



चिकित्सा + संसार

चिकित्सा संसार पारमार्थिक न्यास द्वारा प्रकाशित

पाक्षिक

त्वचा रोग

विशेषांक

वर्ष 17

अंक 7

10 मार्च 2018

पृष्ठ 36

मूल्य ₹450



लेखक

डॉ. नितिन उरमलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग,
शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद
महाविद्यालय, इन्दौर

अनुवाद

के.सी. उपाध्याय, उज्जैन

अंदर के पृष्ठों पर क्रमशः

- ➔ एकजीमा
- ➔ त्वचा का शरीर रचना विज्ञान
- ➔ फोलिक्युलाइटिस (फुंसियाँ, मुहोंसे) क्या है?
- ➔ कुष्ठ (Skin Disises)
- ➔ रसौषधि का उपयोग
- ➔ कुष्ठ में दवाओं का उपयोग दोषों के आधार पर
- ➔ सोराईसिस (छाल रोग)
- ➔ डर्मेटो फायटोसेस (फंगल संक्रमण)
- ➔ लाइकेन प्लानस
- ➔ मोटे लोगों में त्वचा सम्बन्धी समस्याएं
- ➔ विशेष उपचार क्रम
- ➔ पेटेंट दवाएँ
- ➔ एक्नेवल्गेरिज (सामान्य मुहांसे)
- ➔ लेपन कर्म
- ➔ आधुनिक मतानुसार सामान्य त्वचा रोग
- ➔ झाईयों का घरेलू और आयुर्वेदिक उपचार
- ➔ कुष्ठ के चिकित्सा सूत्र
- ➔ वेरीसेला और हरपीज जोस्टर
- ➔ विसर्प
- ➔ चर्म रोग में विरुद्ध आहार
- ➔ चर्म रोग - प्राकृतिक एवं घरेलू उपचार
- ➔ हमारा भोजन और किचन

इंसान का ज्ञात सफरनामा 5000 वर्ष लगभग का है और हम आधुनिकता के युग में सतयुग की आयु इच्छा मृत्यु 500 वर्ष से घटकर 50 से 70 वर्ष की उम्र में सिमटकर रह गए हैं। कारण हमें सोचना होंगे ?

सम्पादक
की कलम से...

आज के अनुसन्धान बता रहे हैं

- ⇒ आधुनिक चिकित्सा के एंटीबायोटिक का प्रयोग हमारे लिए भविष्य में हानिकारक है ?
- ⇒ हमारे आहार की शुद्धता की ग्यारंटी नहीं है क्योंकि हमारे भारत में सरकार के कोई फूड स्टैंडर्ड नहीं है जो है उनका कोई ईमानदारी से पालन करता नहीं है? अनाज से लगाकर मिर्च मसाले फल सब्जियां यहां तक किचन का माइक्रोवेव किंतना खतरनाक है हमें ज्ञात नहीं।
- ⇒ पीने के पानी के सही विश्लेषण हमारे पास नहीं है आर ओ वाटर या प्राकृतिक मिनरल वाटर हमारे शरीर के लिए क्या उपयोगी है।
- ⇒ पर्यावरण प्रदूषण पर हमारा नियंत्रण नहीं है।

ऐसी विषम परिस्थितियों के बीच रहकर हम जीवन के प्रमुख कर्तव्य जो हमें दीर्घायु प्रदान कर सकते हैं उन्हें भी भूल चुके हैं।

वे हैं - (1) समय पर आहार, (2) 40 से 50 मिनट का योग ध्यान कसरत व्यायाम, (3) 10 मिनट का मेडिटेशन, (4) हमारी दैनिक जीवनशैली जैसे सोना, उठना, पानी का सेवन आदि आदि।

श्री चिकित्सासंसार पारमार्थिक न्यास 35 बिंदुओं पर आधारित बेसिक हेल्थ एजुकेशन पर कार्यरत है। हम स्कूलों में बच्चों को शिक्षित कर रहे हैं, उज्जैन और आसपास के शहरों में हमारे प्रतिनिधि घर घर जा रहे हैं, केम्प के माध्यम से ब्लड प्रेशर, ब्लड सुगर, वजन नियंत्रण सिखा रहे हैं। स्वास्थ्य पत्रिका चिकित्सासंसार के माध्यम से स्वास्थ्य शिक्षा का सन्देश पहुँचा रहे हैं।

यह मिशन तब तक पूर्ण नहीं हो सकता जब तक आपका साथ नहीं होगा। हमें संसाधन चाहिए टीम के लिए तन मन धन और समर्थन भी चाहिए। ईश्वर के मंदिर, मस्जिद, चर्च, गुरुद्वारे से भी ज्यादा जरूरी है उसके बनाये गए संसार की हम रक्षा करें।

- अशोक खण्डेलवाल

लेखक परिचय



चिकित्सा संसार पत्रिका के त्वचा रोग विशेषज्ञ के समस्त लेखों के लेखक डॉ. नितिन उर्मलिया, शासकीय स्वशासी अग्रणी आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर के अगदतंत्र विभाग में विभागाध्यक्ष व असिस्टेंट प्रोफेसर पद पर कार्यरत हैं। आपने बी.ए.एम.एस.

शास. आयुर्वेद महाविद्यालय, ग्वालियर, म.प्र. से किया है तथा एम.डी. अगदतंत्र विषय से पी.पी.एस.वी. आयुर्वेद महाविद्यालय, कोटकल, केरल से की है। आपने 6 शोधपत्र व 8 महत्वपूर्ण ग्रंथ प्रकाशित किये हैं, जो अपने आप में मानक प्रकाशन हैं।

Publications: (Books)

- **Avabhasini** - November 2006 by V.P.S.V. Ayurveda college, Kottakkal (Kerala) - "Anatomy and Physiology of the skin"
- **Vish vaidya Jyotshnika** - 2009 by V.P.S.V. Ayurveda college, Kottakkal (Kerala)
- **Textbook of Agadatantra** - 2011 by Choukhambha orientalia publication, New delhi
- **Concepts of Kushtha** - 2015 by Choukhambha orientalia publication, New delhi
- **Concepts of Sthaulya** - 2016 by Choukhambha orientalia publication, New delhi
- **Agadatantra (Shloka samgraha)** - 2015 by Choukhambha prakashan, Varanasi
- **Metals in ayurveda** - 2017 by ayurveda samskrit hindi pustak bhanadar, jaipur (rajasthan)
- **Concept of madaatyaya in ayurveda** - 2018 by choukhambha surbharati publication, new delhi

Awards : • Excellence service award • Dabur ayur medha awards • Deenadayal award 4. Best Doctor award.

From IV

Statement about ownership and particulars about (CHIKITSA SANSAR) to be published to the first issue every year after the day of february

1. Place of publication : **SAIKRIPA PUBLICATION**
125, NAZARALI MARG, KANTHAL CHOURAHA, UJJAIN (M.P.)
2. Periodicity of its publication : **FOURTNIGHTLY**
3. Printer's Name : **ASHOK KHANDELWAL**
Nationality : **INDIAN**
Address : **SAIKRIPA PUBLICATION**
125, NAZARALI MARG, KANTHAL CHOURAHA, UJJAIN (M.P.)
4. Publisher's Name : **ASHOK KHANDELWAL**
Nationality : **INDIAN**
Address : **SAIKRIPA PUBLICATION**
125, NAZARALI MARG, KANTHAL CHOURAHA, UJJAIN (M.P.)
5. Editor's Name : **ASHOK KHANDELWAL**
Nationality : **INDIAN**
Address : **SAIKRIPA PUBLICATION**
125, NAZARALI MARG, KANTHAL CHOURAHA, UJJAIN (M.P.)

6. Names and addresses of individuals who own the newspaper and partners or shareholders holding More than one per cent of the total capital.

I, **ASHOK KHANDELWAL**, hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Date : 10-03-2018

ASHOK KHANDELWAL

संपादक मंडल

संपादक

श्री अशोक खण्डेलवाल, उज्जैन (म.प्र.)

विधि सलाहकार

एडवोकेट राजशेखर शर्मा, उज्जैन (म.प्र.)

सह संपादक

श्री कैलाश उपाध्याय, उज्जैन (म.प्र.)

सलाहकार मंडल

डॉ. राम अरोरा, (एमडी आयुर्वेद) उज्जैन (म.प्र.)

आयुर्वेद

डॉ. मणींद्र कुमार व्यास, उज्जैन (म.प्र.)

डॉ. जी. के. जैन (बीएएमएस) भोपाल (म.प्र.)

एलोपैथ

डॉ. जगदीश सनमुखानी, उज्जैन (म.प्र.)

डॉ. प्रकाश उपाध्याय, जावरा, रतलाम (म.प्र.)

होम्योपैथ

डॉ. नीलम चालर्स, उज्जैन (म.प्र.)

डॉ. आरशा अली (एमडी. होम्यो.) भोपाल (म.प्र.)

होम्योपैथ

डॉ. जी.पी. पाटिल, जबलपुर (म.प्र.)

डॉ. संघा चालर्स (डीजीओ) उज्जैन (म.प्र.)

डॉ. हमीरसिंह राठौर, जावरा (म.प्र.)

डॉ. नरेन्द्र राठौर, नलखेड़ा, आगरा (म.प्र.)

नोट- चिकित्सा संसार पत्र/पत्रिका अंक में दिये गये अदभूत नुस्खें, घरेलू उपचार का उपयोग करने से पूर्व अपने वैद्य या डॉक्टर से सलाह अवश्य लें। उनसे खुराक, मात्रा, पथ्य-अपथ्य की जानकारी लेकर निर्देशानुसार विधि से सेवन करें।

“चिकित्सा संसार पारमार्थिक, सांस्कृतिक एवं सामाजिक न्यास से जुड़कर नरसेवा नारायण सेवा को सार्थक करें”

एकजीमा

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

एकजीमा एक ग्रीक शब्द है जो शब्दों से मिलकर बना है जो है EC और Zeo यहां EC का मतलब Out से है और Zeo का मतलब To Boil से है। इस प्रकार दोनों मिलकर To Boil Out का निर्माण करते हैं।

एकजीमा क्या है

एकजीमा एक विशेष प्रकार की एलर्जिक त्वचीय अभिव्यक्ति है जो प्रविजन प्रतिरक्षी प्रतिक्रिया को दर्शाती है जिसकी विशेषता है सतही या गंभीर रूप से उत्तेजित करने वाली, सूजन को बाह्य त्वचा पर बढ़ावा देकर फफोले का निर्माण होना व खुजली चलने से है।

एकजीमा रोग का निदान

एकजीमा का मुख्य कारक है त्वचा का सर्वाधिक संवेदनशील होना। इसके अति के अन्य सामान्य कारण निम्नानुसार हैं-

- आयु के अनुसार यह रोग बच्चों, किशोरों व रजोनिवृत्त महिलाओं को अधिक होता है।
- पारिवारिक संवेदनशीलता एक महत्वपूर्ण तत्व है जिन लोगों में एलर्जी का पारिवारिक इतिहास है वे लोग इस रोग से जल्दी प्रभावित होते हैं।
- अस्थमा, उच्च ताप आदि व्यक्ति की जन्मजात स्थितिया होती हैं जो एकजीमा के लिए कुछ परिवारों में जिम्मेदार होती हैं।

एकजीमा के उत्तेजक कारक

ये हैं केमिकल्स, पौधे, कपड़े व जूते, कास्मेटिक पदार्थ, दवाओं का प्रभाव, संक्रमण, खान पान और हाजमा।

आधुनिक विज्ञान के अनुसार एकजीमा में त्वचा में प्रतिक्रिया का होना है जिसके लक्षण हिस्टोलाजीकली निम्नानुसार हैं-

- बाह्य त्वचा में सूजन, बाह्य त्वचा पर फफोले पड़ना या फुंसिया होना।

एकजीमा के प्रकार

इसे कई प्रकारों में विभक्त किया गया है, जो उसकी विभिन्न श्रेणियों के अनुसार हैं-

1. माफोक्लिनिकल,
2. एटियोलॉजीकल

माफोक्लिनिकल को तीन भागों में विभक्त किया गया है- (1) एक्यूट स्टेज, (2) सब एक्यूट स्टेज, (3) क्रॉनिक स्टेज

एटियोलॉजीकल वर्गीकरण - (1) केमिकल एकजीमा, (2) इन्फेक्शियस इस्तिओमेटाईड



एकजीमा, (3) एन्डोजीनस एकजीमा, (4) वेरिकोज डर्मेटाईटिस, (5) न्यूरो डर्मेटाईटिस आदि।

एकजीमा के विभाग

एकजीमा को मूल रूप से दो भागों में बांटा जाता है। एक्सोजीनस (बाह्य एकजीमा), इन्डोजीनस (आंतरिक एकजीमा)। एक्सोजीनस को भी दो भागों में बांटा जाता है इरीटेंट और एलर्जिक। इसी प्रकार इन्डोजीनस एकजीमा को एटोपिक, सेबोरोहिक, डिस्कोइड, पोमफोल्यक्स, एस्टेएटोपिक ग्रेवीटेशनल और न्यूरोडर्मेटिक में विभक्त किया गया है।

एकजीमा के लक्षण

यह रोग कुछ ही घंटों में विकसित हो सकता है जो केमिकल एजेंट से सम्पर्क से केमिकल एकजीमा के रूप में जाना जाता है। इसके लक्षण इस प्रकार हैं-

- इसके लक्षण कुछ घंटों में विकसित होने लगते हैं।
- अपने मूल स्थान के इर्दगिर्द फैलने लगता है।
- तीव्रता वाला फैलाव और सतत फैलाव।
- चेहरे व हाथों पर दिखाई देता है।
- बैच टेस्ट टेस्ट के माध्यम से इसका पता लगाया जा सकता है।

एकजीमा एक लाइलाज रोग नहीं है इसका उपचार किया जा सकता है। इसमें तीव्र इन्फेक्शन की संभावना नहीं के बराबर होती है। जबकि सेकेंडरी इन्फेक्शन नहीं हो जाता। बाह्य त्वचा ठीक होने में समय लगता है। इसके लिए धीरज की आवश्यकता होती है। एक्यूट एकजीमा 1 से 4 सप्ताह के मध्य उपचार से ठीक हो जाता है। वही क्रॉनिक एकजीमा कुछ लम्बा समय ठीक होने में लेता है।

एकजीमा का उपचार

रोग का उपचार निम्नलिखित स्तरों के अनुरूप किया जा सकता है-

- मरीज को या उसके परिजनों को रोग के बारे में जानकारी प्रदान कर या जागरूक कर रोग का उपचार किया जा सकता है। उन्हें समझाया जाए कि यह रोग ठीक होने वाला रोग है। इससे संक्रमण नहीं होता है।
- पर्यावरणीय तत्वों में परिवर्तन कर।
- सम्पूर्ण रोगनाशक के लिए पालिएटिव ट्रीटमेंट।

सिस्टमेटिक थेरेपी

- कोई एक विशेष दवा एकजीमा को ठीक नहीं कर सकती।
- इसलिए इस पर अनेकों दवाओं का समयानुसार व आवश्यकतानुसार प्रयोग किया जाना चाहिए जिससे वे लक्षणों के अनुसार आराम प्रदान कर सकेंगी।
- इन दवाओं में केल्शियम ग्लूकोनेट एण्ड सोडियम क्रोमाईड। जनरल टॉनिक व एंटीबायोटिक्स आदि शामिल हैं।

स्थानीय ईलाज

- सिल्वर नाईट्रेड लोशन 0.5 से 1 प्रतिशत तक इस रोग पर लगाया जा सकता है।
- इन अफेक्टिव एकजीमा में साल्यूशन KMnO_3 1:4000 अधिक उपयोगी होता है।
- क्रॉनिक एकजीमा स्टीराईड और अन्य लोकल दवाएं जैसे क्लूडटर, सुपर फीसियर एक्स-रे थेरेपी सहायक होती हैं।

त्वचा का शरीर रचना विज्ञान

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग,
शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

त्वचा क्या है

त्वचा हमारे शरीर का वह अंग है जो हमारे पूरे आंतरिक शरीर को ढक कर रखता है। यह सिर्फ आकार में ही बड़ा नहीं है उसका वजन भी शरीर के सभी अंगों से अधिक है। त्वचा और उसके आवश्यक सहायक तत्व एक सुरक्षा कवच तैयार करता है जो शरीर को क्षति से बचाता है। यह शरीर के लिए आवश्यक तापमान को बनाये रखने में मदद करती है और सम्पूर्ण वातावरण की खबर शरीर को प्रदान करती है।

त्वचा के अंग

त्वचा के दो भाग होते हैं पहला (एपीडर्मिस) या बाह्य त्वचा और दूसरा आंतरिक त्वचा या (डर्मिस)।

1. **एपीडर्मिस**- एपी डर्मिस का निर्माण इपीथेलियल सेलो के द्वारा होता है जो बाह्य त्वचा के उत्पादक अवयवों द्वारा होता है। इसकी 5 परतें होती हैं जो विभक्त की जा सकती हैं। रक्त नलिकाओं द्वारा जिन्हें मूलरूप से निम्न भागों में विभक्त किया जा सकता है-

(अ) **सतही आधार (Startum Basale)** - जो सबसे नीचे की परत का निर्माण करता है जो काल्यूमेनर सेल की एकहरी कतार में होती है यह लगातार सेलो में विभक्तीकरण करती रहती है जैसे ही ये सेल गुणित होते हैं तो यह उन्हें सतह की ओर उठा देती है और ये उपरी सतह का भाग बन जाते हैं।

(ब) **स्ट्रेटम स्पाइनोसम (Startum Spinosum)** - यह प्रिकलसेल की परत बेसल लेयर के उपर होती है। इसमें 5 से 10 कतारें पोलीहेड्रल सेलों की होती हैं। ये सभी एक साथ खुलती हैं। यह परत त्वचा की पेशोर्लोजीकल दशाओं के लिए जिम्मेदार होती है।

(स) **स्ट्रेटम ग्रैनुलोसम (Startum Granulosum)** - इस परत में तीन कतारें फ्लेटेन्डेड रोम्बिक ग्रैन्यूलर सेलों की होती हैं कि ग्रैन्यूल आकार में अधिक होते हैं और उच्च स्तर पर प्रतिक्रियाशील होते हैं। इनमें सेमी सालीड सब स्टेन्सेस समाहित होते हैं जिन्हें केराटोहियालिन नाम से जाना जाता है। ये केराटिन निर्माण में मदद करते हैं। ये एक नाके का निर्माण करते हैं जो अंदर की परतों को क्षतिग्रस्त होने से बचाते हैं। साथ ही में त्वचा को जल रोधी बनाते हैं।

(द) **स्ट्रेटम ल्यूसीडम**- त्वचा की यह परत मोटी व साफ होती है जो ग्लोस्टेनिंग से निर्मित होती है। इसमें चपट सेल होते हैं जिनमें ग्रैन्यूलस नहीं होते



है। सामान्यतयः यह मोटी चमड़ी हाथ की हथेली और पैरों के तलों पर होती है।

स्ट्रेटम कार्नीयम- इस सीगदार परत में 20-30 कतारें चपटे पूर्ण रूप से कार्नीफाइड हार्न सेल हैं जिनमें मोटा और मोमदार सामान होता है किन्तु उसमें केन्द्र नहीं होता है। इसकी सतही कतार में पतले व सूखे सेल समाहित होते हैं। यह परत हाथ की हथेलियों पर और पैरों के तलों पर मोटी और आंखों की पलकों पर पतली होती है।

2. **डर्मिज (आंतरिक त्वचा)**- यह त्वचा का आंतरिक भाग होता है जो उपरी त्वचा के नीचे टिशुओं, रक्त, लिम्फ नेहाल्स स्वेद ग्रंथियों, हेयर फालीकल्स व सेन्सोरीनर्व का एक जाल सा होता है। इसका निर्माण खुरदरा, गाढ़ा या जमा हुआ, सफेद फाईबर, जालीनुमा, न्यूमरस क्लासिक फायबर के द्वारा किया जाता है। सबक्यूटेनिक टिशु या हायपोडर्म इसके उपरी भाग को पुनः तैयार करते हैं।

त्वचा की वर्णकर्ता (Pigmentation of Skin)- त्वचा का रंग मेलानिन, कोरोटीन और रक्त के कारण होता है। मेलानिन सेलो के मध्य बंद हो जाता है।

रक्त की आपूर्ति- यहां पर दो लम्बवत एवं समानान्तर प्रणालियां प्लक्स की जो त्वचा को आपूर्ति करती है। प्लक्स ब्लड वेसल्स का नेटवर्क है जो आंतरिक त्वचा और टिशुओं के मध्य संचारित होता है। इसकी सही स्थिति अवर्णनीय है। प्रत्येक आटेरियोल त्वचा के एक भाग की आपूर्ति करता है और प्रत्येक रक्तवाहिनी उसी क्षेत्र की नाड़ी से जुड़ी होती है।

नर्व सप्लाया- त्वचा की नर्व की आपूर्ति अति जटिल है। अतः विभिन्न प्रकार की संवेदनशीलता जो त्वचा में पैदा होती है। वह क्यूटोनियस नर्व की विपरीतगामी संख्याओं का परिणाम है। इसके फलस्वरूप वे प्राप्त होती हैं व समाप्त होती हैं। इस प्रकार

स्पर्शनीयता तापमान और पेनसेल्सेशन आदि विभिन्न समूहों के माध्यम से त्वचा तक पहुंचाया जाता है।

लिम्फेटिक ट्रेनिक ऑफ द स्किन (त्वचा की लसीका प्रणाली)- यह हमारे शरीर की ऐसी प्रणाली है जो ग्रंथियों, लिम्फनोइड्स, स्प्लीन, थाईमस ग्रंथियों और टान्सिल्स से निर्मित होती है। ये रक्त कोशिकाओं को ठीक करती है व खून से गंदगी निकालने वाले अंगों जैसे लीवर व किडनी की सहायता करते हैं। यह गंदगी किसी की प्रकार की हो सकती है। इसका सही प्रकार के कार्य करना आवश्यक है। लिम्फ रक्त के साथ-साथ ही चलते हैं व ये शरीर की हर कोशिका द्वारा छोड़ी गई गंदगी को निकालने के लिए जिम्मेदार होते हैं। यह प्रतिरोधक क्षमता को ठीक करती है व शरीर को स्वस्थ रखती है।

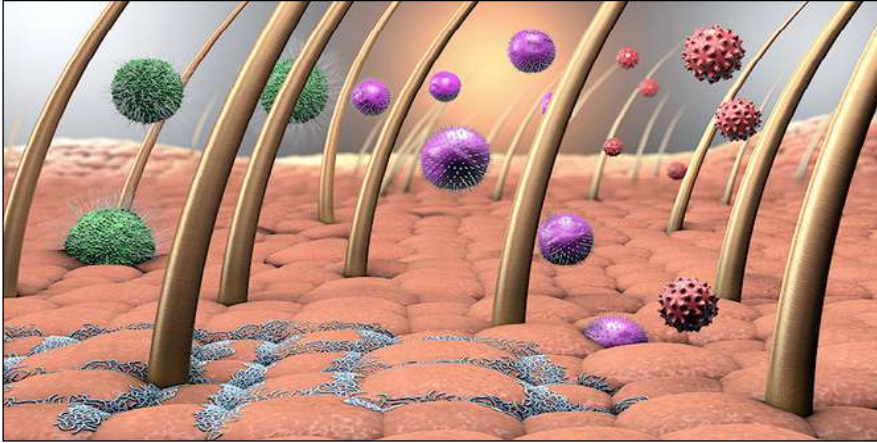
त्वचा के कार्य

त्वचा मेटाबॉलीकली एक सक्रीय अंग है जिसके अति विस्तृत कार्य हैं जिसमें शरीर की सुरक्षा और समस्थैतिक (आपकी नियामक क्रिया विधि द्वारा साम्यावस्था बनाये रखे की प्रकृति) होता है।

यह शरीर के तापमान को नियंत्रित करती है। उच्च तापमान पर पसीने के माध्यम से शरीर के तापमान को कम करती है या सामान्य स्थिति में लाती है। रक्त के बहाव या प्रेशर में परिवर्तन करती है जिससे शरीर का तापमान नियंत्रित होता है।

सुरक्षा- यह हमारे शरीर के उपरी कवच का कार्य करती है। यह एक शारीरिक बाधा तैयार करती है जो शरीर के अन्दर टिशुओं की रक्षा करते हैं। बाह्य वातावरण, बैक्टीरिया के प्रभाव, डिहाइड्रेशन व संक्रमणों से साथ ही यूवी रेडिएशन से।

..... शेष अगले पृष्ठ पर ।



त्वचा का शरीर..... पृष्ठ 3 का शेष

सेन्सेशन (अनुभूति)— हमारी त्वचा में एक विशेष गुण सेन्सेशन का होता है जो तापमान, स्पर्श, दबाव और दर्द जैसी अनुभूतियों को सहज में ही ग्रहण कर शरीर को अवगत करा देती है।

इम्यूनैटी— एपीडर्मल सेल्स से निकला पसीना एक महत्वपूर्ण त्वचा रसायन होता है जो इम्यून प्रणाली को सुरक्षित रखता है और बाह्य शत्रुओं से रक्षा करता है।

एक्सक्रेशन— पसीना एक गाड़ी के समान है जिसमें थोड़ी मात्रा में आयन्स और कुछ आर्गेनिक कम्पाउण्ड्स गर्मी को कम करने में व कुछ पानी को हटाने में सहायक होते हैं।

रक्त संचयी— आंतरिक त्वचा अतिरिक्त रक्त कोशिकाओं का नेटवर्क होती है। जो 8 से 10 प्रतिशत तक कुल रक्त का संचरण एडल्ट लोगों में बनाये रखती है। आधुनिक व्यायामों से यह गति बढ़ जाती है जो शरीर में गर्मी को हटाने में काम में आती है। व्यायाम करते वक्त त्वचा की रक्त कोशिकाएं और अधिक रक्त का संचरण मसल्स में करती है।

विटामिन डी का स्रोत— सूर्य की अल्ट्रा वायलेट किरणों से मिलने वाला विटामिन डी त्वचा द्वारा ग्राह्य किया जाता है। लीवर किडनी के एंजाइम इस मोलोन्यूल को विकसित कर काल्सीटरो को उत्पाद करते हैं जो विटामिन डी का सबसे अधिक क्रियाशील रूप होता है।

आयुर्वेद की धारणा

आचार्य सुश्रुत ने क्रीम के विकास की रूपरेखा प्रस्तुत की है जब वे त्वचा को जन्म की व्याख्या कर रहे थे। जिस प्रकार उबलते दूध पर दूध की मलाई की परत का निर्माण होता है ठीक उसी प्रकार एक परत त्वचा की भी विकास होता है जो अण्डाणु के जन्म लेने के उपरांत होता है। आचार्य सुश्रुत ने सात परतों को बतालाया है जो निम्नानुसार है—

Name	Thickness	Modern (mm)	Diseases
Avabhasini	1/18th Vrihi	0.05 - 0.06	Sidhma & Padmakantaka
Lohita	1/16th Vrihi	0.06 - 0.07	Tilakalaka, Nyachcha & Vyanga
Sweta	1/12th Vrihi	0.08 - 0.09	Charmadala, Ajagallika & Mashaka
Tamra	1/8th Vrihi	0.12 - 0.15	Kilasa & Kushtha
Vedini	1/5th Vrihi	0.20 - 0.50	Kushtha & Visarpa
Rohini	1 Vrihi	1.00 - 1.10	Granthi, Arbuda, Galaganda, Apachi, Sleepada
Mansadhara	2 Vrihi	2.00 - 2.10	Bhagandara, Vidradhi, Arsha

डॉ. बी. जी. धाणेकर ने इन त्वचा परतों को आपस में जोड़ा है। मार्टन एनोटोमी में जो सुश्रुत द्वारा वर्णित की गई है—

	Modern Term	Parts of Skin
Avabhasini	Stratum corneum	Epidermis
Lohita	Stratum Lucidum	
Sweta	Stratum Granulosum	
Tamra	Malpighian layer	
Vedini	Papillary layer	
Rohini	Reticular layer	Dermis
Mamsadhara	Subcutaneous tissue and Muscular layer	

फोलिक्युलाईटिस (फुसियाँ, मुहाँसे) क्या है?

