major findings include:

Total WBC and Hb content of normal rats as well as the Kalyanaka Ghrita treated rats were almost similar.

Antioxidant enzymes: Superoxide dismutase, Glutathione peroxidase, Catalase and Glutathione levels were found to be significantly increased in Kalyanaka Ghrita treated groups.

Histological analysis of the intestinal mucosa indicated that he damaged mucosa cells by radiation were found to be repaired by administration of Kalyanaka Ghrita.

Pharmacodynamics of Kalyanaka Ghrita

Rasam : Thiktha, Kashaya, Guna : Laghu, Rooksha, Veerya : Ushna, Vipaka : Katu

Karma : Deepana, Pachana, Raktavardhaka, Raktadoshahara, Agnimandhya hara, Agnivardhaka, Amadoshahara, Vrunahara, Kustahara

Dosha : Pitta Kapha samana

Among 28 drugs, 13 of them possess Vishahara property. Ingredients like Manjistha, Kesaram, Dadimam, Sariba, Priyangu, and Chandanam are Vishaghna dravya. The peculiar Vishaghna property of this yoga might have helped the body from the toxic effect entered either by metabolizing into nontoxic molecules or by fastening the elimination process. Thriphala is one of the major ingredients of this yoga. Rasayana property of Thriphala is proven. Thus the drugs (Thriphala, Vidanga) having Rasayana guna have promoted the healing, repair and rejuvenation of damaged cells.

Probable mode of action of Ghrita

The Deepana guna of ghrita promotes Agni relives agnimandhya and srothorodha. As far as visha is considered, this guna might help the favorable conjugation of toxic material thereby converting them into relatively less toxic / nontoxic ones which in turn reduces cumulative property of toxins. Most toxins are lipophilic in nature. During detoxification, toxins easily conjugate with lipid molecules and the liver can make it water soluble and eliminate easily. Biochemically cell membrane is composed of complex mixture of lipids, proteins and carbohydrates. Lipids play major role to maintain and repair the cell membrane. Ghrita (Yogavahi) when used as carrier media facilitates the transport of active principles across the cell membrane.

Modern medicine is exploring for biological strategies which aim to modulate the normal tissue response to ionizing radiation or to increase its resistance to it so as to minimize the radiation injuries to GI tract. They are:

1) Use of radio protectors (Agents administered prior to radiotherapy for normal tissue prophylaxis) and mitigators (administered during the course of treatment) are gaining much attention.

2) Anti-inflammatory agents: reduce severity of acute intestinal inflammation following irradiation.

3) Anti-oxidants: cyto protective effects by reducing cellular oxidative stress following radiation injury to intestinal mucosa.

They targets different mechanisms mediating chronic inflammatory and fibrotic process that underlie the delayed pathological changes in the gastrointestinal tract. Almost similar actions can be expected from the Kalyanaka ghrita also.

Conclusion:

Formulation Kalyanaka ghrita is mentioned in visha chikitsa prakarana by Acharya Susrutha in kalpasthana and includes visha and gara as prime indication. Individual drugs have vishahara, rasayana, agnimandhya hara, raktadoshahara, Vrunahara, Raktavardhaka property. Ghrita is one of best Vishahara dravya and Yogavahi guna of ghrita would have accelerated the property of study drug. The individual drugs of the formulation possess anti - inflammatory property which helps to modulate various cellular and cytokine pathways in turn reducing the severity of acute intestinal inflammation following irradiation and chemotherapy. The Kalyanaka ghrita might have helped in modulating the normal tissue responses to ionizing radiation and chemo toxicity by increasing its resistance to it. The results indicated that simultaneous administration of Kalyanaka Ghrita could reduce the side effects produced by radiation and chemotherapy which will help to improve the quality of life of cancer patients.

Acknowledgments:

I express my sincere gratitude towards Dr. Ajitha M A, Dr. Shitha N R (Researchers) Dr. C.M.Sreekrishnan (Guide), Dr. Jose Padikkala (Co- Guide) and Dr. Ramadasan Kuttan (Co- Guide) and all other teaching faculties in the Department of Agad Tantra, VPSV Ayurveda College, Kottakkal.

NAGARJUNA
AYURVEDA
The healing touch of Ayurveda brought to you by
* About 500 traditional Ayurvedic products
* 36 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
* Provides the complete range of authentic and scientific ayurveda treatment
ARTILON
SOFT GEL CAPSULE
the vigilant sentinel for Bones & Joints
SCIATILON
SOFT GEL CAPSULE
the unmatched Lumbo-sacral reinforcement
SPONDYLON
SOFT GEL CAPSULE
the unparalleled Vertebral specialist
CARDOSTAB
TABLET
the comprehensive Anti-hypertensive
DIARID
TABLET
the comprehensive control to Diabetes Mellitus
PSORIA
OIL
the dependable choice to control Psoriasis
COUNT PLUS
GRANULES
the invigorating answer to Infertility
NAGARJUNA HERBAL CONCENTRATES LTD.
Thodupuzha. Tel: +91 9961633366 | E-mail: cmo@nagarjunaayurveda.com
www.nagarjunaayurveda.com
Reviving an ancient tradition for modern healthcare

എ എം എ ഐ അർദ്ധ വാർഷിക കൗൺസിൽ

AMAI സംസ്ഥാന അർദ്ധ വാർഷിക കൗൺസിൽ 6.11.2022 ഞായറാഴ്ച അങ്കമാലി ആയുർവേദ ഭവനിൽ നടന്നു. സംസ്ഥാന പ്രസിഡണ്ട് ഡോ.ലീന സി.ഡി അധ്യക്ഷത വഹിച്ച യോഗത്തിന് സംസ്ഥാന സെക്രട്ടറി ഡോ. രാജേഷ് സ്വാഗതമാശംസിച്ചു. സംസ്ഥാന സെക്രട്ടറി ഡോ. സിരിസൂരജ് അനുശോചന പ്രമേയം അവതരിപ്പിച്ചു.

കഴിഞ്ഞ സംസ്ഥാന കൗൺസിലിന് ശേഷമുള്ള പ്രവർത്തന റിപ്പോർട്ട് ഡോ. അജിത് കുമാറും (ജനറൽ സെക്രട്ടറി AMAI) വനിതാ കമ്മറ്റി റിപ്പോർട്ട് ഡോ.ടിന്റുവും (AMAI വനിതാ കമ്മറ്റി കൺവീനർ) അവതരിപ്പിച്ചു. ഡോ. മുഹമ്മദ് റാസി (AMAI സംസ്ഥാന ട്രഷറർ) അർദ്ധ വാർഷിക വരവ് ചിലവ് കണക്കും AMAI സോണൽ കമ്മിറ്റി റിപ്പോർട്ടുകൾ ഡോ. വരുൺ നടരാജൻ(AMAI TVM Zone), ഡോ.ജോയ്സ് (AMAI EKM Zone), ഡോ. അൻസാർ അലി (AMAI TCR Zone), ഡോ സുധീർ (AMAI KKD Zone) എന്നിവരും അവതരിപ്പിച്ചു. തുടർന്ന് വിവിധ ജില്ലകളെ പ്രതിനിധീകരിച്ച് താഴെ പറയുന്ന ഡോക്ടർമാർ ചർച്ചയിൽ പങ്കെടുത്തു

ഡോ.സുരേഷ് ബാബു, ഡോ. ശ്രീജിൻ
ഡോ. അജിത് കുമാർ, ഡോ. അതുൽ, ഡോ. ഷെർലി ദിവാനി, ഡോ. വിജയ ഗോപാൽ
ഡോ. സൈനുലാബ്ദീൻ, ഡോ. അനൂപ്, ഡോ. ജിഷ, ഡോ. ഹാരിസ്, ഡോ. ജിൻഷിദ് സദാശിവൻ, ഡോ. ദിവ്യ, ഡോ.ബിന്ദു, ഡോ. മോഹൻ, ഡോ. ഉഷ, ഡോ.രജീഷ്, ഡോ.ബിനോയ് .

റിപ്പോർട്ടും വരവ് ചിലവ് കണക്കും യോഗം അംഗീകരിച്ചു. പബ്ലിക്ക് ഹെൽത്ത് ആക്റ്റുമായി ബന്ധപെട്ട വിഷയങ്ങൾ, യുവത പ്രൈവറ്റ് സബ്ബ് കമ്മറ്റി സമർപ്പിച്ച യുവ ഡോക്ടർമാരുടെ സാലറി വിഷയം, AMA അക്കാദമി പ്രവർത്തനങ്ങൾ, AMA RESEARCH FOUNDATION പ്രവർത്തനങ്ങൾ,സബ്ബ് കമ്മറ്റി പ്രവർത്തനങ്ങൾ, AMAI മെമ്പർഷിപ്പ് , ആശ്വാസ് പ്ലസ് ക്യാമ്പയിൻ എന്നിവ സംബന്ധിച്ചും കൗൺസിൽ യോഗം വിശദമായി ചർച്ച ചെയ്തു അടുത്ത സംസ്ഥാന സമ്മേളനം ഏപ്രിൽ അവസാന വാരം മെയ് ആദ്യവാരം കാസർഗോഡ് ജില്ലയിൽ വച്ച് നടത്തുന്നതിന് തീരുമാനിച്ചു. ആരോഗ്യ പാഠത്തിന്റെ പ്രചാരം വർധിപ്പിക്കുന്നത് സംബന്ധിച്ചും ,ആയുർവേദ ബ്രാൻഡിംഗും സംബന്ധിച്ചും പരിശോധിച്ചു. പുതുക്കിയ AMAI വെബ് സെറ്റ് സംബന്ധിച്ച് കൺവീനർ ഡോ. ബി. രാജേഷ് വിശദീകരിച്ചു.

