INDEX.

(FOR THIRD VOLUME.)

ORIGINAL ARTICLES.

ARTICLES.	CONTRIBUTORS.	PAGE.
An Efficient Method of Preventing Deaths from Burns ...	Ramanarayan, L. M. & S. ...	27
A Short Sketch of Ancient Medical Works ...	Hakim M. K. Syed Muhamed Pulawar ...	176
A Word to the Western Doctors ...	Mahamahopadhyaya Kaviraj Gananath Sen, M. A., L. & M. S., Vidya Nidhi ...	121
Ayurveda ...	P. Ramakrishna Aiyar, B. A., Ayurvedic Physician ...	52
Banana as Food ...	A. M. Masilamani Mudaliar, L. M. & S...	25
Bath and its Therapeutic Uses ...	M. Madhava Menan, Ayurveda Bhushan ...	100
Bran and its Therapeutic Value ...	J. V. Ramaswami Naidu, L. M. & S. ...	73
Charges against Ayurveda ...	Mahamahopadhyaya, Kaviraj Gananath Sen, M. A., L. M. & S. ...	97
Cold in the Head ...	K. Subrahmanya Aiyar, Ayurvedic Physician ...	193
Control of Communicable Diseases ...	Ramanarayan, L. M. & S. ...	76
Datura and its Uses ...	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physician.	28
Diarrhœa and its Treatment ...	A. Lakshmipathi, B. A, M. B. & C. M.	251
Earache and its Treatment ...	S. Krishnaswami Vaidyar ...	10
Enlargement of the Spleen and Liver ...	U. S. Jagadisa Aiyar, Physician & Surgeon ...	189
Exercise in the Treatment of Diabetes ...	Ramanarayan, L. M. & S. ...	123
Guinea-worm Disease ...	Ramanarayan, L. M. & S.	191
Gun-shot Wounds ...	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physician...	7
Habits and their Effects ...	T. A. Agastya Sarma, Physician & Surgeon ...	230, 254
Health and Education ...	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physician...	54
Health of Children ...	Rao Bahadur Dr. C. B. Rama Rao, B.A., M.D. ...	156
Holidays and their Uses ...	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physician.	194
How to Diagnose the Diseases ...	P. G. Ganapati Sastri, Ayurveda Bhushan ...	57
How to Use Cow's Milk for Children ...	J. V. Ramaswami Naidu, L. M. & S. ...	229
Hygiene in Elementary Schools ...	E. R. Sankara Aiyar, Ayurvedic Doctor ...	29
Method of Medical Inspection of Schools ...	J. V. Ramaswami Naidu, L. M. & [illegible] ...	169
Natural Mineral Waters ...	A. M. Masilamani Mudaliar, L. M. & S.	[illegible]4
Our Enemy Intemperance ...	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physic[illegible]	1[illegible]
Palpitation of the Heart ...	A. Kesava Sarma, Ayurvedic Phy[illegible]cian	169, 209
Physical Effects of Alcohol ...	K. Vijayarangam, Ayurvedic P[illegible]cian ...	[illegible]29, [illegible]49
Prevention of Old Age ...	V. Kuppuswami Naidu, [illegible] Practitioner ...	216

		Page.
Small-pox and the Importance of Vaccination...	B. Ethirajulu Naidu, L. M. & S. ...	107
The Benefits of Learning of Hygienic Principles for Women ...	K. Rajagopala Chariar, B. A. ...	151
The Claims and Ideal of Hindu Medicine ...	Mahamahopadhayaya Kaviraj Gananath Sen M. A., L. M. & S. ...	250
The Common Bilious Attack ...	K. Subrahmanyam, Ayurvedic Physician ...	3
The Diagnosis of Pulmonary Tuberculosis ...	C. Krishna Reddy, B. A., M. B. & C. M.	49
The Government and the Indigenous Systems of Medicine ...	P. R. Sarma, Medical Practitioner ...	211
The Hygienic Value of Occasional Change of Diet ...	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physician.	124
The Method of Medical Inspection of Schools...	J. V. Ramaswami Naidu, L. M. & S. ...	209
The Progress of the Ayurvedic System of Medicine ...	K. S. Duraiswami Pandithar, Ayurvedic Physician ...	80
The Soldiers' Temperance League ...	V. Kannan Nambiyar, Medical Practitioner ...	216
The Superiority of Humanity and its Preservation ...	Prof. Rajagopala Aiyar, M. A. ...	233
The Use of Flow of Tears ...	K. Rama Sastri, Ayurvedic Physician.	213
Tubercular Glands of the Neck ...	C. H. Huyton, B. A., M. D. ...	140
Ways of Health ...	H. E. Biler, D. D. S. ...	104

LEADING ARTICLES.

	Page.
A Brief Historical Survey of Ayurvedic Literature ...	238
An Appeal to Our Subscribers ...	260
A New Ayurvedic Free Dispensary at Tirupur ...	16
Backache ...	36
Beal and its Medicinal Properties ...	127
Care of Cataract Treatment ...	11
Catechism on Hygiene ...	220
Diabetes and its Treatment ...	31
Drug Drinking Folly ...	132
Drugs and Medicines, 20, 42, 68, 91, 117, 1[illegible]2, 163, 185, 205, 226, 244, 265.	
[illegible]ever is not a Disease ...	180
[illegible]rst [illegible] in Accidents, 19, 37, 63, 87, [illegible]34, 161, 181, 202, 225, 242,	
[illegible] of Our People ...	198
[illegible]orth Trying ...	82
[illegible]ficial ? ...	160

	Page.
Lessons on Temperance ...	33
Malaria in Madras ...	133
Medical Instruction in Vernaculars ...	178
Medical Registration Act ...	134
Military Life and Physical Health ...	17
Notes and Items of Interest, 23, 46, 71, 95, 119, 144, 166, 187, 208, 228, 247, 268.	
Prevention of Typhoid Fever ...	240
The Crippled Heart ...	257
The Hospital Treatment ...	112
The Lost Ayurvedic Literature ...	157
The Madras Medical Council ...	85
The Milk and its Adulteration ...	201
The Present State of Ayurveda and the Need for Reform ...	217
The Seventh All-India Ayurvedic Conference and Exhibition ...	17
Views of Sir P. Lakis on Indigenous Systems of Medicine ...	62
Wake up Ayurvedic Doctors ...	59
Water Hyacinth ...	131

அட்டவணை.

[வைத்தியகலாநிதி—மூன்றாவது புஸ்தகம்.]

விசேஷ வியாஸங்கள்.

வியாஸங்கள்.	வியாஸமெழுதியவர்கள்	பக்கம்.
அடிக்கடி ஆஹாரத்தை மாற்றுவதும் ஆரோக்கிய விசேஷமும் ...	எம். எஸ். ஐயங்கார், ஆயுர்வேத சிகித்ஸகர் ...	124
அதிஸாரமும் அதன் சிகித்ஸையும் ...	ஏ. லக்ஷ்மீபதி, பி. ஏ., எம். பி. ஸி. எம். ...	251
ஆதிவைத்திய சாஸ்திரங்களின் சுருக்கமான வரலாறு ...	ஹகீம் எம். கே. ஸயித்முகமத் புலவர், யூனானி வைத்தியர் ...	176
ஆயுர்வேதத்தின்மேல் சுமத்தப்படும் தோஷங்களும் அவற்றிற்கு ஸமாதானங்களும் ...	மஹாமஹோபாத்தியாய, கவிராஜ் கணநாத ஸேன், எம். ஏ., எல். எம். எஸ். ...	97
	பி. இராமகிருஷ்ண ஐயர், பி. ஏ., ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	52
ஆயுர்வேதம் ...	கே. எஸ். துரைஸ்வாமி பண்டிதர், வைத்தியர் ...	80
ஆயுர்வேத வைத்தியாபிவிருத்தி ...	எச். இ. பைலர், டி. டி. எஸ். ...	104
ஆரோக்கிய மார்க்கங்கள் ...	எம். எஸ். ஐயங்கார், ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	44
ஆரோக்கியமும் கல்வியும் ...	மஹாமஹோபாத்தியாய, கவிராஜ் கணநாத ஸேன், எம். ஏ., எல். எம். எஸ். ...	250
இந்திய வைத்திய முறையின் உரிமையும் நோக்கமும் ...	ஏ. எம். மாசிலாமணி முதலியார், எல். எம். அண்ட் எஸ். ...	1
இயற்கையில் கனிஜவஸ்துக்கள் கலந்த ஜலங்கள் ...	எம். எஸ். ஐயங்கார், ஆயுர்வேத சிகித்ஸகர் ...	28
ஊமத்தையும் அதன் உபயோகமும் ...	ஆர். இராமசாஸ்த்ரி, ஆயுர்வேத சிகித்ஸகர் ...	213
கண்ணீர் விடுதலும் அதன் உபயோகமும் ...	எஸ். கிருஷ்ணஸ்வாமி வைத்தியர் ...	10
காதுவலியும் அதன் சிகித்ஸையும் ...	வி. குப்புஸ்வாமி நாயுடு, மெடிகல் பிராக்டீஷனர் ...	174
கிழத்தனம் வாராமல் காப்பது ...	யு. எஸ். ஜகதீச ஐயர், பிஸிஷன் அண்ட் ஸர்ஜன் ...	189
குழந்தைகளுக்கு வயிற்றிலுண்டாகும் கட்டிகள் ...	ராவ் பஹதூர், டாக்டர் வி. பி. இராமராவ், பி. ஏ., எம். டி. ...	136
சிறுவர்களின் தேஹாரோக்கியம் ...	பி. ஆர். சர்மா, வைத்தியர் ...	211
சுதேச வைத்தியமுறைகளும் துரைத்தனத்தாரும் ...	ஜே. வி. இராமஸ்வாமி நாயுடு, எல். எம். எஸ். ...	73
தவிடும் அதன் ஔஷதோபயோகமான குணங்களும் ...	ஜே. வி. இராமஸ்வாமி நாயுடு, எல். எம். எஸ். ...	229
தாய்ப்பாலில்லாத குழந்தைகளுக்குப் பசும்பால் உபயோகிக்கும் முறை ...	இராமநாராயணன், எல். எம். எஸ். ...	76
தொற்றுவியாதிகளை அடக்கும் முறைகள் ...	ஆர். நாராயணன், எல். எம். எஸ். ...	191
நரம்புச்சிலந்தி வியாதி ...	இராமநாராயணன், எல். எம். எஸ். ...	123
நீரழிவு ரோகிகளின் சிகித்ஸையில் வியாயாமம் ...	இராமநாராயணன், எல். எம். எஸ். ...	27
நெருப்புத்தாக்குவதாலுண்டாகும் மரணங்களைத் தடுப்பதற்கு ஒரு உபயோகமுள்ள முறை ...	டி. ஏ. அகஸ்திய சர்மா, பிஸிஷன் அண்ட் ஸர்ஜன் ...	230, 254
பழக்கத்தின் பயன் ...	ஜே. வி. இராமஸ்வாமி நாயுடு, எல். எம். எஸ்.	169, 209
பள்ளிக்கூடங்களில் மாணாக்கர்களின் தேஹநிலைமைகளைப் பரிசோதித்தல் ...	இ. ஆர். சங்கரஐயர், ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	29
பாலபோஷணைக்குரிய பள்ளிக்கூடங்களில் ஆரோக்கியமுறை ...	ஸி. கிருஷ்ணரெட்டி, பி. ஏ., எம். பி. ஸி. எம். ...	49
புப்புஸ ஸம்பந்தமான க்ஷயரோக விஞ்ஞானம் ...		
போர்ச்சேவகர்கள் மதுபானத்தை விலக்கச் செய்யும் ஸபையார் ...	வி. கண்ணன் நம்பியார், ஆயுர்வேத சிகித்ஸகர் ...	216

		பக்கம்.
மதுபானம் ஆகிய சத்துரு ...	எம். எஸ். ஐயங்கார், ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	172
மதுவிஷத்தினால் மானிடதேஹம் அடையும் சேது ...	சே. விஜயரங்கம், ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	17
மஸூரிகையும் அம்மைக்குத்துதலின் ஆவச்யகமும் ...	பி. ஏகிராஜுலு நாயுடு, எல். எம். எஸ். ...	107
மானிட தேஹத்தின் உயர்வும் அதன் பாதுகாப்பும் ...	ப்ரொபஸர், இராஜகோபாலாசாரியர், எம். ஏ. ...	233
மேனாட்டு வைத்தியர்களுக்கு ஓர் வார்த்தை ...	மஹாமஹோபாத்தியாய, கவிராஜ் கணநாதஸேன், எம். ஏ., எல், எம். எஸ். ...	121
வழக்கமாய் உண்டாகும் பித்தவிகாரம் ...	கே. ஸுப்ரமணியம், ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	3
வாழைப்பழ உணவு ...	ஏ. எம். மாசிலாமணி முதலியார், எல். எம். எஸ். ...	25
விடுமுறை நாட்களும் அவற்றின் உபயோகங்களும் ...	எம். எஸ். ஐயங்கார், ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	194
வியாதிகளைப் பரீக்ஷித்து நிர்த்தாரணம் செய்வதெப்படி? ...	பி. ஜி. கணபதி சாஸ்த்ரி, ஆயுர்தே பூஷண ...	57
வெடிகுண்டு பாய்வதாலான புண்கள் ...	எம். எஸ். ஐடங்கார், ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	7
ஜலதோஷம் ...	கே. ஸுப்ரம்மணிய ஐயர், ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	193
ஸ்திரீகள் சுகாதார விஷயங்களைக் கற்பதாலான நன்மைகள் ...	கே. இராஜகோபாலாசாரியர், பி. ஏ. ...	151
ஸ்நானமும் வைத்தியோபயோகமான அதன் குணங்களும் ...	எம். மாதவமேனன், ஆயுர்வேத பூஷண ...	100
ஹ்ருல்லாஸம் என்னும் வியாதி ...	ஏ. கேசவசர்மா, ஆயுர்வேத வைத்தியர் ...	145
க்ஷயரோகச் சிலந்திக்கு ஆதாரமான கழுத்திலுள்ள கிரந்திகள் ...	வி. எச். ஹைடன், பி. ஏ., எம். டி. ...	149

பத்திராதிபருடைய வியாஸங்கள்.

	பக்கம்.
அகிலபாரத ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளனமும் பொருட் காட்சியும் ...	17
அபாயங்களில் பிரதம உதவி, 19, 37, 63, 87, 115, 134, 161, 181, 202, 225, 242, 261 ...	
ஆயுர்வேதத்தின் சுருக்கமான வரலாறு ...	238
ஆயுர்வேதத்தின் தற்கால நிலைமையும் அதற்கு அவச்யமான சீர்திருத்தமும் ...	217
ஆயுர்வேத வைத்தியர்களே கண் விழியுங்கள் ...	59
ஆஸ்பத்ரிகளில் வைத்தியம் செய்துகொள்ளுதல் ...	112
இடுப்புவலி ...	36
இந்திய ஒளஷதச்சரக்குகளை இப்பொழுதாவது உபயோகிப்பது உத்தமம் ...	82
இராணுவ ஊழியமும் சரீரவன்மையும் ...	17
காசமென்னும் கண்வியாதியின் சிகித்ஸையைப்பற்றிய எச்சரிக்கை ...	11
குன்றிய இருதயம் ...	257
சுகாதார வினாவிடை ...	220
சுதேச வைத்தியமுறைகளின் விஷயத்தில் ஸர். பி. லூகிஸ்வின் அபிப்பிராயம் ...	62
சென்னையில் விஷமஜ்வரம் ...	133
சென்னை வைத்திய ஸங்கம் ...	85
திருப்பூரில் ஒரு புதிய ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலை ...	16
தேச பாஷைகளில் வைத்தியம் கற்பித்தல் ...	178
நமது தேசத்துப் பிரஜைகளின் சுகவாழ்க்கை ...	198
நமது பத்திரிகையைப் படிப்பவருக்கு ஒரு வேண்டுகோள் ...	260
நாம் இழந்துவிட்ட ஆயுர்வேத நூல்கள் ...	157
நீரிழிவு ரோகமும் அதன் சிகித்ஸையும் ...	31
பாலும் அதன் கலப்பும் ...	201
பில்வமும் அதன் ஒளஷதத் தன்மைகளும் ...	127
பேய்த்தாமரை யென்னும் ஒரு கொடிய நீர்ப்பூண்டு ...	131
மதுவைப்பற்றிய குறிப்புகள் ...	33
மருந்துண்ணும் மதுயீனம் ...	132
வெயில் விசேஷ குணந்தரக்கூடியதாம்? ...	160
வைத்தியப்பதிவு சட்டம் ...	134
ஜ்வரம் ஒரு வியாதியல்ல ...	180
ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தைத் தடுக்கும் முறை ...	240

ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

	பக்கம்.
அடிக்கடி ஜலம் இறங்குதல் ...	227
அதிநித்திரையும் திமிரும் ...	22
ஆசார சரபாதி சூர்ணத்தை உட்கொள்ளும் வகை.	93
ஆமவாதம் ...	267
இருதய வியாதி ...	246
எண்ணெயும் நேத்திரா ரோக்யமும் ...	142
ஒருவித தலைநோய் ...	22
கழுத்து வலி	187, 227
களகண்டம் என்னும் கிரந்தி ...	165
கஸ்தூரி ...	118
காக்கை வலி ...	165
காது வியாதிகளுக்கான புஸ்தகம் ...	165
கிரோவின் எண்ணெயும் ஜயதுண் எண்ணெயும்	44
குங்கிலியத் தைலம் ...	119
குழந்தைகளுக்கு ஏற்ற உணவு ...	207
கொறுக்கு வலி அல்லது இசிவு ...	143
சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையிலுள்ள சில ஒளஷதங்கள்	143
சில அபூர்வ ஒஷதிகள் ...	45
சில சரக்குகளை உபயோகிக்கும் வகை ...	186
சிறு குழந்தைகளுக்கு உணவு ...	44
செவி சிரஸ்ஸுகளில் இரைத்தல் ...	207
தத்ரு என்னும் படை ...	70
தாதகியும் வாருணீ மூலமும் ...	94
தூர்ப்பல ஹ்ருதயமும் ட்ராம்வண்டிப் பிரயாணமும் ...	207
நாசி-செவிகளைப் பற்றிய நோய் ...	23
நாசி-செவிகளைப்பற்றிய வினாவுக்கு விடை ...	44
நாடாப் பூச்சிகளுக்கு சிகித்ஸை ...	40
நீடித்த வயிற்று வலி ...	246
நீரடிமுத் தெண்ணெய் ...	94
பலம் பெறுவதற்கேற்ற உணவு ...	143
பீஜவீக்கத்திற்கு சிகித்ஸை ...	246
புகையிலைப் பழக்கம் ...	70
மதுமேஹம் ...	186
வாய்ப் புண் ...	45
விடங்காரிஷ்டம் ...	227
விஹ்நநாத குக்குலு ...	266

ஒளஷதச் சரக்குகளும் ஒளஷதங்களும்.

	பக்கம்.
அதிவிடயம் ...	117
அபஸ்மாரத்திற்கு நவீன சிகித்ஸை ...	93
அபினிச்சத்தின் அபூர்வகுணம் ...	43
அமிதமான மாதவிடாயில் கஞ்ஜா ...	141
அயோடைனும் ப்ளேகும் ...	155
அலரி ...	21
அழிஞ்சில் ...	68
அஜீர்ணபேதிக்குக் கைகண்ட ஒளஷதம் ...	186
ஆமணக்கெண்ணெயின் வாஸனையை மறைக்கும் வகை ...	245
இந்துப்பும் படிக்காரமும் ...	117
உணி யென்னும் பருக்களுக்கு மருந்து ...	167
கடற்பாலை ...	92
கண்டமாலையில் வெந்நீர் சிறந்த ஒளஷதம் ...	206
கற்பூரத் தைலம் ...	245
காடி ...	41
காட்டாமணக்கு ...	41
கால்சீரியா-ச்வாஸகாஸத்திற்கு ...	186
காவட்டம் புல் ...	91
கானான் ...	266
காவீஸாதி தைலம் ...	226
கிச்சிலி ...	140
குரல்வளை அழற்சியில் கிரோவினெண்ணெய்.	43
சதகுப்பி ...	244
சரக்கொன்றைப்புளி ...	118
சர்க்கரை வியாதியைப் போக்கும் ...	164
சஸ்திர சிகித்ஸையில் ஆமணக்கெண்ணெய் ...	69
சஸ்திர சிகித்ஸையில் வெள்ளிரேக்கின் உபயோகம் ...	92
சாகடகூநிணிகளுக்கு ஒரு நல்ல செய்தி ...	141
சாமந்திப்பூத் தைலம் ...	69
சிலாஜது ...	265
சிறுபூலை ...	205
சீமை மிளகாயும் நீரிழிவு ரோகமும் ...	206
சுக்ரஸ்கலநத்தைத் தடுக்கும் ஒளஷதம் ...	206
சூரியகாந்தி ...	21
சேனைக் கிழங்கு ...	226
சோம்பு ...	244
டர்பண்டைன் ...	69
தாம்ரம் ...	69
தேன் நீரிழிவில் குணந்தரக்கூடியது ...	206
நாகதும்பீ ...	185
நாட்டு அக்ரோட் ...	68
நாயுருவி ...	42
நாவல் ...	43
பஞ்சவக்த்ர ரஸமாத்திரை ...	206
பாரிஜாதம் ...	92
பெருங்காயத்தின் விசேஷம் ...	164
பெருந்தத்தி ...	41
பேராத்தை ...	68
பொடாஸியம் பெர்மாங்கனேட் ...	245
மஞ்சட் கடம்பு ...	205

	பக்கம்.
மஞ்சள் பாவட்டை	... 20
மஞ்சாடி	... 117
மதுமேஹத்தில் சுண்ணாம்பு	... 200
மலபந்தத்தில் ஆரஞ்ஜ் என்னும் கிச்சிலிப்பழம்.	266
யானைக் கற்றாழை	 226
யூக்லிப்ட்ஸ் எண்ணெய்	... 68
ரணங்களை ஆற்ற ஸமுத்திர ஜலம்	... 42
வசம்பு	... 163
வயிற்றுக் கிருமிகளுக்கு டர்பண்டைன்	... 164
வாஸனைப் புல்	... 20
விலாரியின் விசேஷம்	... 140
வினீகர் என்னும் காடி	... 245
வெள்ளியும் பொட்டிலுப்பும்	... 226
வெள்ளுள்ளி இரங்களைப் போக்கும்	... 41
வேளை	... 21
ஜம்பூ	... 43
ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தில் கந்தகம்	... 43
ஸால்வார்ஸன் என்பதற்குப் பதிலாக ஒரு நூதன ஔஷதம்	... 245
ஸ்வர்ணவங்கம்	... 42

பலவகைக் குறிப்புகள்.

	பக்கம்.
அக்னிவ்ரண சிகித்ஸை	... 208
அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம்	... 268
ஆவிட்ஸ் என்னும் காரங்களாலுண்டாகும் அபாயங்கள்	... 96
ஆஹாரமும் நீண்டகால வாழ்வும்	... 144
இரண்டு வைத்தியசாஸ்திர நிபுணர்களின் மரணம்	... 268
இராஜப்பிளவை உண்டாவதெப்படி	... 197
உப்பும் கொய்னாவும் சர்க்கரையும்	... 96
எவ்வித ஸ்த்ரீயை மனைவியாகக் கொள்ளலாம்.	95
ஒடிந்த முகவாய்க்கட்டையெலும்பைப் புதுப்பித்தல்	... 167
ஒரு துப்பாக்கி ரவையுடன் கூடிய இருதயம்...	46
ஒரு புத்திசாலியான மாணாக்கன்	... 68
ஒருவர் பிறந்தநாள் கிழமைகளைக் கண்டறியும் வகை	... 248
ஔஷதச் சரக்குகளின் பஞ்சம்	... 191
கடுகு ஞாபகசக்தியை விருத்திசெய்யும்	... 24
கர்ப்பகாலத்தில் ஜயதூண் எண்ணெய்	... 188
களகண்டத்திற்கு சிகித்ஸை	... 228
கற்பூரத்திற்கு விஷத்தன்மை	... 72
காடிக்காரமும் சிரங்கும்	... 228
சாதுக் குரும்பியைப் போக்குதல்	... 47
குழந்தைகளின் இறைப்பைக் கோளாறில் வராட பஸ்மம்	... 96
குழந்தைகளுக்கு சில வியாதிகளின் முக்கியமான குறிகள்	... 247
குஷ்டரோகம்	... 120
க்ருஃரவீ என்னும் வாதரோகம்	... 72
சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை	... 95
சிரக்சபாலத்தில் சிறந்த சஸ்திர சிகித்ஸை ...	71
சென்னை வைத்திய ஸங்கமும் ஆயுர்வேதமும்	120
சோர்வு அல்லது மூர்ச்சைக்கு சிகித்ஸை	... 167
டாக்டர்கள் சரிதாய் விட்டனர்	... 24
டெல்லியில் ஓர் ஆயுர்வேத டிப்பிகாலேஜ்	... 119
தண்ணீர் க்ஷயரோகிகளுக்கு உத்தம ஔஷதம்.	72
தேச பாஷைகளில் வைத்தியம் கற்பித்தல் ...	120
தொண்டையின் கிரந்தியில் ஒரு கிருமி	... 187
தொழிலில் நிபுணரான ஒரு டாக்டர்	... 48
நமது கொடிய சத்ரு	... 168
நேத்திரம் ஓர் ஆச்சரியகரமான யந்திரம்	... 48
பசளைக்கீரை அழகைக்கொடுக்கும்	... 24
பருக்களுக்கு எளிதான ஔஷதம்	... 228
பல் முளைத்தல்	... 47
பற்களில் இணைத்து எழுதும் கருவி	... 228
பாதரஸமும் கர்ப்பிணியும்	... 168
பால்	... 48
புட்டாளம்மை	... 268
புல் மனிதருக்கும் உணவாம்	... 46
புஸ்தக வரவு,	46, 71, 95, 144, 166
பூனா ஆயுர்வேத வைத்தியசாலை	... 23
மலேரியாவுக்கு ஏற்றவயது	... 168
மதுபாணிகளைப்பற்றிய ஒரு வினாவிடை	... 166
மனத்தொல்லையும் மகிழ்ச்சியும்	... 48
மனிதரின் ஜீவிதகால அளவு	... 193
மாம்ஸ பேசிகளைப்பற்றிய ஆமவாத சிகித்ஸை.	188
மூசப்பருக்களுக்கு சிகித்ஸை	.. 268
மூட்டுப்பூச்சிகளையும் பேன்களையும் போக்க சுலபமான உபாயம்	.. 47
மூர்ச்சையில் கவனிக்கத்தகுந்த சிகித்ஸை	... 188
யுத்தமுனைக்கு ஒரு ஹோமம்	... 168
யூரேஸ் ப்ருட்ஸால்டினால் ஏற்பட்ட செல்வம்	167
ரோகபரீக்ஷைக்குப் புலன்களே மேலான கருவிகள்	247
வாழைச்சாற்றால் ஸர்ப்பந்தீண்டியவன் சுகமடைந்தான்	... 228
வெங்கடரமண வைத்தியசாலை	... 208.
வெயிலுக்குள்ள வியாதிநிவாரண சக்தி	... 228
வைத்தியசாஸ்திர ஆராய்ச்சிக்கு ஐம்பதினாயிரம் டாலர்கள்	... 247
வைத்தியம்படிக்க விசேஷ ஏற்பாடு	... 1?8
வௌவால் அல்லது துரிஞ்சில் கொசுக்களை அழிக்கும்	 47
ஜப்பானியர் அம்மைகுத்தும் முறை	... 228
ஸந்நிபாதஜ்வரத்தை ஸ்வஸ்த்தம் செய்ய ஒரு நூதன முறை	... 24
க்ஷயரோகத்தில் வெள்ளைப் பூண்டு	... 23
க்ஷயரோகத்திற்கு முக்கிய காரணம்	... 144
93-வது வயதில் யௌவனம்	... 208

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR: Pandit M. Duraiswami Aiyangar, *Ayurveda Bhushan.*

பத்திராதிபர்: பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol. III. — ராக்ஷஸ௵ ஆவணி௴—SEPTEMBER—1915. — ஸஞ்சிகை 1. No. 1.

NATURAL MINERAL WATERS.

இயற்கையில் கனிஜவஸ்துக்கள் கலந்த ஜலங்கள்.

By. A. M. MASILAMANI MUDALIAR, L. M. & S.
Asst. Superintendent, Royapuram medical School
(*now on other duty*)

இயற்கையிலேயே கனிஜவஸ்துக்கள் கலந்த இத்தகைய ஜலங்கள் சிலவிடங்களில் சுயமாக உற்பத்தியாகும் ஊற்றுகளிலிருந்து கிடைக்கக் கூடியனவாயிருக்கின்றன; இந்த ஜலங்களில் பெரும்பான்மையானவற்றில் கரியமிலவாயு கலந்திருப்பது இயல்பு. இந்த நீர்களில் அடங்கியுள்ள கனிஜபதார்த்தங்கள் பல வேறு விதமானவையாம்; ஆனால் அவற்றுள் ஸாதாரண கறியுப்பும், உழமண் ஸம்பந்தமான அல்லது சுண்ணாம்பு ஸம்பந்தமான க்ஷாரவகைகளுமே விசேஷமாய் அடங்கியவை. நாம் ஸாதாரணமாய் உணவுகளில் அல்லது உணவுகளுடன் உபயோகிப்பதற்கும், நாவறட்சி முதலியதில் பருகுவதற்கும் கிரஹிக்கும் ஜலத்தில் கனிஜ வஸ்துக்கள் 100-க்கு அதிகமாக அடங்கியிருக்கக்கூடாது; அந்த அளவுக்கு மேற்பட்டால் அந்தந்த உப்புக்கு இயல்பான தன்மைகளை அவ்வஸ்துக்கள் தாதுக்களில் அநாவசியமாகக் காட்டத் தொடங்கும்.

பருகும் ஜலத்தில் கரியமிலவாயு கலந்திருப்பதால் உணவு ஸம்பந்தமான எவ்வித உபயோகங்களைப் பெறக்கூடும்? அது சிறிது தீக்ஷ்ணமான இனிய சுவையுடையதாயிருப்பதுமல்லாமல், கரியமிலவாயு ஜீர்ணவேலைக்கு உண்மையில் உதவிபுரிகிறதென்று அறியப்படுவதாக ஒருவன் கருதக்கூடும். ஆனால், கனிஜ வஸ்துக்கள் கலந்த ஜலங்கள் மட்டும் பானவகைகளில் முதல்தரமானவையென்று நிச்சயமாகக் கூறலாம்; ஏனெனில் ஆமாசயத்திராவம் (gastric juice) என்னும் ஒருவித நீரை அதிக அளவாகவும் சீக்கிரமாகவும் சுரப்பிப்பதற்கு ஆதாரமான அந்த ஜலங்களில் அடங்கியுள்ள கனிஜ பதார்த்தங்கள் ஜீர்ணவேலைக்கு நன்றாக உதவி புரிகின்றன.

இவ்வளவு தூரம் அவ்வித பானங்களைப் பற்றி பலர் பலவிதமாகப் புகழ்ந்தபோதிலும், உணவுகளில் அவை அவ்வளவாய் அவசியமானவையல்ல வென்றே சொல்லவேண்டும். சில நடவடிக்கைகள் அல்லது பழக்கங்கள் தேஹத்திற்கு உண்மையில் நன்மைபுரிவதாகக் கருதக்கூடாதவையாயிருந்தும், அவை எவ்விதமோ அப்யஸிக்கப்பட்டுவர, அதைத் தொடர்ந்து செய்யும்பொருட்டு அப்பால் அவ்விஷயத்திற்காக ஒருவிதமில்லாவிட்டால் ஏதோ மற்றொரு வகையிலாவது வியாஜமாக மன்னிப்புக்

கூறக்கூடிய அவ்வித ஜனங்கள் உலகத்தில் பலர் உண்டு. நாம் எவ்விஷயத்திற்கும் எளிதில் இடங்கொண்டு இடங்கொடுக்குந்தன்மையராகவும், இடங்கொடுக்க வேண்டியவர்களாகவும் இருந்து வருகிறோம். ஆனால் உண்மையான விஷயங்களை யெவற்றிலும் முக்கியமாய் சாஸ்திர ஸம்பந்தமான தத்துவங்களைப்பற்றிய உண்மைகளை கௌரவிக்கவேண்டியது நமது கடமை. வாழ்நாட்கள் முடியவும் அர்த்தமில்லாத அநாவசியகமான அப்யாஸங்களுக்கு வீணில் வசப்படாமல் சிறந்த நடவடிக்கைகளுடன் காலங் கழிப்பவர் எத்தனைபேர் இல்லை? அநாவசியகமான அவ்வித வழக்கங்களுக்கு உட்பட்டவர் எவரோ அவர் அதை எவ்வளவு சீக்கிரத்தில் விட்டு விடுகிறார்களோ அவ்வளவும் நன்மை. நாம் மிகவும் முக்கியமாய் அப்யஸிக்கவேண்டிய அநேகம் அம்சங்களுண்டு. அவ்விதம் அவசியமாகவேண்டிய பழக்கங்களைக்கைப் பற்றி, துர்வழக்கங்களை அல்லது பொருளற்ற வழக்கங்களைப் பரிஹரிக்கமுயலுவது முடியாத காரியமல்ல. டாக்டர் ஆர். ஹட்சின்ஸன் இவ்விஷயமாகக் கூறும் சில வாக்கியங்களையும் இங்கு எடுத்துக்கூற விரும்புகிறேன்:—"எவ்விதமாயினும் அவ்வகையான ஜலங்களை உபயோகிக்கக்கூடாத சில கேஸுகளும் உண்டு. கரியமிலவாயு இரைப்பையில் சேர்ந்ததும், அங்கிருந்து அவ்வாயு இரத்தத்தில் வெகு வேகமாகக் கலந்துவிடும்; ஆனால் இரத்தத்திலுள்ள திரவபாகத்தில் ஏற்கனவே இவ்வாயு அதிக அளவு உண்டு; அந்நிலைமையில் இன்னும் அதிகமாக இக்கரியமிலவாயு இரத்தத்திற் சேர்ந்து வருவதால், கருமேஹம் (cyanosis) என்னும் ஒருவிதநோய் எளிதில் உண்டாகக்கூடும்; ஆகையால் இவ்வாயுவை மேன்மேலும் இரத்தத்திற் சேர்க்காமலிருப்பது நலம். இவ்வாயுவானது இரைப்பையை விரியச்செய்து, அதிலிருந்து சீக்கிரம் இரத்தத்தால் உறிஞ்சப்படுவதால், உடனே அவ்வித மாறுதல் அடிக்கடியும் ஸம்பவிப்பதைக்கொண்டு காலவளவில் அவ்வவயவமும் சீர்குலைந்து விடும்; சில ஸமயம் இரைப்பையில் இதனால் ஒருவிதமாய் சதை வளர்ச்சி யேற்படுவதுமுண்டு; அப்பொழுது இரைப்பையின் இவ்வித வேலையோடு இருதயமும் பலத்தில் குறையத்தலைப்படக்கூடுமென்றும் தெரியவருகிறது. கனிஜ பதார்த்தங்கள் சேர்ந்துள்ள ஜலத்தைக் குடிப்பதால் பசி யுத்தீபநமாகுமென்று பொதுவாகக் கருதப்படுகிறதாயினும், பசி மிகவும் குறைந்து போய் அக்னிமாந்தியம் என்னும் வியாதி நேரிட்டிருப்பவருடைய இரைப்பையின் உணர்ச்சி நரம்புகள் கரியமிலவாயுவின் சேர்க்கையால் இன்னும் சோர்ந்து விடுகிறதென்பதைக் கவனித்தால் அவ்விதம் கருதுவதற்கு இடமுண்டாகாது. இந்த ஜலங்களின் குணங்களே இவ்விதமாயிருக்கும்போது, ஸோடா முதலிய ஏரேட்டட்வாடர்கள் என்னும் குடிநீர்களின் தன்மைகளை விவரிப்பது உபயோகமற்ற விஷயமாமென நினைக்கின்றேன்.

கரியமிலவாயுவானது குடலிற் சேரும் ஸூக்ஷ்மமான ஜீவஜந்துக்களை அழிக்கக் கூடியதல்ல; ஆனால் விஷூசி-யென்னும் வாந்திபேதியை யுண்டுபண்ணும் நுண்ணுயிர்களுக்கு மட்டும் இவ்வாயு விரோதம் செய்யக்கூடியதாயிருக்கிறது. இப்பொழுது மருந்துக்கடைகளில் விற்கப்படும் கனிஜபதார்த்தங்கள் சேர்ந்த ஜலங்கள், 'ஆர்டீஷியன் வெல்ஸ்' எனப்படும் குழாய்க்கிணறுகளிலிருந்து கிரஹிக்கப்படும் ஜலத்தைக்கொண்டு பக்குவம் செய்யப்படுவது வழக்கம்; ஆகவே அவற்றில் வியாதிகளுக்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்கள் ஸம்பந்தித்திருக்க வழியில்லை. வாலையிலிட்டு ஆவியாக்கிய ஜலத்தினால் தயார் செய்யப்படும் ஏரேட்டட்வாடர்ஸ் என்னும் குடிநீர்களும் இவ்வித தோஷத்தினின்றும் விலகியவை யென்பது வாஸ்தவம். ஆனால் அக்குடி நீர்களை அவசியமானால் ஆஹாரத்துடன் சிறிதளவு உபயோகிக்கலாமேயன்றி, நினைத்தபோதெல்லாம் மிதமிஞ்சிக் குடிப்பது பிசகு; ஏனெனில், ஆவிநீரானது, இரைப்பையின் உட்புறக்கவசமாய் அமைந்துள்ளமிகமிருதுவான சர்மத்தில் அழற்சியுண்டுபண்ணக்கூடியதென்றும், ஆகையி-

னால் காலக்ரமத்தில் அச்சர்மத்தின் மேற்புறணிகளைப்போன்ற எபிதீலியம் என்னும் தாதுக்கள் சிறுகச்சிறுக அழிந்துவிடக் கூடுமென்றும் நிச்சயிப்பதற்கு முகாந்தரங்களுண்டு; ஆவிநீர் வெகுட்டலையும் குமட்டலையும் பலருக்கு உண்டுபண்ணுவதற்கும் காரணம் இதுவே. கனிஜபதார்த்தங்கள் ஸம்பந்தித்த செயற்கை நீர்களின் குணம், முதலிற் கூறப்பட்டவாறு நுண்ணுயிர்களின் ஸம்பந்த மற்றவையாயிருப்பதால், ஏரேட்வாடர்களைக் காட்டிலும் சில விஷயங்களில் நன்மை செய்யக் கூடியவை யென்றே கூறலாம். ஆனால் கனிஜபதார்த்தங்கள் கலந்த இயற்கை நீர்களில் வாயுப் பொருட்கள் விசேஷமாகச் சேர்ந்திராமையாலும், கனிஜ வஸ்துக்களும் வெகு சொற்பமாகவே கூடியிருப்பதாலும், செயற்கை நீர்களுக்குப் பதிலாய் இயற்கை நீர்களையே உபயோகிப்பது உத்தமம்.

கனிஜபதார்த்தங்கள் கலந்த ஜலங்களையும் லெமனெட்முதலியவற்றையும் சேர்த்து இனிப்பாகச்செய்து உபயோகிப்பதும் பிசகு; அவ்வித குடிநீர்கள் இரைப்பைக்கு அநுகூலமானவையல்ல; லெமனெட் என்பது எலுமிச்சஞ்சாறு ஸம்பந்தப்பட்டதாகையால், அதிலுள்ள அம்லஸத்துவம் இரைப்பையில் விசேஷமாகப் புளிப்பை யுண்டுபண்ணுவதுடன், அதில் அடங்கியுள்ள சர்க்கரையும் குடலில் சேர்ந்தபிறகு புளித்துப்போய், விசேஷமான எரித்தலையும், ஜீர்ணக்கோளாறுகளையும் உண்டுபண்ணக் கூடியவையாயிருக்கின்றன. மேலும் இவ்வித இனிப்பான வகைகள் தேஹத்திற்கு பலமுண்டுபண்ணிக் கூடியவையுமல்ல; இனிப்பைக் கொடுப்பதற்காக இவற்றில் சேர்த்துள்ள சர்க்கரை ஒருவித கரியாக இருப்பதால், அது தேஹத்திற் சேரச்சேர தாதுக்களில் நடந்தேறும் தஹநவேலை மேன்மேலும் அதிகரித்து, உடற்சூடு மிகவும் கதித்துப்போய் சரீரம் இளைக்கவும் பலங்குன்றிப்போகவும் கூடும்.

இவ்விஷயங்களையெல்லாம் நன்றாகக் கவனித்தீர்களானால், செயற்கையான கனிஜநீர்களிலும், மற்றும் ஏரெடெட்வாடர்ஸ் என்னும் குடிநீர்களினும் இயற்கையாய் கனிஜபதார்த்தங்கள் மிதமாகக் கலந்துள்ள ஜலங்கள் எப்பொழுதும் சரீரத்திற்கு ஆரோக்கியமளிப்பதில் மிகச்சிறந்தவை யென்று நிச்சயிப்பீர்கள்.

THE COMMON BILIOUS ATTACK.

வழக்கமாய் உண்டாகும் பித்தவிகாரம்.

BY. K. SUBRAHMANYAM.
Ayurvedic Physician.

பித்தவிகாரமென்பது பெரும்பான்மையான மனிதருக்கு வெகு ஸாதாரணமாய் உண்டாகக் கூடியது. இதற்குக் காரணம் என்னவென்று கேட்டால், நமது தேசத்து வைத்தியர்களில் பலர் பலவிதமான முகாந்தரங்களைக் கூறுகின்றனர். நான் அநேகஸமயங்களில் சில வியாதிக்ரஸ்தர்களுக்கு உண்டாகும் இவ்வித கோளாறுகளைக் கவனித்து வரும்போது இரைப்பை ஸம்பந்தமான ஸங்கடங்கள் நேரிடுங்கால் பித்தவிகாரமும் ஏற்படுவதாக யோசித்துவந்தேன். இப்படி சில ஸமயம் யோசித்தது வாஸ்தவமாயினும், பிறகு நான் சில காலம் இதில் அவ்வளவாய்க் கவனம் செலுத்தாமல் இருந்துவிட்டேன். இப்பொழுது ஓர் ஆங்கில வைத்தியப்பத்திரிகையில் டாக்டர் ஓல்ஸென், எம், டி., டி. பி. எச். என்னும் ஆங்கிலவைத்திய வித்வான் இதைப்பற்றி எழுதியிருந்த ஒரு வியாஸத்தைப் படித்ததும், நான் முன்னால் சில ரோகிகளைப் பார்த்தபோது யோசித்த விஷயம் சரியானபடியோசிக்கப்பட்ட விஷயமேயென்று நிச்சயித்துக்கொண்டேன். அவ்விஷயத்தைப் பிரசுரிக்க நமது "வைத்தியகலாநிதியே" ஏற்றதென்றும் இப்பத்திரிகையைப் படிப்பவருக்கு மிக உபயோகமாகும் என்றும் நினைத்து, அவ்வியாஸத்தைத் தமிழில் இங்ஙனம் மொழி பெயர்த்து எழுதுகிறேன்:—

பித்தவிகாரம் என்பது வெகுவாய் இரைப்பையிலுண்டாகும் சில கோளாறுகளுக்கு ஸம்பந்தப்பட்டதாகவோ, அல்லது அவற்றுள் ஒன்றாகவோ இருக்கக்கூடியது. அநேகம் பேருக்கு இரைப்பையில் கபம் அதிகரித்து விடுவதாலேயே ஏதோ பித்தவிகாரங்கள் ஏற்படுவதாய் அறியப்படுகிறது; ஆகவே உண்மையில் விஷமத்திற்குக் காரணம் இரைப்பையில் இருக்கின்றதேயன்றி, சிலர் நினைப்பதுபோல்

கல்லீரலில் இல்லை. ஸாதாரணமாய் அநேகருக்குண்டாகும் பித்தவிகாரமானது, இரைப்பையில் பித்தம் சேருவதையே காரணமாக உடையதென்று பொதுவாகக் கூறப்படும் விஷயம் பிசகு; ஆனால் இவ்விதநிலைமைகளில் பித்தநீர் இரைப்பையில் வந்து சேர்ந்திருக்கக் கூடுமாயினும், இரைப்பையில் ஜலதோஷ ஸம்பந்தமாயேற்பட்ட கபாதிக்யத்தின் பயனாக அவ்வாறு பித்தநீர் இரைப்பையில் சேர்ந்து விடுகின்றது. இவ்விகாரம் ஒருவனுக்கு உண்டாகும்போது, அவனுக்குப் பலவித நிலைமைகள் ஸம்பவிக்கக்கூடும்; பித்தக் கோளாறு ஏற்பட்டிருப்பதாய் நன்கறியக் கூடாதவாறு, அது அவ்வளவு மந்தமாகவும் இருக்கலாம்; அல்லது, மனிதன் எழுந்திருக்க முடியாதவாறு படுக்கையில் இரண்டொரு வாரங்களளவும் விழுந்திருக்கும்படி அவ்வளவு அதிகமாக ஆரோக்கியத்தை நிலைகுலையச்செய்துகொண்டும் ஸம்பவிக்கலாம்.

ஸாதாரணமான குறிகள் :—பித்தவிகாரத்திற்கு ஸம்பந்தித்த குறிகள் பின்வருமாறு: குமட்டல், ஏதோ வியாதியுண்டாயிருப்பது போன்ற ஒரு பாவனை, சில ஸமயம் வாந்தியெடுத்தல் அல்லது வாந்தியில்லாமலே வயிற்றில் ஸங்கடம்; பசியின்மையும், சிலவேளை அத்துடன் அன்னத்வேஷமும் உண்டாகும்; ஆஹாரம் ஏதாவது எதிரில் கொண்டுவரப்படும் போதே குமட்டல் அதிகரிப்பதுடன், அதுவே அம்மனிதனுக்கு ஏதோ விசேஷித்த வியாதியுண்டாயிருக்கின்றதென்னும் எண்ணத்தை அவனுக்குள்ளேயே நிலைநிறுத்தப் போதுமான காரணமாகவும் ஆய்விடும். நாக்கு அடிக்கடி வறட்சியடையும்; ச்வாஸம் ஒருவாறு அருவருக்கக்கூடிய நாற்றமுடையதாயிருக்கும்; மேல் வயிற்றில் சற்றேறக்குறைய வலியுண்டாவது போன்ற ஒரு உணர்ச்சியும், அவ்விடம் ஏதோ பாரமாயிருப்பதாகத் தோற்றமும், தேஹமே ஒருவாறு விகாரம் அடைந்திருப்பதாக எண்ணமும் ஏற்படும். சில ஸமயங்களில் வலி அதிகமாய், 'அது தன்மையில் வயிற்றுளைத்தல் என்றே சொல்லக் கூடியதாயிருக்கும். பித்தவிகாரத்தில் தலைவலியும் ஒருவிதமாகத் தொடர்ந்துண்டாகும்; பொதுவாகவே மனிதரைப் பார்ப்பதற்கும் சிறிது வெறுப்புண்டாவதுண்டு; வேலைசெய்வதற்கு சரீரத்தில் திறமையிழந்து விட்டதாகக் கருதக்கூடிய நிலைமையையும் அவன் பெறுவான்.

வாந்தியெடுக்கப்படுமானால் அது மிகப்புளிப்பும், துர்நாற்றமுமுடையதாயிருப்பதுமல்லாமல், வயிற்றில் ஆஹாரம் அநேகவிதத்தில் பதனழிந்து சரீரத்திற்கு உதவாத நிலைமையடைந்திருப்பதையும் அது நன்றாகத் தெரிவிக்கும். இதில் அடிக்கடி மஞ்சள்நிறமான அல்லது இலைப்பச்சை நிறமான பித்தநீரும் கலந்திருக்கக்காணலாம். அதிஸாரமோ, அல்லது அடிக்கடி மலபாதைக்குப் போகவேண்டிய நிலைமையோ உண்டாகும்.

காரணங்கள்.

உணவுகளிலுண்டாகும் தவறுதல்களும், மலபாதையைத் தடுப்பதுமே பித்த விகாரமுண்டாவதற்கு மிகவும் ஸாதாரண காரணங்களாயிருப்பதாகத் தெரியவருகிறது. வழக்கமாயேற்பட்டுள்ள ஆஹாரவேளைகளுக்கு இடையில் போஜனம் செய்வது, வெகுவேகமாகப் புஜிப்பது, மிதமிஞ்சியுண்பது, ஜீர்ணமாகக் கூடாத பதார்த்தங்களை உபயோகிப்பது, விருந்துச்சாப்பாடுகளை விடாமல் அல்லது அடிக்கடியும் தின்பது, பழகிப்போன உணவுகளையும், ஊசிப்போய்ப் பதனழியும் நிலைமையிலுள்ள வெண்ணெய் அல்லது ஆஹாரப் பொருட்களையும் உபயோகிப்பது-என்னும் இவையும், இவைபோன்ற வேறு முறைதவறிய உணவுகளும் ஒருவனுக்கு அதிலும் முக்கியமாய் எவ்விஷயத்திலும் அதிக சொரணையுள்ள ஒரு மனிதனுக்கு ஸாதாரணமாகப் பித்தவிகாரமுண்டுபண்ணுவதற்குப் போதுமானவையாம். அழற்சியுண்டாகக்கக்கூடிய காரமும் வாஸனையுமுள்ள ஊறுகாய் முதலியவற்றையும், மிகச்

சூடான நிலைமையிலுள்ள வஸ்துக்களையும் உபயோகிப்பதும், தேயிலை, காப்பிமுதலான பானவகைகளை அளவுக்கு மிஞ்சி அடிக்கடி உட்கொள்வதும், மதுவுக்கு அல்லது மது ஸம்பந்தமான குடிவகைகளுக்கு உட்படுவதும், புகையிலையை யுபயோகிப்பதும், இரைப்பையில் கபம் முதலியதை அதிக அளவாக விருத்தி செய்வதற்கு ஒருவாறு ஏற்ற கருவிகளான மற்றும் அநேகம் துர்வழக்கங்களும் இவ்விகாரத்திற்குக் காரணங்களாகின்றன.

எப்பொழுதும் உட்கார்ந்து கொண்டே காலக்கழிப்பவரும், வீட்டுக்கு வெளிப்புறங்களில் சென்று சுத்தமும் இன்பமுமான காற்றை யுபயோகிக்காமலிருப்பவரும், தகுந்தவளவு வியாயாமம் என்னும் தேஹவுழைப்பு இல்லாதவரும் இவ்விகாரத்திற்கு உட்படக்கூடியவராகின்றனர். தினந்தோறும் உபயோகிக்கப்படும் உணவானது எவ்வளவு ஸாதாரணமானதாகவும் ஸௌக்கிய மளிக்கக் கூடியதாகவும் இருந்தபோதிலும், சரீரத்திலுள்ள தசைநார்கள் உழன்றசையுமாறு அவரவருடைய தேஹநிலைமைக்குத் தகுந்த அளவாக வியாயாமம் செய்தால்தான் ஆஹாரம் நன்றாக ஜீர்ணமாய், நாள்தோறும் மலமும் யுக்தப்படி வெளியாய் ஜீர்ணகோசங்கள் சிறந்தநிலைமையில் இருக்கும்.

இரைப்பையானது இயற்கையினும் பருத்திருந்தாலும் அல்லது விசாலித்திருந்தாலும் பித்தவிகாரம் உண்டாகுமென்று சில திருஷ்டாந்தங்களால் அறியப்பட்டிருக்கிறது; ஆகவே அவ்வாறு பருத்த அல்லது விசாலித்த இரைப்பையுடையவர் அடிக்கடி இவ்விகாரத்திற்கு உட்படுவது வழக்கம். "வயிற்றில் ஈரந்தட்டுவது (chill on the stomach)" என்று உலகத்தில் வழங்கப்படுமாறு இரைப்பையின் மேல் குளிர்ச்சி ஏதோ ஒரு வகையில் தாக்கினால், அப்பொழுது மற்றநிலைமைகளும் அதற்கு அனுகூலமாயிருந்தபோதிலும் பித்தவிகாரம் ஸம்பவிப்பதுண்டு.

வராமல் தடுத்தலும் சிகித்ஸையும்.

பித்த விகாரத்தினால் வருந்துபவனுடைய இரைப்பையை அமைதியானநிலைமையில் இருத்தவேண்டுமென்பதை ஒவ்வொரு மனிதனும் அவசியம் அறியவேண்டும்; ஆனால், ஆஹாரத்தைக் குறைக்காமல் உபயோகித்துக் கொண்டு போவது முக்கியமென்றும், இல்லையேல் அப்பிணியாளி துர்ப்பலமாகப்போய் மிகவும் இளைத்துவிடுவானென்றும் அநேகம் ஜனங்கள் தவறுதலாக அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். தினத்திற்கு இரண்டுவேளை, அல்லது அவசியமானால் மூன்றுவேளை ஏதாவது திரவரூபமாயுள்ள இலகுவான ஆஹாரத்தையும், பிறகு வேண்டிய வளவு தாராளமாய் சுத்த ஜலத்தையும் உபயோகித்துவர உடனே அவ்விகாரம் தணிவடையும். வியாதியின் குறிகள் ஒன்றுமில்லாமலிருந்து, ஜீர்ணமாகாத உணவு ஏதேனும் இரைப்பையில் தங்கியிருப்பதாக மட்டும் அத்தாட்சிகள் உண்டானால், சுமார் இருபது அவுன்ஸ் அல்லது இன்னும் சிறிது அதிக அளவில் இளஞ்சூடான ஜலத்தைப் பருகக் கொடுத்து, வாந்தியுண்டாகும் வண்ணம் குடலைத் தூண்டுவதற்காக ஓர் இறகைத் தொண்டையிலிட்டுத் துளாவவேண்டும். சிறிதளவு கடுகுப்பொடியை வெந்நீரில் சேர்த்துக் குடித்தாலும் நன்கு வாந்தியாவதுண்டு. புளித்துப் பதன் கெட்ட வஸ்துக்கள் முற்றிலும் இரைப்பையிலிருந்து வெளியாய்விடும்வரையில் வாந்தியாவதைத் தூண்டிக் கொடுக்கவேண்டும். நன்கு உஷ்ண

மான ஜலத்தினாலோ அவ்விதமான வேறு வஸ்துக்களாலோ வயிற்றின்மேல் நன்றாக ஒற்றடம் கொடுப்பதும், ரப்பர்ப்பையில் உஷ்ணஜலத்தை ஊற்றி அதை மேல்வயிற்றில் வைத்திருப்பதும் இரைப் பையிலுண்டாகும் உளைத்தலை நிவ்ருத்தி செய்வதற்கேற்ற உபாயங்களாம். உஷ்ணஜலத்தில் ஸ்நானம் செய்தால், பித்தவிகார ஸம்பந்தமான தலைவலி நிவ்ருத்தியாவதுமல்லாமல், அவ்விகாரமே ஒருவாறு சாந்தியடையும்; தலையில் மட்டும் சூடான வஸ்துக்களால் ஒற்றடங்கொடுப்பதாலும், உஷ்ணஜலம் நிறைந்த ரப்பர்ப்பையை ஒரு முறையும் குளிர்ந்தஜல மடங்கிய ரப்பர்ப்பையை மற்றொருமுறையுமாக மாற்றி மாற்றி சிரஸ்ஸின்கீழ் தலையணையாக உபயோகிப்பதாலும் தலைநோய் நீங்குவதுண்டு. சிலருக்கு உஷ்ண ஜலத்தில் பாதங்களை வைத்திருப்பதாலேயே தக்ஷணம் தலைவலி சாந்தமாகும். முள்ளந்தண்டின்மேல் நெடுக உஷ்ணஜலத்தை ஊற்றுவதும் இதில் பிரயோஜனகரமாயிருக்கும். இரவில் ஈரமான அரைக்கச்சையாவது, உஷ்ணஸ்பர்சமுள்ள தலையணையையாவது வயிற்றின்மேல் கட்டிக்கொண்டு படுப்பதும் நலம்.

வயிற்றிலிருந்து மலம் நன்றாகக் கழியும் விஷயத்தில் கவனம் செலுத்தவேண்டியதும் சற்றேறக்குறைய முற்கூறியதற்கு ஸமானமாகவே முக்கிய சிகித்ஸையாயிருக்கின்றது ; ஆகவே அவசியமாகத் தோற்றினால் ஒரு முறை வஸ்திப் பிரயோகம் (enema) செய்யவும் ; அல்லது மலங்கழியச் செய்யும் சாந்தகுணமுள்ள உப்புகளில் எதையாவது ஒரு டோஸ் உட்கொள்ளக் கொடுக்கவும். இப்பிணியாளிகளில் பலர்க்கு மலபந்தமானது, பித்தவிகாரத்தை விருத்திசெய்வதற்கான வசப்படுத்துங் காரணங்களுள் (predisposing cause) ஒன்றாக இருந்து வருகிறது.

பித்தவிகாரங்கள் உண்டானதும், அது நிவ்ருத்தியானபின்பும் சிலநாள் வரையில் எளிதில் ஜீர்ணமாகக்கூடிய ஸாதாரணமான உணவுகளையே மிதமாக உபயோகித்து வரவேண்டும்; நாளொன்றுக்கு இரண்டுவேளை சாப்பிட்டால் போதுமானது; அதிக அவசியமாகத் தோற்றினாலொழிய மூன்றாவது முறை போஜனம் செய்யத்தகாது. ஸாதாரணமாய் ஸுகவாழ்க்கையிலும் தினத்திற்கு மூன்று முறை உண்பது எந்த மனிதனுக்கும் போதுமானதென்பதில் சிறிதும் ஸந்தேஹமில்லை; ஆகவே அதற்குமேல் அடிக்கடியும் கண்டபடி தின்பண்டங்களை யுபயோகிப்பது விவேகக் குறைவாகும். நன்றாகச் சமைக்கப்பட்ட ஸாதாரணமான அன்னவகைகளும், நன்கு கனிந்த உயர் குணமுள்ளவையான கனிவர்க்கங்களும் உண்பதற்கு உபயோகமான வஸ்துக்களாம்; இவற்றை வேண்டியவளவு மென்றுப் புஜித்தால் சீக்கிரம் ஜீர்ணமாய் சரீரத்தைப் போஷிக்கக் கூடியவைகளாயிருப்பதுடன், பித்தவிகாரத்திற்கும் இடங்கொடுக்கமாட்டா. உணவுவகைகளில் மிதமாகச் செலவிடுவதும், எளிதில் ஜீர்ணவேலை நடந்து வருவதும் ஒன்றுக்கொன்று சில விதத்தில் ஸம்பந்த முடையவை. இதைக்கொண்டு மதுபானம் பண்ணுவதும், காப்பி, டீ, கோகோ முதலியவற்றைப் பருகுவதும் அநாவசியகமான செலவுகளுக்கும், ஜீர்ணக்கோளாறுகளுக்கும், ஆகவே பித்த விகாரத்திற்கும் ஹேதுக்களாக ஆகின்றன வென்று நீங்களே நிச்சயித்துக் கொள்ளலாம். ஆஹாரம் புஜிக்கும் ஸமயத்தில் அத்துடன் ஜலத்தையும் குடிப்பது ஜீர்ணவேலை விகற்பமடைவதற்குக் காரணமாகும். ஒவ்வொருவேளையும் ஆஹார முண்பதற்கு அரைமணிநேரம் முன்பாக ஒரு கோப்பை யளவும், பிற்பாடு எழுந்திருக்கையில் ஒரு கோப்பையளவும் சுத்த ஜலத்தைப் பருகுவது உசிதம்; இரவில் படுக்கைக்குப் போகும் போதும் அவசியமானால் சிறிது ஜலம் குடிக்கலாம். சர்க்கரையையும், சர்க்கரை கலந்த வஸ்துக்களையும் எப்பொழுதாவது ஒரு ஸமயம் உபயோகிக்கலாம். பலவிதமான பணியாரங்களும் மிட்டாய்வகைகளும் எப்பொழுதுமே அதிகமாய் உபயோகிக்கக்கூடியவையல்ல; அதிலும்; பித்தக்கோளாறுடன் வருந்துபவருக்கு அப்பண்டங்கள் ஆகா.

சுத்தமான வாயுவும் அதிகமாய் இப்பிணியாளிகளுக்கு அவசியமாயிருக்கின்றதென்னும் விஷயம் முன்பே குறிப்பிடப்பட்டது. ஒவ்வொரு குழந்தையும், ஒவ்வொருவாலிபனும் ஒவ்வொரு வயதுமுதிர்ந்தவனும் சுத்தமான வாயுவையுட்கொண்டு வந்தால் இவ்வித பித்த விகாரம் தலையெடுக்கமுடியாது.

GUN SHOT WOUNDS.

வெடிகுண்டு பாய்வதாலான புண்கள்.

By. M. S. AIYANGAR,
Ayurvedic Physician.

துப்பாக்கிரவைகளாவது பீரங்கிக்குண்டுகளாவது, சிப்பிகள்போன்ற வெடிகுண்டுகளின் துண்டுகளாவது சரீரத்தில் தாக்குவதால் ஸம்பவிக்கும் ரணங்கள் "வெடிகுண்டுப் புண்கள்" என்று கூறப்படுகின்றன. இந்த ரணங்கள் மற்றப்புண்களைவிட அநேக விஷயங்களில் வித்தியாஸப்படுவதைக்கொண்டு, இவற்றைப்பற்றிய குறிகளும் பரிசோதனைகளும் சிகித்ஸா க்ரமங்களும் பிரத்தியேகமான சாஸ்திரமுறைக்கு ஸம்பந்தப்பட்டவையென்று நினைக்கவேண்டியிருக்கிறது. ஒரு மனிதன் மேல் குண்டு பாய்ந்ததும், அவன் ஏதேனும் வலியுண்டாயிருப்பதாகவே உணரமாட்டான்; ஆனால் முதலில் குண்டினால் தாக்கப்பட்ட அவயவம் உபயோகிக்கக் கூடாமலிருப்பதையும், அவ்விடத்திலிருந்து இரத்தம் பொசிந்து வருவதையுமே அவன் அறிகிறான். புண்ணானது அதிக தொந்தரவளிக்கக்கூடிய வண்ணம் ஏற்பட்டிருந்தால், அப்பொழுது அம்மனிதனுடைய தேஹம் மிகவும் வெளுத்துப்போய், நடுக்கங்கொண்டு, உயிர் நீங்கிவிடுமென்று நினைக்கும் படியான நிலைமையும் நேரிடுவது ஸாதாரணம் ; ஆகிலும் உடனே பலந்தரக்கூடிய சில உத்தீபநவஸ்துக்களைக் கொடுத்து அம்மனிதனுக்குத் தக்க உதவிசெய்தால், சில நாழிகைக்குள்ளேயே இத்துர்க்குணங்கள் கிரமமாக விலகிவிடுவது வழக்கம். அக்குறிகள் மாறாமல் தொடர்ந்திருக்குமானால், அபாயமுண்டாவது நிச்சயமென்று யோசிக்க இடமுண்டு.

ஒரு குண்டு, தேஹத்திற்குள் பாயும்போது, அவ்விடத்திய புண்ணானது குண்டின் பருமனிலும் ஒருவாறு குறைந்த அளவுள்ளதாகக் காணப்படும் ; ரணத்தின் விளிம்புகள் பிறப்பட்டும் ஒருவகையாகப் புரட்டி மடிக்கப்பட்டும் இருக்கும் ; சிதைவுண்ட இடத்தின் ஓரங்கள் ஒருவித ஊதாநிறமாகவோ கறு நிறமாகவோ காணப்படும். சில ஸமயம் குண்டு பாய்ந்த அவயவங்களில் முற்றிலும் மாறுபாடான குறிகள் ஏற்பட்டிருப்பதாகவும் தெரியவரும் ; அதாவது குண்டு உட்புகுந்து வெளியானதும், அதனாலுண்டான த்வாரம் குண்டின் பருமனைவிட பெரிதாயிருக்கும்; புண்ணின் விளிம்புகள் அறுபட்டு விசாலமாகக் காணப்படும் ; ரணத்தில் ஒருவித நிறவேற்றுமையும் தோற்றும். ஒரு குண்டானது திடீரென்று உடலில் சாய்வாகப் பிரவேசித்தாலும், அல்லது தேஹத்திற் பாய்வதற்கு முன் பெரும்பாலும் வேகம் குறைந்திருந்தாலும் சரீரத்திற்குள்ளேயே அநேகமாய்த் தடுக்கப்பட்டு ஏதேனும் அவயவத்திற்குள்ளேயே தங்கியும்விடலாம் ; அல்லது ஒரு ஸமயம் மெல்லென வெளிப்பட்டாலும் வெளிப்படலாம் ; அது உட்புறத்தில் நின்றுவிட்டால் எந்தப் பாகத்தில் பிரவேசித்ததோ அதற்கு நேர் எதிரில் வெகுஸமீபத்திலேயே அதனாலுண்டாக்கப்பட்ட த்வாரத்தில் அதைத் தங்கியிருக்கக் காணலாம்.

வேறு விதமான காயங்கள் பட்டால் அதிகமாய் இரத்தப் பெருக்கு எடுப்பதுபோல் வெடிகுண்டுகள் பாய்வதாலுண்டாகும் ரணங்களிலிருந்து அவ்வளவாய் இரத்தப்பிரவாஹம் ஸம்பவிப்பதில்லை ; ஆனால் சிலவேளை அப்படியுண்டாவதுண்டு; அவ்வித இரத்தப்பெருக்கைத் தடுத்து ஏற்ற பரிஹாரம் அம்மனிதனுக்குத் தேடாவிட்டால், பிராணாபாயம் நேரிடக்கூடும்.

எந்த அவயவத்தில் இவ்வாறு இரத்தப் பெருக்கு உண்டாகின்றதோ அந்த இடத்தில் உடனே காயத்தின்பேரில் விரலைவிட்டு அழுத்திக் கொள்ளவேண்டும் ; முக்கியமாக அதற்கு ஆதாரமான இரத்தக்குழாயைக் கெட்டியாக

அழுத்திப் பிடிக்கவேண்டும்; இல்லாவிட்டால், ஒரு கைக்குட்டையையோ வேறு வஸ்திரத்தையோ கிழித்து இரத்தப் பெருக்குண்டான இடத்திற்குமேல் வெகு கெட்டியாக முறுக்கிக் கட்டிவிடுவதும் நலம். இதனாலுண்டான காயம் எவ்வளவென்றும், எவ்வெவ்விடங்கள் சிதைந்திருக்கின்றன வென்றும் நிச்சயித்துக் கொள்வதற்காக முதலில் கூடுமான சீக்கிரத்தில் ரணத்தைப் பரீக்ஷிப்பது இச்சமயத்தில் மிக்க உபயோககரமாயிருக்கும்; இக்காரியம், காயமுண்ட மனிதன் கவலைக்கிடமான நிலைமையுண்டாகா வண்ணம் செய்யவேண்டிய தாத்காலிக உபசாரங்களுக்கு இடையூறாக ஏற்படாவண்ணம் ஸாத்யமான வரையில் துரிதமாக நிறைவேற்றப்படவேண்டியதாயிருக்கிறது. உட்புகுந்துள்ள குண்டு அல்லது இதர வெளிப்பொருட்கள் எளிதில் பற்றியெடுக்கக் கூடிய நிலைமையில் இருந்தால், உடனே வெளிப்படுத்தி விடவேண்டும்; அப்படிக்கின்றி அவற்றை அப்புறப்படுத்துவது கஷ்டஸாத்தியமாயிருப்பதாகத் தோற்றுமானால், அவற்றை அப்படியேவிட்டுவைக்கவேண்டும். அப்பால் புண்ணின் ஓரங்கள் உரிந்துப்போய் அந்த பாகம் சிறிது சீழ்க் கொள்ளத் தொடங்கினால், த்வாரமானது இன்னும் பெரிதாய்விடும்; பிறகு குண்டு முதலானவை தானே வெளியில் நழுவிவிழுந்து விடும்; அல்லது எளிதில் எடுத்துவிடக் கூடியதாயிருக்கும். சில ஸமயம் அக்குண்டு முதலியது ஏதேனும் தாதுக்களில் மறைந்திருக்கவுங்கூடும்; அப்பொழுது வலியாவது வேறு அஸெளகரியமாவது சிறிதும் ஏற்படாமலிருக்கலாம். ரணத்தின் விளிம்புகள் ஒருவாறு உரிந்து, ஓரங்கள் சீழ்க்கொண்டபிறகு கூட குண்டு வெளிப்படாமல் அல்லது எளிதில் வெளிப்படுத்த முடியாமல் உட்புறத்தில் எங்கேயாவது நன்றாகப் பதுங்கிக் கிடக்குமானால், மேன்மேலும் எரித்தலும் வலியும் விருத்தியானால், அவ்விடத்தில் வித்ரதியென்னும் சீழ்க்கட்டியும் உண்டாகுமானால், அப்பொழுது அது தங்கியிருக்குமிடத்தைக் கண்டறிவது அவசியமாவதுடன், அதைவெளிப்படுத்த எல்லாவித உபாயங்களையும் கைப்பற்றவேண்டும். அழற்சியை அகற்றக் கூடிய ஏதேனும் லேபந ஔஷதம் தடவிய ஒரு சிறு சணநூல்துணியின் துண்டை விரணத்தின் மேல் வைத்து, ஏதாவது ஒட்டுப் பிளாஸ்த்திரியினால் அத்துணியை அதிற் பற்றவைத்து, குளிர்ந்த ஜலத்தில் நனைத்த கந்தைகளை அதன்மேல் வைத்துக் கட்டி விடவும்; முதலில் மிகவும் ஸாதாரணமாயுள்ள இவ்விதமான பந்தநங்கள் தான் கட்டக் கூடியவையாம். விரேசனமாகக் கூடியவாறு (பேதி) தகுந்த மிருதுவான ஔஷதங்களைக் கொடுப்பதும், சில ஸமயங்களில் இரத்த மோக்ஷணம் (bleed) செய்வதும் உசிதமென்று சில ஆங்கில வைத்திய நூல்களில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. இவ்விதம் செய்து வந்த சில நாட்களுக்கெல்லாம் ரணம் சீழ்க்கொண்டு வரும்போது குளிர்ந்த ஜலத்திற்குப் பதிலாக இளஞ்சூடான ஜலத்தில் நனைத்த துணிகளையோ, அல்லது ரணத்தை இளகச்செய்யும் வேறு போட்டலிகைகளையோ (poultice) சாப்பசையுடன் கூடிய நிலைமையிலேயே வைத்துக்கட்டுவதுமல்லாமல், தேஹத்திற்குப் பலந்தரக்கூடிய ஏதேனும் ஔஷதத்தையும் கொடுத்து வந்து, போஷணையைத் தரும் உணவுகளையும் உட்கொள்ளச் செய்துவரவும். எரித்தல் அதிகமாய்வரும்போது சீழ்ப்பிடிக்கும் நிலைமையும் அதிகரித்து, அத்துடன் பலமான வீக்கமும், தீவ்ரமான ஜ்வரமும், தூக்கமின்மையும், மற்றும் பலவித தொந்தரவுகளும் தொடர்ந்தாற்போல் ஏற்படும். பிறகு சீழ்க்

கொள்ளுதல் நன்றாகவே ஏற்பட்டுவிட்டால் மேற்கூறிய குறிகளெல்லாம் மாறுதலடையத் தலைப்படும்; காயம்பட்ட விடத்தைச் சுற்றிலுமுண்டாயிருந்த எரித்தலும் தாபமும் தணிந்து வரும்; ஜ்வரமும் குறைந்துவிடும்; குண்டினால் சிறிது ஸாதாரணமாகத் தாக்கப்பட்ட சிலருடைய தேஹாரோக்கியம் இந்த நிலைமையில் ஒருவாறு விகற்பமடைவதுமுண்டு. தீவ்ரமாகத்தாக்கப்பட்டவருக்கு எப்படியும் ஸந்தத ஜ்வரம் (hectic fever) அதிகரித்து வரும்; அப்பொழுது பலக்குறைவும், இரவில் வியர்வையுண்டாவதும், அதிஸாரமும் அநுஸரித்திருக்கும் குண்டினால் சில பெரிய இரத்தக் குழாய்கள் தாக்கப்பட்டு, அவை சிதைவுற்று புண்பட்டிருந்தால், விரணத்தின் விளிம்புகள் உரியும்போது இரத்தப்பெருக்கு ஸம்பவிப்பது ஸஹஜம்; ஆயினும் சிலருக்கு அது அவ்வளவாய் அடிக்கடியும் ஏற்படுவதில்லை. அவ்வித நிலைமையில், இரத்தக்குழாய் எவ்வளவு தூரம் சிதைந்திருக்குமோ அவ்வளவையும் அறுத்துப்போட்டு, அதன் மேல் முனையையும் கீழ் முனையையும் தகுந்த நூல்களால் இறுகக்கட்டிவிடுவது வழக்கம். சில கேஸுகளில் உட்புறத்தில் காயம் பலமாகப் பட்டு, மேற்புறத்தில் சர்மம் சிறிதும் சிதைவுற்றதாகக் காணப்படாமலிருந்தால், நோயுள்ள இடத்திற்கு நேராக இரண்டொரு இடங்களில் தீக்ஷ்ணமான ஆயுதத்தினால் மெல்லெனக் குத்தி, உட்சிதைவு நேரிட்ட இடத்தில் தோய்ந்திருக்கும் இரத்தம் முதலியவற்றை அப்புறப்படுத்துவதும், அதன் மூலமாய் சர்மம் உரிந்து உட்புறத்தினுண்டாகும் சீழை வெளிப் படுத்துவதும் முறை. குண்டுகள் பாய்ந்ததால் ஏற்பட்ட விரணம் வெகு சிக்குள்ளதாகவும், அவ்விரணத்தில் ஸம்பந்தப்பட்ட தோஷங்கள் சரீரம் முழுமைக்குமே சிதைவுண்டாக்கக் கூடியவையாகவும் தோற்றுமானால், காயம்பட்ட இடத்திற்குக் கீழுள்ள அவயவத்தை சஸ்திரசிகித்ஸகர்கள் அவசியமானால் அடியோடு சேதநம் (amputation) செய்துவிடுவார்கள். இராணுவத்தில் சேர்ந்துள்ளவருக்கு அபாயகரமான இவ்வித காயங்கள் ஸம்பவிப்பதும், அவர்களிலேயே சிலருக்கு இவ்வாறு அவயவச் சேதநம் செய்வதும் ஸாதாரணமாயிருந்து வருகிறதேயன்றி, வீதில் ஆஸ்பத்ரிகளிலாவது வேறு வைத்யசாலைகளிலாவது இவ்விதம் செய்வது மிகவும் அரிது. வெடிகுண்டு முதலியவைகள் தாக்கியதும் ஸாதாரணமாய் ஸம்பவிக்கும் பலக்குறைவு முதலிய சில அவக்குறிகள் தணிந்து, அம்மனிதன் தேஹநிலைமையில் சிறிது தேற்சியடைந்ததும், உடனே சிதைவுற்ற அவயவத்தைச் சேதநம் செய்வதுதான் தகுந்த முறையென்று சஸ்திர சிகித்ஸகர்கள் கூறுவர்.

[இவ்வியாஸத்திற் கூறியுள்ளபடி சிகித்ஸை செய்வதில் கைதேர்ந்த நிபுணர்களான சஸ்திர சிகித்ஸகர்களே அதிகாரிகளாவார்கள் என்றும், இக்காலத்தில் இத்தேசத்திய வைத்தியர்களுக்கு இதில் பிரவ்ருத்தியில்லையானதால் அவர்களுக்கு இவ்விஷயம் காரியத்திற் பிரயோஜனப்படாதென்றும் நாம் அறிவோம். ஆயினும், இந்த நிரூபம் ஒருவாறு நன்றாயிருப்பதையும், இந்த விஷயம் இவ்விதமானதென்று நமது வைத்தியர்கள் ஒருவிதத்தில் அறிந்து கொள்வதாவது நலமாகுமென்பதையும் கருதி இவ்வியாஸம் பிரசுரிக்கப்பட்டது. ப-ர்]

EARACHE AND ITS TREATMENT.

காதுவலியும் அதன் சிகித்ஸையும்.

BY S. KRISHNASWAMI VAIDYAR.

விசேஷமாகக் காற்று நேரில் வீசும்படியான இடத்தில் சிறுவர்களைத் தரையில் விட்டிருப்பதால் அடிக்கடியும் காதுவலி அவர்களுக்கு ஸம்பவிப்பதுண்டு; காற்று வீசும்போது அது சைத்தியத்தை யுண்டு பண்ணுகிறது. ஸ்நானம் செய்தபிறகு தலைமயிர்களாவது காதுகளாவது ஈரமாயிருந்து அந்தப்படியே படுத்துக்கொள்வது, ஈரமான புற்களடர்ந்த அல்லது ஸாதாரணமான தரையிலோ அவ்விதமான ஸமுத்திரக்கரையிலோ வெகுநேரம் சாய்ந்திருப்பது, சில்லென்று காற்று வீசும்போது சாளரம் அல்லது வாயிற்படிக்கு நேரில் தலையை யமர்த்திக்கொண்டு உறங்குவது என்னும் இவையெல்லாம் மிகத்தொந்தரவை யுண்டுபண்ணுவதான இக்காதுவலிக்குக் காரணமாயிருக்கின்றன. மற்றும் இதன் குறிகளைப்பற்றியும், இது விருத்தியாகும்போது ஸம்பவிக்கும் பலவித உபத்திரவங்களைப்பற்றியும் நான் இங்கு விவரம் கூறுவது அவசியமில்லை யெனக் கருதி, இக்காதுவலியைப் போக்கு முபாயங்களில் சிலவற்றைமட்டும் இதனடியில் சுருக்கமாக வரைய விரும்புகிறேன்.

சிகித்ஸை:—1. சூடாகச்செய்த உப்பை ஒரு சிறு மூட்டையாகக் கட்டி காதுக்கு அடியில் வைத்துக்கொண்டு படுத்துக்கொள்ளலாம்; அல்லது கோதுமைத் தவிட்டையாவது இவ்விதஞ்செய்து தலையணையாக உபயோகிக்கலாம். 2. அரைக்குன்று மணியெடை அபின் சத்தைச் சிறிதளவு எண்ணெயிற் போட்டுக் காய்ச்சி, இளஞ்சூடா யிருக்கையிலேயே காதுக்குள் ஊற்றுவது நலம். 3. ஒரு சிறிதளவு புகையிலைத் துண்டைக் கிழித்து எண்ணெயிற் போட்டுக் காய்ச்சவும்; அல்லது பசுமையான புகையிலையிலிருந்து சாற்றைப் பிழிந்தெடுத்து, அதில் சில துளிகள் எண்ணெயிற் கலந்துகொள்ளவும்; இவற்றுள் எதிலாவது ஒருதுண்டு மெல்லிய சல்லாத்துணியை நனைத்து வலியுள்ள காதில் அடைத்து விடவும். 4. ஆளி விதையை ஜலம்விட்டு அரைத்துக் கொதிப்பித்து அதைக் காதுக்கு வெளிப்புறத்தில் பற்றாக உபயோகிப்பதாலும் பிரயோஜனமுண்டு; அவ்விதம் பற்றுப்போட்ட பிறகு அதன்மேல் சிறிது அபின்சத்தைப் பூசுவதால் வெகு சீக்கிரத்தில் வலி முதலியது தணிந்துவிடக்கூடும். இவ்விதையையே அரைத்து அடையைப்போல் செய்து காதின்மேல் வைத்து அதன்மேல் அபின்சத்தையும் தூவி, துணியினால் கட்டிக்கொண்டு படுத்துக்கொள்ளலாம். 5. காதுக்கு வெளியில் கடுகை அரைத்தும் பற்றுப்போடலாம்; அல்லது ஊமத்திலைச் சாற்றைக் கொதிப்பித்து மெல்லியதாகத் தடவலாம். 6. ஓர் ஈருள்ளியை எண்ணெயிற் போட்டுப் பொரித்தெடுத்து, அதனுள்ளிருக்கும் பருப்புபோன்ற சதையை நீக்கிவிட்டு உடனே சுடுகையாறிப்போவதற்குள் காதுக்குள் அதை அடைத்து விடுவதால் சில ஸமயம் குறிப்பிடக்கூடியவாறு நற்குணமுண்டாயிருக்கிறது. 7. பத்து அல்லது பதினைந்து மிளகை ஒரு சல்லாத்துணியின் சிறு துண்டில் வைத்து நூலால் இறுகக் கட்டி, ஏதேனும் ஒருவித சாராயத்தில் அல்லது உடிகலோனில் அதை சில நாழிகை வரையில் தோய்த்து வைத்து எடுத்து, அதை மெதுவாகக் காதுக்குள் பிழியவும். இச்சிகித்ஸையினால் வெகு சீக்கிரத்தில் ஸௌக்கிய முண்டாவதாக அறியப்பட்டிருக்கிறது. அமெரிகா தேசத்து ஒரு வைத்தியப் பத்திரிகை இக்காதுவலிக்கு அடியில் கூறப்படும் ஒருவித ஸுலபமான சிகித்ஸையைக் குறிப்பிட்டிருக்கிறது:—"மூங்கில் முதலிய வற்றாலான ஒரு சிறு குழலை யெடுத்து, வெண்மையான பஞ்சுத்துண்டை அதனுள்

அடைத்து, அப்பால் சுத்தமான க்ளோரோபாரம் என்கிற திராவகத்தை அதில் பத்து அல்லது பன்னிரண்டுத்துளிகள் விட்டு, அதன்மேல் மற்றொரு பஞ்சுத்துண்டை வைத்து மறைத்துவிடவும்; பிறகு அக்குழாயின் ஒரு முனையை வலியுடன் கூடிய காதில் அமர்த்தி, மற்றொரு முனையை வாயால் பலமாக ஊதவும். அநேகம் கேஸுகளில் இவ்விதம் செய்தவுடனே காதுவலி நன்றாக நிவ்ருத்தியாய்விடுகிறது."

எளிதில் செய்யக்கூடிய இச்சிகித்ஸைகளால் காதுவலி நிவ்ருத்தியாகாவிட்டால், கைதேர்ந்த ஒரு வைத்தியரிடம் போய் காதை நன்கு பரீக்ஷிக்கச் சொல்லவேண்டும். காது மூளைக்கு வெகு ஸமீபத்திலுள்ள இந்த்ரியம்; ஆகையால் காதுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட எல்லாக்கோளாறுகளிலும் பிணியாளியும் வைத்தியனும் அதிக ஜாக்கிரதையாயிருக்க வேண்டியது மிகவும் அவசியம்; அஜாக்கிரதையாக சிகித்ஸை செய்தால், சிலஸமயம் காதுக்குள்ளேயும், மூளையிலுங்கூட சீழ்க்கட்டி யுண்டாய்விடும். சிலவேளை தகாதவிதமாய் வைத்தியம் செய்வதால் காது முற்றிலும் செவிடாய் விடுவதுமுண்டு; ஆகவே காதுகளில் எவ்விதமான கோளாறு ஸம்பவித்தபோதிலும், ஸமர்த்தரான ஒரு வைத்தியரிடம் காட்டி சிகித்ஸை செய்து கொள்வது எவ்வளவு அவசியமென்பதை நீங்களே யோசித்துப் பாருங்கள். காதுகளைக் கழுவும்போது, உள்ளே நீர் தங்கிவிடாமல் துடைக்கவும், கழுவுவதற்கு நன்றாகக் கொதிக்கவைத்த அல்லது ஆவியாகச் செய்த ஜலத்தையே உபயோகிக்கவும் அவ்வேலையைச் செய்பவரிடம் வைத்தியர் வற்புறுத்திக் கூறவேண்டும்.

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ௵ ஆவணி௴.

CARE OF CATARACT TREATMENT.

காசமென்னும் கண்வியாதியின் சிகித்ஸையைப்பற்றிய எச்சரிக்கை.

காசம் என்னும் நேத்திர வியாதியின் சிகித்ஸையைப்பற்றி இம்மாஸம் (ஸெப்டம்பர்) முதல் தேதியன்று சென்னைக் கவர்ன்மெண்டார் ஓர் உத்தரவு பிறப்பித்திருக்கிறார்கள். இத்தேசத்தில் அநேகம் ஜனங்கள் விஷயமுணராமல் போலிவைத்தியர்களின் மோசவார்த்தைகளுக்கு உட்பட்டு அநியாயமாய் தமது நேத்திரங்களை இழந்து விடுவதைத் தடுப்பதற்காகவும், அவர்கள் நேத்திரக் கோளாறு நேர்ந்ததும் யோக்யதையுள்ள மேனாட்டு வைத்தியரிடம் சென்று சாஸ்திர முறைப்படி சிகித்ஸை செய்துகொள்வது நலமென்பதை ஸாத்தியமானவரையில் பொது ஜனங்களுக்கு அறிவிப்பதற்காகவும் கவர்ன்மெண்டார் இவ்வாறு உத்தரவு பிறப்பித்திருக்கின்றனர். இதன் ஸம்பந்தமாக சில விஷயங்களை நமது வைத்தியர்களுக்கும் பொதுவாக எல்லா ஜனங்களுக்கும் நாம் வற்புறுத்திக் கூறவேண்டியது அவசியமாயிருப்பதுடன், அதற்கு முன்பாக இக் காசம் என்னும் வியாதியைப்பற்றி சில விவரங்களை இங்கு சுருக்கமாகக் குறிப்பிடுவதும் ஸந்தர்ப்பத்திற்கேற்ற உபயோககரமா யிருக்குமென்று எண்ணுகிறோம்.

