జిమ్స్ ఆయుర్వేదాలయం

సోరియాసిస్‌కి శాశ్వత పరిష్కారం ఆయుర్వేదం

శ్రీమాన్ డా. జి. హరికృష్ణ, బి.ఏ. ఎమ్.ఎస్
శ్రీరామనగరం, సెల్ : 9989219991

సోరియాసిస్ చర్మవ్యాధులలో అతిగా బాధించే వ్యాధి. దీని ముఖ్యకారణం విరుద్ధాహారం మరియు అనుచిత ఆహార విహారములు అని చెప్పవచ్చు. మన పూర్వీకులు చెప్పిన సంప్రదాయాలు ఆచరణలో ఉన్నంత వరకు ఎలాంటి వ్యాధులూ చోటుచేసుకోలేదు. ఎప్పుడైతే ఆధునిక పోకడలవల్ల వచ్చిన ఆహారపు అలవాట్లు వచ్చాయెా మొదటికే మోసం తెస్తున్నాయి.

మన ఆయుర్వేదంలో వ్యాధుల నివారణ కంటే ప్రధానంగా ఏ సమయంలో ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలి, ఎలాంటివి తీసుకో కూడదు. ఎలాంటివి చేయాలి, ఎలాంటి పనులు చేయకూడదు అనే దినచర్యలు మరియు ఋతుచర్యలు సవివరంగా పేర్కొనబడినాయి. అవి పాటిస్తే ఖచ్చితంగా సంపూర్ణ ఆరోగ్య వంతులుగా ఉంటారు.

ప్రస్తుతకాలంలో అలాంటివి పాటించక విరుద్ధమైన, ప్రమాదకరమైన మరియు కలుషితమైన ఆహారం తీసుకొనడంవల్ల ఇలాంటి వ్యాధులు పరిణమిస్తున్నాయి. వీటిని ఆదిలోనే పసికట్టి నివారణ చికిత్సలు చేసినట్లైతే చాలా వరకు నియంత్రించవచ్చు.

సోరియాసిస్ వ్యాధికి ఆయుర్వేదం సరి అయిన చికిత్సగా చెప్పబడింది. ఎందుకంటే వేరే చికిత్సలు దీని లక్షణాలను మాత్రమే అణచి వేయడానికి ప్రయత్నిస్తుండగా ఆయుర్వేద పంచకర్మ చికిత్సలు దీనియొక్క మూల కారణమైన దోషాలను సమూలంగా తీసివేస్తున్నది. ఈ వ్యాధి పునరావృతం అవకుండా నివారిస్తున్నది. కాబట్టి ఆయుర్వేదమే దీనికి సంపూర్ణమైన మరియు సురక్షితమైన చికిత్సామార్గం.

లక్షణాలు

సోరియాసిస్ ఒకరినుండి ఒకరికి సోకే వ్యాధి కాదు. కాని చిరకాలవ్యాధి. ఇది చర్మాన్నే కాక, చిన్న మరియు పెద్ద కీళ్ళని బాధిస్తుంది. చర్మంపై పొలుసులుగా వ్రాలడం, ఎరుపు రంగులోకి మారడం మరియు వాపు దీని ముఖ్య లక్షణాలు.

తీక్షణమైన దురదవల్ల చర్మంనుండి రక్తం కారడం, మందంగా ఎర్రటి మండలాలుగా ఏర్పడి, పొలుసులుగా రాలుతూ వ్యాప్తిచెందును. తలభాగము, మోచేతులు, మోకాళ్ళు, వీపు తరచుగా సోరియాసిస్ కనిపించే భాగాలు.

- ➢ చర్మంపై మంటలు
- ➢ తీవ్రమైన దురద
- ➢ ఎత్తైన చీముకారు కురుపులు
- ➢ చర్మం పొడిబారుట
- ➢ చర్మంపై రక్తవర్ణపు మండలాలు
- ➢ చర్మంపై వాపు, నొప్పి
- ➢ కీళ్ళ నొప్పులు
- ➢ మానసిక ఆందోళన

చాలావరకు సోరియాసిస్ లక్షణాలను ఆలస్యంగా కనబరచును. కాబట్టి పైవాటిలో ఏ ఒక్కటి కనిపించినా జాగ్రత్తగా ఉండి త్వరిత గతిన చికిత్స తీసుకోవడం మంచిది. లేనిచో అది శరీరంలో వివిధ అవయవాలపై చెడుప్రభావం చూపి, అన్యరకాల వ్యాధులకు కారణమగును.