AMAI അർദ്ധ വാർഷിക കൗൺസിൽ യോഗം താഴെ പറയുന്ന തീരുമാനങ്ങൾ എടുത്തു

1. ദേശീയ ആയുർവേദ ദിന മുദ്രാവാക്യം 'ഹർദിൻ ഹർഘർ ആയുർവേദം' വർഷം മുഴുവൻ ക്യാമ്പയിൻ ചെയ്യാൻ തീരുമാനിച്ചു.
2. ആയുർവേദത്തിനെതിരെയുള്ള കുപ്രചരണങ്ങളെ തടയാനും ആയുർവേദ ബ്രാൻഡിംഗ് സംബന്ധിച്ച് മുഴുവൻ സ്റ്റേക് ഹോൾഡേർസുമായി ചർച്ച ചെയ്ത് പ്രത്യേക പദ്ധതി തയ്യാറാക്കും
3. AMAI പബ്ലിക്കേഷന് International Standard Book Number (ISBN) ന് അപേക്ഷിക്കുന്നതിനും പുസ്തകങ്ങൾ ജില്ലാ കമ്മറ്റി മുഖേനെ വിൽക്കുന്നതിനും തീരുമാനിച്ചു.

4. ആയുർവേദ മേഖ ലയിലെ തൊഴിൽ വിഷയങ്ങൾ സംബന്ധിച്ച് യുവത നടത്തിയ സർവ്വേ റിപ്പോർട്ട് അധികരിച്ച് യുവത പ്രൈവറ്റ് സബ്ബ് കമ്മറ്റിയുമായി ചേർന്ന്

തയ്യാറാക്കിയ മിനിമം വേതനം സംബന്ധിച്ച റിപ്പോർട്ട് കമ്മറ്റി വിശദമായി ചർച്ച ചെയ്ത് ഡോക്ടർമാരുടെ മിനിമം വേതനം 1000 രൂപ (6 മണിക്കൂർ, കൺസൾട്ടിംഗ് ഫീ ഉൾപ്പെടാതെ) , മാസം രൂപ 30000 (ലീവ് ഉൾപെടെ) രൂപയുമായിരിക്കണം എന്ന് തീരുമാനിച്ചു. ഇതിന്റെ തുടർ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നതിന് AMAI മേഖലാ കമ്മറ്റിയെ ചുമതലപ്പെടുത്തി.

5. എല്ലാ ക്യാമ്പസുകളിലും Talent Hunt പരിപാടിയും തുടർന്ന് ഇതിന്റെ ഗ്രാൻഡ് ഫിനാലെയും നടത്തും.

8. ഒട്ടേറെ സർഗാത്മക കഴിവുള്ളവരാണ് നമ്മുടെ ഇടയിലെ പലരും ഇവരെ കണ്ടെത്തുന്നതിനും പ്രോൽസാഹിപ്പിക്കുന്നതിനുമായി AMAI അംഗങ്ങൾക്കായി സർഗ്ഗോത്സവം 2022 തൃശ്ശൂരിൽ വച്ച് നടത്താൻ തീരുമാനിച്ചു.

9. നമ്മുടെ പൊതു ജന സമ്പർക്ക പരിപാടിയായ ആരോഗ്യ പാഠത്തിന് ഇന്നത്തെ സാഹചര്യത്തിൽ ഒട്ടേറെ പ്രസക്തിയുണ്ട്. പൊതുജനങ്ങളിൽ ഇവ എത്തിക്കുന്നതിന് മുഴുവനാളുകളും ഈ പരിപാടി പരമാവധി ഷെയർ ചെയ്യണം.

10. AMAI മെമ്പർഷിപ്പ് ക്യാമ്പയിൻ 2023, 15000 + ജനുവരിയിൽ ആരംഭിക്കും. അതാത് ഏരിയ സമ്മേളനങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് പൂർത്തിയാക്കണം.

11. AMAI സംസ്ഥാന സമ്മേളനം കാസർഗോഡ് ജില്ലയിൽ ഏപ്രിൽ അവസാന വാരം / മെയ് ആദ്യവാരം നടത്തുന്നതിന് തീരുമാനിച്ചു.

12. AMAI ഏരിയ സമ്മേളനങ്ങൾ ജനുവരി ഫെബ്രുവരി മാസങ്ങളിലും ജില്ലാ സമ്മേളനങ്ങൾ ഫെബ്രുവരി മാർച്ച് മാസങ്ങളിലും സംഘടിപ്പിക്കും.

13. AMA Research Foundation ന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ Dr.Agnives memorial PG thesis presentation competition & Dr.Prakash mangalassery memorial UG presentation competition സംഘടിപ്പിക്കും.

14. നവീകരിച്ച AMAI വെബ്സൈറ്റ് പ്രവർത്തന സജ്ജമായി. അംഗങ്ങൾ സൈറ്റിന്റെ സേവനവും ആപ്തയുടെ ഇ കോപ്പികളും CME കളുടെ വീഡിയോകളും ലഭിക്കുന്ന മൊബെൽ ആപിന്റെ സേവനവും ഉപയോഗപ്പെട്ടുത്തണം.

രാവിലെ 10.15 AM ന് ആരംഭിച്ച യോഗം 03.30 PM ന് അവസാനിച്ചു. 158 പേർ പങ്കെടുത്തു.

ഡോ.വിശാഖ് എം.ഡി.
എം.എസ് (ആയു.) ശാലാക്യതന്ത്രം
സ്പെഷലിസ്റ്റ് മെഡിക്കൽ ഓഫീസർ
എൻ.എസ്. ആയുർവേദ ഹോസ്പിറ്റൽ, കൊല്ലം

നേത്രക്രിയാകല്പ മാഹാത്മ്യം

ആയുർവേദത്തിൽ ചികിത്സകളെയെല്ലാം നമ്മുടെ ദൈനംദിന ജീവിതചര്യകളുമായി കോർത്തിണക്കിക്കൊണ്ടാണ് ആചാര്യന്മാർ ചിട്ടപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. മറ്റൊരു ശാസ്ത്രത്തിനും അവകാശപ്പെടാൻ സാധിക്കാത്തവിധം ലളിതമായി ഇവ അവതരിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു. ആരോഗ്യമുള്ളവരെ രോഗങ്ങൾ വരാതെ സംരക്ഷിക്കുക, ആതുരരെ ചികിത്സാവിധികളിലൂടെ പൂർവ്വസ്ഥിതിയിലേക്ക് എത്തിക്കുക എന്നതാണ് ലക്ഷ്യം. ആചാര്യന്റെ ദീർഘവീക്ഷണം ഇന്നും തെറ്റാതെ പാലിക്കേണ്ടതിൽ നമ്മൾ ഓരോരുത്തരുടേയും പങ്ക് വളരെ വലുതാണ്.

ശരീരത്തിനും മനസിനും രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകാമെങ്കിലും അറിവുകളെ ഗ്രഹിക്കുന്ന പഞ്ചേന്ദ്രിങ്ങളെ രോഗങ്ങൾ ബാധിച്ചാൽ അത് രോഗിയെയും ഒരുപക്ഷേ അവരെ ആശ്രയിക്കുന്നവരെയും വളരെ മോശമായി ബാധിക്കാം. പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളിൽ നേത്രത്തിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെപറ്റി എടുത്ത് പറയേണ്ട ആവ്യശ്യമില്ലല്ലോ (സർവേന്ദ്രിയാണാം നയനം പ്രധാനം). ആയുർവേദത്തിൽ ശാലാക്യതന്ത്രത്തിന്റെയും നേത്രക്രിയാകല്പത്തിന്റെയും പ്രാധാന്യം ഇന്നത്തെ ജീവിതരീതികളുമായി ചേർത്ത് നിർത്തി ആലോചിക്കുമ്പോൾ വളരെ പ്രസക്തമാണ്.

സുശ്രുതാചര്യൻ നേത്രരോഗനിദാനത്തിൽ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഇന്നത്തെ ജീവിതശൈലിയുമായി വളരെയധികം ബന്ധം പുലർത്തുന്നുണ്ട്. 'ഉഷ്ണാഭിതപ്തസ്യ ജല പ്രവേശാത് ' എന്ന പ്രയോഗംതന്നെ നോക്കുക. വെയിൽ കൊണ്ട് തലവിയർത്ത് ഒരാൾ എ.സി ഉള്ള കാറിൽ പ്രവേശിക്കുന്നത്, കോപം, ശോകം, ക്ലേശം എന്നിവ, ശുക്ത ആരനാള സേവനം (മദ്യപാനം, ഫെർമെന്റഡ് ആഹാരം ബ്രെഡ്, കുബ്ബുസ്, മുതലായവ), രജോധൂമനിഷേവണം (ട്രാഫിക്, പൊടി പടലങ്ങൾ, പുകവലി) മുതലായവയെക്കുറിച്ചാലോചിച്ചാൽ ആചാര്യൻ പറഞ്ഞുവച്ചത് നമ്മുടെ ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ എത്രമാത്രം പ്രസക്തമാണ് എന്നു മനസിലാകും.

