

संपादकीय

सध्या सर्वत्र डॉक्टर्स व रुग्णालयांवर होणाऱ्या हल्ल्यांचे प्रमाण वाढले आहे. आपल्या नातेवाईकाचा मृत्यु हा कोणासाठीही दुःखदायकच असतो. परंतु त्यासाठी सर्वास डॉक्टरांचा हलगर्जीपणा किंवा चिकित्सा करतानाचा निष्काळजीपणा कारणीभूत आहे, असा निष्कर्ष हे नातेवाईकच काढतात व आपल्या दुःखाला हिंसेच्या रूपाने वाट मोकळी करून देतात. एकंदरच भावना व्यक्त करण्यासाठी सहजतेने हिंसेचा आधार घेतला जातो. याचे कारण बहुधा डॉक्टर्स व रुग्णालयातील कर्मचारीवर्ग हे समोर उपलब्ध असलेले सोपे लक्ष्य (सॉफ्ट टारगेट) असते. त्यामुळे त्यांच्यावर दादागिरी करणे सोपे असते. रुग्णालयांची वाढती बिले हे त्यामागचे अजून एक कारण आहे. खाजगी रुग्णालयांत तर खर्चाचा आकडा सर्वसामान्यांच्या आवाक्याबाहेर असतोच परंतु हल्ली सरकारी रुग्णालयांतही बहुतेक चाचण्या व औषधे बाहेरूनच आणावी लागतात. हा खर्च वाढतो आहे असे दिसले की बऱ्याचदा खर्च टाळण्यासाठी डॉक्टर्सवर वा रुग्णालयावर दबाव टाकण्याचा एक मार्ग म्हणून हिंसेचा आधार घेतला जातो. हे अतिशय गैर व चिंताजनक आहे. बऱ्याचदा रुग्ण दाखल होतो तेव्हाच अत्यवस्थ अवस्थेत असतो. अशावेळी रुग्णांची स्थिती समजून घेण्यासाठी त्यांच्या आजाराचे स्वरूप व प्रमाण उदा. अंतर्गत रक्तस्राव कुठून होतो आहे इ. जाणून घेण्यासाठी काही तपासण्या आवश्यक असतील तर त्यासाठी काही वेळ लागतो. मात्र रुग्णाच्या नातेवाईकांची अपेक्षा असते की सर्व गोष्टी तात्काळ व्हायला हव्यात. या सर्व गोष्टीत वादावादी वा गैरसमज होतात व त्याचे पर्यवसान अशा प्रकारच्या हिंसक हल्ल्यात होते. सर्वच रुग्णालयांत अशा सर्व तपासण्या करण्याची सोय नसते. तसेच काही वेळा कागदपत्रांची पूर्तता करण्यात वेळ जातो. परंतु आपल्या सरकारी यंत्रणांचा कारभार लक्षात घेता तो अपरिहार्य असतो कारण पुढे जाऊन काही गंभीर परिस्थिती उद्भवली तर या यंत्रणा नेमक्या अशाच तांत्रिक त्रुटींवर बोट ठेवून डॉक्टरांना कायद्याच्या कचाट्यात अडकवतात. त्यावेळी डॉक्टरने रुग्णाचा जीव वाचवण्याला प्राधान्य दिले ही गोष्ट सोयीस्करपणे विसरली वा दुर्लक्षिली जाते. बऱ्याच वेळा अपघातातील आत्ययिक अवस्थेत आणलेल्या रुग्णांची सर्वच लक्षणे लगेचच कळू शकत नाहीत. काही अवस्था

(पान ४ वर)



आयुः धर्मार्थकाममोक्षाय ।
'आयुर्हित' आयुर्हिताय ॥

आयुर्हित

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व
संशोधन केंद्राचे वार्तापत्र

वर्ष १४ • अंक ३ • भारतीय सौर चैत्र १, शके १९३९ • २२ मार्च २०१७

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

पूजाविधींमधील औषधी वनस्पती

वैद्य प्रसन्न माधव केळकर

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

सर्व वाचकांना नवीन सौर वर्ष १९३९ च्या

हार्दिक शुभेच्छा !

