

संपादकीय

भारतात नुकतीच Ovum Bank सुरु झाली. तांत्रिकदृष्ट्या ही वैद्यकीय क्षेत्रातील क्रांती व प्रगती आहे. कारण या तंत्राद्वारे निरोगी व नॉर्मल स्त्रीच्या शरीरातील स्त्री बीजे काढून ती शीतीकरणाद्वारे साठवून ठेवली जातील व ज्यांना जेव्हा जरूर असेल तेव्हा परत सामान्य तापमानावर आणून त्यांचा गर्भनिर्मितीसाठी वापर केला जाईल. सध्या आपले वैद्यकीय क्षेत्र या तंत्राच्या आगमनामुळे खूप उत्साहीत झाले असून सर्वत्र त्याचीच चर्चा आहे. भारतात दोन कंपन्यांनी या सोयी उपलब्ध केल्या असून, “करीअर करायचे आहे तर आता आपले बीज साठवून ठेवा, करीअरमध्ये प्रस्थापित झाल्यावर मग पस्तीशी चाळीशीला पुन्हा गर्भनिर्मिती करा.” अशा जाहिराती सुरु केल्या आहेत. धोका किंवा या तंत्रातील अलिखित उणीवा येथेच दडल्या आहेत. बीज हा एक जैव घटक आहे. त्याचे स्वतःचे एक आयुर्मान असते. जरी शीतीकरण करून त्यातील अंतर्गत बदलाच्या क्रिया हळू केल्या तरी त्या थांबवता येत नाहीत. आजही आपल्याला म्हातारपण टाळण्याचा उपाय सापडलेला नाही. एक दैनंदिन उदाहरण देतो. सोय म्हणून आपण आठवड्याची भाजी फ्रीजमध्ये ठेऊन जेव्हा लागेल तेव्हा वापरतो. परंतु फ्रीजमधून काढलेली भाजी बाहेरच्या तापमानात लवकर खराब होते. कारण तिच्यातील अंतर्गत शिळी व्हावयाची, विघटनाची, म्हातारे व्हायची क्रिया हळू केलेली असते पण थांबलेली नसते. यामुळे खूप शिळी झाली तर ती टाकूनच द्यावी लागते, कारण त्यातील पोषण मूल्ये नष्टप्राय झालेली असतात. हाच प्रकार या बीजांबाबत होऊ शकतो. अशी ‘शिळी’ बीजे तितक्याच गुणवत्तेची गर्भनिर्मिती करू शकतील का या प्रश्नाचे उत्तर काळच देऊ शकेल. मात्र तत्त्वतः याचे उत्तर नाही असेच आहे. परंतु यात दुर्लक्षित केला गेलेला दुसरा धोका हा की, पंचविशीमध्ये गर्भधारणा होऊन त्या बाळाच्या संगोपनालाही पुरेसा वेळ देताना करीअर करता येत नाही म्हणून ‘आधी करीअर व मग सवडीने गर्भधारणा’ यासाठी या तंत्राचा वापर करण्याला प्रोत्साहन आताच मिळत आहे मात्र करीअर केल्यावर चाळीशीमध्ये गर्भधारणा झाल्यावर त्या बाळाच्या संगोपनासाठी शारीरिक व मानसिक ताकद आपल्या शरीरात असेल का? त्या बाळाला स्वतःच्या पायावर उभे राहीपर्यंत आपण सक्षम राहू शकू का? हा विचार करणे गरजेचे आहे. शेवटी निसर्गाचे जैवचक्र जे आहे त्यात कोणत्या स्तरापर्यंत ढवळाढवळ करायची याचे तारतम्य मानवाने बाळगणे जरूरीचे आहे. ❀ ❀ ❀



आयुः धर्मार्थकाममोक्षाय ।
'आयुर्हित' आयुर्हिताय ॥

आयुर्हित

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व
संशोधन केंद्राचे वार्तापत्र

वर्ष ११ • अंक ११ • भारतीय सौर आग्रहायण (मार्गशीर्ष) १, शके १९३६ • २२ नोव्हेंबर २०१४

संपादक : वैद्य प्रसन्न केळकर

: सल्लागार मंडळ :