फोलिक्युलाईटिस एक या अधिक रोमकूपों की सूजन को कहते हैं। यह त्वचा पर कहीं भी हो सकता है। यह एक सामान्य समस्या है जो आमतौर पर गंभीर नहीं होती। छोटी पीप युक्त फुसियाँ बाल की जड़ की जगह पर उत्पन्न हो जाती हैं, अक्सर ये संख्या में अधिक होती हैं। आमतौर पर खोपड़ी, चेहरा, पैर (जांघों और पैरों के धड़ से जुड़ने वाली जगह), और धड़ (पीठ, छाती, कोंख) अधिक प्रभावित होते हैं।



रोग अवधि

फोलिक्युलाईटिस के अधिकतर मामले हल्के होते हैं और उन्हें उपचार की आवश्यकता नहीं होती। ये बिना किसी चिकित्सा के 7-10 दिनों में ठीक हो जाते हैं। गंभीर मामलों में उचित चिकित्सा के साथ ठीक होने में कुछ माह लगते हैं।

जाँच और परीक्षण

रोग निर्धारण त्वचा के शारीरिक परीक्षण द्वारा होता है। गंभीर मामलों में पीप का सूक्ष्मजीवी परीक्षण और त्वचा की बायोप्सी की जा सकती है।

क्या फोलिक्युलाईटिस संक्रामक होता है?

आप संक्रमण को अपने शरीर के अन्य हिस्सों या अन्य व्यक्तियों को भली प्रकार दे सकते हैं। भली प्रकार अपनाई हुई सामान्य स्वच्छता की आदतें आपके द्वारा संक्रमण को फैलाने के खतरे को घटाती हैं। जो रोगाणु फोलिक्युलाईटिस उत्पन्न करते हैं जरूरी नहीं कि वे आपके संपर्क के आने वालों को भी समस्या दें, जैसे कि घर के सदस्य या सहभागीजन। लेकिन, रोगाणु आपके शरीर के अन्य हिस्सों या अन्य लोगों तक (त्वचा-से-त्वचा) निकट संपर्क से पहुँचते हैं।

सामान्य स्वच्छता की भली प्रकार अपनाई हुई आदतों द्वारा आप अपने द्वारा संक्रमण फैलाने के खतरे को कम कर सकते हैं। उदाहरण के लिए यदि आप पीप वाली फुंसी को छूते हैं तो तुरन्त अपने हाथ गर्म पानी और साबुन से भली प्रकार से धोएँ।

कुष्ठ (Skin Disises)

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

आयुर्वेद के प्राचीन सिद्धांतों के अनुसार सभी प्रकार की त्वचीय स्थितियाँ (रोग) कुष्ठ में शामिल की जाती है। कुष्ठ शब्द का शाब्दिक अर्थ-

कुश निष्कर्षन + क्थ (KTh)

कुश निष्कर्षन अर्थात् नष्ट करना या अलग कारण या स्वरूप बदलना KTh = यह निश्चितता को दर्शाती है।

इस प्रकार कुष्ठ नष्ट करती है निश्चितता के साथ।

कुष्ठ की परिभाषा

कुष्णातिरोगम् (शब्द कल्पतरु)

कुष्ठ वह रोग है जो अविकसित अपरिमार्जित स्थितियों से जन्म लेता है।

कुष्णाति शरीरस्था शोणितम विक्रते (हालायुध कोष) अर्थात् रक्त के विकार से शरीर में विकृति पैदा होती है जो कुष्ठ कहलाती है।

कुष्ठ का विभाजन

कई त्वचा रोग इस कुष्ठ रोग के अंतर्गत आते हैं उसके उपचार के आधार पर कुष्ठ को दो भागों में विभक्त किया जा सकता है। यह विभाजन आचार्य जी के द्वारा किया गया है जिसे महाकुष्ठ और क्षुद्रकुष्ठ के नाम से जाना जा सकता है।

महाकुष्ठ

बहुदोषा आरंभता

बहुलक्षणा

अत्यधिक असुविधा (तकलीफ)

आंतरिक धातु में प्रवेश

क्रानिक

आंतरिक उपचार आवश्यक

क्षुद्रकुष्ठ

अल्पदोष आरंभता

कम लक्षणों वाली

कम तकलीफ

केवल सुपर फिसियल धातु में

कम क्रानिक

रूटिन उपचार आवश्यक

आचार्य कश्यप ने भी कुष्ठ रोग की व्याख्या की है किन्तु विभिन्न आयामों में

साध्य कुष्ठ

सिद्धम

विचर्चिका

पामा

दद्रु

किटिभ

कपाल

स्थूलरूपक

मण्डाल

विषज

असाध्य कुष्ठ

पुण्डरीक

शिवत्र

रिष्याजिक्

शतारू

उदुम्बर

काकणक

चर्मदल

एकाकुष्ठा

विपादिका

कुष्ठ का विभिन्न आचार्यों द्वारा वर्गीकरण

दोषिक प्रकृति के आधार पर आचार्य चरक एवं वागभट्ट ने इसे निम्नानुसार विभक्त किया है-

वात

कपाल

पित्त

औदुम्बर

कफ

मण्डला, विचर्चिका

वातकफ

सिद्धमा, किटिभा, विपादिका, एककुष्ठा, अलसका, चर्माख्या

वात-पित्त

ऋष्यजिक्

कफ-पित्त

पुण्डरीका, दद्रु, चर्मडाला, पामा, विस्फोटका, रतारू

त्रिदोष

काकणक

महाकुष्ठा

1. कपाल

2. औदुम्बर

3. मण्डाल

4. ऋष्य जिक्



5. पुण्डरिक

6. सिद्धमा/दद्रु

7. काकणक

क्षुद्रकुष्ठ

N.	Ch.Chi. (7/13)	Su.Ni. (5/14)	A.H.Ni. (14/7-9)	A.S.Ni. (14/7-9)	Ma.Ni. 49
1	EkaKushtha	EkaKushtha	EkaKushtha	EkaKushtha	EkaKushtha
2	Charma Kushtha	Sthula Kushtha	Charma Kushtha	Charma Kushtha	Charma Kushtha
3	Kitibha	Kitibha	Kitibha	Kitibha	Kitibha
4	Vipadika	Vipadika	Vipadika	Vipadika	Vipadika
5	Alasaka	Visarpa	Alasaka	Alasaka	Alasaka
6	Charmadala	Charmadala	Charmadala	Charmadala	Charmadala
7	Dadru	Sidhma	Sidhma	Sidhma	Dadru
8	Pama	Pama	Pama	Pama	Pama
9	Visphota	Parisarpa	Visphota	Visphota	Visphota
10	Shataru	Raksha	Shataru	Shataru	Shataru
11	Vicharchika	Vicharchika	Vicharchika	Vicharchika	Vicharchika

निदान

एक अच्छी समझ के लिए कुष्ठ रोगी की जीवन शैली को चार श्रेणियों में विभक्त किया जा सकता है जो निम्नानुसार है-

(1) आहार हेतु, (2) विहार हेतु, (3) अचार हेतु, (4) अन्य हेतु।

उपरोक्त कारक ही कुष्ठ के निदान हैं।

पूर्वरूप

1. अस्वेदनम

2. अतिस्वेदनम

3. पारुषयम

4. वैवर्णयम

5. कण्डू

6. निस्तोथा

7. सुप्तता

8. परिहर्ष

9. लोमहर्ष

10. खरत्वम

11. ऊष्माणम

12. गौरवम

..... शेष अगले पृष्ठ पर।

कुष्ठ रोग..... पृष्ठ 5 का शेष

रूपा

कुष्ठ के निदान और प्रबन्धन की दृष्टि से चरक ने कुछ लक्षण वर्णित किये हैं जिन्हें दोष प्रकोप के आधार पर देखा जा सकता है जिन्हें निम्नानुसार टेबल में प्रदर्शित किया गया है-

क्र.	कुष्ठ के प्रकार	लेसिन टाईप	मिले जुले लक्षण	क्षेत्र
1	कपाल	अरुण खरा	अतितोद अल्पकण्डु	पतला स्किन क्षेत्र
2	उदुम्बर	ताम्र वर्णा, अशुत हाना	अतिदाह, वेदना	
3	मण्डला	स्निग्ध श्वेत अतितोद	अतिस्त्राव, अतिकण्डु	
4	ऋषजिह्वा	जीभ भालू जैसी	अतितोद, दाह, पिडिका	
5	पुण्डरीक	लालपन पीले के साथ	कण्डू दाह	
6	सिद्धमा	तनु	अकष्टकारी कण्डू	शरीर का ऊपरी हिस्सा
7	काकणक	कई रंगों में	अतिदाह, वेदना	उपरी क्षेत्रों के अनुसार
8	विपादिका	राजी, रूक्षता	कण्डू, दाह, रुजा	पाद
9	चर्मरल		कण्डू, ओष, चोष	हस्त, पाद
10	रूकसा	पीडिका	कण्डू, भ्रावहीन	सारे शरीर में
11	विचर्चिका	राजी	कण्डू, अरती, रूजा	मात्रा (पाणी, पाद)
12	ददरू	राग (लालपन)	मण्डालो दगमा	कण्डू
13	पामा	श्वेत, अरुण, श्याव	बाह्य पीडिका	कण्डू
14	एकाकुष्ठा	मछली जैसी त्वचा	बाह्य रूप में लोकलाईजेशन/बड़े	प्रीसिप्शन की अनुपस्थिति (स्वेद)
15	चर्मकुष्ठ	खरा	हस्तिचर्मवत	
16	किटिभा	रूक्ष	कण्डू असितवर्ण	
17	अलसका	कण्डू	वेसिकल्स के साथ कवर	
18	शतारू	लालपन	दाह, वेदना, कई घावों के साथ	पर्व
19	विस्फोट	श्वेता/अरुणा अल्सर के साथ		थिन स्किन क्षेत्र

उपशय

सिद्धम के लिए कोई विशेष उपाशय नहीं है किन्तु पथ्य के वर्णन में कुष्ठ के सन्दर्भ में उपशय व अपथ्य के लिए अनुपशय स्वीकार किये जावे। अनुपाशय जो कि पथ्य अपथ्य के सन्दर्भ में वर्णित किया जा चुका है जो निदान परिवर्तन में वर्णित है।

सम्प्राप्ति

साम्प्राप्ति का वर्णन आयुर्वेद की विभिन्न धाराओं के अनुसार निम्नानुसार है-

चरक के अनुसार

सर्वप्रथम खानपान सम्बन्धी तत्व दोषों को प्रदूषित करते हैं ये दोष और आहार विहार के तत्व मिलकर कमजोर बनाते हैं और धातु की सामान्य स्थिति को बिगाड़ देते हैं जिसे शैथिल्यता निर्माण कहा जाता है।

दूसरे चरण में रोग का विकास और दूषित दोष उनकी आदतों को प्रभावित करते हैं और प्रतीक प्राप्त करते हैं। ये गतिमान दोष बाधित हो जाते हैं तब, रक्त, मासा और अम्बु धातुओं में अपनी कमजोर क्षेत्र में यह सम्पूर्ण स्थितियां कुष्ठ पैथोलॉजी का कारण होती हैं।

दोषों के अनिश्चित प्रीम्यूटेशंस और काम्बिनेशन के कारण दोषा, स्थाना आदि हैं। कुष्ठ अपने आप को अनिश्चित प्रकारों में प्रस्तुत कर सकती है। यह सम्प्राप्ति चरक द्वारा प्रस्तुत की गई जब वे महाकुष्ठ की व्याख्या कर रहे थे जो कि क्षुद्र कुष्ठ हो की व्याख्या के लिए उपयुक्त नहीं होगी।

निदान

त्रिदोषाप्रकोप

त्वक, रक्त व मांस में आश्रय

पुनः रोष प्रकोप

धातु रौधिल्य

कुष्ठ



सम्प्राप्ति घटक

सम्प्राप्ति घटक जो निम्न है-

- सप्तकोद्रव्य संग्रह
- दोष- त्रिदोष कफ प्रधान (सभी आचार्यों ने स्वीकार किये हैं सुश्रुत को छोड़कर)
- पित्त प्रधान (सुश्रुत)
- वात पित्त प्रधान (एम माधव)
- वात- व्यान सम्मान
- पित्त - पाचक, भ्राजक
- कफ- अवलम्बक क्लेदक
- दूष्य- त्वक, रक्त, मांस, लसिका
- स्त्रोतस- रसवाह, रक्तवाह, मांसवाह, स्वेदवाह
- स्त्रोतोदृष्टि - वियार्ग गमना, संग, विमार्गगमन
- उद्मन - आमाशय
- संचार- तिर्याकगामी सिरा
- अधिष्ठान - त्वक
- रोगमार्ग- बाह्य
- प्रभाव- चिरकारी (क्रॉनिक)

“चिकित्सा संसार पारमार्थिक, सांस्कृतिक एवं सामाजिक न्यास से जुड़कर नरसेवा नारायण सेवा को सार्थक करें”

रसौषधि का उपयोग

डॉ. नितिन उरमलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

रस शास्त्र की परिभाषा

रस शास्त्र आयुर्वेदिक दवाओं का निर्माता शास्त्र है जो दवाओं में उपयोग की गई धातुओं, खनिजों की उत्पत्ति उनकी प्रकार, उनकी विशेषता, बनाने का तरीका, उनकी धनात्मकता और उनके उपचारार्थ मात्रा की विवेचना करता है।

रस औषधी की विशेषताएं

- औषध की मात्रा घटाता है।
- लोगों की पसंद।
- शीघ्र आराम देने वाली।
- रसायन में उत्तम।
- दवाओं की स्थिरता बढ़ाने वाली।
- पोटेनियल ऑफ काष्ठ औषधि।

रस औषधी की हानियाँ

- धात्विक दवाओं के हानिकारक प्रभाव जो लिपिबद्ध है।
- इसकी जांच के तरीके रस शास्त्र में वर्णित हैं जिन्हें आज अवैधानिक और पुराना माना गया है।
- आयुर्वेदिक धात्विक दवाओं को हमेशा योग्य चिकित्सा की देखरेख में ही लिया जा सकता है।

रसौषधि

ताल केशर रस (पी प्यूरिफाईड)

घटक- शो-हरिताल, कुष्माण्ड, त्रिफला का कषाय, घृतकुमारी का रस, कांजी, पी-गंधक, पी-पारद, बकरी का दूध, नींबू का रस एवं पलाश-केशर।

मात्रा- 125 एमजी नित्य शहद के साथ।

लाभ- यह कुष्ठ को ठीक करने में सक्षम है साथ ही बालों की समस्या, वात रक्त, नाड़ी वृण और दुष्टव्रण को ठीक करत है।

श्वेतारी रस

घटक- पी-मर्करी (पारा), गंधक, त्रिफला, भ्रंगराज, बाकुची, तिल, भल्लतक, नीम के बीज व भ्रंगराज का रस।

मात्रा- 500 मि.ग्रा. शहद व घी (घृत के साथ)

लाभ- यह ल्यूकोडर्मा रोग ठीक करने में सक्षम है।

महातालकेशर रस

घटक- हरिताल, कुष्माण्ड, घृतकुमारी (एलोवरा) का रस, कांजी दही, पानी, पुनर्नवा का



रस, पी गंधक, ताम्रभस्म।

मात्रा- 125 मि.ग्रा. शहद के साथ।

लाभ- यह कुष्ठ, बालों की समस्या, वातरक्त, विसर्प, नाड़ी व दुष्ट व्रण में उपयोगी है।

उदय भास्कर रस

घटक- ताम्र भस्म, गन्धक, कालीमिर्च और वत्सनाभिष के साथ उपचारित करें।

मात्रा- 62 से 125 मि.ग्रा. नित्य शहद के साथ।

लाभ- यह कुष्ठ रोग का उपचार करने में सक्षम है, विचर्चिका, ददु, पामा और सभी प्रकार की कुष्ठ में भी उपयोगी।

रसगाणिक्य

घटक- वंशपत्र, कुष्माण्ड का रस, कांजी, दही, अभ्रक पत्र, कोल की पत्तियों का कल्प।

मात्रा- 125 एमजी शहर और घृत के साथ।

लाभ- यह कोढ़, भगंदर, वातरक्त, नाड़ीव्रण व विचर्चिका में उपयोगी।

राजराजेश्वर रस

घटक- पी-हरिताल, कुष्माण्ड, त्रिफला, भ्रंगराज का रस, ताम्रभस्म, पी-गंधक, पी-पारद, खादिरासार, गुडुची व वाकुची।

मात्रा- 125 एमजी शहद और घृत के साथ।

लाभ- यह ददु, किटिभ और मण्डल कुष्ठ में आराम पहुंचाता है।

कुष्ठारी रस

घटक- काष्ठो उदम्बर का पावडर, बला,

नागबला और अतिबला।

मात्रा- 125 एमजी नित्य शहद के साथ।

लाभ- यह वातरक्त कुष्ठ के उपचार में सहायक है साथ ही रक्त स्त्रावण, मांसक्षय गलितफूय और जर्म में भी कारगर है।

ब्रह्मरस

घटक- रस सिन्दूर, पी-गंधक, चित्रक की छाल, वाकुची के बीज, पलाश, पुराना गुड और शहद।

मात्रा- 125 एमजी नित्य शहद के साथ।

लाभ- यह प्रसूती कुष्ठ को दूर करने में सहायक है साथ ही चर्मरोग जैसे मण्डल के उपचार में भी सहायक है।

शीतपित्त मंजन रस

घटक- पी-पारद, पी-गंधक, कासिस, ताम्रभस्म भ्रंगराज क रस व शरपुंखा।

मात्रा- 125 एमजी शहद के साथ।

लाभ- यह शीत पित्त कुष्ठ के उपचार में मदद करता है। साथ ही वात रक्त में भी।

आरोग्यवर्धनी वटी

घटक- पी-पारद, पी-गंधक, लोहभस्म, अभ्रक भस्म, ताम्रभस्म, त्रिफला कुटकी, शीलाजीत, गुग्गुल और चितक का बर्क, चिमक की छाल।

मात्रा- 1 से 2 ग्राम शहद के साथ।

लाभ- एककुष्ठा, किटिभ, विपादिक चर्मदल, अलसम और वात रक्त कुष्ठ को ठीक करने में सहायता करती है।

... शेष पृष्ठ 19 पर।

कुष्ठ में दवाओं का उपयोग दोषों के आधार पर

डॉ. नितिन उरमलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग
आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

डर्मेटोलाजीकल प्वाइंट (त्वचा के घाव)

- ✦ चिरोत्पत्ति
- ✦ शीघ्रोत्पत्ति
- ✦ क्षुद्र रोग (स्पेसिफ़ि ए व शार्टनेचर)

कारण

- ✦ जन्मसंबंधी
- ✦ पर्यावरणीय
- ✦ खानपान की आदतें
- ✦ डीजेनेरेटिव आदि।

इग्स हो सकती है

- ✦ कारण
- ✦ उपचार
- ✦ काम्पलीकेट

इग्स प्रापर्टीज के साथ

- ✦ वर्णयम
- ✦ कुष्ठघ्नम
- ✦ कण्डएनम
- ✦ विषघ्नम
- ✦ दाह प्रशमनम
- ✦ उदर प्रशमनम
- ✦ शोणित स्थापनम
- ✦ वयस्थापनम
- ✦ रसामनम

अभ्यन्तर शुद्धि

- ✦ वमनम
- ✦ विरेचनम
- ✦ रक्त मोक्षणेन आदि

पथ्यों का महत्व

- ✦ इन्हें आदत में बदले सामान्य स्वास्थ्य के लिए
- कषायम (KASHAYAM)**
- ✦ तिक्तकम पित्त शमनम
 - पीवी/एकजीमा/संक्रमणित मामले आदि।
- ✦ महात्तकम त्रिदोषाःशमनम
 - इम्यूनोमोड्यूलेटरी एक्शन
 - क्रानिक मामलों में
 - रसायनम
 - वृणणम



- ✦ पटोल मूलादि
 - शोधन कार्य हेतु
 - विशेष रूप से उपचार के प्रथम सप्ताह में।
- ✦ गुडूच्यादि पित्तकफशमनम
 - विसर्पम हर्पिज
 - बुखार के साथ
- ✦ अग्रवादहादि कफ शमनम
 - क्रानिक मामले
 - एकजीमा
- ✦ पटोलकतुरोहिन्यादि - कफ पित्त शमनम
 - एकजीमा/पीवी
- ✦ मनजिष्ठादि/महामान्जेषादि वातरक्त शमनम
 - रोपणम
 - क्रानिक स्तर पर
 - स्केबीज / सोराईसिस / एकजीमा
- ✦ निम्बादि (पित्त कफ शमनम)
 - एक्ने, पाईल्स, फोलीक्यूलिटीज
- ✦ शोणिताम्रतम (रक्त शुद्धिकरणम)
 - एलर्जी/कान्दु/शीतपित्तम/एकजीमा

घृतम

यह उपयोगी है निम्नलिखित स्थितियों में

- ✦ क्रानिक स्थिति में
- ✦ मुख्य रूप से शोधनपूर्वक
- ✦ तिक्तकम (पित्तशमनम)
 - एकजीमा / सोराईसिस / एलपी
- ✦ महात्तकम मिदोष शमनम
 - इम्यूनोमोड्यूलेटरी एक्शन
 - रसायनम
 - ब्रिम्हानम
- ✦ आरग्वच महात्तकम (कफशमनम)
 - सोराईसिस
- ✦ गुग्गुलु तिक्तकम (वातकफ शमनम)
 - क्रानिक मामले
 - मोटापा
 - जोड़ों के दर्द आदि

- ✦ कल्याण घृतम (पित्तशमनम)
 - स्ट्रेस (तनापव सम्बन्धी)
 - गर टाईप
 - साइकोसोमेटिक
- ✦ शत घौन घृतम (वातपित्तशमनम)
 - बोंडिल्स / पीवी/ हर्पीज
 - बाह्य उपयोग के लिए

अरिष्ट एवं आसवम्

इनमें ये गुणवत्ता है जैसे-

- ✦ गति के साथ क्रिया
- ✦ बच्चों के लिए अच्छा
- ✦ दीर्घावधि उपयोग हेतु
- ✦ विस्तृत जानकारी निम्नानुसार है-
- ✦ खादिरारिष्टम (कफपित्त शमनम)
 - कामन (आम उपयोग हेतु)
 - वर्णयम त्वच्यम
- ✦ आरग्वधारिष्टम (कफशमनम)
 - शोध
 - कण्डू
- ✦ उशीराक्षवम् (पित्तशमनम)
 - चिकनपाँक्स
 - ब्वाइल्स को घटाना, टलीहटर्स
 - बर्निंग सेन्सेशन
 - सोने में व्यवधान
- ✦ महात्तकम (पित्त कफ शमनम)
 - क्रानिक मामलों में
 - शोषणम
 - विद्रधि / पित्तक
 - एकजीमा
- ✦ सारिवाधासनम (पित्तशमनम)
 - रिड्यूस विलीस्टर्स
 - मीजल्स / चिकनपाक्स
- ✦ लोघ्रासवम् (कफ मेदोशमनम)
 - क्रानिक आबसे मामलों में

... शेष पृष्ठ 19 पर।

सोराईसिस (छाल रोग)

डॉ. नितिन उरमलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर



सोराईसिस एक आम त्वचा रोग है जो दुनिया की 1 से 2 प्रतिशत जनसंख्या को प्रभावित करता है। भारत में यह रोग 1 प्रतिशत तक पहुंच चुका है जिसे यूरोपीय देशों से कम आंका गया है। यह सभी आयुवर्ग के लोगों को हो सकता है। इतना ही नहीं यह पुरुष और महिलाओं में भी बराबरी का दावेदार है। यह एक जेनेटिक कम्पोनेंट है। अफसोस इसके कारणों को आज भी ठीक से समझा नहीं गया है। सोराईसिस का फिजियोलॉजिकल पहल अतिमहत्वपूर्ण है। इससे इसके प्रबंधन व इरियोपेथो जेनेसिस में सहयोग मिलता है।

इथिमोलॉजिकल (व्युत्पत्ति) सम्बन्धी तथ्य

सोराईसिस शब्द ग्रीक शब्द Psora जिसका अर्थ है खुजली या स्केल और Iasis से अभिप्राय है दशा। इस प्रकार Psora + Iasis का मिश्रित अर्थ होता है खुजली की दशा।

Synonyms (समानार्थक शब्द)

छाल रोग या खुजली वाला चर्मरोग- सोराईसिस एक क्रानिक संक्रमणकारी इन्फ्लेमेट्री से दूसरी जगह जाने वाली बीमारी है जिसकी इटियोलॉजी आज भी अज्ञात है। इसकी विशेषताओं को यदि परिभाषित किया जाए तो ड्राईस्केलिंग, एरिथ्रमैटस पेचेस जो ढके रहते हैं। रजत व सफेद स्केल्स से। इसका आमतौर पर प्रभाव कोहनियों, घुटनों, स्केल्प, नाखून और जोड़ वाले सभी भागों पर अधिक होता है।

सोराईसिस की इटियोलॉजी

सोराईसिस को एक अज्ञात कारणों वाला रोग माना गया है। इसके इटियोलॉजिकल तत्वों को प्रेडिसपोजिंग फेक्टर जेनेरिक फेक्टर और ट्रिगेरिंग फेक्टरों में वर्णित किया जा सकता है।

1. जेनेटिक फेक्टर (अनुवांशिक तत्व)

- ✓ हालिया रिसर्च डाटा ने सुझाया है कि लगभग 1/3 मरीज जिनकी रिपोर्ट सोराईसिस के साथ आई है उनका पारिवारिक इतिहास पॉजिटिव पाया गया है।
- ✓ ट्विन स्टडीज दृढ़ता के साथ पारिवारिक या अनुवांशिक तत्वों का सोराईसिस में समर्थन करती हैं।
- ✓ वर्तमान में ध्यान केन्द्रित किया गया है प्रमुख ह्यूमन ल्यूकोसाइटिस हिस्टोकांमेटोविलिटी इस रोग के साथ जुड़ी है।

2. ट्रिगेरिंग फेक्टर (संचालक तत्व)

यदि तत्वों का वर्गीकरण किया जावे तो सोराईसिस को दो भागों में बांटा जा सकता है (1) लोकल फेक्टर (आमतत्व) और (2) सिस्टेमेटिक फेक्टर या व्यवस्थापित तत्व। व्यवहार में वास्तविक रूप में वस्तुस्थिति अत्यधिक काम्प्लेक्स हो जाती है उस समय कुछ सिस्टेमेटिक तत्व प्रस्तुत करते हैं एक आंतरिक खेल जो इन्डोजीनियस और एक्सोजीनियस स्थितियों के मध्य होता है। उदाहरणार्थ- फिजियोलॉजिकल स्ट्रेस में।

लोकल ट्रिगेरिंग फेक्टर- स्थानीय तत्व अपना महत्वपूर्ण स्थान रखते हैं मरीज की पहचान में। इसके लिए लोकल ट्रिगेरिंग फेक्टर का अच्छा उदाहरण है स्किन इंजरी।

सिस्टेमेटिक फेक्टर- सिस्टेमेटिक व्यतिरेको या अवरोधों व सोराईसिस के मध्य संबंध सुस्थापित है। जैसे इन्फेक्शन और इन्डोक्राइन तत्व।

मेटाबोलिक फेक्टर डी लाईट ई ड्रग।

3. इम्यूनोलॉजिकल फेक्टर (प्रतिरक्षात्मक तत्व याकार)

कुछ अध्ययनों ने किया है सोराईसिस में इम्यूनोलॉजिकल फेक्टर रोल। इन अध्ययनों के आधार पर सेल्यूलर इम्यूनोटी सिद्धांत बतलाते हैं कि सोराईसिस उस समय प्रारंभ हो सकता है जबकि एक एंटीजन को सतत उपस्थित किया जावे। टी सेल्स द्वारा एचएलडी, डीआर, एंटीजन सेल को प्रेजेंट करते हैं जो कि लांगर हेन्स सेल या केराटिनोम सिट्स हो सकते हैं।