கண்ணிற் பூ விழுதல் என்று ஸாதாரணமாய் ஜனங்கள் வழங்கிவரும் வியாதியானது வைத்திய சாஸ்திரப்படி காசம் என்று கூறப்படுவதாய் அறிக. (காஸம் என்பது ஒருவித இருமலானதால் இதை அவ்வாறு உச்சரிக்காமல் காசம் என்று உச்சரிக்கவேண்டுமென்பதை நேயர்கள் கவனிப்பாராக.) இவ்வியாதிக்கு ஆயுர்வேத முறைப்படி மூன்றுவித நிலை

மைகளுண்டு. அவற்றுள் ஆரம்பதசையில் இதற்குக் "காசம்" என்றும், சிறிது முதிர்ந்த மத்திம தசையில் "திமிரம்" என்றும், தகுந்த சிகித்ஸையின்றி வெகு நாளளவும் சும்மாயிருந்துவிடுவதால் நேத்திரத்தின் சக்தி முற்றிலும் அற்றுப்போய் மீண்டும் கை கூடாமற் போகும் நிலைமையில் "லிங்க நாசம்" என்றும் பெயர் வழங்கப்படும். கநீனிகை யென்னும் கருவிழியின் நடுவில் திருஷ்டி (pupil) என்னும் பாகத்திற்கு நேரில் உட்புறமாக லிங்கம் (lens) என்னும் ஓர் அவயவம் உண்டு. வெளி விஷயங்கள் யாவும் அதில் பிரதிபலித்து அதன் மூலமாய் வஸ்து ஸ்வரூபங்கள் அறியப்படுவதால் இதற்கு லிங்கம் என்னும் பெயர் வந்ததாகத் தெரியவருகிறது. இந்த லிங்கத்தைத் தமிழில் கண்மணி என்பார்கள். படிக மணியைப்போல் இருப்பதால் அதற்கு இப்பெயரும் தகும். இந்த லிங்க பாகம் அடியோடு கெட்டுப்போய் இதன் அருகிலிருக்கும் மற்றப் படலங்களும் சீரழியத் தலைப்படுமாயின் அப்பொழுதே லிங்க நாசம் என்கிற வியாதி ஸம்பவித்ததாகவும், அந்த நிலைமையில் அது பெரும்பாலும் தீர்க்க முடியாததாய் விடுவதாகவும் ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்படுகிறது.*

அந்தந்த நிலைமைகளுக்கு ஏற்றவாறு 'காசம்' என்றும், 'திமிரம்' என்றும் 'லிங்க நாசம்' என்றும் விவஹரிக்கப்பட்டாலும், தத்துவப்படி கவனித்துக் கூறுவோமானால் இம்மூன்றும் சேர்ந்து ஒரே வியாதியைத்தான் குறிப்பிடுவதாக இச்சாஸ்திர வல்லோர் சொல்லுவர் என்று நிச்சயிக்கலாம். நேத்திரத்தினுள் அடங்கிய 'லிங்கம்' என்னும் கண்மணியானது, ஏதேனும் தோஷத்தினால் தனக்கு இயல்பான தோஜோக்ரஹண சக்தியை இழந்து வரும்போது, தேஜஸ்ஸைக் கிரஹிக்கக் கூடிய கண்ணாடியை அல்லது படிகத்தைப் போன்ற ஸ்வரூபம் இழக்கப்பட்டு பிங்கான் அல்லது பலகறை முதலிய ஒளியூடுருவக் கூடாத பதார்த்தங்களைப்போல் ஆய்விடுவதால் அதற்குக் "காசம்" என்றும், ஆகவே கிரமமாக ஒரு விஷயமும் பிறகு கண்ணில் புலப்படாமற் போகுமாகையால், அது இருள் என்று பொருள்படும் 'திமிரம்' என்னும் பெயரைப் பெறுகிறதென்றும் கூறப்படுவதாய் அறிக. இவ்வியாதியில் எந்த நிலைமையிலும் லிங்கம் என்னும் கண்மணி ஒளியூடுருவக் கூடாத (opaque) தன்மையைப் பெறுவதால், முதல் நிலைமைக்கு ஏற்பட்ட 'காசம்' என்கிற பெயரே இவ்வியாதியின் எல்லா நிலைமைகளுக்கும் பொதுப் பெயராக விவஹரிக்கவேண்டியிருக்கிறது. இது ஸம்ஸ்கிருத ஆயுர்வேத நூல்களிற் கூறியுள்ள இவ்வியாதியைப்பற்றிய தத்துவாம்சங்களின் சுருக்கம்.

மேனாட்டு வைத்திய சாஸ்திர முறைப்படி இதைப்பற்றிய விவரம் பின்வருமாறு:—

இந்த நேத்திர வியாதிக்கு ஆங்கிலத்தில் காடராக்ட் (cataract) என்று பெயர். லிங்கம் அல்லது கண்மணி யென்பது க்ரிஸ்டலைன் லென்ஸ் (crystaline lens) என்று கூறப்படுகிறது. இதன் மேலுள்ள படலம் அல்லது புரையானது காப்ஸூல் (capsule) எனப்படும். லென்ஸ் எனப்படும் இந்த லிங்கம் படிகத்தன்மையிழந்து ஒளியூடுருவக்கூடாமற் போகுமானால், அப்பொழுது திருஷ்டியின் பார்வை குறைந்துவிடும், அல்லது அது முற்றிலும் மறைந்துவிடும்; லிங்கம் மந்தப்பட்டாலும், அதன் மேற் புரையான காப்ஸூலும் அவ்விதம் ரூபக்கிரஹண சக்தியை இழந்தாலும் அது காடராக்ட் என்று கூறப்படும். திருஷ்டி மாந்தியத்தை யுண்டுபண்ணும் தோஷம் லென்ஸ என்னும் லிங்கத்திற்கு முன்புறத்தில் தங்கி யிருந்தால் அப்பொழுது ஸ்பூரியஸ் (spurious) என்று ஒரு நேத்திரரோகம் உண்டாவதுண்டு; அது வீக்கத்துடன் ஆரம்

* மாதவ நிதானத்தில் நேத்திரரோக நிதானம் என்னும் பிரகரணத்தை நுட்பமாகப் படித்தால் இவ்விஷயமான விவரம் தெரியவரும். ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையிலும் உத்தரஸ்த்தானத்தில் இதன் விவரங்களைக் காணலாம்.

பித்து இவ்வாறே திருஷ்டியின் பார்வையைத் தடுக்க அல்லது குறைக்கக் கூடியதாயிருக்கும். அவ்வியாதியில் ஸாதாரண வீக்கம் முதலியவற்றிற்குச் செய்யும் விதமாகவே ஔஷதப் பிரயோகத்தினால் சிகித்ஸை செய்யவேண்டுமேயன்றி, அதையும் காடராக்ட் என்று பிரமித்து அதற்கு சஸ்திர சிகித்ஸை செய்யக்கூடாது. காடராக்ட் என்று ஆங்கிலத்திற் கூறப்படும் காசரோகமானது லென்ஸ் என்னும் லிங்கத்தை மாத்திரமாவது, அதன் மேற்படலம் அல்லது புரையை மாத்திரமாவது, அல்லது இரண்டையும் ஒருமிக்கவாவது ஆச்ரயித்துண்டாகக்கூடியது. இவற்றுள் முதலிற் கூறப்பட்டதற்கு லெண்டிக்யுலர் (lenticular), என்றும், இரண்டாவதுக்கு காப்ஸூலர் (capsular) என்றும், மூன்றாவதுக்கு காப்ஸூலோ லெண்டிகுலர் (capsulo-lenticular) என்றும் பெயர் வழங்கப்படும். இவற்றுள் லெண்டிக்யுலர் காடராக்ட் என்பது கடினம் மிருது என்று இருவகைப்படும். இவ்விரண்டில் கடினத்தன்மையுள்ள லெண்டிக்யுலர் வியாதியே (hard lenticular) வெகு ஸாதாரணமாய் ஸம்பவிக்கக்கூடியது; அதிலும் வயது சென்றவர்களுக்கு இது விசேஷமாய் உண்டாவதுண்டு; இது சற்றே பொன்னிமிலை நிறமாக அல்லது இளங்கபில நிறமாக இருப்பது வழக்கம்; இதன் கடினத்தன்மையின் அளவுக்குத் தகுந்தவாறு நேத்திரத்தினுள் இது ஆழமான பாகத்தில் உண்டாயிருக்கும். மிருதுவான லெண்டிக்யுலர் (soft lenticular) என்பது பெரும்பாலும் சிறுவர்களுக்கும் நடுப்பிராயத்தி லிருப்பவருக்குமே ஸம்பவிக்கின்றது. கண்களிலுண்டாகும் ஏதாவது வலியுடன் கூடிய வீக்கத்தினாலாவது, வெளிக்காரணங்களின் மூலமான அபிகாதத்தினாலாவது உட்புறத்திலேயே நேத்திரக்கட்டடங்களில் ஏற்படும் ஏதேனும் தோஷங்களாலாவது, வேறு அறியக்கூடாத சில காரணங்களாலாவது காடராக்ட் எல்பது உண்டாகக்கூடும். இது பலருக்கு வம்ச பரம்பரையாகவே உண்டாவதாயும் தெரியவருகிறது. சிலர் ஏதேனும் மிக நுண்ணிய வஸ்துக்களை வெகு நேரம் தலையைக் குனிந்த வண்ணம் குறிப்பிட்டுப் பார்த்துவரும் வழக்கத்தினால், அதிக அளவாக நேத்திரத்தினுள் இரத்தம் பரவி, அதன் மூலமாகவும் காடராக்ட் ஏற்படக்கூடுமென்று கருதப்படுகிறது. இவ்வியாதி ஒருவித வலியையும் உண்டுபண்ணாமலே ஸம்பவிக்கும்; அப்பொழுது கண் பார்வை கிரமமாக மங்கலடையும்; பார்க்கப்படும் வஸ்துவுக்கும் கண்ணுக்கும் இடையில் ஏதோ சில கிரணப்படலங்கள் இருப்பது போலத் தோற்றும். இதில் எப்பொழுதும் திருஷ்டியின் மத்திய பாகம் மங்கலாக அல்லது இருளடைந்திருக்கும். அதிக பிரகாசமாயிருக்கும்போது வஸ்துக்களைப் பார்ப்பது கஷ்டமாயிருக்கும்; ஆனால் வெளிச்சக் குறைவான இடத்தில் திருஷ்டி பாகம் (pupil) விரிவடையும் இயல்புடையதாகையால், அப்பொழுது அதன் விரிந்த ஓரங்களின் மூலமாய் வஸ்துக்களைப் பார்ப்பதற்கான ஒளி நேத்திரத்தினுள் ஊடுருவிச் செல்லலாம்; ஆகையினால் வெளிச்சம் குறைவான இடத்தில் அல்லது வேளையில் பார்வை சிறிது நன்றாயிருக்கும்.

பெல்லடோனா என்னும் சரக்கை இவ்வியாதி கொண்ட நேத்திரத்திற் சிறிதளவு உபயோகித்தால், அது திருஷ்டி பாகத்தை விரிவாகச்செய்து கண்பார்வையை நன்றாகக் குறிப்பிடக்கூடியவாறு தற்காலத்தில் விருத்தி செய்யும். இவ்விதமான சில சரக்குகளை ஆதாரமாகப் பெற்று சில போலிவைத்தியர்கள் தாம் காடராக்ட் வியாதியை ஔஷதப் பிரயோகத்தினாலேயே ஸ்வஸ்த்தம் செய்துவிடுவதாகக் கூறுவது வழக்கம். இவ்வியாதியைப் பற்றறப்போக்கக்கூடிய ஔஷதம் ஏதாவது இருப்பதாகவும் தெரியவில்லை, பெரும்பாலும் அவ்விதம் இருக்கக்கூடியதுமல்லவென்று திருஷ்டி பாகத்தினுடையவும், வியாதியினுடையவும் அமைப்புகளின் தன்மையைக்கொண்டு நிச்சயிக்கப்படுகிறது; பிணியாளியின் தேஹாரோக்கிய நிலைமையை நல்ல ஸ்திதிக்குக் கொண்டுவருவ

தும், இவ்வியாதியுடன் தொடர்ந்து வீக்கம் வலி முதலிய துர்க்குணங்கள் வேறு ஏதாவது இருந்தால் அவற்றை விலக்குவதும் ஆக இவ்விதமான சில சிகித்ஸைகளுக்கான ஔஷதப் பிரயோகத்தினாலேயே காடராக்ட் என்னும் காசரோகத்தை அடுத்துள்ள துர்க்குணங்களுக்கு உபசாந்தி செய்யலாம். இவ்வியாதியைப் பற்றற ஒழிக்கவேண்டுமாயின், திருஷ்டியினுள் ஏற்பட்டிருக்கும் காசத்தை சஸ்திரப் பிரயோகம் செய்து வெளிப்படுத்தவேண்டியது ஒன்றுதான் தகுந்த சிகித்ஸை; ஆனால் ஒரு கண் இவ்வியாதிக்கு வசப்பட்டு மற்றொன்று நல்ல நிலைமையில் இருக்கும்போது, சஸ்திர சிகித்ஸை சிலநாள் வரையிலும் செய்துகொள்ளாமலிருக்கலாம்; அப்படி தாமதப்படுத்தினதால் அவ்வியாதியும் நன்கு பரிபக்குவமாய் எளிதில் சஸ்திரத்தினால் அப்புறப்படுத்தக்கூடியதாகவும் ஆகின்றது.

இவ்விதம் செய்யப்படும் சஸ்திர சிகித்ஸையில் இரண்டு முறைகள் உண்டு. அவற்றுள் முதலாவது சிகித்ஸை:—தீக்ஷணமான சஸ்திர முனையினால் விழியில் ஐரிஸ் (iris) என்கிற மெல்லிய படலத்தின் அருகாமையில் குத்தி, உட்புறத்தில் மங்கல் நிறமாயுள்ள வியாதி கொண்ட லென்ஸ் என்னும் லிங்கத்தை அடியோடு எடுத்து வெளிப்படுத்திவிடுவது. இரண்டாவது முறை யென்னவென்றால்:—ஒரு சலாகையை நேத்திரத்தின் வெண்மையான பாகத்தின் மூலமாக உட்செலுத்தி, காடராக்ட் என்னும் காசத்தைக் குத்தி, அது இருந்த ஸ்தானத்திற்குப் பின்புறமாக விட்ரியஸ்ஹ்யூமர் (vitreous humour) என்னும் வெளிச்ச மூடுருவக்கூடிய திரவ பதார்த்தத்திற்கு அடியில் தள்ளிவிடுவது. இதற்கு ஆங்கிலத்தில் கௌசிங் (couching) என்று பெயர்.

இவற்றுள் முதலிற் கூறப்பட்ட முறை தான் இக்காலத்திய மேனாட்டு வைத்தியர்களால் கையாளப்பட்டு வருவதுடன், அதுதான் சிறந்த சிகித்ஸாக்ரமமென்றும் கருதப்படுகிறது. கௌசிங் என்னும் சிகித்ஸை செய்தபிறகு, உட்புறத்தில் குத்தித்தள்ளப்பட்டு ஒரு மூலையில் விழுந்து கிடக்கும் வியாதிகொண்ட லென்ஸ் என்னும் லிங்கம் சில நாட்களில் அவ்விடங்களிலும் ஏதாவது கோளாறுகளை யுண்டுபண்ணி, பிணியாளிக்கு மிகத் தொந்தரவளிக்கக்கூடுமாகையால், கெட்டுப்போன லிங்கத்தை முற்றிலும் வெளிப்படுத்துவதே நல்ல முறையென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை.

இவ்விதம் இவ்வியாதி சஸ்திர சிகித்ஸையினால் மாத்திரமே நிவ்ருத்திக்கக்கூடியதென்றும், ஆகவே அவ்வித பிணியாளிகளை நேத்திர வியாதி ஸம்பந்தமான சஸ்திர சிகித்ஸையில் கை தேர்ந்த வைத்தியர்களிடம் அல்லது அவ்வித வைத்திய சாலைகளுக்கு அனுப்பிவிடுவதே மற்ற வைத்தியர்களுடைய கடமையென்றும் ஆங்கில வைத்தியர்கள் மட்டுமல்ல- ஆயுர்வேத தந்திரங்களைக் கசடறக்கற்ற ஆர்ய வைத்தியர்களும் அறிந்திருக்கவேண்டும். ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை முதலிய சஸ்திர சிகித்ஸாப்ரதானமான மிகப் பண்டைக்காலத்திய வைத்தியக்கிரந்தங்களில் நேத்திர வியாதிஸம்பந்தமான சஸ்திர சிகித்ஸையை சாலாக்ய தந்திரம் என்று பிரத்தியேகமான சாஸ்திர முறையில் எடுத்திருப்பதால், அதில் மற்ற ஸாதாரண வைத்தியர்கள் அதிகாரிகளல்லரென்றும், அவ்விஷயத்தில் விசேஷாப்பியாஸம் பெற்ற நிபுணர்களான சஸ்திர சிகித்ஸகர்கள் மட்டுமே அவ்வித சிகித்ஸையைச் செய்யக்கூடிய அதிகாரிகள் என்றும் ஆதிகாலத்திய ஆர்ய வைத்தியர்கள் நன்றாகப் பகுத்தறிந்தனர் என்று நன்கு விளங்குகின்றது.

இப்பொழுது விஷய முணராத சில மூட வைத்தியர்கள் ஊரூராய்த் திரிந்து, நேத்திர சிகித்ஸை செய்வதாகக் கூறி, விசேஷ நாகரிகமில்லாத ஜனங்களுடைய கண்களில் ஔஷதங்கள் என்னும் ஏதேதோ தகாத பொருட்களையும் சலாகை முதலியவற்றையும் துணிவுடன்

பிரயோகித்து, அவர்களுடைய கண்களைப் பெரும்பாலும் பாழாக்குகிறார்கள் என்பதை நாம் கண்டிக்கவேண்டியது கடமை; ஆனால் சிலருக்கு அவ்வைத்தியர்கள் செய்யும் சிகித்ஸையினால் குணமுண்டாயிருப்பதாக நமது கவர்ன்மெண்டார் இப்பொழுது வெளிப்படுத்தியிருக்கும் லிகிதத்தைக் கொண்டே (அதாவது 100-க்கு 21 கேஸுகள் இவ்வைத்தியத்தினால் ஸௌக்கிய மடைந்திருப்பதாகக் குறிப்பிடப்பட்டிருப்பதிலிருந்து) தெரிய வருவதால், இவ்விதம் ஒருவாறு குண முண்டாவதைக் கண்டே சில ஜனங்கள் அவ்வைத்தியர்களிடம் தமது வியாதிகொண்ட கண்களை ஒப்புவித்து விடுகின்றனர்.

ஜனங்கள் அவ்வாறு நாடோடிகளான வைத்தியர்களிடம் சிகித்ஸை செய்துகொள்ளாமல், இச்சிகித்ஸையில் கை தேர்ந்த மேனாட்டு வைத்திய முறைப்படி சிகித்ஸை செய்யப்படும் நேத்திர வைத்திய சாலைக்குப் போவது அவசியமென்பதை நாமும் வற்புறுத்திக் கூறுகிறோம்.

ஆனால் இராஜாங்கத்தார் இவ்விதம் நாடோடிகளான வைத்தியர்களிடம் நேத்திர வியாதிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்து கொள்ளக்கூடாதென்றும், அனைவரும் மேனாட்டு வைத்திய முறைப்படி சிகித்ஸை செய்யும் வைத்திய சாலைகளுக்குப் போகவேண்டுமென்றும் உத்தரவு பிறப்பித்ததுடன் நில்லாமல், நேத்திர வியாதியினால் ஆங்காங்கு வருந்திவரும் ஜனங்களுக்கு வேண்டியவளவு மாகாணத்தில் அநேகம் இடங்களில் நேத்திர வைத்திய சாலைகள் அநேகம் ஏற்படுத்த வேண்டியதும் இவ்வுத்தேசத்தை நிறைவேற்றக்கூடிய இன்றியமையாத காரியமாகும். வெகு தூரத்திலுள்ள ஜனங்கள் சென்னை நகருக்கு வந்து வைத்தியம் செய்துகொள்வதென்றால், அது எளிதாக மாட்டாதென்பதை இராஜாங்கத்தார் கருணையுடன் கவனிக்கவேண்டும். மேலும் காடராக்ட் என்னும் காசவியாதியைத் தவிர்த்து, மிச்சமுள்ள அநேகம் கண்வியாதிகள் ஆயுர்வேத முறையைக்கொண்டு ஔஷதப் பிரயோகத்தினால் நிவ்ருத்திக்கக் கூடியவையென்று நாம் அறிவோம். ஆகையால், எல்லா நேத்திர வியாதிகளுக்குமே ஆங்கில வைத்தியர்களிடம் சிகித்ஸைக்குப் போகவேண்டுமென்றும், ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிடம் அவற்றிற்குச் சிகித்ஸை செய்துகொள்ளக் கூடாதென்றும் இராஜாங்கத்தார் நிர்ப்பந்த மேற்படுத்தமாட்டார்கள் என்றும் நம்புகிறோம்.

ஆதிகாலத்திய ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்பட்டவிதமாகவே ஆங்கில வைத்தியர்களும் காசரோகம் மூன்று விதமென்று பிரித்திருக்கிறார்கள் என்னும் தத்துவத்தை அறிவித்து, ஆகவே வேண்டியவளவு சாஸ்திரத்தை உட்புகுந்தறிந்த ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் இச்சிகித்ஸையில் தமது கடமை யின்னதென்று உணர்ந்திருத்தலைக் குறிப்பிட்டு, நாடோடிகளான நேத்திர சிகித்ஸகர்களின் அவிவேகமான காரியத்தைக் கண்டித்து, இராஜாங்கத்தாருடைய கருணைமேலிட்ட உத்தரவின்படி ஜனங்கள் சாஸ்திரநிபுணர்களான நேத்திர வியாதி சிகித்ஸகர்களிடமே இவ்வியாதிக்கு சிகித்ஸை செய்துகொள்வது அபாயமில்லாத காரியமென்பதை வற்புறுத்தி விஷயத்தை விளக்குவதற்கு இவ்வியாஸம் வரையப்பட்டது.

A NEW AYURVEDIC FREE DISPENSARY AT TIRUPUR.

திருப்பூரில் ஒரு புதிய ஆயுர்வேத தர்மவைத்தியசாலை.

இந்த செப்டம்பர் மாதம் 4-ம் தேதி திருப்பூரில் டாக்டர் பி. வரதராஜுலு நாயுடு அவர்களின் பெருமுயற்சியினால் ஒரு ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலை ஸ்தாபிக்கப்பட்டு, அது ஆனரபில் மிஸ்டர் B. V. நரஸிம்மய்யா அவர்களால் திறந்துவைக்கப்பட்டு, அன்று அதைப்பற்றி ஓர் கொண்டாட்டமும் வெகு சிறப்புடன் நடைபெற்றதென்று குறிப்பிட நாம் ஸந்தோஷப்படுகிறோம். திருப்பூரில் சுமார் 10,000 ஜனங்களுக்குமேல் வஸிப்பதற்கு ஒரு ஆஸ்பத்ரி எவ்விதத்திலும் போதாதென்பதுடன், அவ்வாஸ்பத்ரியும் ஊருக்கு வெகு தூரத்திலிருப்பதால் மற்றொரு வைத்தியசாலை ஏற்படுவது இன்றியமையாததென்றும், அதுவும் ஆயுர்வேத வைத்தியசாலையாக அமைவது எவ்விதத்திலும் சுதேசத்தொழிலையும் சாஸ்திரமுறையையும் முன்னுக்குக் கொண்டுவர வேண்டுமென்று மனவூக்கமுள்ள தேசாபிமானிகளால் ஆதரிக்கத்தகுந்ததென்றும் கூறுவோம். ஆகையினால் நரஸிம்மையா அவர்கள் இச்சாஸ்திரமுறையில் அவ்வளவு அபிமானமும் சிரத்தையும் காட்டிப்பேசியதை சுதேச வைத்தியர்கள் நன்கு பாராட்டக்கடமைப்பட்டிருக்கின்றனர். இவ்விதமான ஆயுர்வேத தர்மஸ்தாபநங்களுக்கு இராஜாங்கத்தாரிடமிருந்து உதவிபெறுவதற்கு வைத்தியப்பதிவு சட்டம் இடையூறாக ஏற்பட்டிருக்கிறதென்று அவர் நினைத்தபோதிலும், ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு அவ்வாறு அச்சட்டம் விரோதமாயேற்பட்டதென்று எமக்குத் தோன்றவில்லை. மேனாட்டு முறைப்படி அமைக்கப்படும் வைத்தியசாலை முதலியவற்றில் அம்முறைப்படி வைத்தியங்கற்றுத் தேறியவர்களையே உத்தியோகஸ்தர்களாயேற்படுத்தவேண்டுமென்றும், அவ்விதம் இருந்தாலேயொழிய கவர்ன்மெண்டாரிடமிருந்தாவது, முனிஸிபாலிடி முதலியவற்றிலிருந்தாவது அவற்றிற்கு உதவி கிடைக்காதென்றும் சட்டம் ஏற்பட்டிருக்கிறது; மேலும் இச்சட்டம் எவ்விதத்திலும் சுதேசவைத்தியர்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்டதில்லையென்பதும் வெளிப்படையான விஷயம். ஆகவே ஆயுர்வேத முறைப்படி ஏற்படுத்தப்படும் வைத்தியசாலைக்கு இராஜாங்கத்தாரை உதவி புரியும்படி கேட்டுக்கொண்டாலும் ஒருக்கால் ஸஹாயம் ஏற்படக்கூடுமென்று நாம் நம்புகிறோம். இதற்கு ஸமீபத்தில் பூனா ஆயுர்வேதவைத்தியசாலை ஸம்பந்தமான ஸம்பவமே ஏற்ற நிதர்சனமாகும். சென்னை S. K. P. D. ஆயுர்வேத வைத்தியசாலைக்கு முனிஸிபாலிடியார் இப்பொழுதும் கிராண்டு கொடுத்து வருவதையும் இதற்கு ஆதாரமாகக் குறிப்பிடுகிறோம். எவ்விதத்திலும் மிஸ்டர் வரதராஜுலுநாயுடு அவர்கள் தாராளக் கொள்கையுடன் ஏழைஜனங்களுடைய நன்மையை நாடி ஆரம்பித்த இப்பெருங்காரியம் பொது ஜனங்களுக்குப் பேருதவி புரியுமென்று நம்புகிறோம்.

வைத்தியர் D. மன்னுலால் அவர்கள்.

பெங்களூர் ஸிடி, நே. 5. அவனியூ ரோட்டில் வஸிக்கும் டில்லிவைத்தியர் என்று பிரஸித்திபெற்ற மிஸ்டர் D. மன்னுலால் அவர்கள் தாம் செய்துள்ள ஒளஷதங்கள் ஸம்பந்தயாக அனுப்பிய விளம்பரத் துண்டுப்பத்திரிகை இந்த ஸஞ்சிகையுடன் நமது சந்தாநேயர்களுடைய பார்வைக்கு அனுப்பப்பட்டிருப்பதை நாம் இதன் மூலமாய்க் குறிப்பிடுகிறோம்.

THE SEVENTH ALL-INDIA AYURVEDIC CONFERENCE AND EXHIBITION.

அகில-பாரத ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளநமும் பொருட்காட்சியும்.

இவ்வருஷம் டிசம்பர் மாதத்தில் அகில-பாரத ஆயுர்வேத மஹாஸபையின் ஏழாவது ஸம்மேளநம் சென்னையில் நடைபெறப்போவதால், வழக்கம்போல் அத்துடன் ஒரு வைத்திய ஸம்பந்தமான பொருட்காட்சியும் அம்மாதம் 16-ம் தேதிமுதல் 31-ம் தேதிவரையிலும் நடைபெறப்போகின்றது. அப்பொருட்காட்சியில் ஓஷதிகள், தாதுப்பொருட்கள், பிராணிஸம்பந்தமான ஒளஷதச் சரக்குகள், சாஸ்த்ரீயமான ஆயுர்வேத ஒளஷதங்கள், சஸ்திரசிகித்சைக்கு உபயோகமான யந்திர சஸ்திரங்கள், பிராசீனமான ஏட்டுச் சுவடிரூபமாயுள்ள வைத்தியக்கிரந்தங்கள் முதலானவைகள் இக்காட்சியில் இடம் பெறக்கூடியவை. இக்காரியத்தை நிறைவேற்றுவதற்கு ஒரு ஸப்கமிட்டி ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது. பொருட்காட்சிக்கு அனுப்பப்படும் வஸ்துக்களுக்கு அதன் ஸூப்ரிண்டெண்டெண்டு ரசீது அனுப்புவர். வஸ்துக்களை, பொருட்காட்சி யாரம்பிப்பதற்கு 1[illegible]-நாட்கள் முன்னதாகவே அவரவருடைய விலாஸம் முதலியவற்றை விவரமாய் எழுதி ஸூப்ரிண்டெண்டெண்டுக்கு அனுப்பவேண்டும். அப்படி அனுப்பப்படுபவை அபூர்வமான வஸ்துக்களாயிருந்தால் அவற்றைப்பற்றிய விவரங்களையும் எழுதி அவ்வஸ்துக்களுடன் சேர்த்து அனுப்புவது நலம். பொருட்காட்சியில் அவரவருடைய வஸ்துக்கள் இருக்கும் வரையில் அவற்றின் ஸொந்தக்காரர்கள் அல்லது அவர்களின் பிரதிநிதிகள் அருகில் இருந்து வரவேண்டும். பொருட்காட்சிக்கு வஸ்துக்களை அனுப்புவதற்கு முன் விண்ணப்பப் பத்திரத்துடன் ஒவ்வொருவரும் ரூபாய் 1 அனுப்பவேண்டியது அவசியம். இதற்காக ஸாமான்களை அனுப்புவதற்கும், அவற்றைத் தகுந்தவாறு மறுபடி ஸொந்தக்காரரிடம் சேர்ப்பது முதலானதற்கும் பிடிக்கும் செலவுகளையெல்லாம் அதனதன் ஸொந்தக்காரரே பொருக்கவேண்டும். இதில் வஸ்துக்களின் தன்மைகளுக்கு ஏற்றவாறு பொன், வெள்ளி, பித்தளை இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றாலாகிய பதக்கமும், யோக்யதாபத்திரமும் அவற்றின் ஸொந்தக்காரருக்குப் பரிசாக அளிக்கப்படும். பொருட்காட்சிக்கென்று இடம் இனமாக விடப்படும். முதல் மூன்று நாட்கள் வரையில் தலைக்கு இரண்டணாவும், அதன் பிறகு கடைசிநாள் வரையில் ஒரு அணாவும் பொருட்காட்சியைப் பார்க்கவருபவரிடமிருந்து கட்டணம் வாங்கப்படும்.

ஆயுர்வேத ஸம்மேளநம் நடக்கும்போது ஆயுர்வேத வைத்தியஸம்பந்தமான வியாஸங்களை எவரேனும் எழுதிப்படிக்கவிரும்பினால் அதற்கும் சில ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டிருக்கின்றன.

MILITARY LIFE AND PHYSICAL HEALTH.

இராணுவ ஊழியமும் சரீர வன்மையும்.

மிகப்பிரஸித்தியும் செல்வாக்குமுள்ள ப்ரிடிஷ் மெடிகல் ஜர்னல் என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகையில் ஒரு நிருபர் எழுதி வெளியிட்டுள்ள விஷயத்தை நாம் இங்கு மொழிபெயர்த்தெழுதுகின்றோம்:—

"இப்பொழுது புதிதாக இத்தேசத்தில் (இங்கிலாண்டில்) இராணுவச் சேவகத்தில் சேர்ந்த மனிதர்களுடைய சரீரவன்மை குறிப்பிடக் கூடியவாறு மிக விசேஷமாய் விருத்தியாயிருப்பதைப் பார்க்க நாம் வியப்புறவேண்டியவர்களாயிருக்கிறோம். நமது நண்பர்களிலும், உறவினர்களிலும் பலர் யுத்தம் ஆரம்பித்தது முதலாக அவர்களுக்கு பலமாகக் காயம் தாக்காதவரையில் ஒவ்வொரு மாதத்திலும் உடற்சக்தியில் மிக

வும் மேன்மையடைந்து வருகின்றனர் என்பதை நாம் கவனித்து வந்தோம். சில நாட்களாக பிரான்ஸிலும் விடாமுயற்சியோடு வீட்டுக்கு வெளியிலேயே வாஸம்செய்து யுத்தபூமிகளில் நின்று போர்புரியும் பதினாயிரக் கணக்கான மனிதர்கள் தமது தேஹவலிமையில் மிகவும் தேர்ந்து, பார்ப்பதற்கு அதிக உத்ஸாஹ முள்ளவர்களாகத் தோற்றுகின்றனர். நேச இராஜ்யங்களுக்கு ஜர்மனி முதலிய தேசங்களோடு விரோதமுண்டாய் யுத்தம் ஆரம்பித்தது முதற்கொண்டு நான் ப்ரெஞ்சுதேசத்தைச் சேர்ந்த போர்முனையில் இருந்துவருகையில், பல யுத்தவீரர்கள் அடிக்கடி சிலநாட்கள் சிலவன்பேரில் அவர்களுடைய வீட்டுக்குத் திரும்பிப்போக நேரிட, அவர்களுடைய மனைவி மக்கள் முதலியவர்கள் எதிர்பாராத நிலைமையில் அவ்வீரர்களுடைய தேஹம் மேலான ஆரோக்கிய ஸ்திதியில் இருப்பதைக் கண்டு அடங்கா மகிழ்ச்சியையும் ஆச்சரியத்தையும் அடைந்தார்கள்.

ஒருவன் போர்முனைக்குச் சென்றிருந்தால், அபாயகரமான அரண்களில் வெடிகுண்டுகள் ஆயிரக்கணக்காகத் தனது முன்னிலையில் வந்துவிழுந்து மிகவும் பயங்கரமான சப்தத்துடன் வெடித்துக் கொண்டிருக்க, இடி முழக்கங்களுடன் பொழியும் மழையிலும், மிதமிஞ்சிய வெப்பத்தை யுண்டுபண்ணும் வெயிலிலும் வலித்துக்கொண்டு ஏதோ ஒருவாறு காலங் கழிக்கவேண்டிய இவ்வித கஷ்ட நிலைமையை நினைக்கும் அவனுடைய வீட்டு ஜனங்கள் அவன் தேஹஸ்திதி மிகவும் சிந்திக்கக்கூடிய நிலைமையில் இருக்குமென்றே யோசித்துக் கொண்டிருப்பது ஸஹஜம். அவர்களுடைய கண்கள் குழி விழுந்து, அவர்களில் அநேகர் மனஞ்சலித்து மீட்சி பெருந்துன்பத்தில் ஆழ்ந்திருப்பரென்று எண்ணியிருந்தனரென்றால் அதுவும் இயல்பே.

ஆனால், போர் முனையினின்றும் திரும்பி வரும்போது அவனுடைய சுற்றத்தார் எண்ணியதற்கு மாறாக அவனுடைய முகம் புன்சிரிப்புடனும் சிறந்த ஆரோக்கியத்துடனும் நன்றாக விளங்கிற்று; அவன் முகக்குறி கூர்மையாகவும், கண்கள் பிரகாசமாகவும், தோற்றம் கம்பீரமாகவும் காணப்பட்டன.

போர்க்களத்திலிருந்து தனது அன்பார்ந்த கணவன் வரும்போது, அவன் பலவாறு சிதைவுண்டிருக்கக் கூடுமென்றெண்ணி, அவனுக்கு உபசாரம் செய்வதற்சென்று அவனது மனைவி தாதிகளை அமர்த்தியது வீணில் ஏமாற்றமாய் முடிந்தது; அவன் அவ்வித கேடான நிலைமையில் வருவதற்குப் பதிலாக, ஆதியில் மணம் புரிந்தகாலத்து வாழ்க்கையை மீண்டும் புதிதாகப் பெற்று, மிகத் தென்புடன் தனது அன்புமிகுந்த மனைவியினிடம் நடந்து கொண்டதுடன், அச்சமுறத்தகும் அபாயகரமான தனது ஸைநிய வேலைகளையும், யுத்தபூமிகளில் மிகத் தொல்லையுண்டுபண்ணும் இராக்காலங்களின் தோற்றங்களையும் அதிகம்பீரமாக வர்ணித்துக் கூறுவன்.

தேஹவன்மையின் மேன்மை.

யுத்தகளத்தில் போர்வீரர்கள் சுறுசுறுப்பாகத் தமது சக்தியை யுபயோகித்து வீராவேசங்காட்டி மிகவும் துணிகரமாக ஆத்திரத்துடன் போர்புரிவதானது, அவர்களுடைய சரீரபலத்தையும் மனோபலத்தையும் மேன்மையுறச் செய்து வெகு திருப்திகரமான ஆரோக்கியத்தை நிலைநிறுத்தக் கூடியதென்பது நன்கு விளங்குகிறது.

இப்பொழுது இராணுவத்தில் மதுபானம் செல்வதைத் தடுக்கவேண்டியது அவசியமென்று ஒருவாறு நியமம் ஒன்று ஏற்பட்டதால், அதன் உபயோகம் மிதமாய்விட, தன்னைத்தான் அடக்கியாளுவதிலும், தனது கௌரவத்தைக் காப்பாற்றிக் கொள்வதிலும், மனோதிடனிலும் சீர்மையடையும்படி நேரிடுவது சாஸ்திரப்படி ஆச்சரியமான விஷயமல்ல.

வ[illegible]பந்தமான கோளாறுகளால் அடிக்கடி வருந்தும் சுபாவமுள்ளவர்கள், யுத்தவேலையின் காரணமாக, அவர்கள் வெளித் தொல்லைகளிலேயே கருத்தாயிருந்துவிட நேரிடவே, உடலின் உட்புறத் தொல்லையான இவ்வியாதியினாலுண்டாகக்கூடிய கெடுதிகளெல்லாம் முற்றிலும் மறைந்துபோய், நரம்பு ஸம்பந்தமான பலத்தையும் அவர்கள் அடைந்து விடுகின்றனர்.

திறந்த வெளிகளில் கடின வேலைகளைச் செய்து, மிதமான ஆஹாராதிகளைக்கொண்டு ஜீவனம் செய்து வருவதினால் தேஹ-மனோவன்மை விருத்தியாவதுமல்லாமல், ஔஷதப் பிரயோகங்களைச் செய்து திருத்திக்கமுடியாத நிலைமையிலிருந்த சில பிணிகளும் தானே நிவர்த்தமாய் விடுகின்றன.

பலபேருக்கும் பொதுவாக நன்மை செய்யக்கூடிய சிறந்தோர் காரியத்தில் விடாமுயற்சியோடு வேலை செய்தல், அநேகம் பேருக்குப் பொதுவாக ஏற்படும் அபாயத்தைத் தானும் பங்கிட்டுக்கொண்டு சுயநலத்தை ஒரு பொருட்டாகக் கருதாது எதிலும் தளராமல் வெற்றியடைய முயலுதல் என்னும் இவை மனிதருடைய மனோபாவத்தைப் பின்னால் மேன்மைப்படுத்தி, பொது ஜனங்களின் செல்வமும் செல்வாக்கும் செழித்தோங்குவதையே தன் ஸொந்தப் பெருமையாகக் கருதக்கூடிய அவ்வளவு காம்பீர்யத்தையும் அவனுக்கு உண்டாக்குகின்றன.'

FIRST AID IN ACCIDENTS.

அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

முன்னுரை.

ஒருவனுடைய தேஹத்திற்கு ஏதேனும் அபிகாதம் முதலியவற்றால் அபாயம் நேரிடுமானால், அந்த நிலைமையில், தேர்ச்சிபெற்ற சஸ்திரசிகித்ஸகர் வருவதற்கு முன், உடனே அவனுக்குச் செய்யக்கூடிய ஸஹாயமானது இங்கு "பிரதம உதவி" எனப்படுகின்றது. அபாயமுண்டவர் எவருமே அதிலிருந்து மீட்சிபெறுவதானது, அவர்களுக்கு உடனே செய்யப்படும் உதவியைப் பொருத்ததாயிருக்கிறது. பிறகு வரப்போகும் விஷயங்களை சுதேச வைத்தியர்களும், மற்றவரும் கருத்துடன் படித்து, அவ்வவ்விடங்களிலுள்ள கைதேர்ந்த வைத்தியர்களிடம் பழகி சிறிது அப்யாஸமும் செய்துவந்தால், அவர்கள் எவருக்கேனும் தேஹத்தில் அபாயம் நேரிட்டபோது, வலியைக் குறைப்பதிலும், துன்பமனுபவிப்பதைத் தணிப்பதிலும், அவர்களுடைய உயிரைக் காப்பதிலும் உதவிபுரியக்கூடியவர்களாயிருப்பார்கள். அபாயங்களில் பிரதம உதவி எனப்படும் இவ்விஷயம் வைத்திய சாஸ்திரத்தின் ஒரு கிளையாக இருக்கின்றது. இந்நூல், ஒரு வைத்தியசாஸ்திரத்தைப் போல் அதிக விரிவானதல்லவாயினும், ஒரு மனிதனுக்கு உண்டான அபாயம் மேன்மேலும் இன்னும் அதிக அபாயங்களுக்குக் காரணமாய் ஏற்படாமல் பிணியாளியை நிபுணனான வைத்தியன் வரும்வரையில் காப்பாற்றுவதற்கான உபசார-சிகித்ஸாக்ரமங்களை முற்றிலும் வெகு சுருக்கமாக அறியக்கூடியதாகும். இவ்விஷயத்தைக் கற்றறிந்தவருடைய கடமை யென்ன வென்றால்:—

. அபாயத்திற்குள்ளானவனுக்கு அருந்துவதற்காகத் தண்ணீரையும் உத்ஸாஹகாரியான வேறு தகுந்த பானத்தையும் கொடுப்பது; இரத்தப் பெருக்கைத் தடுப்பது; நேரிட்டிருக்கிற அபிகாதத்திற்கேற்ற வாறு கழிகளையோ வேறு பந்தமுறைகளையோ தாத்காலிகமாகக்கட்டுவது; அவனுடைய தேஹத்தில் தாறுமாறாயுள்ளதும் அத்தறுவாயில் அஸௌகரியமானதென்று தோற்றக்கூடியதுமான உடைமுதலியவற்றை நீக்கி, அவ்வித அவயவங்களையும் மெல்லென விலக்கி விடுதல்; அம்மனிதர்களைப் பிடிப்பது; எடுப்பது; ஓரிடத்திலிருந்து மற்றோரிடத்திற்குக் கொண்டுபோவது என்னும் இவை முதலியவைகளேயாம்.

அபாயங்கள் நேரிட்ட எல்லா நிலைமைகளிலும், நீங்கள் செய்யும் "பிரதம உதவி" யென்னும் சிகித்ஸையினால் நற்பயன் உண்டாவதைக் கருதி, அடியில் குறிப்பிடப்படும் சில விவரங்களை ஊக்கத்துடன் கவனிப்பீர்களாக:—

1. ஆபத்தைக் கண்டு உமது மனம் மயங்கிவிடக்கூடாது; மனதை அமைதியாக வைத்துக்கொள்ள முயலவேண்டும். நீர் செய்யவேண்டியது இன்னதென்பதை நிதானித்து நன்கு நிச்சயித்துக் கொள்ளும். அருகில் இருப்பவர் சொல்லும் வார்த்தைகளிலெல்லாம் மனதைச் செலுத்தாமல் நீர் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை இன்னதென்று உமது அறிவைக்கொண்டு நிச்சயித்து வெகுசீக்கிரத்தில் அதேவிதம் செய்யவேண்டும்.

2. பிணியாளியை அவனுக்கு மிகவும் ஸௌகரியமான நிலைமையில் படுக்கவிடவும்-பொதுவாகக் கவிழ்ந்துப்படுக்கச் செய்வது நலம். ஆனால் அந்த ஸ்திதியில் பிணியாளி மூச்சுவிடுவது கஷ்டமாயிருக்குமாகையால் அதற்காக சரீரத்தின் மேற்பாகத்தை ஒருவாறு சிறிதளவு உயர்த்திவைக்கலாம்.

3. கழுத்திலும், மார்பிலும், இடுப்பிலும் உள்ள துணி அல்லது உடுப்புகளைத் தளர்த்திவிடவும்; ச்வாஸம் விடுவதற்கு எவ்விதமான தடையும் ஏற்பட்டிருக்கக்கூடாது.

4. பிணியாளியின் தேஹத்தில் சீதளம் உண்டாயிருக்குமானால், ஏதேனும் தகுந்தபோர்வையினால் அவனைப் போர்த்துவிடவேண்டும். அல்லது வேறுவித உபாயத்தினால் தேஹச்சூட்டை சரியான நிலைமைக்குக் கொண்டுவர முயலவேண்டும்.

5. எக்காரணத்தினால் அபாயமுண்டாயிற்றோ, அக்காரணத்தை உடனே கூடுமானால் விலக்குவது அவசியம்; இரத்தப்பெருக்கை அதிசீக்கிரத்தில் தடுப்பதில் உமது கவனத்தை நன்றாகச்செலுத்த வேண்டியது அவசியம்.

6. பிணியாளி மூர்ச்சையடைந்து அல்லது மிகவும் சோர்ந்து சுமார் 20 நிமிஷங்கள் வரையில் தெளிவுறாமலிருந்தால் அப்பொழுது வேண்டுமானால் மத்யம் முதலிய உத்தீபககாரியான பானவகைகளில் ஏதேனும் ஒன்றை சிறிதளவு கொடுக்கலாம்; மற்ற வேளைகளில் அவை உபயோகிக்கக்கூடியவையல்ல.

7. அபாயமுண்ட மனிதனுடைய தேஹம் அசை நியாக இருக்கவேண்டியது அவசியம்; அவ்விதம் இருக்கச் செய்தால் ஜீவாதாரமான சாரீரக்கிரியைகளுக்கு அநுகூலம் ஏற்படும்; சிதைவடைந்த அவயவத்தைத் தாங்கிப்பிடித்துக்கொள்ளவேண்டும்; அதற்கு மேன்மேலும் சிதைவுகள் ஏற்படாமல் இருக்கும்; முக்கியமாக எலும்புகள் ஒடிந்தால் அப்பொழுது இவ்வித ஒத்தாசை இன்றியமையாதது.

பிரதம உதவியைச் செய்வதில் மட்டும் யோக்யதையுள்ளவர், வைத்தியர்கள் அல்லது சஸ்திர சிகித்ஸகர்கள் செய்யவேண்டிய பெரிய சிகித்ஸாமுறைகளையும் துணிவுடன் ஒருவாறு ஏற்றுக்கொள்வது பிசகு. அபாயமுண்டவருக்குப் பிரதம உதவி என்னும் இவ்விஷயத்தை வைத்தியரல்லாத புருஷர்களுக்கும் ஸ்திரீகளுக்கும் கற்பித்து, அபாயமுற்று எளியநிலைமையடையும் ஜனங்களுக்கு ஸமயங்களில் உதவிபுரிந்து அவர்களைக் காப்பாற்றுவதை மேலான தர்மமாக நினைத்து "ஸெஞ் ஜான் அம்புலென்ஸ் அஸோஸியேஷன்" (Saint John Ambulance Association) என்னும் பெரியதோர் ஸங்கம் ஏறக்குறைய சுமார் 30-வருஷ காலமாய் உலகத்தோருக்கு ஊழியம் செய்துவருகின்றது என்பதை இவ்விஷயத்தைக் கற்க விரும்புபவருக்கு இந்த ஸந்தர்ப்பத்தில் நாம் குறிப்பிடுவது அவசியமென நினைக்கிறோம்.

"பிரதம உதவி" என்னும் விஷயத்தை விவரமாக நீங்கள் அறியவிரும்பினால், தேஹ அமைப்பின் தன்மைகளைப்பற்றியும், அவ்வவ்வவயவங்களின் தொழில்களைப்பற்றியும் சுருக்கமாய் அறிந்திருக்கவேண்டியதும் அவசியமாகிறது. ஆகவே அநேகவிஷயங்களை இதற்கு பிறகு சுருக்கக்கூறுவதற்கு முன் சரீரத்துவ ஸம்பந்தமான சிலவிவரங்களும் இதனடியில் முதலில் எழுதப்படுகின்றன. அவ்விஷயங்களை "வைத்திய கலாநிதியின்" மூலமாக நமது நேயர்கள் இனி கிரமமாகத் தெரிந்து கொண்டுவருவார்கள். இவ்விஷயங்களை விளக்குவதற்கு அவசியமான சித்திரபடங்களும் இனி வரும் ஸஞ்சிகைகளில் பிரகரணானுஸரித்து பிரசுரிக்கப்பட்டுவரும்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

வாஸனைப்புல்.

இது மூன்று அல்லது நான்கு அடி உயரம் வளரக்கூடிய ஒரு வித புல்; வட இந்தியாவில் விசேஷமாக இது பயிரிடப்படுகிறது.

(1) இப்புல்லின் காம்புகளைச் சிறிது இடித்துக் கஷாயமிட்டு ஸாதாரண வயிற்றுவலிகளில் உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம்; இக்கஷாயம் ஒருவித வாஸனையாகவும், உத்தீபனம் அல்லது உத்ஸாஹகாரியாகவும் இருக்கும். (2) இதன் இலைகளை வாலையிலிட்டு இறக்கப்படும் தைலத்திற்கு உத்தீபகம், உதரவாதஹரம், ஆக்ஷேபகஹரம், ஸ்வேதஜநகம் என்னும் செய்கைகள் உண்டு. இத்தைலத்தை 3-முதல் 6-துளிகள் வரையில் சர்க்கரையிலாவது பாலிலாவது கலந்து வயிற்றுவலியிலும், வயிற்றுப்பொருமலிலும், மற்றும் வயிற்றில் பல காரணங்களாலுண்டாகும் இசிவுகளிலும் உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். அஜீர்ணத்தினால் வெகு தொந்தரவு அநுபவிப்பவருக்கு இதையுபயோகித்தவுடனே வயிற்றில் கோளாறு இருந்ததோவென்று ஸந்தேஹிக்கக்கூடியவாறு வெகு சீக்கிரத்தில் பிணியாளிக்கு அநுகூலமுண்டானதாக அநேக முறைப் பிரத்தியக்ஷத்தில் பரீக்ஷைசெய்யப்பட்டிருக்கிறது. விஷூசியென்னும் வாந்திபேதியிலுங்கூட இதர ஔஷதங்கள் பிரயோஜனப்படாமற்போயிருக்கையில் இத்தைலம் குறிப்பிடக்கூடியவிதமாக பலன் தந்திருக்கின்றது. உக்கிரமான நிலைமைகளில் இத்தைலத்தை ஒவ்வொரு மணிநேரமும் அல்லது அடிக்கடியும் கொடுத்து வரவேண்டும். (3) வெகுநாட்களாகத் தொடர்ந்திருக்கும் ஆமவாதமென்னும் கீல்வாயு, ஒற்றைத் தலைவலி, சுளுக்கு முதலியவற்றில் மேலே இதை உபயோகிக்க மிகவும் ஸௌக்கியமுண்டாகும்.

மஞ்சள் பாவட்டை.

மஞ்சள் பாவட்டையென்பது இந்தியாவில் எங்கும் பயிராகும் ஒரு சிறிய மரம். அதனுடைய புஷ்பங்கள் மிகச் சிறியதாகவும், வெண்மையாகவும் இருக்கும்.

(1) இதன் இலைகள் சிலந்திகளையும், சிரங்குகளையும், காயங்களையும் ஆற்றுவதற்கு அவற்றின்மேல் உபயோகிக்கத் தகுந்தவை. (2) இந்த இலைகளை சிறிதளவு ஜலத்தில் சேர்த்து, அவற்றுடன் கொஞ்சம் கடுகையும் சேர்த்து நன்றாகக் கஷாயம் காய்ச்சி வடிக்கட்டி வேலைக்கு ஏழெட்டு உத்தரணிவீதம் தினம் ஒன்றுக்கு நாலைந்து தடவை அஜீர்ணபேதியை நிறுத்தக் கொடுக்கலாம்; முக்கியமாகக் குழந்தைகளுக் குண்டாகும் அதிஸாரத்தில் இது நன்கு உபயோகமாகும். (3) நன்றாகக் கனியாத காயை ஒருவாறு சமைத்து, சிறிது உப்பையும் சேர்த்துப் பிசைந்து, புண்களால் மிக்க மிருதுவாகப் போயிருக்கும் பல்லீறுகளின்மேல் தடவிவந்தால் சீக்கிரத்தில் நற்குணமுண்டாகும்.

அலரி.

இது எப்பொழுதும் பசுமையாகவேயிருக்கும் ஒரு செடி; இதில் பால்போன்ற சாறு உண்டு; இதன் புஷ்பங்கள் சிவப்பாகவோ வெண்மையாகவோ இருக்கும்; அவை ஒற்றையாக அல்லது இரட்டை யிரட்டையாகப் பூர்க்கும்; புஷ்பங்களில் ஒருவித நறுமணம் வீசும்.

(1) இதன்வேர் உட்கொள்ளப் படுமானால் மிகத் தீவ்ரமான விஷத்தன்மையைக் காட்டும். (2) ஆனால் இதை ஜலம் சேர்த்து விழுதுபோல் அரைத்து, ஆண்குறியின் மேலுண்டாகும் சிலந்தியிலும், மற்றும் புண்களிலும்மேற்பூச்சாகஇதுஉபயோகிக்கக்கூடியதென்று அறியப்படுகிறது. (3) அலரிவேரின் பட்டையை மட்டும் எடுத்து, எண்ணெயில் சேர்த்து ஒருவித தைலம் பக்குவம் செய்வதுண்டு; உடம்பின்பேரில் செதில் செதிலாக உண்டாகும் சில சர்மவியாதிகளிலும், முக்கியமாய் குஷ்டரோகத்திலும் இத்தைலத்தை மேலுக்கு உபயோகிக்கலாம். (4) அலரியிலைகளைப் போட்டுக்காய்ச்சிய கஷாயம் அநேகவித காரணங்களால் ஸம்பவிக்கும் வீக்கங்களைக் குறைப்பதற்கு ஒற்றடங்கொடுக்க அதிக உபயோகமுள்ளது. (5) இதன் உலர்ந்த இலைகளைக் கஷாயமாகக் காய்ச்சி, அக்கஷாயத்தில் கொழுப்பையாவது எண்ணெயையாவது சேர்த்துக் காய்ச்சினால் அது ஒருவித களிம்பு போல் ஆகும்; அது மூட்டுப்பூச்சி, குளவி முதலியவை கடிப்பதால் ஏற்படும் தொந்தரவுகளில் சர்மத்தின் மேல் பூச உதவும்.

வேளை.

வேளையென்னும் பூண்டு விசேஷமாகத் தென்னிந்தியாவில் பயிராகின்றது. இதன் இலைகளைப் பசுமையாகவே உபயோகிப்பது வழக்கம். இந்த இலைகளைப் பறித்து அப்பொழுதே அவற்றைச் சிதைத்தால், அவற்றிலிருந்து ஒருவித காரமான எண்ணெய் வரும்; அது சீக்கிரத்தில் ஆவியாய்ப் பறக்கக்கூடிய எண்ணெய். இந்த எண்ணெய்க்கு வெள்ளுள்ளி அல்லது கடுகெண்ணெயின் குணங்கள் உண்டு.

(1) வேளையிலையின் சாற்றைப் பிழிந்து கொஞ்சம் அனத்திச் சுடவைத்து, காதுகளில் சீழ்வடிதலையும், காது வலியையும் சிகித்ஸைசெய்ய உபயோகிப்பது நாட்டுவழக்கம். (2) இதன் விதைகளுக்கு கிருமிஹரமான குணம் உண்டு. இவ்வித்துகளைப் பொடி செய்து, சுமார் 30 முதல் 60 நெல்லெடை வரையில் சர்க்கரையில் கலந்து இரண்டு நாட்கள் காலையிலும் மாலையிலும் உட்கொண்டு, அப்பால் மூன்றுவது நாள் காலையில் ஆமணக் கெண்ணெயைச் சாப்பிடவேண்டும். குழந்தைகளுக்கும் அவரவருடைய வயதுக்குத் தகுந்தபடி ஐந்து முதல் இருபது நெல்லெடைவரையில் இச்சூர்ணத்தைக் கொடுக்கலாம். (3) வெள்ளைப் பூண்டை ஸமூலமாகச் சேர்த்து கஷாயம் காய்ச்சி, அதில் தைலத்தைப் பக்குவம் செய்துபயோகித்தால், சர்ம வியாதிகளில், அவற்றிலும் முக்கியமாய் குஷ்டரோகத்தில் குறிப்பிடக் கூடியவாறு குணமுண்டாவதாக சில வைத்தியர்கள் கூறுகின்றனர்.

சூரியகாந்தி.

அநேகம் தோட்டக்கால்களில் இப்பூண்டைக் காணலாம். இதன் புஷ்பங்கள் வட்டமாகவும், விசாலமாகவும் அழகாயிருக்கும்.

இதன் விதைகளிலிருந்து ஒருவகையான தைலம் எடுக்கலாம். அது சுத்தமான நிலைமையில் பாதுவங்கொட்டை யெண்ணெய்க்கு, அல்லது சீதவிருக்ஷத் தைலமென்னும் ஆலீவ் எண்ணெய்க்கு ஸமானமான குணங்களுள்ளது. பனி வெடியினால் கால் முதலியவற்றிலுண்டாகும் வேதனைகளில் இது மிக்க உபயோகமான தைலம்.

QUESTIONS AND ANSWERS.
ஸந்தேஹ விஞவிடைகள்.

விஞ-18-அதிநித்திரையும் திமிரும்.

ஐயா,

நான் அறிய விரும்பும் இரண்டு விஷயங்களுக்கு என்மேல் அன்புகூர்ந்து தாங்களாவது, வைத்திய கலாநிதியைப் படிக்கும் வேறு வைத்திய நண்பர்களாவது விடையளிக்கக் கோருகிறேன்.

(1) பகற் போஜனத்திற்குப் பிறகு என்னுடைய மானஸிக சக்தி முற்றிலும் உபயோகமில்லாமற் போய் உடனே படுக்கையில் விழவேண்டியவனுய் விடுகிறேன். நித்திரையோ என் உடம்பு எனக்குத் தெரியாமல் அதி கனமாக உண்டாய்விடுகிறது. இவ்விதமான அருவருக்கக்கூடிய நிலைமையைப் போக்குவதற்கு என்ன உபாயம்? (2) என் கைகள் அடிக்கடியும் குளிர்ந்துபோய் மிகவும் திமிர்த்து ஏதோ ஒருவிதமாகச் சிலிர்த்து விடுகின்றன. தூங்கி யெழுந்ததும் இவ்விகாரம் அதிகமாயிருக்கும். இதற்கு என்ன செய்யலாம்?

J. J. M.

விடை (1) நீங்கள் பகற்போஜனத்தைக் கூடுமான வரையில் குறைத்துப் புஜிப்பது நலம்; அதாவது வழக்கமாகப் பகலில் எவ்வளவு உணவு எடுத்துக் கொள்ளப்படுகிறதோ அதில் கால் பங்கு அல்லது முடியுமாஞல் அரைப்பங்கு குறைத்து விடவும். சீக்கிரம் ஜீர்ணமாகக்கூடாத பருப்பு வகைகள், இறைச்சி, புளிப்பான வஸ்துக்கள், வெங்காயம் முதலிய சில கிழங்குகள் என்னும் இவற்றை விலக்கி, வெகு இலகுவான ஆஹாரத்தையே நன்ருக மென்றுச் சாப்பிட வேண்டும். இவ்விதம் சிலநாள் செய்துவந்தால் உமக்கு அதிநித்திரை யுண்டாகாமல் இருக்கும். (2) தூங்கி யெழுந்ததும் விசேஷமாகக் கைகள் திமிர்த்திருப்பதாகக் கூறுவதைக்கொண்டு, தலையின் கீழ் கையை வைத்துக்கொண்டு நித்திரை போஞல், வெகு நேரம் இரத்த ஓட்டம் கையில் தடைப்படக்கூடுமாகையால், அதஞல் பலருக்குக் கை திமிர்த்துப்போய் சிலிர்த்துக்கொள்வது வழக்கம். ஆகையால் நித்திரை போகும்போது நீர் மல்லாந்துப் படுத்துக்கொண்டு, உமது கைகளை சிரஸ்ஸின் கீழ் அகப்படாமல் படுக்கையின்மேல் ஸாதாரணமாய் நீட்டிவிட்டு நித்திரை போவது நலம். கைகள் (அல்லது கால்களாஞலும்) திமிர்த்திருக்கும்போது எவரையேனும் கொண்டு நன்ருகப் பிடிக்கச்செய்தால் ஸௌகர்யமாயிருக்கும். திமிர்த்துப்போன அவயவத்தை வென்னீரில் சுமார் ஐந்து நிமிஷமும், அடுத்தாற்போல் குளிர்ந்த ஜலத்தில் ஒரு நிமிஷமும் அமர்த்தி வைக்கவும். இவ்வாறு மாற்றி மாற்றி ஐந்தாறு தடவை செய்து, முடிவில் அவ்வவயவத்தை ஈரமில்லாமல் துடைத்து விடவும். இப்படிச் செய்தால் இரத்தம் அவ்விடங்களில் நன்ருகப் பரவி அவ்விகாரம் தணியும். ப-ர்.

விஞ-1[illegible]-ஒருவித தலைநோய்.

ஐயா,

எனது கேள்விக்கு தாங்களாவது தயது சந்தாதாரர்களாவது தயவுசெய்து விடையளித்தால் மிக்க உபகாரமாயிருக்கும். எனக்கு எப்பொழுதுமே ஒருவித தலைவலியும், சிரஸ் வெகு மந்தமாயிருத்தலும், சிரஸ்ஸின் உச்சியில் அழற்சியோடுகூடிய நோயும் உண்டாய் வருத்தப்படுகிறேன். எனக்கு சரியான தேஹவுழைப்பு கிடையாது. நான் என்ன ஔஷதத்தை உபயோகிக்கலாம் என்கிறீர்கள்?

M. B.

விடை:—நீர் காலையில் எழுந்திருந்து வெயில் நன்ருகப் புறப்படுவதற்கு முன்னமே சுமார் அரை அல்லது ஒரு மைல் தூரம் மந்தமாக நல்ல வாயுவீசும் பிரதேசத்தில் உலாவிவரவேண்டும். புத்திக்கு அல்லது மனதுக்கு ஆயாஸகரமான வேலையைச் சில நாள் வரையில் விட்டுவைக்கவேண்டும். குளிர்ந்த ஜலத்திலேயே ஸ்நானம் பண்ணுவது உத்தமம். எளிதில் ஜீர்ணமாகக் கூடிய சிறந்த உணவுகளை உபயோகித்து

வருவது நலம். ஒரு பலம் நன்னுரியைப் பொடித்து நன்ருகக்கொதிக்கும்அரைக்கால்படி ஜலத்தில்சேர்த்து பாண்டமாகச்செய்து, அதில் 10-அல்லது 12-குன்றுமணிஎடை நவசாரத்தைப் பொடித்துச் சேர்த்து காலையில் ஒரு முறையும் மாலையில் ஒரு முறையுமாக உட்கொண்டு வரவும். மலச்சிக்கல் தொடர்ந்திருந்தால், இரவில் படுக்கப்போகையில் ¼-அல்லது ½-பலம் ஆமணக்கெண்ணெயை சிறிதளவு பாலில் கலந்து உட்கொள்வதும் நலம். இவ்விதமாக நீர் செய்துவருவீராஞல் சீக்கிரத்திலேயே உமக்கு நற்குணமுண்டாகலாம்.—ப-ர்.

விஞ-20-நாசி செவிகளைப்பற்றிய நோய்.

ஐயா,

முப்பது பிராயமுடைய என் கனிஷ்ட புத்திரனுக்கு பீநஸம் போல் சளியும், தும்மலும் இருந்து வந்தது. இப்பொழுது நாசிவழியாக சிலவேளை மஞ்சள் நிறமாகவும் சிறிது சிவப்பும் கருப்பும் கலந்த நிறமாகவும் கொழுப்புபோல ஒருவித தோஷம் வெளியாகிறது. இரண்டு மாஸங்களாய் காதில் இரைத்தலும், சிரஸ்ஸுக்குள்ளே தாங்கமுடியாத ஏதோ வேதனையும் உண்டாய் அவன் அவஸ்தைப்படுகிருன். இதற்காக நாகராதிதைலம், விஷமுஷ்டி தைலம், மரிசாதி தைலம், பலா[illegible] தைலம், இவற்றையும் மற்றும் அநேக நஸ்யங்களைப் பிரயோகித்தும் ஒரு பயனுங் காணவில்லை. ஆகையால் சற்று ஆலோசித்து இதற்குரிய விசித்தெளஷதங்கள் இருந்தால் வைத்தியகலாநிதியின் மூலமாய் அறிவிக்கவேண்டுமென்று கேட்டுக் கொள்கிறேன் ஹக்கிம், M. K. ஸைந் முகம்மத் புலவர்.

நிருபநேயருக்கு அறிவிப்பு.

திருவல்லிக்கேணி ஸாமிநாதன்-தங்களுடைய கேள்விக்கு நேரில் கடிதமூலமாகப் பதில் அனுப்பவேண்டியிருக்கிறது; பத்திரிகையில் பிரசுரிக்கக்கூடியதாயில்லையென்று அறிவிக்க விஸனப்படுகிருேம். ஆகவே தயவுசெய்து ஸ்டாம்பு அனுப்பவேணுமாய்க் கோரப்படுகிறது.—ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

பூஞ ஆயுர்வேத வைத்தியசாலை.

பூஞ நகரத்தில் முனிஸிபாலிடியிஞல் ஒரு ஆயுர்வேத தர்மவைத்தியசாலை அநேகம் வருஷங்களாய் நிர்வஹிக்கப்பட்டுவர, அவ்வைத்தியசாலை, புதிய வைத்தியப்பதிவு சட்டப்படி முனிஸிபாலிடியின் செலவைக்கொண்டு நிர்வஹிக்கப்படக் கூடாதென்று அவ்விடத்திய கலெக்டர் உத்தரவு செய்து விட்டார் என்றும், அதற்காக அவ்வூரார், அம்மாகாணத்திலும் இதர மகாணத்திலுமுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் பம்பாய்க் கவர்னருக்கு அதை மூடிவிடக்கூடாதென்று உத்தரவு பிறப்பிக்கதற்காக மனு செய்து கொண்டார்களென்றும் முன்னமே குறிப்பிட்டிருக்கிருேம். அவர்களுடைய விண்ணப்பத்தைக் கவர்ன்மெண்டார் ஆதரவுடன் ஏற்றுக்கொண்டு, எப்போதும் போலவே அவ்வைத்தியசாலை முனிஸிபாலிடியாரால் நடத்தப்படுமென்று கூறி அதற்குமுன் ஏற்பட்ட உத்தரவை ரத்துசெய்துவிட்டார்கள் என்று அறிய நாம் ஸந்தோஷப்படுகிருேம். பூஞநகரத்து ஜனங்களும், இந்தியாவிலுள்ள அகில ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும், முக்கியமாய் பம்பாய் மாகாணத்து வைத்தியர்களும், அம்மாகாணக் கவர்னராகிய லார்ட் வில்லிங்கடன் அவர்களுடைய இக்காருண்ய செய்கையின் பொருட்டு அவரை மனதார வாழ்த்துவதற்குக் கடமைப் பட்டிருக்கிருர்கள்.

க்ஷயரோகத்தில் வெள்ளைப்பூண்டு.

ஸமீபகாலத்தில் க்ஷயரோகத்தைப்பற்றி சில வைத்திய நிபுணர்கள் செய்த ஆராய்ச்சிகளின் பயஞக வெள்ளைப்பூண்டு அப்பிணியாளிகளுக்கு உபயோகமுள்ள உணவுப் பொருளாகவும் ஔஷதச் சரக்காகவும் இருப்பதாய் அறியப்பட்டது. வெள்ளைப்பூண்டில் அல்லைல் ஸல்பைட் (Allyl Sulphide) என்னும் சடிதியில் ஆவியாகக்கூடிய ஒருவித தைலம் உண்டென்றும், இச்சரக்குக்குள்ள ஔஷதத் தன்மை இத்தைலத்தில் அடங்கியிருக்கிறதென்றும், இத்தைலம்

க்ஷயம் முதலிய சில ரோகங்களுக்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்களை அழிக்குமென்றும் கண்டு பிடிக்கப்பட்டிருக்கிறது. வெள்ளைப்பூண்டை உபயோகிப்பவருடைய தேஹதாதுக்களில் எரிக்கப்பட்டு நுரையீரல்களாலும், சர்மத்தினாலும், வ்ருக்கங்களாலும், கல்லீரலாலும் இத்தைலத்தின் கழிவம்சம் வெளியில் விலக்கப்படுகிறது. இது தேஹத்தில் எளிதில் ஜீர்ணமாய் தாதுக்களின் நுண்ணிய பாகங்களிலும் ரஸாயனிகளென்னும் (Lymphatics) ஸூக்ஷ்மக்குழாய்களின் மூலமாய் நன்றாகப் பரவிவிடும். க்ஷயரோக ஸம்பந்தமான ரணங்களில் இலவங்கத்தையும் வெள்ளைப்பூண்டையும் தொழுப்பையும் அரைத்து பொட்ட விகையாக (Poultice) 24 மணி ஸாவகாசத்திற்கு ஒருமுறை உபயோகித்து வந்ததில் மிகவும் திருப்திகரமான குணமுண்டாயிற்று.—Indian Messenger.

டாக்டர்கள் அரிதாய்விட்டனர்.

சென்ற ஆகஸ்டு மாஸம் 30-ம் தேதி வெளியான "மாஞ்செஸ்டர் கார்டியின்" என்னும் பத்திரிகையில் பின்வரும் விஷயம் வெளியாயிருக்கிறது:—யுத்தம் ஆரம்பமானது முதலாக வைத்திய இலாகாவில் புருஷ உத்தியோகஸ்தர்கள் இராணுவத்தில் வேலை பார்க்க அழைக்கப்பட்டு வரவே, ஸ்த்ரீவைத்தியர்கள் அந்த ஸ்தாநங்களில் கிரமமாக நியமிக்கப்பட வேண்டியதாயிற்று; ஆனால் ஸ்த்ரீவைத்தியர்களும் அவ்வளவு அதிகமாகக் கிடைக்கவில்லை. இங்கிலாந்தில் ஒரு வைத்திய சாலைக்கு டாக்டர் கிடைக்காமல், வருஷத்திற்கு 200 பவுன் சம்பளமும், 100 பவுன் இதர வருமானமும் கிடைக்கும்படி ஏற்பாடு செய்து, அதற்கு ஒரு வைத்திய ஸ்த்ரீயாவது வேண்டுமென்று விளம்பரம் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. யுத்தம் ஆரம்பமாவதற்குமுன் வருஷத்தில் 110-பவுன் சம்பளம் கொடுத்தாலே நல்ல யோக்யதையுள்ள டாக்டர்கள் கிடைப்பது எளிதாயிருந்தது. ஆங்காங்கு உத்தியோகம் வஹிக்கும் டாக்டர்களுக்கும் (தாதிகளுக்கு கூட) ஒரு சிறிய விடுமுறை கிடைப்பதும் அரிதாய்விட்டது. இக்கஷ்டத்தை நிவ்ருத்தி செய்வதற்கு ஏதேனும் ஒருவகையில் கவர்ன்மெண்டு ஏற்ற முயற்சி செய்ய வேண்டியது அவசியமென்றும் அப்பத்திரிகை முறையிடுகின்றது.

ஸந்நிபாதஜ்வரத்தை ஸ்வஸ்த்தம் செய்ய ஒரு நூதன முறை.

ஸந்நிபாதஜ்வரத்தை (Typhoid fever) ஸ்வஸ்த்தம்பண்ணுவதற்கு சில புதிய முறைகளைக் கண்டுபிடித்து விருத்திசெய்வதற்காக ஐரோப்பாவில் இராணுவ சஸ்திரசிகித்ஸகர்கள் பெருமுயற்சி செய்துவருகின்றனர் என்று "மெடிகல் ரிகார்ட்" என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகையின் மூலமாய் அறியப்படுகிறது. அப்ரகம் அல்லது படிகம் போன்ற ஒரு வித உவர்மண்ணை இவ்வியாதியினால் வருந்துபவனுடைய வயிற்றின் மேல் ஒரு வரிசை கனமாகப் பரப்பி, அதன்மேல் மெல்லிய கம்பளத்துண்டையும் வைத்து, பனிக்கட்டி நிரம்பிய ஒரு பையை வயிற்றின்மேல் இடைவிடாமல் அமர்த்தி ஸாத்தியமான வரையில் குளிர்ச்சியையுண்டுபண்ண வேண்டும் என்று எம். இ. டி. மாஸ்ஸரி என்பவர் கூறுகிறார். இவ்வித சிகித்ஸை செய்யும்போது பிணியாளிமுற்றிலும் அமைதியாயிருக்க வேண்டியதுடன், அவனுக்கு வேண்டியவளவு ஜலத்தையும் குடிப்பதற்குக் கொடுத்துவரவேண்டும். இவ்வாறு 140-பிணியாளிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்யப்பட்டதில் நூற்றுக்கு 8.5-வீதம் இறந்து போனவர்களைத் தவிர்த்து மற்ற அனைவரும் ஸௌக்கியமடைந்தார்கள்.

பசளைக்கீரை அழகைக் கொடுக்கும்.

மனோஹரமான முகஸ்ரீத்தை விரும்பும் ஸ்த்ரீகள் பசளைக்கீரையைஸாத்தியமானவரையில் அதிக அளவில் புஜித்துவரலாம் என்று சில ஆராய்ச்சிக்காரர்கள் கூறினர். அவ்விதமே அதை இப்பொழுது உபயோகித்துப் பார்த்ததில், அக்கீரை சிறந்த பல்யமாகவும் (Tonic), முகத்தில் தேஜஸ்ஸைச் செழிப்பிக்கக் கூடியதாகவும் தெரியவருகிறது. விலையில் மலிவாக இருக்கும் சாகவர்க்கத்தை நமது வீடுகளில் அலக்ஷியமாக சமையலுக்கு உபயோகிப்பதில்லை. சாஸ்திரநிபுணர்கள் இக்கீரையை உணவுப்பொருட்களில் முதல் தரமானதென்றும், ஜனங்கள் இதை அதிகமாக உபயோகிப்பது நலமென்றும் கருதுகின்றனர்.—Practical medicine.

கடுகு ஞாபகசக்தியை விருத்திசெய்யும்.

ஞாபகக்குறைவினால் கஷ்டப்படும் ஸ்த்ரீகள் கடுகை ஆஹாரங்களுடன் அதிக அளவாக உபயோகித்துவரலாம் என்று நிச்சயிக்கப்படுகிறது. ஜீவசக்தியை விருத்திசெய்யும் சக்தி கடுகுக்கு இருப்பது வாஸ்தவம்; மேலும் ஞாபகசக்திக்கும் மறதிக்கும் ஆதாரமாக மூளையில் அமைந்துள்ள ஜீவஜாலங்களை நேராகத் தூண்டுங்குணம் இதற்கு விசேஷமாயுண்டு. உருளைக்கிழங்கை விடாமல் பல நாள் உபயோகித்தால் தேஹசக்தியும் புத்திசக்தியும் கிரமமாக மந்தமாவதும், ஆபுல் என்னும் சீமையிலந்தை மூளையைப் போஷித்து யானவிகசக்தி மேன்மையடைவதும், கடுகுஞாபகசக்தியை அதிகப்படுத்துவதும் இப்பொழுது அநுபவத்தினாலும் ஆராய்ச்சியினாலும் அறியப்பட்டவிஷயம்.—Family Doctor.

ஸ்ரீ

அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம்.

ஸூத்திர ஸ்த்தாநம்.

முதல் அத்தியாயம்.

இஷ்ட தேவதையைத் தொழுதல்.

எப்பொழுதும் சரீரத்திற் பற்றுள்ளவையும், அகிலசரீரத்தையும்[1] ஆச்ரயித்துண்டாகக் கூடியவையும், விஷய விருப்பமென்ன, அறிவின்மையென்ன, ஆறுதலற்ற நிலைமையென்ன இவ்விகாரங்களைக் கொடுப்பவையுமான ஆசை முதலிய[2] அசேஷ வியாதிகளையும் யாவரொருவர் அடியோடு அழித்தனரோ, அவ்வபூர்வ வைத்தியரை[3] வணங்குவேனாக.—1.

இதன்கீழ் "ஆயுஷ்காமீயம்"[4] என்னும் அத்தியாயத்தை விவரிக்கப்போகின்றோம்.

1. அகில சரீரத்தையும்—தேஹத்தில் எல்லாப் பாகங்களையும் என்றாவது, எல்லாப் பிராணிகளுடைய தேஹத்தையும் என்றாவதுபொருள் கூறலாம்.

2. இராகம், த்வேஷம், மதம், மாத்ஸரியம் முதலியவை ஆசைமுதலிய என்பதால் குறிப்பிடப் படுகின்றன.

3. சாரீர ரோகங்களிலேயே சிலவற்றை அஸாத்தியமென்று விட்டுவிடவேண்டியிருக்க, மாணவிகமாகவும், அதிலும் இயற்கையிலேயே ஏற்படக் கூடியவையாயுமுள்ள ஆசைமுதலிய விகாரங்களையும் போக்குந்திறமையுள்ளவராயிருப்பதால் அபூர்வ வைத்தியர் எனக் கூறப்பட்டதென்க; அபூர்வவைத்தியர் என்றால் ஆதிவைத்தியர் என்றும் பொருள் கூறலாம்.

4. ஆயுஷ்காமீயம்—தீர்க்காயுளை விரும்புபவருக்கு ஹிதமானது. இக்கிரந்தம் முற்றிலும் இதையே பயனாக வுடையதாயினும், இச்சாஸ்திரத்திற்கே அடிப்படையான மர்மங்களைத்தரும் விஷயங்கள் இவ்வத்தியாயத்தில் ஆரம்பிக்கப்படுவதால் இதற்கு இவ்விதம் பெயர் கொடுக்கப்பட்டதென்க.

ஆத்ரேயர் முதலிய மஹருஷிகள் இதனடியில் வருமாறு கூறியிருக்கின்றனர்:—

ஆயுர் வேதத்தில் ஆதரவு அவசியம்.

அறம் பொருள் இன்பங்களை[1] ஸாதிக்க வல்லதான தீர்க்காயுளை விரும்புபவன் ஆயுர்வேத நூல்களில் அதிக ஆதரவுள்ளவனா யிருக்கவேண்டும்.—2.

ஆயுர் வேதத்திற்கான ஆசார்ய பரம்பரை.

பிரம்மாவானவர் ஆயுர்வேதத்தை ஆதியில் அறிந்து தக்ஷப்ரஜாபதிக்கு போதித்தார்; அவர் அச்விநீ தேவதைகளுக்கும், அச்விநீ தேவதைகள் இந்திரனுக்கும், இந்திரன் ஆத்ரேயர் முதலிய[2] முனிவர்களுக்கும், அவர்கள் அக்னிவேசர் முதலானவர்களுக்கும் போதித்தனர். அக்னிவேசர் முதலானோர்[3] தனித்தனியே அநேகம் தந்திரங்களை[4] விஸ்தாரமாயியற்றலாயினர்.—3, $3\frac{1}{2}$.

1. இன்பங்கள்—இவ்வுலகத்திய ஸுகங்கள், மோக்ஷஸுகம் என்னும் அனைத்தும் இதனால் குறிப்பிடப்பட்டன. வைத்தியசாஸ்திர ஸம்பந்தமான அறிவினால் இவ்வனைத்தையும் ஸாதிக்கலாமென்பது கருத்து.

2. "ஆத்ரேயர் முதலிய" என்பதால் தன்வந்தரி, நிமி, காச்யபர் முதலானோரும் குறிப்பிடப் பட்டனர்.

3. "அக்னிவேசர் முதலானோர்" என்பதால் ஜதூகர்ணர், பேடர், பராசரர், ஹாரீதர், க்ஷாரபாணி என்பவர்களும் குறிக்கப்பட்டனர்.

4. தந்திரங்கள் என்றால் கிரந்தங்கள் என்றே பொருள். அக்னிவேச தந்திரம், பேடதந்திரம், ஜதூகர்ணதந்திரம், பராசரதந்திரம், ஹாரீததந்திரம், க்ஷாரபாணி தந்திரம் என ஆறு தந்திரங்கள் அப்பொழுது ஏற்பட்டன.

ஆங்காங்கு மிகவும் சிதறுண்ட விஷயங்களுடையவையான அத்தந்திரங்களிலிருந்து பெரும்பாலும் ஸாரதரமான அம்சங்களை[1] ஒருமிக்கச் சேர்த்து, அதிக சுருக்கமில்லாமலும் அதிக விரிவில்லாமலும் அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம்[2] என்னும் இக்கிரந்தம் இயற்றப்படுகின்றது.—4½.

இக்கிரந்த மியற்றுவதற்குக் காரணமும், இதன் பெயரும்.

காயம்[3] முதலியவற்றை ஆதாரமாகக்கொண்டு நிறைவேற்றவேண்டிய எண் வகையான அங்கங்கள் இச்சாஸ்திரத்தில் அடங்கியிருப்பதாக முற்காலத்திய முனிவர்கள் மொழிந்திருக்கின்றனர். அவையாவன : காயசிகித்ஸை[4], பாலசிகித்ஸை[5], கிரஹசிகித்ஸை[6], ஊர்த்வாங்கசிகித்ஸை[7], சல்யசிகித்ஸை[8], விஷசிகித்ஸை[1], ரஸாயந சிகித்ஸை[2], வாஜீகரண சிகித்ஸை[3] என்பவையாம்.—5½.

அஷ்டாங்க சிகித்ஸைகள்.

வாயு, பித்தம், கபம் என்கிற இம்மூன்றும் ஸங்கிரஹமாக[4] மூன்று தோஷங்கள் எனப்படுகின்றன ; அவை கோளாறடைந்தால் தேஹத்தைப் பாழாக்கவும், கோளாறடையாமல் ஸமானஸ்திதியில் இருந்தால் தேஹத்தை ஆரோக்கிய ஸ்திதியில் இருத்தி நடத்தவும் தக்கவைகளாயிருக்கின்றன.—6½.

மூன்று தோஷங்கள்.

அவை சரீரமுழுமையும் வியாபித்து ஸஞ்சரிக்குந் தன்மை யுடையவையாயினும், அவற்றுள் வாதம் என்பது நாபிக்குக் கீழும், பித்தம் நாபி ஹ்ருதயம் இவ்விரண்டுக்கும் இடையிலும், கபம் ஹ்ருதயத்திற்கு மேலும் முக்கியமாக இடம் பெற்றிருக்கின்றன.—7.

தோஷங்களுக்கு முக்கியமான ஸ்தானங்கள்.

ஆயுள்காலம், பகல், இரவு, போஜநம் என்னும் இவற்றின் இறுதிகள் வாயுவுக்கு பலங் கொடுக்கக் கூடியவையாகவும், மத்திய பாகங்கள் பித்தத்திற்கு பலந்தரக் கூடியவையாகவும், ஆரம்ப பாகங்கள்

தோஷங்கள் பலம் பெறக்கூடிய ஸமயங்கள்.

1. முதலில் பலவாறாக இறைந்திருந்த ஆயுர்வேத நூல்களிலுள்ள ஸாரங்களையெல்லாம் கிரஹித்து அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம் இயற்றி, அப்பால், அதிலிருந்து இன்னும் ஸாரமான அம்சங்களையெடுத்து அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம் வரையப்பட்டதென்பதைக் குறிப்பிடுவதற்கே ஸாரதரம் என்று கூறப்பட்டதென்றறிக.

2. மேற்குறிப்பிடப்படும் விஸ்தாரமான எட்டு வைத்தியாங்கங்களையும் ஹ்ருதயம்போல் இக்கிரந்தம் அடக்கியிருப்பதால் இக்கிரந்தத்திற்கு இப்பெயர் வந்தது.

3. காயம்—தேஹம்; பெரும்பாலும் கழுத்துக்குக் கீழுள்ள பாகமே இதனால் குறிப்பிடப்படுகிறது.

4. காயசிகித்ஸை—ஸர்வ சரீரத்திற்கும் துன்பமளிக்கக்கூடிய ஜ்வரம், க்ஷயம், இரத்தபித்தம் முதலிய வியாதிகளுக்கு சிகித்ஸையைக் கூறுவது.

5. பாலசிகித்ஸை—சிறுவர்களுக்கும் முக்கியமாய் இளங்குழந்தைகளுக்கும் செய்யப்படும் சிகித்ஸா க்ரமத்தைக் கூறும் பாகம்.

6. கிரஹசிகித்ஸை—யக்ஷர், பிசாசங்கள் முதலிய பூதகணங்களால் பீடிக்கப்படுபவருக்கு ஏற்ற சாந்திகர்மங்களைக் கூறும் பாகம்.

7. ஊர்த்வாங்க சிகித்ஸை—கழுத்துக்கு மேற்பட்ட அவயவங்களான கண், காது, நாசிமுதலிய அவயவங்களுக்குச் செய்யப்படும் சிகித்ஸை.

8. சல்யசிகித்ஸை—சஸ்திர சிகித்ஸை.

1. விஷசிகித்ஸை—ஸர்ப்பவிஷம் முதலியவற்றால் நேரிடும் தீங்குகளுக்குச் செய்யப்படும் பரிஹார முறை; இதற்கே அகத சிகித்ஸையென்றும் பெயர்.

2. ரஸாயந சிகித்ஸை—கிழத்தனம் அல்லது சரீர இளைப்புமுதலியது தேஹத்திற்கு சீக்கிரம் ஸம்பவிக்காதபடி அதை பலப்படுத்துவதற்கான சிகித்ஸா க்ரமம்.

3. வாஜீகரண சிகித்ஸை—சுக்லதாதுவை விருத்திசெய்து சிற்றின்பப் பற்றை அதிகப் படுத்துவதற்கான சிகித்ஸை. இதற்கே "விருஷ்யம்" என்றும் மற்றொரு பெயருண்டு.

4. வாதபித்த கபங்கள் கோளாறடையாத நிலைமையில் தேஹத்தைத் தாங்கக்கூடியவையாயிருப்பது பற்றி அவை அப்பொழுது தாதுக்கள் என்றே உண்மையில் வழங்கப்பட வேண்டியவை; என்றாலும் எவ்வித வியாதியிலும் முன்னதாய் இவை விகற்பமடைந்து சரீரத்தைத் தூஷிக்குந் தன்மை யுடையவையாயிருப்பதைக் கருதி இவற்றிற்கு தோஷங்கள் என்றே பிரஸித்தி யுண்டாயிற்று. இரத்தம் முதலிய வேறு சிலவற்றையும் தோஷங்கள் என்று சிலர் கூறுவதால், 'ஸங்கிரஹமாக' என்று இங்கு குறிப்பிடப்பட்டது.

கபத்திற்கு அநுகூலமானவையாகவும் முறையே அமைந்திருக்கின்றன.[1]—7½.

அவற்றுள் வாதம் மேலிட்டிருந்தால் ஜாடராக்னி[2] விஷமமாகவும்[3], பித்தம் மேலிட்டால் தீக்ஷ்ணமாகவும், கபம் மேலிட்டால் மந்தமாகவும் ஆகும்; தோஷங்கள் எல்லாம் ஒரே அளவிலிருந்தால்—என்றால் ஸமநிலைமையிலிருந்தால் அக்னியும் ஸமமான ஸ்திதியிலிருக்கும். 8.