सुपारी

सुपारी म्हटले की लगेचच आपल्या डोळ्यासमोर येतात ते तोंडाच्या कॅन्सरचे रुग्ण. सुपारी सतत चघळण्याने तोंडाचा कॅन्सर होण्याची शक्यता असते परंतु सगळ्याच सुपारी खाणाऱ्यांना कॅन्सर होत नाही.

आपल्याकडे कुठल्याही पूजाविधीमध्ये अविभाज्य घटक असतो तो म्हणजे सुपारी. एखादेवेळी नारळ नसला तरी सुपारी ठेवून कार्यभाग उरकला जातो. अशा या सुपारीचे अनेकविध औषधी गुणधर्मही आहेत ते आता बघूयात.

सुपारी ही रुक्ष गुणाची, कषाय रसाची व गुरु, मधुर व शीत आहे. कफ व पित्ताचे शमन करते. जेवणानंतर आपण सुपारी खातो कारण यामुळे मोठ्या प्रमाणात लाळ निर्माण होते व खाल्लेल्या अन्नाच्या पचनाला मदत करते.

मधुमेही रुग्णांना वारंवार तोंड कोरडे पडण्याचा त्रास होतो. अशावेळी सुपारीचा छोटा तुकडा तोंडात ठेवून चघळल्यास लाळ सुटते व तोंडाचा कोरडेपणा जातो. हिरड्यांमधून रक्त येणे व हिरड्या सैल होणे या त्रासामध्ये सुपारीच्या जाड चूर्णाचा काढा करून त्या काढ्याने गुळण्या केल्या असता हिरड्या घट्ट होतात व रक्त येण्याचे थांबते. तसेच सुपारीच्या

(पान ४ वर)

स्त्रियांचे आरोग्य

वैद्य अरुणा टिळक

बी. ए. एम्. एस् (मुंबई)

प्रसूतीपूर्व काळजी

महिलादिनानिमित्त सगळीकडे सेल, सेलच्या जाहिराती, साड्या, कपड्यांवर discount, खाण्याच्या पदार्थांवर discount. मग काय. सायली आणि तिचा गूप, भरपूर कपड्यांची खरेदी, मॉलमध्ये भटकंती आणि हॉटेलमध्ये भरपूर खादाडी, पिझ्झा, बर्गर, शेवपुरी पाणीपुरी..... संध्याकाळी इतकी दमली होती की कधी पलंग जवळ करते आहे असे तिला झाले. दोन, तीन तास झोप लागली, कारण ती दमली होती आणि अचानक तिच्या घशाशी करपट ढेकरा येऊ लागल्या व ती धावतच बेसिनजवळ गेली. जे काही खाल्ले होते ते तसेच्या तसे पडले व थोड्या-थोड्या वेळाने तिला उलट्या होऊ लागल्या, शेवटी तर कोरडे उमासे.... असे करता करता सकाळ झाली. सगळ्या पार्टीची मजा किरकिरी झाली. पण मग तिला आठवले की हल्ली आठ-दहा दिवस आपल्याला सकाळी असेच होत आहे. तिने तिच्या दीदीला फोन लावला. डॉक्टर आहे ती. तिचा पहिला प्रश्न, 'किती प्लेट पाणीपुरी खाल्ल्यास?' पण सायलीचा फोनवरून सुद्धा मलूल आवाज ऐकून ती धावतच घरी आली. तिला तपासले, तिची पाळी कधी आली विचारले? पण बाई PCOD ची शिकार. पाळी दीड, दोन महिने कधी पण येत असे. पण दीदीने तिला Urine test करायला सांगितली. आणि चक्क 'गोड बातमी' होती.