डॉ. गुरुनाथ म्हापसेकर, वैद्य राजन पाटणकर, वैद्य नरेंद्र कढे
श्री. प्रकाश मोडक, डॉ. प्रज्ञा आपटीकर, सौ. प्रिया घैसास

आता 'आयुर्हित' वाचा www.ayurlink.com / Ayurhit_magazine वर सुद्धा

‘निदान’ चाचण्यांचे निदान

वैद्य प्रसन्न माधव केळकर

बी.ए.एम.एस.(मुंबई), टी.टी.सी.(योग), एम्.ए.(संस्कृत)

आतापर्यंत आपण या सदरातून सर्वसामान्य रक्त तपासण्या, मलमूत्र तपासण्या, एक्सरे, सोनोग्राफी, सीटीस्कॅन, एमआरआय, पेट स्कॅन आदि इमेजिंग तपासण्या याबद्दल माहिती बघितली. आता यानंतर काही विशेष तपासण्यांबद्दल माहिती करून घेऊयात.

आपल्या देशांत क्षयाचे प्रमाण प्रचंड प्रमाणात आहे. क्षयाचे जंतु सर्वसामान्यतः हवेवाटे शरीरात प्रवेश करतात. मात्र याशिवाय अन्नावाटे, पाण्यावाटे, रक्तावाटेसुद्धा त्यांचा प्रसार होऊ शकतो. सर्वसामान्यतः क्षयामध्ये रक्तांच्या सामान्य चाचणीतील ई.एस.आर. हा घटक मोठ्या प्रमाणात वाढलेला मिळतो. तसेच पांढऱ्या पेशींचे प्रमाण कमी झालेले मिळू शकते. याच्या जोडीला छातीचा एक्सरे, पोटाची सोनोग्राफी आदि तपासण्यांमधून क्षयाचा अंदाज येऊ शकतो मात्र क्षयाची लागण झाली असल्याचे खात्रीलायक निदान करण्यासाठी अजून काही चाचण्या आवश्यक असतात. यात सर्वप्रथम आहे ती Mantoux test. ही क्षयासाठी एक प्राथमिक (screening) चाचणी आहे. यामध्ये ०.१ मिली स्टॅन्डर्ड ट्युबरक्युलिन युनिट सोल्युशनचे इंजेक्शन त्वचेमध्ये टोचले जाते व तेथे निर्माण होणारी त्वचेची प्रतिक्रिया (reaction) साधारण ४८ ते ७२ तासांनी बघितली जाते. जर काही प्रतिक्रिया (त्वचेवरील सूज) नसेल किंवा १० मिमी पेक्षा कमी असेल तर टीबी नाही असे म्हटले जाते. जर १० मिमी पेक्षा जास्त सूज असेल तर टीबीसाठी प्रतिक्रिया आहे व टेस्ट पॉझिटीव्ह आहे असे मानले जाते.

(पान ४ वर)

आयुर्वेदातील त्रिदोष विचार

वैद्या सौ. मीनल बडवे

बी. ए. एम्. एस् (मुंबई); एम्.डी.(आयु) (मुंबई)
एम्. ए. (संस्कृत), डिप्लोमा इन योग (मुंबई)

मागील लेखातील वाताची कार्ये बघितल्यावर आपल्याला असा प्रश्न पडला असेल की वातच तर सगळी कामे करतोय! मग पित्त आणि कफ यांना काही कामे आहेत की नाहीत? की वातच फक्त राब राब राबतोय आणि पित्त, कफ आळशासारखे बसून राहताहेत?

पण खरं सांगू का? अहो, खरंच पित्त आणि कफ हे पांगळे आहेत. त्यांना एका ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणी स्वतःहून जाता येत नाही. तर वातच त्यांना त्यांची कामे करण्यासाठी एका जागेवरून उठवून दुसरीकडे नेण्याचे महत्त्वाचे काम करत असतो.

पित्तं पङ्गु कफं पङ्गु पङ्गवो मलधातवः।

वायुना यत्र नीयन्ते तत्र गच्छन्ति मेघवत्।।

ज्याप्रमाणे वारा ढगांना जिथे नेईल तिथे ते ढग जातात व पाऊस पडतो. त्याचप्रमाणे वायु हा या कफपित्तांना त्या त्या स्थानी नेतो व त्यांना त्यांचे काम करण्यासाठी प्रेरित करतो. म्हणजेच वाताच्या मदतीशिवाय पित्त, कफ काहीही काम करू शकत नाहीत.