தோஷங்களின் நிலைமைக்கேற்றவாறு அக்னியின் மாறுபாடுகள்.

வாதம் மேலிட்டால் கோஷ்டம்[4] க்ரூரமாகவும்[5], பித்தத்தினால் மிருதுவாகவும்[6], கபத்தினால் மத்திமமாகவும்[7] இருக்கும்; மூன்றும் ஸமஸ்திதியில் இருந்தால் அப்பொழுதும் கோஷ்டம் மத்திம குணமுள்ளதாகவே இருக்கும்.—8½.

தோஷங்களால் கோஷ்ட நிலைமை மாறுபடுதல்.

சுக்லத்திலும்[1] ஆர்த்தவத்திலும்[2] கலந்துள்ள இத்தோஷங்களால் ஆதியில் கர்ப்போற்பத்தி காலத்திலேயே ஹீநப்ரக்ருதியென்றும், மத்திமப்ரக்ருதியென்றும், உத்தம ப்ரக்ருதியென்றும் முறையே மூன்று ப்ரக்ருதிகள், விஷத்திலிருந்து விஷக்கிருமிகள் உண்டாவதுபோலவே தனித்தனியாக ஏற்படுகின்றன. மூன்று தாதுக்களும் ஸமமான அளவிற் கூடியிருந்தால் அது எல்லாவற்றிலும் சிறந்த ப்ரக்ருதியாகவும், இரண்டிரண்டு தோஷங்கள் கூடுவதால் ஏற்படுபவை நிந்திக்கக் கூடிய ப்ரக்ருதிகள் ஆகவும் ஆய்விடுகின்றன. 9, 10.

வாதாதி ப்ரக்ருதிகள்.

அவற்றுள் வாயுவானது, வறட்சி, இலகு, சீதம், ஸரம்[3], ஸூக்ஷ்மம்[4], சலம்[5] என்னும் குணங்களையுடையதாகும்.—10½.

வாதத்தின் குணங்கள்.

பித்தமானது, ஸ்நிக்த்தம்[6], தீக்ஷ்ணம், உஷ்ணம், இலகு, விஸ்ரம்[7], ஸரம், திரவம் என்னும் குணங்களையுடையதாம்.—11

பித்தத்தின் குணங்கள்.

கபமென்னும் தோஷமானது ஸ்நிக்த்தம், சீதம், குரு, மந்தம், ச்லக்ஷ்ணம்[8], ம்ருத்ஸ்நம்[9], ஸ்த்திரம்[10] என்கிற குணங்களுடையதாம்.—11½.

கபத்தின் குணங்கள்.

1. ஆயுளின் இறுதியில் வாதமும், இடையில் பித்தமும், ஆதியில் கபமும் மேலிட்டிருக்கும். பகலின் இறுதியில் வாயுவும், மத்தியில் பித்தமும், ஆரம்பத்தில் கபமும் பலங்கொள்ளும். அவ்விதமே இரவின் முடிவில் வாயுவும், இடையில் பித்தமும், ஆரம்பத்தில் கபமும் மேலோங்கியிருக்கும். போஜநம் ஜீர்ணமான ஸமயத்தில் வாதமும், இடையில் பித்தமும், போஜநம் செய்த ஸமயத்தில் கபமும் தலையெடுத்திருக்கும்.

2. ஜாடராக்னி—குடலில் ஆஹாரம் முதலியவற்றை ஜீர்ணம் செய்வதற்கான ஒருவித பாசக சக்தி. அக்னியென்பதை சரீரச்சூடு என்றும் கூறுவது பொருந்தும். தோஷங்களின் மாறுபாட்டால் அதுவும் அவ்வாறு விகற்பமடையும்.

3. விஷமம்—ஒரு ஸமயம் அதிகரித்தும், அடுத்த க்ஷணத்தில் குறைவடைவதுமான நிலைமை.

4. கோஷ்டம்—குடல்.

5. க்ரூரம்—கடிநம். (கற்குடல்)

6. மிருது கோஷ்டம்—வெகு எளிதில் விரேசநமாகக் கூடியவாறு இளகிய குடல்.

7. மத்திமகோஷ்டம்—க்ரூரமுமாகாதது, மிருதுவுமல்லாதது.

1. சுக்லம்—புருஷர்களின் ஏழாவது தாது.

2. ஆர்த்தவம்—ஸ்த்ரீகளின் ஏழாவது தாது. இதுவே இரஜஸ் என்றும் புஷ்பம் என்றும் கூறப்படும்.

3. ஸரம்—நெகிழ்ந்து வியாபிக்கக்கூடியது.

4 ஸூக்ஷ்மம்— அதிநுட்பமான த்வாரங்களையுடைய நாடி முதலியவற்றிலும் பிரவேசித்து சரீரத்தில் ஊடுறுவக்கூடியது.

5. சலம்—எப்பொழுதும் அசைந்தோடுந் தன்மையது.

6. ஸ்நிக்த்தம்—எண்ணெய்ப் பசையுள்ளது.

7. விஸ்ரம்—ஒரு வகையான நாற்றம்.

8. ச்லக்ஷ்ணம்—மழமழப்பானது.

9. ம்ருத்ஸ்நம்—மிருதுவாகவும் வழவழப்பாகவுமுள்ளது.

10. ஸ்த்திரம்—பெருகியோடக் கூடாதது.

ஸம்ஸர்க்கமும் ஸந்நிபாதமும்.

இவற்றுள் இரண்டிரண்டு தோஷங்கள் கூடி ஒருமிக்க க்ஷயமடைந்தாலும், ப்ரகோபமடைந்தாலும் அதற்கு ஸம்ஸர்க்கம் எனப்பெயர்; அவ்வாறே மூன்று தோஷங்களும் கூடி க்ஷயமடைந்தாலும ப்ரகோபித்தாலும் அதற்கு ஸந்நிபாதம் எனப் பெயர்.—12.

ஸப்த தாதுக்களும் மலங்களும்.

இரஸம்[1], இரத்தம், மாம்ஸம், மேதஸ்[2], அஸ்த்தி[3], மஜ்ஜை[4], சுக்லம் என்னும் இவை ஸப்த தாதுக்கள் எனப்படுகின்றன; இவைகளே தூஷ்யங்கள்[5] எனவும வழங்கப்படுகின்றன. மூத்திரம், மலம், வியர்வை முதலியவை[6] மலங்கள் என்றும்[7] கூறப்படும்.—13.

தோஷாதிகளுக்கு விருத்தியும் க்ஷயமும்.

தோஷ தாது மலாதிகள் அனைத்துக்குமே ஸமானமான திரவ்ய - குண - க்ரியைகளால் விருத்தியும்[1], எதிரிடையான திரவ்ய - குண - க்ரியைகளால் க்ஷயமும்[2] உண்டாகும்.—13½

ஷட் ரஸங்கள்.

இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு என்னும் இவ்வாறும் "ஷட்ரஸங்கள்" அல்லது "அறுசுவை" எனப்படும். இவற்றுள் ஒவ்வொன்றுக்கும் பிந்தியிருப்பதைவிட முந்தியது முறையே சரீரத்திற்கு பலந்தருவதில் சிறப்புற்றதாகும்[3],—14, 14½.

---

1. இரஸம்—ஜீர்ணமான ஆஹாரத்தின் ஸாராம்சம்.

2. மேதஸ்—கொழுப்பு.

3. அஸ்த்தி—எலும்பு.

4. மஜ்ஜை—எலும்பினுட் புறத்திலுள்ள சோறு.

5. வாதாதி தோஷங்களால் இரஸம் முதலியவை விகாரப்படுத்தக் கூடியவையானதால் "தூஷ்யங்கள்" என்றும் கூறப்படுகின்றன.

6. வியர்வை முதலியவை யென்றதால் கண், செவி, நாசி முதலியவற்றிலுண்டாகும் அழுக்குகளும் குறிப்பிடப்படுகின்றனவாம்.

7. இரஸ ரக்த்தாதிகளுக்கு "தாதுக்கள்" என்றும் "தூஷ்யங்கள்" என்றும் இரண்டு பெயர்கள் இருப்பது போல், மல மூத்திராதிகளுக்கு "மலங்கள்" என்றும், "தூஷ்யங்கள்" என்றும் இரண்டு பெயர்கள் உண்டென்பதைக் குறிப்பதற்காக "மலங்கள் என்றும்" எனக் கூறப்பட்டதென்க. தாதுக்களைப்போலவே மலங்களும் தாதுக்களால் அல்லது தோஷங்களால் தூஷிக்கப்படுவதால் இவையும் "தூஷ்யங்கள்" எனப்படலாம்.

1. திரவ்யத்தினலேயே தாது முதலியவற்றிற்கு விருத்தி எங்ஙனமென்றால்—இரத்தம் இரத்தத்தினல் விருத்தியாகும்; மாம்ஸபோஜநத்தினல் மாம்ஸமும் பலங்கொள்ளும்; குளிர்ந்த ஜலமாவது பாலாவது அதேவிதமான கபத்தை விருத்திசெய்யும்.

குணத்தினல் விருத்தி—வாழை, கர்ஜூரப்பழம் முதலியவை தோற்றத்தில் பார்த்திவவஸ்துக்களாயிருந்தும், ஆப்யமான கபத்தை விருத்திசெய்யக் கூடியவைகளாயிருக்கின்றன.

காரியத்தினல் விருத்தி—ஓடுவது, வியாயாமம் செய்வது முதலிய சாரீரவேலைகளால் வாதத்திற்கும், நித்திரை-உட்கார்ந்திருத்தல் முதலியவற்றால் கபத்திற்கும், கோபம்-சிந்தைமுதலிய மானஸிகவேலைகளால் பித்தத்திற்கும் விருத்தியுண்டாவதியல்பு.

2. திரவ்யங்களால் க்ஷயம்—பார்த்திவமான வரகு தானியத்தினல் பார்த்திவமாயுள்ள மாம்ஸம் க்ஷயிக்கும்.

குணத்தினல் க்ஷயம்—திரவரூபமான தேன் அவ்வாறே திரவமான கபத்தைத் தன்னிடமுள்ள குணத்தினல் க்ஷயிக்கச் செய்யும்.

காரியத்தினல் க்ஷயம்—நித்திரை முதலியவற்றால் வாதம் க்ஷயிக்கும்.

3. துவர்ப்பைவிட கர்ப்பும், அதைவிட கைப்பும், இவ்வாறே இனிப்புவரையில் ஒவ்வொன்றும் சரீரத்திற்கு பலமளிப்பதில் மேன்மையுற்றதாகும். ஆகவே பலந்தருவதில் மிகச் சிறந்தது மதுரரஸமென்றும், பலத்தைக் குறைப்பதற்கு ஏற்றது கஷாயரஸமென்றும் நிச்சயிக்கவேண்டும்.

தோஷங்களுக்கு ப்ரதிகூலமும் அநுகூலமுமான சுவைகள்.

அந்த ஷட்ரஸங்களுள் முதலிற் குறிப்பிட்ட மூன்றும் வாத தோஷத்தையும், கைப்பு முதலிய மற்ற மூன்றும் கபத்தையும், துவர்ப்பு-கைப்பு - இனிப்பு என்னும் இவை பித்தத்தையும் சமப்படுத்தும் தன்மையன. ஒவ்வொன்றுக்கும் விரோதமானவையென்று குறிப்பிடப்பட்ட இரஸங்களைத் தவிர மற்றவை[1] ஒவ்வொரு தோஷத்தையும் விருத்திபண்ணும்.—15½.

திரவ்யம் மூன்றுவிதம்.

திரவ்யமானது சமநம்[2] என்றும், கோபனம்[3] என்றும், ஸ்வஸ்த்தஹிதம்[4] என்றும் மூவகைப்படும். 16.

வீர்யம் இரண்டு விதம்.

திரவ்யங்களில் இயற்கையிலடங்கிய வீர்யமானது உஷ்ணமென்றும், சீதமென்றும் இருவகையாகப் பகுக்கப்படும்.—16½

விபாகங்கள் மூன்றுவிதம்.

திரவ்யங்கள் மதுர விபாகம், அம்ல விபாகம், கடு விபாகம் என்று மூன்று விதமான விபாகங்களை[1] அடைவதுண்டு.—17.

குணங்கள் இருபது விதம்.

குரு, மந்தம், ஹிமம், ஸ்நிக்த்தம், ச்லக்ஷ்ணம், ஸாந்த்ரம், ம்ருது, ஸ்த்திரம், ஸூக்ஷ்மம், விசதம் என்னும் இவையும், இவற்றிற்கு முறையே எதிரிடையான குணங்களும்[2] ஆக இருபது வகையான குணங்கள் திரவ்யங்களில் அடங்கியிருக்கின்றன.—18.

ரோகாரோக்கிய காரணங்கள்.

காலங்களென்ன[3], விஷயங்களென்ன[4], காரியங்களென்ன[5] இவை ஹீநயோகங்களாகவோ, மித்தியா யோகங்களாகவோ, அதியோகங்களாகவோ ஏற்படு

---

1. மற்றவை யென்பதால்—கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு இவை வாதத்தை விருத்திசெய்யும். அங்ஙனமே இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு இம்மூன்றும் கபத்தையும், கார்ப்பு, உப்பு, புளிப்பு இவை பித்தத்தையும் விருத்திசெய்யக் கூடியவை யென்றறிக. (1) மதுரம்—வாதபித்தங்களைப் போக்கும், கபத்தை யுண்டு பண்ணும்; (2) அம்லம்—வாதத்தைப் போக்கும், கபபித்தங்களை யுண்டுபண்ணும்; (3) இலவணம்—வாதத்தைப் போக்கும், கபபித்தங்களை யுண்டுபண்ணும்; (4) திக்த்தம்—கபபித்தங்களைப் போக்கும், வாதத்தை யுண்டுபண்ணும்; (5) காரம்—கபத்தைப் போக்கும், வாதபித்தங்களை யுண்டுபண்ணும்; (6) துவர்ப்பு—கபபித்தங்களை போக்கும், வாதத்தை யுண்டுபண்ணும்.

2. சமநம்—விருத்தியான வாதாதிதோஷங்களைக் குறைத்து அதனதன் நிலைமையில் இருக்கச்செய்து வியாதியைப் போக்கும் குணம்.

3. கோபநம்—தோஷங்களை விருத்தி செய்விக்கும் குணம்.

4. ஸ்வஸ்த்தஹிதம்—ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ளவருக்கு அநுகூலமானது.

1. புஜிக்கப்படும் உணவுகள் குடலிற் சென்று பக்குவமாகும்போது, அவ்வுணவுப் பொருட்களில் சில மதுர ரஸமாகவும், வேறு சில அம்ல ரஸமாகவும், மற்றும் சில கடு ரஸமாகவும் மாறுதலடைவதுண்டென்றும், அவ்வித மாறுதலே விபாகம் என்றும் கூறப்படுகிறது. எந்தெந்த இரஸம் எவ்வித பாகத்தை யடைகிறதென்பது முதலிய விவரத்தைப்பற்றி ரஸபேதீயாத்தியாயம் என்கிற பத்தாவது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க.

2. எதிரிடையான குணங்கள்—இலகு, தீக்ஷ்ணம், உஷ்ணம், ரூக்ஷம், கரம், திரவம், கடிநம், ஸரம், ஸ்த்தூலம், பிச்சிலம் இவை முறையே குரு முதலியவற்றிற்கு நேர் விரோதமானவையாம். [குரு—பாரமுள்ளது; இலகு—இலேசானது ; மந்தம்—மெது ; தீக்ஷ்ணம்—கூர்மை; ஹிமம்—குளிர்ச்சி; உஷ்ணம்—சூடு; ஸ்நிக்த்தம்-எண்ணெய்ப் பசையுள்ளது; ரூக்ஷம்—வறட்சி; ச்லக்ஷ்ணம்—மழமழப்பு; கரம்—மழமழப்பற்றது; ஸாந்த்ரம்—தோய்ந்தது; திரவம்—நீர்; ம்ருது—மெத்தென்றிருத்தல்; கடிநம்—உரப்பு; ஸ்த்திரம்—பெருகியோடக் கூடாதது ; ஸரம்—பெருகுந் தன்மையது ; ஸூக்ஷ்மம்-நுட்பம்; ஸ்த்தூலம்—பருமன்; விசதம்—தெளிவு ; பிச்சலம்—பிசு பிசுப்புள்ளது.

3. குளிர்காலம், கோடைகாலம், மாரிகாலம் என்று இவ்வாறு காலம் பலவிதம்.

4. விஷயங்கள்—சப்தம், பரிசம், ரூபம், இரஸம் முதலிய (பஞ்சபூதங்களின்) குணங்கள்.

5. காரியங்கள்—சாரீர க்ரியைகள், வாசிக க்ரியைகள், மானஸிக க்ரியைகள் என்று பலவகையாக வகுக்கக்கூடிய காரியங்கள்.

மாயின் அவையே முக்கியமாக ரோகங்களை யுண்டு பண்ணுவதற்குக் காரணங்களாகவும், சரியான யோகங்களைப் பெற்றிருந்தால் ஆரோக்கியத்திற்கு ஆதாரங்களாகவும் ஆகின்றன வென்றறிக.[1] 19.

ரோகா ரோக்கிய நிலைமை.

தோஷங்கள் எவ்விதத்திலேனும் கோளாறடைந்தால் அவ்வித நிலைமையே ரோகம் எனப்படும். அவை ஸமான ஸ்த்திதியிலிருந்துவந்தால் அதுதான் ஆரோக்கியம் எனப்படுகின்றது. 19½.

ரோகங்கள் இரண்டு விதம்.

அவற்றுள் ரோகங்களானவை நிஜரோகங்கள்[2] என்றும், ஆகந்து ரோகங்கள்[3] என்றும் இரண்டு விதங்களாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. 20.

ரோகங்களுக்கு இரண்டு ஆச்ரயங்கள்.

அப்பிணிகளுண்டாவதற்கு சரீரமென்னும் மனதென்னும் இரண்டு ஆச்ரயங்களும்[4] உண்டு.—20½.

மனதுக்கு வேறு இரண்டு தோஷங்கள்.

இரஜோகுணமும் தமோகுணமுங்கூட.[1] மனதுக்கு இரண்டுவித தோஷங்களாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன.—21.

பிணியாளியைப் பரீக்ஷிக்க மூன்று உபாயங்கள்.

தர்சநம்[2], ஸ்பர்சநம்[3], பிரச்நம்[4] என்னும் இம்மூன்று உபாயங்களால் பிணியாளியைப் பரீக்ஷிக்க வேண்டும்.—21½.

ரோகங்களைப் பரீக்ஷித்தறிய ஐந்து உபாயங்கள்.

நிதாநம்[5], பூர்வரூபம்[6], ரூபம்[7], உபசயம்[8], ஸம்ப்ராப்தி[9] என்கிற இவ்வைந்து விஷயங்களைக் கொண்டு ரோக ஸ்வரூபத்தைப் பரீக்ஷித் தறியவேண்டும்.—22.

---

1. ஹீநயோகம்—அந்தந்த காலங்களில் இருக்க வேண்டிய உஷ்ணசீதாதிகள் குறைவுற்றால் அது காலத்திற்கு ஹீநயோகம்; மித்தியாயோகம்—உஷ்ண காலத்தில் குளிர்ச்சியும், சீதகாலத்தில் உஷ்ணமும் உண்டானால் அது மித்தியாயோகம்; அதியோகம்—அந்தந்த காலத்தில் உஷ்ணசீதாதிகள் அபரிமிதமாயிருந்து, சப்தம்முதலிய விஷயங்களில் இந்திரியங்களுக்கு வேண்டியவளவு ஸம்பந்தமில்லாமற்போனால் அது அவற்றிற்கு ஹீநயோகம்; அவ்விதமே அதிக சேர்க்கையுண்டானால் அதியோகம்; ஒருவஸ்து பல வஸ்துக்களாக அல்லது வேறொருவஸ்துவாகக் காணப்படுவது முதலியது மித்தியாயோகம். இவ்விதமே கர்மங்களுக்குமறிக. அந்தந்த காலங்களின் நிலைமைகளும, விஷய ப்ரவ்ருத்திகளும் அததற்குற்றவாறு ஸமமாய் அமைந்திருந்தால் அது ஸம்யக்யோகம் (சரியான சேர்க்கை) எனப்படும். "யோகம்" என்றால் சேர்க்கையெனப் பொருள்.

2. நிஜரோகங்கள்—வாதாதி தோஷங்கள் கோளாறடைந்துண்டாகும் வியாதிகள்.

3. ஆகந்து ரோகங்கள்—காயம் முதலியவை தாக்கி வெளிக் காரணங்களாலுண்டாகும் வியாதிகள்.

4. ஆச்ரயங்கள்—உண்டாவதற்கும் தங்கி விருத்தியாவதற்கும் ஆதாரமான ஸ்த்தாநங்கள்.

---

1. வாத பித்த கபங்கள் சரீரத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்டிருப்பதுபோலவே மனதுக்கும் ஸம்பந்தப்பட்டிருப்பதால், அவற்றுடன் இரஜஸ், தமஸ் என்னும் இவ்விரண்டுங்கூட அதற்கு தோஷங்களா யமைந்துள்ளன.

2. தர்சநம்—நேத்திரங்களால் பார்த்து வியாதியைப் பரீக்ஷித்தல்.

3. ஸ்பர்சநம்—கைகளால் வியாதிகொண்ட அவயவங்களைப் பரிசித்துப் பரீக்ஷித்தல்.

4. பிரச்நம்—தர்சந ஸ்பர்சநங்களால் அறியமுடியாத விஷயங்களை ரோகியைக் கேட்டு அறிதல்.

5. நிதாநம்—வியாதிகளை யுண்டு பண்ணுவதற்கான காரணம்.

6. பூர்வரூபம்—வியாதி யுண்டாவதற்குமுன் அதற்குத் தகுந்தவாறு ஸம்பவிக்கும் குறி.

7. ரூபம்—வியாதியின் குறி.

8. உபசயம்—ஔஷதப் பிரயோகம் முதலியவற்றால் வியாதி நிவ்ருத்தியாதல். [ஒருவனுக்கு உண்டான ரோகம் வெவ்வேறு வியாதிகளாக ஸந்தேஹப்பட வேண்டியிருக்கையில், எவ்வித சிகித்ஸையினால் அப்பிணியாளி ஸுகம் பெறுகிறானோ, அச்சிகித்ஸையின் தன்மையைக்கொண்டு அது இவ்வித வியாதியென்று நிச்சயிக்கக்கூடுமாகையால், உபசயமும் ரோக பரீக்ஷைக்கு ஏற்ற உபாயங்களில் ஒன்றாகக் கருதப்படுகிறது.]

9. ஸம்ப்ராப்தி—ரோககாரணங்கள் தேஹத்திற் பற்றி, தாதுக்களிற் பரவி, வியாதி எவ்வெவ்விதம் உண்டாகின்றதென்கிற முறையை அறியவல்ல உபாயம்.

தேசங்கள் இரண்டு விதம்.

இவ்வாயுர்வேதசாஸ்திரத்தில் பூதேசம்[1] என்றும், தேஹதேசம்[2] என்றும் இரண்டுவித தேசங்கள் வழங்கப்படுகின்றன. 22½.

பூதேசம் மூன்றுவிதம்.

பூதேசத்தை ஜாங்கலமென்றும், அநூபமென்றும், ஸாதாரணமென்றும் மூன்று வகைப்பட்டதாகக் கூறவேண்டும். அவற்றுள் ஜாங்கலமென்பது மிகவும் வாயுவினால் வறட்சி யுண்டதாயிருக்கும்[3]; அநூபமானது மிகச் சதுப்பாகவும், ஆகவே கபத்தைப் பிரகோபிக்கச் செய்யுந் தன்மையதாகவு மிருக்கும்[4]; ஸாதாரணபூமியில் எத்தோஷமும் அதிகரிக்காமல் ஸமான நிலைமையில் இருந்துவரும்.[5] —23½.

ஔஷதம் சரீரத்திற் பற்றுவதற்கான காலம் இரண்டுவிதம்.

ஔஷதம் முதலியவை தேஹத்திற்பற்றி சரியானபடி அதனதன் குணங்களைக் காட்டுவதற்கு அவசியமாயுள்ள காலம் இருவிதமாகப் பிரிக்கக் கூடியதாயிருக்கிறது; அவற்றுள் ஒன்று க்ஷணம் அல்லது நொடிப்பொழுது முதலியது;[6] மற்றொன்று அந்தந்த வியாதியின் பலவேறு வகையான நிலைமைகள்.[1] —24.

ஔஷதம் இரண்டு விதம்.

ஔஷதமானது சோதநம்[2] என்றும், சமநம்[3] என்றும் சுருக்கமாய் இரண்டுவிதமாகப் பிரிக்கக் கூடியதாம்—24½.

முக்கியமான சோதந-சமநௌஷதங்கள்.

சரீரத்திலுண்டான வாத-பித்த-கபங்கள் என்னும் தோஷங்களுக்கு வஸ்தி[4], விரேகம்[5], வமநம்[6] என்னும் இம்மூன்றும் முறையே மிகப் பிரதாநமான சோதந சிகித்ஸைகளாகவும், தைலம், கிருதம், தேன் என்னும் இம்மூன்றும் முறையே முக்கியமான சமநௌஷதங்களாகவும் கருதப்படுகின்றன.—25, 25½.

மனோ தோஷங்களுக்கு ஔஷதங்கள்.

புத்தி, தைரியம், ஆத்மஞ்ஞாநம் முதலியவை மனோதோஷங்களுக்கு[7] மிகச் சிறந்த ஔஷதங்களாம்.—26.

---

1. பூதேசம்—நிலம்.

2. தேஹதேசம்—பலவித தாதுக்களும் அவயவங்களும் அடங்கிய சரீரம்.

3 ஜாங்கலதேசம்—ஜலமும் செடி கொடிகளும் குன்று முதலியவைகளும் விசேஷமாய் அல்லது முற்றிலுமில்லாத வாதபூயிஷ்டமான பூமி. இவ்விடத்தில் ஏதாவது செடி கொடிகளாவது ஜந்துக்களாவது உண்டானால் அவை வாதப் பிரதாநங்களாயிருக்கும்.

4. அநூபம்—ஜலமும் செடிகொடிகளும் அதிகரித்து, வெயில் விசேஷமா யில்லாமலிருக்கும் பிரதேசம். இவ்விடத்திலுண்டான ஓஷதி முதலியவை மிகவும் ஸ்நிக்த்தங்களாயிருக்கும்.

5. ஸாதாரணதேசம்—இப்பிரதேசம் முற்கூறிய இரண்டுவித பூமிகளுக்கும் மத்தியஸ்த்தமான குணங்களைப் பெற்றிருக்கும்.

6. க்ஷணம் முதலியது—இதனால் நாழிகை, யாமம் முதலிய மற்றக் காலங்களும் குறிக்கப்படுகின்றன.

---

1. வியாதிகளுக்கு ஆமாவஸ்த்தை (பக்குவமாகாத நிலைமை), பக்வாவஸ்த்தை முதலிய நிலைமைகள் இங்கு குறிக்கப்படுகின்றன.

2. சோதநம்—வாந்தி, விரேகம் முதலியவற்றால் தேஹத்தினுள் அடங்கியுள்ள மலங்களைக் கழித்துச் சுத்தம் செய்தல்.

3. சமநம்—கோளாறடைந்த தோஷம் முதலியவற்றை அவ்வவ்விடத்திலேயே சரிப்படுத்தி ஆரோக்கிய நிலைமையை யுண்டுபண்ணுதல்.

4. வஸ்தி—பீச்சாங்குழல் முதலிய கருவிகளால் தைலம் முதலியவற்றை ஆஸநத்வாரத்திற் செலுத்தி குடலிலிருந்து மலம் முதலியவற்றை வெளிப்படுதல்.

5. விரேகம்—குடலிலுள்ள மலத்தை உடைத்துக் கழியச்செய்தல்; இதுவே ஸாதாரணமாய் பேதியென்று வழங்கப்படுகிறது.

6. வமநம்—வாந்தியாதல்.

7. மனோதோஷங்கள்—இரஜஸ், தமஸ் என்னும் இரண்டும் மனோதோஷங்கள் என்று முன்னமே கூறப்பட்டிருக்கிறது.

சிகித்ஸைக்கு நான்கு பாதங்கள்.

வைத்தியன், ஔஷதம் முதலிய பதார்த்தங்கள், பரிசாரகன், ரோகி என்னும் இவை சிகித்ஸைக்கு நான்கு பாதங்களாகக் [1] கூறப்பட்டிருக்கின்றன. இவற்றுள் ஒவ்வொன்றும் நான்கு குணங்களை யுடையவையாம்.—27.

வைத்தியனுக்கு அவசியமான நான்கு குணங்கள்.

அவற்றுள் வைத்தியன், காரியத்தில் நிபுணனாகவும், யோக்யதையிற் சிறப்புற்ற ஆசாரியரிடமிருந்து வித்தையைக் கற்றறிந்தவனாகவும், காரியங்களை அநுபவப்படி அப்யஸித்தவனாகவும், பரிசுத்தனாகவும் [2] இருக்கவேண்டும்.—27½.

ஔஷதத்திற்கு அவசியமான நான்கு குணங்கள்.

ஔஷதம் அநேகவித முறைகளாகப் பக்குவம் செய்யக்கூடியதும், வெகு குணங்களடங்கியதும், சிறந்த பூமிகளிலுண்டாய் தகுந்தவாறு ஸம்ஸ்கரிக்கப்பட்டும், அந்தந்த வியாதிகளுக்கு ஏற்றவாறு அமைந்தும் இருக்கவேண்டும். 28.

பரிசாரகனுக்கு அவசியமான நான்கு குணங்கள்.

பரிசாரகனானவன், பிணியாளியினிடம் அன்புள்ளவனாகவும், பரிசுத்தனாகவும், திறமையுள்ளவனாகவும், புத்தி சாலியாகவும் இருக்கவேண்டும். —28½.

ரோகிகளுக்கு அவசியமான நான்கு குணங்கள்.

ரோகியானவன், செல்வவானாகவும், வைத்தியனுக்கு அடங்கியவனாகவும், ஞாபகசக்தி யுடையவனாகவும், தைரியசாலியாகவும் இருப்பது அவசியம்.—29.

வியாதிஸுக ஸாத்தியம் என்பதற்கான நிலைமைகள்.

எவ்விதமான ஔஷதப் பிரயோகத்தையும் தாங்கக்கூடிய தேஹத்தில் உண்டாகும் வியாதி எளிதில் நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடியதாம்; ஸ்த்ரீகளைவிட புருஷருக்கும், அதிலும் வாலிபருக்கும், எவ்விஷயத்திலும் ஆசை கொள்ளும் சபலபுத்தியில்லாதவருக்கும் உண்டாகும் ரோகமும் ஸுகமாக சிகித்ஸை செய்யக்கூடியது; வியாதியானது மர்மஸ்த்தாநங்களில் [1] உண்டாகாமலும், அதன் நிதாநம்-பூர்வரூபம், ரூபம் இவை மிகக் குறைவாகவும், உபத்திரவம் [2] ஏற்படாமலும் இருந்தால் அது கஷ்டமின்றியே தீர்க்கக்கூடியதாகும்; சரீரத்திலுள்ள தாதுக்களாவது, வஸிக்கும் பிரதேசமாவது, ருதுக்களாவது, ப்ரக்ருதியாவது [3] வியாதியின் தன்மைக்கு ஸமானமாயில்லாமல் எதிரிடையான குணங்களுடையவையா யிருந்தாலும் அவ்வியாதி ஸுலபமாக நிவ்ருத்திக்கக் கூடியதாகும்; [4] மேற்கூறிய நான்கு பாதங்களும் நன்கு அமைந்திருப்பதும், கிரஹங்கள் அநுகூலமான நிலைமையிலிருப்பதும், ஒரு தனி தோஷத்தை

1. நான்கு பாதங்கள் என்றால்—முக்கியமான நான்கு அம்சங்கள் எனப் பொருள். நாற்கால் ஜந்துக்களுக்கு அவை நடப்பதற்காக ஏற்பட்டுள்ள கால்களில் ஏதேனும் ஒன்று குறைந்தாலும் அவை நடக்க முடியாததுபோல், இங்கும் இந்த நான்கு அம்சங்களில் ஒன்றிரண்டு குறைந்தாலும் சிகித்ஸை நன்கு நடைபெறமாட்டாது.

2. உடலிலும், வாக்கிலும், உள்ளத்திலும் பரிசுத்தனாயிருக்க வேண்டுமெனக் கருத்து.

1. மர்மங்கள்—சிரஸ், ஹ்ருதயம், வஸ்தி முதலிய பிராணாதாரமான ஸ்தலங்கள்.

2. உபத்திரவம்—ஒரு ரோகத்தை ஆதாரமாகக் கொண்டு ஸம்பவிக்கும் வேறு வியாதிகள்.

3. ப்ரக்ருதி—வாதப்ரக்ருதி, பித்த ப்ரக்ருதி, கபப்ரக்ருதி முதலிய ப்ரக்ருதிகள். இயற்கையிலேயே வாதம் அதிகரித்தவனை வாதப்ரக்ருதி யென்றும், பித்தம் அதிகரித்தவனை பித்த ப்ரக்ருதி யென்றும், கபம் அதிகரித்தவனை கபப்ரக்ருதி யென்றும் கூறுவது முறை.

4. சீதகாலத்தில், அநூபதேசத்தில், வாதப்ரக்ருதியான மனிதனுக்கு மேதஸ், மஜ்ஜை முதலிய தாதுக்களை ஆச்ரயித்து பித்தம் பிரகோபம் அடைந்தால், அப்பொழுது காலதேசாதிகள் பித்தத்திற்கு எதிரிடையான குணங்களுடையதாயிருந்தால் அவ்வித வியாதி ஸுக ஸாத்தியமாகும். இவ்விதமே சீதவீர்யமான கபத்தினால் உஷ்ணவீர்யமான இரத்தம் கோளாறடைந்தாலும் ஸுக ஸாத்தியமாயிருக்கும். பித்த ப்ரக்ருதிக்கு கபத்தினால் உண்டாகும் வியாதி ஸுக ஸாத்தியம்.

யும் ஒரு மார்க்கத்தையும் [1] ஆச்ரயித்துண்டானதும், வெகு ஸமீபகாலத்திலுற்பத்தியானதுமான வியாதியும் ஸுகஸாத்தியமாகும். [2] 30—31.

க்ருச்சிர ஸாத்திய வியாதி.

சஸ்திரம் முதலியவற்றைப் பிரயோகித்து சிகித்ஸை செய்யவேண்டியதும், முற்கூறிய ஸுக ஸாத்திய நிலைமைகளில் ஏதேனும் சில குறிகள் மட்டும் சேர்ந்திருக்கக்கூடியதுமான வியாதி க்ருச்சிர ஸாத்தியம்[3] ஆகும்.-31½.

யாப்ய வியாதி.

வியாதியானது ஸாத்திய லக்ஷணங்களுக்கு மாறான நிலைமையில் இருந்தும் ஆயுள் மிகுந்திருந்தால், பத்தியமான ஆசரணைகளைக் கொண்டு அவ் வியாதி யாப்யமாக [4] ஆகலாம். 32.

அஸாத்திய வியாதி.

ஸர்வவிதத்திலும் விபரீதமான நிலைமையிலுள்ள வியாதியானது சிகித்ஸைக்கு வசப்படாமல் அஸாத்தியமாய் விடும்; மேலும் திடீரென்று ஏதேனும் விஷயங்களில் அதிக ஆஸக்தியை யுண்டுபண்ணுவதும், அறிவின்மையை அதிகமாயுண்டாக்குவதும், அமைதியின்றி அலட்டலைக் கொடுப்பதும், மரணக்குறிகளுடன் [1] கூடியதும், இந்திரியங்களை யழிப்பதுமான வியாதி அஸாத்திய மானதேயாம்.[2] 33.

சிகித்ஸை செய்வதற்குத் தகாதவர்கள்.

வைத்தியர்களாலும் அரசராலும் வெறுக்கப்பட்டவனும், அவர்களுக்கு விரோதியாயிருப்பவனும், தனக்கே (சிகித்ஸை செய்பவனுக்கே) பகைவனானவனும், வேண்டியவளவு உபகரணங்களில்லாதவனும், பலவிதமான காரியங்களில் கவலையுள்ளவனும், தனக்கு ஸ்வாதீனமாயில்லாதவனும், ஆயுள் காலம் முடிவுபெற்றவனும், துஷ்டகுணமுள்ளவனும், மனத்துயரத்தினால் வருந்துபவனும், எளிதில் எதற்கும் பயப்படுந்தன்மையனும், நன்றிகெட்டவனும், வைத்தியனென்று வீணில் கர்வப்படுபவனுமான பிணியாளிக்கு சிகித்ஸை செய்வது பிசகு.—34½.

அத்தியாய ஸங்கிரஹம்.

பிறகு இதனடியில் இக்கிரந்தத்தில் அடங்கிய அத்தியாயங்கள் அவற்றின் பெயர்களைக் குறிப்பிட்டு வரிசைப்படி ஸங்கிரஹமாகக் கூறப்படுகின்றன [3] 35:—

ஸூத்திர ஸ்த்தாநத்தில் அடங்கிய அத்தியாயங்கள்.

(1) ஆயுஷ்காமீயம், (2) திநசர்யை, (3) ருதுசர்யை, (4) ரோகாநுத்பாதநீயம், (5) திரவத்திரவ்ய விஞ்ஞாநீயம், (6) அந்நஸ்வரூப விஞ்ஞாநீயம், (7) அந்நரக்ஷை, (8) மாத்திராசிதீயம், (9) திரவ்யாதி விஞ்ஞாநீயம், (10) ரஸபேதீயம், (11) தோஷாதிவிஞ்ஞா

1. மார்க்கம் என்றால்—வியாதியின் காரணம் தேஹத்திற் பற்றுவதற்கான வழி. அது பாஹ்யம் அல்லது வெளி யென்றும், ஆந்தரம் அல்லது உள்ளென்றும், மத்திமம் என்றும் மூவகைப்படும்.

2. "எவ்விதமான ஔஷதப் பிரயோகத்தையும் தாங்கக்கூடிய" என்பது முதல் "ஒரு மார்க்கத்தை ஆச்ரயித்துண்டானதும்" என்பது வரையிற் குறிப்பிட்டுள்ள நிலைமைகள் யாவும் ஒருமிக்கக் கூடியிருந்தால் அவ் வியாதி ஸுக ஸாத்தியமாகும்; இவற்றுள் ஏதேனும் குறைவடைந்தால் அது ஸுக ஸாத்தியமாகாது.

3. க்ருச்சிர ஸாத்தியம்—வெகு சிரமப்பட்டு சிகித்ஸை செய்யக் கூடியது.

4. யாப்யம்—வியாதியை நிவ்ருத்தி செய்ய முடியாவிடினும் அதனால் சீக்கிரத்தில் பிராணாபாயமுண்டாகா வண்ணம் காலங்கழிக்கக்கூடியது.

1. மரணக்குறிகள் அரிஷ்டம் என்று இங்கு வழங்கப்படும்.

2. அஸாத்தியம்—எவ்விதத்திலும் சிகித்ஸைக்கு வசப்படாதது.

3. இதனடியில் குறிப்பிடப்படும் அத்தியாயங்களின் பெயர்களுக்குள்ள பொருட்களும், அவற்றைப்பற்றிய விவரங்களும் அந்தந்த அத்தியாயத்தில் பிறகு விரிவாகக் கூறப்படும்.

நீயம், (12) தோஷ பேதீயம், (13) தோஷோபக்ரமணீயம், (14) த்வி-விதோபக்ரமணீயம், (15) சோதநாதிகண ஸங்கிரஹம், (16) ஸ்நேஹவிதி, (17) ஸ்வேதவிதி, (18) வமந-விரேசநவிதி, (19) வஸ்தி விதி, (20) நஸ்ய விதி, (21) தூமபாந விதி, (22) கண்டூஷாதி விதி, (23) ஆச்சியோதநாஞ்ஜந விதி, (24) தர்ப்பண புடபாகவிதி, (25) யந்திர விதி, (26) சஸ்திர விதி, (27) ஸிராவ்யத விதி, (28) சல்யாஹரண விதி, (29) சஸ்திர கர்ம விதி, (30) க்ஷாராக்னி கர்மவிதி. இந்த முப்பது அத்தியாயங்களும் சேர்ந்து ஸூத்திர ஸ்த்தாநமாகின்றன. 36—38½.

சாரீரஸ்த்தாநத்திலடங்கிய அத்தியாயங்கள்.

இதன் பிறகு சாரீரஸ்த்தாநம் கூறப்படுகிறது:—(1) கர்ப்பாவக்ராந்தி சாரீரம், (2) கர்ப்பவியாபச்சாரீரம், (3) அங்கவிபாகசாரீரம், (4) மர்மவிபாக சாரீரம், (5) விக்ருதி விஞ்ஞான சாரீரம், (6) தூத விஞ்ஞாந சாரீரம் என்னும் இந்த ஆறு அத்தியாயங்களும் கூடி சாரீரஸ்த்தாநம் எனப்படும். 39½.

நிதாநஸ்த்தாநத்திலடங்கிய அத்தியாயங்கள்.

நிதாந ஸ்த்தாநத்திலுள்ள அத்தியாயங்களாவன:—(1) ஸர்வரோக நிதாநம், (2) ஜ்வரநிதாநம், (3) ரக்த்தபித்த காஸநிதாநம், (4) ச்வாஸஹிக்கா நிதாநம், (5) ராஜயக்ஷ்மாதி நிதாநம், (6) மதாத்யய நிதாநம், (7) அர்சோ நிதாநம், (8) அதிஸார க்ரஹணீதோஷ நிதாநம் (9) மூத்திராகாத நிதாநம், (10) பிரமேஹ நிதாநம், (11) வித்ரதி வ்ருத்தி குல்மநிதாநம், (12) உதரநிதாநம், (13) பாண்டு சோப விஸர்ப்ப நிதாநம், (14) குஷ்டச்வித்ரக்ருமி நிதாநம், (15) வாதவியாதி நிதாநம், (16) வாதசோணித நிதாநம் என்று இப்பதினாறு அத்தியாயங்களும் சேர்ந்து நிதாநஸ்த்தாநம் எனப்படும்.—40, 41.

சிகித்ஸாஸ்த்தாநத்திலடங்கிய அத்தியாயங்கள்.

இதன் பிறகு சிகித்ஸாஸ்த்தாநம் கூறப்படுகிறது:—(1) ஜ்வர சிகித்ஸிதம், (2) ரக்த்தபித்த சிகித்ஸிதம், (3) காஸ சிகித்ஸிதம், (4) ச்வாஸஹிக்கா சிகித்ஸிதம், (5) ராஜயக்ஷ்ம சிகித்ஸிதம், (6) சர்த்தி-ஹ்ருத்ரோக-த்ருஷ்ணா சிகித்ஸிதம், (7) மதாத்யய சிகித்ஸிதம், (8) அர்சஸ் சிகித்ஸிதம், (9) அதிஸார சிகித்ஸிதம், (10) கிரஹணீ சிகித்ஸிதம், (11) மூத்திராகாத சிகித்ஸிதம், (12) பிரமேஹ சிகித்ஸிதம், (13) வித்ரதி வ்ருத்தி சிகித்ஸிதம், (14) குல்ம சிகித்ஸிதம், (15) உதர சிகித்ஸிதம், (16) பாண்டு ரோக சிகித்ஸிதம், (17) ச்வயது சிகித்ஸிதம், (18) விஸர்ப்ப சிகித்ஸிதம், (19) குஷ்ட சிகித்ஸிதம், (20) ச்வித்ரக்ருமி சிகித்ஸிதம், (21) வாதவியாதி சிகித்ஸிதம், (22) வாதசோணித சிகித்ஸிதம் என்னும் இவ்விருபத்திரண்டு அத்தியாயங்களும் சிகித்ஸா ஸ்த்தாநம் எனப்படும்.—42, 43.

கல்பஸ்த்தாநத்திலடங்கிய அத்தியாயங்கள்.

(1) வமநகல்பம், (2) விரேசநகல்பம், (3) வமநவிரேசந வியாபத் ஸித்தி, (4) வஸ்திகல்பம், (5) வஸ்தி வியாபத் ஸித்தி, (6) பேஷஜகல்பம் இவ்வாறு அத்தியாயங்களும் சேர்ந்து கல்பஸ்த்தாநம் எனப்படும்.—44, 44½.

உத்தரஸ்த்தாநத்தி லடங்கிய அத்தியாயங்கள்.

இதன் பிறகு உத்தரஸ்த்தாநம் கூறப்படுகிறது; இதற்கே உத்தரதந்திரம் என்றும் பெயர்:—(1) பாலோபசரணீயம், (2) பாலாமய ப்ரதிஷேதம், (3) பாலக்கிரஹ ப்ரதிஷேதம், (4) பூதவிஞ்ஞாநீயம், (5) பூதப்ரதிஷேதம், (6) உன்மாத ப்ரதிஷேதம், (7) அபஸ்மார ப்ரதிஷேதம், (8) வர்த்மரோக விஞ்ஞாநீயம், (9) வர்த்மரோக ப்ரதிஷேதம், (10) ஸந்தி விதா விதரோக விஞ்ஞாநீயம், (11) ஸந்தி-விதாவித ப்ரதிஷேதம், (12) திருஷ்டி ரோக விஞ்ஞாநீயம், (13) திமிர ப்ரதிஷேதம், (14) லிங்கநாச ப்ரதிஷேதம், (15) ஸர்வாக்ஷிரோக விஞ்ஞாநீயம், (16) ஸர்வாக்ஷிரோக ப்ரதிஷேதம், (17) கர்ணரோக விஞ்ஞாநீயம், (18) கர்ணரோக ப்ரதிஷேதம், (19) நாஸாரோக விஞ்ஞாநீயம், (20) நாஸா ரோக ப்ரதிஷேதம், (21) முகரோக விஞ்ஞாநீயம், (22) முகரோக ப்ரதிஷேதம், (23) சிரோரோக விஞ்ஞாநீயம், (24) சிரோரோக ப்ரதிஷேதம், (25) விரணவிஞ்ஞாநீய ப்ரதிஷேதம், (26) ஸத்யோவ்ரண ப்ரதிஷேதம், (27) பங்க ப்ரதிஷேதம், (28) பகந்தர ப்ரதிஷேதம், (29) கிரந்தயர்புத ச்லீபதாதி விஞ்ஞாநீயம், (30) கிரந்த்யர்புதாதி ப்ரதிஷேதம், (31) க்ஷுத்ரரோக விஞ்ஞாநீயம், (32) க்ஷுத்ரரோக ப்ரதிஷேதம், (33) குஹ்யரோக விஞ்ஞாநீயம், (34) குஹ்யரோக ப்ரதிஷேதம், (35) விஷப்ரதிஷேதம், (36) ஸர்ப்பவிஷ ப்ரதிஷேதம், (37) கீட லூதாதிவிஷ ப்ரதிஷேதம், (38) மூஷிகாளர்க்கவிஷ ப்ரதிஷேதம், (39) ரஸாயநாத்தியாயம், (40) வாஜீகரணாத்தியாயம் இந்த நாற்பது அத்தியாயங்களும் உத்தர ஸ்த்தாநத்தில் அடங்கியவையாம்; இந்த ஸ்த்தாநத்திற் கூறப்பட்டுள்ள முறைகள் புத்திரப்பேறு பெறுதவற்கு அவர்களுடைய சுக்லம் முதலியவற்றை விருத்திசெய்யக்கூடியவை. 45—48.

இக்கிரந்தத்தில் நூற்றிருபது அத்தியாயங்கள்.

இங்ஙனம் இக்கிரந்தத்தில் ஆறு ஸ்த்தாநங்களைக்கொண்டு நூற்றிருபது அத்தியாயங்கள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன.—48½.

இரண்டாவது அத்தியாயம்.

இதன் பிறகு திநசர்யாத்தியாயத்தை [1] விவரிப்போம்:—

எழுந்திருக்க வேண்டிய நேரமும் தந்த தாவந முறையும்.

ஸ்வஸ்த்தனாயிருப்பவன் [2] தனதாயுளை இரக்ஷிப்பதன்பொருட்டு ப்ராஹ்மமுகூர்த்தத்தில் [3] எழுந்திருக்கவேண்டும். பிறகு ஜீர்ணாஜீர்ணம் முதலியவற்றைக் கவனித்து, சௌசவிதி முதலியதை நிறைவேற்றிக்கொண்டு, துவர்ப்பாகவோ கடுரஸமாகவோ கசப்பாகவோ உள்ள எருக்கு, ஆல், கருங்காலி, புங்கை, மருதை முதலியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றின் குச்சியை நுனியில் மிருதுவாகச் செய்து அதனால் பல்லீறுகளுக்குச் சிதை வுண்டுபண்ணாமல் விடியற்காலத்தில் பற்களைத் துலக்கவேண்டும். 1—2½.

தந்த தாவநத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

அஜீர்ணம், வாந்தி, ச்வாஸரோகம், காஸரோகம், ஜ்வரம், அர்திதம் என்னும் வாதநோய் [1], நாவறட்சி, வாய்ப்புண், ஹ்ருதயத்தைப்பற்றிய வியாதி, நேத்திர

1. தினந்தோறும் காலையில் எழுந்திருந்து இரவிற் படுக்கும் வரையிலும் செய்யவேண்டிய நடவடிக்கைகளை ஆரோக்கியத்தைக் காப்பாற்றுவதற்காக விவரிக்கும் பிரகரணம்.

2. ஸ்வஸ்த்தன்—ஆரோக்கியமா யிருப்பவன்.

3. ப்ராஹ்ம முகூர்த்தம்—இரவின் நான்காவது யாமம்; அதாவது இரவில் 26 முதல் 28-வது நாழிகை வரையிலுமுள்ள காலம்.

1. அர்திதம்—முகவாய்க் கட்டையை ஒருபுறமாக இழுத்து வக்கிரமாகச் செய்யக்கூடிய வியாதி.

ரோகம், சிரோரோகம், கர்ணரோகம் இவற்ருல் வருந்துபவர் தந்ததாவநம் [1] செய்வது பிசகு—$3\frac{1}{2}$.

ஸௌவீராஞ்ஜநமுபயோகித்தல்.

தந்ததாவநம் செய்தபிறகு, கண்களுக்கு ஹிதமான ஸௌவீராஞ்ஜநம்[2] என்பதை தினந்தோறும் நேத்திரங்களுக்கு உபயோகிப்பது நலம்—4.

கபத்தைக் கழிக்க ரஸாஞ்ஜந ப்ரயோகம்.

நேத்திரம் இயற்கையிலேயே தேஜோ மயமாயிருப்பதாலும், ஆகவே விசேஷமாக கபத்தினுல் அது எளிதில் தாக்கப்படக் கூடுமாகையாலும், ஏழு நாட்களுக்கு ஒருமுறை அதிற் சேர்ந்துள்ள கபத்தைக் கழிப்பதற்காக ரஸாஞ்ஜநம் [3] என்னும் ஔஷதத்தைப் பிரயோகிப்பதால் நன்மை யுண்டாகும்—5.

ரஸாஞ்ஜநோபயோகத்திற்குப்பிறகு செய்யவேண்டிய விதி.

அப்பால் நஸ்யம் [4], கண்டூஷம் [5], தூமபாநம், தாம்பூலதாரணம் இவற்றை உபயோகிப்பது உசிதமாகும்—$5\frac{1}{2}$.

தாம்பூல முபயோகிக்கத் தகாதவர்கள்.

உரக்ஷதம் [6], ரக்தபித்தம் [7], ரூக்ஷநேத்திரம் [1], உத்குபித நேத்திரம் [2] இவ்வித வியாதிகளால் வருந்துபவருக்கும், விஷம், மூர்ச்சை, வெறி இவற்ருல் துன்பப்படுபவருக்கும், க்ஷயரோகிகளுக்கும் தாம்பூலம் ஹிதமானதல்ல—$6\frac{1}{2}$.

அப்யங்கத்திலுலுண்டாகும் குணங்கள்.

தினந்தோறும் அப்பங்கம் செய்வது நலம்; அது சரீர ச்ரமத்தைப்போக்கும்; முதிர்ச்சி சீக்கிரமுண்டாகாமல் தடுக்கும்; நேத்திரங்களுக்கு ஒருவாறு தெளிவையுண்டாக்கும்; தேஹபுஷ்டியைக் கொடுக்கும்; ஆயுளை விருத்திசெய்யும்; நன்கு நித்திரை யுண்டுபண்ணும்; சர்மத்தை மிருதுவாக்கும்; சரீரதிடனையு முண்டுபண்ணும்—$7\frac{1}{2}$.

அப்யங்கத்தை அதிகமாயுபயோகிக்கக்கூடிய அவயவங்கள்.

சிரஸ், காதுகள், பாதங்கள் இவ்வவயவங்களில் தைலாப்யங்கத்தை விசேஷமாய் உபயோகிக்க வேண்டும்—8.

அப்யங்கத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

விசேஷமாக கபம் பிரகோப மடைந்தவனும், சோதந சிகித்ஸை [3] செய்துகொண்டவனும் அப்யங்கத்தை விலக்கவேண்டும்-$8\frac{1}{2}$.

வியாயாமத்தின் பிரயோஜநம்.

பிறகு வியாயாமம் [4] செய்யவேண்டும். வியாயாமம் செய்வதால் சரீரலாகவமும், வேலைகளில் விசேஷத்திறமையும், பசிதீபநமும், மிதமிஞ்சிய கொழுப்புக்கு நாச-

1. தந்ததாவநம்—பல் துலக்குதல்.

2. ஸௌவீராஞ்ஜநம்—சிறிது வெண்மையான ஒருவித அஞ்ஜநக்கல்; இதற்கே ஸுர்மா என்றும் மற்ெருரு பெயருண்டு.

3. ரஸாஞ்ஜநம்—மரமஞ்சளின் கஷாயத்தினுல் செய்யப்படும் அஞ்ஜநம்போன்ற ஒரு ஔஷதம்.

4. நஸ்யம்.—நாசியில் உபயோகிக்கப்படும் ஔஷத முதலியது.

5. கண்டூஷம்—வாய்க் கொப்புளிக்க உபயோகிக்கும் வஸ்து; அல்லது வாய்க் கொப்புளித்தல்.

6. உரக்ஷதம்—இரத்தக் கசிவுடன்கூடிய இருமல்.

7. ரக்தபித்தம்—பித்தம் என்கிறதோஷம் அதிகரிப்பதால் இரத்தமும் கோளாறடைந்து ஸம்பவிக்கும் வியாதி.

1. ரூக்ஷநேத்திரம்—கண்களில் ஈரப் பசையற்றுப் போயுண்டாகும் நேத்திரரோகம்.

2. உத்குபித நேத்திரம்—கண்கள் வீங்கிப்போதல்.

3. சோதந சிகித்ஸை—குடல் முதலியவற்றைச் சுத்திசெய்யும் சிகித்ஸை, அதாவது வமநம், விரேகம், வஸ்தி முதலியன.

4. வியாயாமம்—தேஹவுழைப்பு; ஸாதாரணமாய் கஸரத்து என்று வழங்கப்படுகிறது.

மும் உண்டாகும்; அவயவங்கள் யாவும் திரண்டுருண்டு நன்ருகப் பருத்து பலங்கொள்ளும்—$9\frac{1}{2}$.

வியாயாமம் செய்யத்தகாதவர்.

வாதரோகங்களாலாவது, பித்த ரோகங்களாலாவது பீடிக்கப் படுபவரும், அஜீர்ணரோகிகளும், பாலர்களும், கிழவர்களும் வியாயமம் செய்யக்கூடாது—10.

வியாயாமம் செய்யவேண்டிய அளவு.

பலசாலிகளாயிருப்பவர், ஸ்நிக்தமான உணவுகளையும் புஜித்துவந்தால் அவர்கள் தமது சக்தியில் அரைவாசி உபயோகமாகுமாறு வியாயாமம் செய்வது உசிதமாம்—$10\frac{1}{2}$.

வியாயாமத்திற்கேற்ற காலங்கள்.

சீதகாலங்களும் [1], வஸந்தருதுவும் வியாயாமம் செய்வதற்கு ஏற்ற காலங்களாயிருக்கின்றன; அவற்றைத்த விர வேறு காலங்களில் வெகு சொற்பமாகவே அதைச் செய்யவேண்டும்—11.

வியாயாமத்தின் பிறகு செய்யவேண்டிய காரியம்.

வியாயாமம் செய்தபிறகு, தேஹம் அனைத்தையும் ஸுகமாக நன்கு மர்த்தநம் செய்யவேண்டும்—$11\frac{1}{2}$.

அதிவியாயாமத்தினுலுண்டாகும் தீமைகள்.

வியாயாமம் அதிக அளவாகச் செய்யப்படுமானுல், விசேஷமான நாவறட்சி, க்ஷயம், பிரதமகம் [2], ரக்தபித்தம், சிரமம், தேஹவாட்டம், காஸம், ஜ்வரம், வாந்தி இவையோ அல்லது இவற்றில் சிலதுமட்டுமோ ஸம்பவிக்கும்—$12\frac{1}{2}$.

வியாயாமம் முதலியதை பலாத்காரமாகச் செய்வதாலுண்டாகும் தீங்கு.

வியாயாமம், ஜாகரணமென்னும் கண்விழித்தல், வழிநடக்குதல், ஸ்திரீ ஸம்பந்தம், ஹாஸ்யம், உபநியவித்தல் என்னும் இவற்றை ஒருவன் தனது வன்மையை யோசிக்காமல் பலாத்காரமாய் மிதமிஞ்சிச் செய்யமுயன்ருல், மிகப்பெரிய உடலுள்ள யானையை வலுமையையுபயோகித்து இழுக்கமுயலும் சிங்கத்தைப் போல் [1] வீணில் விநாசமடைவான்—$13\frac{1}{2}$.

உத்வர்த்தனத்தின் குணங்கள்.

பிறகு நலங்குப்பொடி [2] முதலியதை உடம்பிற் பூசுவதால் பிரகோபமடைந்துள்ள கபம் தணிந்து, கொழுப்பும் கரைந்து, தேஹமும் வன்மையுற்று, சர்மமும் மிகவும் நிர்மலமாய் ஒருவித காந்தி யடையும். $14\frac{1}{2}$.

ஸ்நாநத்தின் குணங்கள்.

அப்பால் ஸ்நாநம் செய்வதால் பசிதீபநமுண்டாகும்; சுக்லதாது விருத்தியாம்; ஆண்மை அதிகரிக்கரிக்கும்; ஆயுளும் வளரும்; உத்ஸாஹமும் உடல் வன்மையும் ஏற்படும்; சொரி சிரங்கு, அழுக்கு, சிரமம், ஸ்வேதம், திமிர், நாவறட்சி, தேஹ அழற்சி, பாபம் இவை நீங்கும்.—$15\frac{1}{2}$

உஷ்ண ஜல ஸ்நாநத்தின் குணங்கள்.

வெந்நீரால் கழுத்துக்குக் கீழுள்ள அவயவங்களைக் குளிப்பாட்டுவது பலமுண்டாக்கக்கூடியது; அதைக் கொண்டே சிரஸ்நாநம் செய்தால் தலைமயிர்களுடையவும் நேத்திரத்தினுடையவும் பலம் குறைந்துவிடும்.—$16\frac{1}{2}$.

1. சீதகாலங்கள்—வருஷருது, ஹேமந்தருது, சிசிரருது இம்மூன்றும் இதனுல் குறிப்பிடப்படுகின்றன.

2. ச்வாஸரோகத்தில் ஜ்வரம் மூர்ச்சை முதலியது தொடர்ந்திருக்குமானுல் "பிரதகம்" எனப்பெயர்.

1. சிங்கம் யானையைக் கொல்லுவதில் பெயர்போன சக்தி யுடையதென்ருலும், அதன் மண்டையிற்பாய்ந்து உடனே அடிக்காவில் அதை பலாத்காரமாய் இழுக்கமுயன்ருல் சிங்கம் யானையின் பலத்திற்கு முன் னிற்காமல் தோற்றுப்போகும்.

2. உத்வர்த்தநம்—நலங்குப்பூச்சு முதலியது.

ஸ்நானம் செய்யத் தகாதவர்.

அர்த்திதம், [1] நேத்திர ரோகம், முகரோகம், கர்ணரோகம், அதிஸாரம், வயிற்றுப்பொருமல், பீநஸம், அஜீர்ணம் இவற்றால் வருந்துபவரும், அப்பொழுதே போஜநம் செய்தவரும் ஸ்நானம் செய்வது பிசகு.—17½.

போஜநமும் மலமூத்திராதி விஸர்க்கமும்.

முன்னால் புஜித்த உணவு நன்றாக ஜீர்ணமான பின்பு, தனது தேஹத்திற்கு ஹிதமானவற்றை மிதமாய் உட்கொள்ளவேண்டும்.

மல மூத்திராதிகளை பலாத்காரமாய் வெளிப்படுத்த முயலக்கூடாது; மலபாதை முதலியவற்றை நிவ்ருத்திசெய்துகொள்ளவேண்டி நேரிட்டால், அவற்றை அடக்கிக்கொண்டு வேறு காரியங்களைச் செய்யக்கூடாது. எளிதில் நிவ்ருத்திசெய்யக்கூடிய நிலைமையில் வியாதிக்கு சிகித்ஸை செய்யாமலும் இருக்கக்கூடாது.—18½.

தர்மம் செய்ய வேண்டியது அவசியம்.

நாம் செய்யும் காரியங்கள் அனைத்தும் ஸகலப்பிராணிகளுடையவும் ஸுகத்தையே பிரயோஜநமாயுடையவையாதலால், தர்மத்தாலன்றி வேறு வகையில் அந்த ஸுகமுமுண்டாகாதாகையால் எப்பொழுதும் தர்மத்தையே செய்துவரவேண்டும்.— 19½.

நண்பருடன் கூடியிருத்தல்.

துஷ்ட ஜனங்களிடம் அணுகாமல் தூரத்தில் இருந்து வருவதுடன், நற்குணமமையப்பெற்ற நண்பரிடம் அன்புடன் கூடிப் பழகவேண்டும். 20.

பரிஹரிக்கவேண்டிய பத்துவித தோஷங்கள்.

வதைசெய்தல், களவாடுதல், தர்ம விரோதமான புணர்ச்சி-என்னும் காயிகமான பாபங்களையும், கோள் சொல்லுதல், கடுமையாகப் பேசுதல், பொய் சொல்லுதல், முன் பின் தவறுதலாக மொழிதல்-என்கிற வாசிகமான குற்றங்களையும், திரோஹசிந்தை, பொறாமை, சாஸ்திர விரோதமான எண்ணம்-என்கிற மானஸிகமான பாவங்களையும் பரிஹரிக்கவேண்டும். 21. 21½.

வியாதி முதலியதால் வருந்துபவரை ஆதரித்தல்.

ஜீவநோபாய மில்லாமையாலும், வியாதியினாலும், மனத்துயரத்தினாலும் வருந்துபவரை அவரவாது சந்திக்கியன்றவளவு ஆதரிக்கவேண்டும். 22.

பிராணிகளிடம் கருணை பாராட்டல்.

கிருமி எறும்பு முதலிய பிராணிகள் எல்லாவற்றையும் தன்னைப்போலவே எப்பொழுதும் பார்க்க வேண்டும். 22½.

பூஜிக்கத்தகுந்தவர்கள்.

தேவதைகள், பசுக்கள், பிராம்மணர், வயதினாலோ அறிவினாலோ ஆசாரத்தினாலோ பெரியோர்களாயிருப்பவர், வைத்தியர், அரசர், அதிதிகள் இவர்களைப் பூஜிக்கவேண்டும். 23.

யாசகர்களை அவமதிக்கலாகாது.

யாசகர்களைப் பயன் பெறச் செய்யாமல் வீணில் திருப்பியனுப்புவதும், அதிக்ஷேபமாகக் கூறி அவமதிப்பதும் அநுசிதமான காரியம். 23½.

உபகாரம் செய்வதிலேயே கருத்தாயிருத்தல்.

பொல்லாங்கையே செய்துவரும் பகைவருக்கும் உதவிபுரிவதிலேயே கருத்தாயிருந்து வரவேண்டும். 24.

திடசித்தமும் பொறாமையற்ற குணமும்.

செல்வமுண்டானாலும், ஸங்கட மேற்பட்டாலும் இரண்டிலும் மனதை ஒரேசீராகவைத்திருக்கவேண்டும்; எவ்விதத்திலேனும் நல்ல நிலைமையிலிருப்பவர் அவ்விதம் ஆனதற்குண்டான காரணத்தைக் கண்டு அவரிடம் பொறாமையுறலாமேயன்றி, அவரடைந்துள்ள பலனைக் கண்டு பொறாமையுறக்கூடாது. 24½

1. அர்த்திதம் 11-வது பக்கம் பார்க்க.

பேசும்வகை.

ஸமயம் வாய்த்தபோது ஹிதமாகவும், மிதமாகவும், முன்பின் விரோதமில்லாமலும், மனோஹரமாகவும் பேசவேண்டும். 25.

பூர்வபாஷணம் முதலியது அவசியம்.

எவரையும் காணும்போது பூர்வபாஷியாகவும், ஸுமுகமாகவும், நன்னடைக்கையுடையவனாகவும், கருணையினால் மனமிளகுந்தன்மையனாகவும் இருத்தல் வேண்டும். ஸுகங்களை தான் ஒருவனே அனுபவிப்பவனாகவும், எவ்விடத்திலும் நம்பிக்கையுடன் கவலையற்றவனாகவும், எவரிடமும் அவநம்பிக்கை அதிகரித்தவனாகவும் இருந்துவிடக்கூடாது. 26.

எவரிடமும் விரோதமுண்டென்பதை வெளிப்படுத்திக்கொள்ளக்கூடாது.

தனக்கு எவரையும் சத்ருவாகவாவது, தான் எவருக்காவது பகையாளியென்றாவது சொல்லிக்கொள்ளக்கூடாது; தனக்காவது பிறருக்காவது நேர்ந்த அவமானத்தையும், தன்னிடம் பிரபுவுக்குப் பிரீதியின்மையையும் வெளிப்படுத்திக்கொள்ளக்கூடாது. 27.

ஜனங்களை திருப்தியுறச்செய்தல்.

பிறரை திருப்திப்படுத்துவதில் திறமைசாலியாயிருப்பவர் ஜனங்களுடைய உட்கருத்துகளை உற்று நோக்கி, எவன் எவ்வித காரியத்தினால் ஸந்தோஷப்படுவனோ அவனை அவ்வித காரியத்தைச் செய்தே அனுஸரிக்கவேண்டும். 28.

இந்திரியங்களை ஆளுதல்.

நமது புலன்களை அதிகமாகக் கட்டியடக்கி நிர்ப்பந்திப்பதும் கூடாது; இவற்றை அதிகமாக இஷ்டப்படியும் விட்டுவிடக்கூடாது. 28½.

எக்காரியமும் த்ரிவர்க்கத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்டிருத்தல்.

த்ரிவர்க்கமெனப்படும் அறம் பொருள் இன்பங்களுக்கு ஸம்பந்தமில்லாமல் எவ்வித முயற்சியையும் செய்யக்கூடாது; அப்பொழுது அம்மூன்றிலேயே ஒன்றுக்கு மற்றொன்றால் விரோதமுண்டாகாவண்ணமும் காரியத்தைச் செய்யவேண்டும். 29.

எதிலும் அதிகப் பற்றுதல் கூடாது.

எல்லாக்காரியங்களிலும் மிதமிஞ்சிய பற்றுதலை வைக்காமல் நடுநிலைமையையே நாடி நடக்கவேண்டும். 29½.

மற்றும் அவசியமான நல்ல சீலங்கள்.

உரோமங்கள், நகங்கள், மீசை இவற்றை அதிகமாய் வளரவிடாமலிருப்பதும், பாதங்கள், மலவிஸர்க்கம் செய்யும் அவயவங்கள் அல்லது அடிக்கடி அழுக்கு அதிகமாகச் சேரக்கூடிய பாகங்கள் சுத்தமாக இருத்தலும் அவசியம். தினந்தோறும் ஸ்நானம் செய்து, நறுமணம் பொருந்தியவனாய், ஆடம்பரமற்ற அழகிய வேஷத்துடன் கூடியவனாயிருப்பதும், இரத்தினங்களையும் பலன்தரக்கூடிய கைகண்ட மந்திரங்களையும் மஹாப்பிரபாவமுள்ள மூலிகைகளையும் தன்னிடம் எப்பொழுதும் வைத்திருக்கவேண்டும். குடை, பாதரக்ஷை இவற்றைத் தரித்துக்கொண்டு, தான்செல்லும் வழியில் ஒரு நுகத்தடியளவுக்குள்ளேயே பூமியிற் கண் வைத்து ஊக்கத்துடன் நடந்தேகவேண்டும். காரியம் அத்யவச்யமானதாயிருந்தால் அப்பொழுதுதான் இரவில் வீட்டைவிட்டு வெளியில் ஸஞ்சரிக்கலாம்; அப்படியானாலும் கையில் தடியோடும், தலைக்கு ஆவரணமாக ஒரு பாகையைக் கட்டிக்கொண்டும், துணைக்காக வேறு மனிதர்களை அழைத்துக்கொண்டும் வெளியிற் போகவேண்டும். கிராம தேவதை முதலியவைகளுக்கு அதிஷ்டாநமான விருக்ஷங்கள், பூஜிக்கத்தகுந்த பெரியோர்கள், த்வஜங்கள், அசுத்தமான மனிதர் அல்லது இதர ஜந்துக்கள் இவற்றின்

நிழல்களையும், சாம்பர், உமி, மற்றும் அசுசியான வஸ்துக்கள், பருக்கைக் கற்களடர்ந்த பிரதேசம், பலவிதமான ஓடுகள் நிரம்பிய இடம், பூஜை செய்யுமிடம், ஸ்நாந பூமி முதலியவற்றையும் தாண்டக்கூடாது. நதியை கைகளால் நீந்தியே கடந்துவிட முயலக்கூடாது. அக்னி ராசியை எதிர்நோக்கிச் செல்வதும் தகாது. துஷ்ட வாஹநங்களின் மேலும், உன்னதமான மரங்களின் மீதும், ஸந்தேஹமுறக் கூடிய மரக்கலத்தின்மேலும் ஏறுவது பிசகு. கை முதலியவற்றால் முகத்தை மறைத்துக் கொள்ளாமல் வாயைத் திறந்துகொண்டு தும்மவாவது, சிரிக்கவாவது, கொட்டாவி விடவாவது கூடாது. நாசியை அடிக்கடியும் விரல்களால் குடைவதும், அநாவசியமாய் பூமியை விரல்களால் கீறுவதும், அந்தந்த அவயவங்களால் அவ்வவற்றிற்கு இயல்பாகாத வேலைகளைச் செய்வதும், வெகு ஒடுக்கமான ஆஸநம் முதலியவற்றில் கஷ்டப்பட்டு உட்கார்ந்து அல்லது படுத்திருப்பதும் உசிதமல்ல. தேஹம், வாக், மனது இவற்றால் செய்யப்படும் காரியங்களை சிரமமுண்டாவதற்கு முன்னமே நிறுத்திக் கொள்ளவேண்டும். முழங்காலை மடக்கி, உயரத்திற் காலையமர்த்திக்கொண்டு வெகு நேரமளவும் நிற்கக்கூடாது. இரவில் மரத்தடியில் இருப்பதும் தகாது. அங்ஙனமே மூவழிகள் கூடுமிடம், கிராம தேவதைகளுக்கு அதிஷ்டாநமான விருக்ஷத்தின் ஸமீபம், நாற்சந்தி வீதி, தேவாலயம் இவற்றிலும் இரவு நேரங்களில் செல்லக்கூடாது; மத்ய பூமி, வநம் பாழ்வீடு, மயானம் இவ்விடங்களுக்குப் பகற் பொழுதிலும் செல்லக்கூடாது. எந்த நிலைமையிலும் சூரியனை நேராக உற்றுநோக்கக்கூடாது. தலையில் வெகு நேரம் சுமையைச் சுமந்துகொண்டிருப்பதும் பிசகு. மிக ஸூக்ஷ்மமான வஸ்துக்களையும் தேஜோமயமான பதார்த்தங்களையும், அசுசியான பொருட்களையும், மனதுக்கு அருவருப்பானவற்றையும் அடிக்கடியும் பார்ப்பதும் உசிதமல்ல. மதுவை ஸந்தாநம்[1] செய்வதும் விற்பதும், தாநம் பண்ணுவதும், அதைப் பெறுவதும் தகாத காரியமென்றறிக. 30—39.

பரிஹரிக்க வேண்டிய இன்னும் சில அநுசித காரியங்கள்.

எதிர் காற்று, எதிர் வெயில், எதிரிடையாகக் கிளம்பும் புழுதி, எதிரிடையான பனி, [2] பெருங்காற்று, உடம்பை வக்கிரமாக வைத்துக்கொண்டு தும்முதல், ஏப்பம் விடுதல், இருமுதல், நித்திரை செய்தல், புஜித்தல், புணர்தல் என்னும் இவையும், ஆற்றங்கரை முதலியவற்றின் நிழல், அரசருடைய ஸமீபத்தில் வஸித்தல், பகைவர், யானை, நீண்ட கோரப்பற்களுள்ள புலி முதலிய விலங்குகள், கொம்புள்ள துஷ்ட மிருகங்கள், அற்பர், துஷ்டர், அதிநிபுணர், இவர்களையடுத்துப் பிழைத்தல், உத்தம புருஷருடன் விரோதம், ஸந்தியா காலங்களிற் போஜனம் செய்வது, அப்பொழுது ஸ்த்ரீகளுடன் இருத்தல், அந்த நேரத்தில் அத்யயநம் செய்தல், சத்ருக்களிடும் அன்னம், யாகத்தில் இடும் அன்னம், பெருங்கூட்டத்திலிடும் அன்னம், வேசிகளின் அன்னம், பணத்திற்கு விற்கப்படும் அன்னம், இவையும், அவயவங்களையும் நகம் முதலியவைகளையும் வாத்தியமாக உபயோகித்தல், கைகளையும் தலைமயிரையும் ஆடம்பரத்துடன் ஆட்டியுதறுதல், ஜலம் இருபுறத்திலுமிருக்க அவற்றிற்கு இடையிலும் அக்னிக்கு மத்தியிலும், பூஜிக்கத்தகுந்த பெரியோர்களுக்கு நடுவிலும் வாஹநமேறிச் செல்வது, சவத்தின் மேலிருந்து எழும்பும் தூமம், மதுபானத்தில் அதிக ஆஸக்த்தி, ஸ்த்ரீகளிடத்தில் அதிக நம்பிக்கை வைத்தல், அவர்களுக்கு அதிக ஸ்வா

1. ஸந்தாநம்—வெறியுண்டாக்குவதான மது முதலிய பானவகைகளைப் பக்குவம் செய்யு முறை.

2. எதிர் காற்று, எதிர் வெயில், எதிரிடையான புழுதி, எதிரிடையான பனி என்னும் இவற்றிற்குப் பதிலாய் கீழ் காற்று, கீழ்த்திசை வெயில், கீழ்த்திசைப் புழுதி, கீழ்த்திசைப் பனி யென்று முறை வேறுவிதமாகவும் சிலர் கூறுவர்.

தலைமயிர் நரைத்து கிழவர்களைப்போல் ஏன் காணப்படுகிறீர்கள்.

எங்கள்

தர்பார் கேசகலாபத்தை

ஒருதரம் உபயோகிப்பதனுல் எந்தக் காரணத்தினுல் உண்டான நரைத்த கூந்தலை கறுக்கச்செய்யும்.

இது கிழத்தனத்தைப் போக்கடித்து யௌவனத்தையும் கூந்தலுக்கு பலஹீனத்தைப் போக்கடித்து அவைகளுக்கு பலத்தையும் கொடுக்கும். சர்மத்துக்கு எவ்வித தொந்தரவில்லாமல் அதி அத்புதமாய் வேலை செய்யும். ஒரு தடவை தருவித்துப் பார்த்தால் நம்பிக்கை தெரியும்.

புட்டி விலை புருஸ் உடன் ரூ.	1	0	0
தபாற்செலவு பிரத்தியேகம்.	0	4	0

விலாசம்:— வி. எஸ். பாணி,
நெ. 3, இருளப்பன் தெரு, மதராஸ்.

புதியதாய் கண்டுபிடித்த ரோமசங்காரிணி யென்னும்

தர்பார் சோப்

இது தேகத்தின் எந்த பாகத்திலும் இருக்கும்கூந்தலை இது பூசுவதனுல் தேகத்தின் சர்மத்துக்குஎவ்வித தொந்தரவில்லாமல் ரோமத்தை எடுத்துவிடும். ஒரு தடவை வாங்கினுல் விடமாட்டீர்கள். தேகத்தின் காந்தியையும் முன்போலவே நிற்கும் சுபாவமான திட்டத்தை காப்பாறும் படியான சோப் இது ஒன்றே தவிர வேறொன்றும் கிடையாது. எரிச்சல் முதலானதுகள் இல்லை. வர்த்தகர்களுக்கு சகாயமாய் கொடுக்கப்படும்.

3-கேக் உள்ள பெட்டி 1-க்கு	0	14	0
ஒரே தடவையில் 2-பெட்டிக்கு	1	10	0
போஸ்டேஜ் பிரத்தியேகம்	0	4	0

தைரிய லக்ஷ்மி அண்டுகோ,
No. 3, இருளப்பன் தெரு, மதருஸ்.

ஸுதா.

நரம்புகளுக்குண்டாகும் பலஹீனத்தைப் போக்கி, விசேஷமாய் சரீரத்துக்கு பலத்தையும், வீர்ய விருத்தியையும், ஞாபகசக்தியையும், மூளைக்கு குளிர்ச்சியையும் கொடுப்பதில் இது நிகரில்லாதது. மேலும் சரீரத்திற்கு சுரு சுருப்பையும் புஷ்டியையும் உண்டாக்கும். ஸமஸ்த சூட்டையும் போக்கடிக்கும். விலை புட்டி 1-க்கு ரூபாய் 2 0 0

பஞ்சதிக்த.

தாதுக்களைப்பற்றிய ஜ்வரங்களுக்கும், நாள்பட்ட ஜ்வரங்களுக்கும், ஸந்நிபாத ஜ்வரங்களுக்கும், தாபஜ்வரங்களுக்கும், குளிர்க்காய்ச்சல்களுக்கும், ஜ்வரக்கட்டியனுலுண்டாகும் காய்ச்சல்களுக்கும், முறைக்காய்ச்சல்களுக்கும் இந்த மருந்து அமிருதம் போன்றது. எவ்வித ஜ்வரத்தையும் 3 தினத்தில் நிறுத்திவிடும். புட்டி 1-க்கு ரூபா. 1.

C. V. SUBRAMANIA SASTRY,
Ayurveda Bhushan,
Senior Physician, S. K. P. D. Hospital,
Govindappa Naick Street, G. T., Madras.

சோணிதசோதினி

தேஹத்திலுண்டாகும் எல்லாவிதமான படைகளையும், மச்சைகளால் நேரிடும் சில விகாரங்களையும், காமாலையையும், சொரி சிரங்குகளையும் போக்கி இரத்தத்தை சுத்தமாக்கும். தேஹத்திற்கு நல்ல காந்தியையும், புத்திக்கு ஞாபக சக்தியையும் உண்டுபண்ணும். புட்டி 1-க்கு ரூ. 2 0 0

நவமாலதி தைலம்.

மயிர்களுக்கு நல்ல பரிமளத்தையும் மெதுத்தன்மையையும் கொடுக்கும். தலைக்கும் மூளைக்கும் கண்களுக்கும் குளிர்ச்சியையுண்டாக்கும். மயிர்களை நன்ருக வளரச்செய்யும். புட்டி 1-க்கு ரூ. 0 12 0

அசோக

இந்த திவ்ய ஔஷதம் ஸ்த்ரீகளுக்கு வழக்கமாய் வரும் சூதகநோய்கள், மர்மஸ்தானங்களிலிருந்து வரும் மஞ்சள் நிறமுதலிய தோஷங்கள், கர்ப்பாசயத்திற்கு ஸம்பந்தித்த மற்றும் ஸகல வியாதிகள் இவைகளைப் போக்கிவிடும். அமிருதமென்றே சொல்லலாம். இந்த ஔஷதத்தை உபயோகித்தால் ஸந்தானமில்லாதவரும் கர்ப்பந்தரித்து குழந்தைகளைப் பெறக்கூடும். விலை புட்டி 1- க்கு ரூ. 1 0 0

ஆயுர்வேதபூஷண
ஸி. வி. சுப்பிரம்மணிய சாஸ்த்ரி,
ஸீனியர் பிஜிஷன், எஸ். கே. பி. டி. ஆஸ்பிடல்,
ஆயுர்வேதவிலாஸ், கோவிந்தப்பநாயக்கன் தெரு, ஜார்ஜ்டவுன், மதராஸ்.

விளம்பரக்காரருக்குக் கடிதம் எழுதுகையில் தயவுசெய்து வைத்தியகலாநிதியைக் குறிப்பிடுங்கள்.

வருஷ சந்தா ரூ. 10! ஆறுமீ சந்தா ரூ. 5!

"இந்து நேசன்."

சென்னையில் பிரசுரமாகும் சொற்ப சந்தாவுள்ள ஒரு தினசரிப் பத்திரிகை.

இப்பத்திரிகையில் தினந்தோறும் வரும் யுத்தத் தந்திச் ஸமாச்சாரங்கள் அவ்வப்போது மொழி பெயர்த்துப் பிரசுரமாகின்றன.

கல்வி, கைத்தொழில், விவஸாயம், உள்ளூர் வெளியூர்களில் நடக்கும் விசேஷங்கள், ராஜாங்க விஷயங்கள், யுத்த ஸம்பந்தமான விவரங்கள், விநோதக்குறிப்புகள், கோர்ட்டுகளில் தீர்மானிக்கப்படும் சட்ட ஸம்பந்தமான கேசுகள் முதலியன யாவும் தெளிவான தமிழில் எழுதிப் பிரசுரமாகி வருகின்றன.

தினசரிச் சந்தா.		வாரம் மும்முறைக்கு.
வருஷ சந்தா ரூ.	10 0 0.	ரூபா. 7 0 0.
ஆறுமீத்துக்கு ரூ.	5 0 0.	,, 3 8 0.
3மீத்துக்கு ரூ.	2 12 0.	,, 1 12 0.
ஒருமாஸத்துக்கு ரூ.	1 0 0.	,, 0 10 0.

எஸ். ஸௌந்தர ராஜய்யங்கார். பி. ஏ., வி. இ.

(ரிடையர்ட் டிபுடி கலெக்டர், ஆனரெரி பிரெஸிடென்ஸி மாஜிஸ்டிரேட்,)

"இந்து நேசன்" பத்திராதிபர்,

18. லிங்கிசெட்டி வீதி, மதராஸ்.

விளம்பரக்காரருக்குக் கடிதம் எழுதுகையில் தயவுசெய்து வைத்திய கலாநிதியைக் குறிப்பிடுங்கள்.

நல்ல மருந்து.

அமிர்தாரணவ லேகியம்.

கோடைகாலத்துக்குத் தக்கமருந்து. மிதமிஞ்சிய உஷ்ணத்தை சமப்படுத்தும். மூளையைக் குளிர்ந்திருக்கச்செய்யும். தினந்தோறும் உபயோகித்து வரின் ஜீரண சக்தியை விருத்தி செய்து அநேக வியாதிகளுக்குக் காரணபூதமாயிருக்கும், மலபந்தத்தை நீடித்த தலைநோய், நாட்பட்ட க்ஷயம் இவைகளுக்குப் பரம ஔஷதம். தேகத்திற்குத் திடகாத்திரத்தைக் கொடுப்பது விபரம் வேண்டுவோர் காட்லாக்குக்கு எழுதுங்கள்.

அரைபவுண் டப்பி 1-க்குவிலை ரூ 2.

வைத்திய சாஸ்திரி,

மணிசங்கர் கோவிந்தஜி,

ஆதங்க நிக்ரக ஔஷதாலயம்

157, 158, பிராட்வே & 96, மவுண்ட்ரோட், மதராஸ்.

ஏஜெண்டு:—T. G கோபால்பிள்ளை,

38, சின்னக் கடைத்தெரு, திருச்சிராப்பள்ளி.

ஒரு நூதன ஔஷதம்.

உபயோகித்தால் நற்பயனுண்டு.

காங்க்லைட் என்பது ஸ்த்ரீஸம்பந்தமான வெள்ளை முதலிய எல்லா மேஹவியாதிகளையும் நிச்சயமாக வெகு சீக்கிரத்தில் போக்கக்கூடிய ஔஷதம்; இவ்வௌஷதம் வலியையும் வெள்ளை முதலிய வெளிவரும் தோஷங்களையும் 24மணி நேரத்தில் முற்றிலும் நிறுத்திவிடும். இதில் உடனே பலன் தரக்கூடிய சரக்குகள் அடங்கியிருப்பதைக் கண்டு அநேகம் டாக்டர்கள் இதை பிணியாளிகளுக்கு உபயோகப்படுத்தியிருக்கின்றனர்.

இதில் சேர்ந்துள்ள சரக்குகளாவன:—

1. சந்தனத்தைலம்
2. வால்மிளகுத்தைலம்
3. மெதிலின் ப்ளு
4. குங்கிலியத்தைலம்

விலை:—ஒரு புட்டிக்கு ரூபா 2 0 0

காங்க்லைட் கெமிகல் கம்பெனி, லண்டன்.

ஏஜெண்டுகள்:—

ராஜா. D. மணி அண்ட் கோ,

11, பந்தர் தெரு, சென்னை.

GENUINE MUSK

Rs. 25 per tola,

Packing and Postage extra.

கலப்பில்லாக் கஸ்தூரி.

தோலா ரூபா 25,

தபால்சார்ஜ் முதலியது பிரத்தியோகம்.

॥ अविमिश्र-कस्तूरी ॥

तोलापरिमितायाः मूल्यम् - रू. २५.

प्राप्यभृतिप्रभृतिकं पृथक् ।

ஸி. மித்தர் அண்ட் கோ,,

43, பஞ்சாராம் உகூர் சந்து, கல்கத்தா.

C. MITTER & Co.,

43, Bancharam Ukoor Lane,

CALCUTTA.

Telegrams—MRIGANAVI, CALCUTTA.

KASHMIR GENUINE MUSK.

காச்மீர தேசத்து கலப்பில்லாக் கஸ்தூரி.

தோலா 1-க்கு ரூ 25 முதல் 35 வரையில்.