മേൽപ്പറഞ്ഞ നിദാനാദികളാൽ ഉണ്ടാകുന്ന നേത്രരോഗപീഡകളെ നേരിടുന്നതിനായിട്ടാണ് 'നേത്രക്രിയാകൽപം' ഉപദേശിച്ചിരിക്കുന്നത്. സേകം, ആശ്ച്യോതനം, പിണ്ഡി, വിഡാലകം, അഞ്ജനം, തർപ്പണം, പുടപാകം തുടങ്ങി ഏഴുവിധം ലഘുചികിത്സകളുണ്ട്. ദ്രവരൂത്തിലുള്ള കഷായങ്ങളെയോ സ്വരസങ്ങളെയോ നേത്രരോഗങ്ങളുടെ തുടക്കത്തിൽ ഇറ്റിക്കുന്നത് ആശ്ച്യോതനം. ഔഷധങ്ങളെ കഷായരൂപേണ ധാരയായി കണ്ണിലേക്ക് നാല് അംഗുലം ഉയരത്തിൽ നിന്ന് ഒഴിക്കുന്നതിനെ നേത്രസേകം. ഈ കർമ്മങ്ങൾക്ക് ശേഷം ഔഷധങ്ങളെ അരച്ച് ലേപരൂപത്തിലാക്കി കൺപീലികളിൽ പുരളാതെ കൺപോളകളുടെ മുകളിലും തഴെയുമായി ലേപനം ചെയ്യുന്നതിനെ വിഡാലകം അഥവാ പുറമ്പട എന്നു പറയുന്നു.

ആശ്ചോതനത്തിന് ഹിതമായ എല്ലാ രോഗങ്ങളിലും അവ്യക്താവസ്ഥയിലും വിഡാലകം ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ഇതുപോലെ ശീത ഔഷധങ്ങൾ കൺപോളകളിൽവെച്ച് ശേഷം തുണികൊണ്ട് കെട്ടുന്നതിനെ പിണ്ഡി എന്നും പറയുന്നു. കണ്ണിലേക്ക് കൂടുതൽ നേരം തണുപ്പ് നിലനിർത്തുന്നതിനാൽ കണ്ണുവേദന, കഴപ്പ് (Eye Strain) മുതലായവയിൽ വളരെ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിച്ചു വരുന്നു.

ആശ്ചോതനാനന്തരം രോഗകാരണമായ ദോഷം നേത്രത്തെ മാത്രം ആശ്രയിച്ചിരിക്കുമ്പോഴും കണ്ണിൽ ചെറിയ നീരും സ്നിഗ്ധതയും കഠിനമായ ചൊറിച്ചിലും അനുഭവപ്പെടുമ്പോഴും രോഗം പക്വമായി എന്ന് ഗ്രഹിക്കണം. കൺകുരുക്കളും നേത്രസ്രാവവും ചുവപ്പ് നിറവും കുറഞ്ഞു കാണപ്പെട്ടാൽ കനീനക സന്ധി (Medial Canthus) യിൽ നിന്നും അപാംഗ സന്ധി (Lateral Canthus) യിലേക്ക് അഞ്ജനങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. രോഗത്തിനനുസരിച്ച് ലേഖനം, രോപണം, ദൃഷ്ടിപ്രസാദനം എന്ന നിലയിൽ വൈദ്യന് സ്വന്തം യുക്തി പ്രകാരം ഔഷധ ദ്രവ്യങ്ങൾ ചിട്ടപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്. അഞ്ജനാദി ക്രിയകൾകൊണ്ടും രോഗപീഡകൾകൊണ്ടും കണ്ണുകൾക്ക് ക്ഷീണം സംഭവിച്ചിരിക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽ നേത്രരക്ഷക്കായി ചെയ്യുന്ന ബൃംഹണ ചികിത്സയെ തർപ്പണം എന്ന് പറയുന്നു. ഉഴുന്നും യവവും സൂക്ഷ്മചൂർണരൂപത്തിൽ പൊടിച്ച് ആവശ്യം വെള്ളം ചേർത്ത് കുഴച്ച് മയപ്പെടുത്തി രണ്ടു കൺപോളകൾക്ക് ചുറ്റും രണ്ട് അംഗുലം ഉയരത്തിൽ മുകൾഭാഗം നിരപ്പായ രീതിയിൽ ഒരു മതിൽപോലെ വൃത്താകൃതിയിൽ വേണം ഒട്ടിക്കാൻ. ശേഷം ത്രിഫല ഘൃതം, മഹാത്രിഫല ഘൃതം, ജീവന്ത്യാദി ഘൃതം തുടങ്ങി അനുയോജ്യമായ നെയ്യുകൾ രോഗാനുസാരേണ തിരഞ്ഞെടുത്ത് ചെറു ചൂടുവെള്ളത്തിൽ ഇറക്കി ചൂടാക്കി അടഞ്ഞ കൺപോളകളിലേക്ക് കൺപീലികൾ മൂടത്തക്കവിധം ഇറ്റിക്കണം, ശേഷം നിശ്ചിത മാത്രാകാലത്തിൽ രോഗാവസ്ഥക്ക് അനുസരിച്ച് കണ്ണു തുറന്നടക്കണം. സ്വസ്ഥന് 500 മാത്രയാണ് നിർദേശിച്ചിരിക്കുന്നത്. പിന്നീട് ഉഴുന്ന് പാളി എടുത്ത് മാറ്റി കണ്ണ് തുടച്ച് ഉത്ക്ലേശിച്ച കഫത്തെ ശമിപ്പിക്കാൻ ധൂമപാനം ചെയ്യുമ്പോൾ തർപ്പണം അവസാനിക്കുന്നു. അനന്തരം പ്രകാശത്തിലേക്ക് നോക്കരുത്. അതിനായി താമരപ്പൂവിന്റെ ഇതൾ കൊണ്ടോ മുല്ലപ്പൂവ് കൊണ്ടോ കണ്ണ് കെട്ടിവെക്കാവുന്നതാണ്.

നേത്രതർപ്പണം കഴിഞ്ഞ് കണ്ണിനുണ്ടാകുന്ന ക്ലേശം അഥവാ തളർച്ചമാറ്റുന്നതിനായി തർപ്പണാനന്തരം ചെയ്യുന്ന ക്രിയാക്രമത്തെയാണ് പുടപാകം എന്ന് പറയുന്നത്. സ്നേഹനം, ലേഖനം, പ്രസാദനം എന്ന് മൂന്ന് വിധമാണ് പുടപാക ചികിത്സ. വാതദോഷ പ്രകോപത്തിൽ സ്നേഹവും, കഫാനുബന്ധത്തിൽ ലേഖനവും, സ്വസ്ഥനും രക്തപിത്ത വികാരത്തിലും ബലഹീനതക്കും പ്രസാദനവും ആചാര്യൻ നിർദേശിച്ച ഔഷധങ്ങൾ ചേർത്ത് പുടപാകവിധി പ്രാകാരം പാകപ്പെടുത്തി തർപ്പണവിധിപോലെ ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

അമിതമായി മൊബൈൽ, കമ്പ്യൂട്ടർ മുതലായ ഡിജിറ്റൽ ഡിസ്പ്ലേയിലേക് നോക്കുമ്പോൾ കണ്ണിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന ഐ സ്ട്രെയിൻ (eye Strain), കണ്ണുവരൾച്ച (Dry Eye Syndrome), കുട്ടികളിൽ കാണുന്ന കാഴ്ച്ചക്കുറവ് (School Going Myopia) , മുതിർന്നവരിൽ കണ്ടുവരാറുള്ള കാഴ്ച്ച പ്രശ്നങ്ങൾ (Hypermetropia, Astigmatism, Presbyopia) മുതലായ രോഗങ്ങൾക്കും, തിമിരം (Cataract), രാത്ര്യാന്ധ്യം (Night Blindness), വർണ്ണാന്ധത (Colour Blindness), തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങൾക്കും ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങളായ ഡയബറ്റിക് റെറ്റിനോപതി (Diabetic Retinopathy), ഹൈപ്പർടെൻസീവ് റെറ്റിനോപതി (Hypertensive Retinopathy) എന്നിവക്കും ഗ്ലോക്കോമ (Glaucoma) മുതലായ രോഗങ്ങൾക്കും ഇന്ന് ആയുർവേദ നേത്രക്രിയാകല്പ ചികിത്സയിലൂടെ മികച്ച രോഗശമനം ലഭിക്കുന്നു. വർഷത്തിൽ ഒരിക്കലെങ്കിലും ഇത്തരം ചികിത്സയുടെ മഹത്വം തിരിച്ചറിഞ്ഞ് നേത്രസംരക്ഷണത്തിനായി ചെറിയ സമയം ചിലവിടാൻ സാധിച്ചാൽ അന്ധത എന്ന മഹാവിപത്തിനെ ഒരുപരിധിവരെ നമുക്കൊരുമിച്ച് ചെറുക്കാനാവും.