आपल्या शरीरात मुख्यतः जिथे पित्ताचे कार्य चालते ती स्थाने म्हणजे नाभिप्रदेश, आमाशय (जठर, Stomach), रसरक्तादि धातू, डोळे आणि त्वचा ही होत. त्यातही नाभिप्रदेश सर्वात महत्त्वाचे स्थान आहे. रक्तधातू हेही पित्ताचे विशेष स्थान आहे. पित्त हे रक्ताच्या आश्रयानेच राहते. पित्तामुळेच रक्ताला त्याचा वर्ण, गंध, उष्णता, द्रवत्व मिळते. तसेच पित्ताची सर्व कार्ये रक्तामार्फतच होत असतात.

पित्ताची कार्ये -

पित्तं पक्त्वृष्मदर्शनैः।

क्षृत्त्वरुचिप्रभामेधा धीशौर्यं तनुमार्दवैः।

अन्नाचे पचन करणे, शरीरात उष्णता राखणे, डोळ्यांनी बघणे, भूक, तहान लागणे, अन्नाबद्दल आवड वाटणे, शरीरावर तेज असणे, मनुष्याची बुद्धी उत्तम राखणे, आलेल्या प्रसंगाला धीराने तोंड देणे, पराक्रम करणे तसेच शरीर सुकुमार ठेवणे अशी विविध कार्ये पित्ताच्या अधिकारात येतात. वाताप्रमाणेच पित्ताचेही कार्यानुसार, स्थानानुसार ५ प्रकार होतात. पाचक पित्त, रंजक पित्त, साधक पित्त, आलोचक पित्त व भ्राजक पित्त.

या प्रत्येक पित्ताच्या प्रकाराचे कार्य समजून घेतले म्हणजे संपूर्ण पित्त दोषाचे कार्य लक्षात येते.

पाचक पित्त : पाचक पित्ताचे स्थान नाभी हे सांगितले आहे. नाभी हा शब्द शरीरातील ग्रहणी या अवयवाला उद्देशून आला आहे. ग्रहणी म्हणजे आमाशय व लहान आतड्याचा काही भाग असे समजले

जाते. तिथे अन्नपचनाचे महत्त्वाचे काम होत असते. म्हणूनच या पित्ताला जाठराग्नि म्हटले जाते. या ठिकाणी द्रव स्वरूपाचे पित्त अन्नाशी सर्व बाजूंनी मिसळून त्याचे संपूर्णपणे पचन करण्याचे काम करते. अन्नाच्या परमाणूंचे रसरक्तधातूंमध्ये रूपांतर करणे, त्यातील पोषक अंश पुढील धातूपर्यंत पोचवणे, त्यातील मलीन भाग पुढे ढकलणे इ. सर्व क्रिया यामध्ये अंतर्भूत होतात.

वारंवार चुकीचा, अयोग्य आहार घेतल्याने या ठिकाणी पित्ताची निर्मिती नीट होत नाही, अग्नि मंद होतो व विकृत पित्ताची वाढ होऊन ते रक्ताबरोबर सर्व शरीरभर पसरते व वेगवेगळे पित्ताचे विकार (Acidity) उत्पन्न होतात. ग्रंथांमध्ये तर

‘रोगाः सर्वेऽपि मन्देऽग्नी।’

असे वर्णन आले आहे. म्हणजे सर्वच रोग अग्नी मंद झाल्यामुळे उत्पन्न होतात. पित्ताचे विकार तर विशेषत्वाने होतात. आणि त्याची चिकित्साही याच स्थानात केली जाते. म्हणजे शरीरामध्ये कोणत्याही ठिकाणी पित्ताचा त्रास होत असेल तरीही उपाय नाभिप्रदेशात असणाऱ्या पित्तावरच, अग्नीवरच केला जातो.