पेथोलॉजी

सोराईसिस बड़ी मात्रा में केराटिन के सेलों में जमा होने के कारण सेल हावी हो जाते हैं और यह रोग होने लगता है। आधार भूत कमी यह है कि एपीडर्मीज का तेजी के साथ रिप्लेसमेंट होने लगता है। स्पेरायटिक लेसिन में जो 3 से 4 दिन में होता है और सामान्य त्वचा में 28 दिन लगते हैं। इसके साथ ही वेस्कूलर परिवर्तन भी देखे जा सकते हैं जो उपरी त्वचा में होते हैं। ये परिवर्तन टेडे मेडेपन व फैलाव के साथ देखे जा सकते हैं। ये असामान्य नेचरल सेलों में मौजूद होते हैं।

मोड ऑफ ऑनसेट (संभावना)

सोराईसिस प्रथम बार किसी भी आयु वर्ग में हो सकता है। इसकी समयावधि अलग-अलग हो सकती है जो कुछ सप्ताह से लेकर जीवन पर्यंत भी हो सकती है। वैसे पुरुष 25 वर्ष की आयु में व महिला किसी भी उम्र में उससे प्रभावित हो सकती है।

क्लीनिकल फीचर्स- क्लीनिकल रूप में सोराईसिस अपने आपको सूखा, उपरंजक युक्त, छोटे दाने के रूप में, सजीले टुकड़ों के रूप में पर्विल के रूप में रजत छतों की परत के रूप में प्रस्तुत करता है। जो चकते होते हैं वे सिके के आकार के होते हैं। इससे बड़ा आकार हथेली पर होता है।

आस्पीट्ज लक्षण (चिन्ह)- जब हाइपरपोकिरोटोटिक सेल मेकेनिकली सिरोसिस ब्लॉक से हटाये जाते हैं स्केच करके या खुतर के तो कुछ ही मिनिटों में छोटी-छोटी रक्त बूंदे इरीथेमटसपर आ जाती हैं प्रभावित सील पर। इसी प्रक्रिया को एयुस्परिज लक्षण कहा जाता है।

कोबेनर की अवधारणा

स्त्रावीय घावों को सक्रीय चरण में खरोच कर लाइनों के साथ विकसित किया जा सकता है। इसे ही कोवनर की अवधारणा कहा जाता है।

केन्डिल ग्रीस जैसे लक्षण

जब एक सोराईसिस घाव को एक ही स्थान पर खरोचा जाता है इनकी शिराओं से मोमबत्ती के ग्रीस के समान द्रव तेजी के साथ उत्पन्न होता है। साथ ही बगैर खरोये गये घावों से भी बहता है इसे ही केन्डिल ग्रीस लक्षण कहे जाते हैं।

..... शेष अगले पृष्ठ पर।

सोराईसिस... पृष्ठ 9 का शेष

विभिन्न प्रकार के व्यक्तिगत घावों की अभिव्यक्ति

1. प्लेक सोराईसिस

यह रोग का सर्वाधिक जटिल रूप है। 5 से चार लोग इस रोग से पीड़ित होते हैं। इस रोग के लिए ब्लेक नाम का उपयोग किया जाता है। ये चकते लाल, उठी हुई त्वचा वाले होते हैं। इनके लिए वार्ड लायसेन शब्द का आमतौर पर उपयोग किया जाता है। प्लेक सोराईसिस का तकनीकी नाम सोराईसिस वल्गरीज है।

2. गटेट सोराईसिस

गटेट शब्द लेटिन शब्द से आया है जिसका अर्थ ड्राप होता है। इसकी विशेषताएं इस प्रकार हैं-

- ✓ सम्पूर्ण शरीर की सतह पर ड्रापलेट्स।
- ✓ ट्रंक नामक की साईट अधिकांशतः प्रभावित होती है।
- ✓ हथेलिया और तलवे प्रभावित होते हैं, खुजली इसका आम लक्षण है। सभी रोगियों को 14 से 17 प्रतिशत तक प्रभावित करता है।
- ✓ यह विशेष रूप से बच्चे में युवा व एडल्ट में आम है।
- ✓ यह विशेष रूप से स्ट्रेप्टोकोकाल उपरी श्वास पथ को प्रभावित करते हैं।
- ✓ संक्रमण- पुर्वानुमान बच्चों में बहुत अच्छा होता है और वयस्कों में खराब होता है।

3. एरिथ्रोडर्मिक सोराईसिस

इस अभिव्यक्ति की विशेषताएं निम्नानुसार हैं-

- ✓ इसमें सोराईसिस की विशेषताएं विस्थापित कर दी गई हैं सम्पूर्ण जनरलाइज्ड एरिथ्रिमा और स्कोलिंग के रूप में।
- ✓ इस बात को ध्यान में रखना महत्वपूर्ण है कि यह प्रतिक्रिया का तरीका विशेष प्रकार का नहीं है, सोराईसिस के लिए यह कई अन्य स्थितियों में भी होता है। जैसे एटोपिक त्वचा रोग में।
- ✓ रेटिकलोसिस और दवाओं की प्रतिक्रिया के रूप में सभी रोगियों में 20 प्रतिशत तक एरिथ्रोडर्मा के होते हैं। वास्तव में सोराईसिस के शिकार होते हैं जो गंभीर, सही तरीके से, रेग्यूलेशन न होने से होता है।
- ✓ कई लोग हाइपो और हाईपर थर्मिया के शिकार होते हैं, प्रोटीन की कमी और नमक का असंतुलन पानी चयापचय, निर्जलीकरण (डीहाइड्रेशन) गुर्दे की विफलता और हृदय की विफलता का भी परिणाम हो सकता है।

- ✓ ड्रायथ्रोनाल का अकुशल तरीके से उपयोग लोकल कर्टिको स्टीराइड्स का पूर्व में उपयोग, यूवीआर थेरेपी का ओवर डोज ही पर्याप्त रोग के प्रारंभिक कारण हो सकते हैं।
- ✓ औसत सफाई का समय 3 सप्ताह से 2 माह तक एक कन्सर्वेटिव थेरेपी के लेने पर।

4. अस्थाई सोराईसिस

यह प्राचीन ब्लड सोराईसिस का ही एक रूप है जो कि एक अयोग्य चरण है। ट्रीगरिंग तत्वों के कारण होती है। इसका क्लीनिकल प्रभाव एक मिश्रित प्लेक गटेट सोराईसिस है।

अन्य प्रकार

1. पुस्तुलर सोराईसिस

यहां पर दो क्लीनिकली असमान्तर परिस्थितियां हैं जिसका नाम पुस्तुलर सोराईसिस दिया गया है।

- (अ) स्थानीय पुस्तुलर सोराईसिस (बार्बर)
- (ब) जनरलाइज्ड पुस्तुलर सोराईसिस (वॉन जुम्बुश)

2. सेवोरिक हाईक सोराईसिस

घाव सेवोरिक साईटो पर होते हैं। जैसे स्टर्नल क्षेत्र, प्लेक्स, एक्सिल और ग्रोइन। घाव चांदी के रंग के और ग्रेसी प्रकार के होते हैं। प्लेक्स्यूल सोराईसिस को इस प्रकार में शामिल किया गया है।

3. फोलीक्यूलर सोराईसिस

यह एक माफोर्लोजिकल प्रकार है जो प्रामीनेंट फोलीक्यूलर मूल के लोगों में होता है। इस प्रकार की सोरायसिस के दो क्लीनिकल तरीके होते हैं। एडल्ट टाईप व चाइल्डहुड टाईप।

एडल्ट टाईप (वयस्क प्रकार)- यह प्रायः विशेष रूप से महिलाओं में देखा गया है। जिसमें फोलीक्यूलर घाव जांघों पर निर्मित होते हैं।

चाइल्डहुड टाईप- इस प्रकार में ट्रंक का सम्मिलित निराश करता है इसमें आसोलेट प्लेक्स देखे जा सकते हैं।

4. पीसोरिएटिक आर्थराइटिस

यह समस्या किसी भी समय उत्पन्न हो सकती है, बचपन से लेकर बुढ़ापे तक। इसकी मूल आयु 36 वर्ष से लेकर 45 वर्ष की आयु के मध्य होती है। इस बात की पूर्ति इटियोलोजिकल तत्वों ने की कि जो जेनेटिक फेक्टर्स, पर्यावरणीय तत्व आदि नोट किये गये, संक्रमण भी सम्भव है।

5. लाइकेनाइड सोराईसिस

कुछ प्रकार के सोराईसिस में लिचेनीफिकेशन की तीव्र प्रवृत्ति होती है। बहुत से अलग-अलग लोगों में

और स्माल प्लग में लीचेन प्लाउस की विशेषताएं होती हैं और ठीक उसी समय वे सोराईसिस में बदल जाते हैं। प्रभावित क्षेत्र, उपर उठ जाता है।

इपेटिगो हर्पेटोफार्मीज

यह एक दुर्लभ (कभी कभार मिलने वाली) पुस्तुलर सोराईसिस की दशा है जो गर्भावस्था के अंतिम 3 माह में होती है और यथा सम्भव गर्भावस्था के अंत तक रहती है। एक नि यम के अनुसार यह घटना प्रेगनेंसी को रिलेप्स कर सकती है यदि व्यक्तिगत या पारिवारिक इतिहास सोराईसिस रोग का है।

सापेख निदान

सोराईसिस का निदान मरिजों में कठिन नहीं है। एक प्राचीन व्यवस्था के अनुसार द माइक्रोमाफोलाजी कुछ विशेष त्वचा रोग कभी-कभी सोराईसिस जैसे दिखाई देते हैं।

एकजीमा

- ✓ सीबोरिक डर्माइटिस
- ✓ लाइकेन सिप्लेक्स क्रॉनिकस
- ✓ हायपर केरोटोटिक एकजीमा ऑफ पाम्स एण्ड सोहस
- ✓ वेस्कुलर एण्ड स्केलिंग एकजीमा ऑफ द हेड्स।

संक्रमण

- ✓ सिफालिस
- ✓ कैडीडिसीज
- ✓ डर्माटोफायटिक संक्रमण

पुस्तुलोसिस

- ✓ रेडर रोग
- ✓ सबकोनियल पुस्तुलोसिस

मैलिगनेन्सीज

- ✓ माइक्रोसिस और प्रीमिकोटिक दूरप्संस
- ✓ बोवेन का रोग

काम्प्लीकेशन ऑफ सोराईसिस

- ✓ इंफेक्शन
- ✓ एकजीमाइजेशन
- ✓ पुष्टुलीजेशन
- ✓ इचिंग (खुजली)
- ✓ बर्निंग (जलन) एवं टाइटनेस
- ✓ हाइपोकैल्सीमिया
- ✓ एमायलोइडियोसिस
- ✓ आर्थराइटिज (गठिया)
- ✓ हेपेटिक / रीनाल / फेल्टोर

डर्मेटो फायटोसेस (फंगल संक्रमण)

डॉ. नितिन उरमलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर
डर्मेटो फायटिक समूह के संक्रमणों के लिए तीन प्रजातियाँ जिम्मेदार हैं। ट्राइकोफाइटोन, एपीडर्मा फायटोन और माइक्रोस्पोरम प्रजातियाँ।

माइक्रो स्पोरम प्रजातियाँ मुख्य रूप से संक्रमित कुत्तों या बिल्लियों या फिर इस प्रजाति से संक्रमित बच्चों से पकड़ी जाती है। वे बच्चों में टिनिया कैप्रीटीज पैदा करते हैं। मनुष्यों में आम रिंगवर्म संक्रमण ट्राइकोफाइटोन प्रजातियों के कारण होता है विशेषकर टी रूब्रूम और टी मेन्टोग्रो फाइटस और एपीडर्मा फायटोन प्रजातियों खास कर ई फ्लोकोसम के कारण होते हैं।

कुछ आम संक्रमण फार्म में रहने वाले जानवरों से फैलते हैं जो प्रजातियों द्वारा फैलाये जाते हैं जैसे टीवेरूकोसम टी इक्वीनियम आदि जो अधिकतम इन्फ्लेमेट्री रोगों को जन्म देते हैं।

क्लीनिकल फीचर्स (नैदानिक सुविधाएँ)

टीनिया कारपोरिस

इन्फेक्शन का क्षेत्र जटिल होता है जो खुली त्वचा पर होता है जब तक संक्रमण पहले से मौजूद संक्रमण का प्रतिनिधित्व नहीं करता है। ऐसे मामलों में संक्रमण खोपड़ी या सिर के माध्यम से फैल सकता है। गर्दन के नीचे उपरी ट्रेक पर या फिर ग्राइस से नितम्बो तक और नीचले ट्रेक तक फैल सकता है।

विशेषताएं- घाव एक प्रकार का नोटिस हैं जो आमतौर पर तीव्र बढ़त के साथ उभरते हैं। एक घाव कई को जन्म देता है या मल्टीपल प्लक्स को जन्म देता है।

टीनिया कैप्रीटीज

घाव का रिंगवर्म जिसमें कि आवश्यक बात है कि बालों की शाफिटिंग की खोज हो रही है, डमेटोपायरे फंगल द्वारा कोटीनिया कैप्रीटीज के नाम से जाना जाता है।

यह प्रायः बच्चों में होती है जो मुख्य रूप से एमकेनज के कारण होता है। यह खोपड़ी परत, कोनियम और बालों की छाल पर आक्रमण करती है। फलस्वरूप स्केलिंग पेचेस खोपड़ी त्वचा और बालों वाले क्षेत्रों में बाल झड़ने लगते हैं। यह झड़न हेयर शफ्ट्स के ब्रेकेज के कारण होती है। यह आसानी से फैलता है जो मुख्य रूप से बालों के ब्रश (कंधे) को शेयर करने से होता है।

टीनिया बारबी

क्लीनिकल रूप में टीनियाबाटवे ठीक उसी तरह उपस्थिति होता है जैसे टीनिया कार्पोरिस। हल्के सतही स्केलिंग जो एरिथ्रिमा और टुटे हुए होते हैं चमकरहित बाल। गहन रूपों में प्रिफोलीक्यूलर, पुस्ट्रल्स, क्रास्टिंग, एक्सूरेट्स देखने में आता है। इसकी प्रगति एक ज्वलनशील बोगी के रूप में होती है। जिसमें ट्यूमर खोपड़ी में केरेन के रूप में फैल सकता है। साइनस टेंट, स्केरिडा और एलोपेसिया विकसित हो सकता है।

टीनिया फासीई

टीनियाफासीई प्रायः चेहरा, गर्दन पर आर्सेमोटाअस स्केलिंग प्रूरिटिक घावों को जन्म देता है। कुछ मरीजों में प्राचीन एनुलेट तरीके के टीना कार्पोरिस उठने लगते हैं। स्केलिंग सीमाएं जबकि दूसरों के पास होगी इंडिस्टिक्ट फ्लेट अर्थेमेटोस पेचेस।

टीनिया पेडिस

पैरो में रिंगवर्म संक्रमण हो सकता है। एरिथ्रिमा की पृष्ठभूमि में महसूस होने वाले क्षेत्र में वास्कुलर खुजली के साथ इचीवेसीकल्स हो सकते हैं।

- ★ प्लाटार जिसमें तलवा लाल और स्केलिंग वाला है।
- ★ इंटर डिजीटल जिसमें पैर की चौथी व पांचवी उंगली के बीच की त्वचा स्केलिंग और मेकेरेटेड है।
- ★ टीनिया पेडिस एक आम रोग है



विशेष रूप से युवा और मध्यमवर्गीय आयुवर्ग के लोगों में होता है।

टीनिया मैन्ग्रम

डर्मेटो फाइटो की कोई भी प्रजाति किन्तु आमरूप में जियोफिटोन रुबुम हाथ की त्वचा को प्रभावित करती है। हायरपर केराटोसिस हथेलियों की और उंगलियां त्वचा को विभिन्न प्रभाव से प्रभावित करती है। यह एक आम विविधता है तथा लगभग आधे मामलों में एकरतरफा है।

टीनिया क्रूरिस

टीनिया क्रूरिस एक संक्रमण है जो विकसित होता है डर्मेटो फाइटो प्रजातियों के माध्यम से। चाहे प्रजाति कोई भी हो खुजली उसका स्थाई लक्षण है। जब घाव प्रारंभिक अवस्था में होता है तो उसमें एरिथ्रोमेरस प्लेक्स होते हैं। आर्सिफ तेज मार्जिन के साथ जांगों से जांगों तक फैलते हैं।

टीनिया अनगुडियम

यह दशा रिंगवर्मों के संक्रमण के कारण होती है जो नेल प्लेट के निचले भाग पर सफेद या पीले रंग की एक रेखा या पैच के रूप में होता है जो प्रायः नाखून के मोड़ के पास होती है। यह प्रायः सामान्यतः प्लेट के माध्यम से दिखाई देता है और नाखून के

आधार पर फैलता है जो गहरा भूरा या काला हो सकता है।

आधुनिक पेटेजोन्सिस

पिरिरियोसिस वर्सीकलर

फंगस पेट्रियासिस की वेर्सीकलर का प्रेरक कवक मालसीजिया फफ्रर है। वास्तव में मालासीजिया फफ्रर एक सामान्य गैर पेटेजोनेनिक मायकोलोगा है जो मानव की त्वचा में निवास कर रहे हैं। किन्तु जब एक व्यक्ति साफ-सफाई या स्वच्छता के नियमों का पालन नहीं करता है लम्बे समय तक कुछ उत्परिवर्तनीय परिवर्तन कवक के संविधान में निर्मित होते हैं और यह पेटेजोनेनिक हानिकारक/विषैला हो जाता है। इस स्तर पर कवक ने काररेम, कानरेम पर हमला किया और एक साइट्रोपिक डिकाराबोक्जिफिक एसिडक निर्माण किया जिसे अजेलिक एसिड के नाम से जाना जाता है। मेलेनोसाम्प में स्थित मेलेनोसाम्प के उत्पादन में हस्तक्षेप का अनोखा पहलू इस प्रकार है-

- ★ एम फफ्रर का कार्निवम पर हमला।
- ★ एजालिक एसीड का उत्पादन।
- ★ मेलानोसोसेस के साथ छेड़छाड़।
- ★ मेलानोसोसेस का बड़ा होना।
- ★ हायपोपिगमेन्टेड घाव।
- ★ पीटिरियासिस वर्सीकलर।

लाइकेन प्लानस

डॉ. नितिन उरमलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व.
अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

यह एक क्रानिक रोग है जो त्वचा, मुख या जननांगों को प्रभावित करती है। विश्व की आबादी का अनुमानित 1.2 प्रतिशत अमेरिका में इससे प्रभावित हो रहा है। लाइकेन प्लानस (एलपी) सभी नवीन मरीजों में 1 प्रतिशत सभी हेल्थ केयर क्लिनिकों पर प्रभावित करता हुआ पाया गया। कुछ क्षेत्रों में रिपोर्ट किया है कि दिसम्बर व जनवरी माह में एक उच्च घटना घटित हुई है। अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर कोई भी भौगोलिक कारक में परिवर्तन की सूचना नहीं है। डॉ. इराजगज विल्सन ने सर्वप्रथम 1969 में इसी की प्रक्रिया को वर्णित किया था और इसकी तुलना लीचेन से की थी। एलजे (शैवाल) और फंगई (कनक) की सहजीवी संबंधों में तुलना की।

रेस- कोई नस्लीय गड़बड़ी नहीं आंकी गई।

सेक्स- नर व मादा मरीजों में कोई खास अंतर नहीं ज्ञात हुआ।

उम्र- एल.पी. किसी भी उम्र में प्रभावित कर सकती है। इनमें से दो तिहाई मरीजों की आयु 30 से 60 वर्षों के मध्य थी। यह रोग बच्चों में बिरला ही पाया गया।

उत्पत्ति से सम्बन्धी अवधारणा

लाइकेन- लाइकेन अर्थात् चाटना/ट्रीमास पेड़ की काई प्लानस से अभिप्राय समानान्तर या चपटा।

इस प्रकार शब्द लीचेन का उपयोग रोग के लिए किया गया था क्योंकि फ्लेट उच्चस्तर के घावों की आम प्रस्तुति के कारण लाइकेन नामक पौधों के समूह की समानता का सुझाव दिया गया था।

- स्मूडोपेलाड (समानार्थक शब्द)
- पेस्यूडोपेलाड
- मानव ल्यूकोसाइड एंटीजन बी7, एचएलएबी-7
- मानव ल्यूकोसाइड एंटीजन डीआर-1, एचएलए-डीआर-1
- मानव ल्यूकोसाइड एंटीजन डीआर-10, एचएलए डीआर -10

परिभाषा

लाइकेन प्लानस त्वचा की एक पुरानी बीमारी पापुलो स्क्वामास है और श्लेष्मा झिल्ली जो कि खुजली वाले फ्लेट टॉप विओलासियस पोलियागोनल पेस्यूल्स है।

इस बारे में पहला संस्करण 1829 में कापोसी ने वर्णित किया था और उसने शब्द लीचेन रूबेद पिम्फ्री गोईडेज को यूरोप में बड़े पैमाने पर फैलाने के लिए कहा था।

1930 में श्रेईनर ने बुलोइज एलपी को दो भागों में विभाजित किया। एलपी वैसीडुलोमस और एलपी पिम्फ्रीगोईडेज।

1969 में पंकुरु और मेहरगन ने सुझाया कि एलपी में मूफहिस्टो पेटोलॉजिकल फीचर क्षतिग्रस्त हो चुका है जो एपीडिमिज की आधार पर थी।

1970 में जैम में एलपी आफनेल का वर्णन किया।

इटिओलॉजी- यद्यपि लाइकेन प्लानस का कारण अज्ञात है न्यूमेरज क्लीनिकल गणनाओं ने सुझाया कि यह लोगों में तब जरूर आता है जब वे गंभीर भावुक स्ट्रेस (तनाव) में होते हैं। इम्यूनो ग्लोबुलिनस की भूमिका और क्यूटेनियम इम्यूनोरिएक्टेंट का संग्रहण एलपी में विकास करता है अभी भी शंकास्पद है।

आम इटिओलॉजिक ड्रग श्रेणियां एलपी लिंक में

एंटी हायपर टेन्सिव

- बीटा ब्लॉकर्स
- एनजीओ टेनासिन (जो ए जाइम इन्हेबिटर्स को बदलात है)
- थाईएडिस
- फ्यूरोसेमीडे
- मेथायल डोपा

एंटी इन्फ्लेमेट्री एजेंट्स

- नॉन स्टीरायडल एंटी इन्फ्लेमेट्री ड्रग्स
- गोल्ड साल्ट्स
- सल्फोन्स

एंटीमलेरियल्स

- क्लोरोक्वीन
- क्यूनाक्रिन

एंटीकन वाल्वुसेंट

- कार्बामाझेपाइन
- फिनटोइन

न्यूरोलॉजिक

- बेंजोजिपिन्स
- फेनोथिया जिन्स
- फोटो डेवलपर्स

सल्फोन्यल यूरेस

- क्लोर प्रोयामीड
- एलोप्यूरीनाल
- पेनसिलामाइन

पेटोजेनेलिस (रोगजनन)

इसका उपचार इम्यूनोलॉजीकली किया जाता है।

चाहे विदेशी एंटीजन एक वायरस या एक दवा है अद्भुत है। लेगरहंस सेलो की प्रक्रिया एंटीजन है जो टी लिम्फोसाइट्स को प्रस्तुत की जाती है। यह स्टीयुलेटेड लिम्फोसाइटिक प्रक्रिया एपीडिमोट्रॉपिक और आक्रमण करते हैं केरिनोसाइटिस। इस लिम्फो साइटोट्रॉपिक प्रक्रिया में केरिनोसाइटिज जारी करते हैं साइटोकिनिज जो और अधिक लिम्फोसाइट्स को आकर्षित करते हैं। इस प्रक्रिया को रेफर किया गया है। लिचोनाईड टिशु रिएक्शन के नाम पर। यह इम्प्लेमेंट्री रिएक्शन प्रणाली भी एक विशेषता है। एपीडिमिज हायपर केराटोटिक के साथ है अनियमित एकने थाईजिस और फोकल थिकनिंग रखादार परत में।

क्लीनिकल फीचर्स

लाइकेन प्लानस एक क्रानिक रोग है जो त्वचा मुह व जननांगों को प्रभावित करता है। इसका निर्माण उपर से चपटा, पोली गोनल, भूरा, सफेद, बैंगनी, लिली के रंग जैसा चमकदार होता है। यह एक स्वसीमा निधारित रोग है। लीचेन प्लानस का रंग त्वचा पर कई रूपों में देखने को मिलता है जो पिंग से लेकर पर्पल तक हो सकता है।

इसकी प्रीरूटिज एक विशेष गुणवत्ता वाली होती है जो खरोचने के बजाय रगड़ को प्रेरित करता है। आराम के लिए इसकी सतह क्षीण होती है जो ठीक सफेद लाइनों से घूमती है जिन्हें विकेम्स स्ट्राई कहा जाता है।

ये घाव टुमा क्षेत्र में विकसित होते हैं। टुमा एक सामान्य सी खरोच भी हो सकता है यह धारणा कहलाता है कोमनार की अवधारणा।

आम क्षेत्र जहां यह प्रभाव दिखता है

लाइकेन प्लानस (एलपी) किसी भी क्षेत्र को प्रभावित कर सकता है। किन्तु इसे प्रायः कलाई के चिकने भाग पर, बाहरी भागों पर, घुटनों, ग्लान्स शिशन नीचले पैरों के उपरी भाग और हाथों की पृष्ठ भाग के कवच की सतह पर देखा जा सकता है।

लीचेन प्लानस में विभिन्नता

यह निम्न रूपों में से किसी भी रूप में दिखाई दे सकता है-

- एनुलर लीचेन प्लानस
- लाइनर लीचेन प्लानस
- फोलील्यूलर लाल पी
- गट्रेट एल.पी.
- हाईपर ट्रॉपिक एलपी
- एट्रॉपिक एलपी
- एलपी एक्टीमिक्स
- अलक्रिएटिव एलपी
- विस्क्यूलीबुलोअस एलपी।

मोटे लोगों में त्वचा सम्बन्धी समस्याएं

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर
मोटे लोग आज की दुनिया में कई प्रकार की स्वास्थ्य समस्याओं से ग्रसित होते हैं। यह समस्या आज वैश्विक स्तर पर फैल रही है किन्तु दुर्भाग्यवश आज देश में विशेषकर शहरी क्षेत्रों में मोटापा या अतिभार कई रोगों का विस्तृत कारण हो सकता है। यह अपंगता व मृत्यु से जुड़ा है। इसके साथ अनेको त्वचा सम्बन्धी रोग भी जन्म ले सकते हैं। एक सामान्य बाडीमास सूची में 20 किलो से अधिक एमआर पाया जाता है मोटापे के हिसाब से। आज की जीवन शैली और भोजन की आदतें ऐसी कई समस्याओं को निर्मित होने में सहायता करती हैं। मोटापे या अतिभार के मूल कारण निम्नानुसार हो सकते हैं-

- बाह्य क्रियाओं का न होना
- खानपान की बुरी आदतें
- एन्डोक्राइन डायफंक्शन
- सुस्त (आलसी) जीवन शैली
- जीवन का मशीनों पर निर्भर होना
- अतिरिक्त कार्य का दबाव
- अच्छा स्वादिष्ट भोजन व संकीस्टाइल पसंद होना।

इन सभी जन्मजात तत्वों के चलते एक पॉजिटिव फेक्टर आवेसिटी में कार्य करता है। आयुर्वेद में स्थूल्यता (मोटापा) को मेदो धातु जन्म रोग माना गया है जो अतिरिक्त या अधिक मात्रा में लिये गये कफवर्धक आहार विहार का परिणाम माना गया है। त्वचा जो कि शरीर का सबसे बड़ा अंग है जो सम्पूर्ण शरीर को ढकता है एक सुरक्षा कवच में।

यह शरीर के अन्दर के वातावरण को बनाये रखता है। उसे बाह्य वातावरण के प्रभाव से बचाता है। यदि शरीर के अंदर की ओर कोई परिवर्तन होता है या तो फिजियोलोजिकल या पेटोलाजिकल वह त्वचा को प्रभावित करता है और एक रक्षक तत्व के समान त्वचा की रक्षा त्वचा रोगों से करता है।

आयुर्वेद दुर्गंध और अधिक पसीना निकलना वे लक्षण माने गये हैं जो स्थूल्य रोग को बढ़ावा देते हैं। ये स्थितियां कारण होती हैं। समाज द्वारा मरीज के प्रति अनदेखी करने के ठीक इसी समय उसमें कई और अन्य रोग के कारण देखने मिलने लगते हैं।