നവീന സാങ്കേതികവിദ്യ സാധ്യതയാണ്; ശ്രമകരവും

ഡോ.നിമിൻ ശ്രീധർ
Managing Director at Ekavaidya Knowledge Services Pvt. Ltd

ഔഷധസസ്യങ്ങളുടെ ഡാറ്റാബേസ് തയ്യാറാക്കുകയും Dravya App വികസിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക വഴി സാങ്കേതിക വിദ്യയെ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിക്കാനുള്ള വഴികൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നു

തികച്ചും അപ്രതീക്ഷിതമായാണ് ദ്രവ്യ ആപ്പ് രൂപപ്പെടുന്നത്. ബി.എ.എം.എസിനു ദ്രവ്യ ഗുണവിജ്ഞാനം പഠിക്കുന്നതിന്റെ ഭാഗമായി ഔഷധസസ്യങ്ങളുടെ വിവരങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നത് ഒരു ശീലമായി മാറി. 2010 ഇൽ കേരള ആയുർവേദ എന്ന സ്ഥാപനത്തിൽ ജോലിക്ക് ചേർന്നപ്പോൾ ഒരു കമ്പ്യൂട്ടർ വിദഗ്ധന്റെ സഹായത്തോടെ ഡാറ്റ എക്സൽ ഷീറ്റിലേക്ക് മാറ്റി. പിന്നീട്, എല്ലാവർക്കും വിവരങ്ങൾ ലഭ്യമാകുന്ന ഒരു സോഫ്റ്റ്വെയർ നിർമ്മിക്കാനുള്ള ചിന്തയുണ്ടായി. അത് ദ്രവ്യം ആപ്പിന്റെ നിർമ്മിതിയിലേക്ക് നയിക്കുകയും ചെയ്തത്. 2014 ൽ ഐ ടി രംഗത്ത് പ്രാവീണ്യമുള്ള വിദഗ്ധരായ കൂട്ടുകാരുടെ സഹായത്തോടെ സോഫ്റ്റ് വെയറിനുള്ള ശ്രമം ആരംഭിച്ചു. പലരുടെയും സഹായത്തോടെ അത് പൂർത്തീകരിച്ചു.

ഓരോ ഔഷധസസ്യത്തിന്റെയും ലഭ്യമായ എല്ലാ വിവരങ്ങളും ശേഖരിച്ച് അവയുടെ മുഴുവൻ ഡാറ്റാബേസ് തയ്യാറാക്കുക എന്നതാണ് ഇപ്പോൾ ചെയ്തു വരുന്നത്. ഓരോ വിവരങ്ങളും ലഭിക്കുന്നതിന് വ്യത്യസ്തമായ കീവേഡിലൂടെ (multiple keywords) ആവശ്യമായ ഏത് ഡാറ്റയും ലഭ്യമാവുന്ന വിപുലമായ പ്ലാറ്റ്ഫോമാണ് നിർമ്മിച്ചിട്ടുള്ളത്. ഇപ്പോഴത്തെ പ്രവർത്തനം രണ്ട് തരത്തിലാണ് നടക്കുന്നത്. ടെക്സ്റ്റ് റെഫറൻസിലൂടെ ലഭ്യമാവുന്ന, സസ്യങ്ങളുടെ മുഴുവൻ വിവരങ്ങളും ശേഖരിക്കുക എന്നതാണ് ഒന്നാമത്തെത്. പുതിയ സാങ്കേതികവിദ്യകൾ ഉപയോഗിച്ചു കൂടുതൽ സഹായകമായ ഡാറ്റാ സ്വീകരണരീതികൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്താനും സങ്കീർണതകൾ കുറച്ച് ആപ്പ് കൂടുതൽ ശക്തിപ്പെടുത്താനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് രണ്ടാമത്തേത്.

ആയുർവേദത്തിൽ എത്തിച്ചേരുന്ന കാലത്ത് ശുഭകരമായിരുന്നില്ല കാര്യങ്ങൾ. ഒരുപാട് വെല്ലുവിളികൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. ജോലി ഉപേക്ഷിച്ചാണ് ഈ ഒരു ആപ്പ് നിർമ്മാണത്തിലേക്ക് കടക്കുന്നത്. മുൻ മാതൃകകളില്ലാത്തത് തന്നെ പ്രധാന വെല്ലുവിളി. 25 ഓളം ഐ .ടി കമ്പനികളുമായി ചർച്ച നടത്തിയിട്ടുണ്ട്. മിക്ക സാങ്കേതിക വിദഗ്ധരും പ്രതീക്ഷകൾ നൽകുമെങ്കിലും സങ്കീർണത കാരണം പലരും തുടർന്ന് സഹകരിച്ചില്ല. ഇതിന്റെ ഒരു ചട്ടക്കൂട് രൂപപ്പെടുന്നതിന് തന്നെ മൂന്ന് വർഷം എടുക്കുകയുണ്ടായി. മുടക്കു മുതൽ സങ്കൽപ്പിക്കുന്നതിനും അപ്പുറത്തായിരുന്നു മറ്റു പലരുടെയും ഇൻവെസ്റ്റ്മെന്റ് കൊണ്ട് കൂടിയാണ് ഇത് യാഥാർത്ഥ്യമായത്.

പുതിയ തലമുറയോട് പറയാനുള്ളത് ഏതെങ്കിലും ഗുണപ്രദമായ ആശയങ്ങൾ ലഭിക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ ആഴത്തിലേക്ക് പോവുക. അതിന്റെ സാധ്യതകൾ ഫലവത്താക്കാനുള്ള മാർഗങ്ങൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യുക. വെല്ലുവിളികളെ സധൈര്യം നേരിടണം. ഒപ്പം പുതിയ സാങ്കേതികവിദ്യകൾ പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്തി മനുഷ്യ സമൂഹത്തിന് മെച്ചപ്പെട്ട ആരോഗ്യം പ്രദാനം ചെയ്യാനും കഴിയണം.

സ്ഥല പരിമിതി മൂലം മുഴുവൻ മേഖലകളെയും ഉൾപ്പെടുത്താൻ സാധിച്ചിട്ടില്ല. അടുത്ത ലക്കത്തിൽ തുടരും.

ELEGANT & DURABLE @ AFFORDABLE

ANJANEYA AYURVEDA HOSPITAL EQUIPMENTS

SSI Reg. NO. 321314148

VAVVAKKAVU, VARAVILA P.O., KARUNAGAPPALLY, KOLLAM DT. KERALA 690 528.

Phone : 0475 2690393, 9447894944

തൃശൂർ സോൺ

തൃശൂർ സോൺ വനിതാ കമ്മിറ്റിയുടെ ബാല ചികിത്സ സി.എം.ഇ സീരീസ് : തൃശൂർ സോൺ വനിതാ കമ്മിറ്റിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ 5 ക്ലാസ്സുകളായി നടത്തപെടുന്ന ബാല ചികിത്സ സി.എം.ഇ സീരിസിന്റെ ഉദ്ഘാടനം 01.11.22 ന് സംസ്ഥാന പ്രസിഡന്റ്, ഡോ. സി ഡി ലീന നിർവ്വഹിച്ചു. തൃശ്ശൂർ സോൺ വനിതാ കമ്മിറ്റികൺവീനർ ഡോ. ഉഷ പി സ്വാഗതം ആശംസിച്ച ചടങ്ങിൽ, തൃശ്ശൂർ സോൺ വനിതാ കമ്മിറ്റി ചെയർപേഴ്സൺ ഡോ. രമ്യ ശിവദാസ് അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു.
സംസ്ഥാന വനിതാ കമ്മിറ്റി ചെയർപേഴ്സൺ ഡോ. അസ്മാബി, തൃശ്ശൂർ സോൺ പ്രസിഡന്റ് ഡോ. അർജുൻ, തൃശ്ശൂർ സോൺ സെക്രട്ടറി ഡോ. അൻസാർ അലി ഗുരുക്കൾ തുടങ്ങിയവർ ആശംസകൾ അർപ്പിച്ച് സംസാരിച്ചു മലപ്പുറം ജില്ലാ വനിതാ കമ്മിറ്റി ചെയർപേഴ്സൺ ഡോ. സിനി എം ധർമരാജ് നന്ദി പറഞ്ഞു. Health and Nutrition of Children എന്ന വിഷയത്തിൽ ഡോ. ലക്ഷ്മി എം കെ (അസോ. പ്രൊഫസർ, ഗവ ആയുർവേദ കോളേജ്, തിരുവനന്തപുരം) പ്രായോഗിക വശങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തി വളരെ വിശദമായി ആദ്യ ദിവസത്തെ ക്ലാസ്സ് എടുത്തു. 100 ൽ അധികം ഡോക്ടർമാർ സജീവമായി പങ്കെടുത്തു ഡോ. അരുൺ വാര്യർ, ഡോ. റോഷ്നി അനിരുദ്ധൻ, ഡോ. ആർ അനൂപ് തുടങ്ങിവർ ക്ലാസുകൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകും. ചൊവ്വാഴ്ച്ചകളിൽ വൈകീട്ട് 7.30 മുതലാണ് ക്ലാസ്സുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നത്.