तर ही हल्लीच्या मुलींची अशी कहाणी- पण एकदा का स्त्री गर्भवती झाली की तिची काळजी घेणे, नऊ महिने जपणे, नी एकदा का बाळाचा सुखरूप जन्म झाला, बाळबाळतिणीची सुखरूप सुटका झाली की हुश्र.... पण तोपर्यंत तिला कसे जपावे? बघा हं! आयुर्वेदात असे वर्णन आहे की तेलाने काठोकाठ भरलेले भांडे घेऊन आपण चालत गेलो तर तेल न सांडता जाण्यासाठी आपण जितके काळजीपूर्वक जाऊ तितकीच त्या गर्भवती स्त्रीची काळजी घ्यावी.

गर्भधारणेची लक्षणे- स्त्री बीजाचा व पुरुष बीजाचा संयोग होऊन गर्भाशयात गर्भधारणा होते, प्रथमतः नियमित येणारी पाळी चुकते. गर्भधारणा झाल्यानंतर पहिल्या एक ते दीड महिन्यात तोंडास पाणी सुटते, थकवा वाटतो, अंग दुखते. ग्लानि येते, डोळ्यांच्या पापण्या जड होतात, अंगावर रोमांच येतात. छातीत धडधडते, मांड्यांना ओढ लागते अशी विविध लक्षणे उत्पन्न होतात. या लक्षणांना "सद्योगर्भा स्त्रीची लक्षणे" असे म्हणतात ही स्थिती प्राप्त झाल्यावर पुन्हा रजःस्राव होत नाही. सामान्यतः दुसऱ्या, तिसऱ्या महिन्यात "गृहित गर्भा" गर्भिणीची लक्षणे उत्पन्न होऊ लागतात. यावेळी अन्नावरची वासना कमी होऊ लागते. फोडणीचा वास, मासे

खाणाऱ्यांना माशाचा वाससुद्धा सहन होत नाही. म्हणजे आवडणारे सुगंध आवडेनासे होतात. तोंडास चव नसते, आंबट खाण्याची इच्छा होते. अवयव जड होतात, काही वेळा पायांवर सूज येते. स्तन पुष्ट होतात. स्तन मंडळ व ओठ अधिक काळे होतात. शरीर किंचित कृश होते. आळस येतो. वरचेवर जांभया येतात.

चवथ्या महिन्यात अवयव विशेष जड होतात. पाचव्या महिन्यात गर्भाचे रक्त व मांस अधिक पुष्ट होतात त्यामुळे गर्भिणी कृश होते. सहाव्या महिन्यात गर्भिणीचे बल, ताकद कमी होते. सातव्या महिन्यात ती थकलेली रहाते. आठव्या महिन्यात ओज नावाचे शरीरातील महत्त्वाचे द्रव्य आईकडून गर्भाकडे व गर्भाकडून आईकडे असे आळीपाळीने जाते. त्यामुळे गर्भिणी अधूनमधून आनंदी प्रसन्न होते. तर मधून-मधून म्लान होते. आठव्या महिन्यात जन्मलेले बाळ हे प्राण शक्ति कमी असल्यामुळे जगण्यासाठी प्रयत्न करावे लागतात. पूर्वीच्या बायका नेहमीच म्हणत, की आठोळ्या बाळाची खूप काळजी घ्यावी लागते तर नवव्या महिन्याची सावली जरी पडली तर बाळ जगते.

पहिले तीन महिने हे गर्भासाठी, गर्भिणीसाठी फार महत्त्वाचे असतात. कधी कधी काही शारीरिक विकृतीमुळे, काही Infection मुळे गर्भपात होऊ शकतो त्यामुळे सुद्धा पूर्वीच्या बायका सांगत असतील की पहिले तीन महिने पूर्ण झाल्याशिवाय ती Pregnant आहे हे सांगू नये. म्हणूनसुद्धा तिसऱ्या महिन्यात तिची ओटी भरतात त्याला 'चोर ओटी' म्हणतात.

या काळामध्ये गर्भिणीचा आहार कसा असावा? - 'दोन जीवांची आहेस ग तू बाय!! पुरेसे जेवण घे, दोघांचे जेवण जेव.' म्हणजे काय तर माता जो आहार सेवन करते त्यापासून तिचे व तिच्या पोटातील बाळाचे पोषण होत असते. तिच्या घेतलेल्या आहारापासूनच पुढे स्तन्यनिर्मिती होणार असते.