కారణాలు

సోరియాసిస్‌కి చాలా కారణాలు ఉన్నప్పటికీ ఋతుచర్యలో పాటించవలసిన ఆహార నియమాలు చాలా ముఖ్యమైనవి. కుటుంబ పారంపర్యం కూడా చాలా వరకు కారణంగా చెప్పబడుతుంది. తల్లిదండ్రుల నుండి 50 శాతం పిల్లలకు సోరియాసిస్ సంక్రమించినట్లు ఒక పరిశోధలో వెల్లడైంది.సంక్రమణను కొంతవరకు ఆయుర్వేదం ద్వారా నియంత్రించడం సాధ్యమేనని మన శాస్త్రాలు చెబుతున్నాయి.

1. విరుద్ధ ఆహారవిహారములు - ఉదాహరణలు

- ➢ చేప, పాలు కలిపి తినడం.
- ➢ నెయ్యి, తేనె సమభాగాలుగా తీసుకోవడం.
- ➢ ఎండలోనుండి వచ్చినవెంటనే చల్లటి నీళ్ళు త్రాగడం.
- ➢ వేడినీళ్ళు, తేనె వెంటవెంటనే పుచ్చుకోవడం
- ➢ శక్తికిమించిన శ్రమచేయడం

2. వంశపారంపర్యము
3. రోగనిరోధక శక్తి తగ్గడం
4. గాయాలకు సరైన చికిత్స చేయకపోవడం

సేవచేయడానికి డబ్బుంటే చాలదు. స్వచ్ఛమైన మనస్సు కావాలి.
సమర్పణ : సిరి ఇన్‌ఫ్రా, శ్రీకన్‌స్ట్రక్షన్స్, బిల్డర్స్ & డెవలపర్స్, కూకట్‌పల్లి, హైదరాబాద్.

5. కొన్ని చర్మసౌందర్య ఉపకరణాలు ఎక్కువగా వాడటం
6. అలర్జీకోసం వాడే కొన్నిమందులు
7. మద్యం, ధూమపానం
8. మానసిక ఒత్తిడి
9. మనస్సుని తీవ్రంగా బాధించే సంఘటనలు
10. పర్యావరణ కాలుష్యం.

నివారణ

ఋతువులు మారుతున్న సమయంలో ఆహారపు అలవాట్లను నెమ్మదిగా మారుస్తూ కాలనికి అనుగుణంగా పాటించడంవల్ల మన రోగనిరోధకశక్తి, జఠరాగ్ని మరియు మానసిక సమతౌల్యము బాగుంటాయి. దీనివల్ల కాలాను గుణంగా వచ్చే వ్యాధులు నివారించ బడతాయి. కాబట్టి సోరియాసిస్ రాకుండా పైన చెప్పిన కారణాలను విసర్జించి దినచర్య, ఋతుచర్యలను పాటిస్తూ ఉంటే ఇలాంటి వ్యాధులు రాకుండా నివారించవచ్చు.

చికిత్స

ఆయుర్వేదం ప్రకారం సోరియాసిస్‌ని కిటిభ లేదా ఏకకుష్టంగా పరిగణించవచ్చు. ఇందులో ముఖ్యంగా వాత కఫ దోషములు దూషితమై రక్తధాతువు యొక్క ఉపధాతువులైన లసిక చర్మధాతువులలో రోగసంప్రాప్తి కలిగి ఈ వ్యాధి సంభవిస్తున్నది. ఇది కాలక్రమేణ దీర్ఘకాలంలో మిగతా ధాతువులును కూడా ప్రభావితం చేసి కీళ్ళవాతం, గుండెజబ్బులు మరియు మానసిక వ్యాధులకు కూడా దారితీస్తోంది.

ఆధునిక వైద్యవిధానం ప్రకారం వంశపారంపర్యంగా కాని, వేరే కారణాలవల్ల కాని రోగనిరోధక శక్తి మందగించి కణాలు దూషితమై, కణవిభజన ఉధృతంగా పెరిగి చర్మంపై మందమైన పొలుసులుగా రాలి, రక్తస్రావం జరిగి, సోరియాసిస్ వ్యాధి సంభవిస్తున్నది. దీనికి ముఖ్యంగా రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే చికిత్సలు లాభవంతంగా ఉన్నవి.

ఆయుర్వేదంలో సోరియాసిస్ శమన, శోధన చికిత్సలుగా చేయబడుతున్నది.

శమన చికిత్స :

శమన చికిత్స అనగా మందులు ద్వారా చికిత్స చేయడం. ఇది రెండు రకాలు. బాహ్య, అభ్యంతర.