संहिताओं में कुछ और स्थितियां और दर्शाई गई हैं जो स्थूलता के काम्प्लीकेशन को बढ़ाती हैं इसमें प्रमेह पीड़िका, विद्राधि भी शामिल है। प्रमेह अपने आप में मेदो धातु जन्म रोग है इस प्रकार प्रमेह पीड़िका भी समान ही है। ठीक इसी प्रकार पीड़िका, अर्बुद जैसे रोग भी मेघ धातुदृष्टि जन्म रोग है।

इस पेपर में संक्षिप्त वर्णन दिया गया है जो कुछ ओबेसिटी से संबंधित त्वचा रोग की समस्याओं से जुड़ा है।

एँकेथोसिस निगरिकन्स

एँकाटिस नाइग्रिकन्स की विशेषता शरीर के गुच्छों में हाइपरपिग्मेंटेड, मखमली, अनियमित सजीले टुकड़े से होती है। घावों की सतह मस्तिष्क, चमड़े या पेपेलमॉन्टस हो सकती है; रोग सौम्य या घातक हो सकता है हालत को प्रणालीगत बीमारी के एक त्वचेय मार्कर माना जाता है जिसके लिए हस्तक्षेप की आवश्यकता होती है; यह मोटापे के साथ एक अच्छी तरह से स्थापित एसोसिएशन है आवृत्ति और मोटापे की वृद्धि की डिग्री के रूप में, एँकेथोसिस नाइग्रिकन्स में एक सहवर्ती वृद्धि की भी उम्मीद की जा सकती है आम तौर पर, एँकेथोसिस नाइग्रिकन्स को अंतःस्त्रावी बीमारी (मधुमेह मेलिटस) या कैंसर, विशेष रूप से गैस्ट्रिक कैंसर का संकेत माना जाता है। जब मोटापे और मधुमेह से जुड़ा होता है, तो स्थिति की शुरुआत क्रमिक होती है।



यह स्थिति अस्थिर हो सकती है या व्यक्ति खुजली का अनुभव कर सकता है। शास्त्रीय, एँकेथोसिस निग्रिकैन्स एक्सली या गर्दन के पीछे प्रस्तुत करता है कम स्पष्ट प्रस्तुतियों में खोपड़ी, कोहनी, नाभि क्षेत्र, घुटनों, और पोर शामिल हैं। सबसे हल्के रूप में, मखमली hyperpigmented मोटा घाव गंदा त्वचा के समान हो सकता है या सजीले टुकड़े को छालरोग के साथ भ्रमित किया जा सकता है। जब मोटापे से ग्रस्त रोगियों को हाईपरकेराटोटिक सजीले टुकड़े के साथ देखा जाता है, तो एँकेथोसिस नाइग्रिकन्स पर विचार किया जाना चाहिए। एँकेथोसिस निग्रिकैन्स के सजीले टुकड़े सूजन नहीं हैं।

हालांकि, एँकेथोसिस निग्रिकैन्स का सटीक विकास स्पष्ट नहीं है, साक्ष्य के एक बढ़ते शरीर ने इसे हाइपरिनसिनलिमीमिया के साथ जोड़ लिया है, एक ऐसी स्थिति जिससे इंसुलिन की बाध्यता बढ़ जाती है, जिससे त्वचा के परिणामी हाइपरप्लासिया के साथ कैरेटिनोसाइट्स और फाइब्रोब्लास्ट पर इंसुलिन जैसी वृद्धि कारक रिसेप्टर हो सकते हैं। एक ऊंचा उपवास इंसुलिन स्तर हाइपरिनसुलिनमिया की उपस्थिति की पुष्टि करता है। उच्च इंसुलिन के स्तर वाले मरीजों में इंसुलिन प्रतिरोध के साथ-साथ सामान्य ग्लूकोज के स्तर को बनाए रखा जाता है। आमतौर पर, रक्त शर्करा का स्तर सामान्य श्रेणी में होता है, हालांकि गैर-इंसुलिन निर्भर मधुमेह मौजूद हो सकता है।

अगर रोगी मोटापे से ग्रस्त है और हाइपरसुलिनमिया मौजूद नहीं है, तो दुर्भाग्यवश के लिए एक कार्य-स्थल पर विचार किया जाना चाहिए। जब संभव हो, घावों के अंतर्निहित कारणों का इलाज किया जाना चाहिए। यदि घावों में लापरवाह हैं, तो कोई इलाज आवश्यक नहीं हो सकता है। यह है कि जब एक बार रोगी वजन कम करना शुरू करते हैं, तो एँकेथोसिस निग्रिकैन्स में तेजी से सुधार की उम्मीद की जा सकती है। इसलिए, सबसे प्रभावी उपचार वजन घटाने और व्यायाम है यदि घावों के कारण हाइपरिनसुलिनमिया के कारण होता है।

Hyperandrogenism

वसा ऊतक टेस्टोस्टेरोन संश्लेषित करता है; आमतौर पर मोटापे के साथ देखा हाइपरिनसुलिनमिया डिम्बग्रंथि एण्ड्रोजन का उत्पादन बढ़ता है। टेस्टोस्टेरोन मुख्य रूप से एल्बुमिन और सेक्स हार्मोन-बाध्यकारी ग्लोब्युलिन से जुड़ा हुआ है। क्योंकि इंसुलिन सेक्स हार्मोन बाध्यकारी ग्लोब्युलिन के संश्लेषण को रोकता है, एक महिला के सीरम में मुफ्त टेस्टोस्टेरोन बढ़ जाता है। टेस्टोस्टेरोन की यह वृद्धि मोटापा महिलाओं में नर-नमूनी गंजापन और एचर्सटिस्स मुँहासे के कारण हो सकती है।

..... शेष अगले पृष्ठ पर।

मोटे लोगों में..... पृष्ठ 13 का शेष।

टेस्टोस्टेरोन और एनाबोलिक-एंड्रोजेनिक स्टेरॉयड की उच्च खुराक वाले व्यक्तियों के त्वचा बायोप्सी नमूनों से पता चला कि सतह की लिपिड बढ़ जाती है, वसामय ग्रंथियों के हाइपरट्रोफी और प्रोपियोनोबैक्टेरियम एनेन्स की आबादी होती है। इसलिए, टेस्टोस्टेरोन और एनाबोलिक स्टेरॉयड के उच्च स्तर से स्ट्राई एट्रोफिका, मुँहासे, हिर्सुटिज्म और फ्यूरनकुलसिस के जोखिम में वृद्धि हो सकती है।

अतिपरिवारिकता का अनुभव करने वाली महिला को एंडोक्रिनोलॉजिकल वर्कअप होना चाहिए। ट्यूमर, कुशिंग सिंड्रोम, और गैर-क्लासिक जन्मजात अधिवृक्क hyperplasia जैसे विकारों को इनकार कर दिया जाना चाहिए। चिकित्सकों का सुझाव है कि ग्लूकोज सहिष्णुता, इंसुलिन प्रतिरोध, या डिस्लेपीडिमिया को निर्धारित करने के लिए एक मूल्यांकन पूरा किया जाना चाहिए।

स्ट्राई डिस्टेंसिए

खिंचाव के निशान, चिकनी, त्वचा के रैखिक बैंड हैं। जब वे पहले दिखाई देते हैं, तो वे लाल होते हैं, फिर बैंगनी की ओर बढ़ते हैं और अंत में सफेद होते हैं उस समय, वे भी समतल होंगे। ये घाव पेट, जांघों, नितंबों और हाथों पर अधिकतर होता है। वे आम तौर पर ऊतकों पर सबसे बड़ी तनाव की दिशा में लंबवत होते हैं। कोलेजन टूटने के परिणामस्वरूप संयोजी ऊतक और त्वचा के निशान के बाद के गठन को खींचने और पतला करने के लिए उनके गठन का श्रेय दिया गया है। यह अंतर नए कोलेजन से भर गया है।

यह है कि स्ट्राई डिस्टेंसिए त्वचीय झंकार का एक रूप है जिसमें त्वचीय कोलाजेन टूटना और पृथक होता है। बीच में अंतर नए संश्लेषित कोलेजन से भर जाता है, जो स्थानीय तनाव बल के जवाब में गठबंधन हो जाता है। स्टैच मार्क मोटापा के साथ मिलकर सहसंबंधी Striae distensae कई लोगों के लिए महत्वपूर्ण कॉस्मेटिक चिंता का कारण बनता है

कैंडीडल इंटरट्रिगो / पेरिनियल जिल्द की सूजन

मोटापे के साथ मरीजों के अत्यधिक वसा की परतें और चमड़े के नीचे की वसा की मोटी परतों की वजह से अधिक स्वाभाविक रूप से पसीना होता है। त्वचा की परतों में होने वाली त्वचा की स्थितियां अंतःस्त्राव, खमीर जिल्द की सूजन, और विषाणुओं में शामिल होती हैं। सामान्य स्थान पेट की त्वचा की परतें, उप उपशमन क्षेत्र, धुरी और परिधीय क्षेत्र हैं। इन सतहों के बीच घर्षण से अधिक नमी से त्वचा का अंतर और मक्खन होता है। संक्रमण हो सकता है, आमतौर पर खमीर के कारण होता है। त्वचा चक्करदार हो सकती है, पेस्ट्रीय परिधि पर विकसित हो सकता है। यह बदले में, सूजन और चकत्ते के क्षेत्रों में जाता है। मरीज खुजली या जलने की शिकायत कर सकते हैं। निदान क्षेत्र के निरीक्षण, पोटेशियम हाइड्रॉक्साइड की तैयारी या फंगल संस्कृति के माध्यम से पुष्टि की जाती है। बैक्टीरियल सुपर संक्रमण आम हैं

त्वचा पर कैडिडिआसिस की सबसे सामान्य क्लिनिकल प्रस्तुति, इंटरट्रिगो मोटापा वाले रोगियों और मधुमेह मेलेटस वाले रोगियों में अधिक आम होती है। पूर्वनिर्धारित कारकों में गर्म मौसम, खराब स्वच्छता, तंग कपड़ों, अन्य त्वचा विकार जैसे कि छालरोग होते हैं, और सामयिक स्टेरॉयड का उपयोग करते हैं।

मानक प्रैक्टिस में त्वचा को साफ और सूखी रखने से कोमल साबुन या नो-कुल्ला त्वचा की सफाई करने और स्थानीय रूप से एंटीफंगल पाउडर, क्रीम या मलमल लगाने का उपयोग करना शामिल है।

कोशिकीय सूजन

सेल्युलाइटिस, एक तीव्र, जल्दी फैल रहा है, त्वचा और चमड़े के नीचे के ऊतकों की पीयोजेनिक सूजन मोटापे से जुड़ी एक कॉम्बिंड हालत है। पूर्वनिर्मित कारकों में त्वचीय बाधा, शिरापरक या लसीका समझौता, और सेल्युलाइटिस के पिछले इतिहास का विघटन शामिल है। सेल्युलाइटिस की घटनाओं का ध्यानपूर्वक अध्ययन नहीं किया गया है। हालांकि, स्वास्थ्य देखभाल नीति और अनुसंधान

एजेंसी ने 1996 में अस्पताल में भर्ती रोगियों के लिए सबसे सामान्य निदान के बीच सेल्युलाइटिस 28 का स्थान दिया था।

सेल्युलाइटिस erythema, दर्द, गर्मी, edema, और अक्सर बुखार के साथ प्रस्तुत करता है। लिम्फैंगिटिक स्ट्रीकिंग मौजूद हो सकता है। लसीका जल निकासी को नुकसान होने के कारण पुनरावर्ती सेल्युलाइटिस सामान्य होता है।

दबाव अल्सर

रोगी जो स्थिर हैं दबाव अल्सर के लिए जोखिम में हैं जब वे अस्पताल में पेश करते हैं, तो मोटापा वाले मरीज अक्सर स्थिर और तीव्र बीमार होते हैं यह, वसायुक्त ऊतकों को खराब रक्त की आपूर्ति के अलावा, दबाव अल्सर के लिए उनका खतरा बढ़ जाता है। दबाव अल्सर आमतौर पर बोनी प्रभाव से विकसित होते हैं; मोटापे वाले व्यक्तियों में, दबाव का निर्माण तब होता है जब त्वचा की छूने के कारण असामान्य स्थानों में अल्सर को दबाया जा सकता है। दबाव अल्सर विकास के जोखिम में वृद्धि के कारण किसी भी प्रकार के बदलाव को पता लगाने के लिए किसी भी स्वास्थ्य सेवा सेटिंग में प्रवेश पर मोटापा वाले रोगियों के लिए दबाव अल्सर जोखिम मूल्यांकन शुरू किया जाना चाहिए और नियमित अंतराल पर दोहराया जाएगा।

स्टेसीस एक्जिमा

हालत की विशेषता पुरक चक्रयुक्त प्रतिक्रियाओं के रूप में होती है जो शिरापरक उच्च रक्तचाप के माध्यम से उत्पन्न होती है। यह वैरिकाजु नसों का एक परिणाम है वैरिकाजु नसों फैली हुई हैं और कपटपूर्ण नसों हैं। सामान्यतः पैरों के नसों को प्रभावित करता है। वजन से अधिक पैर पर अधिक दबाव का कारण बनता है प्राथमिक विविधता का कारण हो सकता है इस मामले में, वाल्व अक्षम बन गए निचले अंग से दिल के प्रवाह की वापसी को बाधित किया जाता है और खून का एक उच्च दबाव रिसाव सतही शिरापरक तंत्र में होता है यह चमड़े के नीचे के ऊतकों में लाल रक्त कोशिकाओं के edema और diapedesis के लिए predisposes। स्क्रैचिंग की वजह से त्वचा की निरंतरता को तोड़ने और रोगजनक सूक्ष्मजीवों को पारिस्थितिक रूप से पारिस्थितिक जिल्द की सूजन का कारण बनता है।

इलाज

हालाँकि ऐसी स्थितियों का इलाज करना चाहिए, क्योंकि इन स्थितियों को मुख्य बीमारी के साथ-साथ मूल कारणों में मोटापे के लिए अच्छा दृष्टिकोण की आवश्यकता होती है। त्वचा रोग विशेषज्ञ हमेशा ऐसी परिस्थितियों के कारण मोटापे से बाहर होना चाहिए। अतिरिक्त वसा जमाव को कम करने के लिए विशेष स्थिति के उपायों के उपचार के साथ लिया जाना चाहिए। आयुर्वेद मोटापे और त्वचा दोनों समस्याओं के लिए प्रभावी उपाय प्रदान करता है। ऐसी परिस्थिति में जहां कफ अधिक उत्तेजित हो जाती है और मेदोहक अपवित्र होती है, उपचार की पहली पंक्ति में रूक्षण या शोषण कर्म भी शामिल है। शोधना पात्र रोगियों में किया जा सकता है लेकिन चिकित्सक सावधान रहना चाहिए क्योंकि मोटापे से ग्रस्त रोगियों में वात भी विघटित हो रहा है, इसलिए अतिरिक्त शोधना के कारण, वात हालत खराब कर सकता है। ऐसी स्थितियों में केवल शमन थेरेपी का इस्तेमाल किया जाना चाहिए।

निष्कर्ष

मोटापे रोगियों की संख्या में वृद्धि जारी है। मोटापा एक पुरानी स्वास्थ्य समस्या है, कई जटिलताओं के कारण जो त्वचा को प्रभावित करती हैं ये जटिलताएं शायद परेशान हो सकती हैं या सिस्टमिक विकारों के संकेतक हो सकती हैं। मोटापा से संबंधित भविष्य के अनुसंधान के लिए इस तरह की त्वचा की समस्याएं कई महत्वपूर्ण विषयों में से एक हैं। मोटापे से ग्रस्त मरीज की इन विशेष समस्याओं, हस्तक्षेप और देखभाल की जरूरतों के मुकाबले अनुसंधान दुर्लभ है। प्रसार और त्वचा की घटनाओं के सापेक्ष अध्ययन, सर्वोत्तम हस्तक्षेप और उत्पादों और प्रौद्योगिकी के उचित उपयोग की आवश्यकता है। ऐसे परिस्थितियों में जहां आयुर्वेद का अच्छा दृष्टिकोण है, हमें विशाल संग्रह से प्रभावी उपाय खोजना होगा ताकि मोटापे और त्वचाविज्ञान संबंधी समस्याओं दोनों की समस्याओं में प्रभावी ढंग से निपट सकें।

विशेष उपचार क्रम

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

एकिजमा (KS= कषाय)

शोधन चिकित्सा	आंतरिक उपचार (दवा)
स्नेहन	महातिक्तम घृतम
स्वेदन	कल्याणक घृतम
वमन	रजन्यादि चूर्ण
विरेचन	नवामस लौह

सोराईसिस

शोधन चिकित्सा	आन्तरिक दवा	बाह्य दवा
स्नेहन	मणिभद्र अवलेह	नालापमारादि केरम
स्वेदन	त्रिवृत्त अवलेह	एलादि केरम
वमन	च्यवनप्राश अवलेह	आरोग्य धारि
विरेचन	नरसिंह रसायन	जीवनत्यादि यमकम

बिल्वा, पुर्ननवा, तुलसी, कुमारा, हरिद्रा

लाइकेन प्लानस

शोधन चिकित्सा	आंतरिक दवा	बाह्य दवा
स्नेहन	क्वाथ महातिक्त	त्रिफलाचूर्ण
स्वेदन	क्वाथ शतेणीताभ तम	एलादि केरम
वमन	क्वाथ पुर्न नवादि	पारन्हादि केरम
विरेचन	क्वाथ आग्रवधादि	आरग्वधादि चूर्ण
	क्वाथ पीकेआर	निम्बादि तैलम

फालीकुलाइटिस

आंतरिक दवा	बाह्य दवा
कषाय निम्बादि	त्रिफला चूर्ण नमक के साथ
सारिवाधासवम	शतघौता घृतम
गुलिका बिल्वादि	पारत्यादि केरम
कषाय आरवचारि	प्रच्छान कर्म
मूलाकाष्टिम्	त्रिफला कषायका गर्म उपयोग

पेम्फीगस वल्गरीज

आंतरिक दवा	बाह्य दवा
केएस लोथरा से व्यादि	नालापमारादि क्वाथ क्षालन व अवगाह
केएस गुडुचयादि	शतघौतप्त
केएस पुर्नवादि	नलापमारादि केरम
के एस पी.के. आर	निम्बाकल्क लेपम
गुलिका बिल्वादि	लेप निम्बाकल्क के साथ और महातिक्त का घृतम

स्केबीज

आंतरिक दवा	बाह्य दवा
केएस निम्बादि	पामान्तम
सारिवादया आसवम	आरित्यपामतैलम
गुलिका बिल्वादि	गंधक तैलम



केएस आरग्वधादि
मूलकारिन्टम

प्रतिसारन वश व नीम्ब चूर्ण के साथ
त्रिफला कषाय का गर्म उपयोग।

विसर्प

शोधन चिकित्सा	आंतरिक दवा	बाह्य दवा
अमा पाचनम	मणिभद्र अवलेह	नेलापमारादि चूर्ण और केरम
पाक शमन	त्रिविरिता अवलेह	अरग्वधा चूर्ण
दीपनम	केएस मूलाकादि	पंचवल्कादिकेरम
ओज वर्धनम	केएस शोणिताभ्रतम	अस्तिवरा चूर्ण
विष शमन	चूर्ण रजन्यादि	तक्रम
क्रिमिनाशनम	शुक्तिका बिल्वादि	कोकोनट का दूध
रक्त शोधनम	के एस अग्रवादहा	शतघौततृप्तम

वायरल इन्फेक्शन

आंतरिक दवा	बाह्य दवा
केएस पीकेआर	नलापमारादि चूर्ण सेकम
केएस गुडुचयादि	वर चूर्ण सेकम
गुलिका बिल्वादि	शत घौतघृतम

फंगल इन्फेक्शन

शोधन चिकित्सा	आंतरिक दवा	बाह्य दवा
अमापाचानम्	मणिभद्र अवलेहा	वर क्वाथ नमक के साथ क्षालन
पाक शमन	केएस निम्बादि	किंसुक पत्रादि केरातैलम
प्रतिसारनम्	केएस पुर्नवादि	चूर्ण निम्बादि + तक्रम्
दीपनम्	केशोर गुग्गुल	आदित्य पाक तैलम्
ओज वर्धनम्	चूर्ण मेहारी	गंधक तैलम
रक्त शोधनम्	गुलिका शिवा	एलादि केरम्
विष शमनम्	केएस महातिक्तक	

“चिकित्सा संसार पारमार्थिक, सांस्कृतिक एवं सामाजिक न्यास से जुड़कर नरसेवा नारायण सेवा को सार्थक करें”

पेटेंट दवाएँ



एक्वेवल्गेरीज (मुहासे)

एक्लीयर एंटीएक्ने टॉपिकल
एक्नोविन केप्सूल
एकेपीआरई क्रीम
क्लेरीना क्रीम

एलर्जी

एलर्जीन
एल्गीटोन टेबलेट
एलर्जन ग्रन्युल्स
एलीरिन
एविद टेबलेट
क्लीयरो
क्यूटीज केप्सूल्स
क्यूटीज क्रीम
अर्टिप्लेक्स

बेड सोर्स

रिपान्टो स्किआन
एप्सेस

आयोटीक
क्यूटफार
क्यूटिस केप्सूल
क्यूटिस आईल
डर्मफिक्सआईल
पुरिम टेबलेट
राडोना टेबलेट/सायरप
तेजोडर्म

ब्लेक हेड्स

एक्नोविन

वर्नस

रिपान्टो

कारबमलू

आयो टेक

क्यूटीज केप्सूल
क्यूटीज क्रीम
क्यूटीज आईल
सेप्टीलिन टेबलेट/सीरप

कास्मेटिक्स

क्रैक फुट

बोरो टोअल
हबोरिकल फ्री क्रीम
मेडीमिक्स सोप
मैसूर सन्दल सोप
बोरो टोटल
क्यूट फॉर आईनमेंट

डेन्ड्रफ

डेनो आईल
स्मर्फाल लोशन
सीसा एंटीडेंड्रफ शेम्पू
श्यामला शेम्पू
बालों के लिए पाउडर
सुवर्णा हेयर शेम्पू

एक्जीमा

क्यूट फॉर
क्यूटस केप्सूल
क्यूटस क्रीम
क्यूटस आईल
दादहर आईनमेंट
उरमा क्लीन
पुरिम टेबलेट
पुरीन केप्सूल
रडोना टेबलेट / सीरप
रक्त शोधक
टेक्जीमा आईनमेंट
टेक्जीमा टेबलेट
तेजोडर्म
तिकाभूत
अशीप्लेक्स

फंगल इन्फेक्शन

आयोटीक
क्यूटस केप्सूल
क्यूटस क्रीम
क्यूटस आईल
डेर जेल
इपीडर्म
खलना
ट्रिचाडर्म ऑइनमेंट
झेन बाथ पावडर

हायरपर पिगमेंटेशन

मेलानू
इव एनशेड

ल्यूकोडर्मा

इपीडर्म
ल्यूकोडना लेप
ल्यूडोइल
मेलानू क्रीम
पिगमेंटों
ल्यूकोस्किन केप/आईनमेंट
विटकेअर केप / आईनमेंट

लाइकेन प्लानस

लिप्सू आइनमेंट

प्रिमेच्योर ग्रेइंग ऑफ हेयर / हेयर फाल

एलोवेरा हेयर वाश
डेन्ज एण्ड डार्क हेयर आईल
हेयर झोन साल्यूशन
हेयर बैंक टेबलेट
न्यूट्रीच कैप्सूल
सीसा कैप्सूल
ट्रिचप कैप्सूल
ट्रिचप आईल

प्युरीराइटिस

एलर्जन
क्यूटीज केप्सूल
क्यूटीज क्रीम
क्यूटीज आईल
अर्टी प्लेक्स

सोराईसिस

एट्रीसोर केप्सूल
काल्म क्रीम
क्यूटीज केप्सूल
इम्यूपसोरा टेबलेट / आईल
नीम विन केप्सूल
नोरमाडर्म
पेसिन केप्सूल
पसोरा केप्सूल

सोराकोट जेल

सोराकोट टेबलेट
सोरिया आईल
राइट आईल

पीयोडर्मा

आयुजम ड्राप्स
आयुगेम सीरप
क्यूटस केप्सूल
क्यूटस क्रीम

स्टेबीज

दादहर आईनमेंट
इपीडर्म
स्पाकीन टेबलेट

स्कार मार्क्स

मिनीस्कार

स्ट्राई ग्राविडारूम

मागी क्रीम
मिनीस्कार
स्कार्गो आईल

अर्टीकेरिया

एलर्जन
एलजीटोन टेब
राडोना टेब / सीरप
सुडर्मा
अर्टिप्लेक्स टेबलेट
अर्टीप्लेक्स

वूण्डस एण्ड अल्सर्स

बी क्यूटिस ऑइनमेंट
कटफार आइन्टमेंट

एक्नेवल्गेरिज (सामान्य मुहांसे)



डॉ. नितिन उरमलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर
एक्ने (मुहांसे) एक क्रानिक इन्फ्लेमेट्री रोग है जिसके लिए पिलोसेबेकेअस एपरेट्स जिम्मेदार हैं। यह विश्वभर में एक क्रानिक रोग है। इसकी चारित्रिक विशेषता फुंसियों का निर्माण होना है। यह विशेषकर तैलीय त्वचा में होते हैं। इसके फैलाव का स्थान चेहरा होता है। साथ ही शोल्डर, चेस्ट और पीठ भी हो सकता है। एक्ने उस स्थान को प्रभावित करते हैं जहां सेबेसियस ग्लैंड बड़े होते हैं और न्यूमरस होते हैं। यौवनावस्था में विकसित होते हैं जब सेबेसियस ग्लैंड सर्वाधिक रूप से सक्रिय होते हैं। प्राचीन समय में सेबोरोहिया ओलेओसा और कुछ कोमडोनेस रोग के रनर के रूप में शामिल हुए। क्योंकि कम आयु वाले एक्ने रोग के लिए अधिक संभावित होते हैं। यह स्थिति एक्ने जुवेनी लेस कहलाती है। 20 वर्ष की आयु में ये धीरे-धीरे कम होने लगती हैं फिर ये बीस की उम्र के बाद कभी-कभार ही दिखाई देते हैं। ये लड़के व लड़कियों दोनों को ही होते हैं। इनके गंभीर रूप होते हैं।

एटमोलाजी ऑफ एक्ने (व्युत्पत्ति)

इस शब्द के लिए दो अलग-अलग व्युत्पत्तियां आमतौर पर दी गई हैं। हिप्पोक्रेटस ने शब्द का

उपयोग लिंट के मतलब में प्रयोग किया या उस वस्तु की तरह किया जो सतह से आता है।

इस तरह यह शब्द गलत उपयोग में फस गया है और हूपर के एडीशन में क्रीनीस मेडिकल डिक्शनरी में 1802 में प्रकाशित किया गया था। एक्ने ओबसोलेट शब्दों की डिक्शनरी में प्रवेश कर गया जिसका मतलब चाफ, रकम या लिंट से था।

दूसरी उत्पत्ति आमतौर पर बतलाई जाती है कि एक्ने भ्रष्टाचार या नकल के रूप में एकत्रित है। एक्ने के अर्थ के लिए सर्वाधिक नम्बर है। यह युवाओं को जीवन के प्राथमिक काल में प्रभावित करती है इस प्रकार एक्ने वह दशा है जो युवाओं को प्रभावित करती है जीवन के एक बहुत ही जोरदार चरण में।

एक्ने की एटियोलॉजी (कारण)

एक्ने एटियो लाजीकल कारकों को निम्नानुसार उप विभाजित किया जा सकता है-

(1) प्राथमिक कारण, (2) पूर्व निर्धारित कारण

(1) **प्राथमिक कारण**- वे कारण जो सीधे-सीधे त्वचा को प्रभावित करते हैं या सेबेसियस ग्लैंड को और पिम्पल भी मुहासों को जन्म देते हैं जो इस श्रेणी में रखा जाता है। हार्मोनल असंतुलन बुनियादी तौर पर दखल देता है और एलर्जिक मेनीफेस्टेशन मुख्य तत्व है प्राथमिक कारणों के।