चवथ्या महिन्यात हृदयाची निर्मिती होते म्हणून स्त्रीला 'दौहृदा' असे ही म्हणतात. किंवा दौहृदय म्हणजे डोहाळे. म्हणजे गर्भस्थ शिशू आपल्या इच्छा मातेद्वारे व्यक्त करत असतो. त्यामुळे त्या पुरवाव्यात. तिला हवा असलेला आहार, मनाला रुचणारा, आहार द्यावा. तिच्या इच्छा पूर्ण कराव्यात. म्हणूनच आपण डोहाळे जेवण करतो. त्यात तिला आवडणाऱ्या सगळ्या गोष्टी तिला देतो.

त्यात पण हा आहार सात्विक असावा. षड्रसात्मक असावा. योग्य पोषणमूल्ये असणारा हवा. फास्ट फूडचा वापर, कितीही आवडत असला तरी टाळलेलाच बरा. नऊ महिने व त्यानंतर सुद्धा बाळ जोपर्यंत अंगावर दूध पीत असेल तोपर्यंत, तिने दररोज दूध हे घेतलेच पाहिजे. साजूक तुपाचा वापर करणे आवश्यक आहे. नियमितपणे स्निग्ध आहार घेणे आवश्यक असते.

शरीर हे सप्त धातूंनी बनते त्यामुळे त्या त्या धातुला वर्धक असा आहार उपयोगी ठरतो.

क्रमशः ❀ ❀ ❀

काय, किती व का घ्यावे? आयुर्वेदानुसार शंका समाधान

वैद्य आनंद कुलकर्णी

M.D. (Med. Ayu), CYEd, DYA, MA (Sanskrit)

फळे भाग - ५

फळांविषयी माहिती घेत असलेल्या लेखमालेमध्ये आपण पुढील विषय जाणून घेऊ.

नारळ : नारळातील खोबरे, मलई व जाड - कोरडे असे दोन अवस्थांमध्ये मिळते. त्यातील मऊ (मलई) असणारे खोबरे शक्तिवर्धक, मांसवर्धक, लहान मुलांना योग्य पोषण देणारे असे असते. त्याच्या लेपाने चेहऱ्याच्या स्नायूंना बळ मिळून अकाली सुरकुत्या पडत नाहीत. जाड खोबरे पचायला जड असते. पण त्याने मुखशुद्धी होऊन दाट बळकट होणे, हिरड्यांना बळ मिळणे व सारखे सारखे तोंड येणे या तक्रारी दूर होतात. हे खोबरेही अत्यंत पौष्टिक असते. लहान मुलांना चॉकलेट किंवा इतर गोळ्यांपेक्षा गूळ किंवा साखर इ. गोष्टींबरोबर खोबरे दिल्यास त्यांचे पोषणही होते व पोटात जंत होणे वगैरे तक्रारीही होत नाहीत. नारळाच्या वड्या हा प्रचलित पदार्थ चवीला खूप सुंदर लागतो.

नारळाचे पाणी हे उन्हाळ्यात किंवा तहान लागलेली असताना उत्तम तृष्णाशामक म्हणून काम करते. आजकाल मॉलमध्ये कोकाकोला किंवा इतर कोल्ड्रिंकचा वापर प्रचंड प्रमाणात दिसतो. स्वदेशी चलन प्रचंड प्रमाणात परदेशात जाताना दिसते. या आरोग्यास हानिकारक कोल्ड्रिंक चा वापर करण्यापेक्षा या अमृतासारख्या पेयाचे मार्केटिंग व्हावे ही काळाची गरज आहे. अर्थात अतिप्रमाणात वापरही टाळावा. किडनीच्या रोग्यांनी वैद्याच्या सल्ल्यानेच वापर करावा. लघवीस जळजळ होणे, तसेच मानसिक श्रम कमी करण्यासाठी शहाळ्याचे पाणी खूप उपयुक्त ठरते. खोबऱ्यापासून निघणाऱ्या तेलाचे तर भरपूर उपयोग सांगता येतील. या तेलाने सर्वांगास अभ्यंग केल्याने त्वचा, मांस बळकट होऊन प्रसन्नता वाढते, उत्साह टिकून राहतो, अन्नामध्ये सुद्धा याचा वापर करता येतो. अशा प्रकारे सर्वतोपरी मानवाला उपयोगी पडणारा असा हा फळाचा प्रकार आहे.