रंजक पित्त : यकृत व प्लीहा हा पित्ताची स्थाने सांगितली आहेत. या ठिकाणी जे पित्त असते त्याला रंजक पित्त म्हणतात. या पित्तामुळे रस धातूला रक्ताचे स्वरूप प्राप्त होते. रसधातूला रंग देण्याचे काम रंजक पित्ताने केले जाते. यकृत हे जसे रंजक पित्ताचे स्थान आहे तसेच ते पाचक पित्ताचेही स्थान आहे. कारण यकृतामधून निघणारा स्राव अन्नाचे पचन करण्यासाठी ग्रहणी स्थानी येतो व अन्नपचनास मदत करतो. हे रंजक पित्त कमी झाले तर पाण्डुरोग (Anaemia) होतो. म्हणूनच पाण्डुरोगाची चिकित्सा करताना या रंजक पित्ताचा विचार जरूर करावा लागतो.

साधक पित्त : हृदयामध्ये जे पित्त असते ते साधक पित्त होय. हे साधक पित्त हृदयाच्या आश्रयाने राहून मनाचे आणि बुद्धीचे सर्व व्यापार घडवून आणते. हृदयाचे कार्य जेव्हा विकृत कफाने (block) बिघडते तेव्हा साधक पित्त त्या कफाचा नाश करते व हृदय तसेच मनही शुद्ध बनवते. या पित्तामुळे मेधा, बुद्धी उत्कृष्ट बनतात म्हणून याला मेधाकर पित्त असेही म्हणतात. या हृदयस्थ पित्ताने शुद्ध, अतिशुद्ध धातू निर्माण झाले, शरीरातील ओजाची वाढ झाली की मनुष्य तेजस्वी, बुद्धीमान, मेधावान होतो. त्याला चारही पुरुषार्थांची प्राप्ती होते. मनुष्याला मोक्षप्राप्ती करून देणारे असे हे अति महत्त्वाचे साधक पित्त.

आलोचक पित्त : लोचन म्हणजे डोळे. डोळ्यांमध्ये, नेत्रांमध्ये असणारे पित्त ते आलोचक पित्त होय. नेत्राला कफदोषाने दुष्ट केले जाते. म्हणजे डोळ्यांना खाज येणे, डोळ्यांतून सतत पाणी येते, अगदी काचबिंदू (glaucoma), मोतीबिंदू (Cataract) यासारख्या व्याधींनी दृष्टीला बाधा येते. या दूषित कफदोषापासून नेत्राला वाचवणारे ते आलोचक पित्त किंवा आलोचकाग्नि होय. या आलोचक पित्तामुळे नेत्रेंद्रियाला रूपग्रहण करण्याची शक्ती प्राप्त होते.

(पान ४ वर)

स्वसंमोहन

रवि पटवर्धन

ज्येष्ठ अभिनेता व स्वसंमोहन अभ्यासक
एलिकिसर संमोहन विकास अभ्यासक्रम पूर्ण केला आहे.

अंतर्मन, या संज्ञेला प्रतिशब्द, सुप्तमन, सबकाँशस असंही म्हणता येईल. सबकाँशस या शब्दाबद्दल एखाद्या मनोविकार तज्ज्ञाशी तुम्ही चर्चा केलीत तर तो विचारेल, तुम्हाला सबकाँशस म्हणजे 'अनकाँशस' म्हणायचं आहे का? पण हिप्नॉटिझम, संमोहनाशी संबंधित, वापरातील शब्द आहे, सबकाँशस, अंतर्मन, सुप्तमन. अनकाँशस आणि सबकाँशस या दोन शब्दांच्या अर्थात फरक आहे, अनकाँशस म्हणजे जो काँशस नाही, शुद्धीत नाही तो. सबकाँशसचा अर्थ असा सांगता येईल किंवा समजेल असा मराठी शब्द वापरता येईल सुप्तमन. सुप्तमन म्हणजे अशी जाणीव, की ज्यावेळी माणूस पूर्ण जागा नसतो व पूर्ण झोपलेला नसतो.

या शब्दांना व त्यांच्या समजुतींना एक इतिहास आहे. अनकाँशस हा जो विचार आहे, ही जी समजूत आहे ती दोन मानसशास्त्रज्ञांमधील (जर्मन मानसशास्त्रज्ञ सिग्मंड फ्राईड व फ्रेंच शास्त्रज्ञ कार्लजंग) असलेल्या उपयोजनांच्या पद्धतीमुळे वापरात आला, प्रचलित झाला. वेगवेगळ्या मानसशास्त्रज्ञांनी अनकाँशस आणि सबकाँशस या शब्दांना एक वेगळा आयाम दिला.