പത്തനംതിട്ട

പത്തനംതിട്ട വനിതാ കമ്മിറ്റിയും, പത്തനംതിട്ട റോട്ടറി ക്ലബ്ബും സംയുക്തമായി ചേർന്ന് ഒക്ടോബർ 11 ന് (International Day of Girl) 'അമൃതം 'എന്ന പരിപാടി സംഘടിപ്പിച്ചു. മുൻ ജനറൽ സെക്രട്ടറി ഡോ. റാം മോഹൻ പരിപാടി ഉത്ഘാടനം ചെയ്തു. ഗവ. ഹയർ സെക്കന്ററി സ്കൂൾ ഓമല്ലൂർ പ്രിൻസിപ്പൽ ഡോ. സിന്ധു മുഖ്യ അതിഥിയായിരുന്നു. പത്തനംതിട്ട വനിതാ കമ്മിറ്റി കൺവീനർ ഡോ അശ്വതി ആലീസ്, റോട്ടറി സോൺ 29, അസി ഗവർണർ മിസ് ലവ്‌ലി എന്നിവർ ആശംസകൾ അറിയിച്ചു. തുടർന്ന് ഡോ പ്രിയദർശന നാരായണൻ " Menstrual Hygeine" എന്ന വിഷയത്തിൽ ബോധവത്കരണക്ലാസ്സ് സംഘടിപ്പിച്ചു.
ശാന്തിഗിരി ആയുർവേദ സിദ്ധ വൈദ്യ ശാലയും AMAI പത്തനംതിട്ട ജില്ലയും സംയുക്തമായി സംഘടിപ്പിച്ച ശില്പശാല (A COMPREHENSIVE APPROACH TO AYURVEDA AND SIDDHA) ഒക്ട് 30 നു മാരമണ്ണിലുള്ള ആയുർവേദഭവനിൽ നടന്നു. ശ്രീ ഇ കെ ഷാജി (ശാന്തിഗിരി അസിസ്റ്റന്റ് ജനറൽ മാനേജർ) സ്വാഗതം ആശംസിച്ച ചടങ്ങു സംസ്ഥാന അവാർഡ് ജേതാവ് ഡോ. നടരാജൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ജില്ലാ വൈസ് പ്രസിഡന്റ് ഡോ. അശ്വിൻ ഹരി അധ്യക്ഷതയും ജില്ലാ സെക്രട്ടറി ഡോ. ബിഹരികുമാർ മുഖ്യ പ്രഭാഷണവും നിർവഹിച്ചു. ഡോ. ഉഷ കെ പുതുമന, ഡോ. ആർ ജയചന്ദ്രൻ, ഡോ. കെ പി സത്യേന്ദ്രൻ എന്നിവർ ആശംസകൾ അർപ്പിച്ചു. ഡോ. പ്രകാശ് എസ് എൽ , ഡോ. വിവേക് ആൻഡ്രൂസ് എന്നിവർ ക്ലാസ് നയിച്ചു. നാൽപതോളം അംഗങ്ങൾ പങ്കെടുത്ത സെമിനാറിനു ജില്ലാ ട്രഷറർ ഡോ രഞ്ജിത് എസ് കൃതജ്ഞത അറിയിച്ചു. മല്ലപ്പള്ളി ഏരിയ ദേശീയ ആയുർവേദ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി നാം ആയുഷ് ഗ്രാമം പദ്ധതിയും കൂടി ചേർന്ന് സ്കൂൾ കുട്ടികൾക്കായി പോസ്റ്റർ രചന മത്സരം സംഘടിപ്പിച്ചു.

എറണാകുളം

എറണാകുളം ജില്ലാ കമ്മിറ്റിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഒക്ടോബർ 18 നു Death -Confirmation & Certification എന്ന വിഷയത്തിൽ വെബിനാർ സംഘടിപ്പിച്ചു. ജില്ലാ പ്രസിഡന്റ് ഡോ.ഇട്ടൂപ്പ് ജെ. അഞ്ചേരിലിന്റെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽ ചേർന്ന യോഗത്തിൽ ഡോ.സാദത്ത് ദിനകർ (ചെയർമാൻ, എ എം എ ഐ ലീഗൽ സബ് കമ്മിറ്റി, മെഡിക്കൽ കൗൺസിൽ മെമ്പർ) ഉദ്ഘാടനം നിർവ്വഹിച്ചു. ഡോ.എ .പി. ശ്രീകുമാർ(എ എം എ ഐ ലീഗൽ സബ് കമ്മിറ്റി മുൻ ചെയർമാൻ) ആശംസകളർപ്പിച്ചു. ഡോ. അസൈനാർ എം (എസ് എം ഒ, ജി എ ഡി വിളയൂർ, പാലക്കാട്) ഈ വിഷയത്തിൽ വളരെ വിജ്ഞാനപ്രദമായ ക്ലാസ്സ് എടുത്തു. മരണ സ്ഥിരീകരണത്തിലെ എല്ലാ വശങ്ങളെ കുറിച്ചും ആധികാരികമായി പ്രതിപാദിക്കുന്നതിനോടൊപ്പം നിയമവശങ്ങളെ കുറിച്ചും പരാമർശിച്ചു. 465 പേർ പങ്കെടുത്ത വെബിനാറിൽ അവസാന ഭാഗത്ത് ചർച്ചയും നടന്നു. ജില്ലാ സെക്രട്ടറി ഡോ. ടിൻസി ടോം സ്വാഗതവും ജില്ലാ ട്രഷറർ ഡോ. ശിവൻ പി.പി. നന്ദിയും രേഖപ്പെടുത്തി.

<u>ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് & ലഹരി വിരുദ്ധ ക്യാമ്പയിൻ:</u> പെരുമ്പാവൂർ ഏരിയ കമ്മിറ്റിയുടെയും, മീമ്പാറ റെസിഡന്റ്സ് അസോസിയേഷന്റെ യും സംയുക്ത ആഭിമുഖ്യത്തിൽ നടത്തിയ സൗജന്യ ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് സംഘടിപ്പിച്ചു. ഗ്രാമ പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റ് പി പി അവറാച്ചൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ഏരിയ പ്രസിഡന്റ് ഡോ. എലിസബത്, ഡോ ആനന്ദ്, ഡോ. ജോയ്സ്. കെ. ജോർജ് എന്നിവർ രോഗികളെ പരിശോധിച്ചു. മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പിനോടനുബന്ധിച്ച്ലഹരി വിരുദ്ധ ക്യാമ്പയിനും സംഘടിപ്പിച്ചു.

<u>പോസ്റ്റർ മേക്കിംഗ് & ക്വിസ് മത്സരം ;</u> പിറവം ഏരിയയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ആയുർവേദ ദിനാചരണത്തോടനുബന്ധിച്ച് ഇന്റർ സ്കൂൾ പോസ്റ്റർ മേക്കിംഗ് മത്സരം സംഘടിപ്പിച്ചു. പിറവം സെന്റ് ഫിലോമിനാസ് എച്ച്എസിൽ വച്ച് ആയുർവേദം, ആരോഗ്യം, പൊതു വിജ്ഞാനം എന്നിവയെ അടിസ്ഥാനമാക്കി ക്വിസ്സ് മത്സരവും സംഘടിപ്പിച്ചു. പിറവം ഏരിയ വനിതാ കമ്മിറ്റിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഗൃഹ ഔഷധികളെ പരിചയപ്പെടുത്തുന്ന ഒരു വീഡിയോ ജനങ്ങൾക്കായി റിലീസ് ചെയ്തു

<u>വൈദ്യസമീക്ഷ :</u> അങ്കമാലി, പെരുമ്പാവൂർ ഓൺലൈനിലും മുവാറ്റുപുഴയിൽ നേരിട്ട് ഡോ.അഞ്ജനയുടെ നേതൃത്വത്തിലും, പറവൂർ ഏരിയയിൽ ധന്വന്തരി ജയന്തിയോടനുബന്ധിച്ച് അഞ്ജലി ആയുവേദയിൽ ഡോ. സുധി കുമാർ 'ആമം' എന്ന വിഷയത്തിലും ക്ലാസ്സും ധന്വന്തരി സന്ദേശവും നൽകി.

ആലുവ ഏരിയ വനിത കമ്മിറ്റിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ പോഷൺ അഭിയാൻ എന്ന വിഷയത്തിൽ ആലങ്ങാട് പഞ്ചായത്തിൽബോധവത്കരണ ക്ലാസ്സും മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പും നടന്നു. ഡോ.ലതിക, ഡോ. ഗായത്രി, ഡോ.ആരിയ, ഡോ. വത്സല ദേവി എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.

<u>എറണാകുളം ജില്ലയിലെ വ്യാജ വൈദ്യ സ്ഥാപനങ്ങൾക്ക് എതിരെ പരാതി നൽകി</u>: എറണാകുളം ജില്ലയിലെ വിവിധ പ്രദേശങ്ങളിലായി 10 സ്ഥാപനങ്ങളിൽ വ്യാജ ചികിത്സ നടക്കുന്നുണ്ടെന്നും, ഈ സ്ഥാപനങ്ങൾക്കെതിരെ നടപടി എടുക്കണം എന്നും ആവശ്യപ്പെട്ട് പരാതി നൽകി. ജില്ലയിലെ എല്ലാ ഏരിയയിലും നിന്ന് ഭാരവാഹികൾ വഴി ലഭിച്ച വിവരത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ആണ് പ്രിസ്ക്രിപ്ഷന്റെ കോപ്പിയും നോട്ടീസും ചേർത്ത് പരാതി തയ്യാറാക്കി നൽകിയത്.

തൃശൂർ

<u>ദേശീയ ആയുർവേദ ദിനാചരണം :</u> ജില്ലാ തല ഉദ്ഘാടനം രാമവർമ്മ ജില്ലാ ആയുർവേദ ആസ്പത്രി സമന്വയം ഹാളിൽ ബഹു ഉന്നതവിദ്യാഭ്യാസ സാമൂഹ്യ നീതി വകുപ്പ് മന്ത്രി ഡോ. ആർ ബിന്ദു നിർവഹിച്ചു. തൃശൂർ എംഎൽഎ ശ്രീ. ബാലചന്ദ്രൻ അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ജില്ലാ പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡന്റ് ശ്രീ പി കെ ഡേവിസ് മാസ്റ്റർ മുഖ്യാതിഥി ആയിരുന്നു. ജില്ലാ സെക്രട്ടറി ഡോ ഹേമമാലിനി ആശംസകൾ അറിയിച്ചു. തുടർന്ന് `ആയുർവേദം അടുക്കളയിൽ ' ഭക്ഷ്യ വിഭവ പ്രദർശനമേള പൊതുജനങ്ങൾക്കായി നടത്തുകയുണ്ടായി.