पपई : पपई हे फळ उष्ण असून पचनास सहाय्य करणारे असे आहे. याच्या सेवनाने पचनसंस्थेचे कार्य सुधारण्यास मदत होते. १ ते २ फोडीच खाव्यात, याचे अतिप्रमाण टाळावे. याच्या उपयोगाने पोटातील जंत होण्याची सवय नाहीशी होते. बाळंतिणीस जेवणानंतर पपई द्यावी याने वात शांत होतो व दूधही भरपूर येण्यास मदत होते. या फळाच्या बियांचा सुद्धा उपयोग जंत नाशनासाठी करता येतो. झाडाच्या चिकाचा/ दुधाचा उपयोग पोटाच्या विकारांमध्ये करता येतो. आजकाल या झाडाच्या पानांचा उपयोग डॅंगू या तापामध्ये प्लेटलेट या पेशींची संख्या वाढवण्यासाठी केला जातो. परंतु वरील सर्व उपाय आयुर्वेदीय वैद्याच्या सल्ल्याने आपली प्रकृती इ ठरवून मगच करावे. म्हणजे अपाय टाळला जाऊ शकतो. गर्भिणी स्त्रीने

पपईचा उपयोग करू नये. पिकलेल्या पपईशिवाय त्याच्या इतर गोष्टी या अतिशय उष्ण व तीक्ष्ण आहेत म्हणून जपून वापर करावा.

कलिंगड : खास करून उन्हाळ्यामध्ये येणाऱ्या या फळाचा उपयोग शरीरात शीतता आणण्यासाठी, थंडावा मिळण्यासाठी म्हणून खूप छान करून घेता येतो. याचे काप करून फोडी खाव्यात किंवा रस काढून तो घ्यावा. पण दुधासोबत घेऊ नये. मूत्रासंबंधी तक्रारींसाठी हे एक उपयुक्त फळ होय. जिरे पावडर, धने पावडर व खडीसाखर प्रत्येकी एक चमचा व अर्धा ग्लास रस असे घेतल्याने लघवीची जळजळ, दाह इ कमी होण्यास मदत होते. डोळ्यासमोर अंधारी येणे, अनिद्रा, अल्पनिद्रा यामध्येही याच्या वापराने लाभ दिसून येतो. याच्या सालीच्या पांढऱ्य भागाचा - अंगाची लाही होत असताना लेप करण्याने फायदा होतो. या फळाच्या वापराने शरीरात मांसधातुची पुष्टी होते, त्वचेची रुक्षता कमी होते. या फळाचे सेवन रात्रीच्या वेळी शक्यतो करू नये, दिवसा खाण्यास हरकत नाही. सूज असताना याचा वापर कमी ठेवावा. भाताबरोबर कलिंगड खालू नये. अधिक माहिती व शंकांसाठी आयुर्वेदीय वैद्यांचा सल्ला जरूर घ्यावा.