(अ) हार्मोन्स

(ब) आधारभूत दखलअंदाजी

(स) एलर्जी मेनीफेस्टेशन

(2) **पूर्व निर्धारित कारण**- कुछ एक ऐसे तत्व हैं जो एक्ने को उत्पन्न नहीं करते हैं किन्तु एक्ने उत्पादन के लिए फ्लोरा तैयार करते हैं। ये तत्व कुछ दवाएं शरीर में निर्मित करते हैं जो एक्ने के उत्पन्न होने के लिए समर्थक होती हैं। इन तत्वों में वातावरण, डाईट, कब्जियत, आक्वूपेशन, कास्मेटिक का प्रयोग मानसिक तनाव आदि हैं।

वातावरण, डाईट, कब्जियत, कास्मेटिक का प्रयोग, मेन्टलस्ट्रेस, धन्धा, प्रीमेन्स्ट्रुअल प्लेअर, श्वेटिंग, अल्ट्रावायलेट रेडिएशन।

एक्ने क्लीनिकल प्रकार

आमतौर पर मुहासे 6 प्रकार के होते हैं जो निम्नानुसार हैं- (1) एक्ने पंकटाटा, (2) एक्ने पापुलोसा, (3) एक्ने पुस्टुलोसा, (4) एक्ने इंडुराटा, (5) एक्ने सिस्टिका, (6) एक्ने केलायडल।

(1) **एक्ने पंकटाटा**- यदि छोटे कामेन्डोनेन्स के द्वारा विकास आंतरिक रूप से सर्वत्र निर्मित किया जाता है या ब्लाक हेड्स या उनकी स्थिति सिर के अनुभाग पर या गालों पर हो ऐसे में कॉमेडोंस सामान्य रूप में लक्षणों वाले होते हैं और पुस्टयूलर फार्म की ओर नहीं बढ़ते हैं। इन पर निशान देह सूजन भी नहीं होती है, इस प्रकार के घावों पर।

(2) **एक्ने पापुलोसा**- छोटे सर्व विदित मुहांसे आसानी से बड़े कोमेडोन्स से समायोजित हो जाते हैं यदा-कदा वे इन प्लेम्ब हो जाते हैं। एक्ने बेसिकल्स से। इस प्रकार के मुहासे आम होते हैं पुरुषों में। जो कोरस व आइली स्किन के होते हैं। इनके एक्सरे उपचार की जरूरत होती है। लोकल मेडिकलीनल साधनों की जरूरत होती है।

(3) **एक्ने इंडुराटा**- यह एक प्रसिद्ध मुहांसों है जो इन्दुराटा टाईप से प्रगति करता है। इसकी वजह सेकेण्डरी स्टेफायलो कोल्कुस इन्फेक्शन (संक्रमण) होता है। इसके घाव गहरे और विनाशक होते हैं। जो प्रसिद्ध और मिले हुए हो सकते हैं। विशेषकृत नीले व लाल रंग से किया जा सकता है। इनमें से अधिकांश पूर्णतः या आंशिक रूप से अवशोषित या तब्दील किये जाते हैं सिस्टों में। यदि इर्रेशनमें थोड़ा लम्बा समय मिल जाए तो ये गंभीर भी हो सकते हैं।

..... शेष अगले पृष्ठ पर।

एक्नेवल्मेरीज.... पृष्ठ 17 का शेष

(4) **एक्ने पुस्टुलोसा**- यह एक छोटे सुपरफेसियल पुष्टुलर एक्ने वाला प्रकार है जो कि प्रमुख रूप से स्टेफायलोकॉक 3स उर्मिटिज के अंतर्गत आता है। यह प्रायः युवा लड़कियों में होता है जिनकी त्वचा डेलीकेट होता है। यहां पर प्रायोगिक तौर पर कोमान्डोस संगठित नहीं होते हैं।

(5) **एक्ने सिस्टिका**- असामान्यतौर पर इन्दुराटा मुहासेसिस्ट में विकसित हो सकते हैं। ये सिस्ट टिशु को ही एक प्रकार होते हैं जो थोड़ी सी प्रतिक्रिया करता है। इसमें सीबम का जटिल जमाव होता है जो फ्रीजन वासी की तरह कार्य करता है। इसके कन्टेंट जेली जैसे होते हैं या रवेदार होते हैं जिसमें सेरो सेंग्यूनियम फ्लूड समाविष्ट होता है।

(6) **एक्ने केलायडल**- यह एक्ने का वह प्रकार है जो हायपर टॉपिक स्केअरिंग है, ये प्रायः चेहरे पर एनकाउन्टर्ड करते हैं ये छाती पर आसानी पनपते हैं और गले के पीछे भी हो जाते हैं। समयानुसार ये स्केलो आईडियल हो यह दशा केलोडियक एक्ने कहलाती है।

एक्ने (मुहांसे) का उपचार

एक्ने का उपचार आज तक कई दवाओं के बाद भी समुचित नहीं हो सका है। एक्ने का कोर्स क्रानिक है। इस रोग की आदत है कि यह प्रीमेनीस्ट्रुअल पीरियड में फैलता है। यह रोग 20 साल के पूर्व परेशान करता है। किन्तु कईयों का कहना है कि इसकी अवधि निश्चित नहीं है।

जो भी उपचार लक्षित है वे मरीज को एक्ने अवधि वाले वर्षों में सतर्क करने के लिए है। कुछ घाव संभव है पेशालाजिकल ट्रमा से बचाने के लिए दाग वाले चेहरे से बचाने के लिए इनका उपचार जरूरी है। ये वे घाव जब गंभीर होते हैं तो जीवनभर के लिए बदसूरत चेहरा देखना होगा।

रोग के विस्तृत अध्ययन के उपरांत यह पाया गया कि उपचार निम्नलिखित उद्देश्यों को ध्यान में रखकर किया जावे।

- ★ एप्रोपीयेट क्लीनिक (उचित साफ सफाई)
- ★ ब्लेक हेड्स का डिस्करेज करना और उन्हें पुनः निर्मित न होने देना।
- ★ त्वचा का तैलीयपन कम करना।
- ★ जो भी अवरोध आ रहे हो उन्हें उपचारित करना।
- ★ भावी संक्रमण से रक्षा।
- ★ पर्यावरणीय पोल्यूशन से सुरक्षा प्रदान करना।
- ★ एक योग्य मेडिकल बेस उपलब्ध कराना जिससे त्वचा नम हो सके और दवा को नियंत्रित रखना।

एक्ने के लिए सामान्य उपचार

डाईट- खाने सम्बन्धी प्रतिबंधों का थोड़ा असर होता है। उससे चर्बी और कार्बोहाइड्रेट हटाये जा

सकते हैं, जो साक भाजी व प्रोटीन को अपना कर किया जा सकता है। विशेषकर मिठाईयां सभी प्रकार के चाकलेट और नर प्रजाति के खाद्य पदार्थ को नहीं लेना चाहिए। वे खाद्य पदार्थ जो आयोडीटेड और ब्रोमीडेस हैं उन्हें दूधता के साथ छोड़ना होगा उसके साथ ही पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थ लिए जाने चाहिए।

चेहरे का हाईजीन- सभी प्रकार के कास्मेटिक लिपिस्टिक को अनदेखा किया जाना चाहिये। विशेष रूप से फेस क्रीम्स, जो केवल त्वचा रंघों को बंद को बंद करने में सहायक है। मरीज को सलाह दी जानी चाहिये कि वह ताजी हवा में सांस ले और सूर्य की धूप का आनंद ले।

वेक्सीन थेरेपी- कुछ चुनिन्दा मामलों में ही वेक्सीन थेरेपी उपयोगी है। इसे पुस्ट्यूपूर एक्ने में अति उपयोगी पाया गया है और उन मामलों में भी जिनमें कल्चर स्टेफी लोकोक विकास को पूर्ण रूप से दर्शाती है। वेक्सीन को डोज पर्याप्त मात्रा में दिया जाना चाहिये जिससे गंभीर प्रतिक्रिया को रोका जा सके।

आंतरिक उपचार

(1) **विटामिन ए थेरेपी (रेटीनोइक एसिड)**- विटामिन ए त्वचा रोग में प्रभावशाली है। क्योंकि यह हायपर केरोटोसिस के विरुद्ध प्रतिक्रिया करता है। विटामिन ए उपयोगी है नोड्यूलोसिस्टिक और कॉन ग्लोवर एक्ने के उपचार में। इसके संक्षिप्त कालीन प्रभाव सीबम में उत्पादन में कमी करना है। यह सीबेसियस ग्लेण्ड को प्रभावित करता है। यह अन्य इटियोलॉजिक तत्वों को भी प्रभावित करता है एक्ने रोग में और यह किसी भी प्रकार की कमी नहीं होने देता है। प्रोपिनोबेक्टेरियम एक्ने के ऑर्गेनियम में साथ ही इन्फ्लेमेट्री प्रभाव को कम करता है कार्टिनी जेशन में लिए विकल्प पैदा करता है।

(2) **हार्मोन थेरेपी**- हार्मोनल थेरेपी को कुछ विशेष गंभीर एक्ने रोगों में उपयोग किया जाना चाहिए। यदि मरीज में डेसमेनोरोहिया या प्रीमेनीस्ट्रुअल एग्रिवेशन एक्ने पाया जाता है तो इसका उपयोग किया जा सकता है। इस थेरेपी से हल्का सा नुकसान लिबिडो में इस थेरेपी के द्वारा होता है परन्तु इसके स्थाई हानिकर परिणाम नहीं होते हैं।

(3) एंटी माइक्रोबीएल थेरेपी-

(a) **सिस्टेमिक एंटी बायोटिक्स**- एक्ने का उपचार विस्तृत पैमाने पर करने पर एंटीबायोटिक्स ने विस्तृत सफलता अर्जित की है, विगत 60 वर्षों में। यद्यपि ये थेरेप्यूटिक एजेंट का उपयोग प्रमुख रूप से त्वचा रोग विशेषज्ञों द्वारा किया गया। इसमें इफीकेसी, डोज, फ्लक्सीबिलीटी और सम्बन्धता की विस्तृत रेंज का काम्बिनेशन होता है। साथ ही सुरक्षा के साथ इनकी उपयोगिता का प्रबंधन इन्फ्लेमेट्री एक्ने के लिए फिजिशियनों द्वारा किया जात है।



(b) **टॉपीकल एंटीबायोटिक्स**- यह जानना रुचिकर होगा कि टॉपीकल एंटीबायोटिक्स की भूमिका एक्ने थेरेपी में एक अहम है। यदि इनकी तुलना सिस्टेमिक एंटीबायोटिक्स से व टॉपीकल एंटीबेक्टीरियल एजेंट से की जावे तो निश्चय ही टॉपीकल एंटीबायोटिक्स फीवर (बुखार) क्षेत्र के प्रभावों को कवर करते हैं जो एक व्यवस्थित तैयारी है।

क्रायो थेरेपी- इस थेरेपी का उपयोग किसी भी प्रकार के मुहांसों के इलाज हेतु किया जा सकता है। यह विशेष रूप से प्रभावी है पोस्टूलर घावों में साथ है एक्ने काग्लोबाटो में भी। क्रायोथेरेपी एक नम्बर की आधुनिकता के साथ एक्ने प्रबंधन में सहयोग करती है। किन्तु कुछ विरोधाभास के चलते इसे सभी मामलों में उपयोग में नहीं ला सकते। इनका उपयोग जारी, हवेली पिगमेन्टेड, त्वचा के लिए उचित माना गया है। यह बेस्ट एक्ने के उपचार में विशेष रूप से ब्रेस्ट उपचार में सावधानी पूर्वक और बड़े धैर्य के साथ उपयोग की जा सकती है। यदि मरीज अधिकतम रूप से इनका डिस्कम्फर्ट महसूस कर रहा हो तो इस थेरेपी को नहीं किया जाना चाहिए।

एक्ने सर्जरी- लगभग 150 वर्ष पूर्व कोमेहोम्स को रिकमेंड किया गया था। इसने इनफ्लेमेटोसिस का विकास रोक दिया। सदी के बदलने के उपरांत यह समझा जाने लगा कि कोमेडो एक्वेक्शन आज कई लाभ है। जब इसका उपयोग उपचार में किया गया विशेष रूप से सुपर फेसियल एक्ने के उचार में, विशेष रूप से ओवर फोरहेड एक्ने में तो वे समाप्त हो गया।

जब से एंटी एक्ने मेडिसिन की उपलब्धि बढ़ी है तब से एक्ने को सर्जरी की आवश्यकता महसूस होने लगी है। इसमें कोई संशय नहीं है कि रिटीनोईक एसिड, इन्ट्राजिशनल कोटी कास्ट्रोइड और टॉपीकल और सिस्टेमिकल एंटीबायोटिक्स की उपलब्धि जबसे बढ़ी है तो उसने मेकेनिकल स्त्रोतों की आवश्यकता को घटा दिया है। इस प्रकार थेरेप्यूटिक लाभों के बाद भी एक्ने मेनेजमेंट में आज भी त्वचारोग विशेषज्ञ की राय है कि कोमेडोरियूअल आवश्यक है। इसे एंटी एक्ने के लिए प्रयोग किया जाना चाहिए।

दवाओं का... पृष्ठ 8 का शेष।

- ★ चित्रकासवम (कफ शमनम)
 - श्रोतास स्त्रोशोधन++
 - क्रानिक मामलों में
 - एलपी
- ★ पाटोलास्सम (कफ पित्त शमनम)
 - एकजीमा

धारा

इसमें ये प्रापटीज है जैसे-

- कफ पित्त शामनम
- रोपणम
- स्वेदनम

धारा निम्न दवाओं के साथ प्रभावी है इन विशेष दशाओं में जैसे-

- पाटोलम
- निम्बम
- त्रिफला
- डायबिटिक अल्सर, ग्रेनीन फार्मुलेशन
- ★ नालपामरम (पित्तशमनम)
 - दूध के साथ अत्याधिक दर में

- सिद्धार्थकादि (कफशमनम)
 - इन लीचेन फील्ड लेसंस
- शिगुरुपुनर्नवादि (विषशमनम)
- तक्रधारा
 - सायकोसोमाटिक एप्रोच

चूर्णम

चूर्ण दो प्रकार के होते हैं जैसे-

- आंतरिक
- बाह्य

विस्तृत जानकारी निम्नानुसार है-

- ★ निम्बादि / निम्पत्रादि (पित्तकफ शमनम)
 - फन्गुअस / स्केबीज
- ★ निम्ब हरिद्रादि (पित्त कफ शमनम)
 - फंगुअस / स्केबीज / कण्डु
- ★ एलादि (वातकफ शमनम)
 - एक्ने / फोलीक्यूलिटीज
 - रूक्षस्वद के लिए सोरिएटिक आप्रोप्रेथी में
- ★ गुग्गुल पंचपालम (कफशमनम)
 - ग्रन्थि / नालीव्रणम
 - क्रानिक मामलों में
- ★ अवल गुजा बीजादि

- ल्यूकोडर्मा में
- ★ व्योषगादि
 - श्रोतोशोधनत्वम++

गुलिका

- बिल्वादि
- इवीविपारि
- गोपीचन्दनादि
- गोरोचनादि आदि।

कुछ उपयोगी अकेली दवाएँ

- सारिबा
- कारस्करम
- हरिद्रा
- निम्बा
- आरग्वधं
- तन्दुलिया
- गुडुची
- पुनर्नवा
- दूर्वा
- खादिरा ।

रसऔषधि... पृष्ठ 7 का शेष।

स्पेशल योगा (व्यवस्थापत्र)

दादरु

पंचनिम्बाड़ी चूर्ण-1 ग्राम, गंधक रसायन 250 एमजी, किशोर गुग्गुल- 250 एमजी।

मात्रा- दिन में तीन बार नित्य सारिवदयारिष्ठ, 2 चम्मच के साथ।

शविज्ञा

शविज्ञारी रस 125 एमजी, उदया तियारस 125 एमजी, नवायाश लौहा 250 एमजी।

मात्रा- दिन में दो बार शहद के साथ।

किटिभा

ए.टिकता जी गुग्गुल 250 एमजी

किशोर गुग्गुल 250 एमजी

गडुचयादि लौहा 125 एमजी

गन्धक रस 125 एमजी

मात्रा- दिन में तीन बार सारिखदयारिष्ठा तीन चम्मच के साथ।

शीतपित्ता

रस सिन्दूर 125 एमजी

सूत शेखर रस 125 एमजी

रस माणिक्य 125 एमजी

शीत पित्त भंजन रस 125 एमजी

मात्रा- दिन में दो बार शहद के साथ।

बीआर हरिद्राखण्ड 5 एमजी

गिलोय सत्व 500 एमजी

कामदुधारस 500 एमजी

मात्रा- दिन में एक बार सारिवादयारिष्ठ के दो चम्मच के साथ।

सिधमा

पी तिकता जी गुग्गुल 250 एमजी

किशोर गुग्गुल 250 एमजी

गटुचया दि लोह 125 एमजी

गंधक रस 125 एमजी

मात्रा- दिन में तीन बार सारिवादयारिष्ठ 3 चम्मच के साथ।

रस माणिक्य 125 एमजी

गिलोय सत्व 250 एमजी

इन्द्रलुप्त

सप्तमारित लौह 125 एमजी

त्रय्यादि लोह 125 एमजी

प्रवाल पंचामृत 125 एमजी

मात्रा- दिन में दो बार शहद के साथ

विचर्यिका

रस माणिक्य 125 एमजी

गंधकरस 125 एमजी

मात्रा- दिन में दो बार शहद के साथ।

पि तिकता घृता गुग्गुल 250 एमजी

किशोर गुग्गुल 250 एमजी

मात्रा- दिन में दो बार मान्जिस ढाड़ी क्राथ 2 चम्मच के साथ।

पामा

चंद्रप्रभा 250 एमजी

कामदुधा 125 एमजी

गन्धकरस 125 एमजी

मात्रा- 1-3 चम्मच शहद के साथ

युवान पीड़िका

चन्द्रकला रस 125 एमजी

प्रवाल पिष्टी 125 एमजी

गिलोय सत्व 500 एमजी

कामदुधा रस 125 एमजी

मात्रा- चार चम्मच सारिवादयारिष्ठ के साथ।

निष्कर्ष

- अशुद्ध दवा या दवा लेने को सही तरीके से न लेने पर दवा जहरीली हो सकती है।
- दवा का सही तरीका दवाई को सुरक्षित व हानि रहित बनाता हो।
- शोधना प्रक्रिया अशुद्धता को हटाने में मददगार है। उनकी प्रभावशीलता बढ़ सकती है आधुनिक तकनीकों की वजह से।
- सभी प्रकार के घटक जहरीले होते हैं इनमें कोई भी ऐसा नहीं है जो जहरीला न हो। सही मात्रा जहर को हटाकर उपचार का कार्य करता है।

लेपन कर्म

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व.
अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

आयुर्वेद के प्राचीन ग्रंथों ने इस उपचार के निम्नलिखित प्रकार बतलाये हैं- (1) अंतः परिमार्जन, (2) बाह्य परिमार्जन, (3) शास्त्र परनिधान

बाह्य परिमार्जन से अभिप्राय है कि जो भी दवाई काम में लाई जाती है वह केवल बाहरी उपयोग के लिए होती है। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए आयुर्वेद में विभिन्न प्रकार के बाह्य उपयोगी औषधियों को वर्णित किया गया है। जो विभिन्न रोगों की उपचार की सुविधा के लिए है। वे हैं लेप, उपानी, उदवर्तन, अभ्यंग, मल्हार आदि। इन सभी फार्मूलेशनों में से लेप की कल्पना को यहां चुना गया है। जो सिद्धमा और दादरू कुष्ठ के उपचार के लिए है।

आयुर्वेदिक साहित्य में लेप कल्पना के विवरण को विस्तृत रूप से वर्णित नहीं किया गया है। कोई भी लेपन कर्म के सभी पहलुओं में प्रवीण नहीं है। इसके सभी पहलु अछूते हैं। इसलिए हमें पूर्णतः इस सम्बन्ध में दिये गये छुटपुट निष्कर्षों पर आश्रित रहना पड़ता है। आचार्य चरक ने 32 फार्मूलेशनों को वर्णित किया है जो अर्गवाधिय अध्याय में निहित है। किन्तु न तो उन्होंने स्वयं ने और ना ही वक्ता चक्रपाणि ने उन विभिन्न फार्मास्युटिकल लेप कल्पना के पहलु को छुआ है।

सिनोनयम्स (पर्यायवाची शब्द)

लेपन को लिप्त, लेप, लेपान आदि नामों से भी जाना जाता है।

लेपन की परिभाषा- लेपन से अभिप्राय है गिली औषधिय दवाएं जो पेस्ट या लोशन के रूप में निर्मित की जाती हैं। यदि दवाएं सूखे रूप में होगी तो उन्हें पेस्ट रूप में बदल दिया जाता है। थोड़ी मात्रा में पानी या अन्य घोल को मिलाकर। इस पेस्ट का उपयोग बाहरी प्रयोग के लिए किया जाता है जिसे लेप कल्पना कहा जाता है।

यदि फार्मास्युटिकल विचार से लेप कल्पना कल्क कल्पन का ही एक प्रकार है। कल्क और लेप दोनों ही समान हैं। केवल जिस बात के लिए इसका उपयोग किया गया है वह निर्धारित औषधि विज्ञान में कोई विशिष्ट अवधारणा लेप के लिए निर्धारित नहीं की गई है। इस प्रकार लेप पेस्ट के समानांतर या बराबर हो सकते हैं या प्लास्टर के। इस प्रकार ये शब्द वर्णित करने के लिए या व्याख्या करने के लिए प्रतिस्पर्धी नहीं हैं। लेप अपने सभी पहलुओं में श्रेष्ठ है।

लेप कल्पन का महत्व- आचार्य सुश्रुत ने लेप की क्षमता की व्याख्या करते समय निम्न बात कही- एक जलते हुए मकान पर पानी छींटना उससे आग तुरंत बुझ जाती है ठीक इसी प्रकार लेप स्थानीय दोषों



को स्थानीय उपचारों से तत्काल दूर कर देते हैं। इतना ही नहीं ये गोधन के समान क्रिया करते हैं व उत्साधन, रोपन और प्रल्हादन के समान भी क्रिया करते हैं। सिद्धमाहर लेप में शोधन के गुण व शक्तियां होती हैं।

लेप के प्रकार

आचार्य सुश्रुत के अनुसार लेप के निम्नलिखित प्रकार हैं-

प्रलेप- इस प्रकार के लेप शीतगुण वाले होते हैं। इन्हें बहुत थोड़ी मात्रा में उपयोग में लाया जाना चाहिए। कभी-कभी ये स्थानीय दोषों पर क्रिया करते हैं इन्हें लगाने से और कभी-कभी नहीं भी। इनकी यह फार्माकोलॉजीकल क्रिया त्वचा के प्रकार पर निर्भर करती है। किन्तु आचार्य शारंगधर के अनुसार प्रलेप दोषों पर क्रिया करते हैं जिस प्रकार वे अवशोषित किये जाते हैं।

प्रदेह- इस प्रकार के लेपों का उपयोग लुक वर्ग या कोल्ड के साथ किया जाता है। मोटा या पतला हो सकता है ये स्थानीय दोषों पर क्रिया नहीं करते हैं।

आचार्य शारंग धर के विचारम में प्रदेह को हमेशा गाढ़े गर्म रूप में लगाना चाहिए जो लम्बे समय तक लगा रहे। उन्होंने इसे विभाजित करते हुए कहा है कि लेप कल्पना जो औषधियों के आधार पर उपयोग किये जाते हैं उनके निर्माण व क्रिया निम्नानुसार हो सकती है।

दोषांधन लेप- लेप को इस प्रकार में ऐसी दवाएं सम्मिलित की जाती हैं जो दोषों पर सीधे-सीधे अपने प्रभाव छोड़ती हैं बजाए अन्य तत्वों के जब इसे त्वचा के उपर लगाया जाए।

विषांधन लेप- इस प्रकार के लेप में वे दवाएं उपयोग की जाती हैं जो सीधे-सीधे विषों को स्थानीय स्तर पर बाहर करती हैं उपयोग के बाद। इन लेपों में जो दवाएं उपयोग की जाती हैं दोषांधन लेप में प्रयोग की गई दवाओं से प्रभावशाली होती हैं।

वर्ण्य लेप- यह एक प्रकार का कास्मेटिक उपयोग है चेहरे पर जो रंग को निखारता है और चेहरे के काम्लेक्स दूर करता है।

चन्दन, मजिष्ठा, उशीर, सारिवा, आदि कुछ दवाएं

हैं जो इस वर्ष बढ़ाने वाली लेप के रूप में प्रापटी के रूप में कार्य करती हैं। अधिकांश वर्ण्य ड्रग मधुर, रसात्मक, शीत, गुरु, स्निग्ध, मधु गुणात्मक और शीत वीर्यात्मक होती हैं जो वात पित्त को दूर करती हैं।

इनमें दूध, मक्खन, घी, तेल और अनक्यूटर स्टाफ का आधार के रूप में उपयोग वर्ण्यलेप में किया जाता है।

वृद्धा वागभट्ट ने 10 प्रकार के लेप बतलाये हैं- स्नेहिका, निर्वपन, प्रसाधन, रोपन, सवर्णीकरण, स्तंभन, विलेयन, पाचन, पीड़न, शोधन।

इन सभी का लेपों का उपयोग गुणों के आधार पर किया जा सकता है, बजाए प्रकार के। सिद्धमाहर लेप शोधन टाईप लेख के अंतर्गत आता है।

लेप कल्पन में उपयोग किये गये आधार

लेप कल्पन के लिए एक आदर्श आधार का चुनाव अति आवश्यक है। भारतीय दवा पद्धति में जो उपलब्ध कराती हैं समुचित एवं सहज साधन जो मुख्य दवाओं को सक्रीय रख सके त्वचा के सबसे निचले भाग तक। घृत, तेल, कांजी, गोमूत्र, सिक्ख, दूध, बटर मिल्क, मक्खन, नींबू कारक, इस प्रकार के तत्वों को लेप में आधार के रूप में प्रयोग किया जा सकता है। घृत, मक्खन, तेल, सिक्ख आदि ओलेजीनियस आधार वाले हैं और उनमें स्पर्धाय क्षमता उच्च क्षमता वाले हैं और उनमें स्पर्धाय क्षमता उच्च क्षमता वाली होती है जो दवाओं के प्रकार में होनी चाहिए। इस प्रकार के आधार बाह्य, ये त्वचा के हाईड्रेशन को बढ़ाते हैं बिना किसी सतही जल के नुकसान के। दूसरी तरफ त्वचा का हाईड्रेशन दूसरी ओर दवा की क्रिया शीलता को बढ़ाता है।

ये तैलीय आधार तापमान के प्रभाव को भी कम करते हैं। इन आधार को धीरे-धीरे उपयोग किया जा सकता है त्वचा के नमीकृत प्रभाव के लिए।

दूसरा आधार जैसे कांजी गोमूत्र और नींबू का रस गर्मी जैसी सभी विकारों को दूर करने में सहायक है। साथ ही तीक्ष्ण, विपदा, बजाय पूर्व वाले के। ये सभी आधार क्रिया में विलयक, पचन, पीड़न और शोधन करने वाले हैं। शेष अगले पृष्ठ पर।

लेपन कर्म..... पृष्ठ 20 का शेष।

आयुर्वेद में लेप कल्पना का आधार मानव अन्तर्घटक ही नहीं बरन वे थैरेयूटीकली क्रियाशील तत्व भी है। कभी-कभार अपने कार्य क्षेत्र को पूर्ण नहीं करता है इसलिए आधुनिक औषध विज्ञान ने एक आदर्श आधार को चुना है। आज भी वे अपनी क्षमता में पहले जैसे ही है। यहां इस अध्ययन में नींबू के रूप का उपयोग किया गया एक आधार के रूप में जो टापीकल एप्लीकेशन के लिए था सिद्धमहार लेप है में।