ദേശീയ ആയുർവേദ ദിനമായ ഓക്ടോബർ 23ാം തിയ്യതി ചാലക്കുടി ഏരിയയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഔഷധ സസ്യ പഠന യാത്ര നടത്തി. കൊന്നകുഴി, വെറ്റിലപ്പാറ, അതിരപ്പിള്ളി ഭാഗങ്ങളിലെ ഔഷധ സസ്യങ്ങളെ പരിചയപ്പെടാനും അവയുടെ ആവാസവ്യവസ്ഥയെ കുറിച്ച് മനസിലാക്കാനും കൃഷി എന്നിവയെ കുറിച്ച് കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ അറിയുവാനും സാധിച്ചു.

ചാവക്കാട് നഗരസഭയും ഭാരതീയ ചികിത്സാ വകുപ്പും ഗുരുവായൂർ ഏരിയയും സംയുക്തമായി ആയുഷ് ആയുർവേദ പ്രാഥമികാരോഗ്യകേന്ദ്രത്തിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ ആയുർവേദ ദിനാചരണവും സൗജന്യ അസ്ഥി സാന്ദ്രത പരിശോധനാ ക്യാമ്പും നടത്തി. ഇരിഞ്ഞാലക്കുട മുൻസിപ്പാലിറ്റിയിൽ 8 വാർഡിൽ 25 വീടുകൾ തിരഞ്ഞെടുത്തുകൊണ്ട് ഒരു സ്വാസ്ഥ്യ ഗ്രാമം പദ്ധതി ആവിഷ്കരിച്ചു. ആയുർവേദ ശീലങ്ങളെ അവർക്കു പരിചയപെടുത്തുകയും നിത്യ ജീവിതത്തിൽ ഇവയുടെ പ്രാധാന്യത്തെയും ഉൾപ്പെടുത്തി കൊണ്ടുള്ള ബോധവത്കരണ പരിപാടികൾ നടത്തുകയും ചെയ്തു.

കൈപ്പമംഗലം ഏരിയ കമ്മിറ്റിയും റിയൽ മി ഫ്ളാറ്റ്ഫോമും ചേർന്ന് നടത്തിയ Online self enrichment training program - REAL ME, നവംബർ 3 ന് സമാപിച്ചു. ഒക്ടോബർ 20 ന് ആരംഭിച്ച ഈ പരിപാടിയിൽ 56 പേർ പങ്കെടുത്തു. റിട്ട. ഡി എം ഓ ഡോ. ശ്രീകുമാർ നമ്പൂതിരിയാണ് ട്രയ്നർ. അയുർവേദ തത്വങ്ങളും മോഡേൺ സൈകോളജിയും ചേർത്ത് നമ്മുടെ ഡോക്ടർമാരുടെ കഴിവുകളെ സ്വയം കണ്ടെത്തി വ്യക്തിത്വവികസനവും അതിലൂടെ പേഴ്സനൽ ലൈഫും പ്രോഫഷണൽ ലൈഫും മെച്ചപെടുത്തലുമാണ് ഈ പരിപാടിയുടെ ലക്ഷ്യം.

ഒക്ടോബർ 15 നു പോഷൺ മാസാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി ഏരിയയും കടങ്ങോട് യും സംയുക്തമായി മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പും ഡോ. നയന രാജ് ബോധവൽകരണ ക്ലാസും നടത്തി.

ഒക്ടോബർ 21 നു കാട്ടകാമ്പാൽ ഗ്രാമപഞ്ചായത്തും ,ആയുഷ് ആയുർവേദ പിഎച്ച്സി (എൻഎച്ച്എം) യും ചേർന്ന് നടത്തിയ ദേശിയ ആയുർവേദ ദിനാചരണത്തിൽ 250 ൽ പരം പേർ പങ്കെടുത്തു .തുടർന്ന് നടന്ന മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പിൽ നേത്ര പരിശോധനയും ,രക്ത പരിശോധനയും , പ്രമേഹരോഗികൾക്കായി പരിശോധനയും നടന്നു .

കടങ്ങോട് ഗ്രാമ പഞ്ചായത്ത് കൈക്കുങ്ങര രാമവാര്യർ സ്മാരക ആയുർവേദ ആശുപത്രിയുടെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ഏഴാമത് ദേശീയ ആയുർവേദ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി ജീവിത ശൈലി രോഗ പ്രതിരോധ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്, ഔഷധ സസ്യങ്ങൾ, ഗൃഹ ഔഷധികൾ എന്നിവയുടെ പ്രദർശനം ഇവയുടെ ഗുണങ്ങളും ഉപയോഗ രീതികളും വിശദീകരിക്കുന്ന പോസ്റ്റർ പ്രദർശനം എന്നിവയും ഒരുക്കിയിരുന്നു. കുന്ദംകുളം ഏരിയയിലെ ഡോ നയന രാജ് ജീവിത ശൈലി രോഗങ്ങളെ കുറിച്ചും ഡോ. നീതു

യോഗ പരിശീലനത്തെ കുറിച്ചും ബോധവത്കരണ ക്ലാസ്സിന് നേതൃത്വം നൽകി. 150 രോഗികൾ പങ്കെടുത്ത മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പിൽ ഡോ. ഷീജ മേനോൻ , ഡോ. നയന രാജ്, ഡോ. ബുഷീന , ഡോ. നീതു രാജ് എന്നിവർ രോഗികളെ പരിശോധിച്ചു.

ആയൂർവേദ ദിനത്തിൽ ബോധവലകരണ ക്ലാസ്സ് മറിയാപുരം സ്കൂളിലും, സെന്റ് മേരിസ് സ്കൂളിലും പനംകുട്ടിച്ചിറ സ്കൂളിലും നടത്തി തുടർന്ന് മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് രവിവർമ മൻദിരത്തിൽ വച്ച് നടത്തി, 12 കിടപ്പ് രോഗികൾക്ക് മരുന്ന് കിറ്റുകള് വിതരണം ചെയ്തു

നെന്മണിക്കര ഗ്രാമ പഞ്ചായത്ത് ആയുവേദ ഡിസ്പെൻസറിയും പുതുക്കാട് AMAI യും സംയുക്തമായി ആയുർവേദ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി പാഴായി ആർ കെ എൽ പി സ്ക്കൂളിൽ വെച്ചു സൗജന്യ ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പും ഔഷധ സസ്യ പ്രദർശനവും നടത്തി.

വടക്കാഞ്ചേരി മുനിസിപ്പാലിറ്റിയും AMAI വടക്കൻചേരിയും ചേർന്ന് വിവിധ ക്ലാസ്സുകള് സംഘടിപ്പിച്ചു ഡോ. എ എം ശങ്കരൻ ഡോ. ധന്യ എന്നിവർ ക്ലാസ്സുകള്ക്ക് നേതൃത്വം നൽകി തുടന്ന് നടന്ന മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പിൽ 75 ഓളം രോഗികൾക്കു മരുന്നുകൾ വിതരണം ചെയ്തു

<u>വ്യാജ ചികിത്സകർക്ക് നൽകിവരുന്ന ട്രെയിനിങ് തടഞ്ഞു</u>: ഹോട്ടൽ എലൈറ്റ് ഇന്റർനാഷണൽ വെച്ച് വ്യാജ ചികിത്സക്കാർക്കായി നടക്കുന്ന ആരോഗ്യ പരിശീലന പരിപാടി നിർത്തിവയ്ക്കുവാൻ ഉത്തരവായി. ആരോഗ്യ വകുപ്പിന്റെയും ആയുർവേദ ഡിഎംഒ യുടെയും ഇടപെടലിൽ പോലീസ് നടപടിയുടെ ഭാഗമായാണ് ഇങ്ങനെ സംഭവിച്ചത്. ഡോ. ജിതേഷ് (ജില്ലാ ട്രഷറർ, ഡോ. നേത്ര ദാസ് (ജില്ലാ പ്രസിഡന്റ്) എന്നിവർ സംഭവ സ്ഥലം സന്ദർശിച്ചു. വ്യാജ ചികിത്സകരെ പഠിപ്പിക്കുന്നവരെയും കാണിക്കുന്നവരെയും ഔദ്യോഗിക ഡിഗ്രീ ഉള്ളവർ അല്ല എന്നാണ് അന്വേഷണത്തിൽ ബോധ്യപ്പെട്ടത്. ഡിഗ്രീ ഉള്ളവർ ഇത്തരത്തിൽ പഠിപ്പിക്കാൻ പോയാൽ കർശന നടപടി സ്വീകരിക്കാൻ മെഡിക്കൽ കൗൺസിലിനു സാധിക്കും