குங்குமப்பூ தோலா 1-க்கு 0-14-0

சுத்திசெய்த சிலாஜது-தோலா 1-க்கு அணா8- முதல் 1-ரூபா வரையில்.

முதல்தரமான பெருங்காயம் - தோலா 1-க்கு விலை 0-1-0.

ஆபுல் ஷர்பத்துபோன்ற குழம்பு பாதுவங்கொட்டை ஷர்ப்பத்து

(Jams of apples & almonds)

சேர் 1-க்கு ரூ. 1-0-0.

விலை ஜாபிதா இனாமாய் அனுப்பப்படும்.

குறிப்பு—கடிதங்களை இங்கிலீஷில் எழுதவும்.

Kashmir Stores, Srinagar, No. 42.

சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை.

முழுப்புஸ்தகம் தயாராய்விட்டது.

இப்புஸ்தகத்தின் விசேஷங்கள் :—

1. ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான விஷயங்களை ஒருவாறு சுருக்கமாக அறிய விரும்புபவருக்கு இப்புஸ்தகம் மிக்க உபயோக கரமாயிருக்கும்.

2. முதன்முதல் ஸம்ஸ்கிருதத்திலிருந்து மொழிபெயர்க்கப்பட்டுத் தமிழில் வெளியான ஆயுர்வேத வைத்தியநூல் இச்சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையே யென்று தனிப்படக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லை.

3. இதில் ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான பரிபாஷைகளும், ரோகங்களின் அட்டவணையும், சூர்ணம், லேஹ்யம், தைலம், கிருதம், ஆஸவம், அரிஷ்டம், பஸ்மம், குளிகைகள் முதலிய பலவிதமான ஔஷத முறைகளைச் செய்யும் விதங்களும், ஸ்நேஹநம், ஸ்வேதநம், விரேசநம், வஸ்தி, வாஜிகரணம் முதலிய அநேக வகையான சிகித்ஸாக்ரமங்களும் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

4. ஸம்ஸ்கிருத சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையிலுள்ள விஷயங்களில் ஒவ்வொருபதமும் விடாமல் எளிய தமிழ்வாசகத்தில் மொழி பெயர்க்கப்பட்டிருக்கிறது.

5. ஸம்ஸ்கிருத வைத்திய பரிபாஷை முதலியவற்றை அனைவரும் அறியுமாறு நன்கு விளக்குவதற்கு ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் விரிவாக டிப்பணியும் எழுதி அச்சிடப்பட்டிருக்கிறது.

6. ஒவ்வொரு அத்தியாயத்திலும் ஒவ்வொரு விஷயத்திற்கும் பெரிய எழுத்துக்களில் தலையங்கங்கள் போடப்பட்டிருப்பதுடன், இதிலடங்கிய எவ்விஷயத்தையும் உடனே பார்ப்பதற்கு உபயோகமாகும்படி விஷய அகராதியும் விவரமாகச் சேர்த்திருக்கிறது.

7. இதில் அடங்கிய விஷயங்களைக் கொண்டும் அச்சிடப்பட்டுள்ள மாதிரியைக்கொண்டும், பைண்டின் அழகைக்கொண்டும் இதை ஒவ்வொருவரும் தமதுஸுகவாழ்க்கைக்குஇன்றியமையாதபுஸ்தகமென்றே மதிப்பார்கள்.

இதன் ... ... விலை ரூ. 3—0—0.
வைத்தியகலாநிதி சந்தாதாரர்களுக்கு விலை ரூ. 2—8—0.
தபால் சார்ஜ் பிரத்தியேகம்.

குறிப்பு:—சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையை ரூ. 2-8-0 க்கு விரும்புபவர் முன்னமே வைத்திய கலாநிதிக்கு சந்தாதாரராயிரா விட்டால் ஒரு வருஷத்திய சந்தா ரூ. 3-12-0 யும் ஆர்டருடன் அனுப்ப வேண்டும்.

வைத்தியகலாநிதி ஆபீஸ், மிண்டு பில்டிங்ஸ் போஸ்ட், மதராஸ்.

விளம்பரக்காரருக்குக் கடிதம் எழுதுகையில் தயவுசெய்து வைத்தியகலாநிதியைக் குறிப்பிடுங்கள்.

வைத்திய கலாநிதி
THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR: Pandit M. Duraiswami Aiyangar, *Ayurveda Bhushan.*
பத்திராதிபர் : பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol. III. | ராக்ஷஸ ஹு புரட்டாசிமீ—OCTOBER—1915. | ஸஞ்சிகை 2. No. 2.

BANANA AS FOOD.

வாழைப்பழ உணவு.

BY
A. M. MASILAMANI MUDALIAR, L.M. & S.,
Asst. Superintendent, Royapuram Medical School.
(Now on other duty.)

உட்கொள்ளப்படும் உணவுகள் பிராணி ஸம்பந்தமாயிருப்பினும், சாகவர்க்கங்களைச் சேர்ந்தவையாயினும், அவற்றைப்பற்றிய உபயோகங்களை யோசிக்கும்போது, சரீர தாதுக்களில் இடைவிடாமல் சிதைந்துவரும் அம்சங்களை மீண்டும் அவ்விடங்களில் சேர்த்து உடனுக்குடனே ஒழுங்குபடுத்துவதற்கும், சரீரத்தில் நிமிஷந்தோறும் செலவழிந்து வரும் உஷ்ணத்தை மறுபடி அப்போதைக்கப்போது சரிப்படுத்தி இயற்கை நிலைமையில் வைத்திருப்பதற்கான பிராணியை உண்டுபண்ணுவதற்கும், சரீரத்தினுள்ளும் சரீரத்தினாலும் நடந்தேற வேண்டிய காரியங்களை நன்கு நிறைவேற்றுவதற்கும் அவசியமான தாதுப் பொருட்கள் (Chemical Elements) அவ்வுணவுப் பொருளில் அடங்கியிருக்கின்றனவா என்று நன்றாகப் பரிசோதனை செய்யவேண்டும். இந்த தாதுப்பொருட்களாவன:—ப்ரோடீன், கார்போஹைட்ரேட்ஸ், கொழுப்பு, மற்றும் சில கனிஜ பதார்த்தங்களுமாம். இறைச்சியினங்கள், பாலிலுள்ள கேஸீன் என்னும் ஸத்து, முட்டை, மாப்பண்டங்களில் அடங்கியுள்ள க்ளூடீன் என்னும் ஸத்து இவை "ப்ரோடீ[ன்ஸ்]" என்பதற்கு உதாரணங்களாகக் கூறக்கூடியவை. ப்ரோடீன் ஒன்றுதான் சரீரதாதுக்கள் (tissues) போஷிக்கப்படுவதற்கு அவசியமான தார்க்கியகரப் பொருட்களைக் (nitrogenous material) கொடுப்பதற்கு இன்றியமையாததாயிருக்கிறது. மாப்பண்டங்கள் (starches), சர்க்கரை முதலியவை கார்போஹைட்ரேட்ஸ் அடங்கிய வஸ்துக்கள்; கார்போஹைட்ரேட்ஸ் சரீரத்திற்கு உரத்தையும் உத்ஸாஹத்தையுமே முக்கியமாய் உண்டுபண்ணக்கூடியவை; ஆகவே 'ப்ரோடீன்ஸ்' என்பவை தாதுக்களின் சிதைந்த அம்சங்களை சரிப்படுத்தி அவற்றைப் போஷிக்க, அத்தாதுக்களாலான அவயவங்களும் அவற்றின் ஒவ்வொரு சிறுபாகங்களும் அததற்குற்ற வேலைகளைச் செய்வதற்கு வேண்டிய ஊக்கத்தையும் சக்தியையும் கார்போஹைட்ரேட்ஸ் உற்பத்தி செய்கின்றன என்று இப்பொழுது நீங்கள் அறிவீர்கள். கொழுப்புகள் சிறிது கஷ்டப்பட்டு ஜீர்ணமாகும்; இவையும் கார்போஹைட்ரேட்ஸ் மாதிரியாகவே உபயோகமாகின்றன. நாம் உண்ணும் உணவுகள் தன்மையிலும் அளவிலும் பலவாறு வித்தியாஸப்படுவதால், அவரவருடைய வழக்கத்திற்கும் இஷ்டத்திற்கும் தகுந்தவாறு உட்கொள்ளப்படும்

பதார்த்தங்களில் சரீரத்திற்கு அவசியமான அம்சங்கள் ஜீர்ணக்கருவிகளின் மூலமாய் கிரஹிக்கப்பட்டு மிச்சமுள்ள அநாவசியகமான பகுதிகள் வெளியில் தள்ளப்படுகின்றன.

வாழைப்பழத்தில் முற்கூறிய ஸத்துக்களின் கூறுபாடுகள் தகுந்தவாறு கலந்திருப்பதாக அநேகம் அத்தாட்சிகளால் அறியப்பட்டிருக்கிறது. ஆட்வேடர் என்பவரும் மில்லர் என்பவரும் "என்ஸைக்ளோ பீடியா ப்ரிடானிகா" என்கிற மஹாநிகண்டுவின் பதினோராவது பதிப்பில் உணவுப் பொருட்களைப்பற்றி அடங்கியுள்ள வியாஸத்தில் வாழைப்பழத்தில் சேர்ந்துள்ள ஸத்துக் கூறுபாடுகள் பின்வருமாறு குறிக்கப்பட்டிருக்கின்றன:—

கழிவுப்பொருட்கள்	100க்கு	35.0	பங்கு
ஜலம்	,,	48·9	,,
ப்ரோடீன்	,,	0·8	,,
கார்போ ஹைட்ரேட்ஸ்	,,	14·3	,,
கனிஜ பதார்த்தம்	,,	0.6	,,

ஆகவே சரீர போஷணைக்கும், அது செய்ய வேண்டிய காரியங்களுக்கு அவசியமான சக்தியைக் கொடுப்பதற்கும் ஏற்ற அளவாக வாழைப்பழத்தில் ஸகல அம்சங்களும் சேர்ந்திருப்பதால் அது மிகச் சிறந்த உணவுப் பொருளென்று நிச்சயிக்கலாம்.

இக் கனியானது சரீரத்தைப் போஷிக்கக் கூடிய உயர்ந்த உணவுப் பொருள் என்பது மாத்திரமல்ல, வெகு சீக்கிரத்தில் ஜீர்ணமும் ஆகக்கூடிய வஸ்துவாயிருக்கின்றது. நாம் ஸாதாரணமாய் உபயோகித்துவரும் உணவுப் பொருட்களைக் காட்டிலும் வாழைப்பழம் எளிதாகவும் விரைவாகவும் ஜீர்ணமாகிறதென்பதைப் பரீக்ஷித்து சாஸ்திரவல்லோர் பலர் அடியில்வருமாறு ஜீர்ணஸம்பந்தமான கால தாரதம்யத்தைக் குறிப்பிட்டிருக்கின்றனர்:—

		கால அளவு.
பொரித்தமாட்டிறைச்சி	ஜீர்ணமாவதற்கு	3-மணி 20-நிமிஷம்.
வறட்சியான ரொட்டி	,,	3-மணி 40-நிமிஷம்.
சீமையிலந்தை (ஆப்புல்)	,,	2-மணி 30-நிமிஷம்.
வாழைப்பழம்	,,	1-மணி 45-நிமிஷம்.

இவ்வாறு எளிதில் ஜீர்ணமாவதைக்கொண்டும், இனிப்பா யிருப்பதை யுத்தேசித்தும் இப் பழம் பாலர்களுக்கு ஏற்றதும், அவர்களால் ஆவலோடு விரும்பக்கூடியதுமா யிருக்கிறது.

வாழைப் பழத்தின்மேல், சீமையிலந்தை முதலியவற்றின்மேலுள்ள தோலைப்போலில்லாமல் நன்கு கனமாயிருப்பதால், அப்பழத்தினுள் எவ்வித அசுசியும் அல்லது வியாதிக்குக் காரணமான நுண்ணுயிர் முதலிய தோஷங்களும் ஸம்பந்திக்க வழியில்லை. ஆகவே தோலை நீக்கியவுடனே ஸம்சயமின்றியே வெகு ஸுகமாக உட்கொள்ளலாம். தோலை நீக்குவதற்கு எவ்வித கருவியும் அவசியமில்லை; கொட்டை கோதுகளை விலக்க வேண்டிய சிரமமும் இதற்கில்லை. ஆகையினால் சரீரத்தைப் போஷிப்பதிலும், உடலுக்கு உத்ஸாஹ மூட்டுவதிலும், எளிதில் ஜீர்ணமாவதிலும், உபயோகிக்கும் வகையிலும் வாழைப்பழம் நிகரில்லா வஸ்துவென்று நிச்சயிப்பதற்குத் தடையென்ன?

AN EFFICIENT METHOD OF PREVENTING DEATHS FROM BURNS.

நெருப்புத் தாக்குவதாலுண்டாகும் மரணங்களைத் தடுப்பதற்கு ஒரு உபயோகமுள்ள முறை.

BY

RAMA NARAYAN, L. M. & S.
Editor of "Practical Medicine."

சிசுக்களுக்கு ஸம்பவிக்கும் மரணவிகிதத்தில் பெரும்பான்மையானவை நெருப்புப்பட்டு எரிந்து போவதாலேயே நேரிடுகின்றனவென்பதை நாம் அப்போதைக்கப்போது கேட்டுவருவது வெகு விஸனகரமான விஷயம். நெருப்புப்பட்டு சிசுக்கள் இறந்துபோனதைக் குறிப்பிடும் ரிபோர்டுகளைக் கவனித்தோமானால், அவ்வித ஆபத்து செல்வவான்களுடையவும் எளியவர்களுடையவும் குடும்பங்களில் சற்றேறக்குறைய ஒரே அளவாகத்தான் நேரிடுவதாய் அறியப்படுகிறது. அபாயகரமான வாணவகைகளோடும், விளக்கு முதலானதோடும் விளையாடக்கூடாதென்று பலவாறு போதனை செய்தும், பயப்படுத்தியும், சிக்ஷித்தும் சிறுவர்களை அவர்களின் பெற்றோர்கள் கூடுமான வரையில் தடுத்து வந்தும், அக்னிக்கு அருகில் குழந்தைகள் எப்பொழுதுமே ஸஞ்சரிக்காவண்ணம் முற்றிலும் அவர்களைக் காத்து ரக்ஷிக்கமுடியாமலிருப்பதால் இவ்வித அபாயம் அடிக்கடி இன்னும் ஆங்காங்கு ஸம்பவித்து வருகின்றது. ஆகையினால், அவ்வித அபாயங்களைத் தடுப்பதற்கு எவ்வித முறை சிபார்சு செய்யப்பட்டபோதிலும் ஒவ்வொரு குடும்பத்தாரும் அதை ஆவலுடன் ஏற்று முன்னெச்சரிக்கையோடு நடந்து கொள்ளத் தயாராயிருப்பார்களென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. சிறுவர்களுக்கு அக்னிபயம் நேரிடாமலிருப்பதற்கு அவர்களுடைய உடைகளை நெருப்புப்பற்றாமலிருக்கக் கூடியவாறு பதன் படுத்தவேண்டும் என்று டாக்டர் சார்லெஸ் F. பாப்ஸ்ட், M. D., என்பவர் கூறுகிறார். அவ்வாறு பதன் செய்வதற்கு வெகு ஸுலபமானதும் மிகப் பிரயோஜனகரமுமான முறையொன்று அவரால கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருக்கிறது:—

ஒரு இராத்தல் அளவு அமோனியம் பாஸ்பேட் (ammonium phosphate) என்னும் சரக்கை ஒரு காலன் குளிர்ந்த ஜலத்தில் கரைத்து, உடைகளை அத்தெளிவான திரவத்தில் ஐந்து நிமிஷநேரம் நனைத்து ஊறவைத்தெடுத்து உலர்த்தி விடவேண்டும். இவ்வாறு செய்த வஸ்திரங்களில் நெருப்புப் பற்றுவதில்லையென்றும், இம்முறையை அனைவரும் கையாளுவது அநேக ஸமயங்களில் அருமைக் குழந்தைகளை அக்னியினிடமிருந்து காப்பாற்றுவதற்கு மிக்க உபயோக கரமாயிருக்கிறதென்றும் அந்த டாக்டர் கூறுகிறார். இந்த திரவம் வஸ்திரம் முதலியதை எவ்விதத்திலும் கெடுக்கக்கூடாததாயிருப்பதால், ஸாதாரண ஜலத்தில் நனைப்பதுபோலவே இத்திரவத்திலும் வஸ்திரங்களைத் தடையின்றி நனைக்கலாம்; இவ்வாறு ஒரு முறை நனைத்தால் மீண்டும் அநேக நாள் வரையில் அத்துணிகளை அதில் நனைக்க வேண்டிய அவசிய மேற்படுவதில்லை; இது ஒருவித விஷகுணத்தையும் உண்டாக்குந்தன்மையதல்ல. அமோனியம் பாஸ்பேட் என்னும் சரக்கு ஸாதாரணமான வெளுத்த சிறுபடிகங்களைப் போன்ற சூர்ணம்; அது எல்லா மருந்துக் கடைகளிலும் வெகு மலிவாகக் கிடைக்கக் கூடியது. இப்பதார்த்தத்தைக்கொண்டு முற்கூறியவாறு வெகு எளிதில் பதன் செய்யப்பட்டவஸ்துவை ஜலத்தில் தோய்த்துக் கழுவினாலொழிய அதில் தீப்பற்றி எரியமாட்டாது.

இதை நிச்சயிப்பதற்காக டாக்டர் பாப்ஸ்ட் (Dr. C. F. Pabst, M. D.) அவர்கள் பல பரிசோதனைகளைச் செய்து பார்த்தார். அவற்றுள் ஒன்றை இங்கே குறிப்பிட விரும்புகிறோம்:

வெகு ஸாதாரணமாய் நெருப்புப்பட்டவுடனே நொடிப்பொழுதில் எரிந்து சாம்பராய் விடக்கூடிய சல்லாத்துணியை இவ்வாறு தயார் செய்த திரவத்தில் நனைத்து உலர்த்திய பிறகு அதன் முன்றுனையில் சில நிமிஷங்கள் வரையில் மெழுகுவர்த்தியைக் கொளுத்திப் பற்றவைத்தார்; அத்துணியின் ஓரங்கள் அவ்விதம் கொளுத்தப்பட்டும் ஒருவாறு கறுநிறமடைந்தனவேயன்றி சிறிதும் தீப்பற்றி எரியவில்லை; ஓரங்களைத் தவிர மற்ற பாகங்கள் நிறமாறுபாடுமடையாமல் நன்றாகவே இருந்தன.

[சிறுவர்களின் வஸ்திரங்களில் தீப்பற்றாமல் அவர்களைக் காப்பதற்கு இந்த முறை எவ்வகையிலும் எளிதில் நிறைவேற்றக் கூடியதாயிருப்பது மல்லாமல், வெகு பயன் தரக்கூடியதென்றும் பரீக்ஷிக்கப்பட்டிருப்பதாக இவ்வியாஸத்தினால் அறியப்படுகிறபடியால், நமது பத்திரிகையைப் படிப்பவர் இதேவிதம் தமது வீடுகளிலும், தமது நண்பர்களுடைய கிருஹங்களிலும் செய்யச்சொல்லி இதன் உபயோகத்தை ஒவ்வொருவரும் நேரில் அறிவது மிகவும் அவசியம்; அவ்வாறு பரீக்ஷார்த்தமாக இதைச் செய்து இம்முறை அவ்விதமே நற்பயன் விளைவிப்பதென்று வைத்தியகலாநிதியைப் படிப்பவருக்குத் தெரியவந்தால், அவர்கள் தயவுசெய்து தம்முடைய அநுபவத்தை எமக்கும் தெரியப்படுத்தக் கோருகிறோம். இவ்விதம் செய்வது பல உயிர்களைக் காப்பாற்றுவதற்கு இன்றியமையாத காரியமாகும்.—ப-ர்; வை-க.]

DATURA AND ITS USES.

ஊமத்தையும் அதன் உபயோகமும்.

BY
M. S. AIYANGAR,
Ayurvedic Physician.

ஊமத்தையில் சீமையினதென்றும் நாட்டினதென்றும் இரண்டுவகையுண்டு. இவற்றிற்கு குணத்தில் விசேஷ வித்தியாஸமில்லை. இவை அதிகமாய் மயக்கமுண்டாக்கக்கூடிய கொடிய விஷகுணமுடையவை. இச்சரக்கு ஔஷத முறைகளில் வேதநோபசமநமாகவும் (anodyne), ஆக்ஷேபகஹரமாகவும் (anti-spasmodic) அதிகமாய் உபயோகிக்கப்படுகின்றது. ஆங்கில வைத்தியர்கள் உபயோகிக்கும் 'பெல்லடோனா' என்னும் மூலிகைக்குள்ள குணங்களோடு இதன் குணங்களும் ஒத்திருக்கின்றன. பெருமூச்சையும் பொருமலையும் உண்டுபண்ணும் ச்வாஸரோகத்தில் (spasmodic asthma) நிழலுலர்த்தலாக உலர்ந்த இதன் இலைகளைச் சுருட்டி அதன் தூமத்தை ச்வஸிப்பதும், அல்லது வெந்நீரில் இதன் இலைகளைக் காய்ச்சி அதிலிருந்து கிளம்பும் ஆவியை உறிஞ்சுவதும் உடனே அப்பிணியாளிக்கு அதிக ஸௌக்கியத்தைக் கொடுக்கக்கூடிய உபாயங்களாம்; ஆனால் சில ஸந்தர்ப்பங்களில் இதன் இலைகளையுபயோகித்தால் பிராணாபாயம் நேரிடுவதுமுண்டு. வித்ரதியென்னும் சீழ்க்கட்டிகளின் மேலும், இரத்தக்கட்டிகளின் மேலும், மற்றும் பலவித காரணங்களாலுண்டாகும் வீக்கங்களின்மேலும் இந்த இலையை வதக்கிக் கட்டினால் அவ்வீக்கம் முதலியவை குறைந்து அவற்றாலுண்டாகும் வேதனையும் குறைந்து கட்டி முதலியவை நன்றாகப் பக்குவமாய் உடைந்து விடுவதுண்டு. கொச்சின் சைனாவில் ஊமத்திலைகளைக் கஷாயமிட்டு வெறிநாய்க்கடி விஷங்களுக்கு முறிவாகக் கொடுப்பது வழக்கம்; இதனால் அவ்வியாதிக்காரர்கள் மிகவும் நன்மையடைவதாகவும் கேள்விப்படுகிறோம். சீமை ஊமத்தையானது மயக்கந்தருவதில் அதற்குள்ள சக்திக்கு ஆதாரமான ஸத்துவத்தினால் ஹயாஸியாமியா (hyoscyamia) என்ன, அட்ரோபியா (atropia) என்ன இவற்றின் குணங்களுக்கு ஏற்ற தன்மையுள்ளவைகளாயிருக்கின்றன.

ஊமத்தையில் இவ்வித குணமுள்ளதாய் அடங்கியிருக்கும் ஸத்துவத்திற்கு ஆங்கிலத்தில் தத்தூரியா (daturia) எனப்பெயர். இந்த தத்தூரியா என்பது இதன் விதைகளிலேயே ஏராளமாய் அடங்கியிருக்கின்றது; இது வெகு வீர்யமுள்ள விஷம்; கண்ணின் கருவிழியினிடையிலுள்ள திருஷ்டி (pupil) என்னும் பாகத்தை வலுவாக விரியச் செய்யும் சக்தி இதற்குண்டு.

இச்சரக்கிலிருந்து மேனாட்டார் ஸத்துவமெடுத்த குளிகைகள் செய்வதுண்டு. 20 அவுன்ஸ் ஈதரை 10 அவுன்ஸ் தண்ணீரடங்கிய ஒரு குப்பியில் சேர்த்து நன்றாகக் குலுக்கி ஈதரை மெதுவாகச் சாய்த்து வடித்துக்கொள்ள வேண்டும். பிறகு ஒரு இராத்தல் சீமை ஊமத்தை விதையின்மேல் மெள்ள மெள்ள ஊற்றவேண்டும். இதிலடங்கிய ஒருவித தைலத்தை முற்றிலும் விலக்குவதற்காக ஈதரிலேயே அவ்விதைகளை ஒன்றிரண்டாகப் பொடிசெய்து ஊறவைப்பது வழக்கம். ப்ரூப்ஸ்பிரிட் (proof spirit) என்னும் சாராயத்தை மிச்சமுள்ள பொடியின் மீது அது முற்றிலும் செலவழியும் வரையில் ஊற்றிவரவேண்டும். இதை ஒரு வாலையிலிட்டு சாராயத்தில் பெரும்பான்மையான பாகத்தையும் ஆவியாகச் செய்து, அப்பால் இச்சரக்கின் ஸத்துவம் மாத்திரைகளாகச் செய்யக்கூடிய நிலைமைக்கு வருமளவும் அதன்மேல் மெதுவாக ஜலத்தைச் சேர்த்து மிச்சமுள்ள சாராயத்தை ஆவியாகப் பறந்துவிடச் செய்யவேண்டும். இந்த மாத்திரையை $\frac{1}{4}$-க்ரைன் முதல் $\frac{1}{2}$-க்ரைன் அளவுவரையில் ஸாதாரணமாய் உபயோகிக்கலாம். இதை மேனாட்டார் ஒருவித கஷாயமாகவும் (பொடி செய்தவிதை $2\frac{1}{2}$-அவுன்ஸ்-ப்ரூப் ஸ்பிரிட் 20-அவுன்ஸ் சேர்த்து) பக்குவம் செய்வதுண்டு. இக்கஷாயத்தை 10 முதல் 30 துளிகள் வரையில் உபயோகிப்பது வழக்கம்.

மத்திய அமெரிக்காவிலுள்ள இந்தியர்கள் சிவந்த ஊமத்தையின் பழத்தை ஒருவாறு மயக்கமுண்டாக்கக்கூடிய பானவகையாக பக்குவம் செய்து குடிப்பதுண்டு.

ஊமத்தையின் எப்பகுதியும் விஷகுணமுடையதாகையால் அதை ஔஷதமுறையில் உபயோகிப்பதற்கு அதிலும் முக்கியமாய் உட்கொள்ளக் கொடுப்பதற்கு—கைதேர்ந்த வைத்தியர்களே அதிகாரிகளாவார்கள் என்பதை அனைவரும் கவனிக்கவேண்டும்.

HYGIENE IN ELEMENTARY SCHOOLS.

பாலபோதனைக்குரிய பள்ளிக்கூடங்களில் ஆரோக்கிய முறை.

BY
E. R. SANKARA AIYAR.

ஆரம்பப் படிப்பைக் கற்றுக்கொடுக்கும் பாடசாலைகளில் தேஹத்தை ஆரோக்கியமாகக் காப்பதற்கு அவசியமான விஷயத்தையும் அப்பாடங்களில் ஒன்றாக ஏற்படுத்தவேண்டியது முக்கியமான காரியமாகும். கல்வி இலாகாவானது இவ்விஷயத்தை அவரவர்களுடைய இஷ்டாநுகூலமாக விட்டிருந்தபோதிலும், இக்கோரிக்கை சில இடங்களில் மட்டும் சிறுகச் சிறுக அபிவிருத்தியாய் வருகிறது.

பரிசுத்தமான வாயு, நிர்மலமான தண்ணீர், தகுதியான உடை, தனது தேஹம் சுத்தமாயிருத்தல் என்னும் இவ்விஷயங்களையும், தேஹத்திற்கும் மூளைக்கும் அவசியமான வேலை அனுமதி இவற்றையும் பற்றி எல்லாப் பள்ளிக்கூடங்களிலும் சிறுவர்கள் படிப்பிக்கப்படுகின்றனர்; மேலும் அழுக்கும் வியாதியும் இப்பொழுது ஜனங்களுக்குக் கெடுதி செய்வதுபோல் அவ்வளவு அதிகமாக இனி அவர்களைக் கஷ்டப்படுத்துவது அருமையென்றே கூறலாம். குடும்பங்களை ஆரோக்கியமாகவும் கவலையற்று ஸுகமாய் வாழும்படியாகவும் செய்வதெப்படியென்பதை முறைப்படி போதித்து வந்தால், வியாதியும் விஸனமும் காலக்கிரமத்தில் மழுக்கங்கொள்ளுமென்று நாம் எதிர்பார்க்கத் தடையிராது. வீடுகளை வெகு பரிசுத்தமாக வைக்கும் வகைகளையும், அவற்றில் நல்ல வாயு பரவும் விதமாகச் செய்வதெங்ஙனமென்பதையும், சிசுக்களைப் பாதுகாக்கும் கிரமங்களையும் படிப்பு முறைகளில் முற்றிலும் கற்பிக்க ஏற்பாடு செய்யவேண்டியது முக்கியமான காரியம். எந்த முறைகள் ஏழ்மையினாலும், அறிவின்மையினாலும், சோம்பலாலும், மதிமோசத்தினாலும் வெகு

ஸாதாரணமாய் ஸம்பவிக்கக்கூடிய பிணிகளினின்றும் ஜனங்களைக் காப்பாற்றக்கூடியவையோ அவ்வாறு மாணுக்கருக்கு ஆதியிலிருந்து அறிவைப் புகட்டுவதே படிப்பெனத் தகுந்ததாகும். நமக்கு எதிரில் காணப்படும் பலனறிய முடியாத ஏதேதோ விஷயங்களை யெல்லாம் தோன்றியவாறு கற்பிப்பதற்குப் பதிலாக ஆரோக்கிய நிலைமையை நன்கு நிர்வஹிப்பதற்கும், அதைக் காப்பாற்றுவதற்கேற்ற வாறு நன்னடக்கையுள்ளவரா யிருப்பதற்கும் தகுந்த வழிகளை பாலர்களுக்கு இனி போதனைசெய்துவருவது இன்றியமையாததாகும். ஏழை ஜனங்களுக்கு நிர்மலமாயிருத்தலும், நல்லொழுக்கமும், ஒழுங்கான நடையுடையும் மிகவும் மதிக்கக்கூடியவை யென்பதை சுகாதார விஷயங்களே அறிவிக்கக்கூடியவையாயிருப்பதுபற்றி, அவ்விஷயங்கள் மாணுக்கருக்குப் போதிக்கப்படுவதே மிக முக்கியமாய் விரும்பத் தகுந்தவையாம்; அவர்களுடைய இயற்கையறிவை இவ்விஷயங்களில் பிரயோகித்து ஆரோக்கிய நிலைமையைத் தாமே காத்துக்கொள்ளச் செய்வது வியாதியை அருகில் அணுகவிடாமலிருப்பதற்கு அநுகூலமாயிருக்கும். இம்முறையை ஒழுங்குபடுத்தி வழி காட்டியவர்களுள் சார்லெஸ் கிங்ஸ்ஸி என்பவர் முக்கியமானவர்; அவர் கூறியதாவது: "பள்ளிக்கூடப் படிப்பு முறைகளில் பற்பல புஸ்தகங்களைப் பார்த்து ஓதுவதும், எழுதுவதும், கணக்குகளைப் போடுவதும் எவ்வளவு முக்கியமாகக் கவனிக்கப்படுகின்றனவோ அதைவிட அதிகமாக சுகாதாரப் படிப்பைக் கற்பிப்பதில் கவனம் செலுத்துவது அவசியமாம்."

இதில் இரண்டு கஷ்டங்கள் வழியில் குறுக்கிடக்கூடியன வென்று அஞ்சக்கூடும்; அவற்றுள் ஒன்று: ஏற்கனவே உபாத்தியாயர்களுக்குள்ள வேலைகளோடு இந்த வேலையையும் அதிகமாகச் சேர்த்து அவர்களுக்குக் கஷ்டத்தை அதிகப்படுத்தல். இரண்டாவது: மாணுக்கருடைய சக்தியைமீறி அவர்கள் படிக்கவேண்டியவற்றை அதிகப்படுத்தி அவர்களைக் கஷ்டப்படுத்தல். இவற்றுள் முதலிற் குறிப்பிட்ட கஷ்டம் நேரிடாமலிருப்பதற்கு சுகாதார முறைகளைக் கற்றுணர்ந்த நிபுணர்களைக்கொண்டு வாரத்தில் இரண்டொரு முறை அவ்விஷயங்களைக் கற்பிக்கச் செய்வதும், இரண்டாவது கஷ்டத்தைப் பரிஹரிப்பதற்கு அநுபவ முறைப்படி வித்தியார்த்திகளுக்கு விஷயங்களைப் பரிசோதனைசெய்து விநோதமான பொழுதுபோக்காகப் போதனை செய்வதும் ஏற்ற வழிகளாகும்.

நமது வீடு ஓர் இருசுபோல் இருந்து வருகிறது; அதைச் சுற்றிலும் நமது உயிர்வாழ்க்கை ஒரு சக்கிரம்போல் சுழன்றோடிக்கொண்டிருக்கிறது. ஆகவே அவ்வீட்டின் ஸம்பந்தமாக வெளிச்சம், வாயு, அதன் வைசால்யம், அதைச் சுற்றிலுமுள்ள பிரதேசங்களின் தன்மை, அழுக்கில்லாமை, கிரஹநோக்கம் என்னும்இவற்றில் முக்கியமாகக் கவனஞ் செலுத்தவேண்டும். அழுக்கடைவதாலுண்டாகும் அபாயமும், ஆஹாரங்களின் பிரயோஜநமும், அதன் பிரதானமும், வியாதி வந்தவுடனே அதைப் போக்குவதற்கு முயல்வதும், சுற்றத்தாரின் ஆசாராதிகளை யறிந்து அவர்களோடு பழகுவதும் இவ்விதமென்றும், இத்தகைய அறிவால் ஏற்படும உபயோகம் இன்னதென்றும் மாணுக்கருக்குக் கட்டாயம் கற்பிக்கவேண்டும். இவ்விஷயத்தில் முன்னேற்றமடைந்து வரும் பள்ளிக்கூடத்து வகுப்புகளில் வீட்டில் ஒவ்வொருவரும் ஆரோக்கியமாகவும் ஆனந்தமாகவும் வாழ்வதற்கு அவசியமான மற்றும் பல விஷயங்களை மேன்மேலும் கற்பிப்பதற்கு முயற்சிகள் செய்வது மிகவும் உபயோகமான காரியமாகும். தேஹத்தின் மேற் போர்வையாயமைந்துள்ள சர்மத்தை நிர்மலமாக வைத்துக்கொள்வதின் பிரயோஜநத்தையும், சீர்கேடாகக் கட்டப்பட்டுள்ள வடிகால்களால் நேரிடும் அபாயங்களையும், வேண்டியவளவு காற்றின்மையினாலுண்டாகக்கூடிய கேடுகளையும், ஓரிடத்தில் ஜனங்கள் கூட்டங்கூடி வஸிப்பதால் ஏற்படும் தீங்குகளையும், கண்ட ஆஹாரங்களையுண்பதால் ஸம்பவிக்கும் கோளாறுகளையும் மாணுக்கர் நன்றாக அறியும் வரையில் அவ்விஷயங்களை அவர்களுக்கு முற்றிலும் ஒழுங்காகக் கற்பிக்கவேண்டும். இவ்வாறு ஆரம்பப்படிப்பு முதற்கொண்டே ஆரோக்கிய முறைகள் பாடசாலைகளிற் கற்பிக்கப்படுமாயின், சில வருஷங்களுக்குள்ளேயே சுகாதார முறைகள் தேசத்தில் திருப்திகரமாயிருப்பதாக ஸானிடரி கமிஷனரிடமிருந்து ரிப்போர்ட்டை எதிர்ப்பார்க்கக்கூடும்.

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ௵ புரட்டாசி௴.

DIABETES AND ITS TREATMENT.

நீரிழிவுரோகமும் அதன் சிகித்ஸையும்

நீரிழிவு ரோகத்தில் மூத்திரம் மிதமிஞ்சி இறங்குவது அதன் குறிகளுள் முக்கியமானது. வைத்திய சாஸ்திரமறிந்தவர்கள் நீரிழிவுரோகத்தை பிரமேஹம் என்றும், மதுமேஹம் என்றும் பிரதானமாய் இரண்டு விதமாகப் பகுத்து விவஹரிப்பார்கள். இவற்றுள் பிரமேஹம் என்பது ஒரேவிதமாயில்லாமல் இருபது வகையான உட் பிரிவுகளுடையதாயிருந்தபோதிலும் அவற்றையெல்லாம் பற்றி நாம் இங்கு விவரிப்பதற்கில்லை. அதிக அளவாகச் சர்க்கரை கலந்து மூத்திரம் வெளிவரும் போது "மதுமேஹம்" என்றும், அவ்வாறின்றி வேறுவித இலக்ஷணங்களுடன் கூடியதாய் நீர் அளவுக்கு மிஞ்சி இறங்குமாணுல் அது "பிரமேஹம்" என்றும் கூறப்படுகிறது. இதில் ஸாதாரண பிரமேஹத்தை ஆங்கிலத்தில் "டயாபிடிஸ் இன்ஸிபிடஸ்" (diabetes insipidus) என்றும், மதுமேஹத்தை "டயாபிடிஸ் மெலிடஸ்" (diabetes mellitus) என்றும் வழங்குகின்றனர். இவற்றுள் பிரமேஹம் என்பது அவ்வளவு ஸாதாரணமாய் உண்டாகும் வியாதியல்ல. வெகுபலஹீநமாயிருப்பவருக்கும், வயது முதிர்ந்து சரீரம் தளர்ந்துபோனவர்களுக்கும் இது பெரும்பாலும் உண்டாவதுண்டு. இது ஸாதாரணமாய் சிறுகச்சிறுக ஆரம்பித்து, சரீரத்தில் எவ்விதக் கோளாறும் உண்டாயிருப்பதாகத் தெரியாமலே, குறிப்பிடக்கூடிய அவக்குறிகள் தோன்றும் வரையில் தாதுக்களைக் கெடுத்துக்கொண்டே வருவதியல்பு. இந்த நிலைமையில் இவ்வியாதியில் முக்கியமாகக் கவனிக்கக்கூடிய குறி நாவறட்சியே. இப்பிணியாளிகள் தினந்தோறும் பருகும் திரவபதார்த்தத்தைவிட வெளிவிடும் மூத்திரம் அளவில் மிகவும் அதிகரித்துக் காணும். இந்த வியாதியில் பசிதீபநம் விசேஷமாயுண்டாவதும் குறிப்பிடக்கூடிய இலக்ஷணமாகும். பிறகு சில நாட்களுக்கெல்லாம் தேஹநிலைமை வெளிப்படையாய் நன்கு அசௌக்கியத்திற்கு உட்பட்டு விட்டதாகத் தெரியவரும்; உடம்பானது இரத்தஞ் சுண்டியதுபோல் கிரமமாய் சுஷ்கமாய்வரும்; உரமும் உத்ஸாஹமும் குறைந்து விடும்; நாடிநடை துரிதமாகவும் வன்மையற்றதாகவும் துடித்துக் கொண்டிருக்கும்; சிறிது ஜ்வரமும் தொடர்ந்திருக்கும்; சர்மம் வறண்டு ரூக்ஷமாகவும் ஆய்விடும்; பின்பக்கத்து இடுப்பிலும் முதுகின் விலாப்பக்கங்களிலும் குடைத்தல் அல்லது வலியுண்டாகும்; மூத்திரமார்க்கங்களில் ஒருவித ஆறுதலற்ற உணர்ச்சி யேற்படுவதுண்டு. இது அநேகமாய் அஸாத்திய வியாதியாகவே கருதப்பட்டு வந்தாலும், ரோகம் நன்றாகத் தோன்றிய பிறகுகூட சிலர் இதினின்று மீட்சி பெறக்கூடுமென்றும் தெரியவருகிறது. சிலருக்கு இவ்வியாதி வெகு சீக்கிரத்தில் முதிர்ந்துவிடும்; வேறு சிலருக்கு வருஷக்கணக்காயிருந்து வந்தும் வெகு நீண்டகாலம் வரையில் அவர்கள் அதனால் பிராணுபாயமடைவதில்லை. இறுதியிற் கூறியவதமாய் ஸம்பவிக்கும் வியாதியினால் பிணியாளி காலக்ரமத்தில் சிறுகச் சிறுக தாதுக்ஷய மடைந்து, அப்பால் கடைசியில் சோபையினாலும், க்ஷயத்தினாலும் அல்லது அஸாத்தியமான இதரவியாதியினாலும் வருந்தி உயிர்துறக்கநேரிடும்.

சிகித்ஸை:—ஜனங்களுடைய தௌர்ப்பாக்கியத்தினால் இவ்வியாதிக்கு இதுதான் பயன் தரத்தக்க சிகித்ஸை யென்று இதுவரையிலும் நன்கு நிச்சயிக்கப் படாமலிருக்கிறதென்று மேனாட்டு வைத்தியர்கள் கூறுகின்றனர். இவ்வியாதியை முற்றிலும் நிவ்ருத்தி செய்யக் கூடாவிடினும் சில சிகித்ஸாக்ரமங்களால் யாப்யு

மாகவேனும்* செய்யக்கூடும். ஆஹாரங்களை ஒழுங்கு படுத்துவதும், சர்க்கரை ஸம்பந்தமான அல்லது சரீரத்தினுல் சர்க்கரையாக மாறக்கூடிய உணவுப்பொருட்களை யெல்லாம் பரிஹரிப்பதும் சிகித்ஸையில் முக்கியமாகக் கவனிக்கக்கூடிய விஷயமாம். இனிப்பான பழவகைகளும், மாப்பொருளடங்கிய காய்கறி வகைகளும் பரிஹரிக்கவேண்டியவை. கோதுமையரிசியே விசேஷமாய் இப் பிணியாளிகளுக்கு ஏற்ற உணவாக ஆதிகாலத்திய வைத்தியர்களைப்போல் இக்காலத்திய வைத்தியர்களாலும் தீர்மானிக்கப்படிருக்கிறது. தேஹத்திற்கு பலந்தரக்கூடியவையும், புத்திக்கும் நரம்பு மண்டலங்களுக்கும் சிறிதும் தொந்தரவையுண்டு பண்ணுதவையுமான உணவுகளையும் ஔஷதங்களையும் உபயோகிக்கவேண்டும். இந்த வியாதியில் அபினியை அதிக அளவாக விடாமல் உபயோகித்து வருவதால் மிகச் சிறந்த குணமுண்டாவதாகத் தெரியவருகிறது.

சிலாஜது பஸ்மமும், ஸ்வர்ணவங்கம் என்னும் ஔஷதமும், நாவற்கோட்டையின் சூர்ணமும் கலந்து நாம் ஒரு பிணியாளிக்குக் கொடுத்து வந்ததில் மதுமேஹத்தினு லுண்டாயிருந்த துர்க்குணங்கள் சீக்கிரத்தில் தணியத்தலைப்பட்டன. சிலாஜதுவானது மூத்திர ரோகங்களில் நற்குணந் தருவதாக ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப் படுகின்றதாயினும், அதில் அயம் ஸம்பந்தப்பட்டிருப்பதால் மூத்திர மார்க்கங்களிலுண்டாகும் அழற்சியைப் போக்குவதோடு நில்லாமல் எளிதில் இரத்தத்திற் கலந்து அதை ஒருவாறு சுத்தப்படுத்துகின்றது. இரஸமும் வங்கமும் கலந்து செய்யப்பட்ட ஸ்வர்ணவங்கம் என்னும் பொன்னிறமான ஔஷதம் மூத்திரத்தின் அளவைக் குறைக்கக்கூடியதென்றும், நாவற்கொட்டையின் ஸத்துவம் சர்க்கரையைத் தணியச் செய்யுமென்றும் கருதி இவ்விதம் இம்மூன்று ஔஷதங்கள் கலந்து உபயோகிக்கப்பட்டன.

இது இவ்வாறிருக்க "நியூயார்க்மெடிகல் ஜர்னல்" என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகையில் அடியில் வருமாறு கூறப்பட்டிருக்கிறது:—

"டாக்டர் அல்லென் என்பவர் குறிப்பிட்ட உபாயத்தை அநுஸரித்து ஸமீபகாலத்தில் டாக்டர் லூயிஸ் ஹில் என்பவரும், டாக்டர் ஜே. எல். ஷெரிக் என்பவரும் இப்பிணியினுல் வருந்திய பலருக்கு பழையவழக்கப்படி அதிக நாள் பத்தியக்ரமங்களை யேற்படுத்தாமல், சர்க்கரை ஸம்பந்தமான பதார்த்தங்களை சொற்பகாலம் பரிஹரிக்கச்செய்து அவர்களை வெகு எளிதில் நன்ருக ஸ்வஸ்தப்படுத்தி விட்டனர். இவர்கள் நடத்திய சிகித்ஸாக்ரமத்தை எந்த வைத்தியரும் சிறிதும் கஷ்டமின்றி நிறைவேற்றக்கூடும். இச்சிகித்ஸையினுல் எவ்வித தீமையும் ஸம்பவிக்காது. இந்த ரோகி வைத்தியசாலைக்கு வந்தவுடனே அதுமுதல் இரண்டு நாட்கள் வரையில் ரொட்டியையும் உருளைக்கிழங்கையும் அதிகமாகக் கொடுக்காமல் ஸாதாரணமாக வீட்டிலுபயோகிக்கப்படும் இதர உணவுகளே அவர்களுக்கு மிதமாகக் கொடுக்கப்பட்டு வந்தன. பிறகு அப்பிணியாளியைப் படுக்கையில் இருக்கச் செய்து காபிமட்டும் பால் சர்க்கரை சேர்க்காமல் விஸ்கியென்னும் ஒருவித சாராயத்தை ஒரு அவுன்ஸ் அத்துடன் கலந்து அவனுக்குக் காலை 7-மணி முதல் மாலை 7-மணி வரையில் இரண்டுமணி ஸாவகாசத்திற்கு ஒருமுறை கொடுக்கப்பட்டு வந்தது. விஸ்கி சிலருக்குப் பிடிக்காவிட்டால் அதை விலக்கிவிடுவது மிகவும் நலம். இவ்வாறு செய்துவந்தால் $2\frac{1}{2}$ அல்லது 3 நாட்களில் மூத்திரத்தில் சர்க்கரை சிறிதும் காணப்படுவதில்லை; உடம்பிலுண்டாயிருந்த வறட்சியும் அபரிமிதமான நாவறட்சியும் வெகுசீக்கிரத்தில் நிவ்ருத்தியாவதைப் பார்த்துப் பிரமிக்கும்படி நேரிடும். மூத்திரத்தில் சர்க்கரை முற்றிலும் இல்லாமற் போன பிறகு

* யாப்யம்:—ஒரு ரோகம் சரீரத்திற்கு சீக்கிரத்தில் அபாயத்தையுண்டு பண்ணுமல் அநேக நாள்வரையில் தேஹத்திலேயே நிலைநின்றும் அதனுல் பிராணுபாயம் எளிதல் உண்டாகாதபடிக் காத்தல்.

ஒரு நாள் சாகங்கள் கலந்த உணவை உட்கொள்ளச் செய்யலாம்; 100-க்கு 5 பங்கு சுத்தக்கரியினமும் கொழுப்பும் கலந்த காய்கறிகளை இரண்டு முறை பக்குவம் செய்து உபயோகிக்கவேண்டும். அடுத்த நாள் ப்ரோடீன் முதலிய ஸத்துக்கள் கலந்த உணவுகளைச் சிறிது அதிகப்படுத்தலாம். இதில் இரண்டு விஷயங்கள் முக்கியமாய் கவனிக்கவேண்டியவை; அதாவது:(1) பட்டினியிருந்த ரோகிக்கு உடனே ஆஹாரங்களை அதிகமாகக் கொடுத்துவரக்கூடாது; ப்ரோடீன் கார்போஹைட்ரேட்ஸ் என்னும் ஸத்துக்களடங்கிய ஆஹாரங்களை மிதமாக ஆரம்பத்தில் உபயோகிக்கச் செய்யவேண்டும். (2) பிணியாளி இளைத்துப் போய் பலஹீனமாயிருந்தால் அவனிடம் சென்று அவனை அதிகமாய் தொந்தரவு செய்யக்கூடாது."

இவ்வியாஸம் அச்சிற்குப் போகும்போது வெகு எளிதும் மிகச் சிறந்ததுமான சிகித்ஸையொன்று இவ்வியாதிக்கு அமெரிக்கா தேசத்து வைத்திய நிபுணர்களால் கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருப்பதாய் அறியலானோம். "அமெரிகன் ஜர்னல் ஆப் மெடிகல் ஸயன்ஸ்" என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகையில் இதுவிஷயமாய் குறிப்பிட்டுள்ள நிரூபத்தின் ஸாராம்சம் பின் வருமாறு:— .

"வைத்திய சாஸ்திர ஆராய்ச்சிக்காக ஏற்படுத்தப்பட்டு மிகப் பிரஸித்திபெற்றுள்ள "ராக்பெல்லர் பௌண்டேஷன் பார் மெடிகல் ரிஸெர்ச்" (The Rockfeller Foundation for Medical Research) என்னும் ஸ்தாபனத்தின் அதிகாரிகளால் நீரிழிவு ரோகத்தை நிச்சயமாக முற்றிலும் நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடிய ஒரு முறை கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இந்த சிகித்ஸையில் உபயோகப்படுத்தும் ஔஷதம் பைகார்பனேட் ஆப் ஸோடியம் (bycarbonate of sodium) என்கிற உஷாக்ஷாரமும், சிறிதளவு ஸாதாரண கறியுப்புமேயாம். க்ளீவ் லாண்டிலுள்ள "லேக்ஸைட் ஹாஸ்பிடல்", அதே இடத்திலுள்ள "ஜான் ஹாப்கின்ஸ் ஹாஸ்பிடல்", பால்டிமோரிலுள்ள "ஜான் ஹாப்கின்ஸ் ஹாஸ்பிடல்" இவைகளிலிருந்த இவ்வித வியாதிகொண்ட மனிதர்கள் இவ்வுப்புகளால் ஸ்வஸ்தம் செய்யப்பட்டு இவ்விஷயம் நிச்சயிக்கப்பட்டது. மிகவும் முதிர்ந்துபோன வியாதிகளில் இச்சரக்குகள் சர்மத்திற் குத்தி இரத்தத்திற் செலுத்தப்படுமாயின் பிணியாளி ஸௌக்கியமடைந்து விடுகிறுன்." அஸாத்தியமென்று விடப்பட்ட வியாதிகளும் இதனுல் நிவ்ருத்தியானதாக டாக்டர் H. F. பிக்கர் என்பவர் கூறுகிறுர்.

[குறிப்பு:—இவ்வியாஸத்திற் கூறப்பட்டுள்ள சிலாஜது பஸ்மமுறையைப்பற்றி சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 147-வது பக்கம் பார்க்க. ஸ்வர்ணவங்கம், நாவற்கொட்டையின் சூர்ணம் இவ்விரண்டையும் பற்றி இந்த ஸஞ்சிகையில் "ஔஷதச்சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்" என்னும் பகுதியில் விவரம் காண்க.]

LESSONS ON TEMPERANCE.

REMARKS ON ALCOHOL.

மதுவைப்பற்றிய குறிப்புகள்.

ஆல்கொஹால் என்னும் மத்யஸாரமானது காரமான சுவையும் மணமுமுடையதாய் ஜடிதியில் ஆவியாகப் பறந்துவிடக் கூடிய ஒரு திரவ வஸ்து. சுத்தக்கரி (carbon), ஜலவாயு (hydrogen), பிராணவாயு (oxygen) இவற்றின் சேர்க்கையால் இது உண்டாகிறது. ஸாதாரண ஆல்கொஹால். (அல்லது ஈதைலிக்-Ethylic) ஆசியாதுர்க்கியிலுள்ள பாக்டாட் (Bagdad) என்கிற பட்டணத்தில் அல்புகாஸிஸ் (Albucasis) என்னும் ஒரு இரஸவாதியினுல் கி. பி. 1079-ம் ஆண்டில் முதன்முதற் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அவ்விடத்தில் அப்பொழுது வைத்தியர்களும் இரஸவாதிகளுமாக 800 பெயர்கள் வஸித்து வந்தனர். அந்த இரஸவாதிகளுள் பெரும்பாலையோர் பரி

சவேதி (அல்லது சிந்தாமணி-Philosopher's stone) என்னும் ஓர் அருமையான வஸ்துவைக் கண்டுபிடிக்க வேண்டுமென்னும் கருத்துடன் தமது காலத்தை யெல்லாம் அவ்வித பரிசோதனையைச் செய்வதிலேயே கழித்து வந்தனர்.

அல்புகாஸிஸ் என்பவன், திராக்ஷாஸவத்தை(wine) ஒரு வாலையில் இட்டு ஆவியாக இறக்கும்போது திராவகமேந்தும் கலத்தில் (in the receiver) தீக்ஷண வீர்யமும் காரமுமுள்ள மிகத்தெளிவான ஒருவித திரவத்தைக் கண்டான்; அத்திரவத்தில் ஒரு விழுங்கு உட்கொண்டதும் அது என்றைக்குமுணராத ஓர் மகிழ்ச்சியை யுண்டாக்கி மயங்கச்செய்யவே, நீடித்த நாட்களாக முன்னோரால் வழங்கப்பட்டு வந்த அமுதமே (Elixir of life) தன்னால் கண்டுபிடிக்கப்பட்டதாக அவன் நம்பவேண்டியிருந்தது; இரஸவாதம் செய்வதற்கு இன்றியமையாத வேதைமருந்தென்றும் அதைக் கருதலானான்.

ஆல் கொஹால் என்னும் மத்யஸாரம் தேஹத்தில் பரவும் விதங்களையும், அதனாலுண்டாகக்கூடிய குணாகுணங்களையும்பற்றி டாக்டர் ஜார்ஜ் H. மார்ஷல், M.D. என்பவர் "ஹெல்த் கல்சர்" என்னும் பத்திரிகையில் அடியில் வருமாறு சில விவரங்களைக் குறிப்பிட்டிருக்கிறார்:—

"பிராணிகளுடைய தேஹத்தில் 28 இராத்தலுக்கு ஒரு ட்ராம்விதம் ஆல்கொஹாலைப் பிரயோகித்தால், அதுவே சரீரத்தினுள் நடக்கும் இயற்கைவேலைகளைத் தாக்கி தனது சக்தியைக் காட்டக்கூடியதாயிருக்கிறது; அவ்வளவு ஆல்கொஹாலைக் குடித்த சில கொடிகளிலேயே உதடுகளின் மேலுள்ள மிருது சர்மத்தினுடையவும், முகத்தினுடையவும், தொண்டையினுடையவும் ஈரம் சுஷ்கமாய்விடும்; அவ்வவயவங்கள் அதனதன் வேலையைச் சுறுசுறுப்பாகச்செய்து திருப்தியுடன் உணவுகளை உட்கொள்வதற்கு இந்த ஈரமல்லவோ ஆதாரமாயிருக்கின்றது? ஆல்கொஹாலுக்கு ஜலத்தினிடம் வெகு அதிகமான நாட்டம் (affinity) உண்டு; இது இரைப்பையைச் சேர்ந்தவுடனே அதற்குள்ள வலுவான வேற்றம் (endosmotic action) என்னும் சக்தியினால் அவ்வவயவத்தின் சுவரினுட் புகுந்து $1\frac{1}{2}$ நிமிஷத்திற்குள் ஊறி விடுகிறது; அது இரைப்பையிலேயே சிறிதுநேரம் தங்கியிருந்தால் உணவு ஜீர்ணமாவதற்கு அவசியமான பெப்ஸின் என்னும் ஜரணமலம் கெட்டியாகப்போய்விடுவதுமல்லாமல், இரைப்பையில் நடந்தேறவேண்டிய ஜீர்ண வேலையும் தடைப்பட்டுவிடும்.

ஆல் கொஹால் இரைப்பையின் சுவரினுள் ஊடுருவிச்சென்று, இருதயத்தின் ஸமீபத்தில் காரிரத்தத்துடன் கலந்து அவ்வவயவத்தின் வலது பக்கத்து அறையில் பிரவேசிக்கின்றது; அங்கிருந்து அந்த இரத்தத்தோடு நுரையீரல்களுக்குட்சென்று, அங்கு வெளியிலிருந்து வந்துள்ள ச்வாஸக்காற்றுடன் ஒருமிக்கக்கூடி தஹிக்கப்படும்; அவ்விதம் மாறிய இதன் சில அம்சங்களும், இரத்தத்திலுள்ள சுத்தக்கரி ஜலவாயு முதலிய சில பகுதிகளும் மூச்சுக்காற்றுடன் வெளிப்பட்டுவிட, மிகுந்துள்ள இதன் சில அம்சங்கள் குடலிலிருந்து குதமார்க்கத்தினாலும், கல்லீரலாலும், சர்மத்தினாலும், வ்ருக்கங்களாலும் (kidneys) வெளிப்படுத்தப்படுகின்றன.

ஆல்கொஹாலானது, அதற்கு ஜலத்தினிடமுள்ள பலமான நாட்டத்தினால் இரத்தத்துடன் சேர்ந்து செங்குறுகடங்களில் (red corpuscles) அடங்கியுள்ள பிராணவாயுவை மிகவும் நஷ்டப்படுத்திவிடுகிறது. ஆல்கொஹாலைக் குடித்த மூன்று நிமிஷங்களுக்குள் அது நரம்பு மண்டலங்களின் மத்தியபாகங்களைப் போயடைந்து, இரத்தகுழாய்களை அடக்கியாளும் நரம்புமண்டலத்தை (vasomotor nervous system) உடனே கோளாறடையச்செய்து, தந்துகிகள் (capillaries) என்னும் நுண்ணிய இரத்தக்குழாய்களையும் தளரச் செய்கின்றது; இதனால் இரத்தம் (ஓரிடத்திலும் தங்கி தாதுக்களைப் போஷிக்கவும் அவகாசம் பெறாமல்) வேகமாகவும் எளிதாகவும் ஓடுவதற்கு வழியேற்பட்டு, வழக்கமாயிருப்பதைவிட இன்னும் வேகமாக இருதயத்தை நோக்கிப் பிரவஹிக்கும்; அப்பொழுது இருதயத்தினுள் மேன்மேலும் இரத்தம் வந்து மிதமிஞ்சி விழுந்து, இயற்கைக்கு அதிகமாக அதைப் படபடவெனத் துடிக்கச்செய்கின்றது;-இது வெகு நேர்த்தியான உத்தீபகம்(stimulant) அல்லவா!

ஆல்கொஹால் தசைநார்களின் வன்மையைக் குறைத்துத் தளரச்செய்யும் இயல்புடையதாகையால் இப்பொழுது இதனுபயோகத்தினால் இருதயம் மெலிவடைந்து விடுகிறது; ஏன்? இருதயமும் தசைநார்களாலான அவயவமல்லவா? இது நரம்புமண்டலங்களைக் கோளாறடையச்செய்யுந் தன்மையதாகையால், அதன்

மூலமாக தேஹச்சூட்டையும் சீக்கிரத்தில் வெளிப்படுத்தக்கூடியது; ஆனால் முதலில் தேஹத்தின மேற்புறஞ்சூடாயிருப்பதுபோன்ற ஓர் உணர்ச்சியை உண்டுபண்ணி, பிறகு அதிக அளவாக அதைக் குறைத்துவிடுவதைச் சரியாகக் கவனிக்காமல், இது தேஹத்தில் சூட்டை விருத்தி செய்து உத்ஸாஹத்தைக் கொடுக்கத்தகுந்ததென்று மதி மோசம்போவது வழக்கம். ஆல்கொஹலானது பிராணிகளின் தேஹத்தில் இயற்கைச் சூட்டை இரண்டொரு டிக்ரி அளவாவது குறைந்துவிடாமலிருக்காது; இவ்விஷயத்தை ஒரு உஷ்ணமானியைக் (thermameter) கொண்டு மதுபானம் செய்பவன் அப்போதைக்கப்போது நம்பிக்கையின் பொருட்டு பரீக்ஷித்து அறிந்துகொள்ளலாம்;— ஆகவே இது மிகவும் சிறந்த உத்தீபகவஸ்துவாகவும் தேஹ அனலையுண்டுபண்ணி அதைக் காக்கக்கூடியதாகவும் இருப்பது உண்மையல்லவா!

ஆல்கொஹால் முதலில் மூளைகேடாக ஒருவாறு மனதுக்குக் களிப்பூட்டக் கூடியதுதான்; ஆனால் மனித இந்த்ரியங்களுக்கு அது உண்மையிற் சிறந்த உத்தீபகவஸ்துவாக எந்த சாஸ்திர நிபுணராலும் கருதப்பட்டதுமல்ல, கருதக்கூடியதுமல்ல. இது, இளைத்த அல்லது சிரமப்பட்ட தேஹத்தின் தாதுக்களில் சிதைவுற்ற அம்சங்களைக் கட்டியமைக்கவாவது, ஆதரித்து உத்ஸாஹப்படுத்தவாவது, போஷிக்கவாவது ஏற்றதல்ல; இது மனிதன் மிதமாகச் செலவுசெய்து மகிழ்ச்சியுடன் காலங்கழிப்பதற்கு முற்றிலும் அவசியமில்லாத வஸ்து. சர்க்கரை கொதித்து அதிலிருந்து சாராயம் (alcohol) உண்டாவதற்கு வழி இன்னதென்று நாம் நன்கறிவோம்; ஆனால் சரீரத்தை எவ்விதத்திலேனும் போஷிப்பதற்கு அல்லது உடற்சூட்டை யுண்டுபண்ணி அதைக் காப்பதற்கு அநுகூலமான சர்க்கரையோ அல்லது வேறு போஷணை வஸ்துவோ சாராயத்திலிருந்து மீண்டும் உண்டாவதாக நாம் அறியோம்;—ஆகவே இது திருப்திகரமான உணவுப் பொருளல்லவா!

சாராயமானது குடல் முதலிய உள்ளவயவங்களின் சவ்வுகள் அவற்றின் இயற்கை வேலையை நடத்தி வருவதற்கு இன்றியமையாத திரவப்பொருட்களிலுள்ள ஜலபாகத்தை அவற்றின் தாதுக்களிலிருந்து (tissues) இழுத்து சோஷணம்செய்து, அவ்வவயவங்களை வேலைசெய்ய வலிமையிழந்தவையாகச் செய்துவிடுகின்றது; இது நரம்பு மண்டலங்களைக் கோளாறடையச்செய்து, அதனால் தாதுக்களுக்கும் அவயவங்களுக்கும் ஏற்பட்டுள்ள சம நிறையை அழித்துவிடுகின்றது; எல்லா இந்த்ரியங்களுக்குமே மூளைகேடான ஒருவித விகாரநிலைமையையும் உண்டுபண்ணிவிடுகின்றது; என்னும் இவ்விஷயங்கள் முற்குறிப்பிட்ட விவரங்களால் உங்களுடைய மனதில் இப்பொழுது நன்றாகப் பதிந்திருக்கக்கூடும்.

சாராயம் இருதயத்தையும், கல்லீரலையும், மூளையையும் கொழுக்கச்செய்து காரியத்திலும உருவத்திலும் சீரழியச்செய்கிறது; இதனால் கல்மாந்தமெனனும் கல்லீரல் வீக்கமும் உண்டாகும். குடிகாரர்களில் 100-க்கு 75 பெயர்கள் வ்ருக்கதாபக ரோகத்தினால் (brights' diseas) பீடிக்கப்படவேண்டி நேரிடுகிறதென்றும் தெரியவருகிறது."

ஒரு சரக்கே உத்தீபக குணமுடையதாகவும், அதே ஸமயத்தில் நேராக நரம்புத்தளர்ச்சியையும தசைநார்த் தளர்ச்சியையும உண்டுபண்ணுந் தன்மையதாகவும்இருக்கக்கூடுமானால்இதை தவிரவேறொன்றும் கிடையாது, அவ்விதம் இருக்கக்கூடியதாகவும தோறறவில்லை. சாராயத்தின குணங்கள் இத்தகையனவென்று அறியவில்லையென்றுஒருவன் கூறுவானாயின் அது மன்னிக்கக் கூடாத அடாத வார்த்தையென்றே கருதலாம்; அவன் அவ்விதம் சொல்வது சோம்பேறித்தனமென்றும், அலக்ஷியமான போக்கென்றும், வெறுக்கத்தகுந்த விஷயமென்றும் சாஸ்திர மறிந்த சான்றோர் கருதுவர் என்பதில் ஸந்தேஹமென்ன? குடிப்பவருடைய நிலைமை பரிதாபகரமானதென்றாலும் கருணைபாராட்டத் தகாததென்றே கூறுவோம. பாக்டாட் நகரில் அப்பண்டைக்காலத்தில் இந்த மதுஸாரம் அல்லது சாராயத்தைப்பற்றி அல்புகாஸிஸ் என்பவனும் அவனைச்சேர்ந்தவர்களும் செய்த பரிசோதனைகளையும் அதற்கு அதிகமான பரீக்ஷைகளையும் நானாவிதங்களிலும் நடத்திப் பார்த்த சாஸ்திரஞ்ஞர்கள் அனேகர் இப்போழுது முடிவாகக் கூறுவது என்னவென்றால்— "சாஸ்த்ரீய முறைகளின்படியும் சரித்திரங்களைக்கொண்டும் மதுவானது எவ்வித நற்குணத்தையும் உண்டுபண்ணக் கூடியதல்லவென்று மாத்திரம் சொல்வதற்கில்லை; ஆனால் எதேனும் ரோகத்தில்கூட ஔஷதங்களோடு சேர்க்கக்கூடாத விஷப்பொருளென்றும், மனிதருடைய தேஹத்தைச் சீரழியச் செய்வதோடில்லாமல் அவர்களுடைய ஆத்மாவையும் தோஷத்திற்கு உட்படுத்துகிறதென்றும் தீர்மானிக்கப்படுகிறது" என்பதேயாம்.

BACKACHE.
இடுப்புவலி.

டாக்டர் ஜே. ஜே. பெல், எம். டி. என்பவர் "குட் ஹெல்த்" என்னும் சுகாதாரப் பத்திரிகையில் இவ் விஷயமாக வரைந்து வெளியிட்டுள்ள உபயோககரமான சிறிய வியாஸமொன்றை இங்கு மொழிபெயர்த்து எழுதுகின்றோம்:—

முதுகின் அடிப்புறத்தில் கடிப்ரதேசம் என்னும் ஸ்தானத்தில் நீடித்த காலமாயிருந்துவரும் வலியை, அல்லது ப்ருஷ்ட பாகத்திலுண்டாகும் மந்தமான ஒருவித நோயை இவ்வாறு இடுப்புவலியென்றும், கடிசூலையென்றும் கூறுவது வழக்கம். கடிப்ரதேசத்தில் உண்டாகும் வலியை சிலர் வ்ருக்கங்கள் என்னும் குண்டிக்காய்கள் கோளாறடைந்ததால் ஏற்பட்ட குறியென்று தவறுதலாக நினைப்பதுண்டு. இதனால் ஏற்படும் வேதனையானது பெரும்பாலும் தசைநார்கள் என்னும் தாதுவைப்பற்றி யுண்டாகிறதென்றும், அதுவே கடிசூலை என்று கூறப்படுவதாகவும் சிலர் அறிந்திருக்கலாம்; இதுவே ஆங்கிலத்தில் 'லம்பாகோ' என்றும் கூறப்படுகிறது.

கடிசூலையில் நிமிரும்போதும், குனியும்போதும், நாற்கலிகளிலிருந்து எழுந்திருக்கையிலும், படுக்கையில் ஒரு பக்கத்திலிருந்து மற்றொரு பக்கமாகத் திரும்பும்போதும் இடுப்பிலுள்ள தசைநார்கள் அசைவதால் கத்தரிப்பதுபோன்ற ஒருவிதவலி உண்டாவது வழக்கம். யூரிக் ஆஸிட் என்னும் ஒருவித க்ஷாரமோ, அல்லது அதுபோன்ற வேறொரு விஷப்பொருளோ அத்தாதுக்களில் தங்கிவிடுவதே இவ்வித வலியுண்டாவதற்குக் காரணமாகுமென்று கருதப்படுகிறது. ஈரமும் குளிரும் இதற்கு முக்கியமான வசப்படுத்துங் காரணங்கள் என்றும் தெரியவருகிறது. மாம்ஸம், தேயிலை, காபி முதலிய உணவுப்பொருட்கள் யூரிக் ஆஸிட் என்னும் க்ஷாரத்தை அதிகமாக உற்பத்தி செய்யக்கூடியவை யாதலால், இவ்வியாதிக்கு அவையும் பிரதான நிதானங்களாயிருக்கின்றன. இந்த ரோகம் விசேஷமாக வாலிபருக்கும், ஈரமும் குளிரும் தேஹத்தைத் தாக்கும்படி அஜாக்கிரதையா யிருப்பவருக்கும் எளிதில் ஸம்பவிக்கும்.

கடிசூலையின் ஆரம்பத்திலும், அதிக தீவ்ரமான நிலைமையிலும் வெகு உஷ்ணமாக ஒற்றடம் கொடுத்துக்கொண்டு, பிணியாளி ஓரிடத்தில் அமைதியாகப் படுத்துக்கொண்டிருப்பது நலம். மின்சார ஒளி, உஷ்ணமான ஆவி முதலியவற்றையும் இடுப்பின்மேல் முற்கூறிய ஒற்றடத்தோடு உபயோகிப்பதும் உத்தமமாம். வியாதி மிகவும் முதிர்ந்திருந்தால், வலியுள்ள இடத்தை நன்கு பலமாக மர்த்தநம் செய்வதும், சூடுள்ளதும் குளிர்ந்ததுமான திரவபதார்த்தங்களைக் கொண்டு மாற்றிமாற்றி தாரா சிகித்ஸையை (தாராகல்பம்)* பிரயோகிப்பதும் மிக்க குணாந்தரத்தக்க சிகித்ஸையாகும். சூடுண்டாகக்கூடிய தலையணையை இடுப்புக்கு அடியிலோ அல்லது அதற்கு இருபுறங்களிலுமோ வைத்துக்கொண்டு இரவில் படுத்துறங்குவதாலும் உபயோகமுண்டு. சிலருக்கு அடிக்கடியும் மின்சாரவிசையை நோயுள்ள அவயவத்தில் பிரயோகிப்பதாலும் குணமுண்டாவதுண்டு. இவ்வியாதியினால் வருந்துபவர், இதற்குக் காரணமான முற்கூறிய உணவுவகைகளை விலக்கவேண்டியதுமல்லாமல் குளிரும் ஈரமும் தாக்காதபடி உடம்பை வேண்டியவளவு கதகதப்பாய் வைத்துக்கொண்டிருப்பதிலும் கவனம் செலுத்துவது அவசியம். குடிப்பதற்கு ஜலம் வேண்டியிருந்தால், நிர்மலமும் இலகுவாயுமுள்ள ஜலத்தை† வேண்டியவளவு தாராளமாய் உபயோகிக்கலாம். இப்பிணியினால் துன்பப்படுபவருக்கு நன்றாக வெயிற்காயக்கூடியதும் ஆகவே உஷ்ணமான நிலைமையைப் பெற்றதுமான பூப்ரதேசம் வாஸத்திற்கு ஏற்றதாகும்.

நாபிக்குக்கீழுள்ள உட்புறக் குடல்களிலும், முக்கியமாக ஜனனேந்த்ரியங்களிலும் உண்டாகும் அழுக்கத்தினால் அல்லது அவயவத்திரட்சியினால் பெரும்பாலும் மற்றொரு வகையான இடுப்புவலி ஸம்பவிப்பதுண்டு. நாபிக்குக்கீழ் வயிற்றிலடங்கிய அவயவங்கள் பலஹீனமாயிருக்கையில், மிதமிஞ்சி அவை வேலை செய்ய நேரிடுவதாலும், கை கால்கள் குளிர்ந்துபோவதாலும், வயிற்றிலுள்ள அவ்வவயவங்கள் சிறிது இடம் மாறுவதாலும் இவ்வித வலி ஏற்படக்கூடும். சில ஸமயம் சரீரத்தில் பொதுப்பட பலஹீனமுண்டானாலும் இடுப்புநோய் ஏற்படுவது வழக்கம். இவ்விதமான

* தாராகல்பத்தைப்பற்றி வைத்தியகலாநிதியின் இரண்டாவது வருஷத்திய 6,8,9,10-வது ஸஞ்சிகைகளில் வெளியாயுள்ள விரிவான வியாஸத்தைப் படித்தால் விவரம் தெரியவரும்.

† இலகுஜலம்—என்றால் பலவிதமான உப்புவகைகள் கரைந்திராத ஜலம்; இது ஆங்கிலத்தில் soft water எனப்படும். உப்புவகைகள் கரைந்துள்ளது குருஜலம் (hard water) எனப்படும். முறையே மிருதுஜலம் கடினஜலம் என்றும் சொல்லலாம்.

நோய்களை ஸாதாரணமாய் அநேகர் ஸஹித்துக்கொண்டு, வைத்தியர்களிடம் வந்து சொல்லாமலே அஜாக்கிரதையாயிருந்து விடுவதுண்டு. அப்படிப்பட்டவர், சிலநாட்கள் சென்றபிறகு இவ்வலி முதிர்ந்து ஸஹிக்க முடியாத துன்பந்தருவதாக மாறி விடும்போது தமக்கும் வைத்தியர்களுக்கும் மிகக் கஷ்ட முண்டுபண்ணுபவராய் விடுகின்றனர். ஆகவே இடுப்புவலி யுண்டானதற்குக் காரணங்களை நன்கு அறிந்துகொண்டு, அதற்குத் தகுந்த பரிஹாரங்களைச் செய்துகொள்வதற்காகக் கூடுமான சீக்கிரத்தில் நல்ல யோக்யதையுள்ள வைத்தியரிடம் செல்வது அவசியமாம்.

சூடுள்ள திரவபதார்த்தங்களால் தாராஸ்நானம் செய்விப்பதும், உஷ்ணமான ஜலத்தில் பாதங்களை வைத்திருக்கச் செய்வதும், முதுகின் நடுவில் உஷ்ணமாக ஒற்றடமிடுவதும், வியாதிக்குக் காரணமான உணவுகளென்ன காரியங்களென்ன இவற்றைப் பரிஹரிப்பதும் இடுப்பு வலியைப் போக்கி மேலான ஸௌக்கியத்தைக் கொடுக்கக்கூடிய உபாயங்களாம; ஆனால் இவ்வாறு சில நாட்கள் தொடர்ந்து சிகித்ஸை செய்துவந்தால் நற்குணமுண்டாகுமேயன்றி, இரண்டொரு நாட்கள் செய்து விட்டுவிட்டால் குறிப்பிடக்கூடியவாறு குணம்தெரிவது அரிது.

FIRST AID IN ACCIDENTS.
அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

உடற்கூறுபாட்டையும் க்ரியைகளையும் பற்றிய ஸங்கிரஹ பாடம்,

போதனுமுறை.—இவ்விஷயங்களைக் கற்பிப்பவர், இவற்றைக் கற்றுக் கொள்பவருக்கு இதனடியில் போதுமானவளவு சுருக்கமாகக் கூறப்படும் உடற்கூறுபாடுகளென்ன [1], சாரீரக்ரியைகளென்ன [2] இவற்றைப்பற்றிய விஷயங்களை விவரமாக அவசியமான திருஷ்டாந்தங்களைக்கொண்டு விளங்கச் செய்து, அம்மாணாக்கர்கள் அபாயமுண்டவருக்கு உடனே தமது அநுபவ பூர்வகமான அறிவை உபயோகித்து உதவும் வண்ணம் போதிக்க வேண்டும். பிரதானமான ஒவ்வொரு பெரிய தமனியும் [3], ஒவ்வொரு பெரிய ஸிரையும் [4] எவ்வெவ்விடங்களில் எவ்வெவ்வாறு அமைந்திருக்கின்றன வென்பதும், அபிகாதங்களால் அவை அறுபடும்போது அவற்றில் எவ்வாறு கவனம் செலுத்தவேண்டுமென்பதும் அவர்களுக்கு முக்கியமாய் விளங்கக் கற்பிக்கப்படவேண்டிய விஷயங்களாம்.

மானிட உடற்கட்டடம்.—(1) கங்காளமும்[1] அவற்றின் பூட்டுகளும்; (2) பேசிகள் [2]; (3) இருதயமும் இரத்தக் குழாய்களும்; (4) புப்புஸங்களும் [3] ச்வாஸ மார்க்கங்களும்; (5) மூளையும் நரம்புமண்டலங்களும ; (6) குடல்களும் ஜீர்ணத்தொழிலுக்கு உதவிசெய்யும் மற்ற உறுப்புகளும்; (7) சர்மம்.

கங்காளம்.

"கங்காளம்" என்னும் எலும்புக் கோவையில் அநேகம் எலும்புகள் சேர்ந்திருக்கின்றன. அவற்றுள் சில எலும்புகள் நீளமாகவும், சில குட்டையாகவும், சில

1. உடற்கூறுபாடு—அல்லது உடலமைப்பு என்றும் சொல்லலாம்; இதற்கு ஆங்கிலத்தில் அநாடமி (Anatomy) என்று பெயர்.

2. சாரீரக்ரியை—அல்லது உடற்றொழில்; இது ஆங்கிலத்தில் பிஸியாலஜி (Physiology) என்று வழங்கப்படும்.

3. தமனி—செவ்விரத்தக் குழாய்; ஆர்டரி(Artery).

4. ஸிரை—காரிரத்தக்குழாய்; வைன் (Vine)

1. கங்காளம்—எலும்புக் கோவை; இது ஸ்கெலிடன் அல்லது போனீ ப்ரேம் ஒர்க் (Skeleton or bony framework) என்று ஆங்கிலத்தில் வழங்கப்படும்.

2. பேசிகள்—தசைநார்கள்; மஸல்ஸ் (Muscles)

3. புப்புஸங்கள்—நுரையீரல்கள் அல்லது ச்வாஸாசயங்கள்; இவற்றிற்கு லங்ஸ் (Lungs) என்று ஆங்கிலத்தில் பெயர்.

ஒழுங்கீனமாகவும், சில தட்டையாகவும் இருக்கும்.[1] எலும்புகள் ஒன்றோடொன்று சேர்ந்திருக்கும் பாகமான பூட்டுகளில் அவை தாராளமாகவோ குறைவாகவோ அசைவதற்கு ஏற்றவாறு ஸ்நாயு [2] என்னும் நார்களால் அவை வெகு பலமாகக் கட்டப்பட்டிருக்கின்றன. எலும்புகள் உடலுக்கு ஸஹஜமாயேற்பட்டுள்ள ஓர் உருவ அமைப்பை அந்தந்த பாகத்திற்குப் பொருத்தமான விகிதப்படி அங்கங்களின் ஆக்ருதி பேதங்களையும் உண்டுபண்ணி, பேசிகள் கட்டுண்டிருப்பதற்கு அஸ்திவாரமாகவும் இருக்கின்றன; பேசிகள் ஒரு நிலைமையிலிருந்து மற்றொரு நிலைமைக்கு மாறி அசைவதற்கு அநுகூலமாக இவ்வெலும்புகள் அவற்றிற்கு ஆதாரமான நெம்பு மரங்களாகவும் [3] அமைந்திருக்கின்றன. அவை, உடலின் முக்கியமான உறுப்புகளை அடக்கிக் காப்பதற்கேற்ற அறைகளையும் [4] அமைக்கின்றன. எலும்புகளை அஸ்திகள் என்றும் வழங்குவோம்.

கரோடி.[5]—சிரஸ்ஸினுடையவும் முகத்தினுடையவும் எலும்புகளின் ஸமுதாயம் "கரோடி" என்று வழங்கப்படும். இவற்றுள் மிகவும் முக்கியமான எலும்புகளாவன:—

சிரக்கபாலம்.—[6] தலையில் ஒன்றோடொன்று கூடியிருக்கிற எட்டு கபால எலும்புகளுக்கு சிரக்க பாலம் என்று பெயர். இவ்வெட்டு எலும்புகளும் சேர்ந்து மூளையைக் காப்பதற்கேற்ற கெட்டியான பெட்டி போன்ற ஓர் எலும்பறையை அமைக்கின்றன. இவற்றுள் முன்புறத்திலுள்ளது லலாடாஸ்த்தி [1] என்றும், தலையின் பின்புறத்திலுள்ளது பிற்கபாலம் [2] என்றும், இரு பக்கங்களிலுமுள்ளவை இரண்டு சங்காஸ்த்திகள் [3] என்றும், ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் இவ்விரண்டுக்கும் மேலே தலையின் இரு பாரிசங்களின் சில பாகங்களையும் உச்சியையும் கவர்ந்திருக்கிற இரண்டு எலும்புகள் பார்ச்வகபாலங்கள் [4] என்றும், அடிப்புறத்தில் அமைந்துள்ள இரண்டெலும்புகளுள் சிறிது முன்னிருப்பதற்கு ஜர்ஜராஸ்த்தி [5] என்றும், அதன் பின்னுள்ள எலும்புக்கு ஜதுகாஸ்த்தி [6] என்றும் பெயர்கள் வழங்கப்படும்.

பிற்கபாலமென்னும் பிடரெலும்பானது முள்ளந்தண்டின் [7] மேல் நுனியில் பொருந்தச் செய்யப்பட்டிருக்கிறது; அவ்வாறு பொருந்துமிடத்தில் இக்கபால வெலும்பில் ஒரு த்வாரமுண்டு; இந்த த்வாரத்தின் மூலமாக மூளையிலிருந்து ஸுஷும்நா காண்டம் [8] என்னும் மூளைக்கொடி வெளிவந்து முள்ளந்

1. நீண்ட எலும்புகள் தீர்க்காஸ்த்திகள் என்றும், குட்டையாயிருப்பவை ஹ்ரஸ்வாஸ்த்திகள் என்றும், ஒழுங்கீனமாயிருப்பவை விஷமாஸ்த்திகள் என்றும், தட்டையாயிருப்பவை கபாலாஸ்த்திகள் அல்லது பலகாஸ்த்திகள் என்றும் விவஹரிக்கப்படும்.

2. ஸ்நாயு அல்லது எலும்புகளை யிணைத்துக்கட்டும் நார்; இது ஆங்கிலத்தில் லிகமெண்ட் (Ligament) என்று கூறப்படும்.

3. நெம்புமரம்—லிவெர் (lever).

4. அறைகள் அல்லது குழிகள்; இவற்றிற்கு ஆங்கிலத்தில் காவிடி (Cavity) என்று பெயர்.

5. கரோடி; இதற்கு ஆங்கிலத்தில் ஸ்கல் (Skull) என்று பெயர்.

6. சிரக்கபாலம், அல்லது தலையெலும்பு; இதற்கு க்ரேணியம் (Cranium) என்று ஆங்கிலப் பெயர்.

1. லலாடாஸ்த்தி அல்லது நெற்றி யெலும்பு; ஆங்கிலத்தில் ப்ரண்டல்போன் (Frontal bone) எனப்படும்.

2. பிற்கபாலம் அல்லது பிடரெலும்பு; ஆக்ஸிபிடல் போன் (Oceipital bone).

3. சங்காஸ்த்தி அல்லது கன்ன வெலும்பு; டெம்பரல் போன் (Temporal bone).

4. பார்ச்வகபாலங்கள் அல்லது தலையின் பக்கவெலும்புகள்; பெரைடல் போன்ஸ் (Parietal bones).

5. ஜர்ஜராஸ்த்தி; எத்மாய்ட்போன் (Ethmoid bone).

6. ஜதுகாஸ்த்தி; ஸ்பீனாய்ட்போன் (Sphenoid bone).

7. முள்ளந்தண்டு அல்லது வம்சாஸ்த்தி; ஸ்பைனல் காலம் (Spinal Column).

8. ஸுஷும்நாகாண்டம்; ஸ்பைனல் கார்ட் (Spinal cord).

தண்டுக்குள் பிரவேசிக்கின்றது. இந்த த்வாரத்திற்கு அடுத்த மேற்புறத்தில் பச்சிமார்புதம் [1] என்று சொல்லக்கூடிய ஒரு பிதுக்கம் காணப்படும்.

கண்களுக்கு எலும்புக் கவசம்.—லலாடாஸ்த்தியின் ஒரு பாகமும், ஜதுகாஸ்த்தியின் ஒரு பகுதியும், முக வெலும்புகளின் சில பாகங்களும் சேர்ந்து கண்கள் அபாயமில்லாமல் தங்கியிருப்பதற்கு அநுகூலமான குழிகளை அமைத்திருக்கின்றன.

ச்ரோத்ரேந்த்ரியக் கவசம்.—சங்காஸ்த்திகளுக்குள் ச்ரோத்ரேந்த்ரியங்கள் என்னும் செவிப்புலன்கள் அடங்கி மிகவும் கெட்டியான எலும்புக் குழாயால் காக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

முகவெலும்புகள்.—அநேகம் சிறிய விஷமாஸ்த்திகளால் முகத்தின் [2] உருவம் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது; முகத்திலுள்ள மாம்ஸ பேசிகள் இவ்வெலும்புகளில் கட்டப்பட்டிருக்கின்றன. ஹநுவஸ்தியைத்[3] தவிர்த்து மற்ற எல்லா முக எலும்புகளும் நெகிழ்ந்தசைய முடியாமல் சிரக்கபாலங்களைப்போலவே கெட்டியாக ஒன்றொடொன்று இணைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. ஹநுவஸ்த்தியின் மேல்ஓரத்தில் நெடுக பதினாறு பற்கள் வரிசையாக அமைந்திருக்கின்றன; இப்பற்கள் மேல்வாயெலும்புகளின்[4] கீழ்ஓரங்களில் முளைத்துள்ள அதே விதமான பதினாறு பற்களோடு ஸந்திக்கின்றன.

உடலெலும்புகள்.—வம்சாஸ்த்தி அல்லது முள்ளந்தண்டும், பர்சுகாஸ்த்திகளும், [1] மார்பெலும்பும், கூபகாஸ்த்திகளும [2] ஒருமிக்க உடலெலும்புகள் [3] எனப்படுகின்றன.