अननस : कच्चे फळ व पिकलेले फळ असे दोन्ही बाजारात मिळतात, दोघांचेही परिणाम वेगवेगळे दिसतात. याचे फळ कच्चे असताना लाल रंगाचे, पंचकोनी, षटकोनी आकाराचे दिसते, पिकल्यावर तेच पिवळे, तांबूस रंगाचे दिसते आणि मोहक असा सुगंध येतो. कच्चे फळ हे पचायला अत्यंत जड असते. त्यामुळे पोटात दुखणे, जीभ जड होणे इ. तक्रारी निर्माण होतात. गर्भिणी स्त्रीने कच्चे फळ खालू नये. पिकलेले फळ हे मोहक सुगंधी असून आपल्याला आकर्षित करते. त्याची चव आंबट गोड अशी असते. हे पचनास उपयुक्त फळ असून याच्या वापराने पाचक स्राव भरपूर प्रमाणात स्रवतात. मांसाहारासारखे जड अन्न पचवण्यासाठी अननसाचा वापर करता येतो. मलप्रवृत्ती साफ होत नसल्यास जेवणामध्ये याच्या फोडी खाव्यात, म्हणजे पाचक स्राव चांगले स्रवून, पचन क्रिया नीट झाल्याने पोट साफ होते. मूत्राला दुर्गंधी येणे, लघवी साफ न होणे यासाठी याचा रस घ्यावा. कावीळ या रोगात मळाचा रंग पांढरा झाल्यास, मळ चिकट झाल्यास अननस वापरावा. मात्र पोटात जळजळ व्हायला लागल्यास वापर थांबवावा. (वैद्यांचा सल्ला घ्यावा.) आम्लपित्ताचा त्रास असणाऱ्यांनी, वारंवार सर्दी होत असलेल्यांनी अननस वापरू नये. पित्त प्रकृती असणाऱ्यांनी, नेहमी मद्य सेवन करणाऱ्यांनी, प्रचंड भूक लागलेल्यांनी, रिकाम्या पोटी अननसाचा वापर करू नये. डबाबंद, पॅक असे अननस कधीही घेऊ नये. अल्युमिनियमच्या भांड्याचा व अननस यांच्या संयोगाचा विपरीत परिणाम शरीराला घटक ठरू शकतो. पायनॅपलचे आईस्क्रीम, मिल्कशेक यांचा वापर कधीही करू नये. लहान मुलांना अननस देऊ नये, यामुळे त्यांच्या आतड्यांना त्रास होऊ शकतो. असे हे गुणी फळ असले तरी जपून वापर केल्यास योग्य परिणाम दिसतात.

फळांचे वरीलप्रमाणे अनेक सुपरिणाम किंवा दुष्परिणाम आपल्याला पहायला मिळतात. फळांविषयी आणखी माहिती आपण पुढील लेखात जाणून घेवू.

क्रमशः ❀ ❀ ❀

(पान १ वरून)

चूर्णाने नियमित मंजन केल्यास दांत बळकट होतात व दातांतील कीड नष्ट होते. तोंडाचा दुर्गंध कमी होतो.

कृमींच्या त्रासामध्ये सुपारीचे अर्धा चमचा चूर्ण १ ग्लास दुधात मिसळून सकाळी रिकाम्या पोटी दिल्यास कृमी मरून बाहेर पडतात. जुलाबामध्ये सुपारीचे चूर्ण तुपातून दिल्यास जुलाब कमी होतात. सुपारी अल्प मात्रेत जुलाब कमी करायला मदत करते पण अधिक प्रमाणात पोटात मुरडा उत्पन्न करून जुलाब सुरु होतात. वारंवार मूत्रप्रवृत्ती होत असताना सुपारीचे चूर्ण नियमित गाईच्या तुपातून घेतल्यास फायदा होतो.

रक्तदाब वाढला असता सुपारी चघळल्यास रक्तदाब कमी होण्यास मदत होते. योग्य प्रमाणात नियमित सुपारीच्या सेवनाने रक्तदाब नियंत्रणात राहू शकतो. सुपारीतील एरिकोलीन हा घटक हृदयाची गती कमी करतो व त्यामुळे रक्तदाब कमी होतो. त्यामुळे प्रमाणापेक्षा जास्त खाल्यास हृदयावसाद होऊ शकतो. त्वचा विकारांमध्ये विशेषतः शीतपित्त, इसब, रिगवर्म अशा विकारांत त्वचेची खाज कमी करण्यासाठी सुपारी उगाळून लेप केला असता फायदा होतो. जास्त खाज येत असल्यास सुपारीची राख तिळतेलातून लावल्यास खाज कमी होते.