<u>ആയുർവേദവും എസ് പി സി യും വിമുക്തിയും കൈകോർത്ത് ലഹരി വിരുദ്ധ ക്യാമ്പയിന് തുടക്കമായി</u> : എൽത്തുരുത്ത് സെന്റ് അലോഷ്യസ് സ്കൂളിൽ തുടക്കമായി.നാഷണൽ ആയുഷ് മിഷൻ, ഭാരതീയ ചികിത്സാ വകുപ്പ് , സ്റ്റുഡന്റ് പോലീസ് കേഡറ്റ് , വിമുക്തി മിഷൻ എന്നിവയുടെ നേതൃത്വത്തിലായിരുന്നു പരിപാടി. ജില്ലാ കമ്മറ്റിയും സഹകരിക്കുന്നുണ്ട്. ജില്ലയിലെ സ്കൂളുകളിലെ എസ് പി സി കേഡറ്റുകൾ, വിമുക്തി ക്ലബുകൾ എന്നിവരിലൂടെ ഒരു വിദ്യാലയത്തിന് ഒരു ഡോക്ടറുടെ സേവനം ലഭ്യമാക്കി. ലഹരി വിരുദ്ധ ആശയം പകർന്നു കൊടുക്കന്ന വിധത്തിലാണ് പരിപാടി ആവിഷ്കരിച്ചിരിക്കുന്നത്. പരിപാടി നാഷണൽ ആയുഷ് മിഷൻ ജില്ലാ മേധാവി ഡോ. എം.എസ്. നൗഷാദ് ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. സ്റ്റുഡന്റ് പോലീസ് കേഡറ്റ്സ് അസിസ്റ്റന്റ് ഡിസ്ട്രിക്ട് നോഡൽ ഓഫീസർ പ്രദീപ് സി വി , വിമുക്തി മിഷൻ ജില്ലാ കോഡിനേറ്റർ ഷെഫീഖ് യൂസഫ്, ഹർഷം മാനസിക ആരോഗ്യ പദ്ധതി നോഡൽ ഓഫീസർ ഡോ: അനിത സുകുമാർ , AMAI ജില്ല ട്രഷറർ ഡോ. ജിതേഷ് കെ ജെ , സംസ്ഥാന കമ്മിറ്റിയംഗം ഡോ. രവി മൂസ്സ് , സ്കൂൾ എസ്പിസി പദ്ധതി സി പി ഓ ജോസ് മാർട്ടിൻ പി ആർ , നാഷണൽ ആയുഷ് മിഷൻ മാനസിക ആരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധ ഡോ. തുഷാര ജോയ് എന്നിവർ സംസാരിച്ചു.. കുട്ടികൾക്കായുള്ള തുടർ ക്ലാസുകൾ നാഷണൽ ആയുഷ് മിഷൻ മാനസികാരോഗ്യ പദ്ധതിയായ ഹർഷം നേതൃത്വം നൽകും .

പാലക്കാട്

ആയുർവേദ ദിനാചരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി അംഗനവാടികളിൽ 'ഹർദിൻ ഹർഘർ ആയുർവേദ' എന്ന വിഷയവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസുകൾ സംഘടിപ്പിച്ചു. പാലക്കാട് ഏരിയ ക്ലാസുകളും ക്യാമ്പുകളും സംഘടിപ്പിച്ചു. പാലക്കാട് ജില്ല പ്രസിഡൻറ് ഡോ. കോമളം ബോധവൽക്കരണ വീഡിയോയും ആയുർവേദ ദിന പരിപാടികളും എഫ് ബി പേജ് ആയ ഇരട്ടിമധുരത്തിലൂടെ അവതരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു.

മണ്ണാർക്കാട് ഏരിയ 'ഡെത്ത് കൺഫർമേഷൻ ആൻഡ് സർട്ടിഫിക്കേഷൻ' എന്ന വിഷയത്തിൽ സെമിനാറും രണ്ട് ക്ലാസുകളും നടത്തി. ആലത്തൂർ, പട്ടാമ്പി ഏരിയകൾ ക്യാമ്പും ക്ലാസുകളും സംഘടിപ്പിച്ചു. ഐ എസ് എം & നാം പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രോജക്ടിന്റെ ജില്ലാതല ഉദ്ഘാടനത്തിന് ചിറ്റൂർ ഏരിയ പാലക്കാട് ജില്ലയെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്തു.

ലഹരി വിരുദ്ധ ക്യാമ്പയിന്റെ ഭാഗമായി ഡോ. ദിനേശൻ (മണ്ണാർക്കാട് ഏരിയ) ഡോ. രാമചന്ദ്രൻ (പട്ടാമ്പി ഏരിയ) എന്നിവരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ബോധവൽക്കരണ ക്ലാസുകൾ സംഘടിപ്പിച്ചു.

സ്കൂൾ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ ഇടയിൽ ആയുർവേദത്തെ കുറിച്ചുള്ള അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുന്നതിനായി ഡോ. ആരതി ലക്ഷ്മി (പാലക്കാട് ജില്ലാ സെക്രട്ടറി) ഡോ. സതീഷ്കുമാർ (സംസ്ഥാന എക്സിക്യൂട്ടീവ് അംഗം, യുവത ചെയർപേഴ്സൺ) എന്നിവരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ പാലക്കാട് ജില്ലയിലുള്ള മൂന്ന് സ്കൂളുകളിലായി ഹൈസ്കൂൾ കുട്ടികൾക്കായി ചുറ്റുപാടുമുള്ള ഔഷധസസ്യങ്ങളെ കുറിച്ച് ഒരു ക്വിസ് മത്സരം നടത്തി.

കണ്ണൂർ

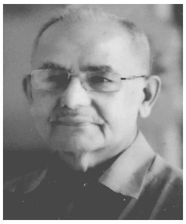
<u>ദേശീയ ആയുർവേദ ദിനാചരണം</u> : ഭാരതീയ ചികിത്സ വകുപ്പും നാഷണൽ ആയുഷ് മിഷനും ആയുർവേദ മെഡിക്കൽ അസോസിയേഷനും ചേർന്ന് ജില്ലാതല ദേശീയ ആയുർവേദ ദിനാചരണം സംഘടിപ്പിച്ചു. ഒക്ടോബർ 22ന് വൈകുന്നേരം നടന്ന വിളംബരജാഥ ബഹുമാനപ്പെട്ട കണ്ണൂർ എം.പി ഡോ.വി. ശിവദാസൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ഒക്ടോബർ 23ന് കണ്ണൂർ മഹാത്മാഗാന്ധി മന്ദിരത്തിൽ വച്ച് നടന്ന ആയുർവേദ ദിന പരിപാടികൾ രാമചന്ദ്രൻ കടന്നപ്പള്ളി എം.എൽ.എ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. ആയുർരുചി 2022 എന്ന പേരിൽ 30 ലധികം വിഭവങ്ങൾ ഉൾപ്പെട്ട ഫുഡ് എക്സ്പോ ജില്ലാ പഞ്ചായത്ത് പ്രസിഡണ്ട് ശ്രീ പി പി ദിവ്യ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. എം വി ആർ മെമ്മോറിയൽ ആയുർവേദ കോളേജിലെ വിഷചികിത്സാവിഭാഗം സ്റ്റാൾ ആകർഷകമായി.

വയനാട്

<u>കർമ്മസിദ്ധി</u> എന്ന പേരിൽ പഞ്ചകർമ്മ സീരീസ് ഓഫ് ക്ളാസസിനു സെപ്തംബർ ഒക്ടോബർ മാസത്തിൽ തുടക്കമായി. ക്ളാസിന്റെ ഔപചാരികമായ ഉദ്ഘാടനം ജില്ലാ പ്രസിഡന്റ് ഡോ. ഭവാനിയുടെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽ ബഹുമാനപ്പെട്ട സംസ്ഥാന പ്രസിഡന്റ് ഡോ സി ഡി ലീന അവർകൾ ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിച്ചു. പരിപാടിയിൽ ഡോ. സുധീർ ഡോ ജാസിത്ത്, ഡോ റോഹിത്ത് എന്നിവർ സംസാരിച്ചു.

സെപ് 17 നു കൽപ്പറ്റ ഏരിയയും സീനിയർ ചേമ്പർ ഇന്റർനാഷണലും ചേർന്ന് കൽപ്പറ്റ ജിവിഎസ്സ് ൽ വെച്ച് മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ് സംഘടിപ്പിച്ചു.

സെപ് 18 നു കൽപ്പറ്റ ഏരിയയും VOS ചേർന്ന് BLS Training class സംഘടിപ്പിച്ചു. ജില്ലാ പ്രസിഡന്റ് ഡോ ഭവാനി ഉദ്ഘാടനം നിർവഹിച്ചു. ഡോ സ്നേഹ ശോഭ, ഡോ ഷബീൽ, ഡോ റാസി , ഡോ ജാസിത്ത്, ഡോ രജീഷ്, ഡോ അമൽ എന്നിവർ സംസാരിച്ചു.



ഡോ. പി. ആർ. സുകുമാരൻ നായർ
റിട്ടയേർഡ് പ്രൊഫസർ
ഗവ. ആയുർവേദ കോളേജ്, തിരുവനന്തപുരം.