முள்ளந்தண்டு.—முதுகின் மத்தியிலுள்ள வம்சாஸ்த்தி யெனப்படும் இம்முள்ளந்தண்டானது, உடல் பலவேறு நிலைமையில் உழன்று அசைவதற்கு ஏற்ற வண்ணம் உருவத்தில் ஒருவாறு ஒற்றுமையுள்ள இருபத்தினாலு விஷமாஸ்த்திகளை ஒன்றுமேலொன்றாக வைத்து இணைக்கப்பட்டிருக்கிறது; அவ்விருபத்தினாலு எலும்புகளுள் ஒவ்வொரு தனி எலும்புக்கும் கசேருகம் [4] எனப் பெயர். இவ்வெலும்புகளில் ஒவ்வொன்றின் மத்தியிலும் நெடுக த்வாரமொன்றுண்டு; இவ்வஸ்த்தி வரிசைகளின் இடையில் அந்த த்வாரம் ஒரு வாய்க்காலைப்போல் காணப்படும்; அதற்கு ஸுஷும்நாத்வாரம் [5] என்று பெயர். இந்த த்வாரத்தினூடே ஸுஷும்நாகாண்டம் என்னும் மூளைக்கொடி கீழ்நோக்கி ஓடுகின்றது. இவற்றுள் மேலே இருக்கிற ஏழு கசேருகாஸ்த்திகளுக்கும் கழுத்தெலும்புகள் [6] என்று பெயர்; இவற்றிற்கு அடுத்துள்ள பன்னிரண்டு கசேருகங்கள் முதுகெலும்புகள் [7] என்று கூறப்படும்; கடைசியிலுள்ள

1. பச்சிமார்புதம் அல்லது பின்பிதுக்கம்; ஆக்ஸிபிடல் ப்ரோட்யூபரென்ஸ் (Occipital protubaranec).

2. முகம் என்பதால் முகவாய்க்கட்டை முதல், நெற்றிக்குக் கீழுள்ள மூக்கு, வாய் முதலிய அவயவங்கள் யாவும் கிரஹிக்கப்படுகின்றன.

3. ஹநுவஸ்த்தி அல்லது முகவாய்க்கட்டையெலும்பு; லோயர்ஜா அல்லது இன்பீரியர் மாக்ஸில்லா (Lower jaw or inferior maxilloe).

4. மேல்வாயெலும்புகள்; அப்பர் ஜாபோன்ஸ் அல்லது ஸுபீரியர் மாக்ஸில்லா (Upper jaw bones or superior maxilloe).

1. பர்சுகாஸ்த்திகள்—விலா வெலும்புகள் அல்லது பழு வெலும்புகள்; ரிப்ஸ் (Ribs).

2. கூபகாஸ்த்திகள் அல்லது ச்ரோண்யஸ்த்திகள்; பெல்விக் போன்ஸ் (Pelvic bones).

3. உடலெலும்புகள்; போன்ஸ் ஆப் தி ட்ரங்க் (Bones of the trunk).

4. கசேருகம் அல்லது முள்ளெலும்பு; வெர்டிப்ரா (Vertebrae).

5. ஸுஷும்நாத்வாரம் அல்லது மூளைக்கொடி நுழைந்தோடும் த்வாரம்; ஸ்பைனல் கெனல் (Spinal canal).

6. கழுத்தெலும்புகள்; ஸெர்வைகல் வெர்டிப்ரா (Cervical vertebrae).

7. முதுகெலும்புகள் அல்லது ப்ருஷ்ட்ட கசேருகங்கள்; டார்ஸல் வெர்டிப்ரா (Dorsal vertebrae).

ஐந்து கசேருகங்களும் இடுப்பெலும்புகள் [1] எனப்படும். இவற்றிற்குக் கீழே த்ரிகாஸ்த்தி [2] என்னும் எலும்பும், அதற்கடியில் அநுத்ரிகாஸ்த்தி [3] என்னும் எலும்பும் இணைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. முள்ளந்தண்டின் அடியில் அதைச் சேர்ந்தாற்போலுள்ள இவ்விரு எலும்புகளும் கூபகத்தின் பின்புற பித்தியாக அமைந்திருக்கின்றன; த்ரிகாஸ்த்தியானது ச்ரோண்யஸ்த்திகளோடு கூடி கூபகத்தை அமைக்க உபயோகப்படுகிறது.

பர்சுகாஸ்த்திகளும் மார்பெலும்பும்.—மார்புக்கு இரண்டு பாரிசங்களிலும் முள்ளந்தண்டிலிருந்து ஆரம்பித்து ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் பன்னிரண்டு பழுவெலும்புகள் வீதம் வளைந்து சரீரத்தின் முன்புறத்தில் வந்து முடிகின்றன. பர்சுகாஸ்த்திகள் நெடுக முற்றிலும் எலும்புகளாயில்லாமல் சில பாகம் எலும்பாகவும் முனையில் முருந்துகளாவும் [4] பரிணமித்து முடிவடைகின்றன. மேலே யுள்ள ஏழு எலும்புகளும் முக்கிய பர்சுகங்கள் [5] என்று கூறப்படும்; அவற்றின் முனையில் ஆரம்பித்துள்ள முருந்துகள் மார்பெலும்புடன் சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றன. அடியிலுள்ள மற்ற ஐந்து எலும்புகளின் முனை முருந்துகள் மார்பெலும்புடன் சேராமல் கீழ்ப் பர்சுகம் மேற்பர்சுகத்துடன் முறையே ஒட்டிக்கொண்டிருப்பதால் இவை போலிப் பர்சுகங்கள் [6] என்று கூறப்படுகின்றன. பதினொன்றாவதும் பன்னிரண்டாவதும் முன் புறத்தில் எந்த எலும்போடும் சேராமல் தொங்கிக்கொண்டிருப்பதால் அவ்விரண்டும் மிதக்கும் பர்சுகங்கள் [1] எனப்படுகின்றன. மார்பின் முன் புறத்தில் குந்துவாளைப்போல் மார் பெலும்பு பர்சுகாஸ்த்திகளின் இடையில் அவற்றுடன் முருந்துகளால் பிணைக்கப்பட்டிருக்கின்றது. இவ்வெலும்புக் கூட்டினுலான பெரியதோர் குழியானது மார்பறை [2] என்று வழங்கப்படும். இவ்வறையினுள் இருதயம், புப்புஸங்கள், அன்னவாஹி [3], பெரிய இரத்தக்குழாய்கள் என்னும் இவை அடங்கியிருக்கின்றன. அடியிலுள்ள பர்சுகாஸ்த்திகளால் இரைப்பை, ப்லீஹம் அல்லது மண்ணீரல் முதலிய உறுப்புகளும் காக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

கூபகாஸ்த்திகள்.—பின் புறத்தில் த்ரிகாஸ்த்தியும், இரண்டு பாரிசங்களிலும் தனித்தனியே ஒவ்வொரு ச்ரோண்யஸ்த்தி யென்னும் கூபகாஸ்த்தியும் ஒன்றுக்கொன்று கெட்டியாகச் சேர்ந்து ஒரு சட்டியைப் போல் அமைகின்றன; ஒழுங்கீனமாகவும், சிறிது வளைவாகவுமுள்ள உருவத்தைப் பெற்றிருப்பதால் இம்மூன்று கபலாஸ்த்திகளும் சேர்ந்து இவ்விதம் சட்டியைப்போன்ற உருவத்தை அடைகின்றன. இவ்வுருவமுள்ள அவயவமே கூபகம் [4] எனப்படுகின்றது. இந்த கூபகம் வஸ்தி, [5] குதம், [6] பல பெரிய இரத்தக் குழாய்கள் முதலியவற்றை அடக்கிக்காப்பாற்றக் கூடிய ஒரு குழி யென்றும் கூறலாம்.

---

1. இடுப்பெலும்புகள் அல்லது கடிகசேருகங்கள். லம்பார் வெர்ட்டிப்ரா (Lumbar vertebrae).
2. த்ரிகாஸ்த்தி ; ஸேக்ரம் (Sacrum).
3. அநுத்ரிகாஸ்த்தி அல்லது புச்சவெலும்பு ; காக்ஸிக்ஸ் (Coccyx).
4. முருந்து அல்லது தருணாஸ்த்தி ; கார்டிலேஜ் (Cartilage).
5. முக்கிய பர்சுகங்கள் ; ட்ரூ ரிப்ஸ் (True ribs).
6. போலிப்பர்சுகங்கள் ; பால்ஸ் ரிப்ஸ் (False ribs).

1. மிதக்கும் பர்சுகங்கள்; ப்ளோடிங் ரிப்ஸ் (Floating ribs).
2. மார்பறை அல்லது நெஞ்சறை ; தோராக்ஸ் (Thorax).
3. அன்னவாஹி அல்லது உணவு உட்செல்லுவதற்கான குழாய் ; ஈஸாபகஸ் (Oesophagus).
4. கூபகம்—ச்ரோணி யென்றும் சொல்லலாம் ; பெல்விஸ் (Pelvis).
5. வஸ்தி—மூத்திரப்பை யென்றும் கூறலாம் ; ப்ளாடர் (bladder).
6. குதம்—மலாசயமென்றும் கூறலாய் ; ரெக்டம் (rectum).

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

காட்டாமணக்கு.

திருப்பாப்புலியூரிலிருந்து மிஸ்டர் C. D. ஸ்வாமி என்னும் வைத்தியர் எமக்கு இவ்வாறு எழுதுகிறார்:—

“காட்டாமணக்கு என்னும் செடி ஸாதாரணமாய் இந்த ப்ரதேசங்களில் முள்வேலிகளைச் சுற்றிலும், கரம்புநிலங்களிலும் முளைத்துப் பயிராயிருப்பதைக் காணலாம். இதன் விசேஷகுணங்கள் சோதனைசெய்யச் செய்ய இவ்விதமென்று நன்கு விளங்குகின்றன.

இது இரண்டுவகைப்படும். அவற்றுள் ஒன்று வெண் காட்டாமணக்கு, மற்றொன்று கருங்காட்டாமணக்கு. முற்கூறியது முள்வேலிகளிருக்குமிடங்களில் காணக்கூடியது; மற்றது ஸாதாரணமாய் எங்கும் அகப்படத் தகுந்தது. இதன் விதையிலிருந்து ஒருவித தைலம் இறக்கப்படுவதுண்டு. இத்தைலம் வாதரோகங்களில் உபயோகிக்கத் தகுந்தது. இதன் இலை கரப்பான், பலவிதமான சிரங்குகள், வெட்டுக்காயம் முதலியவற்றில் உபயோகிக்கக்கூடியது. இதன் பால், கத்தி, கண்ணாடித்துண்டு முதலியவை தாக்குவதால் ஸம்பவிக்கும் காயங்களில் மிகவும் பிரயோஜனகரமானது; இதன் பாலை நன்றாகக் குழைத்து வெண்ணெயைப்போல் வரும் ஸமயத்தில் ரணங்களில் தடவினால் அல்லது உட்செலுத்தினால் அவை சீக்கிரத்தில் ஆறிவிடும். இது என்னுடைய அநுபவத்தினால் அறியப்பட்ட விஷயமாகும்.”

வெள்ளுள்ளி ரணங்களைப்போக்கும்.

இடித்துப் பிழிந்த வெள்ளுள்ளியின் சாறு ஒரு பங்கும், ஆவிநீர் நான்கு பங்கும் கலந்து ஒரு திரவம் (lotion) தயார் செய்யவும். சீழ்ப்பிடித்துக்கொண்டிருந்த விரணங்களின்மேல் தினத்திற்கு இரண்டு முறையாக உபயோகித்ததில் இருபத்தினாலு மணி நேரத்திற்குள் குறிப்பிடத் தகுந்தவாறு அந்த ரணம் ஆறிவந்தது. பிறகு நாற்பத்தினாலுமணி நேரத்தில்மிகவும் திருப்திகரமான குணம் உண்டாய் அதனால் எற்பட்ட விகாரங்கள் முற்றிலும் நிவ்ருத்தியாய் விட்டன. வெள்ளுள்ளியின் சாற்றில் நூற்றுக்கு ஒன்று அல்லது இரண்டுபங்கு ஆல்கொஹால் என்னும் மத்யத்தைச் சேர்த்துவைத்தால் ஒன்று அல்லது ஒன்றரைமாதம் வரையில் அதைக் கெட்டுப்போகாமலிருக்கச் செய்யலாம். இவ்வாறு டாக்டர் ஸெறெல்குக் என்பவரும் மிஸ்டர் வி. காப்ரில் என்பவரும் இதையுபயோகித்து இச் சரக்குக்குள்ள விசேஷமான ஔஷதத்தன்மையைக் கண்டறிந்தனர்.—Chemist and Druggist.

பெருந் துத்தி.

இது சுமார் இரண்டுமூன்று அடி உயரமுள்ள ஒருவித சிறிய செடி; இந்தியாவில் அநேகம் பிரதேசங்களில் கரம்பு நிலங்களில் வெகு ஸாதாரணமாய் இச் செடி பயிராகிறது. இதன் புஷ்பங்கள் மஞ்சள் நிறமாகவும் அந்திநேரத்தில் மலருமியல்புடையவையாகவும் இருக்கும்.

இதன் இலைகளில் சாறு விசேஷமாய் அடங்கியிருப்பதால் அவ்விலைகள் மிகவும் ஸ்நிக்த்த குணத்தையுண்டுபண்ணக் கூடியவைகளாயிருக்கின்றன. இந்த இலைகளின் கஷாயத்தை கபம் முதலியதை இளகச்செய்வதற்கான மருந்தாக உபயோகிப்பது வழக்கம். இதன் வேரைக் கஷாயமிட்டு ஜ்வரங்களில் தாபத்தைத் தணியச்செய்து குளிர்ச்சிதரும் ஔஷதமாக உபயோகிக்கலாம். இதன் பட்டை மூத்திர விரேசகுணமுடையதென்று அறியப்படுகிறது. இதன் விதைகளும் கபம் முதலியதை இளகச்செய்யக் கூடியவைகளாயிருப்பதால், அவை இருமல்களை ஸ்வஸ்தம் செய்வதற்கு ஏற்ற ஔஷதமாகக் கொடுக்கப்படுவதுண்டு.

காடி.

இதைப்பற்றி மிஸ்டர் B. ஸந்தாநம் என்கிற வைத்தியர் எமக்கு அடியில் வருமாறு எழுதுகிறார்:—

“காடி என்பது வர்ணமற்றதும், புளித்த சுவையுள்ளதாகவும் ஒருவித விசேஷமான வாஸனையுடையதாகவும் இருக்கும் ஒருவித திரவவஸ்து; இது கள்ளிலிருந்தாவது வொயின் என்னும் சாராயத்திலிருந்தாவது, மற்றும் அவ்வித வேறு சில பதார்த்தங்களிலிருந்தாவது தயார் செய்யப்படுகிறது.

இது குளிர்ச்சியும் சமசகாரியும் இருமிஹரமுமான குணங்களையுடையது. நாற்பது அவுன்ஸ் ஜலத்தில் ஒன்று அல்லது இரண்டு அவுன்ஸ் காடியைச் சேர்த்து

இனிப்புக்காக சிறிது சர்க்கரையையும் கலந்து ஜ்வரங்களில் தாபத்தைக் குறைப்பதற்கு ஏற்ற குளிர்ச்சிதரும் குடிநீராக உபயோகிக்கலாம். ஸாதாரணமான ஜ்வரங்களில் சர்மம் மிகவும் உஷ்ணமாயிருக்கையில் ஒன்றுக்கு இரண்டுபங்கு ஜலத்தில் விளாவிய காடியில் பஞ்சு முதலியதை நனைத்து உடம்பைத் துடைத்து வருவது நற்குணந்தரக்கூடியது. 'அக்னிவ்ரணம், கொதிநீர் விழுந்துண்டான வ்ரணம், ஆரம்பதசையிலுள்ள ஸ்தநவித்ரதி, தோல் வழுண்டுபோதல் முதலியவற்றிற்கு மேலே உபயோகிப்பதற்கு ஏற்ற ஔஷதமாகவும் இருக்கிறது. க்ஷாரவகைகள் ஸம்பந்தமான விஷக்கோளாறுகளில் இது மிகவும் உபயோககரமான வஸ்து. மயக்கம் முதலிய விகாரங்களை யுண்டுபண்ணும் விஷங்களில் எதாவது இரைப்பையில் சென்றவுடனே, ஏதேனும் வமநவஸ்துக்களால் இரைப்பையைக் கழுவியபிறகு காடியை உட்கொள்ளக் கொடுப்பது நலம்."

நாயுருவி.

இந்தியாவெங்கும் இச்செடி காணக்கூடியது; மாரிகாலத்திலும் குளிர்காலத்திலும் அதிகமாகவும் சில ஸமயங்களில் எக்காலத்திலுமே பயிராய் வளர்வதும் வழக்கம்.

இந்த மூலிகை ஸமூலத்திற்குமே ஸங்கோசநம் க்ராஹி அல்லது ஸ்தம்பநம் (astringent) என்கிற குணமும், மூத்திரரேசகம் என்னும் தன்மையும் ஸாதாரணமாயுண்டு. மூத்திர ரேசகம் (diuretic) என்கிற செய்கையை நிறைவேற்றுவதன்பொருட்டு, புதிதாகக்கொண்டுவந்த செடியில் இரண்டு பலம் அளவு எடுத்து சுமார் ஒருபடி ஜலத்தில் போட்டுக் காய்ச்சி முக்காற்படியாக வற்றவைக்கவும். பிறகு அதை வடிக்கட்டி ஒருமுறைக்கு இரண்டுபலம் அளவாக மூத்திரம் நன்கு இறங்கும்வரையில் அடிக்கடியும் உட்கொள்ளக் கொடுத்துவரவேண்டும். இது வ்ருக்கங்களை (kidneys) மெதுவாகத் தூண்டி மூத்திரத்தைச் சுரக்கச்செய்யுந் தன்மையுடையது; ஆகவே இதை ஸாதாரணமாய் நீர்க்கோவையில் (dropsy) உபயோகிப்பது வழக்கம். இந்த மூலிகையைக் கொளுத்தியெடுக்கப்படும் சாம்பரை ஏதேனும் கஞ்சியினங்களில் சேர்த்து மூத்திரரேசகமாக உபயோகிப்பதுமுண்டு. இதன் இலைகளையாவது புஷ்பங்களையாவது வாடாமலே கொண்டுவந்து தேள் குளவி முதலியது கொட்டிய இடங்களில் தேய்ப்பதால் ஸௌக்கியமுண்டாவதாகவும் அநுபவத்தில் அறியப்பட்டிருக்கிறது.

ஸ்வர்ண வங்கம்.

முறைப்படி சுத்தி செய்த வங்கமென்னும்* வெள்ளீயத்தை ஓர் இரும்புப் பாத்திரத்திலாவது மட்பாத்திரத்திலாவது போட்டு தீயிட்டு உருக்கவும்; ஒரு கல்வத்தில் வங்கத்திற்கு ஸமான நிறையாக சுத்த ரஸத்தைச்† சேர்த்துவைத்து, உருகிய வங்கத்தை எடுத்து அத்துடன் கலந்துவிடவும்; சேர்த்தவுடனே நன்றாகப் பொடியாகும்படி அதை அரைத்துவிடவேண்டும். அப்பால் அதே அளவாக நவஸாரத்தையும் கந்தகத்தையும் சேர்த்து அனைத்தையும் ஒருமிக்க அரைத்து, எழு சீலைமண்செய்த ஒரு கண்ணாடிக் குப்பியிலிட்டு, விகதாயந்திரமென்னும் வாலுகாயந்திரத்தில்‡ வைத்து எழு யாமகாலம் எரிக்கவேண்டும். பிறகு தீயை நிறுத்திவிட்டு கண்ணாடிக்குப்பி முதலியது நன்கு தானே ஆறியபிறகு எடுத்து, அக்குப்பியை மெதுவாக உடைத்து உள்ளிருக்கும் மருந்தை எடுத்துக்கொள்ளவும். அது அழகான பொன்னிறப் பொடியாகக் காணப்படும்; சிறிது கெட்டியாக ஒருமிக்கக் கூடியிருந்தால் கல்வத்திலிட்டு சற்று அரைத்து குப்பியில் எடுத்து வைத்துக்கொள்ளவும். இது சிறந்த ரஸாயநமாகவும் §பலத்தை விருத்திபண்ணக் கூடியதாகவும், மேஹரோகத்தைப் போக்குங் குணமுடையதாகவும் இருக்கிறது; மேலும் தேஹத்தில் ஒருவித காந்தியையும், புத்திக்கு மேன்மையையும், வீர்ய விருத்தியையும், பசிதீபநத்தையு முண்டுபண்ணும்.—பைஷஜ்ய ரத்நாவலி.

ரணங்களை ஆற்ற ஸமுத்திர ஜலம்.

"அகாடெமிக் டி மெடிஸின்" என்னும் ப்ரெஞ்சு வைத்தியப் பத்திரிகைக்கு M. de. பஞரி என்பவர் ஸமுத்திர ஜலத்தின் ஔஷதத் தன்மையைப்பற்றி

* வங்கத்தைச் சுத்தியும் முறையைப்பற்றிய விவரத்தை "வைத்தியகலாநிதி" ஆபீஸில் வெளியாயுள்ள "சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில்" 138-வது பக்கத்திற் காண்க.

† ரஸம் எனப்படும் பாரதத்தின் சுத்தி முறையைப்பற்றி "சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை"யின் 149-வது பக்கத்தில் விவரம் காண்க.

‡ வாலுகா யந்திரத்தைப்பற்றிய விவரங்களை "சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில்" 153-வது பக்கம் டிப்பணியில் பார்க்க.

§ ரஸாயநம்—கிழத்தனம் முதலியது சீக்கிரம் ஏற்படாமல் சரீரத்திற்கு வன்மையைக் கொடுக்கக்கூடிய ஔஷதம்.

தனது அநுபவத்தில் வந்த விஷயத்தை அறிவித்திருக்கிறார்:

"கடலோரங்களில் சிலருக்கு சஸ்திர சிகித்சை செய்யவேண்டி நேரிடுகையில், ஸமுத்திர ஜலத்தை எடுத்து இருபது நிமிஷம் வரையிலும் கொதிக்க வைத்து, வடிக்கட்டி ரணங்களைக் கழுவி கட்டிவந்ததில் சீக்கிரத்தில் அந்த ரணங்கள் ஆறிவரத்தொடங்கின. இவ்வாறு கட்டுவதை அடிக்கடியும் புதிப்பித்து வந்தால், ரணம் சுத்தமாவதும் ஆறுவதும் இன்னும் வெகு சீக்கிரத்தில் நடைபெறும். C. H. மானுட் என்பவருடன் நான் இவ்விஷயமாக ஸமீபத்தில் பேசியபோது, ஸாதாரண உப்பு நீரும் இவ்வித காரியங்களில் நன்கு உபயோகமாவதாகவே தானும் அறிந்திருப்பதாகச் சொன்னார்."

ஜம்பூ அல்லது நாவல்.

இந்தியாவில் இந்த மரம் அநேகமிடங்களில் விஸ்தாரமாகக் காணக்கூடியது.

இதன் பட்டைக்கு ஸ்தம்பநகுணம் விசேஷமாய் உண்டு. ஆகையால் இதைக் கஷாயமிட்டோ வேறு வகையாகவோ சீதபேதியை நிறுத்த உபயோகிப்பதுண்டு. இதன் கஷாயம், இரஸமருந்துகளுபயோகிப்பதால் உண்டான வாய்ப்புண்களை ஆற்றுவதற்கு வாய்க்கொப்புளிக்கும் மருந்தாகவும் உபயோகிக்கத்தகுந்தது. நாவற்பழக்கொட்டையை உலர்த்தி சூர்ணம் செய்து பிரமேஹம் அல்லது நீரிழிவு ரோகத்தினால் வருந்துபவருக்குக் கொடுத்துவருவதால் நற்பயன் உண்டென்று ஆயுர்வேத வைத்திய நூல்களில் கூறப்படுவதுபோலவே ஆங்கில வைத்தியர்களும் அநுபவத்தில் அதை வாஸ்தவமென்று அறிந்திருக்கின்றனர்.

ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தில் கந்தகம்.

பாரிஸ் நகரத்தில் "தீராபுடிக் ஸொஸைடி' என்னும் வைத்திய ஸங்கம் ஸமீபத்தில் கூடிய ஒரு மீட்டிங்கில் கொப்பூ என்னும் சாஸ்திரஞ்ஞர் கந்தகப்பதங்கத்தின் உபயோகத்தைப்பற்றி பின்வருமாறு கூறி, ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தில் அதை உபயோகிப்பது உத்தமமான சிகித்சையென்று சிபார்சு செய்திருக்கிறார்:—

"ஜிலாடின் என்னும் பசையினால் செய்த சிறிய சிமிழ்கள் போன்ற சிப்பிகளுக்குள் (Gelatinuos capsules) கந்தகப் பதங்கத்தை 15-கிரைன் அளவில் சேர்த்து தினத்திற்கு ஐந்தாறு முறை உள்ளுக்குக் கொடுத்துவந்ததிலேயே ஜ்வரத்தினாலேற்பட்ட தாபத்தின் வேகம் வெகு சீக்கிரத்தில் தணிந்து போய், பிணியாளியின் முகத்திலும் ஆச்சரியப்படும்படியாய் இயற்கையிலுள்ள தெளிவும் உண்டாய்விட்டது. அந்த ரோகிகளும் எதிர்பார்த்திராத ஸௌக்கியத்தை அதி சீக்கிரத்தில் அடைந்து வந்தனர்." கந்தகத்திற்கு தோஷஹரமான அல்லது கிருமிஹரமான (atinseptic action) வீர்யம் இருப்பதால் இச்சரக்கு இவ்விதமான வேலையை செய்கிறதென்றும் அவர் விவரித்துக் கூறினார்.—Prescriber.

அபினிச்சத்தின் அபூர்வமானகுணம்.

அபினிச்சத்தை குறைந்த அளவில் கொடுத்தால் கருப்பையிலிருந்து வரும் இரத்தப்பெருக்கை (அங்குள்ள இரத்தக்குழாய்களை விசாலப்படுத்தி) அதிகமாக வெளிப்படுத்தும்; அதை முழுடோஸாக உபயோகப்படுத்தினோமானால், இரத்தப்பெருக்கை அது உடனே முற்றிலும் தடுத்துவிடக்கூடியது.—Practical Medicine.

[அபினிச்சத்தென்பது ஆங்கிலத்தில் மார்பைன் (morphine) என்று வழங்கப்படும். இது ஒருவித வெள்ளை பஸ்மமாகவும் கசப்பாபவும் இருக்கும். இதன் சிறிய அளவு $\frac{1}{10}$ கிரைன்; முழுடோஸ் $\frac{1}{2}$ கிரைன்.]

குரல்வளையழற்சியில் கிரோஸினெண்ணெய்.

டாக்டர் T. M. க்ளேடன் என்பவர் குரல்வளையழற்சியினால் (laryngeal diphtheria) விசேஷமாக வருந்திய இரண்டிலிருந்து நான்கு வயதுவரையிலுமுள்ள நான்கு பலமான கேஸுகளில் ஸாதாரணமான கிரோஸினெண்ணெயை உள்ளுக்குப் பிரயோகித்து ஸௌக்கியப்படுத்தியதாக "ப்ரிடிஷ் மெடிகல் ஜர்னல்" என்னும் பிரஸித்திபெற்ற வைத்தியப்பத்திரிகையில் எழுதி வெளியிட்டிருக்கிறார். நாலு கேஸுகளில் இரண்டுக்கு சஸ்திரப் பிரயோகத்தினால் குரல்வளையை ஸ்வப்பத்தப்படுத்துவது ஸாத்தியமில்லாமற் போயிற்று; மேலும் அவ்விதம் சஸ்திரப்பிரயோகமுறை இக்கேஸுகளில் எதற்குமே உபயோகப்படவுமில்லை. ஆண்டி டிப்தீரியல் ஸீரம் (antidiphtherial serum) என்னும் திரவத்தை இரத்தத்திற் குத்திச் சேலுத்தியே இந்த நான்கு கேஸுகளும் ஸௌக்கியப்படுத்தப்பட்டன; இவ்வாறு அவ்வௌஷதத்தைப் பிரயோகிக்கும்போது 30 துளிகள் கிரோஸினெண்ணெயை நாலு மணிகளுக்கு ஒருமுறைவீதம் மூன்று முறை பிரயோகித்ததில் பிணியாளிக்கிருந்த கஷ்டங்களில் பெரும்பான்மையும் நிவ்ருத்தியாயின; பிறகு 10 துளிகள் வீதம் அந்த எண்ணெய் தினத்திற்கு மூன்று அல்லது நான்குமுறை உபயோகிக்கப்பட்டுவந்தது; இவ்வாறு மூச்சுவிடுதல் இயற்கை நிலைமைக்கு வரும் வரையில் செய்துவந்ததில், நான்கு கேஸுகளும் 48 மணி ஸாவகாசத்திற்குள் நன்றாக ஸ்வஸ்த்தம் செய்யப்பட்டனவாம்.

QUESTIONS AND ANSWERS.
ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

சென்ற ஸஞ்சிகையில் வெளியான 20-வது வினாவுக்குவிடை,

தாங்கள் குறிப்பிட்டிருக்கும் பிணியாளிக்கு தாங்கள் ஏற்கனவே உபயோகித்துள்ள பலாசதைலத்தையே சிரஸ்ஸுக்கு அப்யஞ்ஜநமாக விடாமல் உபயோகித்து வருவதோடு, மயிலிறகு, கண்டங்கத்திரிக்காய், ஜடாமாம்ஸி, பரித்திக்கொட்டை, வேப்பிலை, யானையின் தந்தம் இவற்றைப்பொடித்து, ஒரு பலாசஇலையிலுள் சுத்தி தூமபானம் செய்துவருவது நலம். சுத்தமான காற்று வீசும் திறந்தவெளிகளில் காலையிலும் மாலையிலும் உலாவச் செய்து, சக்திக்கியன்றவளவு வியாயாமம் என்னும் தேஹப்பயிற்சியைச் செய்யச் சொல்வதாலும் உபயோகமுண்டு. உஷ்ணமான உணவுகளையும் பானவகைகளையுமே உபயோகிக்கவேண்டுமேயன்றி குளிர்ச்சியான அல்லது ஆறிப்போன ஆஹாராதிகளை எப்பொழுதுமே உபயோகிக்கக்கூடாது. இரண்டாவது வருஷத்து "வைத்திய கலாநிதியில்" வெளியாயுள்ள தாராகல்பவிதியில் அடங்கிய விதமாக சிரோவஸ்தியையும் செய்துவரச்சொன்னால் நாசியிலுண்டான கோளாறும், செவிகளிலுண்டான விகாரமும் நிவ்ருத்தியாகலாம். ப-ர்.

வினா-21. சிறுகுழந்தைக்கு உணவு.

அன்பார்ந்த பத்திராதிபர் அவர்களுக்கு. இதனடியில் நான்வினவும் விஷயத்திற்கு தயவுசெய்து தமது மேன்மைதங்கிய "வைத்திய கலாநிதி" மூலமாய் விடையளிக்கக் கோருகிறேன் ;—எனக்கு இரண்டு வயதில் ஒரு பெண்குழந்தை யுண்டு. அதை நான் இதுவரையில் பசுவின்பாலையும் சில ஸமயம் மெல்லின்ஸ் புட்டையும் போட்டி வளர்த்துவந்தேன். அதனால் என் குழந்தை அவ்வளவு திடகாத்திரமாகவுமில்லை, உத்ஸாஹமாக விளையாடுவதுமில்லை ; ஆனால் வேறுவிதமான உணவுகளைமட்டும் அதிகமாக இப்பொழுது அபேக்ஷிக்கின்றது. தாங்கள் எவ்வித உணவுகளை அதற்கு சிபார்சு செய்கிறீர்கள் ? P.K.

விடை.—எளிதில் ஜீர்ணமாகக்கூடிய வேறு உணவுகளை சிறுகச் சிறுகக் கொடுத்து வரலாம். ரொட்டியை மெல்லிய துண்டுகளாக அறுத்து நெய்யிற் பொரித்து வெண்ணெயுடன் கொடுக்கலாம் ; நன்றாகச் சமைத்த உருளைக்கிழங்கை காரம் சேர்க்காமல் பாலோடு கலந்து உபயோகிப்பதும் நலம். நன்றாகக் கனிந்த வாழைப்பழத்தை எப்பொழுதேனும் மிதமாகக் கொடுத்துவரலாம். நெய்யிற் பக்குவம் செய்த பூரியும் கொடுக்கத்தகுந்த உணவு. இவ்விதமான உணவுகளை ஸமயோசிதமாக மாற்றி மாற்றி குழந்தையின் ஜீர்ணசக்தியை அநுஸரித்து கொடுத்துவருவது இவ்வயதுக்கு அநுசிதமானதல்ல. ஆனால் இன்னும் பசும்பாலை ஆஹாரத்துடன் கலந்து அடிக்கடியும் உட்கொள்ளக் கொடுத்துவரவேண்டியது அவசியம். ப-ர்.

வினா-22. கிரோஸினெண்ணெயும் ஜயத்தூனெண்ணெயும்

அன்பார்ந்த ஐயா,

தங்களுடைய மிக்க உபயோககரமான பத்திரிகையின் மூலமாய் அடியில் வரும் விஷயங்களுக்கு விளங்குமாறு தயவு செய்து விடையளிக்கக் கோருகிறேன் :—

1. (a) கிரோஸினெண்ணெயை உட்கொண்டாலும், வெளியிலுபயோகித்தாலும் அதன் குணங்கள் என்ன ?

(b) ஆலீவ் ஆயில் என்னும் ஜயத்தூனெண்ணெயையும் அவ்வாறே உபயோகிக்க அதன் குணங்கள் யாவை ?

2. மேற்குறிப்பிட்ட இரண்டு வஸ்துக்களுக்கும் பதிலாக உபயோகிக்கக்கூடியவையும், செல்வவான்களுக்கும் எளியவருக்கும் ஸுலபமாய் கிடைக்கக்கூடியவையுமான வேறு சரக்குகள் ஏதேனும் உண்டா ?

ஸி. ராகவாசாரியர்,
ஸப் அஸிஸ்டெண்ட் இன்ஸ்பெக்டர் ஆப்
ஸ்கூல்ஸ், கன்னாவரம்.

விடை 1. (a) கிரோஸினெண்ணெய்க்கு ரேசநம், தீபநம், கிருமிஹரம் என்னும் குணங்கள் இருப்பதாய் அறிகிறோம் ; ஆனால் அதை ஔஷதமாக உட்கொள்ளக் கொடுப்பது வழக்கமில்லை ; என்றாலும் இவ்வெண்ணெயை இப்பொழுது புதிதாக ஆங்கில வைத்தியர் ஒருவர் உள்ளுக்கு உபயோகித்ததாகத் தெரியவருகிறது ; அவ்விஷயத்தை இதே ஸஞ்சிகையில் "ஔஷதச்சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்" என்னும் தலையங்கத்து வரிசையிற் காணலாம். தலையில் பேன் முதலியவற்றைப் போக்க வெளியில் உபயோகிக்கலாமென்றும் சில வைத்திய நிபுணர்கள் கண்டறிந்ததாகவும் "வைத்திய கலாநிதியில்" இதற்கு முன்னமே குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது.

(b) ஜயத்தூனெண்ணெய்க்கு (olive oil) புஷ்டிஜநகம் (Nutritious), ஸ்ரம்ஸநம் (laxative), ஸ்நேஹநம் (emollient), தர்ப்பணம் (demulcent) என்கிற செய்கைகளுண்டு. ஏதாவது விஷகுணமுள்ள பொருட்களைத் தின்றவர்களுக்கு இந்த எண்ணெயை உட்கொள்ளக் கொடுத்தால் அவ்வஸ்து குடலில் ஜீர்ணமாகாமற்போய் தேஹத்திற்கு அபாயம் நேரிடாமலிருக்கும் ; அப்பால் உடனே வாந்தியையுண்டுபண்ணி அவ்விஷத்தை எளிதில் வெளிப்படுத்திவிடலாம் ; அல்லது சீக்கிரத்தில் விரேசநமாய் தானே அவ்விஷத்தை வெளிப்படுத்திவிடும். வயிற்றிலுண்டாகும் நாகப்பூச்சிகளையும் திமிர்ப்பூச்சிகளையும் சீக்கிரத்தில் வெளிப்படுத்திவிடும். வயிற்றுவலியையும், கிரஹணியென்னும் வயிற்றுக்கழிச்சலையும், ஸீஸமென்னும் காரீய ஸம்பந்தத்தாலுண்டாகும் வயிற்றுவலியையும் அதிக அளவுகளில் உபயோகித்தால் நிவ்ருத்தி செய்யும். ஸந்நிபாதஜ்வரத்தில் (typhoid fever) 5 முதல் 10 அவுன்ஸ் வரையில் 12 அல்லது 24 மணிக்கு ஒரு முறையாக குதமார்க்கத்தினால் வஸ்தி (enema) செய்வதுமுண்டு. சொறி, சிரங்கு, விஸர்ப்பமென்னும் அக்கி, வெந்நீர் விரணம் முதலியவற்றிற்கு மேலே உபயோகிக்கத்தகுந்தது' களிம்புகளும், பூச்சுத்தைலங்களும் செய்வதற்கு இந்த எண்ணெயை உபயோகிப்பதும் வழக்கம். இதை ஸாதாரணமாய் உபயோகிக்கும் அளவு ½ முதல் 1 அவுன்ஸ் வரையில்.

2. கிரோஸினெண்ணெய்க்குப் பதிலாக ஆலிவ் ஆயில் என்னும் ஜயத்தூனெண்ணெயையே எல்லா விஷயத்திற்கும் உபயோகிக்கலாம் ; ஆனால் காலரா முதலியது பரவியிருக்கும்போதும், மற்ற ஸமயங்களிலும் அசுத்தமான பிரதேசங்களையும் ஜலதாரை முதலியவற்றையும் சுத்தம் செய்வதற்கு கிரோஸினெண்ணெயை ஜலத்தோடு கலந்து கிருமிஹரமாகத் தெளிப்பதற்கு உபயோகிப்பதுபோல் ஜயத்தூனெண்ணெய் உபயோகமாகாது. ஜயத்தூனெண்ணெய்க்குப் பதிலாக வேறொரு வஸ்துவை உபயோகிக்கவேண்டிய அவசியமொன்றும் தென்படவில்லை. ப-ர்.

வினா. 23. சில அபூர்வ ஔஷதிகள்.

ஐயா,

அடியிற்குறிப்பிடும் சில ஔஷதிகளுக்குத் தமிழில் சரியான பெயரும், அவை எவ்விடத்திற் கிடைக்குமென்னும் விவரமும் தெரியவில்லையாகையால், தயவு செய்து தமது பத்திரிகையின் மூலமாய் அவ்விவரங்களை அறிவிக்கக் கோருகிறேன். அம்மூலிகைகளாவன :—ருத்தி, ஜீவந்தி, ஜீவகம், ருஷபகம், காகோலி, மேதா, மஹாமேதா, நிலப் பூசினிக்கிழங்கு, பெருவீடு கொள்ளி.

வி. என். கணபதி முதலியார்.

விடை :—நிலப்பூசினிக்கிழங்கைத் தவிர்த்து மற்ற ருத்திமுதலிய ஜீவநீயகணத்தைச் சேர்ந்த மூலிகைகளைப்பற்றிய விவரங்களை "சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில்" 96-வது பக்கத்தில் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் காணலாம். "நிலப்பூசினிக் கிழங்கு" என்பது இன்னதென்று கிராமத்து வில்லிகள் அல்லது பச்சிலைக் கடைக்காரரைக் கேட்டால் கொண்டுவருவார்கள். தாங்கள் இங்கிலீஷில் கேட்டுள்ள சில பதங்களுக்கு மற்றொரு ஸமயம் பதிலளிக்கப்படும். ப-ர்.

வினா-24. வாய்ப்புண்.

அன்பார்ந்த ஐயா,

நான் "வைத்திய கலாநிதியை" ஆரம்பம் முதல் மிக்க ஆவலுடன் படித்து வருகிறேன். இதில் ஒவ்வொரு ஸஞ்சிகையிலும் வெளியாகும் ஒவ்வொரு விஷயமும் வைத்தியர்களுக்கும் பிறருக்கும் இவ்வளவுதான் உதவுகின்றனவென்பது என்னால் சொல்லக்கூடவில்லை. அநேகம் பேரால் வினவப்பட்டு வரும் விஷயங்களுக்கு விடையளித்துவருவதைக் கண்டு நானும் ஒருவிஷயம் கேட்டறியவேண்டுமென்று எண்ணி இதனடியில் அதைக் குறிப்பிடுகிறேன். தயவுசெய்து அதற்குப் பதிலுரைப்பீர்களென்று நம்புகிறேன். என்னுடைய நாக்கிலும் பற்களின் இடுக்குகளிலும் அடிக்கடி புண்கள் உண்டாகின்றன. அதற்கு ஏதேதோ சிகித்ஸைகள் இங்கிலீஷ் வைத்தியர்களிடம் செய்து கொண்டும் பிரயோஜனமொன்றும் கிடையாது. இப்பொழுது உதடுகளிலும் அப்புண்கள் பரவுகின்றன. இவை இப்பொழுது அதிக வலியைக் கொடுத்து கஷ்டப்படுத்துகின்றன. இதற்கு ஏதாவது தகுந்த சிகித்ஸையுண்டா ? இருந்தால் கலாநிதியின்மூலமாய் அறிவிக்கக் கோருகிறேன்.

கே. ரங்கஸ்வாமி.

விடை.—தாங்கள் உபதம்சம் முதலிய மேஹவியாதியினால் பாதிக்கப்பட்டு இரஸமருந்துகளை உபயோகித்திருப்பீர்களென்று நம்புகிறோம். அவ்விதமிருந்தால் இனி அவ்வாறு உபயோகிக்கக்கூடாது. காரம், புளி முதலிய அழற்சிதரும் குணமுடைய வஸ்துக்களைக் கூடுமானவரையில் பரிஹரிக்கவேண்டும். தினந்தோறும் காலையில் படிக்காரத்தூள் கலந்த வேலம்பட்டைச் சூர்ணத்தைக் (வறுத்து இடிக்கப்பட்டதை) கொண்டு பல் துலக்கவும். அதிமதுரத்தூளை அத்திப்பாலில் கலந்து நாக்கிலும் உதடுகளிலும் தடவி வரவும்; அதை ஒரு சுண்டைக்காயளவு தினத்திற்கு இரண்டுமுறை சாப்பிடுவதும் நலம். இவ்வாறு புண்கள் ஆறிப்போகும் வரையில் செய்து வரவேண்டும் ; இதனால் சற்றேறக்குறைய ஒருவாரத்தில் நல்ல குணம் உண்டாகும். ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

புஸ்தகவரவு.

1. **யூகமுனிகர்க்கலை முப்பத்தாறு:**—இப்புஸ்தகத்தில் வாதமும் வைத்தியமும் விளக்கப்பட்டிருக்கின்றன. யூகமுனிவர் ஏனைய ஸித்தர்களைப்போலல்லாது வாதம், வைத்தியம், கல்பம் என்னும் இத்யாதி விஷயங்களை விசேஷமாகக் கூறி நூல்களியற்றியிருக்கின்றார் என்பது பிரவித்தமே. யூக முனிவர் இயற்றிய மற்றுமுள்ள நூல்களை வெளிப்படுத்தப் போவதாக இதைப் பிரசுரம்செய்த ம-ா-ா-ஸ்ரீ வி. ஆர். சுந்தரம் அவர்கள் வாக்களித்திருக்கிறார். யூகமுனி நூல் முற்றிலும் வெளிவருவதை நாமும் எதிர்பார்க்கிறோம்.

2. தேரையர் கரிசலை முன்னூறு:—இதில் முப்புசெய்யும் வகையும், வாதத்தின் தன்மைகளும், கல்பங்களென்னும் ஔஷத விசேஷங்களின் முறைகளும் கூறப்படுகின்றன. தமிழ்நாட்டு வைத்தியநூல்களுக்கு ஆசிரியராயிருந்த பண்டைக்காலத்திய ஸித்தர்களுள் தேரையர் மிகப்புகழ்பெற்றவராதலால் அவருடைய நூலென்றால் அதற்கு எவ்விதத்திலும் பெருமை மிகுதியாயுண்டென்று நாம் கூறுவது அவசியமில்லை.

3. **கல்நண்டு சூத்திரம் பதினாறு:**— கல்நண்டு என்பதை ஒன்றையே பற்பல அநுபானங்களோடு உபயோகித்துவர அநேகம் நோய்கள் தீருமென்று இதிற் கூறப்பட்டுளது.

மேற்கூறியவற்றுள் முதலும் மூன்றாவதுமான நூல்கள் இதுவரையில் அச்சில் வெளிவராதவையாம். இரண்டாவதான தேரையர் கரிசலைமுன்னூறு பலரால் வெளியிடப்பட்டிருக்கின்றன. வெகு சிறியவையான இம்மூன்று நூல்களையும் சேர்த்து ஒரு புஸ்தகமாக ஷை சுந்தரம் அவர்கள் வெளியிட்டிருக்கிறார். தஞ்சாவூர் மஹாலிலுள்ள பழைய ஏட்டுப் பிரதிகளைப் பார்த்து சீர்திருத்தி இப்புஸ்தகம் அச்சிடப்பட்டதாய் அறிகிறோம். இச்சிறு புஸ்தகத்தின் விலை அணு 12. சென்னை, கோமளேச்வரன் பேட்டை அம்பாவிலாஸ புஸ்தகசாலையாரிடம் கிடைக்கும்.

புல் மனிதருக்கும் உணவாம்.

பசுமையான இவ்வித புல்முதலியவற்றில் போஷணைக்குரியதாய் அடங்கியுள்ள ஸத்தானது, மனிதருடைய இரைப்பையால் ஜீர்ணம் செய்யக்கூடாதவாறு சிற்றறைகளான புறணிகளால் முற்றிலும் மூடப்பட்டிருப்பதே மனிதர்கள் புற்களைத் தின்று ஜீவிக்கமுடியாததற்குக் காரணமாம். பெர்லின் நகரத்தில் டாக்டர் ப்ரீடெந்தால் (Dr. Friedenthal) என்பவர் பசலைக்கீரை, மொச்சை முதலியவற்றை மிகவும் நன்றாக உலர்த்தி நுண்மையாகப் பொடிசெய்து, மேலுள்ள புறணிகளை ஒருவாறு விலக்கி சரீரபோஷணைக்கு அவசியமான ப்ரோடீன் என்னும் ஸத்துவத்தைக் கிரஹிப்பதற்கு ஓர் உபாயம் கண்டுபிடித்திருக்கிறார். அந்த டாக்டர் இவ்வாறு பக்குவஞ்செய்த பசலைக்கீரை முதலியவற்றின் பொடியானது அமெரிக்காவில் பல சாஸ்திரவல்லோரால் பரிசோதிக்கப்பட்டதில், அந்தப் பொடிகள் மனித சரீரத்தைப் போஷிக்கக்கூடிய சிறந்த உணவுப் பொருளாகுமென்றே நிச்சயிக்கவேண்டியிருந்தது. பிறகு அந்த டாக்டர் வேறு பரிசோதனைகளையும் செய்து வெளியிட்ட ரிபோர்டின் ஸாராம்சம் பின்வருமாறு:—"இதுவரையில் மனிதருக்கு ஏற்ற உணவுப்பொருட்களாகக் கருதப்படாத இக்கீரை முதலியதைப்போன்ற வெவ்வேறு புற்களும் பூண்டுகளுங்கூட மனித சரீரத்திற்குப் போஷணையும் வன்மையும் தரக்கூடிய உணவுப்பொருட்களாகச் சேர்த்துக்கொள்ளலாமென்று நிர்த்தாரணம் செய்யப்படுகிறது." ஆகவே உலகத்தில் மனிதர் ஜீவிப்பதற்கு வேண்டிய செலவு இவ்வித பரிசோதனை முதலியவற்றால் காலவளவில் குறைந்துவரக்கூடுமென்றும், முக்கியமாய் இந்தியாவில் துர்ப்பிக்ஷத்தினால் ஸம்பவிக்கும் கேடுகள் கிரமமாக ஒருவாறு குறைந்துவருவதற்கு முகாந்தரங்கள் ஏற்படக்கூடுமென்றும் ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. டாக்டர் ப்ரீடெந்தால் கூறிய முறையில் புற்களைப் பொடிசெய்து கவர்ன்மெண்டார் எளிய ஜனங்களுக்கு வேண்டியவளவு அவ்வுணவை அளித்துவருவதற்குத் தயாராயிருப்பாராயின் அது விரும்பத்தக்கதாகும். "இந்தியன் மைனிங் அஸோஸியேஷன்" என்னும் சுரங்கச் சங்கத்தாருக்கு இது ஒரு இலாபகரமான செய்தியெனக் கருதப்படுகிறது:—Medical & Surgical journal.

ஒரு துப்பாக்கிரவையுடன் கூடிய இருதயம்.

ஒரு யுத்தவீரனுடைய இருதயத்தினுள் துப்பாக்கிரவையொன்று புகுந்திருக்க அவனுடைய தேஹநிலைமை "மூனிச்" என்னுமிடத்தில் கருத்துடன் கவனிக்கப்பட்டுவருகிறது. ராண்ட்ஜென்ரேஸ் (Rontgen rays) என்னும் மின்சார உபகரணத்தின் மூலமாய் இருதயத்தினுள் குண்டு தங்கியிருப்பது நன்றாகத் தெரியவருகிறது. இருதயம் அசையும்பொழுதெல்லாம் ஒவ்வொருதடவையும் அதுவும் அசைகின்றது. அந்த குண்டு இருதயத்தின் வலது ஜடாத்தில் (right ventricle) விளங்கக் காணப்படுகிறது. குண்டுதாக்கியதும் அவன் ஞாபகமிழந்து விழுந்துவிட்டான்; அப்பால் முப்பத்தாறு மணிநேரம் சென்றபிறகு அவனுக்கு மெள்ளமெள்ள நினைவு வந்தது; பிறகு கிரமமாக தேஹபலத்தையும் தகுந்த ஆரோக்கிய நிலைமையையும் பெற்றுவிட்டான். அவன் தூங்கும்போது மூதுகுபக்கமாகவே படுத்துக்கொள்ளவேண்டியிருக்கிறது. அவனுக்கு அப்போதைக்கப்போது துப்பாக்கிக்குண்டால் தாக்கப்படுவதுபோன்ற வலியொன்று இருதயத்திலும், தோளின்மேலும், புஜங்களிலும் உண்டாகின்றது; இந்தவலி வயிறுநிரம்ப போஜநம் செய்த ஸமயங்களில் அதிகரிக்கின்றது.— Elling-wood Therapeutist.

பல்முளைத்தல்.

இளங்குழந்தைகளுக்குப் பல் முளைக்கும்போது ஜ்வரமும் நித்திரையின்மையும் தொடர்ந்திருப்பது முக்கியமான குறிகள். அந்த ஸமயத்திலுள்ள நிலைமைகள் பல்முளைப்பதற்கான குறிகளா அல்லது வேறு ஸ்வதந்திரவியாதிகளாவென்று கவனித்துப் பரீக்ஷிக்கவேண்டும். பல்லீறுகள் வீங்கியும் சிவந்தும் சூடாகவும் இருந்து, சரீரநிலைமையில் வேறு கோளாறுகளும் காணப்படுமானால் அப்பொழுது பல்முளைக்கப்போவதாக நிச்சயித்து, அந்த ஈறுகளின் முனையைச் சிறிது கத்தியினால் கீறிவிடுவது நலம்; ஆனால் விஷயமின்னதென்று பகுத்தறியாமலே அவ்வாறு கீறிவிடக்கூடாது. பல்முளைப்பதென்பது வயிற்றில் கிருமியுண்டாவதுபோலவே யென்றறிக; இவ்விரண்டிலும் வாதவிகாரங்கள் எனப்படும் நரம்பு ஸம்பந்தமான கோளாறுகளும், ஸாதாரணவாய்ப் புண்ணும், அதிஸாரமும், இருமலும், வாந்தியும், காதுவலியும், இசிவும், சொரிசிறங்கு முதலானதும் ஜ்வரத்துடன்கூட ஸம்பவிப்பது இயல்பு.—Practical Medicine.

வௌவால் அல்லது துரிஞ்சில் கொசுக்களையழிக்கும்.

சுகாதார சாஸ்திரமானது இப்பொழுது மேன்மேலும் பல வழிகளில் விருத்தியாய்வருகிறது. மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரத்தைப் பரவச்செய்யும் ஸாதனங்களான கொசுக்களை அழிப்பது சுகாதாரமுறைகளில் முக்கியமாகக் கவனிக்கவேண்டிய விஷயம். டாக்டர். வி. ஏ. காம்பெல் என்பவர் பட்டணங்களில் வௌவால்கள் அல்லது துரிஞ்சில்கள் வஸிப்பதற்கு அநுகூலமான பிரதேசங்களைக் கட்டியமைத்து வருவது அவசியமென்று போதித்துவருகிறார். வௌவால்கள் அல்லது துரிஞ்சில்கள் கொசுக்களைத் தின்றுவிடுவதாக அவர் கூறுகிறார். அநேகம் நாட்களாய் மனிதர்கள் தகுந்த காரணமில்லாமலே நிரபராதிகளான வௌவால்களை அழித்து வருகின்றனர். நாம் சிறுவர்களாயிருக்கையில் நமது வீட்டுப் பண்டசாலைகளுக்குள் வஸித்துவந்த துரிஞ்சில்களை ஒரு காரணமுமின்றியே வீணுக்கு அழித்திருப்பது எமக்கு நினைவில் இருக்கின்றது. இப்பொழுது நமது ஆரோக்கியத்தைக் காப்பதற்கென்று அவற்றை வளர்ப்பது மிகவும் விரும்பத்தக்கதென்று உணர்ந்து வருகிறோம். வௌவால்கள் அல்லது துரிஞ்சில்கள் கொசுவைத் தின்றுப் பிழைப்பதாயிருந்தால், நாம் நம்மைச் சுற்றிலும் பலவிடங்களில் அவற்றை வளர்த்து இராக்காலங்களில் அக்கொசுக்களை அழிப்பதற்கு முயல்வோமாக—Medical world.

மூட்டுப்பூச்சிகளையும் பேன்களையும் போக்க சுலபமான உபாயம்.

"அமெரிகன் ஜர்னல் ஆப் ட்ராபிகல் டிஸீஸ்" என்னும் வைத்தியபத்திரிகையில் இவ்விஷயமாய் ஒரு சிறிய வியாஸம் வெளிவந்திருக்கின்றது; அதன் ஸாராம்சம் பின்வருமாறு:—"கந்தகச் சுரங்கங்களுக்கு அருகில் வேலைசெய்துவரும் மனிதர்கள் விஷமஜ்வரத்திற்கு ஆளாகவில்லையென்பதும், அவர்கள் பேன், மூட்டுப்பூச்சி முதலியவற்றால் எப்பொழுதும் பீடிக்கப்படுவதேயில்லையென்பதும் கவனிக்கக்கூடிய விஷயமாகும். கந்தகத்தின் மிகவும் ஸூக்ஷ்மமான அம்சங்களும், ஹைட்ரொஜன் ஸல்பைட் (hydrogen sulphide) என்பதும் சர்மத்தின் நுண்ணிய த்வாரங்களினூடே அல்லது ச்வாஸமார்க்கத்தின் மூலமாய் உடலுக்குள் பிரவேசிப்பதே அதற்குக் காரணமாகும். கந்தக நாற்றம் பேன்களுக்கும் மூட்டுப்பூச்சிகளுக்கும் கொசுக்களுக்கும் அநிஷ்டமாயிருப்பதால், அவ்வித மனிதர்களிடம் இப்பூச்சிகள் அணுகுவதில்லை. பேன்கள், மூட்டுப்பூச்சிகள், ஈக்கள் முதலானவற்றை ஒழிப்பதற்காக, மெல்லிய கம்பளித்துணியில் கந்தகப் பொடியைத் தூவி, உடம்பிலுள்ள உடுப்புக்கு மேற்போர்வையாக உபயோகிக்கலாம்; அல்லது வேறுவிதமான உபாயங்களாலாவது அவ்வித வஸ்திரங்களைப் படுக்கை முதலியவற்றில் பரப்பிக்கொள்ளலாம். இவ்வாறு செய்துவரும்போது கிரமமாக வியர்வை முதலியவற்றின் மூலமாக கந்தகத்தின் ஸூக்ஷ்மமான அம்சங்கள் சரீரத்திற்குள் பரவி முற்கூறியவாறு அப்பூச்சிகளாலுண்டான தொந்தரவுகளையும் ஒழித்துவிடும்.

காதுக் குறும்பியைப் போக்க.

ஸோடா உப்பு என்று வழங்கப்படும் உஷாக்ஷாரத்தைச் சிறிதளவு கொதிநீரில் கரைத்து, அதில் சொற்பம் க்ளிஸரைன் என்கிற பாணியையும் கலந்து சாதுக்குள் விட்டால் அதில் சேர்ந்துள்ள குறும்பியை எளிதில் விலக்கி நன்கு சுத்தம் செய்து விடலாம். குறும்பி உலர்ந்து கடினமாயிருந்தால், பெராக்ஸைட் ஆப் ஹைட்ரொஜன் (Peroxide of hydrogen) என்னும் திரவத்தை காதில் விட்டு ஊறவைக்கலாம்; இவ்வாறு சில நிமிஷம் ஊறியபிறகு அதைக் கழுவிவிடவும்—Indian Medicul Record.

டால்.

பாலில் கழிவுப்பொருட்கள் கலந்திருப்பது வெகு அரிது. கழிவுப் பொருட்கள் மூத்திர மார்க்கம் முதலியவற்றின் மூலமாகவே கிரஹிக்கப்பட்டு வெளிப்படுத்தப்படுகின்றன வென்பது பலர் அறிந்த விஷயம். பால் வ்ருக்கங்களுக்கு மிகவும் ஏற்றதான போஷிக்கும் உணவுப்பொருளாயிருக்கின்றது ; ஜீவாதாரமான இவ்வித அவயவங்களுக்கு ஒரு சிறிதும் இதனால் கஷ்டமென்பது உண்டாவதில்லை ; மாம்ஸாஹாரங்களிலும் பாலிலுள்ள ஸத்துக்கள் அடங்கியிருக்கின்றனவாயினும், மாம்ஸங்களில் பல விதமான கழிவுப்பொருட்கள் விசேஷமாகச் சேர்ந்திருப்பதால், அவை வ்ருக்கம் முதலிய அவயவங்களுக்கு மிகவும் கஷ்டத்தை யுண்டுபண்ணக்கூடியவை. பாலில் கழிவுப்பொருட்களைச் சேர்ந்த உப்பு வகைகளும் மிகவும் சொற்பமாகையால், சரீர போஷணையிலும் வ்ருக்கம் முதலிய ஜீவாதாரமான அவயவங்களை ஆரோக்கிய நிலைமையில் வைப்பதிலும் இது நிகரற்ற உணவாகக் கருதப்படுகிறது.—Herald of Health.

நேத்திரம் ஓர் ஆச்சரியகரமான யந்திரம்.

நேத்திரம் ஆச்சரியகரமான கருவி யென்பதற்குத் தடையென்ன ? அதன் சுற்றளவு ஓர் அங்குலத்திற்கு அதிகப்பட்டதல்ல ; ஆயினும் வாலிபப்பருவத்தில் ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள அவ்வளவு சிறிய கருவியான கண் சில அங்குல தூரம் முதல் அநேகமாயிரம் மைல் தூரத்திலுமுள்ள வஸ்துக்களை நன்றாகப் பார்க்கக்கூடிய சக்தியுடையதாயிருக்கின்றது. மிகவும் பிரம்மாண்டமான வஸ்து முதல் $\frac{1}{800}$ அங்குல அளவு ஸூக்ஷ்மயான வஸ்து வரையிலும் வெகு ஸுலபமாக லக்ஷியத்தில் கிரஹிக்கக்கூடியது. இந்த வயதில் நாம் அதிகமாகப் படிக்கவேண்டியது அவசியமாயிருப்பதால், கண்கள் நுட்பமான எழுத்து முதலானவற்றைப் பார்த்து கடினமாக வேலை செய்யவேண்டி நேரிடுகிறது. தகாதவிதமான வஸ்துக்களை அல்லது உருவங்களைப் பார்த்தால் தலைவலியுண்டாவதும், திருஷ்டியின் சக்தி மந்தமாவதும் இயல்பென்பதை நீங்கள் நினைவில் வைப்பீர்களாக.—Health and happiness.

மனத்தொல்லையும் மகிழ்ச்சியும்

"பூத-பவிஷ்யத்-வர்த்தமானங்கள்" என்கிற மூன்று வார்த்தைகளடங்கிய ஒரு சிற வாக்கியத்தினால் எல்லாக் காலத்தையும் நாம் அளந்து முடித்துவிடுவோம். ஆனால் சில மனிதர் தமது மனத்தொல்லையையோ மன மகிழ்ச்சியையோ அளவிடக்கூடாதவரா யிருக்கின்றனர். ஆனால் தத்துவமுணர்ந்த விவேகிகள் மனத்தொல்லைக்கு மட்டும் அப்போதைக்கப்போது முடிவையுண்டுபண்ணி அதை அளந்திடக்கூடியவரா யிருக்கின்றனர். நடந்துபோனவற்றை மாற்றுவதற்கு நம்மாலாகாது ; வரப்போகிற காலத்திற்கும் நாம் உத்தரவாதிகளல்ல ; ஆனால் நமது கடமைப்படி காரியத்தைச் செய்வதற்காக ஒரு காலம் உண்டு ; அதுதான் "இன்றைக்கு" அல்லது "வர்த்தமானம்" என்பதாம். காலையில் எழுந்ததும் கடமையென்று ஏற்பட்ட காரியங்களை மனதார ஒழுங்காக நடத்திவிடு ; சூரியன் அஸ்தமித்ததும் அத் தினக்கணக்கை அத்துடன் ஒழித்துக்கொள். உன்னுடைய மனத்தொல்லையை யெல்லாம் உன்னோடு படுக்கைக்குக் கொண்டுபோகவேண்டாம். அவற்றை முற்றிலும் உனது படுக்கையறையின் வாயிற்படிக்கு வெளியிலேயே விட்டு விடு. **கானன் பீடன்** என்பவர் நூறு வயதுக்கு மேல் ஆரோக்கிய திடகாத்திரராக ஜீவித்திருந்தார். அவர் தனது நண்பர் ஒருவரிடம் சொன்னதாவது: "இரவில் 10-மணிக்குமேல் என்றைக்கும் நான் ஒன்றிலும் அதிருப்திபாராட்டினவனல்ல ; ஸந்தோஷகரமாகவே ஸகலத்தையும் பாவித்து மனக்களிப்பு மாறாமலே நித்திரையுறுவேன். என்னுடைய ஸொந்த விஷயத்தில் நான் நடந்துவந்ததையே பிறரும் நீண்டகாலம் ஜீவித்திருப்பதற்கேற்ற நல்லதோர் நிதர்சனமாகக் கூறுகிறேன்."—Good health.

தொழிலில் நிபுணரான ஒரு டாக்டர்.

டாக்டர் விலியம்: "உம்மிடம் வரும் பிணியாளிகளைப் பார்த்து-வியாதி எவ்வளவு ஸாதாரணமாயிருந்தபோதிலும் அவர்களுடைய ஆஹாராதிகளையும் வாழ்க்கையின் வகைகளைப்பற்றியும் எப்பொழுதும் அவ்வளவு குறிப்பிட்டு ஏன் விசாரிக்கிறீர் ? வியாதி நிதானத்தில் அவ்விஷயங்கள் அவ்வளவு அவசியமா ?"

டாக்டர் ராபர்ட்ஸன்: "அதல்ல விஷயம் ; தொழிலில் உமக்கு அவ்வளவு அநுபவம் போதாது ; அவ்வித கேள்விகள் எனக்கு மற்றொரு விஷயத்தில் உதவுகின்றன ; பிணியாளியின் அந்தஸ்துக்களை இதனால் அறிந்து கொள்வேன் ; பிறகல்லவோ ஏற்றவாறு பீஸ் ஏற்பாடு செய்துகொள்ளலாம் ?"

தந்த்ரியம் அளித்தல் இவை யனைத்தும் பரிஹரிக்கக்கூடியனவாம். 40—43½.

உலகத்தோடொத்து வாழவேண்டும்.

கூர்மையான மதியைப்பெற்ற மனிதனுக்கு எல்லாக் காரியங்களிலும் உலகமே உற்றதோர் குருவாயிருப்பதால், உலக வியவஹாரங்களில் பிரவ்ருத்தித்து விஷயங்களைப் பரிசோதனை செய்ய விருப்பமுள்ளவன் அவ்வுலகத்தையே எதற்கும் அநுஸரித்து நடப்பானாக. 44½.

ஸத்புருஷ வ்ரதம்.

எல்லாப் பிராணிகளிடத்திலும் கருணை பாராட்டல், பாத்திரமறிந்து தானம் செய்தல், சரீரத்திலும் வாக்கிலும் மனதிலும் அடக்கமாயிருத்தல், பிறருடைய பிரயோஜனங்களைத் தன்னுடையதைப்போல் பாவித்தல் என்னும் இவையே போதுமான ஸத்புருஷ வ்ரதமாம். 45½.

செய்யும் காரியங்களில் கருத்தாயிருத்தல்.

இராப் பகல்கள் எவ்வித காரியங்களைச் செய்துகொண்டு எவ்வாறு கழிக்கப்படுகின்றன வென்பதில் எப்பொழுதும் கண்ணுங் கருத்துமாயிருந்து நடுநிலைமை தவறாது நடந்துவரும் மனிதன் துன்பத்திற்கு உட்படமாட்டான். 46½.

நல்லொழுக்கங்களால் ஆரோக்கியாதி நன்மைகளைப் பெறலாம்.

இங்ஙனம் நல்லொழுக்கமுறைகள் இங்கு சுருக்கமாகக் கூறப்பட்டன; இவற்றை நன்றாக அநுஷ்டிப்பவன் ஆயுளபிவ்ருத்தியையும், ஆரோக்கியத்தையும், ஐச்வர்யத்தையும், புகழையும், அப்பால் அழியாத போகங்களையும் அடைந்து இன்பமுறுவன். 47½.

மூன்றாவது அத்தியாயம்.

அப்பால் "ருதுசர்யை"[1] என்னும் அத்தியாயத்தை விவரிப்போமாக.

ஆறு ருதுக்கள்.

மாசிமாதம் முதலாக[2] இரண்டிரண்டு மாதங்களைச் சேர்த்து கிரமமாக ஆறு ருதுக்கள் கணக்கிடப்பட்டிருக்கின்றன. அவையாவன: சிசிரருது, வஸந்தருது, கிரீஷ்மருது, வர்ஷருது, சரத்ருது, ஹேமந்தருது என்பவையாம். 1.

உத்தராயணம் அல்லது ஆதானகாலம்.

அவற்றுள் சிசிரது முதற்கொண்டு மூன்று ருதுக்கள் சேர்ந்து உத்தராயணம்[1] என்பதாக வழங்கப்படும். இந்த மாதங்களில் மனிதருடைய தேஹவன்மை தினந்தோறும் அபஹரிக்கப்படுவதால், இக்காலத்துக்கு ஆதானகாலம்[2] எனப் பெயர். 2.

---

1. ஒவ்வொரு ருதுவினுடையவும் குணங்கள் வெவ்வேறு விதமாக மாறுபடுவது இயல்பானதால், அவற்றிற்கேற்க ஆரோக்கியமார்க்கங்களுக்கு ஆதாரமான ஆசாரகிரமங்களைக் கூறும் அத்தியாயம் ருதுசர்யாத்தியாயம் எனப்படுகிறது.

2. ஸாதாரணமாய் சித்திரை முதற்கொண்டே மாதங்களும் ருதுக்களும் கணக்கிடப்படுவது வழக்கமாயிருந்தும், வைத்தியசாஸ்திரத்தில் "ஆதானகாலம்", "விஸர்க்ககாலம்" என்கிற இரண்டுவித காலங்களைப் பிரிக்கவேண்டியது அவசியமாயிருப்பதைக் கருதி "மாசிமுதலாக" என்று ஆரம்பிக்கப்பட்டதென்று அறிக.

1. தைமாதம் முதற்கொண்டு உத்தராயணம் என்று வழங்கப்பட்டாலும் தைமாதத்திலேயே ஆதானகாலத்தின் குணங்கள் ஏற்படாமலிருப்பதுடன் அப்பொழுதே சூரியன் வடதிசையில் சென்றுவிடுவதில்லையாகையால் "சிசிருதுமுதல் உத்தராயணம்" என்று கூறப்பட்டது.

2. ஆதானம்—என்றால் கவர்தல் அல்லது இழுத்தல் எனப் பொருள்.

ஆதாநகாலத்தின் தன்மை.

அவ்வாதாநகாலத்தில் சூரியன் வடதிசை நோக்கிச் செல்லுவதால் அவ்வழியை யநுஸரித்து அதிக உஷ்ணமாகவும் தீக்ஷ்ணமாகவும் வறட்சியுடையதாகவுமிருக்கும்; வெயிலும், வாயுவும் பூமியினுடைய ஸௌம்யமான[1] குணங்களைப் போக்கிவிடுகின்றன; ஆகவே அதற்கேற்றவாறு கைப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு என்னும் இம்மூன்று இரஸங்களும் முறையே இம்மூன்று ருதுக்களிலும்[2] பலம் பெறுகின்றன. ஆகையினால் ஆதாநகாலம் ஆக்நேயகுண[3]முள்ளதாகும். 3, 3½.

தக்ஷிணாயனம் அல்லது விஸர்க்க காலம்.

வர்ஷருது முதலான[4] மூன்று ருதுக்களும் சேர்ந்து தக்ஷிணாயனம் என்று வழங்கப்படும்; இக்காலம் பிராணிகளுடைய தேஹ பலத்தைப் பெருக்குந்தன்மையதாகையால், இதற்கு விஸர்க்ககாலம்[5] என்று மற்றொரு பெயருமுண்டு. 4½.

விஸர்க்ககாலத்தின் தன்மை.

இக்காலம் இயற்கையிலேயே ஸௌம்ய குணமுள்ளது பற்றி இதில் குளிர்ச்சியே பலம் பெற்று, சூரியதாபம் குறைந்துவிடுகின்றது. மிகவும் சீதளமான மேகத்தினாலும், மழையினாலும், மாருதத்தினாலும் பூமியின் தாபம் மிகத் தணிந்துவிடுகின்றது. ஆகவே இந்த ருதுக்களில் ஸ்நிக்த்தகுணமுள்ள[1] புளிப்பு, உப்பு, தித்திப்பு என்னும் இரஸங்கள் முறையே பலம் பெறுவதியல்பு.[2] 5, 6.

பலம் உத்தம-மத்திம - ஹீந நிலைமைகளை யடையும் ருதுக்கள்.

ஹேமந்த சிசிரருதுக்களில் பிராணிகளுடையவும் ஓஷதிமுதலியவைகளுடையவும் பலம் மிகவும் அதிகரித்திருக்கும்; வர்ஷருதுவிலும் கிரீஷ்மருதுவிலும் பலம் சொற்பமாயிருக்கும்; மற்ற இரண்டு ருதுக்களிலும் பலம் மத்திமமாயிருக்கும்[3] 6½.

ஹேமந்தருதுவின் குணம்.

ஹேமந்தருதுவில் மனிதர்கள் நன்கு பலம் பெற்றிருப்பர். அப்பொழுது மிருதுவான குளிர்ச்சியினால் தேஹத்தின் மயிர்க்கால்களும் மற்ற பாகங்களும் மறைக்கப்படுவதால், சரீரத்தின் உட்புறச்சூடு அதிகரித்து, ஜாடராக்னியும் அதிகமாய் விருத்தியடைகின்றது. தேஹச்சூட்டினால் அல்லது ஜாடராக்னியினால் எரிக்கப்படுவதற்குப் போதுமான உணவு உபயோகிக்கப்படாமற்போனால், சரீரத்திலுள்ளிருக்கும்

1. ஸௌம்யம்—குளிர்ச்சி.

2. சிசிரருது, வஸந்தருது, கிரீஷ்மருது என்பவையாம்.

3. ஆக்நேயம்—அக்நிஸம்பந்தமானது; அதாவது உஷ்ணகுணம்.

4. சிசிரருது, வஸந்தருது, கிரீஷ்மருது என்பவையாம். இவற்றுள் சிசிரருதுவில் திக்தம் என்னும் கைப்பும், வஸந்தருதுவில் கஷாயமென்னும் துவர்ப்பும், கிரீஷ்மருதுவில் கடுவென்னும் கார்ப்பும் பலம் பெறுவது இயல்பு. இரஸங்கள் என்றால் அவ்வித இரஸமடங்கிய ஒஷதி முதலியவைகள் இங்கு குறிக்கப்படுகின்றனவென்று அறிக.

5. விஸர்க்கம்—என்றால் விடுவது எனப் பொருள்; பிராணிகளுடைய தேஹத்தில் பலத்தைப்பொழிந்து செழிக்கச் செய்வது எனக் கருத்து.

1. ஸ்நிக்த்தகுணம்—3-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. வர்ஷருதுவில் அம்லமென்னும் புளிப்பும், சரத்ருதுவில் லவணமென்னும் உப்பும், சிசிரருதுவில் மதுரமென்னும் இனிப்பும் பலம் பெறும்; அதாவது அவ்வித இரஸமுள்ள ஒஷதி முதலியவை பலம் பெறுகின்றன எனக் கருத்து.

3. ஹேமந்தருது விஸர்க்ககாலத்தின் அந்திமமாகையாலும், சிசிரருதுவில் அப்பொழுதே ஆதாநகாலம் ஆரம்பிப்பதாலும் பிராணிகளின் பலம் அதிகமாயிருக்கும். மற்ற ருதுக்களிலும் இவ்விதமே காரணங்களையறிக.

வாயுவினால் அது தூண்டப்பட்டு தாதுக்களை எரிக்க ஆரம்பிக்கும்.[1] 7½.

ஹேமந்தருது சர்யை.

ஆகையினால் இந்த ஹேமந்தருதுவில் மதுரமும், அம்லமும், லவணரஸமுமுள்ள பதார்த்தங்களையே உபயோகியுங்கள்.[2] இந்த ருதுவில் இராத்திரி நேரம் மிக நீண்டிருக்குமாகையால் உதயகாலத்திலேயே பசியுத்தீபநமாகும்; ஆகவே அவசியமான காரியங்களை[3] முடித்துக்கொண்டு உடனே மேற்கூறப்படுமாறு செய்யவேண்டும்:—வாதஹரமான தைலங்களை தேஹத்தில் தேய்க்கவேண்டும்; சிரஸ்ஸிலும் தைலத்தை நன்றாகத் தேய்க்கவேண்டியது அவசியம். முறைப்படி வியாயாமம் முதலியவற்றில் நிபுணராயிருப்பவரோடு கைச்சண்டையிடுவதும், சரீரத்தை மர்த்தநம் செய்வதும், பாதங்களால் மிதிப்பதும் நலமாம்.[4] பிறகு உவர்ப்பான வஸ்துக்களைத் தேய்த்து எண்ணெய்ப்பசையைப் போக்கிவிட்டு, முறைப்படி ஸ்நானம் செய்து, குங்குமப்பூ, கஸ்தூரி இவற்றை உடம்பிற் பூசிக்கொண்டு, அகிற்கட்டையை அக்னியிலிட்டு அதிலிருந்தெழும் தூமத்தினால் தேஹத்திற்கு தூபனம் செய்துகொள்ளவேண்டும். அப்பால் மிகவும் ஸ்நிக்த்தமான மாம்ஸரஸங்கள், போஷணையுண்டாக்கக்கூடிய மாம்ஸம், கௌடமென்னும் மது,[1] அச்சஸுரை,[2] ஸுரை,[3] கோதுமை மாவினாலும் உளுந்தாலும் கருப்பஞ்சாற்றாலும் பக்குவம் செய்யப்பட்ட சிறந்த சிற்றுண்டிகள், அப்பொழுதே பக்குவம் செய்த அன்னம், வஸை[4], எண்ணெய்ப்பசையுள்ள பணியாரம் இவற்றை யுக்தப்படி உட்கொள்ளலாம். சௌசகாரியங்களில் இளஞ்சூடான ஜலத்தை உபயோகிக்கவேண்டும். துப்பட்டி, மிருதுவான மயிர்களடர்ந்த சர்மம், பட்டுவஸ்திரம், மெல்லிய கம்பளம் முதலியவற்றைப் பரப்பிய படுக்கையின் மேல் தேஹ அனலைக் காக்கக்கூடிய குணமுள்ள அதிக கனமில்லாத வஸ்திரங்களைப் போர்த்துக்கொண்டு படுக்கவேண்டும். தகுந்த முறைப்படி சிறிதளவு வெயிலும் இருக்கலாம். வியர்வை யுண்டாகுமாறு ஏதேனும் உபாயம் செய்வது நலம். எப்பொழுதும் பாதரக்ஷையையும் போட்டுக்கொண்டிருக்கவேண்டும். திரண்டுருண்டு வளர்ந்த தொடை முதலிய அவயவங்களால் நன்கு விளங்குபவரும், மதுபானம் செய்து ஒருவாறு சிறிது மதங்கொண்டவரும், நறுமணம் பொருந்திய தூபங்களாலும் குங்குமம் முதலியவற்றாலும் பரிமளமுள்ள தேஹத்துடன் கூடியவருமான மனத்துக்கிசைந்த மனைவிகள் தமது உஷ்ண

1. சரீரத்தைப் போஷிப்பதற்கு வேண்டிய அளவாக ஆஹாரம் உபயோகிக்கப்படாவிட்டால், வாதம் என்னும் தோஷம் அதிகரிப்பதும், அது தேஹச்சூட்டை அல்லது ஜாடராக்னியைத் தூண்டி மாம்ஸம், மேதஸ் என்னும் கொழுப்பு முதலான தாதுக்களை எரிக்கச் செய்வதும் இயல்பு. ஒருவன் அடிக்கடி உபவாஸமிருந்தால் இளைத்துப்போவதற்கும் காரணம் இதுவே.

2. மதுராம்லலவண ரஸங்கள் ஸ்நிக்த்தமாகையால், பிரபலமான ஜாடராக்னியைத் தணிப்பதற்கும், வாதத்தைக் குறைப்பதற்கும் அவை யுக்தமானவையாம்.

3. மலவிஸர்க்கம் முதலியதைச் செய்வதே இங்கு அவசியமான காரியங்களாகும்.

4. எண்ணெயை உடம்பில் பூசிக்கொள்வதற்கு முன்னமே, உடம்பை மர்த்தநம் செய்வதும், மிதிப்பதும், கைச்சண்டை செய்வதும் உசிதம்.

1. கௌடம்—வெல்லத்தினால் செய்யப்படும் ஒருவித மது.

2. அச்சஸுரை—ஸுரை யென்னும் ஒருவித மதுவின் தெளிவான அம்சம். இதற்கே 'ப்ரஸந்நா' என்றும், 'ஸுராமண்டம்' என்றும் பெயர்.

3. ஸுரை—அரிசியைப் பக்குவம் செய்து இறக்கப்படும் ஒருவித மது.

4. வஸை—சுத்தமாம்ஸத்திலிருந்து எடுக்கப்படும் தைலம் போன்ற ஒருவித ஸத்துவம்.

மான அங்கங்களால் குளிரைப் போக்கிவிடுவர். பூமியின் கீழ் நிர்மிக்கப்பட்ட கிருஹத்தின் உட்புற அறைகளில் அக்னித்தழலால் சூடுண்டாக்கி அவற்றில் ஸஞ்சரித்துவந்தால், கடுங்குளிரால் ஸம்பவிக்கக்கூடிய கெடுதி ஒருபொழுதும் உண்டாகாது. 8—16.

சிசிரருதுவும் அதிற் செய்யக்கூடிய சர்யைகளும்.

சிசிரருதுவிலும் ஹேமந்த ருதுவுக்கேற்ற முறைகளையே இன்னும் அதிகமாய் அநுஸரித்து நடக்கவேண்டும்; ஏனெனில் அப்பொழுது குளிரும் அதிகம்; ஆதாநகாலம் ஆரம்பிப்பதால் அதன் ஸம்பந்தமான வறட்சியும் மிகுதியாயுண்டாகின்றது.[1] 17.

வஸந்த ருதுவின் குணம்.

சிசிரருதுவில் சயாவஸ்த்தை[2] யடைந்த கபமானது, வஸந்தருதுவில் சூரியகிரணங்களின் வெப்பத்தினால் கரைக்கப்பட்டு ப்ரகோபமடைவது[3] இயல்பு; அப்பொழுது அக்கபமானது ஜாடராக்னியை அழித்து அநேகவித வியாதிகளை யுண்டுபண்ணுமாகையால், அக்கபத்தை உடனே சமனம்செய்ய முயல்வது மிகவும் அவசியம். 18.

வஸந்தருது சர்யை.

நன்கு தீக்ஷ்ணமான வீர்யமுள்ள வமனௌஷதங்களாலும், நஸ்யம் முதலியவற்றாலும், இலகுவும் ரூக்ஷமுமான போஜநங்களாலும், வியாயாமம்-மர்த்தநம் • குத்துதல் என்னும் இவற்றாலும் மேலோங்கிய கபத்தைப் பரிஹரித்து, ஸ்நாநம் செய்து, பச்சைக் கர்ப்பூரம், சந்தனம், அகில், குங்குமப்பூ இவற்றைப் பூசிக்கொள்ளலாம். அப்பால் பழகிய வாற்கோதுமை, கோதுமை, தேன், சூலத்திற் குத்தி நன்றாகப் பசநம்செய்த ஜாங்கலமாம்ஸம் இவற்றைப் புஜித்து, மாம்பழச்சாறு கலந்து எவ்விதத்திலும் பழுதுறாத சீது[1] மார்த்வீகம்[2] மாதவம்[3] என்னும் மத்ய வகைகளை மித்திரர்களோடுகூட அருந்தலாம்; அம்மத்யங்கள் மனதுக்கிசைந்த மணாட்டிகளின் முகப்பரிசத்தினால் மிகப் பரிமளமுள்ளவையாகவும், அவர்களுடைய கருங்குவளை மலர்களுக்கொப்பான கண்களின் பிரதிபிம்பங்களை பெற்றவையாகவும், மனதுக்கு இன்பமூட்டத் தருந்தவையாகவும், ஹ்ருதயத்திற்கு பலமுண்டாக்கக் கூடியவையாகவும், தனது இன்பமுற்ற இல்லாளால் அளிக்கப் படுபவையாகவும் இருத்தல் மிகவும் நலம். சுக்கு, சந்தனம் முதலியவற்றின் ஸத்து, தேன், வெட்டிவேர் முதலியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த ஜலத்தைப் பருகலாம். தென்திசையிலுண்டாகும் மந்தமாருதத்தினால் குளிர்ந்திருப்பவையும், நாற்புறமும் தண்ணீரருவிகளால் சூழப்பட்டிருப்பவையும், சூரியனை முற்றிலும் மறைத்து வெயிலின் வெப்பத்தை அடியோடு அகற்றியவையும், மணிமயமான மேடைகளின் ஒளிகளால் பிரகாசிப்பவையும், காதுகளுக்கு இன்பமாய் கூவும் குயில்களுடன் கூடியவையும், ஒருவருக்கொருவர் காதலுடன் கிரீடை செய்வதற்கேற்ற பிரதேசங்களமையப் பெற்ற

1. வறட்சி முதலியதைப் போக்குவதற்காக ஹேமந்தருதுவுக்கு ஏற்றவையென்று கூறப்பட்ட ஸ்நிக்த்தமான ஆஹாரம் முதலானதை யுபயோகிக்கவேண்டும் எனக் கருத்து.

2. சயம்—இதைப்பற்றிய விவரங்களை மேலே 12-வது அத்தியாயத்தில் 22, 23 இந்த பத்தியங்களின் மொழி பெயர்ப்பிற் காண்க.

3. ப்ரகோபம்—இதன் விவரங்களை 12-வது அத்தியாயத்தில் 23-வது பத்தியத்திற் பார்க்க.

1. கருப்பஞ்சாறு அல்லது இனிய சுவையுள்ள கனிமுதலியதை ஊறவைத்துப் பக்குவம் செய்யப்படும் மது "சீது" எனப்படும். இது "பக்வரஸசீது" "சீதரஸசீது" என இருவகைப்படும். (சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில்—வைத்திய கலாநிதி ஆபீஸில் வெளியான தமிழ்மொழி பெயர்ப்பில்—132-வது பக்கத்தைப் பார்க்க.)

2. மார்த்வீகம்—திராக்ஷையினாலான மது.

3. மாதவம்--தேனால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட மது.

வையும், பற்பல நிறமான புஷ்பங்களால் மிக மனோஹரமான மரங்களடர்ந்தவையும், ஆகவே நறுமணம் வீசுபவையுமான கிரீடாவனங்களில் நண்பருடன்கூடி. விதம்விதமான கதைகளைக் கேட்டு வேடிக்கையாய் விளையாடிக்கொண்டு பேரின்பத்தோடு பகற்பொழுதைக் கழித்து வரவேண்டும். குருகுணம், சீதவீர்யம், ஸ்நிக்த்தம், அம்லம், மதுரம் இத்தன்மையுள்ள பதார்த்தங்களையும், பகலில் நித்திரை செய்வதையும் இக்காலத்தில் பரிஹரிக்கவேண்டும். 19-25½.

கிரீஷ்மருதுவின் குணம்.

கிரீஷ்மருதுவில் சூரியவெப்பம் அதிதீக்ஷ்ணமாய் விடுவதால் உலகத்திலுள்ள திரவ பாகத்தையே அவ்வெப்பம் உறிஞ்சிவிடுவதுபோலிருக்கும்; ஆகவே தினந்தோறும் கபம் க்ஷயித்து வாயுவும் விருத்தியடைந்து வருகின்றது. 26½.

கிரீஷ்மருது சர்யை.