फ्राईडच्या मजे, मानवी मनाचे, मनाच्या प्रवृत्तीचे तीन घटक असतात, इगो, सुपरइगो आणि इड इगो म्हणजे स्वतःचा स्वतःच्या जागरूकतेबद्दल, अस्तित्वाबद्दल असलेला टोकाचा हळवेपणा. या इगोची वाढ केव्हा होते? जेव्हा मुलाला समजायला लागतं की, काय आपलं आहे आणि काय आपलं नाही. सुपर इगो म्हणजे समाजाकडून व कुटुंबातील ज्येष्ठ व्यक्तींकडून सांगण्यात आलेल्या, त्यांच्यामते असलेल्या योग्य अथवा निषिद्ध गोष्टी, चुकीच्या परंपरांमुळे, लावल्या गेलेल्या गैरसमजूतींनी, डोक्यात निर्माण झालेल्या, वास्तव अवास्तवाच्या व सदसद्विवेक विचारांच्या चक्रात सापडल्यामुळे झालेली मनाची अवस्था. हा सुपरइगोचा कली मनात शिरला की निघता निघत नाही. 'इड' म्हणजे विकसनामुळे किंवा उत्क्रांतीमुळे निर्माण होऊन प्रगत होत गेलेली, जीवनातील आनंद प्राप्त करण्यासाठी असलेली उपजत, नैसर्गिक जी प्रवृत्ती, तिला म्हणता येईल. इगो, सुपरइगो आणि इड यांचा एकत्रीकरण म्हणजे माणसाची मानसिक अवस्था, असं सिग्मंड फ्राईडचं म्हणणं. थोडक्यात सांगायचं म्हणजे 'इड' म्हणतो जे करायचं ते आता कर

'इगो' म्हणतो आता नको, ही जागा ही वेळ योग्य नाही. आणि सुपर इगो म्हणतो, हे अजिबात करू नको, कधीही. हे पाप आहे आणि हे करणं केव्हाही कुठल्याही परिस्थितीत चुकीचं आहे.

अिगोचा सुप्त मनात असलेला भाग समजुती, आठवणी हा सर्वसाधारण माणसाच्या मानसिक जीवनात दडपून ठेवलेला भाग असतो, जो भयंकर, अतिभयंकर असू शकतो, जो सुपरइगोला मान्य नसतो. या दडपलेल्या गोष्टी जागृत अवस्था आणि सुप्त अवस्था यामधे कुठेतरी अडकलेल्या असतात, ज्या प्रिकाँशस माईडमधील किंवा अर्धासुप्त जागृत अवस्थेतील म्हणता येतील. आपण जेव्हा म्हणतो, एखादी आठवणीतील गोष्ट सांगताना जे अगदी माझ्या जिभेवर आहे. सुप्त मनातील गोष्ट केव्हांतरी जागृत अवस्थेत माहित होती, आता ती सुप्त मनात आहे. पण ती आठवण पुन्हा जागृत अवस्थेत आणून सांगता येते आहे. या सर्व प्रकाराबद्दल असं म्हणता येईल की फ्राईड ज्याला प्रीकाँशस म्हणायचा त्यालाच बाकीचे संमोहन शास्त्राचे अभ्यासु सबकाँशस म्हणत. फ्राईडचा एक दृष्टांत असा आहे की आपला मेंदू हे एक समुद्राच्या पाण्यानी वेढलेले बेट आहे व त्याचा बराचसा भाग पाण्याखाली आहे. 'लंग' शास्त्रज्ञाचा दृष्टांत थोडा वेगळा आहे. त्याच्या दृष्टांताची सुरवात, मेंदू म्हणजे पाण्यानी वेढलेले बेट अशी होते. तो म्हणतो मानवाच्या उत्क्रांतीबरोबर त्याचा मेंदूसुद्धा विकसित झाला आहे व तो अंतर्मनातील मूलभूत घटक आहे, असा घटक ज्याला आकार नाही. पण काल्पनिक कहाण्या, धार्मिक कल्पना, रीतिरिवाज, मानसिक विकृत विभ्रम, चेटूक करणारी, चेटूक करणारा, कुणी अद्भूत शक्ति मदत करते आहे असा भास, पुनर्जन्म अशा तऱ्हेच्या विचारांच्या जाणीवा असणारा आकार अंतर्मनाला आहे. फ्राईडच्या 'इड'च्या सिद्धांताअगोदर जॉर्ज ग्रेडेकने एक पुस्तक लिहिलं 'इट (IT)'. त्यात त्यानी लिहिलं आहे की सुप्तमन हे स्वयंनिर्मित शस्त्र आहे, ते कधी सहाय्यक ठरतं कधी नुकसानकारक. सुप्तमन, अंतर्मन याला इंग्रजीत सबकाँशस ही संज्ञा आहे, या संज्ञेची निर्मिती पिअरी लॅमेट या मानसशास्त्रज्ञाने केली. या पिअरी लॅमेटनी या सबकाँशस या संज्ञेच्या आधारे संमोहनाच्या मदतीने खूप सखोल सिद्धांत मांडले.