ഡോ. പി. കെ മോഹൻലാലിന്റെ ആയുർവേദത്തിന്റെ സമഗ്രവീക്ഷണം

ത്രിദോഷങ്ങൾ: വാത, പിത്ത, കഫ ദോഷ വിവരണവും അവയുടെ വിഭാഗങ്ങളെയും വിശദമായി വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. ഇവയുടെ സൂത്രരൂപം 'തത്രസ്പന്ദനോദ്വഹന പൂരണ വിവേകധാരണ' ലക്ഷണോ വായു പഞ്ചധാ. പ്രസ്പന്ദനം - ചലനം ശക്തിയെ ഉണ്ടാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. (വ്യാനവായു): ഉദ്വഹനം. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ അതാത് പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുക (ഉദാനവായു),

പൂരണം ആഹാരവസ്തുക്കളെ അതാത് കാലങ്ങളിൽ കൊണ്ടു നിറയ്ക്കുക, (പ്രാണവായു), ആഹാരത്തിലെ സാരകിട്ടങ്ങളെ വേർതിരിക്കുന്ന (വിവേചന) പ്രവൃത്തി (സമാനൻ) മലമൂത്രശുക്ലാദികളെ നിലനിർത്തി പ്രവർത്തിക്കുന്നത് (ധാരണധർമ്മം) (അപാനൻ).

പിത്തം, രാഗകൃത് - വർണ്ണത്തെ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. (രഞ്ജകം), പക്തി - ദഹിപ്പിക്കുന്നത് - (പാചകം) - തേജകൃത് - കാഴ്ചയെ ഉണ്ടാക്കുന്നത് - (ആലോചകം), ഉഷ്ണകൃത് - ചൂടുണ്ടാക്കുന്നത് - (ഭ്രാജകം), മേധാകൃത് - ധാരണാശക്തി ഉണ്ടാക്കുക - (സാധകം).

സംശ്ലേഷണം അസ്ഥി സന്ധികളെ വേണ്ടപോലെ നിലനിർത്തുന്നത് സ്നേഹനം - ശരീരത്തിൽ മെഴുക്ക് സ്നിഗ്ധത ക്ലേദനം ഉണ്ടാക്കുന്നത് സ്നേഹനം. രോപണം - വ്രണങ്ങളെ ഉണക്കുന്നത്. ബോധകം - രസബോധം നൽകുന്നത്. പൂരണം - കോശസമൂഹത്തിലും അവയവങ്ങളിലും ഇടഭാഗം നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്നത്. തർപ്പകം-ബല സ്ഥൈര്യകൃത് - ബലവും ഉറപ്പും ഉണ്ടാക്കുന്നത്. അവലംബകം - എന്നിങ്ങനെ ത്രിദോഷങ്ങളെ പഞ്ചീകരിച്ച് ധർമ്മങ്ങളെ ചുരുക്കിപ്പറയുന്നുണ്ട്.
അതുപോലെ ശുക്ലത്തിന്റെ ധർമ്മത്തിൽ രസാദിധാതുക്കളുടെ ധർമ്മങ്ങൾ പറഞ്ഞശേഷം ശുക്ലം ധൈര്യ ച്യവനം പ്രീതിം ദേഹബലം ഹർഷം ബീജാർത്ഥഞ്ച എന്നു പറയുന്നു. സ്ത്രീ ദർശന സമയത്ത് മനസ്സുറപ്പില്ലായ്മ (ധൈര്യച്യവനം) സ്ത്രീകളിൽ പ്രീതി, ദേഹബലം, പുരുഷലിംഗത്തിന് ഹർഷം എന്നിവയേയും ഗർഭത്തേയും ഉണ്ടാക്കുന്നു എന്നും സൂക്ഷ്മമായ പഠനം നടത്തിയിട്ടുണ്ട്.

ചികിത്സാനുഭവം എന്ന ഗ്രന്ഥത്തെപ്പറ്റി:

ഒരു നല്ല ചികിത്സകൻ എന്ന നിലയിലുള്ള പ്രാഗത്ഭ്യം ചികിത്സാനുഭവങ്ങൾ എന്ന പുസ്തകത്തിൽ കൂടി അവതരിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. യുവതലമുറ ഇവ വായിക്കുകയും പ്രായോഗിക വശത്ത് ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുകയാണ് വേണ്ടത്.

ഭൗതികശാസ്ത്രം മാത്രമേ ശരിയായിട്ടുള്ളൂ എന്ന് വിശ്വസിക്കുന്ന തലമുറയോട് അഭിനവശാസ്ത്രജ്ഞരുൾപ്പെടെ, ചരകമുനി ഒരു സത്യം പറയുന്നു.

നാം അറിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞു എന്നഹങ്കരിക്കുമ്പോഴും അറിഞ്ഞിട്ടുള്ള പ്രത്യക്ഷജ്ഞാനം വളരെക്കുറവും, അപ്രത്യക്ഷമായവ (അറിയാത്ത)വളരെ കൂടുതലാണെന്നുമാണ്. അതായത് അറിവിന് (വിജ്ഞാനത്തിന്) അതിരുകൾ ഇല്ലെന്ന കാര്യം മറക്കരുത്.(പ്രത്യക്ഷം ഹി അല്പം അനല്പമപ്രത്യക്ഷം അസ്തി) അറിയാത്തത് ഇല്ലാത്തതല്ല. പ്രസിദ്ധമായ ബർട്രാൻ റസ്സലിന്റെ ഒരു വാചകം ഓർത്തു പോകുന്നു. വൈഭവമാർന്ന മാർഗ്ഗത്തിൽ കൂടി ബുദ്ധിശൂന്യമായ ലക്ഷ്യത്തിലേക്കുള്ള പ്രയാണത്തിലാണ് നാം ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. വിവേകമില്ലാതെ അറിവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുന്ന ഏർപ്പാട് നമ്മെ അധികമധികം സങ്കടത്തിലേക്ക് നയിക്കും.

ആധുനിക ചികിത്സകരുടെ വിമർശനങ്ങൾ ഈ വിധ സങ്കടങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കി

Sitaram
AYURVEDA

100 YEARS
OF HEALING LEGACY

Thank you for accepting

MENSTROSAP

Soft Gel Capsules

the CLINICALLY PROVEN
quick-acting Menstrual Pain-Reliever
par-excellence

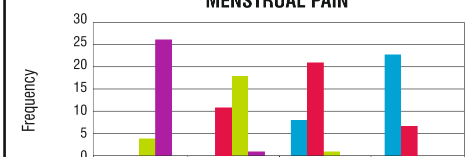
Synergy of
Sapthasaram, Gandharvahasthadi
& Hinguvachadi
strengthened with
Uterine Tonics Vrukshamlam & Chincha
along with Eranda thailam

Effective in

- **# Dysmenorrhea**
- **# Oligomenorrhea**
- **# Secondary Amenorrhea**
- **# PMS (Pre-Menstrual Syndrome)**

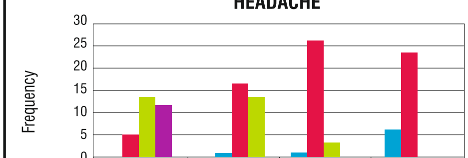
Dosage: 1-2 bid

MENSTRUAL PAIN



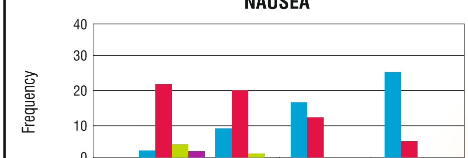
	Base Line 01	Observation 2	Observation 3	Observation 4
No Pain	0	0	8	23
Mild Pain	0	11	21	7
Moderate Pain	4	18	1	0
Severe Pain	26	1	0	0

HEADACHE



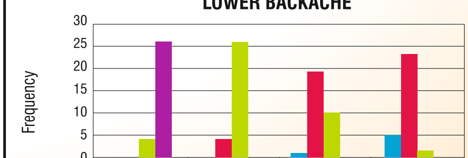
	Base Line 01	Observation 2	Observation 3	Observation 4
Nil	0	1	1	6
Mild	5	16	26	24
Moderate	13	13	3	0
Severe	12	0	0	0

NAUSEA



	Base Line 01	Observation 2	Observation 3	Observation 4
Nil	2	9	17	25
1 - 3 time / day	22	20	13	5
4 - 5 time / day	4	1	0	0
> 5 time / day	2	0	0	0

LOWER BACKACHE



	Base Line 01	Observation 2	Observation 3	Observation 4
Nil	0	0	1	5
Mild	0	4	19	23
Moderate	4	26	10	2
Severe	26	0	0	0

Sitaram Ayurveda (P) Limited
Corporate Office: 4th Floor, Pathayapura Building, Round South, Thrissur, Kerala - 680 001
+91 487 2420198 / +91 81378 99899 | www.sitaramayurveda.com | support@sitaramayurveda.com

Postal Registration No: KL/ALY/0072/2020 - 22
Licence No: KL/CR/ALU/WPP - 02/2020 - 22
Licenced to post without prepayment

RNI No KERBIL/2013/53836
Annual Subscription : Rs 240
Published on 22/11/2022
Posted at Aluva RMS

Rajah Beach
Kerala's First NABH Accredited Ayurvedic Hospital

Karutha Gulika Lepam

(Sirasthoda Gulika Lepam)

For headache

Swelling and pain caused by trauma, inflammation

Rajah Ayurveda

Tel:0466 2371741, 2371742, 2371743,
E-mail: rha@ayurvedichospital.com, rajahayurveda@gmail.com
Website: www.ayurvedichospital.com

Ayurvedic Hospitals / Ayurvedic Pharmaceuticals / Herbal Cosmetics
Herbal Plantations / Publication Wing / R&D / Training Programmes / Export Division

Rajah Healthy Acres | Rajah Island | Rajah Beach | Rajah Eco Beach

Printed & Published by Dr. Rejith Anand, For Ayurveda Medical Association of India, Angamali, Ernakulam
Printed at Sterling print house Pvt.Ltd, Ernakulam
Chief Editor; Dr M M Sanal Kumar