ஆகையினால் இந்த ருதுவில் இலவணம், கடு, அம்லம் இச்சுவையுள்ள பதார்த்தங்களையும், வியாயாமம்[1] செய்வதையும், வெயிலில் ஸஞ்சரிப்பதையும் பரிஹரிக்கவேண்டும். சீக்கிரம் ஜீர்ணமாகக்கூடியதும், ஸ்நிக்த்தமானதும், திரவமாயிருப்பதும், மதுர ரஸமொன்றையே மிகப்பிரதாநமாயுடையதுமான ஆஹாரத்தை உட்கொள்ளவேண்டும். மிகக் குளிர்ந்த ஜலத்தினால் தேஹத்தை நனைத்துக்கொண்டு, வாற்கோதுமைப் பொரிமாவையும் சர்க்கரையையும் கலந்து உட்கொள்வது நலம். மதுபாநம் செய்யக்கூடாது; செய்வதாயிருந்தால் சொற்ப அளவாகவும், அதிலும் அதிக ஜலம் சேர்த்தும் உட்கொள்ளவேண்டும். இல்லையேல் சோபையையும், அங்கங்களில் தளர்ச்சியையும், அழற்சியையும், மயக்கத்தையும் அது உண்டுபண்ணும். குருக்கத்திப்பூ, சந்திரன் இவற்றைப்போல் வெண்மையான சம்பா அரிசியாலான அன்னத்தை ஜாங்கலமாம்ஸங்களுடன் கலந்து உபயோகிக்கவேண்டும். அதிக குழம்பாக இல்லாத மாம்ஸரஸம், ரஸாலா,[1] ராகம்,[2] காண்டவம்,[3] பஞ்சஸாரபாநகம்[4] இவற்றில் ஏதேனும் வேண்டியதை புதிய மட்பாத்திரத்தில் வைத்திருந்து, அதில் வாழைப்பழத்துண்டுகளையும் பலாச்சுளைகளையும் சேர்த்து, சிறிது அம்லமாகவும் செய்து மண்மயமான சிறிய சிப்பிகளால் எடுத்துப் பருகவேண்டும். பாதிரிப்பூவையும், கற்பூரத்தையும் சேர்த்து வாஸனையேற்றப்பட்டு மிகக் குளிர்ச்சிபொருந்திய ஜலத்தைப் பருகவேண்டும். இரவில் சந்திர கிரணங்களாலும், நக்ஷத்திர வெளிச்சத்தினாலும் குளிர்ந்து சர்க்கரையும் கலந்துள்ள எருமைப்பாலை, சசாங்ககிரணங்கள்[5] என்னும் பக்ஷ்யங்களைப் புஜித்துக்கொண்டே ஆனந்தத்துடன் அருந்தவேண்டும். ஆகாசத்தை அளாவிய ஆச்சாமரங்களாலும் மிகப் பெரிதாக வளர்ந்த பனமரங்களாலும் சூரியன் மறைக்கப்பட்டு நிழலடர்ந்தவையும், முல்லைக்கொடிகளால் தழுவப்பெற்ற அழகிய திராக்ஷைக் கொடிகளாலும் அவற்றின் பழக்கொத்துகளாலும் விளங்குபவையுமான உத்தியாநவனங்களில், மாந்தளிர்களுடையவும் மாங்கனிகளு

1. வியாயாமம்--உழைப்பு அல்லது தேஹப் பயிற்சி.

1. ரஸாலா—ஏலக்காய், இலவங்கப்பட்டை, ஜாதிக்காய் முதலியவற்றைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்படும் பச்சடியைப் போன்றதோர் உணவு.

2. ராகம்—வெல்லம், மாதுளை, தேன் முதலியவற்றாலான ஒருவித பான வகை.

3. காண்டவம்—இனிப்பு, புளிப்பு, கார்ப்பு, உப்பு இவ்வித சுவைகளுள்ளதாய் செய்யப்படும் ஒருவித பணியாரம்.

4. பஞ்சஸாரம்—திராக்ஷை, இலுப்பைப்பூ, குமிழன், கர்ஜூரம், ஈச்சம்பழம் இவற்றையும், கற்பூரம் முதலானதையும் சேர்த்து செய்யப்படும் பாநகம்.

5. சசாங்ககிரணம்--ஜிலேபி முதலியதைப்போன்ற ஒருவித பக்ஷ்யம்.

டையவும் கொத்துகளால் சூழப்பெற்ற பந்த
லில், பரிமளம்பொருந்திய பன்னீர்களால்
நனைக்கப்பட்ட மெல்லிய வஸ்திரப்படல்கள்
நாற்புறமும் தொங்க, மிகக் கோமளமான
வாழையிலைகளென்ன, செங்கழுநீர்மலர்களெ
ன்ன, தாமரைப் பூக்களென்ன; அவற்றின்
தண்டுகளென்ன, கருங்குவளைப் புஷ்பங்க
ளென்ன இவற்ருலான சயனத்திலாவது, மனோ
ஹரமான தளிர்களையும் மலர்களையும் பரப்பிய
தாராக்ருஹத்திலாவது [1] சயனித்துக்கொண்டு
நடுப்பகலில் சூரியதாபத்தால் வருந்துபவன்
ஸுகமாக நித்திரை புறவேண்டும்; அந்த தாரா
க்ருஹங்களில் பெண்ணுருவமுள்ள பிரதிமை
களின் முகங்களிலிருந்தும், கை முதலிய அவ
யவங்களிலிருந்தும் வெட்டிவேரால் வாஸனை
யுண்டாக்கப்பட்ட ஜலம் விழுந்துகொண்டிருக்
கும்படி அமைக்கவேண்டும். இராக்காலங்களி
லும் சந்திரகிரணங்கள் பரவிய பெரியதோர்
உப்பரிகையின்மீது இருந்துவரலாம். மனி
தன் கவலையற்று களிப்புற்ற மனமுடையவ
னுய், சந்தனம் பூசி மாலையைத் தரித்து மிக
மெல்லிய வஸ்திர முடித்திக்கொண்டு புணர்ச்சி
யின்றி ஸுகமாயிருந்து வரவேண்டும். சிறிது
ஈரமான உடைகளும், சிற்ருல வட்டங்களும்,
விசாலமாகத் தடித்த தாமரையிலைகளும், தண்
ணீர்த் திவலைகளோடு குளிர்ந்த காற்றுவீசும்
மிருதுவான சாமரை முதலியனவ்களும்,
கற்பூரம் மல்லிகைப்பூ இவற்ருலான மாலைக
ளும், செஞ்சந்தனக் குழம்பில் நனைத்த நல்
முத்துச் சரங்களும், மனோஹரமாகவும் மதுர
மாகவும் மழலைச்சொற்களை மொழிந்திடும் குழ
ந்தைகளும், பெண்கிளிகளும் ஆண்கிளிகளும்,
தாமரைக் கொடிகளைக் கங்கணங்களாகப்
பூண்டு நன்கு மலர்ந்து நறுமணங்கமழும் கமல
மலர்களை அங்கங்களில் அணிந்து ஸஞ்சரிக்
குந் தன்மையுடைய தாமரை யோடைகளெ
னத்தகும் மனதுக்கிசைந்து மனோஹரமா
யுள்ள மங்கையரும் பரிச்ரமத்தைப் பரிஹரிக்
கக் கூடிய ஸாதநங்களாம். 27—41.

வர்ஷருதுவின் குணங்கள்.

ஆதாநகாலத்தினுல் வாட்டமுற்ற அங்கங்
களையுடையவருக்கு ஏற்க
னவே ஜாடராக்னி மந்தப்
பட்டிருந்தும், மீண்டும் மாரி
காலங்களில் இயற்கையாகவே கோளாறடை
யும் தோஷங்களால் இன்னும் அதிகமாக மந்
தப் பட்டுவிடும். அதெங்ஙனமெனில்:—ஆகா
யத்தில் மேகங்களடர்ந்து எங்கும் தொங்கு
கையில் திடீரென்று மிகக் குளிர்ந்து நீர்த்தி
வலைகளுடன்கூடிய வாயுவினுலும், பூமியிலிருந்
தெழும் ஆவியினுலும், அம்லபாகமடைந்த [1]
மலினமான ஜலத்தினுலும், ஆகவே மந்தமாகப்
போன உடற்சூடு அல்லது ஜாடராக்னியினு
லும் அத்தோஷங்கள் விகாரமடைகின்றன. [2]
42—43½.

வர்ஷருது சர்யை.

தோஷங்கள் இவ்வாறு ஒன்றேடொன்று
விகாரமடைந்து வருங்கால்,
எல்லாத் தோஷங்களையும் இய
ற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டு
வரக்கூடியதும், அக்னியைத் [3] தூண்டிக்கொடு
க்க வல்லதுமாயுள்ள எதையும் உபயோகிக்க
வேண்டும். மனிதன் சரீரத்திற்கு முறைப்படி

1. தாராக்ருஹம்—குழாய்களிலிருந்து தாரைபோல
வும் திவலைகளாகவும் புஷ்பங்களைப் போலவும் ஜலம்
சொரியும்படி அமைக்கப்பட்ட பிரதேசம்.

1. காலஸ்வபாவத்தினுல் அப்பொழுது ஜலம் சரீ
ரத்தினுள் ஒருவாறு புளித்துவிடுவது இயல்பு; ஜலத்
தில் அச்சமயம் பலவிதமான மலினவஸ்துக்கள் கலப்
பதே இதற்குக் காரணமாகுமென்க.

2. திடீரென்று குளிர்ச்சியடைந்த ஜலத்திவலை
களைப்பெற்ற வாயுவால் வாததோஷமும், ஆவியினு
லும் அம்லபாகமடைந்த ஜலத்தினுலும் பித்தமும்,
மலினமான ஜலத்தினுலும் அக்னி மாந்தியத்தினுலும்
கபமும் முறையே கோளாறடையும் எனக் கருத்து.

3. அக்னி—இதற்கு இச்சாஸ்திரத்தில் பெரும்பா
லும் ஜாடராக்னி என்றே பொருள்படும்.

சோதநசிகித்ஸைகளைச் [1] செய்துகொண்டு ஆஸ்
த்தாபநவஸ்தியைச் [2] செய்துகொள்ள வேண்
டும்; பிறகு வேண்டியவளவு பழகிய
தானியம், பக்குவம்செய்த மாம்ஸரஸங்கள்,
ஜாங்கலமாம்ஸம், யூஷங்கள் [3] வெகு நாட்
பட்ட தேன், அநேகவிதமான அரிஷ்டம், [4]
ஸௌவர்ச்சலவணம் [5] நிரம்பவும் சேர்ந்ததும்
பஞ்சகோல சூர்ணம் [6] கலந்ததுமான நீர்மோர்,
ஆகாயத்திலேயே ஏந்தப்பட்ட சுத்தமான
மழை நீர், கிணற்று ஜலம், கொதிக்க வைத்த
ஜலம் என்னும் இவற்றை யுபயோகிக்கவேண்
டும். அபரிமிதமாக மழை பொழிகையில்
அம்லரஸமும் இலவணரஸமும் ஸ்நேஹமும்
அதிகமாகச் சேர்ந்ததும், சற்றும் ஈரமில்லா
மல் சுஷ்கமாயிருப்பதும், தேன் கலந்ததும்,
இலகு குணமுள்ளதுமான உணவையே உப
யோகிக்கவேண்டும். எப்பொழுதும் பரிம
ளம் பொருந்திய சரீரமுடையவனுய், நல்ல
வாஸனையுள்ள வஸ்துக்களால் தூபமிட்ட
வஸ்திரங்களையுடுத்திக்கொண்டு, காலால் ஸஞ்
சரிக்காமல், நீராவியென்ன, குளிரென்ன, நீர்த்
திவலைகளென்ன இவையொழிந்த உப்பரிகைக
ளில் வஸித்து வரவேண்டும். நதீஜலம், நெய்ப்
பசை முதலியவை அதிகமாகக் கலந்த நீர்
மோர், பகலில் நித்திரை செய்தல், ஆயாஸ
கரமான வேலை, வெயில் இவற்றைப் பரிஹரி
க்க வேண்டும். 44-48.

சரத் ருதுவின் குணங்கள்.

வர்ஷருதுவில் சைத்தியம் சரீரத்திற்கு அப்
யாஸமாய்விடவே அவ்வித
மனிதர்கள் திடீரென்று சரத்
ருதுவில் சூரியவெப்பத்தினுல்
தாபமடைய நேரிடுவதால், அதற்கு முன் ருது
வில் சயாவஸ்தையடைந்த பித்தமானது சர
த்ருதுவில் ப்ரகோபமடைகிறது. [1] 49.

சரத்ருது சர்யை.

அவ்வாறு ப்ரகோபமடைந்த பித்தத்தைப்
போக்குவதற்காக திக்தக க்ரு
தத்தை [2] உட்கொள்வதுடன்,
விரேசந சிகித்ஸையும், [3] ரக்த
மோக்ஷணமும் [4] செய்யவேண்டும். நன்ருகப்
பசியெடுக்கும் பொழுது கசப்புள்ளதும் மதுர
மானதும் துவர்ப்பாகவுமுள்ள இலகு குணம்
பொருந்திய உணவை உபயோகிக்கவேண்டும்;
அவ்வுணவு சம்பா அரிசி, பயறு, சர்க்கரை,
நெல்லிக்கனி, பேய்ப்புடல், தேன், ஜாங்கல
மாம்ஸம் இவை ஸம்பந்தப்பட்டதாயிருக்க
வேண்டும். 50, 50½

ஹம்ஸோதகம்.

பகலிலும் இரவிலும் இடைவிடாமல் நாற்
புறமும் சூரிய கிரணங்களின்
பரிசத்தினுல் சூடுண்டாக்கப்
பெற்றதும், சந்திரனுடைய
கதிரொளிகளால் குளிர்ச்சி பொருந்தியதும்,
அகஸ்திய நக்ஷத்திரம் உதயமாவதால் [5] தோ
ஷம் நீங்கியதும், ஆகவே ஸகல மாசுகளும்
ஒழிந்து மிகப் பரிசுத்தமாயுள்ளதுமான ஜலம்
ஹம்ஸோதகம் என்று வழங்கப்படும். இது

1. வமநவிரேசநாதிகள் சோதந சிகித்ஸைகள் எனப்
படும்.

2. ஆஸ்த்தாபந வஸ்தி—கஷாயாதிகளால் செய்யப்
படும் வஸ்தி; இது ஆங்கிலத்தில் Enema என்று
வழங்கப்படும்.

3. யூஷங்கள்—கஞ்சிவகைகள். [வைத்திய கலா
நிதி ஆபீஸில் வெளியான சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில்
87, 88-வது பக்கங்களைப் பார்க்க.]

4. அரிஷ்டம்—ஔஷதிகளைக் காய்ச்சி அவற்ருல்
தயார் செய்யப்படும் ஒருவித மது.

5. ஸௌவர்ச்சல் லவணம்—அட்டுப்பு.

6. பஞ்சகோலம்—திப்பிலி, மோடி, சவ்வியம், சித்
திரமூலம், சுக்கு இவ்வைந்துக்கும் பெயர்.

1. சயாவஸ்த்தை, ப்ரகோ பாவஸ்த்தை என்னும்
விஷயங்கள் 12-வது அத்தியாயத்தில் விவரிக்கப்படு
கின்றன.

2. திக்தக க்ருதம்—சிகித்ஸாஸ்த்தாநத்தில் குஷ்ட
சிகித்ஸையில் கூறப்பட்டிருக்கும் முறை.

3 விரேசநம்—மலத்தை குதத்தினுல் கழிப்பதற்
கான சிகித்ஸை.

4. ரக்தமோக்ஷணம்—இரத்தக் குழாய்களிலிருந்து
இரத்தத்தைக் குத்தி வெளிப்படுத்தல்.

5. சரத்ருதுவில் அகஸ்தியநக்ஷத்திரம் உதயமாவ
தால், அந்த நக்ஷத்திரமஹிமையினுல் கலங்கிய ஜலம்
தெளிந்து விடுமாம்.

எவ்வித தோஷத்தையும் அகற்றக்கூடியது; இந்த ஜலம் அபிஷ்யந்தி[1] யாகவும் இல்லாமல், ரூக்ஷமாகவுமில்லாமல் [2] நடுத்தரமான குணமுடையதாகையால், பாநம் முதலியதற்கு அமுதம்போல் அநுகூலமானது. 51-52½.

சரத்ருதுவில் உபயோகிக்கக் கூடியவையும் தகாதவையும்.

சந்தனம், வெட்டிவேர், பச்சைக்கற்பூரம், முத்துமாலை, நிர்மலமான வஸ்திரம் இவற்றைத் தரித்துக் கொண்டு பார்ப்பதற்கு மனோஹரமாயிருந்தவனாய், அந்திநேரத்தில் மட்டும் மாடிகளின் உச்சிகளில் சுண்ணச் சாந்துபோல் வெண்ணிறமான நிலவில் உட்கார்ந்திருத்தலும் நலம். பனி, க்ஷாரங்கள், முற்றிலும் திருப்தியுண்டாகுமாறு புஜித்தல், தயிர், தைலம், கொழுப்பு, வெயில், தீக்ஷ்ண வீர்யமுள்ள மது, பகலில் நித்திரை, கிழக்காற்று இவற்றை இந்த ருதுவில் பரிஹரிக்கவேண்டும். 53—54½.

அந்தந்த ருதுவில் உபயோகிக்கக்கூடிய இரஸங்கள்.

ஹேமந்தருது, சிசிரருது, வர்ஷருது இவற்றில் முதல் மூன்று இரஸங்கள் [3] அடங்கிய பதார்த்தங்களையும், வஸந்தருதுவில் இறுதியிற் கூறப்பட்ட மூன்று இரஸங்களடங்கியவற்றையும், [4] கிரீஷ்மருதுவில் மதுரரஸத்தையும், சரத்ருதுவில் இனிப்பு கைப்பு துவர்ப்பு இச்சுவையுள்ள வஸ்துக்களையும் உபயோகிக்கவேண்டும். 55½.

அந்தந்த ருதுவுக்கேற்ற அன்னபானங்கள்.

சுருக்கமாகக் கூறுவோமாயின் சரத்ருது வஸந்தருது இவ்விரண்டிலும் ரூக்ஷமான அன்னபானங்களையும், கிரீஷ்மருது சரத்ருது இவ்விரண்டிலும் சீதமான அன்னபானங்களையும், இதர காலங்களில் இவற்றிற்கு எதிரிடையான குணங்களுள்ள வஸ்துக்களையும் உபயோகிக்கலாம்.[1] 56½.

எல்லா ருதுக்களிலும் உபயோகிக்கக் கூடிய இரஸங்களைப் பற்றிய விசேஷ விதி.

எல்லாக் காலங்களிலும் எல்லா இரஸங்களையுமே கலந்துபயோகித்து வரவேண்டும்; ஆனால் ஒவ்வொரு ருதுவிலும் அக்காலத்திற்கு ஹிதமான சுவையுள்ள வஸ்துக்களையே அதிகமாய் உபயோகிக்கவேண்டும்.—57.

ருது ஸந்தியும் அதிற்செய்ய வேண்டிய சர்யையும்.

ஒவ்வொரு ருதுவினுடையவும் இறுதியிலுள்ள ஏழு நாட்களும் ஆதியிலுள்ள ஏழுநாட்களும் ஒருமிக்க ருதுஸந்தி என்று வழங்கப்படும். அந்த ருதுஸந்தியில், கழிந்து போன ருதுவில் அநுஸரித்து வந்த ஆசாரத்தை கிரமமாகவிட்டு வருவதுடன், வரப்போகிற ருதுவுக்கேற்ற சர்யையை சிறுகச் சிறுக அநுஷ்டிக்க முயலவும் வேண்டும்.—58.

திடீரென்று எதையும் செய்வதாலும் விடுவதாலும் உண்டாகும் தீங்குகள்.

வழக்கத்திலுள்ள காரியங்களைத் திடீரென்று விட்டுவிடுவதாலும், வழக்கத்திலிராதவைகளைத் திடீரென்று செய்ய முயல்வதாலும் அஸாத்மியஜமான[2] வியாதிகள் ஸம்பவிக்கும்.—58½.

---

1. அபிஷ்யந்தி-வைத்தியகலாநிதி ஆபீஸில் வெளியான சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 16-வது பக்கம் பார்க்க.

2. ரூக்ஷம்—வறட்சி.

3. இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு இவை முதல் மூன்று ரஸங்கள்.

4. கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு இம்மூன்றும் இறுதியிற்கூறிய சுவைகள்.

1. சரத்ருது வஸந்தருது இவற்றைத் தவிர்த்து மற்ற நான்கிலும் ஸ்நிக்த்தமான பதார்த்தங்களையும், கிரீஷ்மருது சரத்ருது இவற்றைத் தவிர மற்ற நான்கிலும் உஷ்ணமான வஸ்துக்களையும் உபயோகிக்க வேண்டும் என்று இதனால் நிச்சயிக்க.

2. அஸாத்மியம்—வழக்கமின்மையினால் சரீரத்திற்கு ஒத்துக்கொள்ளாதது; அவ்வித வஸ்துக்களை உபயோகிப்பதால் அல்லது அவ்வித காரியங்களைச் செய்வதால் உண்டாகும் வியாதிகள் அஸாத்மியஜ வியாதிகள் என்று சொல்லப்படும். உதாரணமாக: கிரீஷ்மருதுவில் அநுஷ்டித்துவந்த சர்யைகள் வழக்கத்தில் வந்துவிட்டமையால், திடீரென்று வர்ஷருதுவில் அதை விட்டுவிட்டு, வர்ஷ ருதுவுக்கு அநுகூலமான ஆசாரங்களை நடத்துவது அஸாத்மியமான சர்யை எனப்படும்; இவ்விதமே மற்ற ருதுக்களிலும் என்றறிக. ஆகவே ருது ஸந்தியில் கிரமமாக அவற்றை மாற்றவும்.

நான்காம் அத்தியாயம்.

அப்பால் ரோகாநுத்பாதநீயம் [1] என்னும் அத்தியாயத்தைக் கூறுகிறோம்:—

வேகவிரோதம் செய்யக்கூடாது.

வேகங்களை[2] அடக்கித் தடுத்துவிடக் கூடாது. அவ்வித வேகங்களாவன:—அபாநவாயுபிரிதல், மலவிஸர்க்கம், மூத்திரவிஸர்க்கம், தும்மல், நாவறட்சி, பசி, நித்திரை, இருமல், ச்வாஸம், கொட்டாவி, கண்ணீர், வாந்தி, சுக்லவிஸர்க்கம் என்பவையாம். 1.

அபாநவாயு விரோதத்தால் உண்டாகும் தீங்குகள்.

அபாநவாயுவைத் தடைசெய்வதால் குன்மம், உதாவர்த்தம்,[3] வயிற்றுவலி, சரீரவாட்டம், அபாநவாதமும் மூத்திரமும் மலமும் வெளிவர முடியாமல் குடலில் சேர்ந்துவிடுதல், திருஷ்டிநாசம், ஜாடராக்னி மந்தமாகப்போதல், ஹ்ருதயத்தைப் பற்றிய வியாதிகள் இவை ஸம்பவிக்கும். 2.

அபாநவாத விரோதத்தாலாகும் தீங்குகளுக்குப் பரிஹாரம்.

அபாநவாதத்தைத் தடை செய்வதால் உண்டாகும் கோளாறுகளில் ஸ்நேஹசிகித்ஸை,[4] ஸ்வேதசிகித்ஸை,[5] வர்த்திப்ரயோகங்கள்,[6] வாதஹரமான போஜனங்கள், வாதஹரமான பானவகைகள், அவ்வித வஸ்திகர்மங்கள்[1] என்னும் இவ்வித சிகித்ஸைகள் செய்யக்கூடியனவாம். 3.

மலவிஸர்க்கத்தைத் தடுப்பதாலுண்டாகும் தீங்குகள்.

மலவிஸர்க்கத்தை அடக்கினால் காலிலுள்ள ஆடுச்சதை முறுக்கிக்கொள்ளுதல், ப்ரதிச்யாயம்[2], சிரோவேதனை, ஊர்த்வ ச்வாஸம், ஆஸநத்வாரத்தில் கடுப்பு, ஹ்ருதய நடை தடைபடுதல் அல்லது மாரடைப்பு, முகத்தின் வழியாக மலம் வெளியாதல் என்னும் இவையும், அபாநவாயுவைத் தடுப்பதால் ஸம்பவிப்பதாக முன் கூறப்பட்டுள்ள வியாதிகளும் உண்டாவதாக நிச்சயிக்கப் பட்டிருக்கிறது. 4, 4½.

மூத்திரவேகவிரோதத்தாலுண்டாகும் தீங்குகள்.

மூத்திரம் வெளியாகவேண்டியிருக்க அதை அடக்கினால் அச்மரீரோகம்,[3] வஸ்தியிலும்[4] ஆண்குறியிலும் துடையிடுக்கிலும் வேதனை, இவற்றோடு வாதவிரோதத்திற்குக் கூறிய ரோகங்களும் பெரும்பாலும் உண்டாகின்றன. 5½.

மலப்ரவ்ருத்தியைத் தடுப்பதாலான தீங்குகளைப் பரிஹரிக்கு முபாயம்.

அவ்வாறு மலப்ரவ்ருத்தியைத் தடுப்பதால் ஏற்படும் கெடுதிகளில் வர்த்திகளையும், அப்யங்கத்தையும்,[5] அவகாஹநத்தையும்,[6] ஸ்வேதவிதியையும், வஸ்தியையும் பிரயோகிப்பதே தகுந்தசிகித்ஸையாகும். மலத்தைத் தடுப்பதா

---

1. ரோகாநுத்பாதநீயம்- வியாதியுண்டாகாமல் அவற்றைத் தடுப்பதற்கான உபாயங்களை அறிவிக்கும் அத்தியாயம்.

2. வேகங்கள்—மலவிஸர்க்கம், மூத்திரவிஸர்க்கம், பசி, தாஹம், நித்திரை முதலியவை வேகங்கள் எனப்படுகின்றன.

3. உதாவர்த்தம்—குதம், மூத்திரமார்க்கம் முதலியவற்றால் வெளிவரவேண்டியவை அதற்கு மாறாகமேல் நோக்கிக் கிளம்புவது உதாவர்த்தம் எனப்படும்.

4. ஸ்நேஹசிகித்ஸை—இதைப்பற்றி 16-வது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க.

5. ஸ்வேதசிகித்ஸை—17-வது அத்தியாயம் பார்க்க.

6. வர்த்திப்ரயோகங்கள்—மதநபலம் என்னும் மருக்காரை முதலியதால் செய்யப்படும் நீண்டமாத்திரைகளைப்போன்ற குளிகைகளை குதத்தில் பிரவேசிக்கச் செய்தல்.

1. வஸ்திகர்மங்கள் — 19-வது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க.

2. ப்ரதிச்யாயம்—நாசியிலுண்டாகும் பீநஸம்போன்ற ஒருவித நோய்.

3. அச்மரீ—மூத்திரமார்க்கத்தில் கற்கள் போன்ற பதார்த்தங்கள் உண்டாவதாலான வியாதி.

4. வஸ்தி—மூத்திரப்பை.

5. அப்யங்கம்—தேஹத்தில் எண்ணெய் முதலியவற்றைத் தேய்த்துக் கொள்ளுதல்.

6. அவகாஹம்—எந்தெந்த அவயவம் வியாதியினால் பீடிக்கப்படுகின்றதோ அவ்வவ்வவயவத்தை அதற்கேற்ற மூலிகைகளைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிய ஜலம் முதலானதில் அமிழ்த்தி யிருத்தல்.

னுண்டாகும் வியாதிகளில் மலத்தை உடைத்து வெளிப்படுத்துங்குணமுடைய அன்னபானங்களையு முபயோகிக்கவேண்டும். $6\frac{1}{2}$.

மூத்திரவேக விரோதத்தினலான தீங்குகளைப் பரிஹரிக்கு முபாயம்.

மூத்திரவேகத்தைத் தடுப்பதாலுண்டாகும் வியாதிகளில் ஆஹார முன்பதற்குமுன் கிருதபானம் செய்வது நலம்; உணவு ஜீர்ணமான பிறகு, கிருதத்தை உத்தம மாத்திரையாக[1] உபயோகிக்கவேண்டும்; இவ்வாறு ஆஹாரத்திற்கு முன்பும் அதற்குப் பிறகும் இரண்டுமுறை கிருத முபயோகிக்கும் முறை அவபீடகம் என்று வழங்கப்படும். 7, 8.

ஏப்பத்தைத் தடுப்பதாலான வியாதிகளும் அவற்றைப் பரிஹரிக்கு முபாயமும்.

ஏப்பம் விடுவதைத் தடுப்பதால் அரோசகம், உடம்பில் நடுக்கம், ஹ்ருதயம் மார்பு இவ்விரண்டிலும் ஒருவாறு அடைப்பு,வயிற்றுப்பொருமல், இருமல், விக்கல் இவை ஸம்பவிக்கும். இதற்கு விக்கலுக்கு ஏற்ற சிகித்ஸை[2] உபயோகமுள்ளதா யிருக்கும். 9.

தும்மலைத்தடுப்பதாலுண்டாகும் தீங்குகள்.

தும்மலைத் தடுப்பதால் தலைவலி, இந்த்ரியங்களுக்குப் பலம் குறைதல், மந்யாஸ்தம்பம்,[3] அர்திதம்[4] இவை யுண்டாகும். $9\frac{1}{2}$.

தும்மலை அடக்கியதாலான தீங்குகளில் பரிஹாரம்.

தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ள தூமங்களையும் அஞ்ஜனங்களையும் முகர்வது, நஸ்யமிடுதல், சூரியனைப் பார்த்தல் என்னும் இவ்வுபாயங்களால் தடைப்பட்ட தும்மலை மீண்டும் உண்டாக்கவேண்டும். ஸ்நேஹ சிகித்ஸை ஸ்வேதசிகித்ஸை இவற்றையும் செய்யவேண்டும். $10\frac{1}{2}$.

நாவறட்சியைத் தடுப்பதாலான தீங்குகளும் அவற்றின் பரிஹாரமும்.

நாவறட்சியைத் தடுப்பதால் முகம் உலர்ந்துவிடுதல், சரீரமிளைத்துவிடுதல், செவிட்டுத்தனம், மயக்கம், தலைச்சுற்றல், ஹ்ருதயத்தைப் பற்றிய வியாதிகள் இவையுண்டாகும். இதில் ஸகலவித சீதோபசாரமும் அநுகூலமாயிருக்கும்.—$11\frac{1}{2}$.

பசியையடக்குவதாலான தீங்குகளும் அதிற் பரிஹாரமும்.

பசியை அடக்குவதால் தேஹம் தளர்ச்சியுறுதல், அரோசகம், உடல் வாட்டம், இளைப்பு, தேஹத்தில் வலி, தலைச்சுற்றல் இவ்விகாரங்கள் உண்டாகும். இதில் இலகுவாகவும், ஸ்நிக்த்தமாகவும், உஷ்ணவீர்யமுள்ளதுமான உணவை சொற்ப அளவில் உபயோகிக்கவேண்டும், $12\frac{1}{2}$.

நித்திராபங்கத்தினலுண்டாகும் தீங்குகளும் அவற்றின் பரிஹாரமும்.

நித்திரையைத் தடுப்பதால் மயக்கம், தலையும் கண்களும் பாரமாயிருத்தல், சோம்பல், கொட்டாவி, உடலெங்கும் வேதனை இவை யுண்டாகும். அந்த நிலைமையில் நன்றாக நித்திரை செய்வதும், உடம்பை ஸம்வாகமாக மர்த்தநம் பண்ணுவதும் உசிதமாம்.—$13\frac{1}{2}$.

காஸவேகத்தைத் தடுப்பதாலுண்டாகுந் தீங்குகளும் பரிஹாரமும்.

இருமலை அடக்கிக்கொண்டு வந்தால் அதே இருமல் விருத்தியாவதுடன், ச்வாஸரோகம், அரோசகம், ஹ்ருதயத்தைப்பற்றிய வியாதிகள், க்ஷயம் விக்கல் இவையும் உண்டாகும். இதில் காஸஹரமான சிகித்ஸையையே[1] விசேஷமாகச் செய்யவேண்டும்—$14\frac{1}{2}$.

---

1. உத்தமமாத்திரை—ஒரு இராப்பகலில் ஜீர்ணமாகக்கூடிய ஔஷதாதிகளின் அளவு உத்தமமாத்திரை யெனப்படும்.

2. விக்கலுக்கு சிகித்ஸா ஸ்த்தாநத்தில் 4-வது அத்தியாயத்தில் சிகித்ஸை கூறப்படுகிறது.

3. மந்யாஸ்தம்பம்—கழுத்தின் பின்புறத்திலுண்டாகும் வலியுடன்கூடிய இசிவு.

4. அர்திதம்—முகவாய்க்கட்டையை அல்லது வாயை ஒரு பக்கமாக இழுக்கும் வாதரோகம்.

1. சிகித்ஸாஸ்த்தாநத்தில் "காஸசிகித்ஸிதம்" என்னும் 3-வது அத்தியாயத்திற் கூறப்படும் சிகித்ஸை.

சிரமச்வாஸத்தை அடக்குவதாலுண்டாகும் தீங்குகளும் பரிஹாரமும்.

ஆயாஸத்தினலுண்டாகும் பெருமூச்சை அடக்குவதால் குன்மம், ஹ்ருதய வியாதி, மூர்ச்சை இவைகளுண்டாகும். அதில் இளைப்பாறுதலும், வாதஹரமான சிகித்ஸா முறையும் அநுகூலமானவையாம்.—$15\frac{1}{2}$.

கொட்டாவியை அடக்குவதாலான தீங்குகளும் பரிஹாரமும்.

கொட்டாவியைத் தடுப்பதால், தும்மலையடக்குவதா லுண்டாவதைப் போலவே அவ்வித கோளாறுகள் ஸம்பவிக்கும். இதில் வாதஹரமான ஸகல விதமான சிகித்ஸையும் ஹிதமாயிருக்கும்.—16.

கண்ணீரை அடக்குவதாலுண்டாகும் தீங்குகளும் பரிஹாரமும்.

கண்ணீரைப் பெருகவிடாமல் தடுத்தால் பீநஸம், கண்ணோய், தலைநோய், ஹ்ருதய வியாதி, மந்யாஸ்தம்பம்,[1] அரோசகம், தலைச்சுற்றல், குன்மம் என்னும் இவ்வியாதிகள் உண்டாகும். அதில் நித்திரை செய்வதும், மதுபாநம் பண்ணுவதும், மனதுக்கின்பமான கதைகளும் அநுகூலமானவையாம்.—17.

வாந்தியை யடக்குவதாலுண்டாகும் தீங்குகள்.

வாந்தியை வரவிடாமல் தடுத்தால் விஸர்ப்பம்,[2] கோடம்,[3] குஷ்டம், கண்ணோய், பாண்டுரோகம், ஜ்வரம், காஸம், ச்வாஸம், ஹ்ருதயத்துடிப்பு, வியங்கம்,[4] வீக்கம் இவை உண்டாகும். 18.

வமனத்தைத் தடுப்பதாலுண்டாகும் தீங்குகளைப் பரிஹரிக்கும் முறை.

வமனத்தைத் தடுப்பதாலுண்டான வியாதிகளில் ரூக்ஷ குணமுள்ள கண்டூஷங்களையும்,[1] தூமபாநங்களையும் உபயோகித்து, அவ்வித ஆஹாரத்தையும் புஜித்து, அடக்கின வமநவேகத்தை மறுபடியும் தூண்டவேண்டும். மேலும் வியாயாமம், இரக்தமோக்ஷணம், விரேசனம் இவை உபயோகமானவையாம்; அப்யங்கம் செய்துகொள்வதற்கு க்ஷாரம், உப்பு இவற்றைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த தைலம் சிறந்த ஔஷதமாகும்.—19, $19\frac{1}{2}$.

சுக்லத்தைத் தடுப்பதாலுண்டாகும் தீங்குகள்.

சுக்லத்தைத் தடுப்பதால் அதே தாது அதிகமாகப் பொசிய ஆரம்பிக்கும்; குஹ்ய ஸ்த்தாநத்தில் வேதனையுண்டாகும்; அவ்விடத்தில் வீக்கமும் காணலாம்; ஜ்வரம், ஹ்ருதயத்தில் வேதனை, மூத்திர அடைப்பு, சரீரத்திற்குத் திறமை யொடுங்கிப் போதல், அண்டவ்ருத்தி, அச்மரீ, நபும்ஸகத்தன்மை இவையும் ஸம்பவிக்கலாம்.—$20\frac{1}{2}$.

சுக்ல விரோதத்தினலான வியாதிகளில் பரிஹாரம்.

முற்கூறிய கோளாறுகளில் சம்பா அரிசியினலான அன்னம், கோழியின் இறைச்சி, மது, வஸ்திகர்மம், அப்யங்கம், அவகாஹநம், வஸ்தி யென்னும் மூத்திரப்பையைச் சுத்திசெய்ய வல்ல மூலிகைகளைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த பால் இவற்றை யுபயோகிக்கலாம்; அன்பார்ந்த பெண்களுடன்கூடி விளையாடி இன்பமாகக் காலங்கழிக்கலாம்.—$21\frac{1}{2}$.

---

1. மந்யாஸ்தம்பம்—புறங்கழுத்து வலி அல்லது பிடிப்பு.

2. விஸர்ப்பம்—அக்கியென்று வழங்கப்படும் சர்ம வியாதி.

3. கோடம்—ஒருவித தழும்பு.

4. வியங்கம்—வங்கு என்னும் சர்மவியாதி.

1. கண்டூஷங்கள்—வாய்க்கொப்புளிக்கும் மருந்துகள்.

வேகரோகிகளில் சிகித்ஸைக்கு வசப்படாதவர்கள்.

நாவறட்சியினாலும், விசேஷமான வலியினாலும் பீடிக்கப்படுபவரும், மிகவும் இளைத்துப் போயிருப்பவரும், மலத்தை வாயால் கக்குபவருமான வேகரோகிகள்[1] வைத்தியர்களால் சிகித்ஸை செய்யப்படாமல் பரிஹரிக்கக்கூடியராவர்.—22.

வேகரோதமே வியாதிகளுக்கெல்லாம் காரணமாகும்.

முற்கூறிய எல்லா வேகங்களையும் பலாத்காரமாக நாமே தூண்டுவதாலும், அவற்றை அடக்குவதாலுமே ஸகல ரோகங்களும் ஸம்பவிக்கின்றன.—22½.

வேகவிரோதங்களாலுண்டாகும் எல்லாக் கோளாறுகளுக்கும் பொதுப்பரிஹாரம்.

வேகங்களை அடக்குவதாலுண்டாகும் கோளாறுகளுக்கு ஏற்ற பரிஹார முறைகள் அநேகம் சுருக்கமாகக் கூறப்பட்டன; அப்படிச் செய்தும் வாத தோஷம் பலவாறாக ப்ரகோபமடையுமாயின், அத்தோஷத்தை இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டுவரக்கூடிய அன்ன-பான-ஔஷதங்களை உபயோகிக்கவேண்டும்.—23,24.

வேகங்களில் சிலவற்றை அடக்கவேண்டும்.

ஆனால் இம்மையிலும் மறுமையிலும் நன்மையையே விரும்புபவன், ஜிதேந்த்ரியனாயிருந்து உலோபம், பொறாமை, பகைமை, பிறரது குணங்களில் வெறுப்புடைமை, ஆசை முதலான மானஸிக வேகங்களை எப்பொழுதும் அடக்கவேண்டும்.—25.

சில தோஷங்களை வலிய வெளிப்படுத்துவதும் அவசியம்.

மேலும் வாதாதி தோஷங்களை அவ்வப்பொழுது சோதந சிகித்ஸைகளால் பரிஹரிப்பதற்கும் பிரயத்நம் செய்யவேண்டும்; அத்தோஷங்கள் மிதமிஞ்சி அதிகரித்தால், அவை மிக ப்ரகோபமடைந்து உயிரையும் இழக்கச்செய்யுந் தன்மையன.—26.

1. வேகவிரோதம்—மல-மூத்திராதிகளை இயற்கைக்கு விரோதமாய் அடக்கிக்கொண்டிருத்தல்.

தோஷங்களைச் சுத்திசெய்ய சோதந சிகித்ஸைகளே ஏற்றவை.

லங்கந சிகித்ஸையினாலும்[1] பாசந சிகித்ஸையினாலும்[2] தோஷங்கள் இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டுவரப்படுகின்றனவாயினும், அவ்வித சிகித்ஸையினால் தோஷங்கள் மீண்டும் ப்ரகோபமடையக்கூடும்; சோதந சிகித்ஸைகளால்[3] சுத்திசெய்யப்பட்ட தோஷங்களோ மறுபடியும் அவ்வாறு கோளாறடைவதில்லை.—27.

சோதநத்திற்குப் பிறகு பிரயோகிக்கத் தகுந்த ஔஷத முறைகள்.

இவ்வாறு சோதந சிகித்ஸை செய்த பிறகு கிரமப்படியும், அந்தந்த ஔஷத முறைகளை அநுஸரித்தும் நற்பயனுண்டாக்கத் தகுந்தவையென்று அநுபவத்தினால் அறியப்பட்ட ரஸாயநங்களையும்,[4] விருஷ்ய யோகங்களையும்[5] வைத்தியர்கள் காலமறிந்து பிரயோகிக்கவேண்டும்.—28.

ஔஷத ப்ரயோகத்திற்குப் பிறகு அநுகூலமான ஆஹாராதி க்ரமம்.

ஔஷத ப்ரயோகங்களால் ஒருவாறு சிதைவுண்ட மனிதனுக்கு கிரமமாக ஆஹாரங்களைக்கொண்டு ப்ருஹ்மண சிகித்ஸை[6] செய்வது ஹிதமாம். அதெங்ஙனமெனில்:—மனதுக்கின்பமாகவும் ஹ்ருதயத்திற்கு பலந்தரக்

1. லங்கந சிகித்ஸை—உபவாஸம் முதலிய உபாயத்தினால் செய்யப்படும் சிகித்ஸை.

2. பாசந சிகித்ஸை—அபக்குவமான நிலைமையிலுள்ள ஆஹாரங்களை அல்லது தோஷங்களைப் பக்குவப்படுத்தும் சிகித்ஸாக்ரமம்.

3. விரேசநம், வமநம் முதலியவற்றால் மலாதிகளை தேஹத்தினின்றும் வெளிப்படுத்தல் சோதநம் எனப்படும்.

4. ரஸாயநங்கள்—கிழத்தனம் சீக்கிர முண்டாகாதபடி தேஹத்திற்கு வன்மையுண்டாக்கும் ஔஷதங்கள்.

5. விருஷ்ய யோகம்—சுக்ர தாதுவை விருத்திசெய்து விஷயேச்சையில் விசேஷ பலந்தரும் சிகித்ஸை.

6. ப்ருஹ்மணம்—சரீரத்திற்கு புஷ்டியைத் தரும் சிகித்ஸை.

கூடியதாகவும் தீபந சக்தியை விருத்திசெய்யக்கூடியதாகவுமுள்ள ஔஷதங்களைச் சேர்த்து நல்ல சுவையையும் பாசந சக்தியையும் உண்டாக்குமாறு பக்குவம் செய்யப்பட்ட உணவுகளை உபயோகிக்கவேண்டும்; அவை சம்பா அரிசி, காரரிசி, கோதுமை, பயறு, மாம்ஸம், நெய் இவற்றைக்கொண்டு செய்யப்பட்டவையாயிருப்பது நலம். இவ்வித ஆஹாரங்களை யுட்கொண்டுவருவதுமல்லாமல் அவற்றுடன், அப்யங்கம், கந்தப்பொடி முதலியதைச் பூசிக்கொள்ளுதல், ஸ்நாநம் செய்தல், நிரூஹவஸ்தி[1] அநுவாஸந வஸ்திகளை[2]ப் பிரயோகித்தல் என்னும் இவையும் அநுகூலமானவையாம்.—29,30.

வேகரோதங்களைப் பரிஹரிக்கும் முறைகளாலுண்டாகும் பிரயோஜனங்கள்.

முற்கூறிய கிரமங்களை முறைதவறாது அநுஷ்டித்துவந்த மனிதன் ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெறுவன்; ஜாடராக்னி யென்ன, தாதுக்களைப்பற்றிய அக்னியென்ன இவையும் உத்தீபநமடையும்; புத்தி, தேஹ நிறம் இவை நிர்மலாகப் பிரகாசிக்கும்; சுக்லதாது விருத்தியடைந்து ஆண்மையும் அதிகரிக்கும்; ஆயுளும் மேன்மேலும் வளரும்.—31.

ஆகந்துகரோகங்கள்.

பூதங்கள், விஷ வஸ்துக்கள், காற்று, அக்னி இவற்றாலும், அடிபடுவதாலும், அவயவங்கள் ஒடிவதாலும் உண்டாகும் வியாதிகளும், சிற்றின்பப்பற்று, சினம், பயம் முதலியவற்றால் ஸம்பவிப்பவைகளும் ஆகந்துக ரோகங்கள்[3] எனப்படும்.—32.

1. நிரூஹவஸ்தி—கஷாய வகைகளால் செய்யப்படும் வஸ்தி கர்மம்.

2. அநுவாஸந வஸ்தி—தைலம், நெய் முதலியவற்றைச் சேர்த்து செய்யப்படும் வஸ்தி கர்மம். [வஸ்தி யென்பதைப்பற்றி 7-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.]

3. ஆகந்துக ரோகங்கள்—வாத-பித்த-கபங்கள் முதலிற் கோளாறடையாமலே திடீரென்று ஸம்பவிக்கும் வியாதிகள்.

நிஜாகந்துரோகங்களைத் தடுக்கவும் போக்கவும் அவசியமான விதி.

எப்பிழைகளையும் புத்தி பூர்வமாகச் செய்யாமற் பரிஹரித்தல், இந்த்ரியங்களை அடக்கியாளுதல், நடந்தேறிய விஷயங்களை நினைவில் வைத்திருத்தல், தேச-கால-ப்ரக்ருதிகளின்[1] தன்மைகளை அறிதல், சான்றோரது நடத்தையை அநுஸரித்தேகுதல் என்னும் இவை-நிஜவியாதிகளென்ன[2] ஆகந்துகவியாதிகளென்ன[3] இவை உண்டாகாமலிருப்பதற்கும், உண்டான வியாதிகளைப் போக்குவதற்கும் ஏற்ற விதிகளென்பது இங்கு விளக்கப்பட்டதாம். 33, 34.

ருதுஸம்பந்தமான வியாதிகளைத் தடுக்குமுபாயம்.

சீதகாலத்தில்[4] சயாவஸ்த்தையடைந்த தோஷத்தை[5] வஸந்த ருதுவிலும், கிரீஷ்மருதுவில் சயத்தையடைந்த தோஷத்தை[6] வர்ஷாகாலத்திலும், வர்ஷருதுவிலுண்டானதை[7] சரத்ருது

1. தேசம்—ஜாங்கல ஆநூபாதி ப்ரதேசம்; காலம்—சீதகாலம், உஷ்ணகாலம் முதலியது; ப்ரக்ருதி,—வாதப்ரக்ருதி, பித்தப்ரக்ருதி, கபப்ரக்ருதியெனப்படுவது.

2. நிஜவியாதிகள்—வாத-பித்த-கபங்கள் கோளாறடைந்து ஸம்பவிக்கும் ஜ்வரம், அதிஸாரம், க்ஷயம், காஸம், முதலிய ரோகங்கள்.

3. ஆகந்துகவியாதிகள் — அபிகாதங்களால் அல்லது பூதாவேசம் முதலியதால் திடீரென்று ஸம்பவிக்கும் பிணிகள்.

4. சீதகாலம்—இதனால் ஹேமந்தருது, சிசிரருது இவை குறிக்கப்படுகின்றன-என்று சிலர்; சிசிரருதுவிலேயே கபம் சயாவஸ்த்தை யடைவதால் சீதகாலம் என்பதற்கு இங்கு சிசிரருதுவென்றே பொருள் கூறுவது பொருந்தும்.

5. சிசிரருதுவில் சயாவஸ்த்தையடையும் தோஷம்—கபம்.

6. கிரீஷ்மருதுவில் வாயு சயாவஸ்த்தை யடையும்.

7. வர்ஷருதுவில் சயத்தையடையும் தோஷம்—பித்தம்.

விலும் சீக்கிரத்தில் நன்ருய் சோதநசிகித்ஸை யினுல் வெளிப்படுத்துவாருயின்,[1] ருதுஸம்பந்தமான வியாதிகள் அவனுக்கு என்றைக்கும் உண்டாகாது. 35.

ஆரோக்கியவாஞயிருப்பதற்கான ஆசாரங்கள்.

எப்பொழுதும் ஹிதமான ஆஹாரங்களையுபயோகித்து, உசிதமான தேஹ உழைப்புகளையும் செய்துகொண்டு, நன்ருக யோசித்து காரியங்களையும் நிறைவேற்றி, விஷயேச்சைகளில் பற்றில்லாதவஞய், கொடையாளியாயிருந்துகொண்டு, அனைவரிடமும் ஸமத்ருஷ்டியை வைத்து, ஸத்தியமொன்றையே பாராட்டி, பொறுமையுடன் கூடி, ஆப்தர்களுடன் சேர்ந்து வாழ்ந்துவருபவன் ஆரோக்கியவான் ஆவான். 36.

1. கிரீஷ்மருதுவில் சயாவஸ்த்தையடைந்த வாததோஷத்தை சிராவண (ஆவணி) மாஸத்திலும், வர்ஷருதுவில் சயத்தையடையும் பித்தத்தை கார்த்திகை மாஸத்திலும், சிசிரருதுவில் சயமடையும் கபத்தை சித்திரைமாஸத்திலும் விளம்பம் செய்யாமல் சுத்தி செய்யவேண்டும். இவ்விஷயம் பிறகு இந்நூலிலேயே குறிப்பிடப்படும்.

ஐந்தாம் அத்தியாயம்.

பிறகு திரவத்திரவ்ய விஞ்ஞாநீயம்[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகிறது:—

காங்கோதகமும் அதன் குணங்களும்.

ஆகாயத்திலிருந்து நிர்மலமான வஸ்திரம் முதலியவற்றில் விழுந்ததும், சூரிய சந்திர கிரணங்களாலும் வாயுவாலும் பரிசிக்கப்பட்டதுமான ஜலம் காங்கோதகம் எனப்படும். அதற்கு ஜீவநம்,[2] தர்ப்பணம்,[3] ஹ்ருத்யம்,[4] ஹ்லாதி,[5] புத்திப்ரபோதநம்[6] என்னும் குணங்களுண்டு; மேலும் அது நிர்மலமாகவும், சுவையற்றதாகவும், பருகுவதற்கு இன்பமாகவும், சீதவீர்யமுடையதாகவும், ஆகவே அமுதத்திற்கொப்பாகவும் இருக்கும். ஆனல், இத்தண்ணீர் ஹிதமாகவோ அஹிதமாகவோ இருப்பதானது பெரும்பாலும் தேசகாலங்களைப்[1] பொருந்தியதாயிருக்கும். 1,2.

காங்கோதகமும் அதைப் பரீக்ஷிக்கும் முறையும்.

எந்த ஜலம், ஒரு வெள்ளிப் பாத்திரத்திலுள்ள வெண்மையான சம்பா அரிசியின் அன்னத்தை நொதிக்கச் செய்யாமலும், அதற்கு நிறமாறுபாட்டையுண்டுபண்ணமலும் இருக்குமோ அதுவே காங்கோதகம்[2] ஆகும்; பருகுவதற்கு அதுதான் உபயோகமானது. 3.

1. திரவ பதார்த்தங்களின் ஸ்வரூபங்களையும் குணவிசயங்களையும் அறிவிக்கக்கூடியதென்று இதற்கு 'திரவத்திரவ்ய விஞ்ஞாநீயம்' எனப் பெயரிடப்பட்டது.

2. ஜீவநம்—ஓஜோதாதுவை விருத்தி செய்யக்கூடியது. (ஸப்ததாதுக்களுடையவும். ஸாராம்சமான ஒருவித உபதாதுவுக்கு 'ஓஜஸ்' என்று பெயர்.)

3. தர்ப்பணம்—சரீர வாட்டத்தைப் போக்குவது.

4. ஹ்ருத்யம்—ஹ்ருதயத்திற்கு பலந்தரத் தகுந்தது.

5. ஹ்லாதி—மனக்களிப்புண்டாக்குவது.

6. புத்திப்ரபோதநம்—புத்தியை விசாலப்படுத்தி அல்லது தூண்டி அதற்குத் தெளிவைக் கொடுப்பது.

1. தேசம் என்பதால் கிரஹிப்பதற்கு உபயோகிக்கப்படும் பாத்திரம் முதலியது குறிப்பிடப்படுகின்றது; காலம்—என்பதால் மாரிகாலத்தின் முற்பகுதி அல்லது பிற்பகுதி முதலியது குறிப்பிடப்படுகின்றது.

2. கங்கையின் தண்ணீரைப்போல் பருகுவதற்கு உபயோகமாய் நிர்மலமாயிருப்பதால் இந்த ஜலம் 'காங்கம்' என்று கூறப்படுகின்றது.

ஸாமுத்ரோதகம்.

அவ்விதமில்லாவிட்டால் அந்த ஜலம் ஸாமுத்ரம்[1] எனப்படும்; அத்தகைய ஜலம் ஐப்பசி மாதத்தைத் தவிர்த்து இதர காலங்களில் பருகத் தகுந்ததல்ல.[2] 3½.

பருகுவதற்குபயோகமான ஆகாய ஜலம்.

ஆகாயத்திலேயே ஏந்தப்பட்டு எவ்வகையிலும் கெடுதியுருத ஜலத்தை[3] ஏற்றதோர் சிறந்த பாத்திரத்தில் வைத்திருந்து எப்பொழுதும் உட்கொள்வதற்கு உபயோகித்துவரலாம். அவ்வித ஜலம் கிடைக்காவிடின், பெரும்பாலும் ஆகாயத்திலேந்திய ஜலத்திற்கு ஸமானமாகத் தோற்றுவதும், கறுத்து அல்லது வெளுத்து மிகச் சுத்தமாயிருக்கும் விசாலமான பிரதேசத்திலுள்ளதும், வெயில் காற்று இவற்றின் ஸம்பந்தத்தைப் பெற்றதுமான ஜலத்தை உபயோகிக்கலாம். 4, 5.

பருகத்தகாத ஜலம்.

சேறு, பாசி, புற்கள், இலைகள், மற்றும் மலினமான வஸ்துக்கள் இவை வியாபித்துள்ளதும், வெயில் நிலவு வாயு இவற்றின் ஸம்பந்தமற்றதும், புதிதாகப் பூமியிற் பெய்ததும், கலங்கியிருப்பதும், குருகுண முள்ளதும், நுரைத்திருப்பதும், ஜந்துக்களுடன் கூடியதும், மிகச் சூடாக்கப்பட்டதும், அதிக குளிர்ச்சியினுல் பற்களைப் பிடித்துக் கொள்வதுபோலிருப்பதுமான ஜலத்தைப் பருகக் கூடாது. 6, 6½.

ஆந்தரிக்ஷஜலத்திற்கும் உபயோகிக்கத் தகாத நிலைமை.

தகாத ருதுவிற் பெய்தஜலம் ஆந்தரிக்ஷமாயிருந்தாலும்[1] அதை உபயோகிக்கக் கூடாது; தகுந்த ருதுவிலும் சிலந்தி முதலியவற்றின் நூல்களுடையவும், மலமூத்திரங்களுடையவும், அவற்றின் விஷங்களுடையவும் சேர்க்கையினுல் ஆகியிற் பெய்யும் மழை நீர் கெட்டுப்போயிருப்பது இயல்பாதலால்,[2] அதையும் உட்கொள்ளக்கூடாது. 7½.

ஆற்று ஜலத்தில் அநுகூலமானதும் பிரதிகூலமானதும்.

மேற்கு ஸமுத்திரத்தை நோக்கிப் பிரவஹிப்பவையும், எங்கும் தங்காமல் வேகமாய் ஓடுபவையும், மிகத் தெளிவான தண்ணீருடன் கூடியவையுமான நதிகள் எவையோ அவைகளே ஆரோக்கியத்திற்கு ஹிதமாயிருப்பவை யென்றும், இதற்கு மாருன ஆற்றுநீர்கள் உபயோகிக்கத் தகாதவையென்றும் ஒருவாறு சுருங்கச் சொல்லலாம். 8½.

ஹிமாலய மலயபர்வதங்களிலுண்டாகும் ஆற்றுநீர்களின் குணகுணங்கள்.

ஹிமாலயத்திலும், மலயபர்வதத்திலும் உற்பத்தியாய், மேடுபள்ளமான சிலைகளில் அடிபட்டுச் சிதறுண்டு அவனியின்மீது விழுந்தோடும் நதிஜலங்கள் நன்குபயோகிக்கக் கூடியவையாம்; அதே ஜலங்கள் ஓரிடத்தில் தங்கி நிற்குமாயின் கிருமிரோகம், ச்லீபதமென்னும் யானைக்கால், ஹ்ருதயத்தையும் கண்டத்தையும் சிரஸ்ஸையும் பற்றியுண்டாகும் வியாதிகள் இவற்றிற்குக் காரணமாகும். 9,10.

1. ஸாமுத்ரம்—ஸமுத்ர ஜலத்தைப்போல் உப்பு வகைகளும் மற்றும் மலிந வஸ்துக்களும் கலந்து குடிப்பதற்கு உதவாமலிருப்பதால் இப் பெயர் வந்தது.

2. "ஐப்பசி மாதத்திலேயே பெரும்பாலும் காங்கோதகம் பெய்வது வழக்கம்" என்று ஸுச்ருதர் கூறுகிருர்.

3. ஆகாயத்தில் ஏந்தப்படும் நிர்மலமான ஜலம் 'ஆந்தரிக்ஷோதகம்' என்றும் 'காங்கோதகம்' என்றும் வழங்கப்படும்.

1. ஆந்தரிக்ஷம்—ஆகாயத்திலேயே ஏந்தப்படும் மழைஜலம்.

2. கோடைகாலம் முதலியவற்றில் ஆகாயத்தில் தும்பு தூசுகளும் ஸூக்ஷ்மக்கிருமிகளும் வியாபித்திருக்குமாகையால் வர்ஷாகால ஆரம்பத்தில் மழை ஜலம் ஆந்தரிக்ஷமானுலும் அசுத்தமாயிருக்கும்.

பற்பல ஆற்று நீர் முதலானதின் குண குணங்கள்.

கௌடதேசத்திலும், மாளவதேசத்திலும், மேற்கு மலைத்தொடர்களிலும் உற்பத்தியாகும் நதிகளின் ஜலங்கள் அர்சஸ் என்னும் மூலரோகத்தை யுண்டுபண்ணும்; மஹேந்திரமலையி லுண்டாகு பவை உதர ரோகங்களையும், யானைக்காலையும் உற்பத்தி செய்கின்றன; ஸஹ்யபர்வதத்திலும் விந்த்யபர்வதத்திலும் உண்டாகும் ஆற்று ஜலங்கள் குஷ்டத்திற்கும், பாண்டுரோகத்திற்கும், சிரோவியாதிகளுக்கும் காரணமாகின்றன. பாரியாத்ர தேசத்தியவை ஸகல தோஷங்களையும் போக்கி தேஹவன்மையையும் புருஷத்தன்மையையும் கொடுக்கக்கூடியன; கடல் நீரானது மூன்று தோஷங்களுக்கும் கோளாறுண்டுபண்ணுந் தன்மையது. 11,12.

கிணற்றுநீர் முதலியவற்றின் குணங்கள்.

கிணற்று ஜலம், குளத்துஜலம் முதலியவற்றின் குண துணங்களை ஜாங்கல பூமி அநூப பூமி [1] பர்வதபூமி முதலானவற்றின் தன்மைகளைக்கொண்டு நிச்சயிக்க வேண்டும். 12½.

ஜலபானம் செய்யத் தகாதவர்.

பசி மந்தப்பட்டிருப்பவரும், குன்மம், பாண்டு, உதரரோகம், அதிஸாரம், அர்சஸ், கிரஹணி, சோபை இவற்றால் வருந்துபவரும் தண்ணீர் அருந்துவது ஆகாது; நாவறட்சி அடக்கமுடியாமற் போனால் சொற்ப அளவில் வேண்டுமானால் தண்ணீரைக் குடிக்கலாம். வியாதியின்றி ஆரோக்கிய நிலைமையிலிருப்பவனும் சரத்ருது கிரீஷ்மருது இவற்றைத் தவிர்த்து மற்ற ருதுக்களில் மிகவும் சொற்பமாய் ஜலத்தை உபயோகிக்க வேண்டும். 13, 14.

போஜநத்தின் ஆதி மத்யாந்தங்களில் ஜலமருந்துவதன் பயன்.

போஜநத்தின் இறுதியில் தண்ணீர் அருந்துபவர் ஸ்த்தூல தேஹிகளாகவும், போஜநத்திற்கு முன்பு ஜலமருந்துபவர் மெலிந்த சரீரமுடையவராகவும், போஜநத்தின் இடையில் உபயோகிப்பவர் நடுத்தரமான தேஹமுடையவராகவும் ஆவர். [1] 14½.

சீதோதகத்தின் குணங்கள்.

குளிர்ந்த ஜலமானது, மதாத்யயம், [2] தேஹவாட்டம், மூர்ச்சை, வாந்தி, சிரமம், தலைச்சுற்றல், நாவறட்சி, அழற்சி, இரக்த பித்தம், விஷவேகம் இவற்றைத் தணியச் செய்ய வல்லது. 15½.

உஷ்ணோதக குணங்கள்.

இளஞ்சூடான ஜலமானது தீபநம், [3] பாசநம், [4] கண்ட்யம், [5] வஸ்தி சோதநம் [6] என்னும் காரியங்களைச் செய்யத் தகுந்தது; மேலும் விக்கல், வயிற்றுப் பொருமல், வாதரோகம், கபரோகம், நவஜ்வரம், [7] காஸம்.

---

1. ஜாங்கலம் அநூபம் என்னும் பிரதேசங்களைப் பற்றி 7-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

1. போஜநம் செய்யும்பொழுது முதலில் ஜலம் பருகப்படுமானால் ஜாடராக்னி மந்தப்பட்டு ஆஹாரம் நன்கு பக்குவமாகாமல் தேஹம் மெலிவடையும்; போஜனத்தின் முடிவில் உட்கொள்ளப்படுமானால் கபம் செழித்து வளர்ந்து தேஹம் ஸ்த்தூலமாகும்; போஜனத்தின் இடையில் ஜலமுட்கொள்ளப்படுமானால் ஆஹாரம் நன்கு ஜீர்ணமாய் தாதுக்கள் தகுந்தவாறு போஷிக்கப்பட்டு சரீரம் நடுநிலைமையிலிருக்கும்; என்று "அஷ்டாங்க ஸங்க்ரஹத்தில்" கூறப்பட்டிருக்கிறது.

2. மதாத்யயம்—அளவுமீறிய மதுபானம் முதலியவற்றால் உண்டாகும் வெறி முதலான விகாரம்.

3. தீபநம்—ஜாடராக்னியைத் தூண்டுவது.

4. பாசநம்—ஆஹாரங்களை நன்றாகப் பக்குவம் செய்ய வல்லது.

5. கண்ட்யம்—தொண்டையிலுண்டாகும் கோளாறுகளைப் போக்கி அவ்வவயவத்திற்கு பலம் தரக்கூடியது.

6. வஸ்தி சோதநம்—மூத்திர மார்க்கத்தில் முக்கியமாய் மூத்திரப்பையிலுண்டாகும் தோஷங்களைப் போக்குவது, அல்லது மூத்திரத்தை தாராளமாக வெளிப்படுத்துவது.

7. நவஜ்வரம்—ஏழு நாட்களுக்கு அதிகப்படாமலிருக்கும் ஜ்வரம்.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்:
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷணம்.

புஸ்தகம் 3. Vol. III. ராக்ஷஸ௵ ஐப்பசி௴—NOVEMBER—1915. ஸஞ்சிகை 3. No. 3.

THE DIAGNOSIS OF PULMONARY TUBERCULOSIS.

புப்புஸ ஸம்பந்தமான க்ஷயரோக விஞ்ஞாநம்.

BY
DR. C. KRISHNA REDDY, B. A., M. B. & C. M.
Physician and Surgeon.

இந்த வியாதி மிகவும் பயங்கரமானது.* ஆனால் இதர வியாதிகளைப்போல் இந்தரோகம் தேஹத்திற் பற்றியபொழுது அவ்வளவு பயமுண்டுபண்ணக்கூடியதல்ல; அது தேஹத்தில் ஸம்பந்தித்த ஸங்கதியே தெரியாது. ஆகிலும் ஸங்கதி தெரியாமலே சக்தியை உறிஞ்சுவிடும்; ஆகவே பலஹீனம் மிகவும் அதிகரித்து மனிதருக்கு இதனால் மாணமுண்டாவது இயல்பு. இந்த வியாதியுண்டானவர்களுள் சிலரே சிகித்ஸைகளின் மூலமாய் கடத்தேறக்கூடும். ஆரம்ப நிலைமையிலேயே தெரிந்துகொண்டால் இவ்வியாதியினிடமிருந்து பல ரோகிகளைக் காப்பாற்ற ஒருவாறு வழியுண்டு. ஆகவே இவ்வித வியாதிகளின் ஸ்வரூபங்களை அறிந்துகொள்வது மிகவும் முக்கியம்.

இந்த வியாதி தேஹத்தில் பற்றி, விருத்தியடைந்து, இருமல் அதிகரித்து, புப்புஸங்களில் குழிகள் விழுந்து இவைகளுக்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்கள் (tubercle bacilli) பூதக்கண்ணாடிகளின் மூலமாய் காணப்படுமானால் அப்பொழுது இவ்வியாதியை எவரும் நன்கு அறிந்துகொள்ளக்கூடியவராவர். ஆனால் நமது வைத்தியர்களில் அநேகம் பெயர் தமதிடம் பிணியாளி வந்தபொழுது கையைப் பிடித்துப் பார்த்து, ஜ்வரமென்றும், பலஹீனமென்றும் ஏதேதோ பெயர்களைச் சொல்லி, வியாதி யொன்றிருக்க மருந்தொன்றைக் கொடுத்துவிடுவதுமுண்டு. இவ்வைத்தியர்கள் அறிவின்மையினால் இவ்வாறு செய்கின்றனர் என்று நான் சொல்லுவதாகக் கருதக்கூடாது; பிணியாளிகளைப் பரீக்ஷித்து வியாதி தத்துவங்களை யுணர்ந்து வேலை செய்வதில் சிரத்தையில்லாதவரென்றுதான் கூறவேண்டியிருக்கிறது. திரவ்யத்திற்கு ஆசைப்பட்டு பத்து ரோகிகளைப் பத்து நிமிஷத்திற் பரீக்ஷித்து வைத்தியம் செய்து முடிக்கப்பார்க்கிறார்கள். சிறிது ஊக்கத்தோடு ரோகியின் அவயவங்களைப் பரீக்ஷித்து, வியாதியின் ஸ்வரூபத்தைக் கவனித்து வேலைசெய்பவருக்கு இவ்வித வியாதிகளின் தத்துவத்தை அறிவது அஸாத்தியமான காரியமல்ல. ஜனங்களும், இவ்விஷயங்களில் ஒரு விதத்தில் கவனம் செலுத்தவேண்டும். செலவில்லாமலோ அல்லது வெகு சொற்ப செலவிலோ வைத்தியம் செய்துகொண்டு விடலாமென்று முயன்றால் வைத்தியர்களும் அதற்குத் தகுந்தவாறே

நடந்துகொள்ளத் துணிகிறார்கள். தகுந்தவளவு செலவு செய்யப் பின்வாங்கினால் சிறிய வியாதி மஹத்தான அநர்த்தமுண்டுபண்ணக்கூடிய ரோகமாக மாறி, அபரிமிதமான செலவும் கவலையும் ஸம்பவித்துவிடும்.

க்ஷய வியாதியின் குறிகளெல்லாம் நன்றாய் வெளிப்படையாகத் தோன்றுங்கால், ரோகி தனக்கு இருப்பதாகச் சொல்லும் பாதைகளெல்லாம் வியாதியின் ஆரம்பதசையில் இல்லையாயென்று நிச்சயித்து வியாதியின் தத்துவத்தை உணர்வது ஸுலபமல்ல. அப்பொழுதுதான் புத்தி சாதுர்யம் விசேஷமாய் வேண்டும். வைத்தியன் எத்தனை விதங்களில் பரீக்ஷை செய்து சிரத்தையோடு வேலைசெய்தபோதிலும் அத்தனையும் உபயோகமானது. முதலில் பரீக்ஷை செய்தபோது, க்ஷயரோகக் குறிகளில் எதுவும் இருப்பதாகத் தோன்றாவிடினும், மீண்டும் இரண்டு மூன்று முறை வெவ்வேறு வகையில் பரீக்ஷித்து, க்ஷயரோகம் உண்டா இல்லையாயென்று நிச்சயிக்கவேண்டும்.

வியாதி நிர்ணயத்திற்காகக் கவனிக்கவேண்டிய அம்சங்கள்:

1. வியாதியின் சரித்திரம். 2. ரோகிக்குண்டாகும் பாதைகள். 3. வைத்தியர் செய்யும் பரீக்ஷைகளுக்கு அகப்படும் சில அறிகுறிகள்.

(புஸ்தகங்களில் எழுதுவதுபோல வியாஸங்களிலும் விவரித்துக்கூறுவது கூடாமையினால், சுருக்கமாக அவசியமாயுள்ள விஷயங்களை மட்டும் தெரியப்படுத்துகிறேன்.)

1. வியாதியின் சரித்திரம்:—(1) குடும்பத்தில் க்ஷய வியாதியினால் துன்பமனுபவித்தவர் இருத்தல்; அவ்விதம் ஒருவர் இருக்கையில் குடும்பத்தில் வேறு சிலருக்கும் அவ்வியாதி உண்டாவது ஸம்பாவிதமே; ஆனால் ஒரு வீட்டில் ஒருவனுக்கு க்ஷயவியாதியிருந்துவந்தபோதிலும், அவ்வீட்டில் இருப்பவர் வேறு எவரேனும் எவ்வியாதியினால் பீடிக்கப்பட்டபோதிலும், க்ஷயவியாதிக்காரனாலேயே அவ்விதம் பிறரும் பீடிக்கப்படுகிறார்கள் என்றாவது, அல்லது அவ்வீட்டிலிருக்கும் எவருக்கும் உண்டாகும் எவ்வியாதியும் க்ஷயரோகமாகவே இருக்குமென்றாவது நினைப்பது அறியாமையாகும். இதரமான குறிகளையெல்லாம் கவனித்துப் பார்த்து வியாதியின் தத்துவமின்னதென்று நிச்சயிக்கவேண்டும்.

(2) இருந்தாப்போலிருந்து திடீரென்று இரத்தம் இரத்தமாக இருமிக் கக்குதல், ஒரு வருஷத்திற்கு முன்னாவது, சில நாட்களுக்கு முன்னாவது இருமும்போது இரத்தம் கக்கியதாக ரோகி சொன்னால், க்ஷயரோகம் உண்டென்பதற்கு முகாந்தரமிருப்பதாக ஊஹிக்கவேண்டும். வேறு சில காரணங்களாலுண்டானால் அதுவும் க்ஷயமென்று பலர் பிரமிப்பர். வாயிலிருந்தும், தொண்டையிலிருந்தும், மூக்கிலிருந்தும், ஜீர்ணகோசங்களிலிருந்தும இரத்தம் பெரும்பாலும் வெளிவருவதில்லை; அப்படி அரிதாக வந்தாலும் அது க்ஷயக்குறியல்ல. முக்கியமாய் வயது முதிர்ந்தவர்களுக்கு அவ்வாறு இரத்தம் வந்தால் அதை க்ஷயமென்று சொல்லலாம்.

(3) நடுப்பிராயத்திலிருப்பவருக்கு புப்புஸக் கவசம் ஸந்தாபமுறுவதாலேற்படும் ப்ளூரிஸி (pleurisy) என்னும் வியாதியுண்டானாலும் அதற்கு முக்காலே மூவீசமும் க்ஷயமே காரணமாகும்; நன்றாக முறைப்படி சிகித்ஸை செய்தால் க்ஷயம் வராது. அவ்விதம் செய்யாவிட்டால் சிறிது காலத்திலேயே க்ஷயம் பிரபலமாய் ஸம்பவித்து விடும்.

(4) அப்போதைக்கப்போது மாலை நேரங்களில் ஜ்வரம் வருவது. நமது நாட்டு ஜனங்கள் வாயுவாலே அல்லது சீதளத்தனால் அவ்வாறு ஜ்வரம்போல் காங்கையுண்டாகிறதென்று சொல்லக்கூடும். பிறகு அவ்வித ஜ்வரம் ஸந்தேஹாஸ்பதமாக முடியும்; இந்த நிலைமையில் சிலர் ஏதோ வியாதியுண்டென்றும், ஆனால் இதை டாக்டர்களுக்குத் தெரியப்படுத்த வேண்டிய அவசியம் அவ்வளவாயில்லையென்

றும் கூறுவர். சிறிது வேலை செய்தபோதிலும் அன்றைபதினம் முடிய மிகவும் பலஹீனம் மேலிட்டு சிரமம் அதிகரிக்கும்; வேலைசெய்து வழக்கமில்லாமையினால் அவ்வாறு சிரமம் ஏற்படுவதாக நமது ஜனங்கள் கூறுவர். ஜ்வரம் இல்லாத ஸமயங்களிலும் இவ்விதம் பலஹீனம் தொடர்ந்திருக்கும்.

2. ரோகி அனுபவித்து அறியும் பாதைகள்.—க்ஷயரோகத்திற்கு உட்பட்டமனிதன், வைத்தியனிடம் வரவேண்டிய அவஸ்தை ஏற்பட்டபோது, இதன் கீழ் கூறப்படப்போகிற பாதைகளைக் கூறுவன்:—

(1) அதிக பலஹீனம்-முக்கியமாய் முழங்கால்களில் சக்தியில்லாமற் போதல். சிறிது தூரம் நடந்தாலும் மிகவும் கஷ்டமாயிருக்கும். வேலைகளின்மேல் சிரத்தையிராது. பிராணனைத் தாங்குவதே பெரும்பாரமாயிருக்கும்.

(2) மேற்கூறிய நிலைமையில் அப்பிணியாளியை நிறுத்துப்பார்த்தால் தேஹநிறை மிகவும் குறைந்திருக்கும். கிரமக்ரமமாக சரீரம் இளைத்துப்போகும். இக்காரணத்தினாலேயே இந்த வியாதிக்கு க்ஷயம் எனப் பெயர் வந்தது.

(3) ஜீர்ணசக்தி குறைவாயிருப்பதாகக் கூறுவன். உணவு நன்றாக வேண்டியிருப்பதில்லையென்றும், இதற்குமுன் புஜித்துவந்தமாதிரி உணவுகளை ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடாமலிருக்கிறதென்றும் சொல்லுவன்.

(4) நாடி நடை ஸாதாரண நிலைமையினும் மாறுபட்டு—என்றால் சிறிது படபடத்து—இருப்பதுமல்லாமல், தேஹச் சூடு 100-க்கு சிறிது அதிகரித்திருக்கக்கூடும்; ஆனால் அவ்வளவாய் ஜ்வரமாகக் கருதக்கூடியதாய் பிறருக்குத் தோற்றாது. ஜ்வரம் கொஞ்சம் தொடர்ந்திருப்பது ஸஹஜம். உஷ்ணமானியினால் (thermameter) தேஹச்சூட்டை தினந்தோறும் பரீக்ஷித்துவந்தால், இவ்விஷயமாய் எவ்வளவோ உண்மையறியலாம். ஸாயங்காலமானால் தேஹம் வறண்டுபோவதுபோல் ஆய்விடும்.

(5) இராத்ரிகாலங்களில் வியர்வை அதிகமாகப் பொசியும். காலையில் எழுந்திருக்கும் போது மிக்க ஆயாஸமாயிருக்கும்.

(6) ஸாதாரணமாய் சொற்ப இருமலும் தொடர்ந்துண்டாவது வழக்கம்.

இவை ரோகி அனுபவித்துணரும் பாதைகளாம்.

3. வைத்தியர்களால் நிச்சயிக்கப்படும் குறிகள்:—

(1) க்ஷயரோகத்தின் ஆரம்ப நிலைமையில் அதன் குறிகள் சிறிதும் கண்டறியக்கூடியவைகளா யிருக்கமாட்டா. அப்படி ஏதேனும் காணப்படுமாயினும், அவை பிரமையுண்டுபண்ணக்கூடியவைகளாயிருக்கும். அப்பொழுது பரீக்ஷித்தறியக்கூடிய குறிகளுள் முக்கியமானது புப்புஸங்களின் மேற்பகுதிகளில் குர்க்குரசப்தமேயாம் (cripitations). அந்த குர்க்குர சப்தம், இருமல் வந்து ஓய்ந்த ஸமயங்களில் தோன்றாமற்போனால், அது மார்ச்சளியினால் ஸம்பவித்ததாயிருக்கலாம். இருமலுண்டாவதற்குமுன் அவ்வித சப்தம் இல்லாமலிருந்து, இருமிய பிறகு அது தோன்றி, அவ்வவயவங்களின் அதே ஸத்தலத்தில் இருப்பதாகத் தெரியவருமானால் கபம் முதலானது வெளிவராமலிருந்தாலும் க்ஷயம் உண்டென்று சொல்லலாம்.

(2) கபத்தை பூதக்கண்ணாடியின் மூலமாய் நுட்பமாகப் பரீக்ஷிக்கும்போது, அதில் க்ஷய ஸம்பந்தமான நுண்ணுயிர்கள் காணப்படுமாயின் அந்த வியாதியை க்ஷயம் என்று நிச்சயித்து விடலாம். ரோகம் அவ்வித நிலைமைக்கு வந்திருக்கும்போது பரிஹாரம் செய்வது எளிதல்ல.

எக்ஸ்ரேஸ் முதலிய சில உபகரணங்களைக் கொண்டு வைத்தியன் வியாதியின் கூறுபாடுகளைப் பரீக்ஷித்தறியவேண்டும். க்ஷய வியாதியின் ஸ்வரூபத்தை உள்ளபடி அறியவேண்டுமானால் முற்கூறிய விஷயங்களில் வைத்தியர்கள் கவனம் செலுத்துவது அவசியம்.

AYURVEDA.

ஆயுர்வேதம்.

By P. RAMAKRIHNA AIYAR, B.A.
Ayurvedic Medical Practitioner.

இந்துக்கள் தங்களுடைய வைத்திய சாஸ்திரத்தை "ஆயுர்வேதம்" என்பார்கள். ஒரு சாஸ்திரம் (Science) வேதங்களில் ஒரு வகுப்பைச் சேர்ந்ததாகக் கூறப்படுமானால், அதை மிகவும் உயர்ந்த சீர்மையுள்ள சாஸ்திரமாகக் கருதவேண்டும். ஹிந்துக்களின் வைத்திய சாஸ்திரமானது எல்லாக் காலங்களுக்கும் ஏற்றவாறு அமைந்திருப்பதுடன், இதுகாறும் அறியப்பட்டுள்ள வியாதிகளுக்கும் தெரியாமலிருக்கிற வியாதிகளுக்கும் அதில் சிகித்ஸாக்ரமம் கூறப்பட்டிருப்பதால்—அது அப்போதைக்கப்போது உண்டாய் மாறுபாடடையும் இக்காலத்திய மற்ற சாஸ்திரக் கோட்பாடுகளைப் போலில்லாமல் சாச்வதமான சாஸ்திரமாயேற்பட்டிருப்பதால்—அவ்வாறு வேதங்களில் சேரும்படியான மேன்மையைப் பெற்று அவ்வித பெயரையும் அடைந்தது. வியாதிகள் அநேகம் உண்டாய் மறைந்தும் போயின; இப்பொழுது ஜனங்களுடைய அநுபவத்திலுள்ள வியாதிகளும் இனி மறைந்துவிடக்கூடும்; காலக்ரமத்தில் புதிய வியாதிகளும் வந்து தோன்றும். ஆயுர்வேதம் ஒன்றே மனிதருக்கு அவ்வியாதிகளை முற்றிலும் போக்கவல்ல ஆயுதமாய் ஏற்பட்டிருக்கின்றது. ஆயுர்வேத நூல்களில் மொழியப்பட்டுள்ள விதிகள் எல்லாம் பல்லாயிரம் வருஷங்களுக்கு முன்னமே விவஹாரத்திற்கு வந்து, அப்பொழுது இருந்தவிதமாகவே இன்றைக்கும் அவ்விதிகள் உண்மையாயிருக்கின்றன; இவ்விதமே அவை உலகமழியும் வரையிலும் தொடர்ந்திருக்குமென்பதிலும் ஸந்தேஹமில்லை. ஆயிரக் கணக்கான அல்லது நூற்றுக் கணக்கான வருஷங்களுக்கு இடையிடையிலே இயற்றப்பட்ட நூல்கள் முக்கியமான சாஸ்திர முறைகளில் ஒரு சிறிதும் வித்தியாஸப் படாமலே இருந்து வருகின்றன. அன்றன்றைக்கு ஏதோ சில மனிதர்களால் பரிசோதித்தறியக் கூடிய நிலைமையிலுள்ள பிரமாணங்களையே பிரதானமாகப் பெற்று அடிக்கடி மாறுதலடையக்கூடிய புதிய மேநாட்டு வைத்திய சாஸ்திரங்களில் எத்துடனாவது அநாதிகாலமாயுபயோகத்தில் இருந்து வருவதும், சாச்வதமாக நிலைநின்று ஒரே விதமாக விஷயதத்துவங்களை விளக்கக் கூடியதுமான ஆயுர்வேத முறையை ஒருமிக்கச் சீர்தூக்கிப் பாருங்கள். அப்பொழுது ஆயுர்வேதத்தின் மஹிமை அளவற்றதென்றே பக்ஷபாதமில்லாதவர் நிச்சயிக்கவேண்டிவரும். ஆயுர்வேதத்தைப்பற்றி இவ்வாறு புகழ்வது அச்சாஸ்திர நூல்களை முற்றிலும் படிக்காதவருக்கு வீணே அதிசயோக்தியெனத் தோற்றும். அவ்விதம் கருதுபவருடைய எண்ணம் தவறுதலென்பதற்கு நான் ஒரு திருஷ்டாந்தம் கூறுகிறேன். நான் ஒரு ஸமயம் 'அல்ப்யூமினேரியா' என்று ஆங்கிலத்தில் விவஹரிக்கப்படும் ஒரு வியாதியினால் வருந்திய என்னுடைய ஒரு நண்பருக்கு சிகித்ஸை செய்ய நேரிட்டது; அந்த ஸமயம் தனக்கு வேண்டிய ஆங்கில வைத்தியர்களிடமெல்லாம் திரிந்து வைத்தியம் செய்துகொண்டு, அவ்வைத்தியர்களால் வியாதிக்கு நிவாரணம் ஏற்படாமல் அவர் என்னிடம் வைத்தியத்திற்கு வந்தார். ஸம்ஸ்கிருதத்தில் பிரமாணக் கிரந்தங்களென்று கூறப்படும் அநேகம் ஆயுர்வேத நூல்களை நான் படித்திருக்கிறேனாயினும், அவற்றில் இந்த ரோகஸம்பந்தமான விஷயங்களை எங்கும் படித்துப் பார்த்ததாகத் தெரியவில்லை. என்றாலும், ஆயுர்வேதத்திற் கூறியுள்ள பொது விதிகளை ஆதாரமாகக்கொண்டு, அப்பிணியாளியைப் பார்த்திருந்தவர் மிகவும் ஆச்சரியப்படும்படியாய், அவனுக்குண்டாயிருந்த ரோகத்தை வெகு நன்றாகப் போக்கி அவனுக்கு அதிசீக்கிரத்திலேயே ஆரோக்கிய நிலைமையையுண்டு பண்ணினேன். ஆனால் இத்தேசத்திய சாஸ்திரங்களுக்கெல்லாம் ஜயத்தூண்களைப்போன்ற

அவ்வளவு சிறப்பு வாய்ந்த ஆயுர்வேத நூல்களில் இப்பிரதான வியாதி விலக்கப்பட்டிருக்குமாவென்று ஸந்தேஹமுண்டாயிற்று; மறுபடியும் சரகஸம்ஹிதையை எடுத்து கவனித்துப் பார்த்தேன்; அதில் 20 விதமான மூத்திர வியாதிகளில் இவ்வியாதியும் ஒன்றாகக் குறிக்கப்பட்டிருந்ததைப் படிக்க எனக்கு மிகவும் மனம்பூரித்தது. இந்த ஒரு திருஷ்டாந்தத்தைக் குறிப்பட்டு, ஆயுர்வேதமுறை எவ்வளவு விசாலமான அஸ்திவாரத்தின்மேல் அமைக்கப்பட்டிருக்கிற தென்பதை ஒருவாறு தெரியப்படுத்தினேன்; இது மட்டுமல்ல; இன்னும் அநேகம் கேஸுகளையும் எடுத்துக் குறிப்பிட நான் அசக்தனல்ல; ஆனால் விஷயம் விரியுமென்று அதிகமாய் விவரிக்கப் பிரியப்படவில்லை. ஆயுர்வேதத்தின் வியக்கத்தகுந்த விஷயங்களில் மிகவும் ஆசை பாராட்டியே சற்றேறக்குறைய 23-வருஷகாலமாய் அம்முறைப்படி நான் வைத்தியம் செய்து பலவிடங்களில் குறிப்பிடத்தகுந்தவாறு பயன் பெற்றவனாயிருக்கிறேன். மேலும் வெகு நாட்களாக ஆங்கில முறைப்படி வைத்தியம் செய்துகொண்டு அதனால் பிரயோஜனமடையாத பிணியாளிகள் பலருக்கு நான் சிகித்ஸை செய்து முற்கூறியவாறு அநேகம் பேர்களை ஸ்வஸ்த்தம் செய்திருக்கிறேன்; ஆங்கில வைத்தியப்படி பல ரோகங்களை நிவ்ருத்தி செய்ய முடியாமல், அவ்வித ரோகங்கள் ஹிந்துக்களின் வைத்திய சாஸ்திரமுறைகளைப் பின்பற்றி அநேகம் பிணியாளிகளைக் காப்பாற்றியிருக்கிறேன். இப்படி அநேகம் கேஸுகளில் நான் ஜயம் பெற்றதற்கு ஆயுர்வேத ஆங்கில வைத்திய முறைகளின் பொது விதிகளிலுள்ள வித்தியாஸம் காரணமாயிருக்கிறதேயன்றி, வைத்தியம் செய்யும் நபர்களின் ஸாமர்த்தியங்களுக்குள்ள வித்தியாஸம் காரணமல்ல.