1. బాహ్యచికిత్సలో ఖదిర, మంజిష్ఠ, బాకుచి వంటి లేపములు, తైలములు ప్రయోగించ బడుతున్నవి. దీనివల్ల దురద, నొప్పి, వాపు, రంగుమార్పిడులను నియంత్రించవచ్చు.

2. అభ్యంతర చికిత్సలో పంచతిక్తఘృత గుగ్గులు, ఆరోగ్యవర్ధినివటి, మహానింబ చూర్ణము వంటివి ఉపయోగపకరములు. వీటివల్ల ఒకసారి తగ్గినవ్యాధి మరల పునరావృతం కాకుండా దీర్ఘకాలిక విముక్తి లభించును.

శోధన చికిత్స :

శోధన అనగా పంచకర్మ చికిత్సలు. (Purification) చెడు ఆహారములు కాలుష్య సహితమైన పదార్థాలవల్ల శరీరంలో ఎన్నో రోగకారక దోషములు పేరుకుపోయి, రోగాలను కలిగిస్తున్నాయి. వాటిని సమూలంగా బయటికి పంపే ప్రక్రియనే 'పంచకర్మ' అంటారు. దీనిలో ముఖ్యంగా 'వమన, విరేచన, రక్తమోక్షణ, వస్తి మరియు శిరోధార' వంటివి చాలా ప్రభావ వంతమైన చికిత్సలు.

కాని ఇలాంటి చికిత్సలు అనుభవజ్ఞులైన వైద్యుల పర్యవేక్షణలో మాత్రమే తీసుకోవడం సురక్షితం.

స్వర్ణామృతప్రాశన

తల్లిదండ్రులనుండి సంక్రమించే ఎన్నో వ్యాధులను మరియు రోగనిరోధక శక్తి మందగించి వచ్చే వ్యాధులను నియంత్రించడంలో 'స్వర్ణామృతప్రాశనం' ఎంతగానో తోడ్పడుతున్నది. ఇది ప్రతినెల పుష్యమి నక్షత్రం రోజున మన జీవ్స్ ఆయుర్వేదాలయంలో మరియు అన్ని వికాసతరంగిణి శాఖలలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 1 నుండి 16 సంవత్సరాలు వయస్సు కలిగిన పిల్లలకి వేయబడుతున్నది.

దీనివలన కాలానుగుణంగా వచ్చేవ్యాధులు నివారించడమే కాకుండా పిల్లల మేధాశక్తి, రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది.

2018లో స్వర్ణామృతప్రాశన జరిగే తేదీలు

అక్టోబర్ - 31 నవంబర్-28, డిసెంబర్-25

(1) కోయంబత్తూర్ - శ్యామలా వరదరాజన్ 9843016345 (2) మహబూబ్‌నగర్ - బుచ్చయ్య 7032174517, 8985159145 (3) వనపర్తి - శ్రీనివాస్ 9441303368 (4) విజయవాడ - వెంకటరామమ్మ 9704071311 (5) నారాయణపేట రాంబాబు 9394817555 (6) దివ్యసాకేతం - హైదరాబాద్ 9121788192 (7) నిజామాబాద్ - శ్రీనివాస రెడ్డి 9705717932 (8) వారిజ, విశాఖపట్నం - శిరీష 9989695888 (9) రాజమండ్రి - సీతారామాచార్యులు 9949137443, వర్మ 9441112941 (10) గుంటూరు - వరలక్ష్మి 8686118129 (11) సింగపూర్ - శేషు 6598547327 (12) తాడేపల్లిగూడెం - కుమార్ 9885187144 (13) సిడ్నీ (ఆస్ట్రేలియా) - కరుణ +1 61425397575 (14) ఖమ్మం - పోలా శ్రీనివాస్ 9849792603 (15) USA - శ్రీదేవి +1 214 9866799, అపర్ణ - +1 972 3455374 (16) విజయనగరం - 9848620719 (17) కాకినాడ - అనంతలక్ష్మి 9490888619 (18) ఏలూరు - సాయిలీల 7675929966 (19) అచ్చంపేట - శ్రీనివాస్ 9441590581

ఇతరుల కష్టంతో మనం సుఖపడటం కంటే,
మన కష్టంతో ఇతరులను సుఖపెట్టడమే గొప్ప.

సమర్పణ : పోలాస్ ప్యూర్ వెజ్ ఫ్యామిలీ రెస్టారెంట్స్, పోలాస్ సంస్థలు, ఖమ్మం, 98497 92603.