सुप्तमनाबद्दल आजचे संमोहन अभ्यासकर्ते म्हणतात की सुप्तमन म्हणजे मौल्यवान आठवणींचे, विचारांचे विस्मृतीतील कोठार आहे. सुप्तमन म्हणजे एक मनःशक्ति आहे, जी स्वास्थ्य सांभाळणारी जोड यंत्रणा आहे. ठरलेल्या कार्यक्रमांची अंमलबजावणी करणारा संगणक आहे ज्यामुळे माणूस आपल मन ओळखू शकतो आणि अत्युच्च योजना साकारू शकतो, सुप्तमन ही कांही 'संशोधन करून' सापडलेली वस्तु नाही. हा एक असा संगणक आहे जो निःसंशयरीत्या, बिनचूक, स्वयंचलित

पद्धतीने तुमच्या योजना आणि इच्छा, ज्या तुम्ही त्याला सांगितल्या आहेत, फीड केल्या आहेत, त्यावर अंमलबजावणी करतो. सुप्तमनाला त्याच्या अस्तित्वाची जाण आणि भान नसतं, त्याला फक्त नेमून दिलेलं काम माहीत असतं. त्याला माहीत नसतं की हे काम बरोबर आहे की चूक आहे, योग्य आहे की अयोग्य आहे, ते का करायचं हा त्याला प्रश्न पडत नाही. त्याला सांगितलेलं काम योग्यच असणार, बरोबरच असणार असा त्याचा समज असतो. भविष्यात या कामाचं काय होईल हे तो सांगू शकत नाही, आपल्या कामाशिवाय त्याला कांहीच माहीत नसतं. सुप्तमन एवढं काम करू शकतं की जगातली जागृत मनं एकत्रितपणे ते काम करू शकणार नाहीत. सुप्तमन हे पराकोटीच्या गुंतागुंतीचं आणि जागृत मनाच्या कल्पनेच्या आवाक्यात नसलेलं नैसर्गिक वरदान आहे. आपण फक्त त्याची दुर्दम्य ताकद कशी वापरावी हे शिकू शकतो. पुढील लेखापासून ही ताकद कशी वापरावी या संबंधी लेख असतील. हे लेख म्हणजे 'संमोहन' लेखमालेचा तो उपसंहार असेल.'

(पान १ वरून)

जेवढी प्रतिक्रिया जास्त तेवढे टीबीचा संसर्ग जास्त व नवीन, ताजा आहे असे समजले जाते. लहान मुलांमध्ये बीसीजी हे व्हॅक्सिन दिले असेल तर साधारण दहाबारा वर्षांपर्यंत ही टेस्ट सौम्य प्रमाणात पॉझिटीव्ह येऊ शकते. तसेच इंजेक्शन दिलेल्या ठिकाणी घासले, खाजवले वा चोळले असताही चुकीची पॉझिटीव्ह टेस्ट येऊ शकते. यामुळे इंजेक्शन दिलेल्या जागेवर चोळू नये वा घासू नये. साबण लावू नये.