இவ்வியாஸத்தைப் படிப்பவர்களில் பலர் "இதெல்லாம் எப்படி ஸாத்தியம்?" என்று கேட்கக்கூடும். ஹிந்துக்களுடைய பரம்பரைக்குக் காரணமான முற்காலத்திய மஹருஷிகளையும் ஸாதாரண மனித வகுப்பில் கூட்டி விவஹரிக்க நீங்கள் தயாராயிருந்தபோதிலும், அவர்கள் ஒவ்வொரு சாஸ்திரத்தினுடையவும் (every science) ஸாரங்களைக் கிரஹிப்பதிலும், அவற்றை வெகு எளிதாக அறியக்கூடிய வகையில் உலகத்தோருக்கு அளித்து உதவி செய்திருக்கும் விஷயத்திலும் அம்முனிவர்கள் மிகவும் நிர்மலமான மஹிமை வாய்ந்தவரென்கிற பெரும்புகழ்ச்சிக்குப் பாத்திரமானவர் என்பதைக்கொண்டு அவர்களை அஸாதாரணமான மானிடப் பிறப்பென்று எவரும் ஒப்புக்கொள்ளாமலிருக்க முடியாது. சாஸ்திரங்களில் விசேஷ பரிசயம் பெற்றவர்களுக்கும், ஸாதாரண ஜனங்களுக்கும் உதவுமாறு அம்முனிவர்கள் அநேக சாஸ்திரதத்துவங்களை விளக்கிக் காட்டியிருப்பதே இந்தியாவுக்கு மற்ற நாடுகளைவிட அழிவில்லாச் சிறப்பு ஏற்பட்டதற்கு முக்கிய காரணமாகும். இதைக் கவனியுங்கள்: கணிதத்திலாவது, வானசாஸ்திரத்திலாவது விசேஷ பழக்கமில்லாத நமது தேசத்து ஜ்யௌதிஷிகன் ஒருவன், ஐரோப்பிய சாஸ்திர முறைப்படி வெகு நீண்டகாலம் பயிற்சிபெற்று சொல்லக்கூடிய பெரிய விஷயங்களையும் கவுளிகளைக் கைநிரம்ப எடுத்துப் பகிர்ந்து வெகு எளிதிற் கணக்கிட்டு சரியாக பலன் கூறிவிடுகின்றான். நமது கிராமாந்தரங்களிலுள்ள நாடோடியான ஜனங்கள் நக்ஷத்திரங்களுடைய தன்மைகளையும் சலனங்களையும் மிகவும் எளிதான வழிகளில் அறிந்து இராக்கால நாழிகைகளைக் கணக்கிட்டு விடுகிறார்கள்; பகலில் சாயையை அளந்து நாழிகை முதலியவற்றை நன்கு அறிந்துகொள்கின்றனர். ஸாதாரணமாய் கூலிவேலை செய்யும் ஒரு பெண்ணுக்கு என் கடிகாயந்திரத்தைப் பார்த்து அகஸ்மாத்தாய் அப்பொழுது மணி இவ்வளவென்று சொல்ல நேர்ந்தது. அப்பொழுது அவள் "இராக்காலங்களைவிட இப்போ பகல்நேரம் அதிகமல்லவா? உங்கள் கடியாரம் அதற்குத் தகுந்தாப்போல நேரங்காட்டுமோ?" என்று என்னை ஒரு கேள்விகேட்-

டாள். அவள் அவ்விதம் கேட்டது எனக்கு ஒருவாறு வியப்புண்டாக்கியது. நான் ஜ்யோதிச் சாஸ்திரத்தில் சிறிது பரிசயம் பெற்றவனானாலும், பேனாட்டு யந்திரக் கணக்கைக்கொண்டு அவளுக்குப் பதில் சொல்ல சிறிதுநேரம் யோசிக்கவேண்டி வந்தது. சில நூற்றாண்டுகளுக்குமுன் மிகவும் பிரக்யாதிபெற்ற ப்ரெஞ்சு தேசத்து வானசாஸ்த்ரநிபுணர் ஒருவரால் தொகுக்கப்பட்ட நக்ஷத்திரக்குப்புகளின் அட்டவணை யொன்றை, இந்தியாவில் அப்பொழுது வடதேசத்திலிருந்த ஒரு ஜ்யௌதிஷிகர் சீர்திருத்தினார் என்கிற விஷயத்தை ஹண்டர்ஸ் ஹிஸ்டரி ஆப் இந்தியா (Hunter's History of India) என்னும் புஸ்தகத்தில் நமது நேயர்களில் பலர் படித்திருக்கக்கூடும். இம்மாதிரியே வெகு எளிதில் கிரஹிக்கக்கூடியவாறு இருஷிகளால் நமக்குதவப்பட்ட ஆயுர்வேதத்திலுள்ள விதிகளை ஊக்கத்துடன் கவனித்து வேலைசெய்ய அநுபவமுள்ள வைத்தியன், சாரீர சாஸ்திரம் முதலியதில் பழக்கமில்லாதவனாயிருந்தாலும், ரோகிகளை ஸ்வஸ்தம்செய்ய வல்லவனாகிறான் என்பது உண்மை. ஹிந்துக்களுக்கு உபநிஷத்துக்கள் எவ்வாறு ஆதரிக்கக்கூடியவையோ அவ்வாறே ஆயுர்வேதமும் அவர்கள் ஆதரிக்கவேண்டிய முக்கியமான சாஸ்திரமாகும்; அல்லது இந்தியாவில் அநாதிகாலமாய் வழங்கிவரும் சாஸ்திரங்களுள் (Science) ஆயுர்வேதமே உத்தமமான மிகப் பிரயோஜனகரமாயுள்ள சாஸ்திரமாகக் கருதப்பட்டு வருகிறது. நமது மேனாட்டு வைத்தியர்கள் சிறிது பொறுமையோடு இன்னும் ஆயுர்வேதத்தைக் கவனித்து வரட்டும். இவர்கள் சுற்றிச் சுற்றி தமது ஆராய்ச்சிகளையெல்லாம் செய்துமுடித்து இறுதியில் ஆயுர்வேதத்திலடங்கிய பொதுவான விதிகளையே எவ்விதத்திலாவது பின்பற்றவேண்டிய காலம் வரும். இம் மேனாட்டு வைத்தியர்களின் சாஸ்திரமுறை மாறிமாறி திரிபடைய வேண்டுமேயன்றி, நமது ஆயுர்வேதம் மாறுபடாது. ஆங்கிலவைத்தியம் செய்பவர் இதை லக்ஷியம் செய்யாமற் போனாலும் போகட்டும்; அதனால் ஆயுர்வேதம் அழியப் போவதில்லை; வேதமாகையினால் அது ஒரு நாளும் அழிவுறாது; ஆனால் பொதுஜனங்கள் சில காலம் கஷ்டப்படும்படி நேரிடக்கூடும்.

HEALTH AND EDUCATION.

ஆரோக்கியமும் கல்வியும்.

By M. S. AIYANGAR,
Ayurvedic Physician.

டாக்டர் ஆர். பி. மாரெல்லோ என்பவர் எழுதிய அடியில் குறிப்பிடப்படும் விஷயத்தை "ஹெல்த் கல்சர்" என்னும் ஆங்கிலப் பத்திரிகையிலிருந்து மொழிபெயர்த்து வைத்திய கலாநிதியைப்படிக்கும் நண்பர்களுடைய நன்மையைக்கோரி நான் இங்குப் பிரசுரிக்கிறேன்:—

"கலாசாலைகளில் கல்வி கற்பதைவிட ஆரோக்கிய வாழ்க்கைக்காக முயல்வதுமேல்" என்பதேஇவ்வியாஸத்தின் கருத்தாகும்; ஆனால் முழுமையும் அவ்வாறு பொருள்படாவிட்டாலும், சற்றேறக்குறைய உத்தேசவிஷயம் அதுவென்றே சொல்லவேண்டி யிருக்கிறது.

ஒவ்வொரு பாடசாலையிலும் தேஹப்பயிற்சியெனப்படும் வியாயாமத்தை முக்கியமான பாடங்களுள் ஒன்றாக ஏற்படுத்தவேண்டும். சரீரம் ஆரோக்கிய நிலைமையில் இல்லாவிட்டால் மனிதனுடைய மூளை அவ்வளவு சுறுசுறுப்பாகவும் தெளிவாகவும் இராது. ஒரு சிறுவனுடைய அல்லது சிறுமியினுடைய மூளைக்கு அதிக உழைப்பைக் கொடுத்து சிரமப்படுத்துவது சரியல்ல; அதனால் அவர்கள் மிகவும் மந்தமாக ஆய்விடுகிறார்கள்; சிறு பிராயத்திலுள்ளவர்களின் மூளையானது ஒரே ஸமயத்தில் அநேக விஷயங்களைக் கிரஹிக்கக்கூடிய சக்தியுடையதல்ல.

சில உபாத்தியாயர்கள் சிறுவர்களுக்கு அவர்கள் பள்ளிக்கூடத்திற் படிக்கும் நாட்களிலேயே எவ்வளவு ஸாத்தியமோ அவ்வளவு விஷயங்களையும் போதித்துவிட வேண்டுமென்று நினைக்கிறார்கள்; ஆனால் அப்பிள்ளைகளின் தேஹ வலிமையைப்பற்றி அவர்கள் கவனிப்பதில்லை. புத்தியை உபயோகித்துப் படிப்பதைவிட அதிக தேஹவலிமைக்காகவே சிறு

பிள்ளைகள் பிரயத்தனப்பட வேண்டுமென்று நான் கருதுவதை சிலர் அநாதரவு செய்யக்கூடும்; ஆனால் சரீரவன்மை விசேஷமாய் வேண்டுமென்பதை நான் வற்புறுத்துகிறேனேயொழிய, கல்வி கற்பதைக் குறைக்கவேண்டுமென்று நான் கூறுபவனல்ல. அளவுக்கு அதிகமாக மூளைக்கு வேலையைக் கொடுக்க, அதனால் தேஹவன்மை மிகவும் சீரழியும். ஆரோக்கியமும் வன்மையும், ஸந்தேஹமில்லாமல், சிறுவர்களுக்கு மாத்திரமல்ல, எல்லா வயதினருக்குமே எப்பொழுதும் முதலிற் கவனிக்கவேண்டிய முக்கிய விஷயங்களாம். சரீரம் பரிசுத்தமாகவும், வன்மையாகவும், ஆரோக்கியமாகவும் இராதவரையில் படிப்பினால் உண்டாகும் நன்மையென்ன?

என்னுடைய கொள்கைக்கு நிதர்சநமாக அவ்விதமான இரண்டு பிள்ளைகளைப்பற்றி இப்பொழுது பேசுவோம்:—

"ஏ" என்கிற ஒருவன் ஒரு தனவானுடைய பிள்ளை. அப்பிள்ளைக்கு அவனுடைய தகப்பனார் ஒரு நிபுணனான போதகாசிரியனை நியமித்து ஸாத்தியமான வரையில் மிகச் சிறந்த மாதிரியாகக் கல்வி கற்பித்து வருகிறான். உபாத்தியாயரும் அவனை எப்பொழுதேனும் அரிதாக வெளியில் விளையாடப்போக அநுமதி கொடுத்து, மற்ற எல்லா நேரங்களிலும் தினந்தோறும் அவனுக்கு வெகு மும்மரமாகக் கல்வியைக் கற்பித்துவருவான். இப்படியிருக்கையில் சீக்கிரத்திலேயே அச்சிறுவனுடைய முகம் வெளுத்து இளைத்து வருவதைக் காணலாம்; அவன் சரீரம் மிகவும் பலஹீனப்பட்டு வரும்; அம்மாணாக்கன் சரீரவன்மையிழந்து நாள்தோறும் அதிக பலஹீனப்படுவதாகத் தனக்குள் நன்றாக உணர்ந்து கஷ்டப்படுகையிலும், தகப்பனாலும் உபாத்தியாயராலும் நிர்ப்பந்திக்கப்பட்டு எப்பொழுதும் கல்வியைப் பயில்வதிலேயே சிந்தையுள்ளவனாயிருக்க வேண்டியது அவசியமாகிறதேயன்றி அவன் தனது கஷ்டத்தை முறையிட்டுக்கொள்ள முடியாதவனாய் விடுகிறான்.

வெகு கவலையும் கருத்துமாக இவ்வாறு சில வருஷகாலம் படித்தபின்பு அவனுடைய ஆசிரியருக்கு ஸமானமாக அறிவில் மேன்மையடைகிறான்; பிரபல படிப்பாளியாகப் பிரகாசிக்கிறான். ஆனால் தேஹவன்மையில் அவன் மிகவும் குறைந்தவனாய் விடுவன்; ஆரோக்கியத்தைக் காப்பதற்கு அவசியமான உபாயங்களை ஒருவரும் அவனுக்குப் போதித்தவரல்லர். அவன் தனது ஒழிவு நேரங்களில் தன் புஸ்தகசாலையில் உட்கார்ந்து ஏதேதோ விஷயங்களைப் படித்துக்கொண்டு காலங்கழிப்பன். இப்படியிருப்பதனால் அவன் தனது உடம்பை மாத்திரம் அலக்ஷியம்செய்து வருவதல்லாமல், தனது திருஷ்டியின் சக்தியையும் இழந்து, வெகு சிறிய வயதிலேயே கண்ணாடிகள் உபயோகித்து எழுத்துக்களைப் பார்க்கவேண்டிய நிலைமையையும் பெற்றுவிடுகிறான். மேலும் அவனுடைய ஜீர்ணகோசங்கள் அவற்றின் வேலையில் மிகக் கோளாறடைந்து அவ்வவயவங்கள் அதிக பலஹீனப்பட்டுவிடுவதால், அவன் தனது ஆஹாரவிஷயத்திலும் அதிக ஜாக்கிரதையோடு இருக்கவேண்டி நேரிடுகிறது.

அவனுடைய தேஹம், வழக்கத்திற்கு மாறான ஏதேனும் ஒரு சிறிய பிரயாஸையையும் தாங்கமுடியாதவாறு அவ்வளவு பலஹீனப்பட்டு விடுகின்றது. சுருங்கச்சொல்லில், அவன் முதலில் நடந்துவந்த மாதிரியாகவே சிறிது நாட்கள் தொடர்ந்து தேஹத்தைக் கவனிக்காமலிருந்துவந்தால், அவன் ஆரோக்கியத்தாலும் தேஹவன்மையினாலும் ஏற்படும் ஸௌக்கியத்தை அனுபவிக்க முடியாதவனாகவே ஆய்விடுகிறான்.

இப்பொழுது "பி" என்கிற இரண்டாவது பிள்ளையின் தன்மைகளைக் கவனிப்போம். இவன் ஏதோ ஒரு பொதுப் பள்ளிக்கூடத்தில் தான் தனது கல்வியைக் கற்றுவந்தான். தினந்தோறும் அவன் காலையில் இரண்டுமைல் தூரத்திலுள்ள பாடசாலைக்கு நடந்துச் சென்று, பிறகு மாலையில் அவ்வளவுதூரம் தனது வீட்டிற்குத் திரும்பிவருவன். மாலைச்சாப்பாடு ஆனதும் சில மணிநேரம் வெளியிற்சென்று இதர பிள்ளைகளுடன் விளையாடி வேடிக்கையாக மனக்களிப்புடன் பொழுதுபோக்கி வரும்படி அவன் பெற்றோர்கள் அவனுக்கு அநுமதி கொடுத்திருப்பார்கள். இவ்வாறாக இவன் படித்து இளமையில் பள்ளிக்கூடத்தை விட்டு விடும்போது, "ஏ" என்னும் பிள்ளைப் படித்ததில் அரைவாசியும் படித்துத் தேறியவனல்ல; ஆனால் இலாபகரமான ஓர் உத்தியோகத்தைப் பெறுவதற்கு ஏற்ற திறமையுள்ளவனாய்விடுகிறான் என்பது வாஸ்தவம்.

இப்பொழுது நாம் இக்கதையின் மூலமாய் ஒரு நுட்பமான முடிவுக்கு வந்தோம். "ஏ" என்னும்பிள்ளை "பி" என்பவனைவிட படிப்பு விஷயத்தில் விசேஷித்தவனானாலும், "பி" என்பவனே மேல் என்று எனது கருத்து; ஏனெனில் புரோவ்ருத்திக்கு வரக்கூடிய ஒரு உத்தியோகத்தைப் பெறுவதற்கு அவசியமான படிப்பை அவன் படித்து, உலகத்தில் பகைவருடன் முன்னின்று போராடி ஜயிப்பதற்குவேண்டிய பலத்தையும் ஆரோக்கியத்தையும் பெற்று அவன் ஆனந்தமாய் வாழ்நாட்களைக் கழித்து வருகிறானன்றோ? "ஏ" என்பவன் படிப்பிற் சிறந்தவன் என்பது உண்மையே; ஏதோ துரத்ருஷ்டத்தினால் அறிவுக்குத் தகுந்த உத்தியோகம் கிடைக்காமற்போனால், அவன் தன்னுடைய உடலை உழைத்து உண்ண உணவையும் உடுக்க உடையையும் ஸம்பாதித்துக் கொள்ளவேண்டியது அவசியமாய் விடும்போது, அவன் கதியற்றவனாய் விடுகிறான்; ஏன்? அவனுடைய தேகத்தில் தசைநார்களெல்லாம் அடிநாட்களிலிருந்து திமிரேறி, மந்தப்பட்டு, வன்மையற்றவைகளாய், பலமான வேலைகளைச் செய்ய பிரயோஜனப் படாமற் போய் விடுகின்றன.

ஆகவே நான் முடிவாகச் சொல்வது யாதெனில்—"உலகத்தில் உயர்ந்த பதவிகளை அடைவதற்கு உயர்தரக் கல்வியையே நம்பி, இளமையிலிருந்து ஆரோக்கியத்தை அலக்ஷியம் செய்வது விவேகிகளுடைய காரியமல்ல" என்பதேயாம். ஒவ்வொரு உபாத்தியாயரும், ஒவ்வொரு தாய் தந்தையரும் உள்ளும் புறமும் தேகத்தை நிர்மலமாகவும் வன்மையுடையதாகவும் ஆகவே ஆரோக்கிய நிலைமையிலிருந்து மாறுதலேற்படாத விதமாகவும் இருப்பதற்கு வேண்டிய வழிகளை அப்போதைக்கப்போது தமது சிறுவர்களுக்குக் கற்பித்து வரவேண்டியது கடமையென்று நான் கருதுகிறேன்.

அவரவருடைய சக்திக்கியன்றவளவு நாள்தோறும் முறைதவறாமல் தேகப்பயிற்சியைச் செய்துவருவதும், மூளைப்பயிற்சியை அதினும் சிறிதளவு குறைவாக நடத்திவருவதும் சிறுவர்கள் பிற்காலத்தில் பலவகைகளிலும் மேன்மையடைய முக்கிய காரணங்களாயிருக்கின்றன வென்பதை மறவாதீர்கள்.

HOW TO DIAGNOSE THE DISEASES?

வியாதிகளைப் பரீக்ஷித்து நிர்த்தாரணம் செய்வதெப்படி?

By P. G. GANAPATHI SASTRI,
Ayurveda Bhushan
Physician, Sri Lakshmi Prasanna Venkatesa Ayurvedic Free Dispensary, Srirangam.

இந்த தக்ஷிண இந்தியாவில் பெரும்பாலும் தமிழ் வைத்திய நூல்களின்படி வைத்தியம் செய்பவர் நாடியைப் பார்த்தே ரோகங்களைப் பரீக்ஷித்து சிகித்ஸை செய்வது வழக்கமென்னும் விஷயத்தை எல்லோரும் அறிந்திருக்கின்றனர்.

ஒரு நோயாளியினிடம் வைத்தியர் வந்து கையில் நாடியை மட்டும் பார்த்து, ஏதோ ஒரு விதமான வியாதியென்று சொல்லி, மருந்தைக் கொடுத்துவிட்டுப் போகிறார். ஆனால் இந்த வைத்தியர் அந்த நோயாளியின் நாடியைப் பரீக்ஷிக்கையில் 'உங்களுக்கு உடம்பிலுள்ள கஷ்டங்கள் என்ன?' என்று கேட்க, அதற்கு அந்த நோயாளி 'கை பார்த்தீர்களே! எல்லாம் தங்களுக்கே தெரிந்திருக்குமே! ஏன் தெரியவில்லையா' என்று வைத்தியரைப் பார்த்தே கேட்பது வழக்கம்.

இவ்விதமான ஆக்ஷேபத்தை வைத்தியன் முன்னதாகவே தெரிந்துகொண்டு, நோயாளியைக் கேட்காமலே வியாதியைத் தெரிந்துகொண்டதாக நடித்து, மருந்தைக் கொடுத்துவிட்டுப் போகிறான். அப்பொழுது இந்த நோயாளி, அவ்வைத்தியரைக் கெட்டிக்காரரென்றும், நமக்குள்ள தேகக்கோளாறுகளில் சிலவற்றைத் தானே தெரிந்து சொல்லுகிறார் என்றும் நினைத்து அவ்வைத்தியனால் கொடுக்கப்பட்ட மருந்தையும் சாப்பிட்டு வருகிறார். நோய்தீரும் விஷயத்தை அப்பால் யோசித்துக் கொள்வோம்.

இப்பொழுது நாம் கவனிக்கவேண்டிய அம்சம் என்னவென்றால்:— நமது முன்னோர்களான முனிவர்களில் மஹா மேதாவியான கணாத முனிவர் என்பவர் நாடீ விஞ்ஞானம் என்று ஒரு கிரந்தம் இயற்றியிருக்கிறார். அதில் "ஏகைவ நாடீ கதிபேதேந பித்யதே" (நாடி ஒன்றுதான்; அது அந்தந்த நிலைமைக்கேற்றவாறு அசையும் தன்மையுடையதானதால், வாத-பித்த-கபங்கள் ஸம்பந்தமான நாடிகள் என்று மூன்று விதமாகப் பிரிக்கப்படுகின்றது) என மொழியப்பட்டிருக்கிறது. மேலும் கோளாறடைந்த வாதத்தினால் ஸர்ப்பம், மரவட்டை முதலியவற்றைப் போல் அசையுங்குணமுடையதாகவும், பித்தத்தினால் காக்கை, தவளை இவற்றிற்கேற்ற நடையுடையதாகவும், கபத்தினால் மாடப்புறா கோழி இவற்றிற்கேற்ற சலனமுள்ளதாகவும், மற்றும் ஜ்வரம், ரக்தபித்தம், காஸம், ச்வாஸம், க்ஷயம், அதிஸாரம் முதலிய வியாதிகளில் ஒவ்வொரு விதமான பக்ஷிகளுடையவும் மிருகங்களுடையவும் நடைகளை அநுஸரித்த சலனம் உள்ளதாகவும் நாடியின் தன்மை கூறப்பட்டிருக்கிறது. மேற்படி கிரந்தத்தை ஆதாரமாக வைத்துக்கொண்டுதான் அநேகம் தமிழ் வைத்திய நூல்களில் நாடிகளின் தத்துவம் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

இது விஷயத்தில் மிகவும் ஸூக்ஷ்மதர்சிகளான அந்த மஹா முனிவர்களாலேயே ஸந்தேஹமின்றி அறியக்கூடிய அவ்விதமான நாடி நடைகளைக் கண்டறிந்து அதன்படியே இக்காலத்திய வைத்தியர்கள் வியாதி நிர்த்தாரணம் செய்வது பெரும்பாலும் அஸாத்தியமென்றே சொல்லவேண்டும். ஆனால் அதிக சீதம், அதிக குளிர்ச்சி, ஜ்வர வேகம், அசக்தி, இரத்த க்ஷயம் முதலிய சில கோளாறுகளை நாம் நாடியைப் பரீக்ஷித்து அறிந்துகொள்வது ஸாத்தியமாகுமே யொழிய, வேறு வ்யாதிகளை

கூடிய வியாதிகளில் இது இன்னதென்று நிச்சயித்துக் கூறுவது கடினம்.

மேலும் ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களுள் மிகப் பிராசீனமானவையென்று வழங்கப்படும் சரக ஸம்ஹிதை, ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை, வாக்படம் முதலிய மிகச் சிறந்த பிராசீன கிரந்தங்களில், நாடியைப் பரீக்ஷிப்பதாலேயே வியாதிகளின் தன்மைகளை அறிந்துவிடுவது ஸாத்தியமென்று கூறவில்லை. ஆனால் வாத-பித்த-கபங்களுடைய காரியங்களால் தேஹத்தில் ஏற்படும் நிலைமைகளை அனுஸரித்து வியாதி நிர்ணயம் செய்யலாம் என்று அவற்றில் விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ச்ரம்ஸம், வ்யாஸம், வ்யதா, ஸ்வாபம், ஸாதம், ருக், தோதம், பேதநம் முதலிய காரியங்களால் வாதமும், தாஹம், ஊஷ்மா, ஸ்வேதம், க்லேதம், கோதம் முதலியவற்றால் பித்தமும், ச்லேஷம், ஸ்நேஹம், காடிந்யம், கண்டூ, சீதம், கௌரவம் முதலிய காரியங்களால் கபமும் ஸ்வாபாவிக நிலைமையினும் அதிகமாக விருத்தியாயிருப்பதாய் அறியலாம்.* மேற்கூறிய குணங்கள் ஏதாவது குறைந்திருப்பதாகத் தோற்றுமாயின், அப்பொழுது முறையே வாத-பித்த-கபங்களும் இயற்கையினும் பலத்தில் குறைந்திருப்பதாய் அறியலாம்.

வாத-பித்த-கபங்கள் கோளாறடைந்திருப்பதற்கு அடையாளமான அக்குணங்களை அறிந்துகொள்வதற்கான உபாயங்கள் என்னவென்றால், தர்சநம் (கண்களால் பார்த்துப் பரீக்ஷித்தல்), ஸ்பர்சநம் (கைகளால் பரீக்ஷித்தல்), ப்ரச்நம் (கேள்விகளைக் கேட்டுப் பரீக்ஷித்தல்) என்னும் இம்மூன்று வகையான பரீக்ஷைகளால் அறியவேண்டும். வாத-பித்த-கபங்கள் என்னும் தோஷங்களுடையவும் இரஸம், இரத்தம், மாம்ஸம், மேதஸ், அஸ்த்தி, மஜ்ஜா, சுக்ரம் என்கிற ஏழு தாதுக்களுடையவும் பலவிதமான கோளாறுகளையும், மல மூத்திராதி பரீக்ஷைகளையும் இந்த மூன்று வித உபாயங்களால் அறிவது ஸுலபம்.

மேலும் ஜ்வரம், ரக்த பித்தம், க்ஷயம், வாத ரோகம், குஷ்டம், குன்மம், மேஹம் முதலிய வியாதிகளைப்பற்றிய நிதாநங்களில் கூறப்பட்ட விஸ்தாரமான லக்ஷணங்களால் இவ்விஷயங்களை மிகவும் ஸுலபமாய் அறியலாம்.

இவற்றையெல்லாம் விட்டு நாடியொன்றையே பரீக்ஷித்து வியாதிகளை நிச்சயம் செய்துவிடுவதாக நமது தமிழ் நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்கள் கூறுவது ஆச்சரியமாயிருக்கிறது. அவ்விதம் செய்வதை இவ்விடத்திய நோயாளிகளும் நம்புகிறார்கள். ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்தை முழுமையும் படித்தறிந்த பண்டிதர்கள் நாடியொன்றையே பார்த்து வியாதி நிர்த்தாரணம் செய்துவிடுவதாகக் கூறமாட்டார்கள்.

[வடமொழியிலுள்ள பிராசீந வைத்திய நூல்களில் தர்சந-ஸ்பர்சந-ப்ரச்நங்களால் ரோகியையும், நிதாநம், பூர்வ ரூபம், ரூபம், உபசயம், ஸம்ப்ராப்தி என்னும் ஐந்து முறைகளைக் கொண்டு வியாதிகளையும் பரீக்ஷிக்க வேண்டுமென்று கூறப்படுகிறது. ஆகவே வியாதிகளைப் பரீக்ஷிப்பதற்கான உபாயங்களைக் கூறும் இவ்வியாஸத்தில் ரோகிகளைப் பரீக்ஷிப்பதற்கான மூன்று முறைகள் குறிப்பிடப்பட்டனவென்பதை நமது பண்டிதர் தயவுசெய்து கவனிப்பாராக. நாடியைப் பரீக்ஷித்து பெரும்பான்மையான வியாதிகளை நிர்த்தாரணம் செய்வதில் திறமை வாய்ந்த வைத்தியர்கள் சிலர் நம் தமிழ் நாட்டில் உண்டென்று எமது துணிபு. ஆகவே எந்த முறையையும் இப்பொழுது இகழவாவது புகழவாவது முடியாது. தமிழில் பண்டைக்காலத்திய மஹான்கள் இவ்விஷயமாய் இயற்றியுள்ள நூல்களைக் கசடற வுணர்ந்து அதன்பின் ஒரு தீர்மானத்திற்கு வரவேண்டும். இவ்விஷயமாய் சாஸ்த்ரீய முறையில் தற்காலத்திய சாஸ்திரவல்லோரும் அங்கீகரிக்குமாறு வியாஸங்கள் வந்தால் பிரசுரிக்க நாம்

* ச்ரம்ஸம்—இடம் விட்டு நழுவுதல், வ்யாஸம்—விரிதல், வ்யதா—குத்துதல், ஸ்வாபம்—உணர்ச்சியின்மை, ஸாதம்—இளைத்தல், ருக்—வலி, தோதம்—குடைத்தல், பேதநம்—பிளத்தல், தாஹம்—எரித்தல், ஊஷ்மா—சூடு, ஸ்வேதம்—வியர்வை, க்லேதம்—பொசிதல், கோதம்—பதனழிதல், ச்லேஷம்—கூடுதல், ஸ்நேஹம்—எண்ணெய்க்கசிதல், காடிந்யம்—வன்மை, கண்டூ—தினவு, சீதம்—குளிர்ச்சி, கௌர

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ௵ ஐப்பசி௴.

WAKE UP AYURVEDIC DOCTORS!
ஆயுர்வேத வைத்தியர்களே கண் விழியுங்கள்!

மதராஸ் மெடிகல் கௌன்ஸில் என்னும் வைத்திய ஸங்கமானது சுதேசவைத்தியர்களுடைய தொழிலில் பொறாமையைக் காட்டி இவ்வைத்தியமுறை முன்னுக்கு வராதபடி தனது செல்வாக்கை உபயோகிக்குமோவென்று நாம் சங்கித்ததுண்டு. அந்த ஸங்கம் தனது பொறாமையாகும் வேக்காட்டை வெகு சொற்பநாள்கூட தனக்குள் அடக்கிக்கொண்டிருக்க முடியாததாய், உள்ளுக்குள்ளேயே புகைந்து கனிந்து தனது எரித்தலை இப்பொழுது நன்கு வெளிப்படுத்திவிட்டது. இக்கௌன்ஸில் ஏற்பட்ட புதிதிலேயே, ஆங்கில வைத்தியம் செய்பவரும், தனது பெயரை வைத்தியப் பதிவு சட்டப்படி ரெஜிஸ்டர் செய்துகொண்டவருமான ஒருவர் ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலையில் ஸம்பந்தம் ஏதோ ஒருவாறு வைத்துக்கொண்டதன்நிமித்தம், அவர் தொழில்முறையில் அபக்கியாதிக்கு உள்ளானார் என்று திடீரென்று தனதிஷ்டப்படி தீர்மானித்து, அவருடைய பெயரையும் ரெஜிஸ்டரியிலிருந்து தற்காலத்திற்கு விலக்கிவிட்டதைக் கொண்டே, இக்கௌன்ஸில் சுதேசவைத்தியர்களுக்கு எவ்வித செல்வாக்கும் கௌரவமும் இல்லாமற் செய்துவிடுவதையே நோக்கமாகக் கொண்டு ஏற்பட்டதென்றும், தேசக்ஷேமத்தைக் கோரி அமைக்கப்பட்டதல்லவென்றும் பொதுஜனங்கள் அபிப்பிராயப்படும்படியிருக்கிறது.

இவ்வித கௌன்ஸில் ஒன்று அவசியமாய் வேண்டுமென்று பொதுஜனங்கள் அபேக்ஷித்தார்களா? அல்லது இங்கிலீஷ் வைத்தியம் செய்யும் தொழிலாளிகளில், டாக்டர் நாயரைப் போன்ற வெகு சொற்ப எண்ணிக்கையுள்ள சில தொழிலாளிகளைத் தவிர்த்து மற்ற எவரேனும் இவ்வைத்தியப் பதிவு சட்டத்தை விரும்பினார்களா? ஆங்கிலவைத்தியர்களில் கூட பெரும்பான்மையோர் இச்சட்டம் அநாவசியமான சில நிர்ப்பந்தங்களையும் கஷ்ட நஷ்டங்களையும் தமக்கு உண்டுபண்ணுவதற்காகவே ஏற்பட்டதென்று கூறுகிறார்களேயொழிய, இதனால் பிரயோஜனம் ஒன்றும் குறிப்பிடக் கூடியவாறு கிடையாதென்றும் அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள். இம்மாகாணம் முடியவும் இராஜாங்க உத்தியோகங்களை வஹித்தும், ஸொந்தமாகத் தொழில் நடத்தியும் வருகிற ஆங்கிலவைத்தியத்தில் தேறியவர்களுடைய தொகை சுமார் 1,000-க்குக் குறைவாகவே இருக்கும். சுதேசவைத்தியர்களோ பதினாயிரக்கணக்காய் தொழில்நடத்தி வருகின்றனர். பட்டணவாஸங்களைத் தவிர மற்றவிடங்களிலெல்லாம் சுதேசவைத்தியர்களே வியாதிகளால் வருந்தும் இலக்ஷக்கணக்கான ஜனங்களுக்கு வைத்தியம்செய்து அவர்களைக் காப்பாற்றிவருகின்றனர்; பட்டணவாஸங்களிலும் சுதேசவைத்தியர்களையே நம்பியிருப்பவர் பலருண்டு. இப்படியிருந்தும் வைத்திய உதவி போதாமல் அநேகம் ஜனங்கள் கதியின்றி அகாலமரணமடைந்து வருவதை நாம் அறிவோம். இந் நிலைமையில் ஜனங்களுக்கு இன்னும் வைத்திய உதவியை விசாலப்படுத்த முயலவேண்டியிருக்க, அதற்கு மாறாக, அநேகமாயிரம் ஜனங்களுக்கு விசேஷ கைம்மாறின்றி உதவிவரும் சுதேசவைத்தியர்களின் தொழிலை நேராகவோ மறைவாகவோ தாக்கக்கூடிய இவ்வித சட்டமானது வெகு சொற்ப எண்ணிக்கையுடைய மேனாட்டு வைத்தியர்களில் சிலருடைய செல்வாக்கினால் ஏற்பட்டுவிட்டது; சுமார் 31,000 சுதேசவைத்தியர்களின் கதி இன்னதென்று சிறிதும் கவனிக்காமல், கௌ

ற்ப ஆங்கிலவைத்தியர்களுக்கு வரம்பு கடந்த சுதந்தரத்தைக் கொடுத்து, ஆத்திரம் நிரம்பிய ஆங்கில வைத்தியர் கொண்டுவந்த வைத்தியப்பதிவு மஸோதாவை அவ்வளவு சீக்கிரத்தில் நிறைவேற்றுவதற்குக் கவர்ன்மெண்டார் ஏன் இடங்கொடுக்கவேண்டும்? மேனாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் செய்யும் சுயநன்மையைக் கோரிய சிலருடைய இஷ்டத்தைத் தழுவி, அபரிமிதமான சுதேசவைத்தியர்களுடையவும் பொதுஜனங்களுடையவும் இஷ்டத்திற்கும் நன்மைக்கும் பிரதிகூலமான மஸோதாவை ஆதரிக்கவேண்டிய அவசியமென்ன? இவ்வித சட்டம் இல்லாமல் இதுவரையில் ஜனங்களுக்காவது வைத்தியத் தொழிலாளிகளுக்காவது ஸம்பவித்த ஸங்கடங்கள் என்ன? இந்த மஸோதாவைக்கொண்டு வந்தவராவது அவருக்குத் துணையாயிருந்தவராவது அவ்விதம் ஏதேனும் ஜனங்களுக்கு இச்சட்டமில்லாமல் இன்னின்ன ஸங்கடங்கள் நேர்ந்தனவென்று தகுந்த முகாந்தரங்களைக் கொண்டு நிரூபிக்கமுடியுமா? அப்படி நிரூபணம் செய்தபிறகல்லவோ இப்பெரிய காரியத்தை நிறைவேற்றவேண்டும்?

இதில் முக்கியமாகக் கவனிக்கவேண்டிய விஷயங்கள் சில உண்டு. முதலாவது இத்தேசத்தில் இங்கிலாந்து முதலான தேசங்களைப்போல் அலோபதிக் முறையென்னும் ஆங்கிலவைத்தியம் ஒன்றே பிரதானமாயில்லை. இத்தேசத்தில் அநாதிகாலந் தொட்டு மிகப் பிரபலமாயிருந்துவரும் ஆயுர்வேத முறையையே நம்பி யிருப்பவரும், யூனனி முறையில் நம்பிக்கையுள்ளவரும் அளவற்றபேர் இருந்து வருவது மல்லாமல், அவ்வைத்தியமுறைகளில் திறமைசாலிகளான தொழிலாளிகளும் பல்லாயிரம்பேர் இருப்பதால், இங்கு ஆங்கிலவைத்தியத்திற்குமட்டும் பிரத்தியோகமாக அவ்வளவு பிராதான்யத்தைக் கொடுப்பதற்கு நியாயமில்லை. மேலும் ஆங்கிலவைத்தியம் செய்பவர் நகரங்களில் வஸித்து, ஸொந்தத்தில் தொழில் நடத்தவும், உத்தியோகம் வஹிக்கவும் விரும்புகிறார்களே யொழிய, சுதேசவைத்தியர்களைப்போல் கிராமாந்தரங்களிலுள்ளவருக்கும் ஏழைகளுக்கும் உதவக்கூடியவராயில்லை யென்பது அனைவரும் அறிந்தவிஷயமே. கவர்ன்மெண்டு இவ்விஷயத்தில் முக்கியமாகச் செய்ய வேண்டிய காரியம் ஒன்றுண்டு; என்னவென்றால்—பண்டைக்காலம் முதல் பெரும் பிரக்கியாதி யடைந்து மிகச் சிறந்த சாஸ்திர மென்று இந்தியராலும் மேனாட்டுச் சாஸ்திரஞர்களில் பலராலும் கொண்டாடப்பட்டு வருகிற ஆயுர்வேத வைத்தியத்தை நடத்தி வரும் தொழிலாளிகளுக்கு, நாகரிக ரீதியில் அவர்களுடைய அறிவையும் அநுபவத்தையும் சீர்திருத்துவதற்கு ஏதேனும் தகுந்த முயற்சி செய்ய வேண்டு மென்பதே. இதை விட்டு, ஏதோ சுயநலம் பாராட்டி, ஜனங்களுடைய விருப்பு வெறுப்புகளை இலக்ஷ்யம் செய்யாமல், தோன்றியவாறு எவ்வித ஸாஹஸத்தையும் தடையில்லாமற் செய்து முடிக்க முயலும் இவ்வித வைத்திய ஸங்கத்திற்கு ஒரு சிறிதும் இடங்கொடுக்கக்கூடாது; அவ்வாறு இராஜாங்கத்தார் செய்வதற்கு சீக்கிரம் முன்வராவிட்டால் ஆங்காங்குள்ள வைத்தியர்களும் பொது ஜனங்களும் இராஜாங்கத்தாரிடமும், சட்ட ஸபையின் ஆனரபுள் மெம்பர்களிடமும் ஒரு தடவைக்கு அநேகந் தடவையாக நமது காரியம் கைகூடும்வரையில் முறையிட்டுக்கொள்ள வேண்டியதே இதற்கு முக்கிய உபாயமாகும்.

இப்பொழுது இவ் வைத்திய ஸங்கம் செய்திருக்கும் காரியத்தைக் கவனிப்போமானால், ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் அனைவருமே— அவர்களில் யோக்யதா யோக்யதையைக் கவனிக்காமலே—அலக்ஷியம் செய்யப்படுகிறார்களென்பது வெளிப்படையான விஷயம். ஆயுர்வேத கலாசாலைகளில் வைத்தியத் தொழிலுக்கு வேண்டிய சாஸ்திர முறைகளை அநுபவ முறைகளோடு அப்யஸித்துத் தேறிய ஆயுர்வேத வைத்தியர்களையும், தேசத்தில் பிரக்

யாதிபெற்ற சிலவைத்தியர்களையும் அலக்ஷியம் செய்து, அவர்களுடைய முன்னேற்றத்தைத் தடுப்பதற்கு இச்சபை முயலுமானால், கனம் ஸர்P. S. சிவஸ்வாமி ஐயர் அவர்கள் சென்ற வருஷத்திய கான்வொகேஷன் பிரஸங்கத்திலும், சென்னை ஆயுர்வேத காலேஜ் பரிசளிப்புக் கொண்டாட்டத்திலும் சுதேச வைத்தியாபிவ்ருத்தி விஷயமாகப் பேசியிருக்கும் விதமாய் அக்கோரிக்கைகள் நிறைவேறுவதெப்படி? 1914ஹு ஏப்ரல்மீ 8உ சென்னை ஆயுர்வேத கலாசாலையில் கூடிய ஒரு ஸபையில் "வைத்தியப்பதிவு மஸோதா சிலர் நினைக்கும் விதமாக சுதேசவைத்தியர்களை எவ்விதத்திலும் பாதிக்கக்கூடியதாயில்லை" என்றும், "ஆங்கில வைத்தியர்களும் இவ் வைத்தியர்களுடன் ஒற்றுமைத்து இம்முறையை இன்னும் சீர்திருத்தி அவர்களும் இதன் தத்துவங்களை அறியவேண்டும்" என்றும் ஷெ கனவான் கூறியதைக் கேட்டு, ஒருநாளில்லாவிட்டால் மற்றொரு நாளாவது இவ் வைத்திய முறை முன்னேற்றமடையக் கூடுமென்று நாம் மனப்பால் குடித்து வருகையில், திடீரென்று இவ் வைத்தியஸங்கம் அடாத காரியத்தை இவ்வாறு செய்யத்துணிந்ததைப் பார்க்க எமது மனம் திடுக்கிட்டுப் போயிற்று. இச் செயலை சுதேச வைத்தியர்கள் மட்டுமல்ல, ஆங்கில வைத்தியர்களிலும் பெரும்பாலோர் கண்டித்து வெறுக்கின்றனர் என்பது, சென்னையிற் கூடிய பொதுஜன மஹாஸபையினாலும், வேறு வழிகளாலும் நாம் நன்கு அறிந்திருக்கிறோம்.

இதில் நடந்திருக்கும் அகில விஷயங்களும் மனஸ்ஸாக்ஷிக்கு விரோதமா யிருப்பதாகவே நினைக்க வேண்டியிருப்பதுடன், மற்றொரு விஷயமும் முக்கியமாகக் குறிப்பிட வேண்டியதாயிருக்கிறது. இவ்விதம் ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலையில் ஏதோ சில விஷயத்தில் உதவி செய்ய முன் வந்ததற்காக டாக்டர் கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயரின் பெயரை ரெஜிஸ்டரிலிருந்து விலக்கி விடவேண்டியது அவசியமா இல்லையா என்கிற விஷயத்தைத் தீர்மானிப்பதற்கு ஒரு ஸப் கமிட்டி அமைக்கப்பட்டது. அக்கமிட்டிக்கு டாக்டர் நாயரும் (டாக்டர் நாயரே இச்சட்டத்தை அமுலுக்குக் கொண்டு வர முதற்காரண மென்பதை நேயர்கள் மறந்திருக்கமாட்டார்கள்), இன்னும் இரண்டு மூன்று ஆங்கிலேயரும் மெம்பர்களாகத் தெரிந்தெடுக்கப்பட்டார்கள். இவர்களுக்கு ஆயுர்வேதம் இன்னதென்று தெரியாததுடன், அதிக வீணான ஆத்திரமும் உண்டென்று அவர்களுடைய செயலாலேயே தெரியவந்தது. ஆயுர்வேத வைத்தியத்திற் பரிசயமும் அபிமானமுமுள்ள வேறு சில இந்திய மெம்பர்களை ஸப்கமிட்டியில் இருக்கும்படி ஏன் ஏற்பாடு செய்யக்கூடாது? அப்படியானால் இவ்விதம் சில்விஷங்கள் செய்ய வேண்டுமே அது எப்படி முடியும்!

பிரிடிஷ் வைத்தியச் சட்டப்படி இச் சென்னை வைத்திய ஸங்கம் இவ்வாறு செய்யவேண்டி வந்ததென்று இவர்கள் சொல்லுகிறார்கள். அப்படியானால் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களோடு மாத்திரமல்ல, ஆங்கில முறைப்படி வைத்தியம்செய்யும் ஹாஸ்பிடல் அஸிஸ்டெண்டு அல்லது ஸப் அஸிஸ்டெண்டு ஸர்ஜன்களையும் அவ்வாறே பாராட்டவேண்டுமே. ப்ரிடிஷ் வைத்தியச் சட்டப்படி ஸப் அஸிஸ்டெண்டு ஸர்ஜன்களும் அபாதகிரிகளும் தம்மைப் பதிவுசெய்துகொள்ள யோக்யதையற்றவராவர். தமக்கு இஷ்டமான அம்சங்களில் பிரிடிஷ் மெடிகல் ஆக்டை அநுஸரிப்பதும், தமக்குப் பிரியமில்லாத அம்சங்களில் அந்த ஆக்டை அவமதிப்பதுமென்றால், பக்ஷபாதமே இச்செய்கைக்கு முதற்காரணமென்று நாம் சொல்லாமலே விளங்குகிறதல்லவா? ஆங்கில வைத்தியம் கற்றுத் தேறிய டாக்டர்கள் ஸொந்தத்தில் ஔஷதசாலை வைத்துக்கொண்டு மருந்துகளை விற்பது நியாயவிரோதமென்கிற விஷயம் அநேகம் பேருக்குத் தெரிந்திருக்

கும். ஸொந்தத்தில் தொழில் நடத்தும் ஆங்கில வைத்தியர்களில் ஒளஷதசாலை வைத்துக்கொண்டு மருந்துவிற்பனை செய்யாமலிருப்பவர் அரிதென்பதையும் எவர்தான் அறியார்? இவ்வித பெரிய தவறுதல்கள் ஆங்கிலவைத்தியர்களுடைய அபக்யாதிக்குக் காரணமாகுமென்பதை இவ்வைத்திய ஸங்கத்தார் ஆலோசித்து அவ்வித டாக்டர்கள் விஷயத்தில் ஏன் தகுந்த நடவடிக்கை நடத்தக்கூடாது? அவ்விதம் தன் இனத்தாருடைய பிசகைக் கவனித்தால், பிறகு இவ்வளவு விஷயங்கள் நடக்கவேண்டியிருக்க அவையெல்லாம் நடக்காமற்போய்விடுமல்லவா?

இத்யாதி விஷயங்களை யெல்லாம் நன்றாகக் கவனித்து, நமது ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் இனியாவது கண்விழித்து தமது நிலைமையைக் கவனித்து, புனாவிருத்திக்கு அவசியமாயுள்ள முக்கியமான காரியங்களில் இனியாவது கருத்துடன் பிரவ்ருத்திப்பாராக. ஏற்கனவே ஆனரபுல் மெம்பர்களிர் சில அபிமானிகள், இது விஷயமாய் இச்சட்டத்தைத் திருத்துவதற்காகச் சட்ட ஸபையில் மஸோதாக்களைக் கொண்டு வந்திருப்பது நமது வைத்திய நண்பர்கள் அறிந்த விஷயமே. ஆயுர்வேத வைத்தியர்களெல்லாம் பெரு முயற்சியெடுத்துக்கொண்டு அக்கனவான்களின் மூலமாய் இச் சில்விஷம் செய்யும் சட்டத்தைத் திருத்துவதற்கும், ஆங்கில வைத்தியர்களுக்கிருப்பது போலவே ஆயுர்வேதவைத்தியர்களில் பிரக்யாதி பெற்ற அறிஞரான தொழிலாளிகளும் தமது பெயரைப் பதிவு செய்துக்கொள்ள ஏற்பாடு செய்யும்படிக்கும் தகுந்த வாறு முயற்சிப்பதற்கு இதுதான் ஏற்ற ஸமயம். இதேமாதிரி பம்பாய் வைத்தியப்பதிவு சட்டம் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு அனுகூலமாகத் திருத்தப்பட்டுப் போயிற்று என்கிற விஷயத்தையும் நாம் வைத்தியர்களுக்கு நினைப்பூட்டுகிறோம்.

VIEWS OF SIR P. LUKIS ON INDIGENOUS SYSTEMS OF MEDICINE.

சுதேச வைத்திய முறைகளின் விஷயத்தில் ஸர் பி. லூகிஸ் அவர்களின் அபிப்பிராயம்.

வட இந்தியாவில் இந்தூர் என்னும் பட்டணத்தில் வைத்திய ஆராய்ச்சிச்சாலையொன்றை ஸர் பி. லூகிஸ் அவர்கள் திறந்து வைத்த போது செய்த பிரஸங்கத்தில், ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்திய முறைகளைப்பற்றி மிகவும் புகழ்ந்து பேசியதைக் கேட்க இச் சமயத்தில் நமது மனம் பெரிதும் தேறுதல் அடைகிறது. ஸர் பர்டே லூகிஸ் அவர்கள் ஐ. எம். எஸ். என்னும் இந்திய வைத்திய இலாகா முழுமைக்கும் மேலதிகாரியா யிருப்பவர். அவருடைய பெருமை பொருந்திய பிரஸங்கத்தில் இத்தேசத்து வைத்திய முறைகளைப் பற்றிக் கூறிய விஷயத்தின் ஸாராம்சத்தை நாம் இங்கு மொழி பெயர்த்து எழுதுகின்றோம்:—

"ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்திய முறைகள் ஸம்பந்தமாக நீங்கள் முயற்சி செய்ய வேண்டியதைக் கருதி இப்பொழுது நான் சில வார்த்தைகள் சொல்ல விரும்புகிறேன். அலோபதிக் அல்லது மேனாட்டு வைத்திய முறையில் அடங்கிய ஒவ்வொரு விஷயமும் நல்லதென்று நீங்கள் நிச்சயித்து விடக்கூடாதென்று நான் உங்களுக்கு வெகு திடமாக வற்புறுத்திக் கூறுவது அவசியமென்றும் கருதுகிறேன். வெகு நாட்களாக இந்தியாவில் நான் இருந்து வருவதிலிருந்து, தேசத்தின் நிலைமைகளையும் ஜனங்களையும் பார்க்கப் பார்க்க, வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் அநுஷ்டித்து வரும் அநுபவ வைத்திய முறைகள் மிகவும் உயர்ந்தவைகளாக மதிக்கக்கூடியவைகளென்றே நான் நன்றாக அங்கீகரிக்கவேண்டியிருக்கிறது. அநேகம் நூற்றாண்டுகளுக்கு முன் இவர்களுடைய மூத்தோர்கள் அறிந்திருந்த விஷயங்கள் எவ்வாறிருந்த போதிலும், அவற்றில் அநேகம் விஷயங்கள் இப்பொழுது நவீன ஆராய்ச்சிகளின் மூலமாய் மிக்க உபயோகமானவை யென்று நாம் கண்டு பிடித்து விட்டதாகக் கூறுகிறோம். உதாரணமாகச் சென்ற சில வருஷங்களாய் உப்பில்லாப் பத்தியம் வைத்து ரோகங்களை ஸ்வஸ்த்தம் செய்யலா மென்பதைப்பற்றி விசேஷமாகப் பிரஸ்தாபிக்கப்பட்டு வருகிறதே. இவ்விஷயம் விடால், ஜாவால் என்கிற இருவர் செய்த சில பரிசோதனையிலிருந்து வெளியாகவே, அதன் பலனாக, நீரேற்றம் அல்லது மஹோதர வியாதியினால் வருந்தும் பிணியாளிகளுக்கு முற்றிலும் உப்பு ஸம்பந்தப்படாத பத்தியத்தை ஏற்படுத்தி, அதனால் நீங்கள் அவ்வியாதியைப் போக்குவதில் மிகவும் மேலான ஜயம் பெறக்கூடு மென்று தீர்த்தாரணம் செய்தீர்கள். இதில் ஒன்றும் புதுமையில்லை. கீழ் நாடுகளில் பல்லாயிரம் வருஷங்களுக்கு முன்னமே இது அறியப்பட்ட விஷயம்; நீரேற்றம் அல்லது மஹோதர வியாதியினால் பீடிக்கப்படுபவருக்கு உப்பு அநுகூலமானதல்ல வென்பதை விடாலும் ஜாவாலும் பரிசோதனை செய்வதற்கு முன்னமே கீழ் நாட்டு வைத்தியர்களையும் ஹகீம்களையும் நீங்கள் கேட்டிருந்தால், அவர்களில் எவரும் இதை விளங்கக் கூறியிருப்பார்.

பிராசீன வைத்திய முறைகளை இகழக்கூடாதென்று நான் இப்பொழுது ஆலோசனை சொல்லுங்கால் ஒரு விஷயத்தில் மாத்திரம் உங்களை நான் எச்சரிக்கவேண்டியிருக்கிறது. ஒன்றுக் கொன்று விசேஷ ஸம்பந்தமில்லாத இரண்டு மூன்று வைத்திய முறைகளை ஒரே ஸமயத்தில் கையாளுவது சரியல்ல. நீர் எந்த முறையை ஆதாரமாகக் கொண்டு வைத்தியம் செய்ய முயன்ற போதிலும் அதிலொன்றும் பாதகமில்லை; உம்முடைய பிணியாளிகளை ஸ்வஸ்த்தம் செய்து அவர்களுக்கு நன்மை யுண்டு பண்ணும் விஷயத்தில் உமக்குத் தெரிந்த உபாயங்களைக் கொண்டு ஸாத்தியமான பிரயத்தனங்களைச் செய்வது அவசியமே. ஆனால் ஒரே ஸமயத்தில் ஒரு ரோகிக்கு ஆயுர்வேத முறைப்படியும், மற்றொரு ரோகிக்கு ஆங்கில முறைப்படியும், மூன்றாவது பிணியாளிக்கு ஹோமியோபதிக் முறைப்படியும் வைத்தியம் செய்வது மாத்திரம் அறியாமை யாகும். அவ்விதம் செய்தால், நீர் நடத்தி வரும் எந்த வைத்திய முறையிலும் உமக்கு வாஸ்தவமான நம்பிக்கை யில்லை யென்பதாகக் கருதவேண்டி வரும்."

ஸர் பி. லூகிஸ் அவர்கள் இவ்வாறு கூறியதானது, நமது சுதேச வைத்திய முறைகளை விஷய முணராமல் தன்னலங்கருதி இகழ்ந்து வரும் சிலருக்கு வாய்ப்பூட்டிடவும், அம்முறைகளை முன்னேற்றமடையச் செய்யவும் தகுந்த மிக முக்கியமான பிரமாண மொழியாகுமென்று நாம் தனிப்படக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லை. எந்த வைத்திய முறையும் தகுந்த அஸ்திவாரத்தின் மேல் ஏற்பட்டதே யென்றும், அந்தந்த முறையில் அபிமானமும் விச்வாஸமும் உள்ளவர் அதனை நடத்தி வருவது முற்றிலும் நியாயமென்றும், விஷய மறியாமல் எதையும் இகழ்வது பிசகென்றும் அவர் வற்புறுத்திக் கூறியிருப்பதை நமது ஆங்கில வைத்தியர்களும் நன்கு கவனிப்பாராக.

FIRST AID IN ACCIDENTS.

அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

ஊர்த்வசாகாஸ்திகள்.—[1] ஊர்த்வசாகைகள் இரண்டு. அவற்றுள் ஒவ்வொன்றும் தோள், புஜம்,[2] கரம்,[3] கரதலம்[4] என்று நான்கு பிரிவுகளாகப் பகுக்கக்கூடியதாம்.

1. ஊர்த்வசாகைகள்—தோளும் கைகளும்; அப்பர் லிம்ப்ஸ் (upper limbs).

2. புஜம்—முழங்கைக்கு மேலுள்ள பாகம்; ஆரம் (arm).

3. கரம்—முழங்கைக்குக் கீழ் மணிக்கட்டுவரையிலுமுள்ள பாகம்; போராரம் (fore-arm).

4. கரதலம்—மணிக்கட்டுக்குக் கீழுள்ள கை; ஹாண்ட் (hand).

தோள் எலும்புகள்.—தோளானது கையை உடலுடன் கூட்டுகின்றது; மேலும் அது அக்ஷகாஸ்தியோடும்[1] அம்ஸபலகத்தோடும்[2] கூடியதாயிருக்கின்றது. இவற்றுள் அக்ஷகாஸ்தியானது சிறிது நீளமாகவும் S என்னும் எழுத்துபோல் ஒருவாறு வளைந்

1. அக்ஷகாஸ்தி—இதை காறையெலும்பென்றும் கூறலாம்; க்ளாவிகல் அல்லது காலர் போன் (clavicle or collar bone).

2. அம்ஸபலகம்—தோளெலும்பெனவும் சொல்லலாம்; ஸ்காப்யூலா அல்லது ஷோல்டர் ப்ளேட் (scapula or shoulder blade).

துமிருக்கிறது ; இதன் ஒரு முனை அம்ஸபலகத்தோடும், மற்றொரு முனை மார்பெலும்போடும் இணைக்கப் பட்டிருக்கின்றன. அம்ஸபலகம் என்பது அகன்ற ஒருவாறு முக்கோணவடிவமுள்ள கபாலாஸ்த்தி ; இது பர்சுகாஸ்த்திகளுக்கும் பின்புறமாய் அமைந்திருக்கின்றது.

புஜாஸ்த்தி.—புஜத்தின் எலும்பு என்றால், முழங்கைமுதல் தோள்வரையிலுமுள்ள ஒரு நீண்டஎலும்பு; இதை **ப்ரகண்டாஸ்த்தி**[1] என்று ஸம்ஸ்கிருதத்தில் கூறுவர். இவ்வெலும்பின் தலையென்று சொல்லக் கூடிய மேல்முனையானது உருண்டையாயிருக்கும் ; அப்பாகம் அம்ஸபலகத்திலுள்ள ஒரு குழியில் உழன்று அசையும்படி இணைக்கப்பட்டிருக்கிறது. இதன் கீழ்முனையானது சிறிது தட்டையாகவும், கையெலும்புகள் இரண்டும் சேர்ந்து முழங்கையென்னும் ஸந்தி ஏற்படுவதற்கு அநுகூலமான உருவமுள்ளதாகவும் அமைந்திருக்கிறது.

கராஸ்த்திகள்.[2]—முழங்கைமுதல் கணுக்கைவரையிலும் நீண்டுள்ள இரண்டு எலும்புகள் 'கராஸ்த்திகள்' எனப்படுகின்றன ; அவற்றுள் ஒன்றுக்கு **உட்கர வெலும்பு**[3] என்றும், மற்றொன்றுக்கு **வெளிக்கர வெலும்பு**[4] என்றும் பெயர். வெளிக்கர வெலும்பானது முழங்கையின் வெளிப்புறத்திலிருந்து ஆரம்பித்து கணுக்கையில் பெருவிரலின் அடிப்பாகத்திற்கு எதிரில் முடிவு பெருகின்றது. உட்கர வெலும்பானது முழங்கையின் உட்புறத்தில் ஆரம்பித்து கணுக்கையில் சுண்டுவிரல் பக்கமாக முடிவடைகின்றது. இவ்வெலும்பின் மேல்முனையில் ஒரு குமிழ் அல்லது மூளையைப்போன்ற பாகமுண்டு ; அதுதான் முழங்கையில் சிகரம் போன்ற முனையை உண்டுபண்ணுகிறது. இதற்கு ஸம்ஸ்கிருதத்தில் கூர்ப்பரகூடம்[5] எனப் பெயர்.

1. ப்ரகண்டாஸ்த்தி—இதை ஆங்கிலத்தில் ஹ்யூமெரஸ் (humerus) என்பார்கள்.
2. கராஸ்த்திகள்—ப்ரகோஷ்டாஸ்த்திகள் என்றும் பெயர் ; போன்ஸ் ஆப் தி போர்ஆரம் (bones of the fore-arm).
3. உட்கரவெலும்பு—ரேடியஸ் (radius).
4. வெளிக்கர வெலும்பு—அல்னா (ulna).
5. கூர்ப்பர கூடம்—(olecranon)

கைமணிக்கட்டெலும்புகள்.[1]— கரதலாஸ்த்திகளுக்கும் கராஸ்த்திகளுக்கும் இடையிலுள்ள சிறிய எட்டு அஸ்த்திகள் மணிக்கட்டெலும்புகள் எனப்படுகின்றன. இவ்வெட்டு எலும்புகளும் கீழும் மேலுமாய் இரண்டு வரிசைகளாக அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

கரதலாஸ்த்திகள்.[2]— புறங்கை உள்ளங்கைகள் அமைவதற்கு ஆதாரமா யேற்பட்டுள்ள ஐந்து மெல்லிய நீண்ட எலும்புகள்.

கராங்குல்யஸ்த்திகள்.—[3] ஐந்து விரல்கள் அமைவதற்கென்று ஏற்பட்டுள்ள பதினைந்து எலும்புகள். விரல் ஒன்றுக்கு மூன்று எலும்புகள் விதம், நான்கு விரல்களுக்குப் பன்னிரண்டு எலும்புகளும், பெருவிரலுக்கு இரண்டு எலும்புகளும் ஆகப் பதினைந்து எலும்புகள் ஆகின்றன.

அதச் சாகாஸ்த்திகள்.—[4] அதச் சாகைகள் இரண்டு ; இவற்றுள் ஒவ்வொன்றும் துடை, ஜங்கா, பாதம் என்று மூன்று பாகங்களாகப் பிரிக்கப்படும்.

துடை யெலும்பு.—[5] துடை யெலும்பானது மேலே கூபகம் வரையிலும், கீழே முழங்கால் வரையிலும் நீண்டிருக்கிறது ; தேஹத்திலுள்ள எலும்புகளுள் இதுதான் மிகப் பெரிதும் அதிக பலமுள்ளதுமாயிருக்கிறது. இதன் மேல்முனை பந்துபோல் உருட்சியாயிருக்கும் ; ச்ரோணயஸ்த்தியின் அடிப்புறத்திலுள்ள ஒரு ஆழமான குழியில் துடையெலும் பின் தலை யெனத்தகும் அவ்வுருண்ட பாகம் உழன்று

1. கை மணிக்கட்டெலும்புகள்—இதை மணிபந்தாஸ்த்திகள் என்று ஸம்ஸ்கிருதத்தில் கூறுவர்; கார்ப்பஸ் போன்ஸ் (Carpus bones).
2. கரதலாஸ்த்திகள்—இவற்றை கூர்ச்சாஸ்த்திகள் என்றும் கூறுவர்; மெடகார்ப்பஸ் போன்ஸ் (metacarpus bones).
3. கராங்குல்யஸ்த்திகள்—கைவிரலெலும்புகள் என்றும் கூறலாம்; ப்பலஞ்ஜிஸ் போன்ஸ் (Phalauges bones).
4. அதச் சாகாஸ்த்திகள்—இரண்டு கால்களும் அதச் சாகைகள் என்று கூறப்படுகின்றன ; அவற்றில் அடங்கிய எலும்புகள் "அதச்சாகாஸ்த்திகள்" எனப்படுகின்றன. போன்ஸ் ஆப் தி லோயெர் லிம்பு. (bones of the lower limb).
5. துடையெலும்பு—இதை ஸம்ஸ்கிருதத்தில் ஊர்வஸ்த்தி யென்போம்; பீமர் அல்லது தை போன் (femer or thigh bone).

அசையும்படி அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது ; இது அவ்விதம் சேருவதால் ச்ரோணிஸந்தி[1] ஏற்படுகின்றது. இதன் கீழ்முனை சிறிது விரிவாயிருப்பதால் காலெலும்புகளோடு சேர்ந்து ஜாநுஸந்தி[2] அமைக்கப்படுகிறது. ஜாநுஸந்தியை முன் புறத்தில் அணைத்துக் காப்பதற்காக **ஜாந்வஸ்த்தி**[3] என்னும் ஒரு சிறிய எலும்பு அவ்விடத்தில் சேர்க்கப்பட்டிருக்கிறது.

ஜங்காஸ்த்திகள்.—[4]முழங்கால் முதல் கணுக்கால் வரையில் நீண்டிருக்கிற இரண்டு எலும்புகள் இவ்வாறு வழங்கப்படுகின்றன. இவ்விரண்டில் உட்புறமாயுள்ள பெரிய நீண்ட எலும்புக்கு **ஜங்காஸ்த்தி** யென்றும், வெளிப்புறமாய் அதைக் காட்டிலும் சிறியதான எலும்புக்கு **அநுஜங்காஸ்த்தி** யென்றும் பெயர் வழங்கப்படும். ஜங்காஸ்த்தியின் அகன்ற மேல்முனையில் துடையெலும்பு ஊன்றி நிற்கின்றது.

குல்பாஸ்த்திகள்:—[5]மிகவும் கெட்டியாகவும் குறுகியவையாகவும் ஏழு எலும்புகள் கணுக்காலில் உண்டு. இவை மேலே ஜங்காஸ்த்திகளையும், கீழே பாத எலும்புகளையும் ஒருமிக்கக் கூட்டி அவற்றிற்கு வன்மையுண்டாக்குந்தன்மையுடையவைகளாயிருக்கின்றன.

பாதாஸ்த்திகள்.—[6] பாதத்தை அமைப்பதற் கேற்றவாறு கரதலாஸ்த்திகளைப்போலவே ஏற்பட்டுள்ள சிறிது நீண்ட ஐந்து எலும்புகள்.

பாதாங்குல்யஸ்த்திகள்.—[7] கைவிரல்களைப் போல் கால்விரல்களை அமைப்பதற்கென்று பெரு

1. ச்ரோணிஸந்தி—துடையெலும்பும் கூபகாஸ்த்தியும் கூடும் பாகம் ; ஹிப் ஜாயண்டு (hip joint).
2. ஜாநுஸந்தி—முழங்கால் பூட்டு ; நீ ஜாயண்டு (Knee joint).
3. ஜாந்வஸ்த்தி—முழங்காலெலும்பு ; பெடல்லா அல்லது நீகாப் (Patella or Knee-cap).
4. ஜங்காஸ்த்திகள்—முழங்காலிலிருந்து கணுக்கால் வரையிலுமுள்ள பாகம் ஜங்கா என்று கூறப்படும் ; அதிலுள்ள எலும்புகள் ஜங்காஸ்த்திகளாம். ஆனால் அவற்றுள் முக்கியமானதற்கு ஜங்காஸ்த்தி (டிபியா—tibia) என்றும், அதைவிடச் சிறியதற்கு அநுஜங்காஸ்த்தி (பிபுலா—fibula) என்றும் பெயர் வழங்கப்படும்.
5. குல்பாஸ்த்திகள்—கணுக்காலெலும்புகள் என்றும் கூறலாம் ; டார்ஸஸ் போன்ஸ் (tarsus boens).
6. பாதாஸ்த்திகள்—கூர்ச்சாஸ்த்திகள் எனவும் கூறப்படும். மெட டார்ஸஸ் போன்ஸ் (metatarsus bo.1es).
7. பாதாங்குல்யஸ்த்திகள்—கால்விரலெலும்புகள்; பெலஞ்ஜஸ் போன்ஸ் (phalanges bones).

விரலில் இரண்டு எலும்புகளும், மற்ற நான்கில் ஒவ்வொன்றிலும் மூன்று மூன்று எலும்புகளும் உண்டு.

ஸந்திகளின் அமைப்பு:-இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட எலும்புகள் ஒன்றோடொன்று சேருமிடங்கள் 'ஸந்திகள்' அல்லது 'பூட்டுகள்' என்று சொல்லப்படும். எலும்புகள் ஒன்றின்மேலொன்று உழலுமிடத்தில், ஒன்றுக்கொன்று அணுகியுள்ள அவ்வெலும்பு முனைகள் வெளிறிய ஊதா நிறமான முருந்து[1] என்னும் மிருதுவான வஸ்துவால் கவர்ந்து மூடப்பட்டிருக்கின்றன; அவற்றை ஒருவிதமான கவசமும்[2] போர்த்திருக்கிறது. இக் கவசம் எனப்படும் பையினுள்ளிருந்து ச்லேஷகம்[3] என்னும் ஒருவித பசை பொசிந்துகொண்டிருக்கும் ; இப்பசையின் உதவியால் பூட்டுகளில் எலும்புமுனைகள் வழவழப்படைந்து எளிதில் உழலுகின்றன. கவசத்திற்கு வெளியில் எலும்புமுனைகளை ஒன்றோடொன்று இணைத்துக் சட்டும் உறுப்புகள் சில உண்டு; அவை ஸ்நாயுக்கள்[4] என்று கூறப்படும்.

பல வகையான ஸந்திகள்:—முக்கியமாக **அசையும் பூட்டுகள்**[5] என்றும், **அசையாப் பூட்டுகள்**[6] என்றும் ஸந்திகள் இரண்டு வகைப்படும் ; அவற்றுள் தலை, முகம் முதலியவற்றில் கபாலாஸ்த்திகள் முதலானவை ஒன்றோடொன்று இணைந்திருப்பதால் அவை அசையாப்பூட்டுகளாம். முழங்கை, முழங்கால், தோள் முதலானவிடங்களிலுள்ள ஸந்திகள் அசையும் பூட்டுகள் எனப்படும். அசையும் ஸந்திகள் பிரதானமாக இரு பிரிவுகளாகப் பகுக்கப்படும்.

1. முருந்து—ஸம்ஸ்கிருதத்தில் தருணாஸ்த்தியென்று கூறப்படும்; கார்டிலேஜ் (cartilage).
2. கவசம்—உறை யென்றும் கூறலாம்; காப்ஸூல் (capsule).
3. ச்லேஷகம்—ஸந்திகளில் கலாபர்கங்களிலிருந்து வழவழப்பாகப் பொசியும் பசை; ஸைனோவியல் ப்ளுயிட் (synovial fluid).
4. ஸ்நாயு—இதைப்பற்றி சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் 38-வது பக்கம் பார்க்க.
5. அசையும் பூட்டுகள்—சல ஸந்திகள் என்றும் பெயருண்டு;மூவபுள் ஜாயண்ட்ஸ் (movable jonits)
6. அசையாப் பூட்டுகள்—ஸ்திரஸந்திகள்; இம்மூவபுள் ஜாயண்ட்ஸ் (immovable joints).

அவை உதூகலம், [1] ப்ரதரம் [2] (அல்லது கீலம்) என்பவையாம். உதூகலஸந்தியில் சேர்ந்துள்ள எலும்புகளுள் ஒன்று எவ்விதமாக வேண்டுமானாலும் உழன்று அசையக்கூடியதாயிருக்கும். தோளும், ச்ரோணி ஸந்தியும் [3] இவ்விதமானவையாம். அம்ஸ பலகத்திலும், ச்ரோணிபலகத்திலும் ஆழமான குழி யிருக்கிறது. அம்ஸ பலகக்குழியில் ப்ரகண்டாஸ்த்தியின் மேல்முனையிலுள்ள உருண்ட பாகமும், ச்ரோணிபலகக்குழியில் துடையெலும்பின் உருண்ட தலையும் உட்புகுந்து நாலாப் பக்கங்களிலும் உழலக் கூடியவைகளா யிருக்கின்றன. இரண்டாவது விதமான ப்ரதரம் அல்லது கீலம் என்னும் ஸந்தி கீல் கதவுகளைப்போல் அசையக் கூடியது ; இவ்வாறு சேர்ந்துள்ள எலும்புகள் மேலும் கீழுமாகவோ, அல்லது வலதும் இடதுமாகவோ, அல்லது முன்னும் பின்னுமாகவோ மாத்திரம் அசையக் கூடியன. இதற்கு முழங்கை, முழங்கால் இந்த ஸந்திகளை உதாரணமாகக் கூறலாம்.

பேசிகள். [4]

"பேசிகள்" என்னும் உறுப்புகள் தேஹத்தில் நடந்தேறும் ஸகல விதமான அசைவுகளுக்கும் ஆதாரமான கருவிகளா யிருக்கின்றன. அவை பெரும்பாலும் நடுவில் பருத்தும், இரண்டு முனைகளிற் குறுகியும், கயிறுகளைப்போல் வன்மையுள்ளவைகளாயும் இருக்கும். சிலவிடங்களில் இவை விரிப்படலைப்போல அகன்றும் காணப்படும்.

இவை ஸ்வதந்திர பேசிகள் [1] என்றும், பாதந்திர பேசிகள் [2] என்றும் இருவகைப்படும். இவற்றுள் ஸ்வதந்திரபேசிகள் இரைப்பையிலும், குடல்களிலும், ச்வாஸமார்க்கங்களிலும், இருதயத்திலும், மற்றும் இரத்தக்குழாய் முதலிய உட்புற உறுப்புகளிலும் உண்டு. அவை நாம் விழித்துக்கொண்டு சுறுசுறுப்பாகக் காரியங்கள் செய்து வரும்போதும் நித்திரை செய்யும்போதும் நமது உயிர்வாழ்க்கைக்கு அவசியமான வேலைகளை நமது இச்சைக்கு வசப்படாமேலே ஒழுங்காக நடத்திவருகின்றன. இந்த மாம்ஸபேசிகளை ஒழுங்காக நடத்துவதற்கென்று நரம்பு மண்டலத்தில் சில பாகம் [3] தனியாக ஏற்பட்டிருக்கிறது. பரதந்திர பேசிகளின் முனைகள் பெரும்பாலும் உடலின் வெளிப்புறத்தில் எலும்புகளில் கட்டப்பட்டிருக்கின்றன. தேஹம் பலவிதங்களில் அசைவதற்கேற்றவாறு இந்தப் பேசிகளுக்குச் சுருங்கவும் மீண்டும் நீளவும் சக்தியுண்டு. இந்தமாம்ஸபேசிகளின் இரு முனைகளும் கண்டரம் [4] எனப்படும் வெண்மையான நார்களாக மாறி அந்த நார்களின் மூலமாய் எலும்புகளுடன் பலமாக இணைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இப்பேசிகள் நமது இஷ்டத்திற்கு வசப்பட்டிருக்கின்றன. பேசிகள் என்றால் மாம்ஸத்தைக் காட்டிலும் வேறுபட்டவைகளல்ல.

---

1. உதூகலம்—என்றால் உரல் ; உரலும் குழவியும் போல் எலும்புகள் சேர்ந்திருக்கும் பாகம் உதூகல ஸந்தி யெனப்படும். பால் அண்ட் ஸாக்கெட் ஜாயண்ட்ஸ் (ball & socket joints).

2. ப்ரதரம்—கீல்களைப்போல் இணைக்கப்பட்டிருக்கும் ஸந்தி. இவை ஆங்கிலத்தில் (Hinge joints) எனப்படும்.

3. ச்ரோணி ஸந்தி—ச்ரோண்யஸ்த்தியும், துடையெலும்பும் சேரும் ஸந்தி; ஹிப் ஜாயண்ட் (hip joint).

4. பேசிகள்—அல்லது மாம்ஸபேசிகள்; தசை நார்கள் என்றும் கூறப்படும் மஸ்ஸல்ஸ் (muscles).

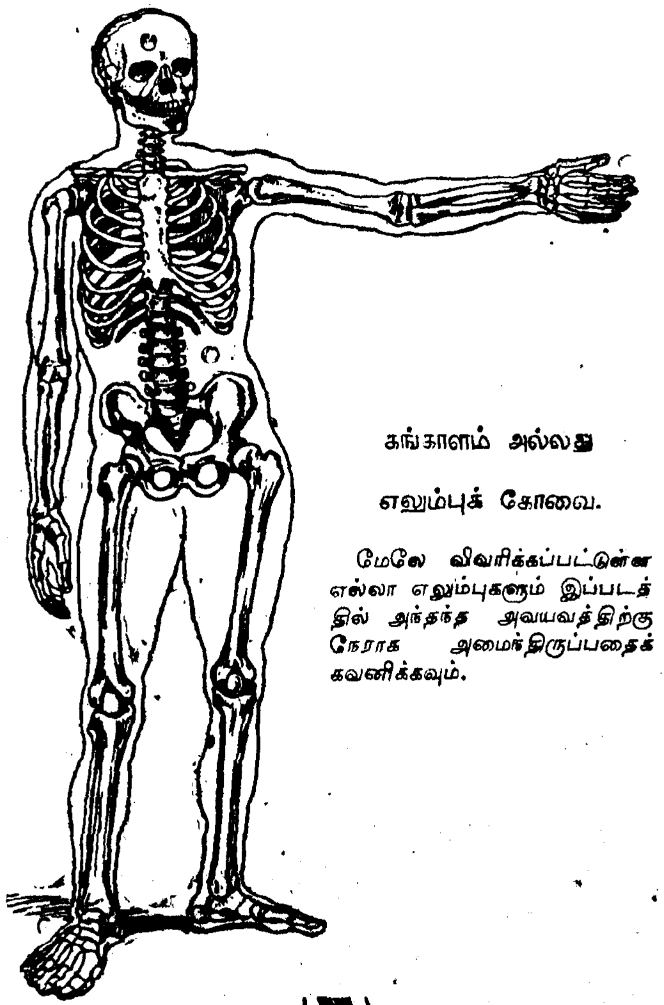
1. ஸ்வதந்திர பேசிகள்—இரத்தச் சுழற்சி, மூச்சு விடுதல், உணவு ஜீர்ணமாதல் முதலிய ஜீவாதாரமான வேலைகளை இடைவிடாமல் நமது இஷ்டத்திற்கு வசப்படாமல் தானாகவே நடத்துமியல்புடையவை. இவற்றை ஆங்கிலத்தில் இன்வாலண்டரி மஸ்ஸல்ஸ் (involuntary muscles) என்பார்கள்.

2. பரதந்திர பேசிகள்—நமது இஷ்டத்திற்கு வசப்பட்டு, நாம் விரும்பும் வண்ணம் தேஹத்தை அநேக வகையில் அசைப்பதற்கு உபயோகமாயுள்ள பேசிகள். இவை வாலண்டரி மஸ்ஸல் (voluntary museles) எனப்படும்.

3. இந்த நம்ரபுமண்டலத்தை ஸிம்பதெடிக் ஸிஸ்டத்தைச்(sympatheti systcy) சேர்ந்ததாகக் கூறுவர்.

4. கண்டரம்—இவை ஆங்கிலத்தில் டெண்டன் (tendon) எனப்படும்.

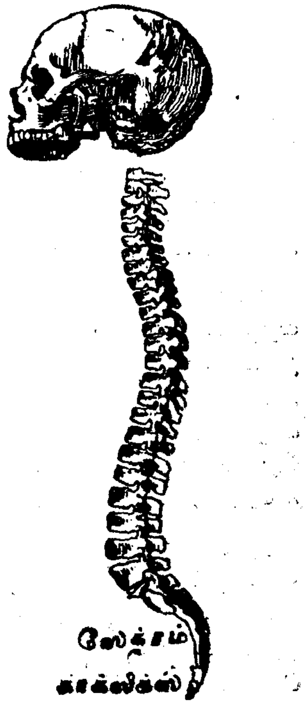
அடுத்த பக்கத்தில் இதுவரையிலும் வந்த விஷயங்களுக்கு அவசியமான படங்கள் போடப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த ப்ளாக்குகள் டாக்டர் ஜே. வி. ராமஸ்வாமி நாயுடு, எல்.எம். எஸ். அவர்களால் உதவப்பட்டன.



கங்காளம் அல்லது

எலும்புக் கோவை.

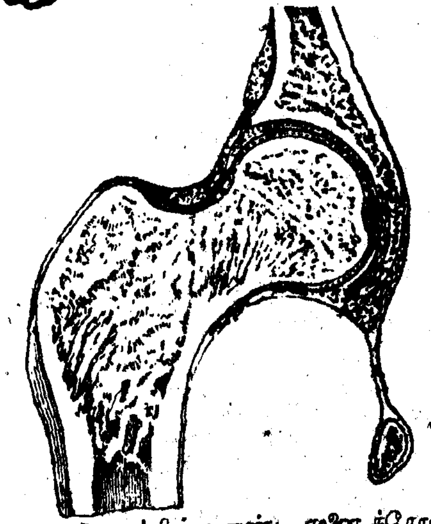
மேலே விவரிக்கப்பட்டுள்ள எல்லா எலும்புகளும் இப்படத்தில் அந்தந்த அவயவத்திற்கு நேராக அமைந்திருப்பதைக் கவனிக்கவும்.



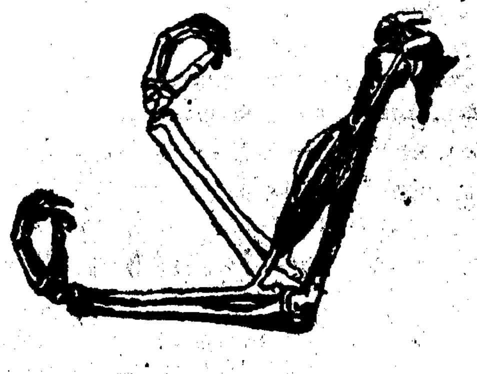
முள்ளந்தண்டும்

கரோடியும்.

இவ்வெலும்புக் கோவையில் இருபத்திநாலுசேருக்களும், த்ரிகாஸ்த்தி, அநுத்ரிகாஸ்த்தி இவையும், மேலே சிரக்பால வெலும்பு முதலியவையும் இருக்கக் காணலாம்.



துடையெலும்பின் உருண்ட முனை ச்ரோண்யஸ்த்தியின் குழியில் அமைந்து உதூகலஸந்தியை அமைக்கும் வகை குறிப்பிடப்படுகிறது.



இடது கை.

மாம்ஸ பேசி இயற்கை நிலைமையிலிருந்து சுருங்கி கையை மடக்கும் வகையைக் காட்டும் படம். ப்ரகண்டாஸ்த்தியின் மேல்முனையிலும், காலஸ்த்தியிலும் ஒரு மாம்ஸபேசி இணைக்கப்பட்டிருப்பதைக் காணலாம்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

அழிஞ்சில்.

வைத்தியம் K. இராமஸ்வாமி ஐயர் அவர்கள் எமக்கு அடியில்வருமாறு எழுதுகிறார்:—

"மேஹ வியாதியென்று ஸாதாரண வைத்தியர்கள் வழங்கும் சூக தோஷமென்னும் ரோகத்தினால் வருந்தியவர்களுக்கு நான் அழிஞ்சிவேர்ப்பட்டையை அநேக முறை உபயோகித்து வந்தேன். இப்பிணியினால் துன்பப்பட்டவரில் பெரும்பாலோர் நன்கு ஸௌக்கியமடைந்தனர் என்று நமது இதர வைத்திய ஸஹோதரர்களுக்கும் அறிவிக்க விரும்புகின்றேன்.

அப்போதைக்கப்போது எளிதில் அழிந்துவிடும் சுபாவமுள்ளதாகையால் இச்செடிக்கு அழிஞ்சில் என்று பெயர் வந்ததெனக் கருதுகிறேன். இது இத் தென்னிந்தியாவின் காடுகளில் விசேஷமாகவும், தோட்டக்கால்களில் சொற்பமாகவும் பயிராகின்றது.

அழிஞ்சி வேர்ப்பட்டையை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வஸ்திரகாளிதம் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். சூக தோஷத்தில் (syphilitic poison) இப்பொடியை 6 அல்லது 10 நெல்லெடை வீதம் தினத்திற்கு இரண்டு மூன்று வேளை உஷ்ண ஜலத்துடன் உபயோகித்து வரவேண்டும். அவரவருடைய தேஹ நிலைமைக்குத் தகுந்தவாறு 2 வாரத்திற்குக் குறையாமல் 5 வாரம் வரையில் இதை உட்கொண்டுவரலாம். இதை ஸாதாரண சர்மவியாதிகளிலும் முன்போல் உபயோகித்துவருவதால் கிரமமாக நற்குணமுண்டாவதுண்டு. வாந்தி யுண்டுபண்ணுவதற்கு இப்பொடியை 40 அல்லது 50 நெல்லெடை வரையில் உபயோகிக்கலாம். நீர்க்கோவை முதலியவற்றில் இச்சரக்கு நற்குணமுண்டுபண்ணுவதாகவும் நான் சில ஸமயம் பரீக்ஷித்து அறிந்திருக்கிறேன்."

நாட்டு அக்ரோட்.

ஸம்ஸ்கிருதத்தில் ஆக்ஷோடகம் என்று கூறப்படும் இவ்வழகிய மரம் தென்னிந்தியாவில் அநேகம் பிரதேசங்களில் காணக்கூடியது. இது கோடைகாலத்தில் செழித்துப் புஷ்பிக்கும்.

இதன் வித்திலிருந்து ஒருவித எண்ணெய் எடுக்கலாம். இந்த எண்ணெயை ½ பலம் எடை உட்கொண்டால் நன்கு விரேசநமாகும்; கற்குடலாயிருந்தால் இரண்டு பலம் வரையில் உட்கொள்ளலாம். வயிற்றில் ஸங்கடமுண்டுபண்ணாமல் வெகு ஸுகமாக பேதியாகும். இவ்வித குணத்தினால் ஆமணக்கெண்ணெயைக் காட்டிலும் இது விசேஷித்ததென்று நம்பலாம். அர்சஸ் என்னும் மூலரோகத்தினாலும், வேறு காரணங்களாலுண்டாகும் மலபந்தத்தினாலும் கஷ்டப்படுபவர் அக்ரோட் வித்தின் எண்ணெயை அவசியமான ஸமயங்களில் உபயோகித்து வருவது நலம்.

பேரரத்தை.

வருஷாந்தரப் பயிரான இச்செடி திவாங்கூர் முதலான பிரதேசங்களில் அபரிமிதமாய் விளைவதுண்டு.

இச் செடியின் வேர் சிறிது வாஸனையுள்ளதாகவும் கசப்பாகவும் இருக்கும். வயிற்றுப்பொருமலைப் போக்கவும், பசியை உத்தீபநம் செய்யவும் இதற்குச் சக்தியுண்டு. இதைக் கஷாயமிட்டு ஜ்வரங்களிலும், ஆமவாதமென்னும் கீல்வாயுவிலும், ஜலதோஷம் அதிகரிப்பதாலுண்டாகும் தேஹக்கோளாறுகளிலும் உபயோகிக்கலாம். வாயில் துர்நாற்றமுண்டானால், அதைப் போக்குவதற்கு இதை உபயோகிப்பதுண்டு. நீரிழிவு வியாதியில் இதைப் பிரயோகித்து குணங்கண்டதாகவும் சில வைத்தியர்கள் சொல்லுகிறார்கள். தொண்டைக் கம்மலைப் போக்கி நல்ல தொனியையுண்டுபண்ணுவதற்கு ஏற்ற சரக்கு. சுக்குக்குப் பதிலாகவும் சில ஸமயம் இதை வைத்தியர்கள் உபயோகித்து வருகிறார்களாம்.

யூகலிப்டஸ் எண்ணெய்.