गोमूत्र एक पेन्ट्रेशन इनहेलर के रूप में

शब्द पेन्ट्रेशन गोमूत्र के लिए इसलिए उपयोग किया गया कि यह इसमें समाहित तत्वों का त्वचा द्वारा जो अवशोषण किया जाता है इन सुविधाओं को दर्शाता है। यद्यपि अनेकों तत्व ऐसे होते हैं जिनका त्वचा पर सीधा-सीधा असर होता है। गोमूत्र भी इसी प्रकार के विशेष गुण वाला है जो त्वचा में सीधा प्रवेश करता है। इसमें साल्वेंटस केमिकल्स समाहित है। जैसे यूरिया, एन, एंडी इथायल, एम टोलूमाईड आदि। इसमें 30 प्रतिशत से अधिक यूरिया मिश्रित होता है और सिद्ध महार लेप में गोमूत्र को तीन गुना अधिक उपयोग किया गया है। इस प्रकार गोमूत्र को आयुर्वेद में इसके गुण पेन्ट्रेशन इनहेन्स के लिए आगे रखा।

लेप एप्लीकेशन की मेथेडोलॉजी (लेप लगाने की विधि)

आयुर्वेद सुझाता है कि लेप में टॉपीकल फार्मुलेशनों को धैर्य के साथ मसा जाना चाहिए जो बालों के लिए उपरी या विरुद्ध दिशा में होना चाहिए इससे त्वचा पर लेप का असर प्रभावी रूप से शीघ्र होगा। इसके कारण मसागया तत्व रोगकूपो में प्रवेश कर जाता है और स्वेदवाही लेपो द्वारा अवशोषित कर लिया जाता है जिससे चाहे गये परिणाम प्राप्त होते हैं।

यह मसलने की प्रक्रिया त्वचा के तापमान में वृद्धि करती है जिससे त्वचा दवा से प्रभावित होकर टापीकल फार्मुलेशन का लाभ प्राप्त करती है।

लेप की थिकनेस (मोटाई)

शारंगधर संहिता से

एक चौथाई, एक तिहाई और आधा अंगुल थिकनेस लेप की होना चाहिए दोषगन, विषगन और वर्णय लेपों के लिए।

सुश्रुत संहिता

आचार्य सुश्रुत के विचार से लेपों की मोटाई या उनका लगाना त्वचा पर भैस की चमड़ी के बराबर (मोटाई) होना चाहिए। भैस की चमड़ी की मोटाई 4.5 मीमी के लगभग होती है। इस प्रकार एक लेप की मोटाई 4.5 मिमी होनी चाहिए। इसके साथ बड़े लेपों में लेपों की मोटाई के अनुसार होना चाहिए।

पेज 30-324-325 पर आचार्य चरक ने चरक संहिता में कहा है कि लेप लगाने के लिए नियम लेप की मोटाई के लिए होना चाहिए।

यह बात स्पष्ट करती है कि जब एक मसला हुआ तत्व क्रिया करता है तो उम्मीद की जाती है कि उसको सही तरीके की मोटाई के साथ त्वचा पर लगाया जाये। किन्तु जब सॉफ्टेनिंग व सूटिंग क्रिया की उम्मीद रखते हैं तो ड्रग को त्वचा पर पतली परत के रूप में लगाया जाना चाहिए। वास्तव में यह बात लेप लगाने की स्थिति को व दशा को स्पष्ट करती है। अतः जरूरत के अनुसार लेप लगाया जाना चाहिए। ना कि उसकी प्रापटी को थोपा जाए।

आधुनिक औषधि शास्त्र में ऐसे कोई नियम नहीं बने हैं। वह कवेल यूनिफार्म एप्लीकेशन की बात करता है जो प्रभावी त्वचा परत पर होना चाहिए।

लेप कितना प्रिस्क्राइब किया जावे

सामान्य रूप से इसे 33 ग्राम की मात्रा में लेना चाहिए जो शरीर को पूर्णरूप से ढक सके। इन नियमों को पालन करने में कोई आपत्ति नहीं होना चाहिए। इन्हें कम या अधिक मात्रा में भी उपयोग में लाया जा सकता है। इसका विवरण निम्नानुसार है-

सिरव चेहरा	3 ग्राम
लेफ्ट अपर एक्स्ट्रीमिटी	3 ग्राम
राईट अपर एक्स्ट्रीमिटी	3 ग्राम
लेफ्ट लोअर एक्स्ट्रीमिटी	6 ग्राम
राइट लोअर एक्स्ट्रीमिटी	6 ग्राम
चेस्ट एण्ड एक्डोमेन अनादर मोशन	6 ग्राम
पोस्टीरियर पोर्शन	6 ग्राम

लेप लगाने का समय

प्रलेपो को रात के समय नहीं लगाना चाहिए, ना ही इन्हें सूखने तक ठहरने की जरूरत होती है। वही प्रदेह के लिए रूकना चाहिए, सूखने तक। यदि आवश्यकता है कि उन्हें शरीर के किसी भाग पर संरक्षित रखना है।

शरीर की गर्मी त्वचा पोर के माध्यम से रात में बाहर निकलती है यदि मेडिकलीनकल एप्लीकेशन रात में की जाती है तो त्वचा के रोम छिद्र अवरुद्ध हो जावेंगे और शरीर की गर्मी को बाहर निकालने में असमर्थ होंगे। इसलिए टॉपीकल एप्लीकेशन को रात में नहीं किया जाना चाहिए। इस सम्बन्ध में आचार्य चरक ने कहा है कि रात्रि में शरीर के सभी रास्ते बंद होते जाते हैं। इसलिए कहते हैं कि उनकी कार्य क्षमता को दिन के समय तुलना की जानी चाहिए। यद्यपि रात में लेप लगाना संभावित परिणाम को प्रभावित नहीं करता है। इसके लिए अलग कारण हो सकता है जिसके चलते टॉपीकल एप्लीकेशन को रात में प्रयोग में नहीं लाना चाहिए। किन्तु अपद्रव के मामले में गंभीर और रक्त स्लेशमज शोध, में ऐसी एप्लीकेशन रात में लगाई जा सकती है।

लेप एप्लीकेशन के लिए आवश्यक हिदायतें

- पुराना लेप का सामान लगाने में उपयोग न करें।
- एक लेप का दूसरे से अनुसरण नहीं किया जाना चाहिए। यदि ऐसा करते हैं तो लोकल टेम्प्रेचर, बर्निंग व सेन्सेशन व दर्द सम्बन्धी समस्याएं पैदा हो सकती है।
- यदि एक लेप एक बार सूख जावे तो उसे किसी भी साल्वेन्ट में दुबारा मिलाने से इंकार नहीं किया जा सकता।

सेल्फ लाइफ पीरियड ऑफ लेप

यदि किसी लेप में व्हेजीटेबल ड्रग मिश्रित है तो उसे 24 घंटे के अंदर प्रयोग में किया जाना चाहिए। अन्यथा दवाएं डिस कम्पोज हो जावेगी और घोल त्वचा को हानि पहुंचा सकता है।

यदि एक लेप मिनरल व मेटालिक ड्रगों से निर्मित किया गया है तो उस ड्रग में अपने आप में कोई एक्सपायरी पीरियड नहीं होता है वह पूर्णतः आधार पर निर्भर करता है जिस में दवाएं मिश्रित की गई हैं। लेप बनाने के लिए क्योंकि सिप्था को छोड़कर कृता एवं तेलो सभी आयुर्वेदिक बेस होती है जो 24 घंटे तक सुरक्षित रखी जा सकती है।

प्रापेबल मोड ऑफ एक्शन ऑफ लेप

इसे दो चरणों में वर्णित किया जा सकता है-

(1) पिलेसेबेमिसाल अपटेक

(2) क्यूटानियम बायो ट्रांसफार्मेशन

(1) **पिलेसेबेमिसाल अपटेक-** जब एक लेप को लगाया जाता है त्वचा की सतह के उपर जो कि बालों के विपरीत डायरेक्शन में होता है जो एक निर्धारित आधार के साथ होता है। अन्तर्घटकों के क्रियाशील तत्व लेप की बेस में छोड़ देते हैं इसके बाद यह मिश्रण रोम कूप में प्रवेश करता है और स्वदेवाही स्रोतों द्वारा अवशोषित कर लिया जाता है व सिरामुखो द्वारा भी।

सुश्रुत संहिता 18/4

इसे किस प्रकार दिमांग में खा जावे कि पिलेसेबेक्स अपटेक लेपो का अवशोषण भिन्न-भिन्न होता है साइडो के बदलने से और अति महत्व पूर्ण है कि आधार क्या है जिसके माध्यम से इसे लगाया गया है।

क्यूटानियम बायोट्रांस फार्मेशन

इसके उपरान्त पाचन द्वारा ब्रजकागनी। इससे त्वचा के रोग होना बंद हो जाते हैं, एब्साड मेटेरियल को शोषण से मेटाबालिक डिग्रेडेशन आवश्यक एन्जाइम के साथ प्रारंभ हो जाता है।

इस हस्तांतरण प्रणाली से कुछ नवीन मेटाबालिटीज का निर्माण होता है जो पूर्व निर्धारित दोषों को समाप्त कर देता है और इस प्रकार पेटोजेनेटिक साईकिल पर रोक लग जाती है।

आधुनिक मतानुसार सामान्य त्वचा रोग

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

प्रस्तावना - वास्तव में हमारा त्वचा संबंधी ज्ञान बहुत अल्प है। अतः गंभीर ज्ञान के लिए हमें प्रयासरत होना चाहिए।

Skin is a complex organ

इसके तीन मुख्य भाग निम्न हैं-

Epidermis, Dermis, Subcutaneous fat

Dermatology:

Defined as the study of the skin and its diseases or a branch of science which treats the skin. Skin is the largest organ in the body Common diseases of the skin can be divided into

A. Infections of skin

- Parasitic infection
- Fungal
- Viral
- Bacterial

B. Disorder of keratinization

- Psoriasis
- Lichen planus
- Icthyosis

C. Eczemas

- Atopic dermatitis
- Seborrhoeic dermatitis

D. Miscellaneous

- Tuberculosis of skin
- Leprosy

Details are as follows -

A) Bacterial infection: Pyodermas are skin infections caused by pyococcal organisms

A. Follicular infections

- Superficial folliculitis
- Deep folliculitis (sycosis)
- Furuncle
- Carbuncle
- Periporitis

B. Extrafollicular

- Impetigo
- Ecthyma
- Ssss
- Cellulitis

C. Miscellaneous

- Erythrasma
- Pitted keratolysis
- Folliculitis cheiloidalis

(A) Follicular infection:

- Superficial folliculitis-
 - रोम के अन्तिम भाग में षोथ होना
 - सामान्यतः पैरों में
 - Staphylococcal aureus bacteria
 - रोम का अलग व पूर्युक्त होना
- Deep folliculitis
 - रोम के सम्पूर्ण भाग में षोथ होना
 - सामान्यतः Beard area (sycosis barbae) व neck (sycosis nuchae) में
 - staphylococcal aureus bacteria
 - रोम के केन्द्र का लालिमा व पूर्युक्त होना
- Furuncle (boils)-
 - Staphylococcal bacteria द्वारा रोमों में षोथ होना
 - वेदना व गांठयुक्त रोम का फूटना तथा discharge निकलना
 - Subjects are healthy
- Carbuncle
 - Staphylococcal bacteria द्वारा रोमों में विद्रधि होना
 - वेदना व गांठयुक्त रोम का फूटना तथा discharge निकलना
 - सामान्य से गंभीर लक्षण होना
- Peri-poritis (summer boil) -
 - कई गांठयुक्त सूजन
 - चेहरे की स्वेद ग्रन्थियों का Bacterial infection

(B) Extrafollicular :

- Impetigo

- सतही संक्रमण
 - Vesicular क्षेत्र लालिमायुक्त आधार के साथ
 - गंदा व पीततायुक्त crust
 - बिना निषान के रोपण
- Ecthyma -
 - गंभीर संक्रमण
 - गंदा व प्लेटियुक्त crust
 - Shallow ulcer on removal
 - बिना निषान के रोपण

(C) Miscellaneous:

Erythrasma -

- Corynebacterium minutissimum bacteria द्वारा संक्रमण
- एक लाक्षणिक भूरे रंग का अनियमित प्रभावित क्षेत्र
- सामान्यतः axilla व groin भाग में
- Pitted keratolysis
- corynebacterium, gram positive bacteria द्वारा संक्रमण
- अनियमित चपजे का पैरों के तलवे में दिखना
- आर्द्रता व पसीना अनुकूल कारक हैं

(D) Fungal infections -

A. Superficial

- Dermatophytosis
- Candidiasis
- Tinea versicolor

B. Deep

- Subcutaneous mycosis
- Systemic mycosis

..... शेष पृष्ठ 23 पर।

झाईयों का घरेलू और आयुर्वेदिक उपचार

डॉ. अमित हार्डिया, (बी.ए.एम.एस.) इंदौर

प्राचीन काल से ही सम्पूर्ण विश्व में, समस्त प्राणियों में युवावस्था और सौंदर्य को प्रधानता दी गई है, लगभग हर नर-नारी अपने जीवनकाल में किसी न किसी समय अपने रंग रूप को लेकर अत्यंत गंभीर रहते हैं यह विषय न केवल शारीरिक अपितु मानसिक स्तर पर भी प्रभाव डालता है। अर्थात् यह भी कहा जा सकता है कि व्यक्ति का रंग रूप उसके जीवन में व्यक्तिगत एवं सामाजिक दोनों स्तर पर अति महत्वपूर्ण स्थान रखता है।

शायद इसीलिए हमारे प्राचीन ग्रंथों में भी इस विषय से संबंधित अनेकों प्रसंग मिलते हैं। सर्वप्रथम आचार्य सुश्रुत ने इस विषय पर विस्तृत वर्णन किया है। उन्होंने शुद्धकुष्ठ अध्याय में कुष्ठ रोगों के अंतर्गत त्वचागत विकृति (विकार) विसंगति का उल्लेख किया है। शिरः प्रदेश को आयुर्वेद में उत्तमांग कहा है, जिसमें से भी मुख प्रदेश को सबसे महत्वपूर्ण आकर्षक और खुबसूरत अंग माना जाता है। यहां पर होने वाले छोटे-छोटे रोग भी मनुष्य में तनाव, अवसाद, चिंता यहां तक कि अलगांव का कारण बन

सकते हैं। झाईया भी इनमें से एक प्रमुख रोग है। जो चेहरे का आकर्षण छीन लेता है।

आजकल कई कारणों से यह रोग जनसाधारण में काफी सामान्य हो गया है। स्त्री-पुरुषों दोनों में मिलने वाला रोग विशेषकर महिलाओं में गर्भावस्था काल एवं कास्मेटिक का अतिप्रयोग होने से अधिक देखने में आता है। इस समस्या से निपटने के लिए बाजार में कई तरह के उत्पाद मौजूद हैं। साथ ही त्वचा विशेषज्ञों द्वारा इसमें केमिकल पीलिंग लेसर आदि भी किया जाता है परन्तु इसके हानिकारक प्रभाव एवं अति महंगे इलाज होने से हर रोगी के लिए यह संभव नहीं है। इसका स्थायी समाधान हमें आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति में मिल सकता है।

चिकित्सा (घरेलू उपाय)

- ⊙ चिरोंजी, मसूर दाल और पीली सरसों तीनों का बारिक चूर्ण करके मिला लें और 2 बड़े चम्मच चूर्ण में गुलाब जल में मिलाकर पेस्ट बनाकर, चेहरे को साफ पानी से धोकर लेप लगा लें।
- ⊙ मसूर की दाल को गाय के घी में भुनकर चूर्ण

बना ले फिर इसे दूध में मिलाकर लेप करें।

- ⊙ नींबू का रस, शहद में मिलाकर नियमित प्रयोग करें।
- ⊙ दही की मलाई से मालिश करें।
- ⊙ जैतुन के तेल की नियमित मालिश करें।
- ⊙ हल्दी और आक के दुध को मिलाकर पतला उबटन चेहरे पर लगाएं।
- ⊙ शहद को नमक और सिरके में मिलाकर लगाने से झाइयां दूर होती हैं।
- ⊙ एक हफ्ते तक रोजाना एक कप मूली का रस पीएं।
- ⊙ दालचीनी पाउडर में नींबू का रस मिलाकर पेस्ट बनाकर प्रयोग करें।
- ⊙ अदरक तुलसी पत्र, पुदीने की पत्तियां, समान मात्रा में पीसकर पेस्ट बना लें। इसमें थोड़ा सा नींबू का रस मिलाकर चेहरे पर लगाएं।

आयुर्वेद उपचार

- ⊙ मूर्धप्रदेश की सिरा का वेधन कर रक्तमोक्षण करें।
- ⊙ क्षीरीवृक्ष की त्वक का लेपन करें।
- ⊙ कुकुमादि घृत का अभ्यंग।
- ⊙ मुख कांतिकर लेप आदि।

आधुनिक मतानुसार... पृष्ठ 22 का शेष।

(3) Viral infections:

Viral infections of skin may be

a) Purely cutaneous:

1. Warts
2. Molluscum contagiosum

b) As a part of exanthematous systemic infection:

1. Variola
2. Measels
3. Herpes viral infection

Details are as follows -

Warts

- A) Human papilloma virus
- B) Irregular surface small, large, single or multiple Molluscum contagiosum

A) Pox viruses

- B). Glistening pale or pearl like white umbilicated dome shaped papules pin head to 1cm in size.

Herpes viral infection

- a. Herpes simplex
- b. Varicella (chicken pox)
- c. Herpes zoster
- d. Infectious mono nucleosis

(4) Parasitic infestations:

- ° Scabies
- ° Pediculosis
- ° Filariasis

Pediculosis (louse infestation)

- A. Pediculosis humanus capitis (head louse)
- B. Pediculosis humanus corporis (body louse)
- C. Phthirus pubis (genital louse)

(5) Disorder of keratinisation:

1. Psoriasis-
2. Lichen planus-

(6) Eczemas (dermatitis):

Classification:

Endogenous -

1. Atopic dermatitis
2. Seborrhoeic dermatitis
3. Asteatotic dermatitis
4. Nummular eczema
5. Pityriasis alba

Exogenous -

1. Contact dermatitis
2. Infective dermatitis
3. Photo dermatitis
4. Phyto photo dermatitis

Details are as follows -

leucoderma:

ल्युकोडर्मा एक जीर्ण रोग है जो त्वचा द्वारा Melanin pigments निर्माण के बंद हो जाने पर उत्पन्न होता है। इसमें सफेद धब्बे शरीर पर यत्र तत्र दिखाई देते हैं जो समयानुसार संख्या व आकार में वृद्धि करते हैं। Leucoderma मेडीकल टर्म नहीं है जबकि यह एक substitute है vitiligo का। Vitiligo पश्चिम देशों में प्रचलित नाम है जबकि एशिया में esa leucoderma।

कुष्ठ के चिकित्सा सूत्र

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शास्त्र. अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर
आचार्य चरक ने चिकित्सा शब्द के क्षेत्र को विकसित किया उन्होंने निर्धारित किया कि चिकित्सा के लक्ष्य केवल रोगों के पाजिटिव फेक्टर के रेडिकल रिमूव तक ही सीमित नहीं होना चाहिए वरन दोषों के संतुलन को बनाये रखने वाले होना चाहिए।

आमतौर पर यह तथ्य माना जाता है कि त्वचा रोग समय लेने वाले होते हैं जैसे-जैसे उपचार किया जावे समय कम होता जाता है। इससे स्पष्ट अभिप्राय है कि ये आसानी से उपचारित नहीं किये जा सकते। ये लम्बे समय तक रहने वाले रोग होते हैं जो मरीजों से धैर्य की अपेक्षा रखते हैं कि वह सतत दवाएँ लेता रहे। यह नियम सभी त्वचा रोगों पर लागू होता है। इस सन्दर्भ में स्पष्ट हो जाता है कि महाकुष्ठ और क्षुद्र कुष्ठ में कोई विशेष अंतर नहीं है।

कुष्ठ रोग के उपचार के बारे में आचार्य चरक ने अत्यंत स्पष्ट शब्दों में कहा है कि सभी प्रकार की कुष्ठ त्रिदोषों वाली होती है। उनका उपचार तभी संभव है जब उनके दोष को परख लिया जावे। प्राथमिक रूप से दोषों को पहले उपचारित किया जाना चाहिए और अन्य उपदोष का उपचार बाद में किया जाना चाहिए।

उपचारके बारे में यद्यपि यह प्राचीन शास्त्रों में कहीं भी नहीं वर्णित किया गया है अपने अनुभवों के आधार पर और मेडिकल कान्सिडेंट के आधार पर आचार्य चरक ने कृमि के उपचार का वर्णन किया है जिसे कुष्ठ के उपचार पर लागू किया जा सकता है। कृमि की उपचार योजना तीन सिद्धांतों पर आधारित है जो निम्नानुसार है-

(1) अपकर्षण, (2) प्रकृतिविधत्, (3) निदान परिवर्तन।

कुष्ठ के मामले में अपकर्षण से अभिप्राय है समशमन से।

(1) **समशोधन-** इस थैरेपी का लक्ष्य है रेडिकल को हटाना जो अपंगता को बढ़ावा देने वाले तत्व होते हैं। इस प्रक्रिया को समशोधन कहा जाता है। इस प्रक्रिया में मारबिड दोषों का शरीर से बाहर कर दिया जाता है। कुष्ठ रोग भी दोष बाहुल्यता के कारण होता है। ये दोष त्रिगुणमी और उपचार में कठिन होते हैं समाधान चिकित्सा द्वारा। ये सभी तत्व हमारे प्राचीन स्कालरों ने शोधन थैरेपी में पाये जो कुष्ठ रोग के प्रबंधन में थे। शोधन थैरेपी मूल कारणों को नाश करती है और प्रबंधन प्रक्रिया को सहज सरज व ग्राह्य बनाती है।

समशोधन की तुलना तीन प्रमुख विजय से की जा सकती है -

(1) अंतः परिमार्जन (आंतरिक शुद्धता)

(2) बाह्य परिमार्जन (बाहरी शुद्धता)

(3) शस्त्र प्रणिधान (सर्जिकल साधनों द्वारा)

यहां पर इस अध्ययन में जो बाह्य परिमार्जन के अंतर्गत आते हैं को द्रुत व सिद्धांत के उपचार हेतु चुना गया है। क्योंकि आचार्य सुश्रुत ने इंगित किया कि जब कुष्ठ की सम्प्रति केवल त्वगत्वा होती है। शोधन दवाओं को बाह्य रूप में लगाना चाहिए। जो भी दवाएं चुनी जावे सिद्धांतर लेप के लिए उसे शोधन प्रक्रिया से गुजरना होगा।

शोधन प्रापटी- शोधन प्रापटी के तहत स्थानीय दवाओं का लगाना निश्चित करता है जहरीले पदार्थों को शरीर से बाहर निकालने का यह प्रक्रिया स्थानीय स्तर पर होती है।

(2) **शमन थैरेपी** भी उतनी ही महत्वपूर्ण है जितनी समशोधन थैरेपी। सामान्य रूप से शमन थैरेपी का उपयोग बचे हुए दोषों को दूर करने में किया जाता है। जो शोधन थैरेपी के बाद होता है। जिसे प्रकृति विधाता का नाम दिया जा सकता है। प्रकृति विधाता चिकित्सा के साथ दोषों को इतना कमजोर कर दिया जाता है कि वे अन्य दोषों को सहारा दे सके। आचार्य चरक ने शमन थैरेपी अपनाने की सलाह दी है जिसे तिक्त और कषाय द्रव्यों से सही रूप में शोधन किया जाना चाहिए।

निदान परिवर्तन- निदान परिवर्तन से अभिप्राय एटियोलॉजिकल तत्वों से उपचार। यह रोग की प्रगति को रोक देता है दोषों पर रोक लगाकर। मुख्य



इटियोलॉजिकल कुष्ठ के तत्व है मिथ्या आहार-विहार और विरुद्ध आहार इसलिए इनको नकारा जावे। ये सभी पथ्य-अपथ्य का विवेचन उपआशय में विस्तृत किया गया है।

उपचार- संग्रहित दोषों को शोधन के माध्यम से बाहर कर दिया जाता है फिर केवल त्वक का उपचार किया विरेचन और रक्तमोक्षण किया जाता है। बहुदोषवाली कुष्ठ में बहुदोष दोष को वमन के द्वारा शरीर से निकाला जाता है। विरेचन रक्त मोक्षण कई बार थोड़ी-थोड़ी मात्रा में प्राणों की रक्षा करता है। शोधन को एका एक नहीं किया जाना चाहिए। भारी मात्रा में क्योंकि वात और कफ मिलकर प्राणहानि कर सकते हैं। लेपन औषधि तभी प्रभावी होगी जब केवल रक्त शुद्ध होगा और आशय भी शुद्ध होगा शोधन से।

चक्रपाणि ने शोधन के समय के लिए व्याख्या की है जो निम्नानुसार है-

शोधन कार्य	समय
वमन	प्रत्येक 15 दिन में
विरेचन	प्रत्येक 30 दिन में
नस्य	हर तीसरे दिन
रक्तमोक्षण	हर 6 माह में

पथ्य-अपथ्य

पथ्य-

- लघुहित अन्नापनम लिया जाना चाहिए।
- क्रील्स जैसे पुराना धनिया, शाली, शास्तिकासव, गोधूम, कोरादुषा, स्यामा आदि अच्छे हैं।
- उषा, सूप, मूंग और अडया के साथ लिया जाना चाहिए।
- तिक्त शाक, नीम, अरुणकदा पत्र, मण्डुकापर्णि, अतारुष्का पुष्प या नित्कवर्ग को सर्पिस में फ्राइड कर या सर्प तेल में, अच्छा होता है।
- जंगल मांस बिना चर्बी के भी खाया जा सकता है।

अपथ्य-

- गुरु, आमला, लवण आदि आहारों को त्यागे।
- पुस्स जैसे तिला, मासहा, कुलथा, निशपावा का सेवन न किया जावे।
- कुष्ठ रोगी को चाहिये कि वे दही, क्षीर, इक्षुपिष्ठ गुड़ और तेल का सेवन न करें।
- अनुप मामसा वसा एवं मत्स्य स्वास्थ्य के लिए अहितकर होते हैं।

आयुर्वेद द्वारा पानी पीने का सही नियम एवं भ्रांतियों से निवारण

वैद्य आशीष कुमार (बी.ए.एम.एस.), ललितपुर, मो. 9076699800
हर व्यक्ति स्वस्थ रहना चाहता है परंतु छोटी छोटी महत्वपूर्ण बातें नहीं पता होने के कारण वह रोगग्रस्त होकर कष्ट झेलता है अगर हम स्वास्थ्य के प्रति जागरूक हो और स्वयं एवं प्रियजनों को स्वस्थ रहने में मदद कर सकते हैं, और समाज में पानी पीने के नियम के प्रति फैली भ्रांति को दूर कर के समाज कल्याण में योगदान दे सकते हैं।

भ्रांतियां एवं आयुर्वेद के नियम

भ्रांति 1- आमतौर पर जनसामान्य में भ्रांति होती है कि पानी सुबह उठकर पीना चाहिये, गर्म ठंडा या खाने के पहले बाद में आदि आदि आज हम आपको पानी पीने के सामान्य नियम बता रहे हैं जो आपको स्वस्थ रहने के लिये अनिवार्य है।

आयुर्वेद का विज्ञान हमें बतलाता है कि सुबह उठकर बिना कुछ्छा किये ही जल ग्रहण करना चाहिए अब ये जो नियम हैं वह हैं उस व्यक्ति के लिये जो ब्रम्ह मुहूर्त में उठा हो और जिसका खाना पच गया हो, और जन सामान्य में अधिकांश लोग 7 बजे से 10 बजे तक उठकर एक साथ 1 गिलास से 2 लीटर तक पानी एक साथ पी जाते हैं जो कि गलत है और बहुत सारी बीमारियों की जड़ साबित होता है।

कभी कभी ऐसा होता है कि जिनको सालों से इतना जल ग्रहण करने की आदत हो जाने की वजह से उनका शरीर इस तरह से ढल जाता है कि उन लोगों को नुकसान नहीं होता है, तब भी ऐसे लोग जो बीमारी का इंतजार कर रहे हैं उनको धीरे धीरे अपनी इस गलती का सुधार करना चाहिये।

जल ग्रहण की आयुर्वेद विधि

- ब्रम्ह मुहूर्त में उठकर यदि आप जल ग्रहण करते हैं तब वह आपको घूँट घूँट कर लार को मिला कर पीना चाहिये क्योंकि लार जो कि हमारे शरीर में रोज 3 लीटर बनती है वो हमारे लिये बहुत लाभदायक है।
- ब्रम्ह मुहूर्त में शीतल जल के अलावा दूध, मधु, घृत या दो दो को मिलाकर या सब मिलाकर लेना रसायन यानि उम्र को थामने का कार्य करता है।
- इसमें भी जिनका वजन बढ़ा हो शहद, जिनकी गर्मी बढ़ी है वो दूध और घृत या सामान्य व्यक्ति सब मिलाकर ले सकता है।

भ्रांति 2- फ्रीज का ठंडा या चिल्ड पानी ठंडक देगा।

आयुर्वेद दृष्टिकोण- आयुर्वेद में बताया गया है कि इतना ठंडा पानी जिनसे दांत जड़ हो जाये वो नहीं पीना चाहिये, सामान्य बुद्धि से विचार करने पर हम जान सकते हैं हमारा शरीर गर्म है और ठंडा पानी पीने के बाद पेट में जाकर उसको गर्म ही होना है जबकि ठंडा पानी पीने पर शरीर को अतिरिक्त मेहनत करनी पड़ेगी उसको सामान्य करने के लिये जिससे और गर्मी बाद जाएगी।

सही विधि- गर्मी के दिनों में मटके जितना ठंडा पानी चाहे वो फ्रिज का हो पीना लाभदायक है।

भ्रांति 3- वाटर प्यूरीफायर का पानी पीना लाभदायक है।

सही विधि- वाटर प्यूरीफायर का उपयोग करते समय हम पानी का टीडीएस (पानी में घुलनशील पोषक तत्व) की जांच अवश्य कर ले अथवा कम या ज्यादा होने पर गम्भीर रूप से बीमार पड़ सकते हैं, और अगर हम प्यूरीफायर का जल ग्रहण करते हैं तब हमारे शरीर में इसकी आदत हो जाएगी और सामान्य पानी पीने पर हम उसको पचा नहीं पाएंगे और हमारा गले की बीमारी आसानी से हो जाती है, अर्थात् हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाएगी।

भ्रांति 4- हमें कितना पानी पीना चाहिये कोई कहता है सामान्यतः अधिक पानी पीना 2 से 4 लीटर पीना चाहिये ये भ्रांति है।

आयुर्वेद दृष्टिकोण- हम सबका शरीर और पृकृति अलग है इसलिये ये नियम स्थाई नहीं हो सकता, सामान्य नियम है जब प्यास लगे घूँट घूँट कर प्यास बुझने तक पानी पीना चाहिये।

भ्रांति 5- क्या हमें गर्म होने पर ठंडा पानी मिलाना और ठंडा होने पर सामान्य पानी मिलाकर पानी पीना चाहिये?