एवढे फायदे असूनही सुपारीचे सतत सेवन करू नये. त्याने रक्तदाब प्रमाणापेक्षा कमी होऊन चक्कर येण्याची शक्यता असते. तसेच तोंडात रुक्षता निर्माण होऊन व्रण निर्माण घेण्याची शक्यता असते. यामुळे सुपारीचे सेवन काळजीपूर्वक करावे.

सुपारीमुळे श्वासनलिका आकुंचित होतात. यामुळे श्वासाचा त्रास असणाऱ्यांनी खाऊ नये, अथवा श्वासावरोध शकतो.

आतापर्यंत आपण पूजाविधीमध्ये वापरल्या जाणाऱ्या बहुतेक सर्व वनस्पतींची माहिती बघितली आहे. पुढील अंकापासून रोजच्या स्वयंपाकात वापरल्या जाणाऱ्या वनस्पतींची माहिती घेऊयात. ❀ ❀ ❀

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.

वार्षिक वर्गणी : रु. ३००/-

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 (प) 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.

(पान १ वरून)

प्रकट व्हायला काही काळ जावा लागतो अशा वेळी रुग्णाची गंभीर परिस्थिती लक्षात घेता काही निर्णय हे लक्षणांची वाट न बघता अनुभव व ज्ञानाच्या जोरावर घेतले जातात. बऱ्याचदा अशा तातडीच्या निर्णयांमुळेच रुग्ण वाचतात परंतु काही वेळा असे निर्णय चुकूही शकतात किंवा तातडीच्या उपचारांनंतरही रुग्ण वाचत नाही मग अशा वेळी परत डॉक्टरांनाच दोषी धरले जाते.

आज जागोजागी कोसळणाऱ्या इमारती, कोसळणारे पूल, खचणारे रस्ते, नद्यांना येणारे पूर, ढगफुटी अशा गोष्टींमध्ये हजारो लोकांचा मृत्यु होतो. त्यांच्या घरादारांचे नुकसान होते पण या सर्व नैसर्गिक आपत्ती म्हणून त्यात जबाबदारी निश्चित केली जात नाही. पण बहुतांशी वेळा या गोष्टी या गैरव्यवहार, भ्रष्टाचार, निकृष्ट दर्जाचे साहित्य वापरणे, चुकीची सरकारी धोरणे व निर्णय यासारख्या गोष्टींचे कालांतराने दृश्यमान होणारे परिणाम असतात. मात्र त्यासाठी फक्त ठेकेदाराला जबाबदार धरतात. असा निर्णय घेण्यामागील राजकारणी, बिल्डर्स, नेते, इंजिनीअर्स आदिंना कधी धक्काबुक्की, मारहाण आदी होताना दिसत नाही. तसे होणे अपेक्षितही नाही. परंतु डॉक्टर्स हे समोर उपलब्ध असतात त्यामुळे त्यांच्यावर सर्व राग काढला जातो. अशा हिंसक प्रकारांतही बऱ्याचदा स्थानिक गावगुंड व राजकारणी यांची फूस असते व ते अशा प्रकारांतून आपले वर्चस्व निर्माण करू बघत असतात. मात्र हे प्रकार सामाजिक स्वास्थ्याचा विचार करता अत्यंत निंदनीय व धोकादायक आहेत. कायदा हातात घेऊन हिंसा व तोडफोड करण्याची ही प्रवृत्ती ही केवळ वैद्यकीय क्षेत्रासाठी नाही तर सर्वच समाजासाठी घातक आहे. सर्वच क्षेत्रातील तज्ज्ञ मंडळी ही 'मुन्नाभाई पद्धतीने' तज्ज्ञ झालेली नसतात तर कठोर मेहनत करून ते पुढे आलेले असतात. तसेच सर्वच प्रश्नांची उत्तरे 'मुन्नाभाई पद्धतीने', शार्टकटने मिळत नाहीत. हे समजून घेणे आवश्यक आहे. ❀ ❀ ❀