मान्टूक्स टेस्ट पॉझिटीव्ह असेल तर तिचे प्रमाण किती आहे ते बघून जर थोड्या (Border line) प्रमाणात असेल तर खात्री करून घेण्यासाठी अजून तपासण्या कराव्या लागतात. कारण अल्प प्रमाणात पॉझिटीव्ह चुकीनेही येऊ शकते. मग कुठला क्षय आहे व किती प्रमाणात शरीरात आहे, कुठल्या अवयवात आहे हे ठरवण्यासाठी एक्सरे, सोनोग्राफी, TB Gold सारख्या रक्त तपासण्या केल्या जातात. मात्र Strong Positive असेल तर लवकरात लवकर औषधे सुरु करावी.

(पान २ वरून)

भ्राजक पित्त : त्वचा हे एक पित्ताचे महत्त्वाचे स्थान सांगितले आहे. त्वचेमध्ये जे पित्त असते, ते भ्राजक पित्त होय. हे पित्त शरीरातील उष्ण्याचे नियंत्रण करते. तसेच शरीरावर तेज आणण्याचे काम करते. शरीराची कान्ती, प्रभा या पित्तामुळे प्रकाशित होते. पित्ताचे पचन करण्याचे कार्य काही प्रमाणात त्वचेवरही दिसून येते. म्हणून त्वचेवर केलेला अभ्यंग, लेप इ.मुळे त्या औषधांचा परिणाम आपणास दिसून येतो व शरीराचे पोषणही होते.

घाम येणे, न येणे, कमी येणे, अतिप्रमाणात येणे इ. सर्व परिणाम या पित्तामुळे दिसून येतात. उन्हाळ्यात पित्त वाढल्यामुळे घामाचे प्रमाण वाढते व त्वचेवाटे उष्णता बाहेर टाकली जाते. थंडीत उष्णता शरीरात साठवून ठेवण्याची आवश्यकता असते. म्हणून घाम कमी येतो व उष्णता बाहेर पडत नाही. अशी ही भ्राजक पित्ताची किमया!

अशी ही ५ ही पित्तांची वेगवेगळी कामे दिसत असली तरी या प्रत्येक पित्ताने पचनाचेच काम केले जाते. अन्न पचवताना अग्निस्फंकार अतिशय महत्त्वाचा. अन्यथा अम्लपित्त (Acidity), डोकेदुखी, उलट्या यांचा त्रास भोगावा लागतो. शरीरातील जाठराग्नि किंवा धातूंमध्ये असलेला धात्वग्नि हा अन्नघटकांचे स्वरूप बदलवून ते शरीरात, रक्तात व इतर धातूंत शोषले जाईल अशी व्यवस्था करत असतो. ही पचनाची क्रिया प्रत्येक लहानमोठ्या अणुरेणूत होत असते आणि ही व्यवस्थित चालू असली म्हणजे आरोग्य टिकते. म्हणूनच शरीराचे व्यापार चालण्यास वायुप्रमाणे पित्तही अत्यंत आवश्यक आहे. तर मग आपल्या या पित्तदोषाची काळजी घेणार ना!

आपण आपली वर्गणी रोख, धनादेशाद्वारे किंवा इलेक्ट्रॉनिक पद्धतीनेही भरू शकता. आपल्या बँकेतून
“आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्र,
बचत खाते क्र.१६३८७” दि. ठाणे जनता सहकारी बँक,
पांचपाखाडी शाखा, ठाणे या खात्यात
RTGS/NEFT/IFSC CODE : TJSB0000008
 द्वारे भरू शकता.

वर्गणी - वार्षिक : ३००/- व पंचवार्षिक : १२००/-

कार्यकारी विश्वस्त, संपादक व प्रकाशक **वैद्य प्रसन्न केळकर** यांनी 'आयुर्हित' हे मासिक श्रीगणेश प्रिंटर्स, अमरग्यान इंडस्ट्रीयल इस्टेट, ठाणे येथे मुद्रित करून **आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्र - ५, दीनदयाळ सोसायटी, गुरुकुल सोसायटीजवळ, पांचपाखाडी, ठाणे (५)** येथून प्रसिद्ध केले.

● दूरध्वनि : ०२२-२५३३ २४ २६ ● Email : ayurhit@ayurlink.com

या अंकातील लेखांत व्यक्त केलेल्या मतांशी संपादक व आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट सहमत असतीलच असे नाही. ती त्या लेखकांची वैयक्तिक मते समजावीत.