आयुर्वेद दृष्टिकोण- दो तरह के जल को कभी मिलाना नहीं चाहिये ऐसा जल को उपयोग करने पर विकृति पैदा होती है क्योंकि दोनों जल की सूक्ष्म संरचना अलग हो जाती है, आयुर्वेद 1 कदम और आगे जाकर बताता है कि अगर हम दो अलग जगह का भी पानी पीते हैं तब वो तभी पियें जब पहले ग्रहण किये जल का पाचन हो जाये।

भ्रांति 6- भोजन के साथ जल लेना या नहीं लेना इस बारे में भी बहुत भ्रांतियां रहती हैं।

सही विधि- सुबह के भोजन के समय फलों का रस, दोपहर के समय में खाने के साथ प्यास लगने पर ताजा छाछ या मट्ठा और रात्रि में प्यास लगने पर भोजन के बीच में पानी पीना चाहिए पर आधा या एक घूँट जरूरत पड़ने पर, अधिक मात्रा में बिल्कुल नहीं। भोजन के आधे घण्टे पहले या आधे घण्टे बाद प्यास लगने पर इच्छानुसार जल पिया जा सकता है। फलों का रस या छाछ न होने पर साधारण जल का उपयोग कर सकते हैं।

भ्रांति 7- अधिकांश लोग प्रश्न पूछते एवं बताते हैं कि हम रोज गुनगुना पानी सुबह पीते हैं क्या ये सही है?

आयुर्वेद दृष्टिकोण- सभी लोगों को गुनगुना पानी पीने की आवश्यकता नहीं होती है कई बार जिनकी पृकृति गर्म वाली यानी पित्त पृकृति जो कि अग्नि महाभूत का प्रतिनिधि वाले लोग हैं उनको बहुत नुकसान करती है संक्षेप में एसिडिटी जिनको है उनको बहुत नुकसान होता है।

आयुर्वेद विधि- सामान्य नियम यह है कि सुबह सामान्य कमरे के तापमान वाला पानी पीना चाहिये।

अन्य महत्वपूर्ण तथ्य

ऐसी परिस्थिति जिनमें अल्प(कम) जल ही ग्रहण करना है।

- भूख कम लगने पर
- रक्त की कमी होने पर
- पाचन ठीक न हो।
- दस्त या अतिसार होने पर
- शरीर में सूजन हो
- मधुमेह
- प्रतिश्याय (झुकाम)

शीतल जल किसको ग्रहण करना चाहिए

- चक्कर आने पर
- बेहोशी में
- उल्टी होने पर
- गर्मी लगने पर
- शरीर में जलन और रक्त विकार में।

गुनगुना जल किसको ग्रहण करना चाहिए

- भूख बढ़ाने के लिये
- पाचन के लिये
- गले की बीमारी में
- मूत्र कम आने पर
- झुकाम खांसी में
- नाए ज्वर में।

वेरीसेला और हरपीज जोस्टर

डॉ. नितिन उरमलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व.

अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

फैलने का कारण- हरपीज वायरस वेरीसेला जोस्टर वायरस (वी.जेड.वी.) एक्सो जीनियस इंफेक्शन इन्डोजेनियस का रिएक्शन।

वेरीसेला (चिकनपाक्स)

- लाल फुंसिया चिकपीस के समान (चिकनपाक्स)।
- काव्य के रूप में कहा जा सकता है कि ओस की बूंद गुलाब की पंखुड़ी पर।
- एक सिस्टेमिक संक्रमण त्वचा के साथ जिसका लक्ष्य अंग हो।
- त्वचीय रोग सिजनल वातावरण के साथ ठंड के बाद और बसंत से पहले।
- पुरुष ही केवल शिकार होता है।
- आमतौर पर बच्चों को होता है जो 10-12 वर्ष की आयु के होते हैं।
- यह ड्रापलेट संक्रमण से फैलता है जिनका प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप में त्वचीय घावों से सम्पर्क होता है।

क्लीनिकल रिसर्च

यह उच्चतम संक्रामक रोग है जो कि बाह्य त्वचा को प्रभावित करता है तथा प्राथमिक संक्रमण से होता है वीजेडवी के साथ। इसकी प्रभावी रहने की अवधि 2 सप्ताह (7 से 23 दिन)।

मूल लक्षण

हर छोटे बच्चे में- अनुपस्थित, प्रारंभ होता है रेशे के साथ।

बड़े बच्चों में- बुखार, खराश, सिरदर्द, पीठ दर्द, मस्करन दर्द, अचानक गले में खराश और सूखी खांसी इश 2-3 दिन में जाती है।

घाव फुंसियों से उत्तरोत्तर बढ़ते हैं। पापुलस, वेसीकलस, पुष्टुलस की ओर 8 से 12 घंटे में आकार लेते हैं जो सूखी सेरम व बिना पस के होते हैं।

वीसीकलस पहली दीवार के लिए सुपरफेसियल होते हैं जो क्षेत्र में 2-3 एमएम जो घिरे रहते हैं अर्थोमेट्रस एरेओला द्वारा।

एक जैसे त्वचा के घाव हर स्तर पर जो शरीर के किसी भी भाग पर देखे जा सकते हैं।

पूरीटी सभी मामले एक जैसी होती है।

एडल्ट्स में- सिरदर्द व मालेसे।

छोटे बच्चों में- रेशेस हल्के होते हैं और स्थानांतरित होते हैं।

ये ट्रंक से प्रारंभ होते हैं और फिर सर पर फैलते हैं, चेहरा बाहे, पैर तक।

क्रस्टस गिर जाते हैं 1 से 3 सप्ताह में। डीप्रेशन



के साथ और धीरे-धीरे हट जाते हैं।

वारिसेला गर्भावस्था में

गर्भावस्था में संक्रमण एक सहज बात है। यदि इंफेक्शन वीजेडवी क्रॉस कर लेता है प्लासिन्टो को और फेरस में प्रवेश कर जाता है और कारनीटल को प्रभावित करता है। नेओनेटल वेरीसेला यह निर्भर करता है गेस्टेशन की दशा पर।

कम्लीकेशंस

- सेकेण्डरी बैक्टीरियल संक्रमण घावों के आमबात है।
- घावों का फैलना बैक्टीरियल इंफेक्शन का अनुसरण है।

उपचार

- खुजली पर नियंत्रण और बुखार में कमी का प्रयास।
- जब घाव मुंह में हो जाते हैं तो नमक का पानी उनके घावों पर राहत प्रदान करता है।
- सदैव ठंडे तरल पदार्थ ले गर्म चीजों से बचे। मसालेदार, एसीडिक, फुड्स और ज्यूस से बचे।
- अपनी अंगुलियों के नाखून काट ले या फिर त्वचा की सुरक्षा के लिये ग्लोब्स का इस्तेमाल करें जिससे त्वचा के नष्ट होने से बचा जा सके।
- ठंडे कम्प्रेस त्वचा पर लगाएं जो आराम दे सकते हैं। जैसे लोशन।
- ठंडे पानी से नहाएं ये हर 3-4 घंटे में जिसमें खाने का सोड़ा पानी में पिलाएं जो खुजली में

राहत देगा।

- बच्चों को घर पर ही रखें स्कूल ना भेजे और तब तक देखभाल करें जब तक की सभी छाले नष्ट न हो जाए।

एंटीवायरल ड्रग्स

प्रोवेशन, वेक्सीनेशन

हर्पीज जोस्टर

- शिंगल्स लेटिन भाषा से आया है जिससे अभिप्राय है बेल्ट या गिर्डल से जो रेश के वितरण रिफ्लेक्ट करता है एक बड़े पैमाने पर।
- यह साल में कभी भी हो सकता है।
- वेरीसेला की तुलना में कम खतरनाक।
- इंफेक्शन के बाद में चिकनपाक्स के साथ कई रिसाइड्स सक्रिय स्थानों पर नर्वेटेक्ट में स्पाईन में।
- जब यह पुनः क्रियाशील होता है तो यह नर्वेट्रेट में सभी जगह फैल जाता है।
- प्रायः प्रभावित करता है दूसरे, तीसरे, चौथे जीवन के दशक में।

क्लीनिकल फीचर्स

यह एक न्यूरोएक्टोडर्मल वायरल संक्रमण है जो प्रभावित करता है एक या अधिक नजदीकी समूहों को स्पाइनल या क्रेनियल नर्वस को। इससे रूक रूक कर दर्द और वेस्कुलर इंफेक्शन सीमित मात्रा में होता है नर्व के द्वारा डर्मेटो में।

..... शेष अगले पृष्ठ पर।

वेरीसेला..... पृष्ठ 26 का शेष

ब्रिज कोर्स क्या जन जीवन के साथ खिलवाड़ नहीं ?

अशोक खण्डेलवाल, संपादक

70 सालो के बाद देश में व्यापक बदलाव आ रहे हैं। शिक्षा के स्तर पर ध्यान दिया जा रहा है। पैसे देकर चिकित्सा शिक्षा की डिग्रियां खरीदने का व्यापार अब लगभग होने की कगार पर है। किन्तु जिस सरकार ने योग, आयुर्वेद आदि सेवाओं के विकास के द्वार खोले यदि वही इनके विकास की दुश्मन बन बैठे तो फिर योग, नेचरोपैथ, होम्योपैथी, आयुर्वेद, यूनानी और सिद्धा जैसे कोर्स का क्या मतलब ?

सरकार यदि उक्त चिकित्सा शिक्षा के विद्यार्थी और बाजार में इन सेवाओं में प्रेक्टिस कर रहे डॉक्टरों के आंकड़े पर गौर करे तो सच्चाई सामने आ जायेगी। 100 में 90 प्रतिशत डॉक्टरों के लिए उक्त सेवाएँ केवल डिग्री प्राप्त कर बाजार में डॉक्टर लिखने की योग्यता तक सीमित है। उक्त सेवाओं में प्रेक्टिस और अध्ययन कोई नहीं करता। उक्त चिकित्सा सेवाओं की डिग्री प्राप्त करने के बाद विद्यार्थी सीधे एलोपैथिक इंटरनशिप और अस्पतालों की ओर भागता है। वहाँ इसका प्रशिक्षण प्राप्त कर एलोपैथिक की दुकान खोल कर बैठ जाता है।

यदि पान के पत्ते में दवा देने से व्यक्ति का जोईडिस (पीलिया) ठीक हो जाये, मामफल के पत्ते और शिवगंगा की छाल से कैंसर ठीक हो जाये तो

कीमो, ऑपरेशन की जरूरत क्यों किन्तु इसके लिए पूरे देश में अनुसंधान और बदलाव की जरूरत है।

केरल में पंचकर्म के लिए 50 हजार व्यक्ति खर्च करता है और देश के अन्य हिस्सों में 5000 हजार भी नहीं देना चाहता। स्पष्ट है न तो पंचकर्म के लाभ और प्रभावों का जनता को ज्ञान है और न डॉक्टरों को। पंचकर्म के लिए दक्ष स्टाफ और डॉक्टरों खोजने पर भी मुश्किल से मिल पाते हैं तो फिर इन सेवाओं से आम जनता अवगत कब होगी और जब उसे उसके लाभ ही पता नहीं होंगे तो वह एलोपैथ चिकित्सक के पास जाएगी ही। आज सभी यह जानते हैं कि एलोपैथ चिकित्सा के नुकसान हो रहे हैं किन्तु विकल्प मौजूद नहीं और विकल्प देने की जिम्मेदारी सरकार की है। आयुर्वेद और नेचरोपैथ जैसी सेवाओं के विकास से बाजार में अनेक लुसप्राय औषधियों के पोषो की पहचान होगी वे घर घर की शोभा बनेंगे खेतों में लहलहाते नजर आएंगे भारत के विश्वगुरु बनने का सपना साकार होगा। किन्तु ब्रिज कोर्स से 90 प्रतिशत डॉक्टरों एलोपैथ चिकित्सा करने लग जायेंगे। अभी आयुर्वेद और होम्योपैथी के डॉक्टरों को अधिकार मिल जायेंगे फिर इलेक्ट्रोहोमेयोपैथी, आर एम पी, आयुर्वेद रत्न सभी यह मांग करेंगे कि 6 माह का कोर्स हम भी कर सकते हैं फिर सरकार के पास क्या जवाब

होगा। कोर्ट के दरवाजे खटखटाये जायेंगे।

यदि हम एलोपैथी चिकित्सा में एंटीबायोटिक के दुरुपयोग पर ही रोक लगा दे 90 प्रतिशत बाजार की हालत सुधर सकती है। सरकार यदि ब्रिज कोर्स के डॉक्टरों को एंटीबायोटिक के उपयोग के अधिकार पर ही रोक लगा दे और कड़ी से कड़ी सजा निश्चित कर दे तो सच्चाई सामने आ जायेगी।

आज गाँव गाँव में फैले मेडिकल स्टोर्स का संचालक जितनी औषधियों का ज्ञान रखता है उतना तो एलोपैथ को छोड़ अन्य पेशों का डॉक्टर भी नहीं रखता तो फिर पहली ऐसी पात्रता और कोर्स देश के समस्त फार्मासिस्ट को सरकार क्यों नहीं देती हर गाँव में इमरजेंसी सेवा उपलब्ध हो जाएगी। सरकार यदि एलोपैथी के डॉक्टरों को बढ़ावा ही देना चाहती है तो एक इंटरैक्टिव एजाम करवा लें किंतु बच्चे एलोपैथी चिकित्सा सेवा में प्रवेश लेना चाहते हैं और किंतु आयुर्वेद और होम्योपैथी में। यदि देश के 90 प्रतिशत का रुझान एलोपैथ की ओर है तो देश में मौजूद आयुर्वेद और होम्योपैथी के कॉलेजों को एलोपैथ चिकित्सा शिक्षा के कॉलेजों में बदल दे डॉक्टरों की कमी 5 साल में पूरी होने लग जायेगी। अभिप्राय यह है कि हम आयुष चिकित्सा सेवाओं के विकास पर ध्यान दें न कि उनका विकास अवरुद्ध करें। यही जनहित है।

प्रोडोमल लक्षण

प्रिटूरिटिव- सरदर्द, प्रकाश के प्रति सेंसिबिलिटी, फ्लू जैसे लक्षण बिना बुखार के खुजली, ट्रेनाग्लिंग, जलन, सेन्सेशन व दर्द, जो जगह बीमारी से ग्रसित है उस पर।

- त्वचा टेंडरनेस और हायरप इस्थीसिया से जुड़ जाती है।
- **रेशोज-** हमेशा यूनिटेट्रियल होते हैं और कभी भी बीच की लाइन पर नहीं करते।
- नजदीकी समूहों से प्रारंभ होते हैं और 12 से 24 घंटे में वेस्कूलर हो जाते हैं और 2-3 दिन में पुस्टलर हो जाते हैं।
- लिम्फोनोड्स टेंडर व बड़े हो जाते हैं।
- घाव सूख जाते हैं और 7 से 10 दिन में नष्ट हो जाते हैं। 2-3 सप्ताह में स्वतंत्र हो जाते हैं और सम्पूर्ण रूप से अच्छे होने के लिए मरीज अग्रसर हो जाता है।

साईट

सोरासिस क्षेत्र आम होता है जिसका अनुशरण सर्वोत्तम लुम्बोसेक्रेयल और केनिअल क्षेत्रों द्वारा किया जाता है।

डाइग्नोसिस (परीक्षण)

रेश होने से पूर्व जो दर्द महसूस हो रहा था। वह फ्लूरीसी के कारण मिस डायग्नोसिस हो सकता है, जैसे मायोकार्डियल संक्रमण, एपेंडिसाइटिस, छाले लिण्थिएसिस या माइग्रेन सरदर्द, किडनी स्टोन्स में।

अतिरिक्त लक्षण

- बुखार, चिल्स,
- सामान्य रूप में मालाइज महसूस होना।
- सरदर्द
- दिखने सम्बन्धी असामान्यताएं
- स्वाद सम्बन्धी असामान्यताएं

टेस्ट

- टीजैक स्मीयर टेस्ट स्किनबायोप्सी
- सम्पूर्ण ब्लड परीक्षण
- माइक्रोस्कोपिक परीक्षण
- वायरल कल्चर्स या विशेष एंटीबॉडी टेस्ट जैसे डीएफए आदि।

उपचार

- यदि माइल्ड है तो- बेडरेस्ट, एनालजेसिक एवं ट्रापीकल तैयारियाँ।
- एंटीवायरल ड्रग्स
- एंटी बायोटिक्स
- पोस्ट हेरेटिक न्यूरोलजिया का यह असंतोषजनक और लक्षणों से युक्त होता है।

बहु, पार्श्व, अस्मा, कक्षासु, कृष्णा स्पोहोटा संवेदन, फिक्ता प्रकोपा, सम्भूतम काकसम इति विनिर्दिशित।
एसएन 13-15
वेरीसोला व हर्पिज जोस्टर को आयुर्वेद मतानुसार शीतला व विस्फोट से समायोजित किया गया है।

शीतला

ज्वरा पूर्वा, वृहद स्योताहिनी शीतलता ब्रिहति भवेत्।
सप्ताहा निहस्सरति इशा समहत पूर्णता भवेत्।।
ततः जितिये सप्तेह सुश्रयति सखलाती त्वचम।
(व्याय.आर.)

विस्फोटका

अग्निग्धा निबाद्धा स्पहोतहा सजवादा रक्त पित्तना
क्रचित सर्वज्ञ वा देहे विस्फोटो इति समर्पहा।।

(एस.एन. 13/37)

प्रकार-

वात वातपित्त
कफ वातकफ
रक्ता जिदोषजा

उपचार- वातपित्त हसर, कुष्ठाहर, विसर्पहर।

ड्रग्स-

केनडेना	सारिवा	
देवदारु	गडुची	पंचतित्त
रसना	वचा	पंचवल्लक
उत्पला	यष्टिमधु	गैरिक
निम्बा	हरिद्रा	मंजुष्ठा आदि

परिशोका, कालका, चित्रा, तैल आदि।

इन पीएचएन- कुपीलू, वंगभस्म, सहासरपुत्री, अभ्रक भस्म 250 ग्राम, तथ्यादि लोह के साथ 250 एमजी टीआरडी 3-4 सप्ताह के लिए।

विसर्प

डॉ. नितिन उर्मलिया

व्याख्याता- अंगतंत्र विभाग, शा.स्व.

अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, इन्दौर

निदान - विसर्प के दो कारण हो सकते हैं-

- (1) **एक्सोजिनस** - कष्ट (घायल होना) और रक्त धातु बढ़ाने वाले आधार व विहार।
- (2) **इन्डोजिनीयस** - इसमें दोष, धातु, मल, स्रोत आदि आते हैं।

निम्न लिखित तत्व विसर्प के कारण होते हैं।

- ❖ **आहार** - इनका अधिक सेवन करना।
- ⇒ उष्णवीर्य (हट इन्डीग्रेंट)
- ⇒ कटु अम्ल, लवण, रस आदि।
- ⇒ विदाहि भोजन (जो जलन पैदा करे)।
- ❖ **अम्ल रसो का अधिक उपयोग जैसे -**
- ⇒ दही (अर्थात् खट्टी छाछ) मस्तु (दही के उपरी भाग का तरल)
- ⇒ सुरा (अल्कोहल वाला पेय) सोविरक (खट्टा ड्रिंक)
- ❖ प्रदूषित मद्य का अधिक सेवन, राग, अचार वे वस्तुएं जो गर्म अन्तर्घटकों से निर्मित की जाती हैं।
- ❖ हरित शाको का सेवन, कुचिका किलोटा (चीज) मडाका (कम जमा दही) संदाकी (एक प्रकार की शराब) और अन्य फर्मेंटेड ड्रिंको फूड, विशेषकर साऊथ इन्डियन खादय, वे भोजन जो उड़द से तैयार किये जाते हैं, तिल, कुलथा अधिक लहसुन और प्याज का उपयोग नहीं करें।
- ❖ जानवरों का मांस लेना, जो ग्राम्य, अनूप, साधारण मांस का सेवन।
- ❖ विरुद्ध आहार (वे आहार जिनके अंतर्घटक विपरीत हो) बासी, सड़ा हुआ और वे भोजन जिनके घटक असमान हो।

(2) विहार -

- ⇒ दिवा स्वप्न (दिन में सोना)
- ⇒ सूर्य की गर्मी में अधिक कार्य व अधिक शारीरिक श्रम।
- ⇒ **इंजुरिस**- घाव के कारण, फ्रेक्चर, कर्ष इंजुरिन, अविकर्षित अंगो का टूटना।
- ⇒ **पायजन्स (जहर)**- हवा का उपयोग, पानी, कपड़े खान, पान, इससे जहर निर्मित होना।
- ⇒ **विशिष्टेड ब्रेस्ट मिल्क** - जब ब्रेस्ट मिल्क दोषों से दूषित होता है तो वह कई कारणों से प्रभावित होता है इस दूषित दूध से विसर्प दोष विकसित होते हैं माँ के दूध में व बच्चे में।

(कश्यपा संहिता 10/15)

- ❖ **वेग धारण (होलिडिंग अर्जेक्ष)** - उल्टी होना भी विसर्प को बढ़ावा देती है। उल्टी अपने आप में एक कारक तत्व है रक्त को प्रदूषित करने का व विसर्पजक। सभी कारक शोफा के भी निदान के अंतर्गत लिए जा सकते हैं विसर्प हेतु शास्त्र योग में।

विसर्प का पूर्व रूप

- ⇒ लाल चकत्तों का होना
- ⇒ जलन महसूस होना
- ⇒ बखार
- ⇒ प्यास लगना
- ⇒ मधुर व शीत वस्तुओं हानि होना

रूप (लक्षण)

वातिक विसर्प - मरीज में वातज ज्वर के समान लक्षण का होना, हिलने



डुलने में दर्द, रोम हर्ष। (ए एन एन आई 13/47)

पैतिक विसर्प- पैतिक विसर्प जल्दी से फैलना है इस का रंग गहरा लाल होता है और मरीज पित्तज ज्वर के लक्षण दिखाता है।

- (1) ज्वर (बुखार)
- (2) प्यास
- (3) मूर्च्छा (बेहोशी)
- (4) छदी (उल्टी वामन)
- (5) अरोचकम (ऐनोरेक्सिया)
- (6) अंग भेदम (शरीर के दर्द से टूटना)
- (7) अति स्वेदम (अधिक पसीना आना)
- (8) अंतरदाह (शरीर में जलन होना)
- (9) प्रलापनम (चिल्लाना)
- (10) शिरोरूक (सिरदर्द)
- (11) चक्षुर कुलत्थव्म (आखों में दोष)
- (12) अस्वरम (अनिद्रा)
- (13) अरनि (सभी वस्तुओं से घृणा)
- (14) भ्रमम (संदेह)
- (15) हरिद्र मूत्र वर्चना
- (16) दाहम जलन
- (17) हरिद्रा दर्शनम

..... शेष अगले पृष्ठ पर।

विसर्प..... पृष्ठ 28 का शेष

कफज विसर्प (श्लेष्मिक)

कफज विसर्प मरीज समान दशाओ वाले लक्षण दर्शाता है जो कब्ज ज्वर के मामले में होते हैं।

- (1) शीत ज्वरम (कोष्ठफीवर)
- (2) गोखम (हेवी नेस)
- (3) तंद्रा (सूखापन)
- (4) निद्रा (अति नींद)
- (5) आरोचकर (ऐनोरेक्सिया)
- (6) अविपाकम
- (7) माधुरस्यात्वम (मीठा स्वाद)
- (8) आस्योपलेपम
- (9) प्रसेकम (स्पीटिंग ऑफ सालिवा)
- (10) छर्दी (वमन)
- (11) आलस्यम (सुस्ती)
- (12) स्तेमित्यम (टीमिडीटी)
- (13) अग्रिसादम (मन्दाग्रि)
- (14) दौर्बल्यम (कमजोरी)
- (15) कण्डू (खुजली)

घावों का फैलना

- वह जगह जहां विसर्प फैलता है, सूजन हल्के वर्ण के समान हो जाता है।
- इसमें सूजन युक्त और हल्के वर्ण युक्त हो जाती है। इसमें शून्यता, दृढ़ता, भारीपन व अल्पवेदना भी होती है।

सन्निपातिक विसर्प

इसमें उपरोक्त दोषों के अनुसार कारण व लक्षण हाते हैं।

बाह्य विसर्प (बाहरी विसर्प)

बाहरी विसर्प की विशेषताएं चिन्ह और लक्षण से सम्बन्धित जो दोषों के अनुरूप हैं।

अंतर विसर्पम - आंतरिक विसर्प

- मर्मोघातम - (बाईटल आर्गन अफेक्शन विशेष रूप से हृदय)
- सम्मोहन- (बेहोशी)
- स्रोतरोधम (सरकुलेशन चैनलों में अवरोध)
- तृष्णा (अधिक प्यास लगना)
- वेगवैषम्यम (प्राकृतिक वेगों का अनियमित होना)
- अग्नि बलेछ (अग्निमंद होना)

विसर्प से होने वाले उपद्रव

सभी प्रकार के विसर्प में त्वचा का फटना, बुखार, डायरिया, उल्टी, मोटापा, अरूचि, अजीर्ण आदि उपद्रव होते हैं।

साध्यता असाध्यता (प्रोग्नोसिस)

शरीर में दोषों की स्थिति और दोषों का प्रभाव एक महत्वपूर्ण तत्व है। सध्य असध्यता को निर्णित करने में -

यह लोकेशन पर आधारित है

- विसर्प स्थित है बाह्य मार्ग में शरीर के या बाह्य रूप में है तो यह उपचारित है।
- यदि विसर्प शरीर के आंतरिक भाग में स्थित है तो यह एक गंभीर स्थिति दर्शाता है जिसे उपचारित करना कठिन है।
- यदि विसर्प सम्पूर्ण शरीर में फैला हुआ है। तो यह एक असाध्य रोग है। जो ठीक नहीं किया जा सकता है।

असाध्य या अनुपचारित विसर्प की विशेषताएं

- यदि यह मजबूत कारणों द्वारा उत्पन्न किया गया है तो यह असाध्य माना जावेगा।
- यदि यह मर्म स्थानों में स्थित है तो यह मौत का कारण हो सकता है।

दोष आधारित साध्यता - असाध्यता

- एक मात्र दोष का होना- वातिक, पित्तज, कफज, विसर्प सभी ठीक होने योग्य या उपचारित होते हैं।
- दो दोषों का समाहित होना- उपचारित करने में कठिन।
- तीन दोषों का समाहित होना- सान्निपातिक प्रकार का विसर्प जो अनुपचारित है।

विभिन्न प्रकार के निदान (सापेक्ष निदान)

विसर्प	कुष्ठ
वातिक विसर्प	कपाला
पित्तज विसर्प	अदुम्बरा
कफज विसर्प	मंडाला, विचर्चिका
अग्नि विसर्प (वी पी)	रिष्य जिव्य
ग्रंथि विसर्प (के.वी)	सिधमा, एका कुष्ठ अलासका, चर्माख्या, किटिभ विपादिका
कर्म विसर्प	पुंडरिका, ददु, चर्मण्डाल, पाम, विस्फोटक, शातारु
त्रिदोषक विसर्प	काकणक

विसर्प का उपचार सिद्धांत

विसर्प की चिकित्सा निम्न सिद्धांतों पर आधारित है -

- क्लेदा निरहरण श्रोतोशोधन- यहां शोधन चिकित्सा को अधिक महत्व है विशेष रूप में विरेचन।
- रक्त मोक्षण- यह रक्त परिदोषज रोगों में चयनित उपचार है।
- क्लेदोजनन प्रक्रिया को बंद कर देना चाहिए।
- अग्नि को संतुलित होना चाहिए।
- शमन चिकित्सा जैसे लेपन की जानी चाहिए।
- धातु पुष्टिकरण चिकित्सा- रसायन चिकित्सा की जानी चाहिए।
- कुष्ठ, विस्फोट, मसूरिक, शोथ के चिकित्सा सिद्धांतों का अनुशरण किया जाना चाहिए यदि विसर्प का उपचार करना है तो।

चर्म रोग में विरुद्ध आहार

चर्म रोगों के अनेक कारण हैं कुछ प्रमुख कारण हैं वातावरण (जलवायु), खाद्य पदार्थ और पीने का पानी। इसमें विरुद्धाहार का भी बड़ा योगदान है। आओ जाने क्या है विरुद्धाहार। खाद्य और पेय पदार्थों में सावधानी जरूरी है। सोशल मीडिया के आयुर्वेद ग्रुप से प्राप्त एक संकलन आपके लिए उपयोगी हो

विरुद्धाहार के कुछ उदाहरण- कभी-कभी सब प्रकार से रुचिकार दिखने वाला भोजन भी शरीर का संतुलन बिगाड़ देता है। हमारे भोजन में 9 गुण होते हैं। जिस भोजन में इन गुणों का अवरोध या विरोध पाया जाए तो उसे विरुद्धाहार कहा जाता है।

भोजन के नौ गुण- हमारे भोजन में यदि इन नौ गुणों (वर्ण, प्रसाद, सुखम, संतुष्टि, सौस्वरयम, पुष्टि, प्रतिभा, मेध, बल) का समन्वय, सामंजस्य और पूर्ति हो तो एक संतुलित आहार बनता है। ये देखने और खाने में रुचिकार, पाचक और पुष्टिवर्धक होता है।

भोजन निम्न प्रकार से विरुद्ध हो सकता है

देश विरुद्ध- सूखे या तीखे पदार्थों का सेवन सूखे स्थान पर करना अथवा दलदली जगह में चिकनाई -युक्त भोजन का सेवन करना।

काल विरुद्ध- ठंड में सूखी और ठंडी वस्तुएँ खाना और गर्मी के दिनों में तीखी कशाय भोजन का सेवन।

अग्नि विरुद्ध- यदि जठराग्नि मध्यम हो और व्यक्ति गरिष्ठ भोजन खाए तो इसे अग्नि विरुद्ध आहार कहा जाता है।

मात्रा विरुद्ध- यदि घी और शहद बराबर मात्रा में लिया जाए तो ये हानिकारक होता है।

सात्म्य विरुद्ध- नमकीन भोजन खाने की प्रवृत्ति रखने वाले मनुष्य को मीठा रसीले पदार्थ खाने पड़ें।

दोष विरुद्ध- वो औषधि, भोजन का प्रयोग करना जो व्यक्ति के दोष के को बढ़ाने वाला हो और उनकी प्रकृति के विरुद्ध हो।

संस्कार विरुद्ध- कई प्रकार के भोजन को अनुचित ढंग से पकाया जाए तो वह विषमई बन जाता है। दही अथवा शहद को अगर गर्म कर लिया जाए तो ये पुष्टि दायक होने की जगह घातक विषैले बन जाते हैं।

कोष्ठ विरुद्ध- जिस व्यक्ति को कोष्ठबद्धता हो, यदि उसे हल्का, थोड़ी मात्रा में और कम मल बनाने वाला भोजन दिया जाए या इसके विपरीत शिथिल गुदा वाले व्यक्ति को अधिक गरिष्ठ और ज़्यादा मल बनाने वाला भोजन देना कोष्ठ-विरुद्ध आहार है।

वीर्य विरुद्ध- जिन चीजों की तासीर गर्म होती है उन्हें ठंडी तासीर की चीजों के साथ लेना।

अवस्था विरुद्ध- थकावट के बाद वात बढ़ने वाला भोजन लेना अवस्था विरुद्ध आहार है।

क्रम विरुद्ध- यदि व्यक्ति भोजन का सेवन पेट साँफ होने से पहले करे अथवा जब उसे भूख ना लगी हो अथवा जब अत्यधिक भूख लगने से भूख मर गई हो।

परिहार विरुद्ध- जो चीजें व्यक्ति को वैद्य के अनुसार नहीं खानी चाहिए, उन्हें खाना-जैसे कि जिन लोगों को दूध ना पचता हो, वे दूध से निर्मित पदार्थों का सेवन करें।

उपचार विरुद्ध- किसी विशिष्ट उपचार-विधि में अपथ्य (ना खाने योग्य) का सेवन करना। जैसे घी खाने के बाद ठंडी चीजें खाना (स्नेहन क्रिया में लिया गया घृत)।

पाक विरुद्ध- यदि भोजन पकाने वाली अग्नि बहुत कम ईंधन से बनाई जाए जिस से खाना अधपका रह जाए अथवा या कहीं कहीं से जल जाए।

संयोग विरुद्ध- दूध के साथ अम्लीय पदार्थों का सेवन।

हृदय विरुद्ध- जो भोजन रुचिकार ना लगे उसे खाना।

समपद विरुद्ध- यदि अधिक विशुद्ध भोजन को खाया जाए तो यह समपाद विरुद्ध आहार है। इस प्रकार के भोजन से पौष्टिकता विलुप्त हो जाती है। शुद्धीकरण या रेफाईनिंग करने की प्रक्रिया में पोषाक गुण भी निकल जाते हैं।

विधि विरुद्ध- सार्वजनिक स्थान पर बैठकर भोजन खाना।

विरुद्धाहार के कुछ उदाहरण

- इस प्रकार के भोजन के सेवन से अनेक प्रकार के चर्म रोग, पेट में तकलीफ, खून की कमी (अनेमिया), शरीर पर सफेद चकते, पुंसत्व का नाश इस प्रकार के रोग हो जाते हैं।
- दूध के साथ फल खाना।

- दूध के साथ खट्टे अम्लीय पदार्थ का सेवन।
- दूध के साथ नमक वाले पदार्थ भी नहीं खाने चाहिए।
- गेहूँ को तिल तेल में पकाना।
- दही, शहद अथवा मदिरा के बाद गर्म पदार्थों का सेवन।
- केले के साथ दही या लस्सी लेना।
- ताम्र चूड़ामणि (चंद्रशेखरदण्ड) के साथ दही का सेवन।
- तांबे के बर्तन में घी रखना।
- मूली के साथ गुड़ खाना।
- मछली के साथ गुड़ लेना।
- तिल के साथ कांजी का सेवन।
- शहद को कभी भी पकाना नहीं चाहिए।
- चाय के बाद ठंडे पानी का सेवन करना।
- फल और सलाद के साथ दूध का सेवन करना।
- खाने के एकदम बाद चाय पीना (इससे शरीर में आइरन की कमी आ जाती है)।
- उड़द की दाल के साथ दही या तुअर की दाल का सेवन करना। (दही-वड़े वास्तव में विरुद्धाहार हैं)।
- सलाद का सेवन मुख्य भोजन के बाद करना। ऐसा करने से सलाद को पचना शरीर के लिए मुश्किल हो जाता है और गैस तथा एसिडिटी की समस्या उत्पन्न हो जाती है।

एक दूसरे के कुछ विपरीत आहार

जिन पदार्थों का सेवन करने से रोग उत्पन्न होने की सम्भावना होती है। जिस प्रकार पौष्टिक आहार खाने से स्वास्थ्य की रक्षा होती है और रोग दूर होते हैं। उसी तरह कुपौष्टिक आहार खाने से अनेक प्रकार के रोगों का बुरा असर हमारे शरीर पर पड़ता है। प्रकृति में कुछ खाद्य पदार्थ से होते हैं जो बीमारियों का कारण होती हैं। और कुछ पदार्थ से होते हैं जो अनेक गुणों का खजाना होता है। जिसके प्रयोग से शरीर की पुष्टि सही तरह से होती है। परन्तु जब इन्हीं गुणकारी खाद्य पदार्थों का सेवन किसी और खाद्य पदार्थ में मिलाकर किया जाए तो इससे हमारे शरीर को नुकसान होता है और अनेक प्रकार के रोग उत्पन्न हो जाते हैं। ये विरुद्धाहार कहलाते हैं। विरुद्धाहार का लगातार सेवन करने से शरीर पर धीरे-धीरे कुप्रभाव डालते हैं। इसके प्रयोग से अलग-अलग प्रकार के रोग हो जाते हैं।

एक दूसरे के विपरीत आहार इस प्रकार के होते हैं। जिसे हम विरुद्धाहार या विरुद्ध आहार भी कहते हैं जैसे-

दूध के साथ- दही, मूली, मूली के पत्ते, खट्टे पदार्थ, नमक, कच्चे सलाद, इमली, खरबूजा, बेलफल नारियल, आवला, निम्बू का रस व मौसंबी संतरा जूस, बड़हल, जामुन कैथ, कुल्थी, तिलकुट, गलगल तोरई, अनार, आंवला वनक सत्तू, अन्य प्रकार के खट्टे फल मछली आदि का सेवन स्वास्थ्य के लिए नुकसानदेह है।

दही के साथ- दूध व दूध से बने मीठे व्यंजनों का सेवन, पनीर, खीर, गर्म पदार्थ, गर्म भोजन, खरबूजा व अन्य विपरीत आहार, खीरा, ताड़ का फल आदि का सेवन नहीं करना चाहिए।

खीर के साथ- दही, लस्सी, निम्बू, कटहल, जामुन, शराब, संतरा व सत्तू आदि कुछ पदार्थों का सेवन स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है। शहद के साथ घी, काकमाची, बारिश का पानी, तेल वसा, अंगूर, मूली कमल का बीज, गर्म पानी, गर्म दूध, शर्करा से बना शरबत, और खजूर से बनी मदिरा आदि पदार्थों का सेवन भी नहीं करना चाहिए। गुनगुना पानी ले सकते हैं।

शीतल जल के साथ- अमरुद, खीरा, ककड़ी, खरबूजा, मूंगफली, चिलगोजा, तेल और घी का सेवन नहीं करना चाहिए।

गर्म पेय पदार्थ और गर्म पानी के साथ- शहद, कुल्फी, आइसक्रीम इत्यादि का सेवन विरुद्ध है। कुछ अन्य ठण्डे पदार्थों का सेवन हमारे शरीर के लिए नुकसानदेह है।

घी के साथ- शहद और ठण्डे पानी को कभी भी घी में मिलाकर नहीं खाना चाहिए। यह शरीर के लिए हानिकारक सिद्ध हो सकती है।

खरबूजे के साथ- दही, दूध, मूली के पत्ते, लहसुन और पानी पीने से हमारा स्वास्थ्य बिगड़ सकता है।

“चिकित्सा संसार पारमार्थिक, सांस्कृतिक एवं सामाजिक न्यास से जुड़कर नरसेवा नारायण सेवा को सार्थक करें”

चर्म रोग – प्राकृतिक एवं घरेलू उपचार

हमारे शरीर की त्वचा मुख्य रूप से मल-निष्कासक अंगों के अन्तर्गत आती है। त्वचा के माध्यम से प्रतिदिन पसीने के रूप में हमारे शरीर की अधिकांश गंदगी बाहर निकलती रहती है। जब तक हमारी त्वचा स्वस्थ रहती है तब तक शरीर के अन्दर किसी भी प्रकार की गंदगी नहीं रहती है। लेकिन जब किसी कारण से यह अस्वस्थ हो जाती है तब इसके छिद्र बंद हो जाते हैं या शरीर में गंदगी का भार इतना अधिक बढ़ जाता है कि वह इस अंग द्वारा बाहर नहीं निकल पाती तो प्रकृति शरीर को मल-भार से मुक्त करने के लिए बहुत से रोग उत्पन्न कर देती है। जिससे यह गंदगी शरीर के बाहर निकलने लगती है। ये रोग इस प्रकार हैं- खाज-खुजली, दाद, फोड़े-फुन्सियां, उकवात, पामा, छाजन, कुष्ठ, चेचक तथा कण्ठमाला आदि। ये सभी चर्म रोग होते हैं।

चर्म रोग के लक्षण

इस रोग से पीड़ित रोगी की त्वचा पर सूजन हो जाती है तथा उसके फोड़े-फुन्सियां निकलने लगती हैं। रोगी व्यक्ति को खुजली तथा दाद हो जाता है और उसके शरीर पर छोटे-छोटे लाल या पीले दाने निकल आते हैं।

चर्म रोग होने का कारण

- ✓ चर्म रोग होने का सबसे प्रमुख कारण शरीर में दूषित द्रव्य का जमा हो जाना होता है।
- ✓ चर्म रोग कभी भी स्थानीय नहीं होते हैं बल्कि अन्य रोगों की तरह ही यह शरीर के अन्दर खराबी और गंदगी के कारण होते हैं।
- ✓ चर्म रोग भूख से अधिक भोजन करने, संतुलित भोजन न करने, उचित तथा नियमित व्यायाम न करने, आराम न करने, अच्छी तरह से नींद न लेने के कारण होता है।
- ✓ चाय-कॉफी तथा नशीली वस्तुओं का अधिक सेवन करने के कारण भी यह रोग हो सकता है।
- ✓ दूषित भोजन का सेवन करने के कारण भी चर्म रोग हो जाते हैं।
- ✓ कब्ज, सिर में दर्द, पेचिश आदि अन्य रोगों के कारण भी चर्म रोग हो सकते हैं।
- ✓ अधिक गर्म तथा ठंडे मौसम के कारण भी चर्म रोग हो जाते हैं।
- ✓ पाचन क्रिया तथा यकृत में खराबी आ जाने के कारण चर्म रोग हो जाते हैं।
- ✓ जिस व्यक्ति के पेट में कीड़े होते हैं उसे भी चर्म रोग हो जाते हैं।
- ✓ शरीर की अच्छी तरह से सफाई न करने के कारण भी चर्म रोग हो जाते हैं।
- ✓ गीले वस्त्र तथा अधिक गर्म वस्त्र पहनने के कारण भी चर्म रोग हो जाते हैं।
- ✓ मानसिक तनाव चिंता के कारण भी चर्म रोग हो सकते हैं।
- ✓ रोगी व्यक्ति के वस्त्रों को पहनने तथा उसके द्वारा इस्तेमाल की गई चीजों का उपयोग करने से भी चर्म रोग हो जाते हैं।

चर्म रोग का प्राकृतिक चिकित्सा से उपचार

- ✓ इस रोग से पीड़ित रोगी को कम से कम 7 दिनों तक गाजर, ककड़ी, पालक, गाजर, पत्तागोभी, सफेद पेठा आदि फलों का रस पीना चाहिए और उपवास रखना चाहिए। फिर कुछ दिनों तक बिना पका हुआ भोजन जैसे-सलाद, अंकुरित खाद्य-पदार्थों का सेवन करना चाहिए।
- ✓ करेले के रस में नींबू का रस मिलाकर पीने से कुछ ही दिनों में चर्म रोग ठीक हो जाते हैं।



- ✓ मेथीदाना को पानी में कम से कम 10 घण्टे तक भिगोकर रख लें। इस पानी को सुबह के समय में प्रतिदिन पीने से कुछ ही दिनों में चर्म रोग ठीक हो जाते हैं।
- ✓ प्रतिदिन सुबह के समय में तुलसी की पत्तियां तथा अंजीर खाने से चर्म रोग ठीक हो जाते हैं।
- ✓ नीम की पत्तियों को पानी में उबालकर उस पानी से स्नान करें तथा नीम के पानी से एनिमा क्रिया करें। इस प्रकार से प्रतिदिन उपचार करने से चर्म रोग ठीक हो जाते हैं।
- ✓ चर्म रोग से पीड़ित रोगी को प्रतिदिन कुंजल तथा शंख प्रक्षालन क्रिया करनी चाहिए। इसके साथ-साथ कुछ आसन तथा यौगिक क्रिया करने से भी रोगी को बहुत अधिक लाभ मिलता है।
- ✓ इस रोग को ठीक करने के लिए कई प्रकार के आसन तथा यौगिक क्रियाएं हैं जिन्हें प्राकृतिक चिकित्सा से उपचार करने के साथ-साथ करने से चर्म रोग जल्दी ही ठीक हो जाते हैं। ये आसन तथा यौगिक क्रियाएं इस प्रकार हैं- सर्वांगासन, मत्स्यासन, सूर्य नमस्कार, योगनिद्रा, पश्चिमोत्तानासन, जालंधर, उड्डियान बंध, शीतली, कपालभाति तथा नाडीशोधन, भस्त्रिका आदि।
- ✓ प्रतिदिन सूर्य तप्त हरी बोतल का पानी पीने तथा उसका तेल त्वचा पर लगाने से चर्म रोग जल्दी ही ठीक हो जाते हैं।
- ✓ यदि रोगी व्यक्ति खाज पर तुलसी का रस या फिर नींबू का रस लगाए तो उसे बहुत अधिक लाभ मिलता है जिसके फलस्वरूप खाज ठीक हो जाती है।
- ✓ नींबू के रस को नारियल के तेल में मिलाकर प्रतिदिन त्वचा पर लगाने से कई प्रकार के चर्म रोग ठीक हो जाते हैं।
- ✓ नारियल के तेल में कपूर मिलाकर दाद या खाज पर लगाने से लाभ होता है।
- ✓ दाद तथा खाज पर पुदीने का रस लगाने से ये जल्दी ही ठीक हो जाते हैं।
- ✓ दाद पर गर्म ठंडा सेंक करके मिट्टी की पट्टी लगाने से दाद ठीक हो जाता है।
- ✓ मससे पर कच्चा आलू या कच्चा प्याज काटकर 2 सप्ताह तक दिन में 4 बार लगाने से लाभ होता है।
- ✓ यदि किसी व्यक्ति को फोड़ा हो गया है तो उस पर पान का पत्ता गर्म करके या फिर अरन्डी का तेल लगाकर रात भर किसी पट्टी से बांध लें। इससे फोड़ा जल्दी पककर फूट जाएगा तथा उसके अन्दर की मवाद बाहर आ जाएगी और कुछ ही दिनों में फोड़ा ठीक हो जाएगा।
- ✓ फोड़े पर हल्दी का लेप लगाने या फिर नमक मिले पानी से फोड़े को धोने से फोड़ा पककर फूट जाता है और जल्दी ही ठीक हो जाता है।
- ✓ फोड़े के ऊपर बर्फ बांधने से फोड़े का दर्द तथा सूजन कम हो जाती है। फोड़े की सिंकाई करके उस पर मिट्टी लेप करने से भी दर्द में आराम मिलता है।
- ✓ यदि चेहरे पर किसी प्रकार के फोड़े या फुन्सियां हैं तो तुलसी की कुछ पत्तियों को पानी में उबालकर इस पानी से चेहरे को धोएं। इस क्रिया को दिन में कम से कम 3 बार करने से चेहरे के फोड़े-फुन्सियां ठीक हो जाती हैं।

.....शेष अगले पृष्ठ पर।

चर्मरोग - प्राकृतिक..... पिछले पृष्ठ का शेष।

- ✓ 2 बड़े चम्मच अजवायन को पीसकर चूर्ण बना लें और फिर इसे दही में मिलाकर पेस्ट बना लें। इस पेस्ट को सोते समय चेहरे पर लगा लें और सुबह के समय में गुनगुने पानी से चेहरे को धो लें, इससे चेहरे के फोड़े-फुंसियां तथा मुहांसे ठीक हो जाते हैं।
- ✓ इस रोग से पीड़ित व्यक्ति को तेल, खटाई, मसालेदार, नशीली चीजों आदि अम्लकारक खाद्य-पदार्थों का सेवन नहीं करना चाहिए क्योंकि इससे चर्म रोग और बढ़ने लगते हैं।
- ✓ चर्म रोग से पीड़ित रोगी को धूप में बैठकर अपने शरीर पर शुद्ध सरसों के तेल की मालिश करनी चाहिए और उसके बाद रगड़-रगड़ कर ठंडे पानी से स्नान करना चाहिए। इस प्रकार से प्रतिदिन उपचार करने से यह रोग कुछ ही दिनों में ठीक हो जाता है।
- ✓ चर्म रोग के होने का सबसे प्रमुख कारण पेट के रोग है इसलिए इस रोग का उपचार करने के लिए रोगी व्यक्ति को सादा और बिना चिकनाई वाले भोजन का सेवन करना चाहिए। इसके बाद चेहरे के मुहांसों का प्राकृतिक चिकित्सा से उपचार करना चाहिए।
- ✓ चोकर सहित आटे की रोटी, दही और मटु आदि का सेवन करने से चर्म रोग से पीड़ित व्यक्ति को बहुत अधिक लाभ मिलता है।
- ✓ चर्म रोग से पीड़ित रोगी को कुछ दिनों तक प्रतिदिन 1-2 बार पेड़ पर गीली मिट्टी की पट्टी का आधे-आधे घण्टे तक लेप करना चाहिए। यदि रोगी को कब्ज हो तो कब्ज को दूर करने के लिए प्राकृतिक चिकित्सा से इलाज करना चाहिए तथा 24 घण्टे में एक बार एनिमा लेना चाहिए।
- ✓ किसी चौड़े मुंह वाले बर्तन में पानी भरकर, इसे आग पर उबलने के लिए रख दें। जब भाप निकलने लगे तो आग से बर्तन को उतार लें और लगभग 15 मिनट तक चेहरे पर भाप लें। इसके बाद मुलायम तौलिया से चेहरे को धीरे-धीरे रगड़कर साफ कर लें। इसके बाद ठंडे पानी से चेहरे को धो लें। इस प्रकार की क्रिया प्रतिदिन करने से चर्म रोग ठीक हो जाते हैं।
- ✓ संतरे का छिलका पानी में पीसकर दिन में 3 बार चेहरे पर मलने से चेहरा साफ हो जाता है।
- ✓ दही में काली चिकनी मिट्टी को मिलाकर लेप बना लें। इस लेप को रात के समय में चेहरे पर लगाकर सो जाएं। फिर इसके बाद सुबह के समय में उठकर चेहरे को धो लें। इस प्रकार से यह क्रिया कुछ दिनों तक करने से चर्म रोग जल्दी ठीक हो जाते हैं।
- ✓ चर्म रोग से पीड़ित रोगी को आसमानी रंग की बोतल का सूर्यतप्त जल 20 मिलीलीटर की प्रति मात्रा में प्रतिदिन 6 से 7 बार पीने तथा शरीर के रोगग्रस्त भाग पर हरे रंग का प्रकाश दिन में 25 मिनट तक डालने से यह रोग कुछ ही दिनों में ठीक हो जाता है।

जानकारी

- ✓ चर्म रोग से पीड़ित रोगी को अपने भोजन में नमक का सेवन नहीं करना चाहिए।
- ✓ चर्म रोग से पीड़ित रोगी को चीनी, रिफाइंड में बने खाद्य पदार्थ, चाय, कॉफी आदि का सेवन नहीं करना चाहिए।
- ✓ चर्म रोग से पीड़ित रोगी को एक बात का ध्यान रखना चाहिए कि उसका मूत्र साफ होता रहे, त्वचा से पसीना निकलता रहे, फेफड़े ठीक काम करते रहें और पेट में कब्ज न होने पाए।

हमारा भोजन और किचन



किचन में अनेक छोटी छोटी बातें हमारे स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण हो सकती हैं।

- ⊙ तुलसी, पुदिना, कड़ी पत्ता, अदरक और लहसुन, प्याज, खीरा (ककड़ी), नीबू बहुत ही सरलता से उपलब्ध है इनका उपयोग पर्याप्त मात्रा में करें। ये अनेक रोगों जैसे कैंसर, हृदय रोग, मोटापा आदि में आपकी सुरक्षा के कवच हैं।
- ⊙ शूगर और खाद्य आयल का प्रयोग सावधानी से करें। मुंगफली, सरसो, नारियल, तिखी के तेल ही उपयोगी हैं। फिल्टर आयल का प्रयोग न करें या वे सभी आइल जिनको केमिकल द्वारा साफ किया जाता है खाद्य योग्य नहीं है। सुगर के बजाय आर्गैनिक गुड़ को अपनी जीवनशैली का हिस्सा बनायें।
- ⊙ बाजार के नमकीन में खस्तापन हेतु अधिकांशतः वाशिंग पावडर या सोडा का प्रयोग किया जाता है जो हानिकारक है। मिठाइयों में अनेक प्रकार के रंग आकर्षक दिखने के लिए प्रयोग किये जाते हैं। हर रंग खाद्य मानकों पर खरा नहीं होता अतएव रंग वाली मिठाइयों / खाद्यों से दूर ही रहें।
- ⊙ माइक्रोवेव का प्रयोग कम से कम करें। माइक्रोवेव में खाना गर्म करने हेतु प्लास्टिक के कंटेनर का प्रयोग कभी न करें। यह कैंसर का कारक है। गर्म भोजन/ खाद्य सामग्री ले जाने के लिए प्लास्टिक कंटेनर का प्रयोग न करें।
- ⊙ पीने के पानी के स्टोरेज हेतु मटके या तांबे, पीतल, स्टील के बर्तनों का उपयोग करें। प्लास्टिक के कंटेनर/ सामग्री का प्रयोग न करें।
- ⊙ खाद्य सामग्री ताजा हो इसका ध्यान रखें खाद्य सामग्री को लंबे समय तक सुरक्षित रखने वाले प्रिजर्वेटिव ऐसे उपयोग में लें जो सुरक्षित हों।
- ⊙ हर खाद्य वस्तु सब्जियाँ अनाज आदि जिसे धो सकते हैं उसे धोकर ही उपयोग करें।
- ⊙ किचन की शान है हल्दी, अजवाइन, जीरा, तेज पत्ता आदि मसाले। हल्दी तो प्राकृतिक एंटीबायोटिक है।
- ⊙ घर पर बनाया फूड बाजार के 5 से 7 स्टार होटल के फूड से ज्यादा गुणवत्ता वाला है यह मानसिकता विकसित करें।

जीवनशैली में बदलाव के लिए हमारे मधुमेह जाग्रति अभियान से जुड़ें। बने रहिये हमारे साथ।

अशोक खण्डेलवाल, संपादक

“चिकित्सा संसार पारमार्थिक, सांस्कृतिक एवं सामाजिक न्यास से जुड़कर नरसेवा नारायण सेवा को सार्थक करें”