ஆஸ்ட்ரேலியாவிலுள்ள மெல்போரனிலிருந்து வந்த ஒரு நிரூபத்தில் அடியில்வரும் விஷயம் காணப்பட்டது:—மெல்போரன் யூனிவர்ஸிடியில் கிருமி

சாஸ்திர ஸம்பந்தமான ஆராய்ச்சி சாலையில் அத்யக்ஷராயிருந்துவரும் டாக்டர் ரிச்சர்ட் புல் என்பவர், மூளையைப்பற்றிய அழற்சியில் யூகலிப்டஸ் எண்ணெய் மிகவும் சிறந்த ஔஷதமாயிருப்பதாகக் கண்டுபிடித்திருக்கின்றார். உபயோகிக்கும் வகைகளைப்பற்றி விவரமொன்றும் இன்னும் வெளிவரவில்லை.—practical medecine.

சாமந்திப்பூத் தைலம்.

சீமைச் சாமந்தியிலிருந்து இறக்கப்படும் தைலம் இங்கிலீஷ் மருந்துக்கடைகளில் கிடைக்கும். ஆயில் ஆப் சாமோமைல் (oil of chamomile) என்று ஆங்கிலத்தில் பெயர். இத் தைலத்தை வெகு நாட்களாகத் தொந்தரவளித்து வரும் கக்கிருமலில் மார்பின்மேல் தடவிவருவது நலம்.—practical medicine.

தாம்ரம்.

இப்பொழுது அமெரிக்காவில் யுனைடட் ஸ்டேட்ஸ் யூனிவர்ஸிடியில் இருந்துவரும் டாக்டர் ராபிடின் அஹமெட் என்பவர் தாம்ரத்தைப்பற்றி எழுதிய வியாஸத்தின் ஸாராம்சம் பின்வருமாறு:—ஹிந்துக்களில் விசேஷமாய் பிராம்மணர்கள் தாம்ர பாத்திரங்களை உபயோகித்து வருகின்றனர். தாம்ர பாத்திரங்களில் ஜலம் முதலியதை வைத்து உட்கொண்டுவருகையில், காலக்ரமத்தில் சிறுகச் சிறுக அதன் ஸத்துக்களுடைய ஸூக்ஷ்மாம்சங்கள் தேஹத்தில் ஊறி இரத்தத்தில் ஸம்பந்திக்கும் வியாதிக்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்களை அழிக்கும். பற்களின் இடுக்குகளில் சேரும் ஸூக்ஷ்ம க்ருமிகளையும் ஒருவாறு அழிக்கும். குடல் முதலியவற்றில் ஸம்பந்திக்கும் காலராவுக்குக் காரணமான விஷப்பொருட்களுக்கும் தாம்ரச்சத்து விரோதமானது. அநேகவித பரிசோதனைகள் செய்து பார்த்ததில், சரீரத்தை எப்பொழுதும் பலவித வியாதிகளிடமிருந்து முன்னதாய்க் காப்பாற்றுவதற்கு தாம்ரம் சிறந்த வஸ்துவென்று அறியப்படுகிறது.—The W. C. Reporter, June, 1915.

டர்பண்டைன்.

டாக்டர் G. க்ரே என்பவர் டர்பண்டைனை ரணசிகித்சையில் உபயோகிப்பதைப்பற்றி 1915. ஜூலை 31-தேதி வெளியான லான்ஸெட் (Lancet) என்னும் வைத்திப்பத்திரிகையில் எழுதியுள்ள விஸாயத்தின் ஸாரம்சம் பின்வருமாறு:—டர்பண்டைனானது ரணங்களில் ஸ்தம்பநமாக (hemostatic) வேலைசெய்வதில் மிகவும் சிறந்த மருந்து. ஆனால் இதை உட்கொள்ளக் கொடுத்தால் எவ்வித குணமும் உண்டாவதில்லை. மேலுக்கு உபயோகித்தால், முதலில் ரணத்தை முற்றிலும் சுத்தம் செய்கின்றது; பிறகு இரத்தப் பெருக்குள்ள இடத்தில் வைக்கப்பட்டுள்ள திரி முதலியவற்றை கெட்டிப்படுத்தி இரத்தம் வெளிவருவதையும் தடுக்குமியல்புடையது. இதை தகுந்தவாறு உபயோகித்தால் ஸாதாரண விரணங்களை நன்கு சுத்தம் செய்து இரத்தத்தை நிறுத்துவதோடு, சீழ் முதலியது சேர்ந்து கஷ்டப்படுத்தும் ரணங்களிலும் மிகவும் உபயோகமானது. டர்பண்டைன் கிருமிஹரமானது (antiseptic); இதில் சல்லாத்துணியை நனைத்து விரணங்களில் உபயோகித்தால் அவற்றை வெகு நன்றாக ஆற்றுவதுமல்லாமல், துர்க்கந்தத்தை மறைக்கத்தகுந்த வாஸனையுள்ளதாகவும் இருக்கிறது.

சஸ்திர சிகித்ஸையில் ஆமணக்கெண்ணெய்.

மீரட் ராணுவ ஆஸ்பத்ரியிலுள்ள மிஸ்டர் A. டின்ஹாம் வொய்ட் என்பவர் அடியில்வருமாறு ஆமணக்கெண்ணெயைப்பற்றி குறிப்பிட்டிருக்கிறார்:—ஸாதாரண விரணங்களிலும், எரிப்புண்களிலும் ஆமணக்கெண்ணெய் மிகவும் உபயோககரமான பதார்த்தம். சில கேஸுகளில் டிஞ்சர் அயோடைன் உபயோகித்துப் பிரயோஜனமில்லாமற்போக, ஆமணக்கெண்ணெயை கட்டு கட்டும்போது உபயோகித்ததில் குறிப்பிடக்கூடியவாறு சீக்கிரத்தில் குணம் உண்டாயிற்று. இந்த எண்ணெயில் சல்லாத்துணியை நனைத்து ஸாதாரண விரணங்களின்மேல் வைத்துக்கட்டினால் சீழ்ப்பிடிக்காமல் விரணம் ஆறத்தொடங்கும். விலையில் மலிவானதும், எங்கும் எளிதில் கிடைக்கக்கூடியதுமான இந்த எண்ணெயின் உபயோகம் மெச்சத் தகுந்தது.—The Indian Medical Gazatte.

QUESTIONS AND ANSWERS.
ஸந்தேஹ விஞவிடைகள்.

விஞ-25 புகையிலைப் பழக்கம்.

" ஐயா,

புகையிலைச் சுருட்டையாவது, புகையிலையையாவது உபயோகிப்பவர் அவ்வழக்கத்தை விலக்கிக்கொள்வதற்கு வேறு அவ்வித மாற்றுப் பொருள் ஏதாவது உண்டாவென்பதை அறிவதற்கு நான் தங்களுக்கு எழுதுகிறேன். தஞ்ஜாவூர் ஜில்லாவிலும், அதற்குத் தெற்கிலும் புகையிலை யுபயோகிக்கும் வழக்கம் ஜனங்களிடம் மிகுதியா யுண்டென்பது தங்களைப் போன்றவர்களுக்குத் தெரியாததல்ல. புகையிலையை மெல்லுவதோடு, நான் புகையிலைச் சுருட்டையும் அதிகமாய் உபயோகிப்பதுண்டு. இந்த துர்வழக்கம் நாலு வருஷகாலமாய் ஏற்பட்டுவிட்டது. எனக்கு இப்பொழுது வயது பதினெட்டுதான். தகுந்த பரிஹார முறை "வைத்திய கலாநிதியின்" மூலமாகத்தான் எளிதில் கிடைக்குமென்று நிச்சயித்திருப்பதால், தயது செய்து விடையளிப்பீர்களென்று நம்பியிருக்கிறேன்"

சு. க. வீ. சே.

விடை:—புகையிலைக்குப் பதிலாக உபயோகிக்கக் கூடியதும் தீங்குவிளைவிக்காததுமான வஸ்து வேறொன்றும் கிடையாது. புகையிலை மெல்லுவது, சுருட்டுக் குடிப்பது என்னும் இத்துர்வழக்கத்தை முற்றிலும் விட்டு, 15-வது வயதுக்கு முன்னல் நீர் என்ன விதமாய் இருந்து வந்தீரோ அவ்விதமே ஸதாசாரத்துடன் இருந்துவர முயல்வது மிகவும் சிலாக்யமானதும், ஆரோக்கியத்தை அபிவிருத்தி செய்யக் கூடியதுமான பரிஹார முறையாகும். புகையிலையை உபயோகிக்கும் வழக்கத்திற்கு உட்பட்டுவிட்டதால், உம்முடைய ஆரோக்கியம் இப்பொழுது சீர் குலைந்து ஏதேனும் அதற்குப் பரிஹார முறையைத் தேடுவது அதிக அவசியமாய்விட்டதையும், அதை உபயோகிக்கப்புகுந்தால் அவர்கள் அவ்வித பழக்கத்திற்கு ஈடுபட்டு மனதையும் தேஹத்தையும் அப்பொல்லா வழக்கத்திற்கு ஒப்புவித்து விடவேண்டி வருவதையும்பற்றி இவ்வித துராசாரத்திற்கு உட்பட்ட உமது பந்துக்களிடமும் நண்பர்களிடமும் நன்கு அறிவிப்பது மிகவும் லோகோபகாரமான காரியமாகும். இவ்வளவு சிறிய வயதிலேயே நீர் இத் துர்வழக்கத்திற்கு உட்பட்டுவிட்டதும், அதற்குள்ளேயே இதன் பொல்லாக் குணங்களால் சுகவீனமடைந்ததும் வியக்கத்தக்க விஷயம். ஆனல் இவ் வழக்கம் மிகக் கெடுதியென்பதையும் நீர் இவ்வயதிலேயே சீக்கிரம் தெரிந்துகொண்டு எம்மை இதற்குப் பரிஹாரம் கேட்க வந்ததைப்பற்றி ஒருவாறு ஸந்தோஷப்படுகிறோம். இதற்குப் பதிலாக வேறு ஏதேனும் சரக்குகளை உபயோகிக்கலாமென்று எவரேனும் கூறினல் அதை வீணில் நம்பி விட்டுவேண்டாம். புகையிலைப் பழக்கம் போய் மற்றொரு மாற்றுப் பொருளின் பழக்கம் பலமாக உம்மை வென்றுவிடும் என்று நம்புவீராக.—ப-ர்.

விஞ-26 தத்ரு என்னும் படை.

" ஐயா,

நான் ஒரு இங்கிலீஷ் டாக்டர்; ஸப் அஸிஸ்டெண்ட் ஸர்ஜனக இருந்துவருகிறேன் என்பதும், தங்களுடைய பத்திரிகைக்கு ஆரம்பம் முதல் நான் ஒரு சந்தாதாரராகவும் இருந்துவருகிறேன் என்பதும் தங்களுக்குத் தெரிந்த விஷயம். நான் அநேகம்பேருக்கு தத்ரு எனனும் படையைப் போக்குவதற்கு பலவிதமான களிம்புகளையும் வேறுவித தைலம் முதலானதையும் உபயோகித்ததுண்டு. அவற்றல் ஸாதாரணமாய் குணமுண்டாவதாகவும் கண்டிருக்கிறேன். ஆனல் ஆயுர்வேத முறைப்படி வெகு எளிதில் போக்கக்கூடிய சரக்குகள் அல்லது மருந்துகள் எவை யென்பதை அறியவிரும்புகிறேன்."

L. G.

விடை:—நீர் ஏற்கனவே சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் இவ்வித சர்ம வியாதிக்குக் கூறப்பட்டுள்ள பலவிதமான முறைகளைப் பார்த்திருக்கலாம். ஆகிலும் எளிதில் செய்யக்கூடிய ஒரு சிகித்ஸையை நாம் குறிப்பிடுகிறோம்:— பாதரஸம் 1 பலம்; கந்தகம் 2 பலம்; மனசிலை $\frac{1}{2}$ பலம்; முதலில் பாதரஸத்தையும் கந்தகத்தையும் ஒன்ருக மையைப்போல் அரைத்து, மனச்சிலையைப் பொடித்துச் சேர்த்து, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றையும் விட்டு நன்கு அரைத்து, வழவழப்பான களிம்புபோல் வரும்போது, அதை ஒரு குப்பியில் எடுத்து வைத்துக்கொண்டு, தத்ருவின்மேல் உபயோகித்துவரவும். உஷ்ண ஜலமும் சீய்க்காயையும்போட்டு நன்ருகக் கழுவிவிடவேண்டும். இவ்வாறு தினத்திற்கு இரண்டொரு முறை வீதம் இரண்டு மூன்று நாள் உபயோகிக்க அவ்வித படைகள் தீரும். ஆனல் அவ் வியாதியுள்ளவர்கள் வஸ்திரங்களை உழமண்போட்டுத் தோய்த்து வெயிலில் அடிக்கடியும் உலர்த்தி உடுத்திக்கொள்வது அவசியம்.—ப—ர்.

விஞ-27 நாடாப்பூச்சிகளுக்கு சிகித்ஸை.

" அன்பார்ந்த ஐயா,

நாடாப்பூச்சிகள் குடலில் விருத்தியாய் கஷ்டப்பட்ட ஒரு பிணியாளிக்கு நான் பலாசக்ஷாரத்தையும், வாய் விடங்கத்தையும் (வைத்திய கலாநிதியில் ஒரு முறை குறிப்பிட்டவிதமே) கொடுத்து, ஆமணக்கெண்ணெயையும் விரேசநமாவதற்கு உபயோகிக்கச் செய்தேன். முதல் நாள் நாலைந்து பூசசிகள் வெளிவந்தன. அப்பால் மறுபடியும் அந்த ரோகி என்னிடம் வயிற்றுவலியென்று வந்தான். அவனுக்கு மறுபடியும் அதையே கொடுத்தேன். ஆனல் பூச்சி ஒன்றும் வெளிவரவில்லை. வயிற்றுளைத்தல் இன்னும் விட்டபாடில்லை. இதற்கு என்ன செய்யலாம்?"

V. K. நாராயணஸ்வாமி வைத்தியர்.

நீர் முதலில் செய்தது கிரமமான முறையென்பது வாஸ்தவமே. ஆனல் கிருமிஹரமாக உபயோகித்த ஔஷதத்தை இன்னும் சிறிது அதிக அளவில் கொடுப்பது உத்தமம். தினத்திற்கு 4 தடவைக்குக் குறையாமல் 6 தடவைக்கு அதிகப்படாமல் பலாசக்ஷாரத்தையும் வாய்விடங்கச் சூர்ணத்தையும் கொடுத்துவரலாம். அப்பிணியாளி எவ்வித உணவுகள் உபயோகிக்கிருன் என்பதையும் நீர் கவனிப்பது அவசியம். பழகிப்போன, அன்னம் முதலியவைகள், மாம்ஸாஹாரம் முதலியவை இப்பிணியாளிக்கு எப்பொழுதுமே தகாது. இன்னும் விவரங்கள் வேண்டுமானல், வைத்தியகலாநிதியின் இரண்டாவது வால்யத்தில் 7-வது பக்கம் முதல் 11-வது பக்கம் வரையிலும் விஸ்தாரமாய் எழுதப்பட்டிருக்கும் "குடலிலுண்டாகும் நாடாப்பூச்சிகள்" என்னும் வியாஸத்தை கவனித்துப் படிப்பது நலம்.—ப—ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

புஸ்தக வரவு.

ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தின் வருஷாந்த ரிபோர்ட்:—எல்லா இந்திய ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளநமென்ன, ஆயுர்வேத வித்தியாபீடமென்ன இவற்றின் 1914—1915-ம் வருஷத்திய காரிய நிர்வாஹ விஷயங்களைப்பற்றிய விவரங்கள் இந்த ரிபோர்டில் விஸ்தாரமாக ஹிந்திபாஷையில் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. இந்தியாவில் ஒவ்வொரு மாகாணத்திலும், ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்திற்கு ஸம்பந்தமான உபஸங்கங்களையும், அந்தந்த பிரதேசங்களிலுள்ள வைத்தியசாலைகளையும், ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான மற்றும் பலவித ஸ்தாபநங்களையும் குறிப்பிட்டு அவ்விரு வருஷங்களிலும் ஆயுர்வேதம் எவ்வாறு விருத்தியாயிருக்கிறதென்னும் விஷயமும் விளக்கப்பட்டிருக்கின்றன. மாகாணக் காரியதர்சிகள் எழுதியுள்ள ரிபோர்டுகளையும், பொதுக்காரியதரிசி எழுதிய ரிபோர்டுகளையும் கூட்டி இப்புஸ்தகம் அச்சிடப்பட்டிருக்கிறது. இப்புஸ்தகம் வேண்டுபவர், 'சென்னை மாகாணக் கார்யதர்சி, எல்லா இந்திய ஆயுர்வேதக் கான்பரென்ஸ், 7, கொண்டலையர் தெரு, சென்னை" என்று எழுதினல் இனமாய் அனுப்பப்படும். ஆனல் போஸ்டேஜுக்காக 1 அணு ஸ்டாம்பு அனுப்பவேண்டும்.

ஒரு புதிய ஔஷத ஜாபிதா:—ஆயுர்வேத ஔஷதங்களை நவீன நாகரீகமுறையில் வெகு சுத்தமாகவும் நேர்த்தியாகவும் தயார் செய்து வியாபாரம் செய்துவருகிற பம்பாய் ஜண்டு வைத்தியசாலையார், 'தமதிடம் விற்பனைக்குத் தயாராயுள்ள ஔஷதங்களையும், அவற்றை உபயோகிக்கவேண்டிய ரோகம் முதலியவற்றையும் வியக்தமாக்க் குறிப்பிட்டு ஒரு ஜாபிதா வெளியிட்டிருக்கிருர்கள். அதில் ஒரு புஸ்தகம் நமது பார்வைக்கு அனுப்பப்பட்டிருக்கிறது. அதை நாம் கவனித்ததில், அவ்விதமான பட்டி யொன்று ஆயுர்வேத வைத்தியர்களால் இதுவரையிலும் வெளியிடப்படவில்லையென்று குறிப்பிடவேண்டியதாயிற்று. அதில் முதற்பாகத்தில் எந்தெந்த வியாதிகளில் எந்தெந்த ஔஷதம் உபயோகிக்கவேண்டுமென்பதும், இரண்டாம் பாகததில் ஜண்டு ஔஷதசாலையில் கிடைக்கும் ஔஷதங்களின் விலை முதலியவற்றின் விவரமும் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. அதன்விலை அணு 8. ஜண்டு ஔஷதசாலையாருக்கு ஏஜெண்டாயுள்ள மெஸர்ஸ் ஆர். வி. பண்டிட் அண்ட் கோ, சென்னை அவர்களிடம் கிடைக்கும்.

சிரக்கபாலத்தில் சிறந்ததோர் சஸ்திரசிகித்ஸை.

ஆஸ்ட்ரியா தேசத்து ஒரு சஸ்திர சிகித்ஸகர் தன் படைவகுப்புப் பிணியாளிகளுள் ஒருவனுக்கு மண்

டையோட்டில் ஒரு பாகம் சிதறிப்போயிருக்க, அந்த பாகத்தை மூடி ஒழுங்குபடுத்துவதன் பொருட்டு, மார்பெலும்பிலிருந்து (Sternum) ஒரு பலகையைப் போன்ற துண்டைச் செதுக்கியெடுத்து, மண்டையோட்டில் சிதறுண்ட பாகத்திற்குப் பொருந்திய அளவில் நன்ருகச் சிதைத்து, அந்த த்வாரத்தில் ஒழுங்காய் அமைத்து மூடிவிட்டார். இரண்டுபேருக்கு இவ்வுபாயத்தைக் கையாடியதில் அவருடைய சஸ்திரசிகித்ஸை அவ்விஷயத்தில் மிக்க பலனுள்ளதாகவும், பிணியாளியை பிராணபாயத்திலிருந்து தடுத்து ஸ்வஸ்த்தம் செய்யத்தகுந்ததாகவும் காணப்பட்டது. இவ்விரண்டு கேஸுகளிலும் பிணியாளிகளுக்கு மயக்கங்கொடுத்துதான் சிகித்ஸை நிறைவேற்றப்பட்டது. இவ்வாறு செய்த சஸ்திர சிகித்ஸையில் மிகவும் திருப்திகரமான குணமுண்டானதைக்கொண்டு, அந்த டாக்டர், மற்றவரும் இவ்வழியை அநுஸரித்து சிகித்ஸை செய்வது பகுத்தறிவுக்குற்ற காரியமாகும் என்கிருர்.—Practical Medicine.

சற்பூரத்திற்கு விஷத்தன்மை.

தென் அமெரிக்காவிலுள்ள ஒரு வைத்தியர் "ஜர்னல் ஆப் தி அமெரிகன் மெடிகல் அஸோஸியேஷன்" என்னும் வைத்தியப்பத்திரிகையில் ஒரு குறிப்பு வெளியிட்டிருக்கிருர்:—கற்பூரத்தை ஔஷதமாக உபயோகித்ததில் ஐந்துபேர் விஷஸம்பந்தமான அபாயத்திற்கு உள்ளாளுர்கள்; அவர்கள் எல்லோருக்குமே அபஸ்மார (epeleptic) ஸம்பந்தமான மயக்கமும் மற்ற விகாரங்களும் உண்டாயின. அவர்களுள் மூன்றுபேர் வைத்தியர்களுடைய குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். கற்பூரம் மயக்கமும் வலியும் உண்டாக்கக்கூடிய விஷகுணமுள்ளதென்கிற விஷயம் இதற்குமுன் அரிதாகவாவது கேள்விப்பட்டதில்லை. இந்த ஐந்து பேர்களில் எவருக்கும் அதைக் கொடுக்கவேண்டிய அளவானது அதிகரித்ததாகவும் தெரியவில்லை—Ellingwood's Therapeutics.

க்ருத்ரஸீ என்னும் வாதரோகம்.

க்ருத்ரஸீ (sciatica) என்னும் வியாதியினல் பீடிக்கப்படும் பிணியாளியின் தேஹத்தில் கூபகாஸ்திகளையும் (pelvic bones), கசேருகங்கள் (vertebrae) என்னும் முள்ளந்தண்டெலும்புகளையும், கூடுமானல் தகுந்த உபாயங்களால் ஸுஷும்நாகாண்டம் (spinalcord) என்னும் நரம்புக்கொடியையும்—இயற்கைநிலைமையில் இருக்கின்றனவா—என்று கவனத்தோடு நன்ருகப் பரீக்ஷிக்கவேண்டியது அவசியம். The Doctor.

க்ருத்ரஸீ ரோகத்திற்கு மிகவும் எளிதான சிகித்ஸையொன்று கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அமோனியம் க்ளோரைட் என்னும் சரக்கை 10 முதல் 20 கிரைன் வரையில் அந்தந்த ரோகியின் நிலைமைக்குத் தகுந்தவாறு திநத்திற்கு மூன்று அல்லது நான்கு வேளை வீதம் உபயோகித்துவரலாம். இந்த ஔஷதச் சரக்கை அரைக்கோப்பை ஜலத்துடன் உட்கொள்ளலாம்.—Medical standard.

தண்ணீர் க்ஷயரோகிகளுக்கு உத்தமௌஷதம்.

க்ஷயவியாதியால் வருந்தும் ஒரு பிணியாளியை, "நீ ஸாதாரணமாய் எவ்வளவு தண்ணீர் குடிக்கிருய்?" என்று கேட்டால், "வெகு கொஞ்சம்" என்றுதான் பதில் கூறுவது வழக்கமென்பதைக் குறித்துக்கொள்ளுங்கள். அந்த ரோகி ஆஹாரவேளைகளுக்கு இடையில் ஆறு அல்லது எட்டுக்கோப்பையளவு தண்ணீரைக் குடிக்கும்படியான நிலைமையைப் பெற்ருனுல், (அல்லது இன்னும் சிறிது குறைவாகக் குடித்தால்) இவ்வியாதிக்கு முக்கிய நிதாநக்குறிகளாயுள்ள மலபந்தம், மேலோங்கிய காங்கை, தலைவலி, அன்னத்வேஷம், இருமல் முதலியவை நிவ்ருத்தியாயிருக்கக் காணலாம்; அல்லது அவை குறைந்து விசேஷமான குணங்கள் ஏற்பட்டிருப்பதையாவது நிச்சயமாகப் பரீக்ஷித்தறியலாம். உணவுகளோடு அதிக அளவாக உப்பை உபயோகித்து வந்தால், அதிக ஜலம் குடிக்கும்படி நேரிடும்; இவ்வுபாயத்தினுலாவது க்ஷயரோகிகளை அதிகஜலம் குடிக்கும்படிச் செய்வது அத்யவச்யம். ஆஹாரம் சாப்பிடுவதற்கு அரைமணி நேரம் முன்பாக மிகவும் நிர்மலமான குளிர்ந்த ஜலத்தை ஒரு கோப்பையளவு பருகினுல் இரைப்பையில் ஜீர்ணத்திற்கு வேண்டிய திரவப்பொருள் நன்கு சுரப்பதுடன் பசியும் விசேஷமாய் உண்டாகும். க்ஷயரோகிகள் தண்ணீரை உட்கொள்வது எவ்வளவு சிறப்போ அதைவிட ஸ்நாநம் முதலியது செய்வதற்கு ஜலத்தை வெளியிலுபயோகிப்பது மிகவும் சிரேஷ்டம் என்றும், க்ஷயரோகிகள் குளிப்பதற்கு ஏற்ற ஸ்நாநசாலைகளை ஏற்படுத்துவதற்கு இராஜாங்கத்தாரோ, லோகல் போர்டுகளோ, அல்லது பொதுநலப்பிரியமுள்ள தனவான்களோ முயற்சிப்பது நலமென்றும் S,அடால்பஸ் நாப் என்பவர் கூறுகிருர்:—New york Medicai Record.

ஆமதோஷம்,[1] பீநஸம், ச்வாஸம், பக்கவலி இவற்றில் உபயோகிக்கத் தகுந்தது; அப்பொழுதே சோதந சிகித்ஸை செய்து கொண்டவரும் உஷ்ணஜலத்தை உபயோகிப்பது தான் நலம். 16, 17.

கொதித்து ஆறிய ஜலத்தின் குணங்கள்.

கொதிக்கவைத்து அப்பால் தானே குளிர்ந்துபோன ஜலம் அபிஷ்யந்தியாக[2] இல்லாமலும், இலகு குணமுடையதாகவும் இருக்கும். இந்த ஜலம் பித்த ஸம்பந்தமான கோளாறுகளில் அநுகூலமானது. மூன்று நாட்களுக்கு மேற்பட்டால் இது ஸந்நிபாத விகாரத்தை[3] யுண்டுபண்ணும். 18.

இளநீரின் குணங்கள்.

இளநீரானது, ஸ்நிக்த்தம், மதுரம், விருஷ்யம்,[4] சீதவீர்யம், இலகு, தீபநம், வஸ்தி சோதகம் என்கிற குணங்களையும், நாவறட்சி-பித்தக் கோளாறு - வாத விகாரம் இவற்றைப் போக்கும் தன்மையையும் உடையதாம். 19.

வர்ஷாகாலங்களில் உபயோகிக்கத் தகுந்த ஜலம்.

மாரிகாலங்களில் உபயோகிப்பதற்கு திவ்யோதகம்[5] மிகச் சிறந்ததாகும்; அக்காலங்களில் ஆற்றுநீர் சிறிதும் உபயோகிக்கத் தகாததாயிருக்கும். 19½.

பாலின் பொதுக் குணங்கள்.

பொதுவாக எல்லாப் பாலும் சுவையிலும் விபாகத்திலும்[1] மதுரமாகவும், ஸ்நிக்த்தகுணம், ஓஜஸ்ஸையும்[2] இதர தாதுக்களையும் விருத்தி செய்யுந்தன்மை, வாத-பித்தங்களைப் போக்குதல், விருஷ்யம்[3], கபத்தையுண்டு பண்ணுதல், குருத்வம், சீதவீர்யம் என்னும் குணங்களுடையதாகவும் இருக்கின்றது. 20, 20½.

பசும்பாலின் குணங்கள்.

இவற்றுள் பசுவின் பால் ஜீவநீயம்,[4] ரஸாயநம்,[5] மேத்யம்,[6] பல்யம்,[7] ஸ்தந்யகரம்,[8] ஸரம் என்னுங் குணங்களுடையதாகவும், க்ஷத-க்ஷீண ரோகிகளுக்கு[9] ஹிதமானதாகவும் இருக்கின்றது; மேலும் சிரமம், தலைச்சுற்றல், வெறி, லக்ஷ்மீகரமான பொலிவின்மை, ச்வாஸம், காஸம், அதிக நாவறட்சி, அபரிமிதமான பசி, நீடித்த நாட்களாய்த் தொடர்ந்திருக்கும் ஜ்வரம், மூத்ரக்ருச்சிரம் என்னும் நீர்ச்சுருக்கு, ரக்தபித்தம் இவற்றைப் போக்குங் குணமும் இதற்குண்டு. 21—22½.

1. ஆமதோஷம்—புஜித்த உணவு நன்கு ஜீர்ணமாகாமையால் ஏற்படும் ஒருவித தோஷம்.

2. அபிஷ்யந்தி—பசையினுலும் குரு குணத்தினுலும் ரஸாயனிகள் என்னும் குழாய்கள் அடைபட்டு சரீரத்தில் ஒருவிதமான செழிப்பை யுண்டுபண்ணும் குணம்.

3. ஸந்நிபாத விகாரம்—மூன்று தோஷங்களும் ஒருமிக்கக் கோளாறடைதல்.

4. விருஷ்யம்—2-வது பக்கத்தில் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

5. திவ்யோதகம்—ஆகாயத்தில் ஏற்படும் தண்ணீர்; இதுதான் ஆந்தரிக்ஷம் என்றும் கூறப்படும்.

1. விபாகம்—இதைப்பற்றி பத்தாவது அத்தியாயத்தில் விவரம் காண்க.

2. ஓஜஸ் என்னும் முக்கியமான ஓர் உபதாதுவை விருத்தி செய்யக்கூடியது "ஓஜஸ்யம்" எனப்படுகிறது. ஓஜஸ் என்பது இவ்விதமானதென்று இக்கிரந்தத்திலேயே பிறகு கிரமமாக அறியப்படும். சார்ங்கதா ஸம்ஹிதையில் 18-வது பக்கத்தையும் பார்க்க.

3. விருஷ்யம்—இதைப்பற்றி 2-வது பக்கத்தில் வாஜீகரண சிகித்ஸை யென்பதையும், 28-வது பக்கத்தில் விருஷ்யயோகம் என்பதையும் கவனித்துப் பார்க்க.

4. ஜீவநீயம்—ஜீவசக்தியைவிருத்திசெய்யுங்குணம்.

5. ரஸாயநம்—2-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

6. மேத்யம்—புத்திவிசேஷத்தை விருத்தி செய்யும் தன்மை.

7. பல்யம்—வன்மையளிக்குந்தன்மை.

8. ஸ்தந்யகரம்—முலைப்பாலை யுண்டாக்குவது.

9. க்ஷதம்—இரத்தத்தைக் கக்கும் காஸரோகம்; க்ஷீணம்-க்ஷயரோகம்.

எருமைப் பாலின் குணங்கள்

எருமைப்பால் அதிக குருகுணமும் சீதவீர்யமுமுள்ளது; அது அபரிமிதமான பசியினாலும், தூக்கமின்மையினாலும் துன்பப்படுபவருக்கு ஹிதமானது. 23.

வெள்ளாட்டுப்பாலின் குணங்கள்.

வெள்ளாடுகள் தண்ணீரைச் சொற்பமாகப் பருகுவதாலும், அதிகமாக ஓடியாடித் திரிவதாலும், காரமும் கைப்புமுள்ள ஓஷதிகளை மேய்வதாலும் அவற்றின் பால் இலகு குணமுடையதாகும்; அது க்ஷயம், ஜ்வரம், ச்வாஸம், ரக்தபித்தம், அதிஸாரம் இவற்றைப் போக்கும். 24.

ஒட்டகப் பாலின் குணங்கள்.

ஒட்டையின் பால் சிறிது ரூக்ஷமும், உஷ்ணவீர்யமும், சற்று இலவணரஸமும் உடையதாய், தீபநம் இலகு என்னும் குணங்களுடையதாயிருக்கும்; வாதரோகம், கபரோகம், வயிற்றுப்பொருமல், கிருமிதோஷம், நீர்க்கோவை, மஹோதரம், அர்சஸ்[1] இந்த ரோகங்களில் உபயோகிக்கத்தகுந்தது. 25,

முலைப் பாலின் குணங்கள்.

ஸ்த்ரீகளுடைய முலைப்பாலை தர்ப்பணம்,[2] ஆச்சியோதநம்,[3] நஸ்யம்[4] என்னும் இச்சிகித்ஸாக்ரமங்களில் உபயோகித்தால் அது வாதரோகம், ரக்தபித்தம், அபிகாதம்,[5] நேத்திர ரோகங்கள் இவற்றைப் போக்க வல்லது. 25½.

செம்மறி யாட்டுப் பாலின் குணங்கள்,

செம்மறியாட்டுப் பால் உஷ்ணவீர்யமும் ஹ்ருதயத்திற்கு அஹிதமுமானது; அது வாதவியாதிகளைப் போக்கக்கூடியது; விக்கல், ச்வாஸம், பித்தம், கபம் இவற்றை விருத்திசெய்யுந் தன்மையது. 26½.

யானையின் பாலின் குணம்,

யானையின் பால் உபயோகிக்கப் படுமானல் தேஹத்திற்கு வன்மையையுண்டுபண்ணும். 27.

ஒற்றைக் குளம்புள்ள மிருகங்களுடைய பாலின் குணங்கள்.

ஒற்றைக் குளம்புடைய மிருகங்களின்[1] பாலானது மிகவும் உஷ்ணவீர்யமாகவும், இலகு குணமுள்ளதாகவும், சாகைகளிலுண்டாகும்[2] வாதரோகங்களைப் போக்கக் கூடியதாகவும், சிறிது அம்லமும் இலவணமும் கலந்த சுவையுடையதாகவும், தேஹத்தில் திமிர் முதலியதை விருத்திசெய்யுந் தன்மையதாகவும் இருக்கின்றது. 27½.

காய்ச்சிய பாலுடையவும் சாய்ச்சாத பாலுடையவும் குணங்கள்.

காய்ச்சி பக்குவம் செய்யாத பாலானது அபிஷ்யந்தியாகவும்,[3] குருகுணமுள்ளதாகவும் இருக்கும், முறைப்படி காய்ச்சிய பால் அதற்கு நேர் மாறான குணமுடையதாம்.[4] 28.

மிதமிஞ்சிக் காய்சசிய பாலுடையவும் தாரோஷ்ணத்தினுடையவும் குணங்கள்,

மிதமிஞ்சிக்காய்ச்சிய பால் குணத்தில் மிகவும் அதிக குருவாய்விடுகிறது. தாரோஷ்ணமான பால்[5] குணத்தில் அமுதத்திற் கொப்பானது. 28½.

---

1. அர்சஸ்—மூலரோகம்.

2. தர்ப்பணம்—இதைப்பற்றி 24-வது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க.

3. ஆச்சியோதநம்—24-வது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க,

4. நஸ்யம்—20-வது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க,

5, அபிகாதம்—அடிமுதலியது தாக்குதல்.

---

1. ஒற்றைக் குளம்புடைய மிருகங்கள்—குதிரை, கழுதை முதலியன.

2 சாகைகள்—கைகால்கள், இரஸத்தைத்தவிர்த்து மற்ற ஆறுதாதுக்களுக்கும் சர்மத்திற்கும் சாகைகள் என்று பெயருண்டு.

3. அபிஷ்யந்தி—33-வது பக்கம் பார்க்க.

4. காய்ச்சியபால் அநபிஷ்யந்தி (கபம் முதலியதைச் செழிக்கச் செய்யாதது); இலகு என்னும் குணங்களுடையவையாம்.

5. தாரோஷ்ணம்—அந்த க்ஷணத்தில் உபயோகிப்பதற்குக் கறந்த பால்.

தயிரின் குணங்கள்.

தயிர் சுவையிலும் விபாகத்திலும் அம்லமானது; க்ராஹி,[1] குரு, உஷ்ணம், வாதஹரம், ரோசிஷ்ணு[2] என்னும் குணங்களுடையது; கொழுப்பு, சுக்ரம், பலம், கபம், ரக்தபித்தம், ஜாடராக்னி, சோபையென்னும் சோகை இவற்றை யுண்டுபண்ணும்; அரோசகத்தைப் போக்க உபயோகமானது; குளிருடன் உண்டாகும் விஷமஜ்வரத்திலும், பீநஸத்திலும், மூத்ரக்ருச்சிரத்திலும் நன்மை பயக்கும்; கிரஹணீரோகத்தில் ரூக்ஷமான தயிர்[3] உபயோகமானதாம். 29—30½.

தயிரை உபயோகிக்கவேண்டிய விசேஷவிதிகள்.

தயிரை இரவில் உபயோகிக்கக்கூடாது; வஸந்தருதுவிலும், கிரீஷ்மருதுவிலும், சரத்ருதுவிலும் அது உபயோகிக்கக் கூடியதல்ல; அதை உஷ்ணமாகச் செய்தும் உபயோகிக்கக்கூடாது. பயறு, துவரம்பருப்பு, தேன், நெய், கற்கண்டு, நெல்லிக்கனி இயற்றில் ஏதேனும் ஒன்றோடு தயிரை உபயோகிக்க வேண்டுமேயன்றி, அதைத் தனியாய் உபயோகிக்கக் கூடாது. அதை தினந்தோறும் உபயோகிப்பதும் பிசகு; அதிகமாகவும் உபயோகிக்கக் கூடாது; இதற்கு மாறாகச்செய்தால் ஜ்வரம், ரக்த பித்தம், விஸர்ப்பம், குஷ்டம், பாண்டு, தலைச்சுற்றல் இவையுண்டாகும். 31—32½.

மோரின் குணங்கள்.

மோரானது இலகு, சிறிது துவர்ப்புடன் கூடிய புளிப்பு, தீபநம், கபவாதஹரம் என்னும் குணங்களையுடையது. இது சோபையென்னும் நீர்க்கோவை, மஹோதரம், அர்சஸ், கிரஹணீதோஷம், நீர்ச்சுருக்கு, அரோசகம், ப்லீஹம், குன்மம், கிருதபாநம் அமிதமாகச் செய்யப்படுவதாலுண்டாகும் தீங்குகள், கரவிஷம்,[1] பாண்டு என்னும் இவற்றைப் போக்கும். 33, 34.

மஸ்துவின் குணங்கள்.

மஸ்துவுக்கும்[2] மோருக்குள்ள குணங்களெல்லாம் இருப்பதுடன், ஸ்ரோதஸ்ஸுகளைச்[3] சுத்தி செய்வதும், வயிற்றுப் பொருமலைப் போக்கக்கூடியதும், இலகு குணத்துடன் கூடியதுமான தன்மைகள் உண்டு. 34½.

நவநீதத்தின் குணங்கள்.

புதிதாகக் கடைந்தெடுத்த வெண்ணெயானது விருஷ்யம், சீதவீர்யம், ஸங்க்ராஹி[4] என்னும் குணங்களையுடையது; சரீரத்தில் நல்ல நிறத்தையும், வன்மையையும், ஜாடராக்னியையும் உண்டுபண்ணும் தன்மையது; வாதம், ரக்தபித்தம், க்ஷயம், அர்சஸ், அர்திதம்,[5] காஸம் இவற்றைப் போக்கக்கூடியது. 35½.

பாலிலிருந்தெடுத்த வெண்ணெயின் குணங்கள்.

பாலிலிருந்து எடுக்கப்படும் வெண்ணெய்க்கு ஸங்க்ராஹியென்னுங்குணமும், ரக்தபித்தம், நேத்திர ரோகம் இவற்றைப் போக்குந்தன்மையும் உண்டு. 36.

க்ருதத்தின் குணங்கள்.

நெய்யானது புத்தி, விஷயக்ராஹணசக்தி, ஞாபக சக்தி, தாரணசக்தி, அக்னிபலம், ஆயுர்பலம், சுக்ரம், நேத்திரம் இவற்றிற்குப் பிரசஸ்தமானது. பாலர், வயது முதிர்ந்தவர்,

---

1. க்ராஹி—இளகிய மலம் முதலியவற்றை இறுகச்செய்யும் குணம்.

2. ரோசிஷ்ணு—நாக்கில் நற்சுவை யுண்டுபண்ணுந்தன்மை.

3. ரூக்ஷமான தயிர்—வெண்ணெய் நீக்கிய தயிர்.

---

1. கரவிஷம்—ஸாதாரணமான சரக்குகள் ஒன்றோடொன்று சேர்வதாலோ அல்லது வேறு வகையினாலோ உண்டாகும் விஷம். இதையே கிருத்ரிமவிஷமென்பார்கள்,

2. மஸ்து—தயிர் அல்லது மோரின் மேலுள்ள தெளிவு.

3. ஸ்ரோதஸ்ஸுகள்—இந்த்ரிய மார்க்கங்களும் இரத்தக்குழாய் முதலியவையுமாம்.

4. ஸங்க்ராஹி—க்ராஹி; அதாவது மலம் முதலியதை இறுக்கிக்கட்டுங்குணமுடையது.

5. அர்திதம்—11-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

ஸந்தாநாபிவ்ருத்தியை விரும்புபவர், சரீரகாந்தியையும் அழகையும் நல்ல குரலையும் அபேக்ஷிப்பவர், க்ஷதகாஸமுள்ளவர், க்ஷயரோகிகள், விஸர்ப்பத்தினாலோ சஸ்திரங்களாலோ அக்னியினாலோ வாட்டமடைந்த சரீரமுடையவர்கள் இவர்களுக்கும் அநுகூலமானது. வாதம், பித்தம், விஷம், உன்மாதம் என்னும் பைத்தியம், க்ஷயம், ஜ்வரம் இவற்றையும் மற்றும் அவக்குறிகளையும் போக்கடிக்கக் கூடியது. ஸ்நேஹத் திரவ்யங்களுக்குள் நெய்யே உத்தமமானது; சீதவீர்யமும், ஆயுளுக்கு மிகவும் தார்ட்யமுண்டு பண்ணும் தன்மையும் இதற்கு உண்டு. அந்தந்த முறைப்படி பக்குவம் செய்யப்பட்டநெய்யானது ஆயிர மடங்கு அதிகமான வீர்யத்தைப் பெற்று அநேகவிதமான சிகித்ஸைகளில் உபயோகிக்கத் தகுந்ததாயிருக்கும். 37—39.

புராணக்ருதத்தின் குணங்கள்.

புராணக்ருதமானது வெறி, அபஸ்மாரம், மூர்ச்சை, சிரஸ்ஸையும் காதுகளையும் நேத்திரங்களையும் யோனியையும் ஆச்ரயித்துண்டாகும்வியாதிகள் இவற்றைப்போக்கும்; விரணங்களைச் சுத்தி செய்வதற்கும் ஆற்றுவதற்கும் தகுந்தது. 40.

கிலாடாதிகளின் குணங்கள்.

கிலாடம்,[1] பீயூஷம்,[2] கூர்ச்சிகை,[3] மோரணம் [4] முதலியவை பல்யமாகவும்,[5] சுக்ரம் நித்திரை கபம் இவற்றையுண்டுபண்ணத் தகுந்தவையாகவும், குரு குணமுள்ளவையாகவும் இருக்கும்; விஷடம்பீ, [1] தோஷலம் [2] என்னும் இத்தீமைகளுண்டுபண்ணுந்தன்மையும் அவற்றிற்கு உண்டு. 41.

பால் நெய்களில் சிறந்தவையும் இழியவையும்.

பசுவின் பாலும் நெய்யும் சிறந்த குணமுடையவையாம். செம்மறியாட்டுப் பாலும் நெய்யும் குணத்தில் இழிய வையாகும். 41½.

கருப்பஞ்சாற்றின் குணங்கள்.

கருப்பஞ்சாறானது குரு, ஸ்நிக்த்தம், ப்ருஹ்மணம், [3] விருஷ்யம், சீதவீர்யம், ஸரம் [4] என்னும் குணங்களுடையது; கபத்தையும் மூத்திரத்தையும் விருத்திசெய்யக்கூடியது; சுவையிலும் விபாகத்திலும் மதுரமானது; ரக்தபித்தத்தையும் போக்கும். கரும்பின் முனையும் சர்மமும் இலவணரஸமுடையதாகவும், பற்களால் மத்தியிற்கடிக்க அது இனிப்பாகவும் இருக்கும். 42, 43.

யந்திரத்திலிட்டு ஆட்டிய கருப்பஞ் சாற்றின் குணங்கள்.

யந்திரத்திலிட்டு ஆட்டி யெடுத்த கருப்பஞ்சாற்றில் கரும்பின் அடி, முனை, பூச்சிகள், எரித்த பாகம் முதலியவையும் நசுக்கப்பட்டு அந்த அம்சங்களும் சேர்ந்துவிடுவதாலும், சிறிது நேரம் பாத்திரத்திலேயே தங்கியிருக்கும்படி நேரிடுவதாலும் அந்த ரஸம் ஒருவாறு கெட்டுப்போகும். ஆகையினால் இவ்விதமான கருப்பஞ்சாறு விதாஹீ, [5] குரு, விஷ்டம்பி என்னும் குணங்களுடையதாய் விடுகின்றது. 44, 44½.

1. கிலாடம்—சிறிதளவு பாலில் அதிக மோரைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்படும் ஒருவித தயிர்.

2. அப்பொழுதே கன்றையீன்ற பசுவின் பாலைக் கொண்டு பக்குவம்செய்த தயிர் "பீயூஷம்."

3. கூர்ச்சிகை—தயிரையும் மோரையும் பாலில் சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்படுவது.

4. மோரணம்—கிலாடத்தைக் கடைவதாலுண்டாகும் ஒரு திரவம்.

5. பல்யம்—பலத்தை விருத்திசெய்யுந் தன்மையது.

1. விஷ்டம்பீ—மலமூத்திராதிகளைக்கட்டி வயிற்றுப்பொருமல் முதலானதுகளை யுண்டுபண்ணுங் குணம்.

2. தோஷலம்—வாதபித்த கபங்களை கோளாறடையச் செய்யுந்தன்மை.

3. ப்ருஹ்மணம்—28-வது பக்கம் பார்க்க.

4. ஸரம்—3-வது பக்கம் பார்க்க.

5. விதாஹீ—குடலில் நன்கு ஜீர்ணமாகாமல் உள்ளே அழற்சியைக் கொடுக்கக்கூடியது.

கரும்புகளின் பேதங்களும் அவற்றின் குணங்களும்.

பௌண்ட்ரகம் என்னும் நாமக்கரும்பு குளிர்ச்சியினாலும், தெளிவாலும், இனிய சுவையினாலும் குணங்களிற் சிறந்ததாகும்; வாம்சிகமென்னும் மூங்கிற் கரும்பு குணங்களில் அதைவிடக் குறைந்ததாம்; சதபர்வமென்னும் நூறு கணுக்களுள்ள கரும்பு, பேய்க்கரும்பு, நேபாளக்கரும்பு முதலியவை க்ஷாரத்தன்மையிலும், துவர்ப்பான சுவையிலும், உஷ்ணவீர்யத்திலும், விதாஹகுணத்திலும் முறையே அதிகப்பட்டுவருவதால் இவற்றின் சாறு கிரமமாக அதிக ஹீநகுணங்களுடையவை யெனக் கருதப்படுகின்றன. 45—46.

பாணிதத்தின் குணங்கள்.

பாணிதமானது [1] குரு, அபிஷ்யந்தி, த்ரிதோஷகரம், மூத்ரசோதநம் என்னும் குணங்களுடன் கூடியதாம. 46½.

சுத்த வெல்லத்தின் குணங்கள்.

அழுக்குகளை அகற்றி சுத்தம்செய்த வெல்லம் கபத்தை அதிகமாக விருத்திசெய்யாமல், மலமூத்திரங்களை நன்கு வெளிப்படுத்தக்கூடியது. 47.

அசுத்த வெல்லத்தின் குணங்கள்.

அவ்விதம் சுத்தி செய்யப்படாத வெல்லமானது கிருமிகளையும், மஜ்ஜையென்னும் தாதுவையும், இரத்ததோஷத்தையும், மாம்ஸதோஷத்தையும், கபத்தையும் மிகவும் அதிகப்படுத்தும். 47½.

பழைய வெல்லத்தினுடையவும் புதிய வெல்லத்தினுடையவும் குணங்கள்.

தகுந்தவாறு பழகிய வெல்லமானது ஹ்ருத்யமாகவும், [2] பலவிதங்களில் உபயோகிக்கத்தகுந்த சக்தியுமுடையதாகவும் இருக்கும். புதியவெல்லம் கபத்தை விருத்திபண்ணும்; ஜாடராக்னி அல்லது பசியைக் குறைத்துவிடும். 48.

அசுத்த சர்க்கரை, கற்கண்டு, வெண்சர்க்கரை இவற்றின் குணங்கள்.

சுத்தம்செய்யாத சர்க்கரையென்ன, கற்கண்டென்ன, வெண் சர்க்கரையென்ன இம்மூன்றும் முறையே விருஷ்யம், க்ஷத-க்ஷீணஹிதம், [1] ரக்தபித்தஹரம், வாதஹரம் என்னும் குணங்களில் மேன்மேலும் சிறந்தவையாம். 49.

யாஸ சர்க்கரையின் குணங்கள்.

யாஸ சர்க்கரையானது [2] சிறிது கசப்பு கலந்த மதுர ரஸமுள்ளதாகவும், சிறிது துவர்ப்பாகவும், ஸாதாரண சர்க்கரைக்குக் கூறிய மற்ற குணங்களுடன் கூடியதாகவும் இருக்கும். 49½.

ஸகல சர்க்கரைகளுடையவும் பொது குணங்கள்.

ஸகல சர்க்கரைகளும் [3] அழற்சி, நாவறட்சி, வாந்தி, மூர்ச்சை, ரக்தபித்தம் இவற்றைப் போக்குங் குணமுடையவை. 50.

கருப்பஞ்சாற்றின் திரிபான வஸ்துக்களுள் சிறந்ததும் இகழ்ந்ததும்.

கருப்பஞ்சாற்றால் பக்குவம் செய்யப்படும் முற்கூறிய பதார்த்தங்களுக்குள் சர்க்கரை குணங்களிற் சிறந்தது; பாணிதம் குணங்களிற் குறைந்ததாம். 50½.

1 பாணிதம்—அதிக கெட்டியாகாமல் பக்குவம் செய்யப்பட்ட சிறிது திரவமான வெல்லம்; வெல்லப்பாகு என்றும் கூறலாம்.

2. ஹ்ருத்யம்—ஹ்ருதயத்திற்கு ஹிதமானது.

1. இருமலில் இரத்தமும் வெளிவருமானால் அது க்ஷதம் அல்லது க்ஷதகாஸம் எனப்படும்; அவ்வித இருமலாலும் க்ஷயத்தினாலும் வருந்துபவனுக்கு ஹிதமானது க்ஷதக்ஷீணஹிதம் எனப்படுகிறது. அல்லது க்ஷதம் என்றால் அடிபடுதல்; அவ்வித அபிகாதத்தினால் உண்டாகும் க்ஷயத்திற்கு அநுகூலமானது.

2. யாஸசர்க்கரை—பூனைக் காலியென்னும் செடியின் சாற்றிலிருந்து எடுக்கப்படும் சர்க்கரை.

3. ஸகல சர்க்கரைகளும் என்பதால் திராக்ஷை முதலியதிலிருந்து கிரஹிக்கப்படும் சர்க்கரை முதலானதும் குறிப்பிடப்பட்டதென்க.

தேன், மதுசர்க்கரை இவற்றின் குணங்கள்.

தேன் சக்ஷுஷ்யம்,[1] சேதி,[2] வ்ரணசோதநம்,[3] ஸந்தாநம்,[4] ரோபணம்,[5] வாதலம்,[6] ரூக்ஷம் என்னும் குணங்களுடையதாம்; நாவறட்சி, கபக்கோளாறு, விஷஸம்பந்தமான தீங்குகள், விக்கல், ரக்தபித்தம், பிரமேஹம், குஷ்டம், கிருமிதோஷம், வாந்தி, ச்வாஸகாஸம், அதிஸாரம் இவற்றைப் போக்கும்; சிறிது துவர்ப்பு கலந்த மதுரரஸமுள்ளது. மதுசர்க்கரையும்[7] இதே குணங்களையுடையது. 51—52½.

தேனை உஷ்ணநிலைமையில் உபயோகிக்கக் கூடாது.

தேனை உஷ்ணமாகவோ, உஷ்ணமான பதார்த்தங்களோடு கலந்தோ, உஷ்ணகாலத்திலோ உபயோகித்தாலும், உஷ்ணமதிகரித்ததால் வருந்துபவனுக்குக் கொடுத்தாலும் அது மிகவும் தீங்கு விளைவிக்கும். 53.

தேனை உஷ்ணமாக உபயோகிப்பதற்கான விசேஷவிதி.

நிரூஹவஸ்தியிலும்,[8] வமநவிதியிலும் உஷ்ணமான தேனைப் பரிஹரிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை; ஏனெனில் அவ்விருவிதமான உபயோகங்களிலும் தேனானது ஜீர்ணமாகாமலே சீக்கிரம் வெளியாய் விடுகின்றது. 54.

1. சக்ஷுஷ்யம்—நேத்திரங்களுக்கு ஹிதமானது.

2. சேதி—கபம் முதலியதை அறுத்து வெளிப்படுத்துங்குணம்; சேதநம் என்றும் கூறப்படும்.

3. வ்ரணசோதநம்—வ்ரணங்களில் சீழ்முதலியது உண்டாகாதபடி அவற்றைச் சுத்தம் செய்வது.

4. ஸந்தாநம்—வ்ரணங்களால் பிளவுபட்டுள்ள பாகங்களைக் கூட்டிவைத்தல்.

5. ரோபணம்—வ்ரணங்களை ஆற்றுங்குணம்.

6. வாதலம்—வாததோஷத்தை விருத்திசெய்வது.

7. மதுசர்க்கரை—தேனிலிருந்து எடுக்கப்படும் சர்க்கரை.

8. நிரூஹவஸ்தி—கஷாயவகைகளை குதமார்க்கத்தினுல் உட்செலுத்தி குடலைக்கழுவும் முறை.

தைலங்களின் பொது குணங்களும் இலதைலத்தின் குணங்களும்.

ஸகல தைலமும் அவை எந்தெந்த வஸ்துக்களிலிருந்து கிரஹிக்கப்படுகின்றனவோ அவற்றிற்கேற்ற குணங்களுடையதாயிருக்கும். அவற்றுள் முக்கியமான தைலம்[1] தீக்ஷ்ணம்,[2] வ்யவாயி,[3] அசக்ஷுஷ்யம்,[4] ஸூக்ஷ்மம்,[5] உஷ்ணவீர்யம் என்னும் குணங்களுடையதாம்; ஆகவே கபத்தை விருத்திசெய்யாது; சர்மதோஷங்களையுண்டுபண்ணும்; இளைத்திருப்பவருக்கு ப்ருஹ்மணமாகவும், ஸ்தூல தேஹிகளுக்குக் கர்சநமாகவும்[6] இது உபயோகிக்கக்கூடியது.[7] மலச்சிக்கலுண்டுபண்ணும். கிருமிஹர குணமுமுண்டு. மேலும் முறைப்படி பக்குவம் செய்யப்படுமாயின் ஸந்நிபாத விகாரங்களையும் போக்கும். 55—56.

1. முக்கியமான தைலம் என்றால்—எள்ளெண்ணெய்; திலம்-எள். எள்ளிலிருந்து எடுக்கப்படுவதால் தைலம் எனப் பெயர் வந்தது. ஆகவே இது முக்கியமானதென்று கூறப்பட்டது.

2. தீக்ஷ்ணம்—வேகமாக அந்தந்த தாதுக்களில் பிரவேசித்து அதனதன் வேலையை ஜடிதியில் நிறைவேற்றுங்குணம்.

3. வ்யவாயி—எந்த வஸ்துவானது உட்கொள்ளப்பட்டவுடனே முதலில் தனது வீர்யத்தை உடலிற் பரவச்செய்து தன் குணவிசேஷத்தைக் காட்டி, பிறகு ஜீர்ணமாகுமோ அப்பதார்த்தத்தின் குணம் வ்யவாயி எனப்படும்.

4. அசக்ஷுஷ்யம்—கண்களுக்கு ஆகாதது.

5. ஸூக்ஷ்மம்—தேஹதாதுக்களில் மிகவும் நுட்பமான பாகங்களிலும் அல்லது மிக நுண்ணிய இரத்தக்குழாய் முதலியவற்றிலும் ஊடுருவி வியாபிக்கக்கூடியது.

6. கர்சநம்—இளைக்கச் செய்வது.

7. தைலமானது (நல்லெண்ணெய்) குறுகிய அல்லது சுருங்கிப்போன ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் என்னும் குழாய்களில் (தீக்ஷ்ணாதி குணங்களிருப்பதால்) சீக்கிரம் பிரவேசித்து, அங்குள்ள தோஷங்களை வெளிப்படுத்தும்; இவை சுத்தியாகவே போஷணைக்கு அவசியமான வஸ்துக்கள் தேஹத்தில் நன்கு வியாபித்து ப்ருஹ்மணம் (புஷ்டி) உண்டாகும். அவ்விதமே ஸூக்ஷ்ம ஸ்ரோதஸ்ஸுகளில் பிரவேசித்து தீக்ஷ்ணாதி குணங்களால் கொழுப்பு முதலானவற்றைக் கரைத்து அவற்றைக் குறையச்செய்து தேஹத்தை இளைக்கச்செய்து இயற்கை நிலைமையை யுண்டுபண்ணும்.

ஆமணக்கெண்ணெயின் குணங்கள்.

ஆமணக்கெண்ணெய் சிறிது கைப்பும் காரமும் இனிப்புமான சுவையுடையது; ஸரம், குரு என்னும் குணங்களையும் பெற்றது; வர்த்மா என்னும் அண்டவ்ருத்தி, குன்மம், வாயு, கபம், மஹோதரம், விஷமஜ்வரம், இடுப்பையும் குஹ்யஸ்தாநத்தையும் கோஷ்டமென்னும் குடலையும் முதுகையும் ஆச்ரயித்துண்டாகும் வலியையும் வீக்கத்தையும் இத்தைலம் போக்கி விடும் 57, 57½.

சிவந்த ஆமணக்கெண்ணெயின் குணங்கள்.

சிவந்த ஆமணக்கிலிருந்து உண்டான எண்ணெயானது அதிக தீக்ஷ்ணமும், அதிக உஷ்ணவீர்யமும், அதிகமாகக் குழைந்து வழுவழுப்புள்ள தன்மையும் உடையது, 58.

கடுகெண்ணெயின் குணங்கள்.

கடுகெண்ணெயானது சுவையில் கார்ப்பு; தீக்ஷ்ணம் இலகு என்னுங் குணங்களுடையது; வீர்யத்தில் உஷ்ணமானது; இதனல் கபம், சுக்ரம், வாதம், கோடம்,[1] குஷ்டம், அர்சஸ், விரணம், கிருமிகள் இவை நிவ்ருத்தியாகும்; ரக்த பித்தத்தை இது உண்டாக்கும். 59.

தான்றிக்காயெண்ணெயின் குணங்கள்.

தான்றிக்காயெண்ணெய் மதுரரஸம், சீதவீர்யம், குரு, பித்தஹரம், வாதஹரம், கேச்யம்[2] என்னுங் குணங்களையுடையது. 59½.

வேப்பெண்ணெயின் குணங்கள்.

வேப்பெண்ணெயானது, சிறிது உஷ்ணவீர்யமும், கைப்பும், கிருமிஹரம், குஷ்டஹரம், கபஹரம் என்னுங் குணங்களுமுடையதாம். 60.

1 கோடம்—சரீரமெங்கும் தினவை யுண்டுபண்ணிக்கொண்டு வியாபிக்கும் படை.

2. கேச்யம்—தலைமயிரை வளரச் செய்யுங்குணம்.

காசாம்பூத்தைலம், குஸும்பா எண்ணெய் இவற்றின் குணங்கள்.

காசாம்பூத் தைலமும், குஸும்பா எண்ணெயும் உஷ்ணவீர்யமாகவும், சர்மவியாதிகள் கபதோஷம் பித்த தோஷம் இவற்றையுண்டுபண்ணுங் குணமுள்ளவையாகவும் இருக்கின்றன. 60½.

வஸா, மஜ்ஜை, மேதஸ் இவற்றின் குணங்கள்.

வஸா,[1] மஜ்ஜை[2] என்னும் இவ்விரண்டு ஸ்நேஹங்களும்[3] வாதஹரங்களாகவும், பலம் பித்தம் கபம் இவற்றை விருத்தி செய்யுந் தன்மையனவாகவும், மற்ற விஷயங்களில் அந்தந்த ஜந்துவின் மாம்ஸங்களுக்குண்டான குணத்தைப் பொருந்தியவையாகவும் இருக்கின்றன. மேதஸ் என்னும் கொழுப்பும் இவ்விரண்டுக்கும் ஸமானமான குணங்களுடையவையென்றே அறிக.61,61½.

மத்ய ஸாமாந்ய குணங்கள்.

மத்யமென்னும் மதுவானது தீபநம்,[4] ரோசநம்,[5] தீக்ஷ்ணம்,[6] உஷ்ணம், ஸரம்,[7] இலகு, ரூக்ஷம்,[8] ஸூக்ஷ்மம்,[9] ஸ்ரோதோவிசோதநம்,[10] வாதஹரம், கபஹரம் என்னும் குண

1. வஸா—சுத்தமாம்ஸத்திலிருந்து கிரஹிக்கப்படும் ஒருவித ஸ்நேஹவஸ்து.

2. மஜ்ஜை—4-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. ஸ்நேஹம்—நெய், எண்ணெய், கொழுப்பு முதலிய எல்லாத் தைல வகையும் ஸ்நேஹம் எனப்படும்.

4. தீபநம்—ஜாடராக்னி யெனப்படும் பசியையுண்டு பண்ணும் கூறுகளைத் தூண்டுந்தன்மை.

5. ரோசநம்—நாவில் நற்சுவையை யுண்டாக்குந் தன்மை.

6. தீக்ஷ்ணம்—தாதுக்களில் ஜடிதியில் ஊறிப்பரவக் கூடிய குணம்; அதிக நெடியுள்ளதென்றும் கூறலாம்.

7. ஸரம்—3-வது பக்கம் பார்க்க.

8. ரூக்ஷம்—வறட்சி.

9. ஸூக்ஷ்மம்—3-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

10. ஸ்ரோதோவிசோதநம் — ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் எனப்படும் இரத்தக்குழாய்களிலும் ரஸாயநீ முதலியவற்றிலும் சேர்ந்துள்ள தோஷங்களை அப்புறப்படுத்தி அவற்றைச் சுத்தம் செய்யுங் குணம்.

ங்களையுடையது ; மனக்களிப்பையுண்டாக்கும் ; தேஹத்திற்கு புஷ்டியைத் தரும் ; இனிப்பு, சிறிது துவர்ப்பு, கார்ப்பு, கைப்பு என்னும் இரஸங்களுடன் கூடியது ; அம்ல விபாகமுடையும் ; குரலையும், பொதுவில் ஆரோக்கியத்தையும், பிரதிபை யென்னும் புத்திவிசேஷத்தையும், தேஹநிறத்தையும் விருத்திசெய்யும் ; தூக்கமின்மையினாலும் அதிநித்திரையினாலும் வருந்துபவருக்கு ஹிதமானது ; பித்தத்தையும் இரத்தத்தையும் தூஷிப்பிக்கும் ; மெலிந்த தேஹிகளுக்கும் ஸ்தூலித்தவருக்கும் உபயோகமானது. முறைதவறாமற் பருகினால் முற்கூறிய குணங்கள் உண்டாகும் ; இல்லையேல் இது விஷத்திற்கு ஸமானமானது. 62—64½.

நூதன புராதன மத்யங்களின் குணங்கள்.

புதிய மத்யமானது[1] குருகுணம் அதிகரித்ததாகவும், ஸந்நிபாத விகாரத்தை உண்டுபண்ணுந்தன்மையதாகவும் இருக்கும். தகுந்தவாறு பழகிய மத்யம் இதற்கு மாறான குணங்களுடையதாகும். 65.

உபயோகிக்கத் தகாத மத்யமும் அதை உபயோகிக்கத் தகாத நிலைமைகளும்.

உஷ்ணமான உபசாரங்கள் நடந்துவருகையிலும், விரேசனம் செய்துகொண்டபோதும், பசியினால் வருந்தும் பொழுதும் மத்ய பானம் செய்யக்கூடாது ; அதிக தீக்ஷ்ணமானதும் மிக மெதுவானதும், மிகவும் சொற்ப ஸம்பாரங்களுடையதும், கலங்கி யிருப்பதுமான மத்ய வகையும் உபயோகிக்கக் கூடியதல்ல. 66.

ஸுரையின் குணங்கள்.

ஸுரை[1] யென்னும் மதுவானது ஸ்நேஹநம்,[2] குரு, வாதஹரம் என்னுங் குணங்களுடையது ; குன்மம், உதரரோகங்கள்[3] அர்சஸ், கிரஹணீ, க்ஷயம் இவற்றைப் போக்கும். கொழுப்பு, இரத்தம், முலைப்பால், மூத்திரம், கபம் இவற்றை விருத்தி செய்யும். 67.

வாருணியின் குணங்கள்.

வாருணியும்[4] ஸுரைக்கு ஸமானமான குணங்களுடையதாயிருப்பதுமல்லாமல், ஹ்ருத்யம்[5], இலகு, தீக்ஷ்ணம் என்கிற விசேஷ குணங்களையும் பெற்றது ; சூலம்[6], காஸம், மலபந்தம், வயிற்றுப் பொருமல், பீநஸம் இவற்றைப் போக்கும். 68.

விபீதகஸுரையின் குணங்கள்.

விபீதக ஸுரை[7] யென்னும் மதுவானது அதிக தீவ்ரமான வெறியையுண்டுபண்ணாதது ; இலகு, குணமுள்ளது ; தேஹத்திற்கு ஹிதமானது ; விரணத்தினால் வருந்துபவனுக்கும், பாண்டு ரோகிக்கும், குஷ்டரோகிக்கும் இது அதிக கெடுதியைத் தரக் கூடியதல்ல. 69.

---

1. புதிய மத்யம் என்றால் ஒரு வருஷத்திற்கு உட்பட்ட மத்யம் என்று சிலர்.

1. ஸுரை—அன்னத்திலிருந்து இறக்கப்படும் ஒருவித மது

2. ஸ்நேஹநம்—ஸ்நிக்த்த குணத்தை யுண்டுபண்ணுவது.

3. ப்லீஹ வீக்கம், கல்லீரலின் வீக்கம், நீர்க்கோவையினால் வயிறு வீங்கிப்போதல் இவ்விதமான வியாதிகள் உதரரோகங்கள் எனப்படும்.

4. வாருணீ—கள்.

5. ஹ்ருத்யம்—30-வது பக்கம் பார்க்க.

6. சூலம்—வயிற்றுளைத்தல்.

7. விபீதக ஸுரை—தான்றிக்காயைப் பக்குவம் செய்து அதிலிருந்து ஸந்தானம் செய்யப்படும் மது.

அரிஷ்டத்தின் குணங்கள்.

அரிஷ்டம்[1] என்னும் மது மற்ற மதுக்களெல்லாவற்றைப் பார்க்கினும் அதிக குணமுள்ளதாகும் ; அது எந்தெந்த வஸ்துக்களால் பக்குவம் செய்யப்படுகின்றதோ, அவ்வவற்றிற்கு ஏற்ற குணங்களுடையது. கிரஹணீ, பாண்டு, குஷ்டம், அர்சஸ், சோகை, க்ஷயம், மஹோதரம், ஜ்வரம், குன்மம், கிருமி, ப்லீஹ விருத்தி இவற்றைப் போக்கும் ; துவர்ப்பும் கார்ப்புமான சுவையுள்ளது ; வாதத்தை விருத்தி செய்யும். 70, 70½.

மார்த்வீக மதுவின் குணங்கள்.

மார்த்வீகம்[2] என்னும் மதுவுக்கு லேகநம், ஹ்ருத்யம், ஸரம் என்னுங் குணங்களுண்டு ; அது சுவையில் இனிப்பாயிருக்கும் ; உஷ்ணத்தை அதிகமாயுண்டுபண்ணாதது ; பித்தத்தையும் வாதத்தையும் சிறிது விருத்தி செய்யுந்தன்மையது ; பாண்டு, மேஹரோகம், அர்சஸ், கிருமி இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும். 71½.

கர்ஜூர மதுவின் குணங்கள்.

கர்ஜூர மதுவானது குணங்களில் மார்த்விகத்தின் குணங்களைக் காட்டிலும் சிறிதே விகற்பப்படும் ; இதற்கு வாதலம், குரு என்னும் குணங்கள் விசேஷமாயுண்டு. 72.

சர்க்கரா மதுவின் குணங்கள்.

சர்க்கராமது ஹ்ருத்யம், இலகு என்னும் குணங்களுடையது ; ஸுகமாய் ஜீர்ணம் பொருந்தியது ; இனிய சுவையுள்ளது ; அதிக வெறியை யுண்டுபண்ணாதது. 72½.

குட மதுவின் குணங்கள்.

குட மதுவானது[1] மூத்திரம், மலம், அபாந வாயு இவற்றை நன்கு வெளிப்படுத்துந் தன்மையது ; தர்ப்பணம், தீபநம் என்னும் குணங்களுமுடையது. 73.

சீதுவின் குணங்கள்.

சீது[2] என்னும் மது வாதத்தையும் பித்தத்தையும் விருத்தி செய்யும் ; ஸ்நேஹபாநத்தை முறை கேடாகச் செய்வதாலும்,[3] கபத்தினாலும் உண்டாகும் கோளாறுகளை நிவ்ருத்தி செய்யவல்லது. 73½.

பக்வரஸ சீதுவின் குணங்கள்.

அதில் பக்வரஸ சீதுவானது[4] மேதோரோகம்,[5] சோகை, உதரரோகங்கள், அர்சஸ் இவற்றைப் போக்கக்கூடியது ; மேலும் முதலிற் கூறிய சீதுவைவிட இதுவே குணத்திற் சிறந்தது. 74.

மத்வாஸவத்தின் குணங்கள்.

மத்வாஸவம்[6] என்பது சேதநம், தீக்ஷ்ணம் என்கிற குணங்களுடையது ; மேஹ ரோகங்கள், பீநஸம், காஸம் இவற்றை நிவருத்தி செய்யவல்லது. 74½.

---

1. அரிஷ்டம்—பதார்த்தங்களைக் கஷாயமாகக் காய்ச்சி பக்குவம் செய்யப்படும் மது.

2. மார்த்வீகம்—திராக்ஷா ரஸத்திலிருந்து ஸந்தானம் செய்யப்படும் மது.

1. குடமது—வெல்லத்தினால் ஸந்தானம் செய்யப்படும் மது.

2. சீது—கருப்பஞ்சாற்றால் அல்லது மதுர ரஸமுள்ள மூலிகைகளின் சாற்றால் (அவற்றைச் சமைக்காமலே) பக்குவம் செய்யப்படுவது. இதுவே சீதரஸ சீது என்று வழங்கப்படும்.

3. ஸ்நேஹ பானத்தை முறைதவறிச் செய்வதாலுண்டாகும் நோய்களைப்பற்றிய விவரங்களை 16-வது 18-வது அத்தியாயங்களிற் காண்க.

4. கோல சீதுவுக்கு உபயோகிக்கும் வஸ்துக்களையே சமைத்து அவற்றிலிருந்து ஸந்தானம் செய்யப்படுவது பக்வரஸ சீதுவாம்.

5. மேதோரோகம்—கொழுப்பு அதிகரித்து உடல் ஸ்தூலித்து விடும் வியாதி.

6. மத்வாஸவம்—தேனைக்கொண்டு செய்யப்படும் ஒருவித மது.

சுக்தத்தின் குணங்கள்.

சுக்தம்[1] என்பது ரோசநம், ஸரம், தீபநம், இக்குணங்களைப் பெற்றது; இரத்தம், பித்தம், கபம் இவற்றை நீர்க்கச் செய்யும்; பிரகோபமடைந்த வாத தோஷத்தை மீண்டும் இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டுவரும்; மிகவும் உஷ்ண வீர்யமும், அதிக தீக்ஷ்ணமும், அதிக ரூக்ஷமும், மிக அம்ல ரஸமும் உள்ளது; பரிசிப்பதற்கு மிகவும் குளிர்ச்சியாயிருக்கும்; பாண்டு ரோகத்தையும் கிருமிகளையும் நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடியது; நேத்திரத்திற்குக் கெடுதியைத் தரும். 75, 76.

அநேக சுக்தங்களின் குணங்களில் தாரதம்யம்.

குட சுக்தம், இக்ஷு சுக்தம், மத்ய சுக்தம், மார்த்வீகசுக்தம் இவை[2] மேன்மேலும் முறையே அதிக இலகுகுணமுள்ளவையாம். 76½.

கந்த-மூல-பலாதி சுக்தங்களின் குணங்கள்.

கிழங்குகளும், வேர்களும், கனி முதலானவைகளும்[3] குட சுக்தம் முதலானவைகளிற் சேர்த்து ஸந்தாநம்[4] செய்யப்படுமாயின் அவையும் அந்தந்த சுக்தத்திற்கு ஸமான குணமுள்ளவைகளாய்விடும். 77.

---

1. சுக்தம்—ஏதேனும் திரவத்தில் கிழங்குகளையும், வேர்களையும், ஸ்நேஹ வர்க்கங்களையும் சேர்த்து ஸந்தாநம் செய்யப்படும் மிகப் புளிப்பான ஒருவிதமது. இதுவே ஸௌக்தம் என்றும் கூறப்படும்.

2. குட சுக்தம்—வெல்லத்திலிருந்து செய்யப்படுவது. இக்ஷு சுக்தம்—கருப்பஞ்சாற்றிலிருந்து செய்யப்படுவது. மத்ய சுக்தம்—மதுவிலிருந்து செய்யப்படுவது. மார்த்வீக சுக்தம்—திராக்ஷையிலிருந்து பக்குவம் செய்யப்படுவது. [சுக்தம் அல்லது ஸௌக்தம் எனப்படுவது மிகவும் புளிப்பான ஒருவித மத்யம்.]

3. முதலானவை யென்பதால் இலைகள், பட்டைகள், புஷ்பங்கள் என்னும் வேறு சில அம்சங்களும் குறிப்பிடப்படுகின்றன.

4. ஸந்தாநம்—சாராயம் பக்குவம் செய்யுமுறை.

சாண்டாகீ அல்லது காலாம்லம்.

மற்றும் சில பதார்த்தங்களைக்[1] காய்ச்சி யிறக்கி ஸந்தாநம் செய்து, சில காலம் வரையில் புளிக்கவைத்து பக்குவம் செய்யப்படும் ஒருவகை மதுவுக்கு சாண்டாகீ அல்லது காலாம்லம் எனப் பெயர். அது ரோசநமாகவும் இலகு குணமுள்ளதாகவும் இருக்கும். 77½.

தாந்யாம்லம் அல்லது காஞ்ஜிகம்.

தாந்யாம்லம்[2] என்பது பேதி,[3] தீக்ஷ்ணம், உஷ்ணம், ருச்யம்,[4] தீபநம், ஹ்ருத்யம், இலகு, வாதஹரம், கபஹரம் என்கிற குணங்களையுடையது; பித்தத்தை விருத்தி செய்யும்; பரிசிப்பதற்குக் குளிர்ச்சியாயிருக்கும்; சிரமத்தையும் தேஹ வாட்டத்தையும் தீர்க்கும்; வஸ்தியிலுண்டாகும் வலியைப் போக்கும்; ஆஸ்த்தாபநவஸ்தி[5] செய்வதற்கு உசிதமான சிறந்த பதார்த்தமாகும். 78, 79.

---

1. முள்ளங்கி, கடுகு, காய்கனிகள் முதலானவை இங்கு 'மற்றும் சில பதார்த்தங்கள்'' எனபதால் குறிப்பிடப்படுகின்றன.

2. தாந்யாம்லம்-இதுவே காஞ்ஜிகம் என்று கூறப்படும். (வைத்திய கலாநிதி ஆபீஸில் வெளியான சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 133-வது பக்கம் பார்க்க.)

3. பேதி—குடலிலுள்ள மலங்களை உடைத்து வெளிப்படுத்துங் குணம்.

4. ருச்யம்—அரோசகத்தைப் போக்கி நாவிற்கு நற்சுவையைத் தருவது; ரோசநம் என்றும் கூறப்படுகிறது.

5. ஆஸ்த்தாபந வஸ்தி—தகுந்த உபகரணங்களால் கஷாய வகைகளை குதத்தில் செலுத்தி குடலைச் சுத்தி செய்வதற்கான சிகித்ஸா முறை. இதற்கே நிரூஹ வஸ்தி யென்றும் பெயர். இதைப்பற்றிய விவரங்களை 'வஸ்தி விதி' யென்னும் 19-வது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க.

கோமூத்திரம் முதலியவற்றின் குணங்கள்.

பசு, வெள்ளாடு, செம்மறியாடு, எருமை, யானை, குதிரை, ஒட்டகம், கழுதை இவற்றின் மூத்திரம் ரூக்ஷம், தீக்ஷ்ணம், உஷ்ணம், இலகு இக்குணங்களுடையது; பித்தத்தை விருத்தி செய்யும்; காரம் பிரதாந ரஸம்; இலவணம் அநுரஸம்[1]; கிருமி, சோபை, உதரரோகங்கள், வயிற்றுப் பொருமல், சூலம், பாண்டு, கபரோகம், வாதரோகங்கள், குன்மம், அரோசகம், விஷவேகம், வெண்குஷ்டம், குஷ்டம், அர்சஸ் இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும். 80—82.

---

1. சில வஸ்துக்களில் ஒரு ரஸமும், சிலவற்றில் இரண்டு மூன்று கலந்தும் இருப்பதுண்டு. அவ்வாறு கலந்திருக்கும் இரஸங்களில் நன்கு நாக்கினால் உணரக்கூடியது பிரதான ரஸம் என்றும், குறைந்திருப்பதற்கு அல்லது உபயோகித்த பிறகு சிறிது நேரம் கழித்து உணரக்கூடியதற்கு அநுரஸம் என்றும் பெயர்.

திரவத்ரயவ்ய விஞ்ஞாநீயாத்தியாயத்தில் அடங்கிய திரவவர்க்கங்கள்.

ஜலவர்க்கமென்ன[1], க்ஷீரவர்க்கமென்ன[2], இக்ஷுவர்க்கமென்ன,[3] தைல வர்க்கமென்ன,[4] மத்யவர்க்கமென்ன[5] இவற்றைக் கிரமமாகக் கூறி, இவ்வத்தியாயத்தில் முக்கியமான சில திரவ பதார்த்தங்கள் இவ்வாறு விவரிக்கப்பட்டன. 83.

---

1. காங்கம், ஸாமுத்ரம், நதீஜலம், கிணற்று நீர், உஷ்ணஜலம், குளிர்ந்த ஜலம், தேங்காயின் நீர் இவை ஜலவர்க்கத்தைச் சேர்ந்தவை.

2. பசுவின்பால், எருமைப்பால், வெள்ளாட்டுப் பால், தயிர், மோர், வெண்ணெய், நெய் முதலியவை க்ஷீரவர்க்கத்தைச் சேர்ந்த வஸ்துக்களாம்.

3. கருப்பஞ்சாறு, பாணிதம், வெல்லம், சர்க்கரை, கற்கண்டு முதலியவை இக்ஷுவர்க்கத்தைச் சேர்ந்தவையாகும்.

4. நல்லெண்ணெய், ஆமணக்கெண்ணெய், கடுகெண்ணெய், கொழுப்பு முதலியவை தைலவர்க்கத்தைச் சேர்ந்தவை.

5. மத்யம், வாருணீ, ஸுரா, மார்த்வீகம், கார்ஜூரம், சீது முதலியவை மத்யவர்க்கத்தைச் சேர்ந்தவையாம்.

ஆறுவது அத்தியாயம்.

அப்பால் அந்நஸ்வரூப விஞ்ஞாநீயம்[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகின்றது.—

சூகதான்ய வர்க்கம்.[2]

சாலியென்னும்சம்பாவகைகளும் அவற்றின் பொது குணங்களும்.

சிவப்புச் சம்பா, பெருஞ்சம்பா, கலமம் என்னும் சின்னச் சம்பா, தூர்ணகம்,[3] சகுநாஹ்ருதம்,[1] ஸாராமுகம்,[2] தீர்க்க சூகம்,[3] ரோத்ர

---

1. தான்யங்கள் மாம்ஸங்கள் முதலிய ஆஹாரத்திற்கு உபயோகமான வஸ்துக்களையும், ஆஹாரவகைகளையும் விவரித்து அவற்றின் குண குணங்களைக் கூறும் அத்தியாயம் "அந்நஸ்வரூப விஞ்ஞாநீயம்'' எனப்படுகிறது.

2. சூகம் என்றால் சுணை அல்லது ஊகுமுள்; அவ்வித ஊகுமுள்ளுடன் கூடிய தான்யங்கள் சூக தான்யங்கள் எனப்படும்.

3. தூர்ணகம்—காச்மீரம் முதலிய வடநாடுகளிலுண்டாகும் ஒருவித நெல்; இதற்கு அவ்விடங்களில் ஜூஜவம் என்று பெயராம்.

1. சகுநாஹ்ருதம் — பக்ஷிகளால் கொண்டுவரப்பட்ட தான்யம் என்று இதற்குப் பொருள். [முன்னால் புத்தனுண்டான காலத்தில் அன்னப்பக்ஷிகளால் உத்தர குருதேசத்திலிருந்து மகததேசத்திற்குக் கொண்டு வரப்பட்டு, மிருகாரி யென்பவனுடைய தாயாரான விசாகையென்பவளால் விதைக்கப்பட்டு அப்பால் அத்தேசமெங்கும் பரவிய ஒருவித நெல் என்று கூறப்படுகிறது.—அருணதத்தன்.]

2. ஸாராமுகம்—கருப்பான ஊகுமுள்ளைப் பெற்ற சுணையுள்ள நெல்.

3. தீர்க்க சூகம் — நீண்டு வெண்மையாயுள்ள சூகத்துடன் கூடியது.

சூகம்,[1] ஸுகந்தகம்,[2] பதங்கம்,[3] தபநீயம்[4] முதலிய இன்னும் அநேக வகையான சிறந்த செல்வகைகள் உண்டு. சூகதான்ய வகுப்பைச் சேர்ந்த இந்த தான்யங்கள் சுவையிலும் விபாகத்திலும் மதுரமாயிருக்கும்; ஸ்நிக்த்தம், விருஷ்யம், இலகு, சீதவீர்யம் என்னும் குணங்களையுடையது; மலபந்தத்தை யுண்டுபண்ணுவதுடன், இவற்றையுண்பதால் மலம் அற்பமாகவும் உண்டாகும்; இவற்றிற்கு ஒருவிதமான கஷாயரஸம் அநுரஸமாயிருக்கும்; மூத்திரத்தை அதிகமாகச் சுரப்பிக்கும்; பொதுவில் அனேவரும் உபயோகிப்பதற்கு ஹிதமானவை. 1-2½.

ரக்தசாலி, மஹாசாலி, கலமம் இவற்றின் குணங்கள்.

சாலிதான்யங்களில்[5] ரக்தசாலி யென்னும் சிவப்புச்சம்பா சிரேஷ்டமானது. அது நாவறட்சியையும், ஸந்நிபாத தோஷத்தையும் போக்கக்கூடியது. பெருஞ்சம்பா என்பது குணங்களில் அதற்கு அடுத்தது; பெருஞ்சம்பாவுக்கு அடுத்தது கலமம் அல்லது சின்னச்சம்பா என்னும தான்யமாகும். மற்றவையெல்லாம் இவற்றிற்குக் கீழ்ப்பட்ட குணங்களுடையன. 3, 3½.

யவகம் முதலியவேறு சில சம்பா வகைகளும் அவற்றின் குணங்களும்.

யவகம், ஹாயநம், பாம்ஸு, பாஷ்பம், நைஷதம் என்னும் இத்தான்யங்கள்[6] மதுரம், உஷ்ணவீர்யம், குரு, ஸ்நிக்த்தம், அம்லவிபாகம் என்கிற குணங்களை யுடையவையாம்; கபம், பித்தம் இவற்றை யுண்டுபண்ணும்; மல மூத்திரங்களை நன்கு வெளிப்படுத்தும். இந்த தான்யங்களில் பின்னிருப்பதைவிட முன்னிருப்பவை முறையே குணங்களிற் குறைந்தவையாம். 4, 5.

கார் நெல்லின் குணங்கள்.

ஷஷ்டிகம் என்னும் கார்நெல் வ்ரீஹிதான்யங்களுக்குள்[1] சிறந்தது; இதினும் வெண்கறுப்பான கார் நெல்லைவிட வெள்ளைக்கார் சிரேஷ்டமானது. அது ஸ்நிக்த்தம், க்ராஹீ, குரு, த்ரிதோஷஹரம், ஸ்த்திரம், சீதவீர்யம் என்னும் குணங்களுடையது; சுவையில் இனிப்பானது. 6.

மஹாவ்ரீஹி முதலிய வேறு சில வ்ரீஹிதான்யங்களும் அவற்றின் குணங்களும்.

அடியிற் கூறப்படும் வ்ரீஹிதான்யங்கள் ஷஷ்டிகத்திலும் குறைந்த குணமுள்ளவைகளாம். மஹாவ்ரீஹி, கிருஷ்ணவ்ரீஹி, ஜதுமுகவ்ரீஹி, குக்குடாண்டவ்ரீஹி, கபாலவ்ரீஹி, பாராவதகவ்ரீஹி, கரவ்ரீஹி, வரகவ்ரீஹி, உத்தாலகவ்ரீஹி, ஜ்வாலாவ்ரீஹி, சீனவ்ரீஹி, சாரதவ்ரீஹி, தர்த்துரவ்ரீஹி, கந்தநவ்ரீஹி, குருவிந்தவ்ரீஹி[2]. இவையும் ஒன்றைவிட மற்றொன்று மேன்மேலும் முறையே குணத்திற் குன்றியவை யெனக் கருதப்படுகின்றன. 7, 8.

மற்ற வ்ரீஹிதான்யங்களின் குணங்கள்.

முற் கூறியவைகளைத் தவிர்த்து மற்ற வ்ரீஹிதான்யம் எதுவும் சுவையில் மதுரமாகவும், விபாகத்தில் அம்லமாகவும், பித்தகரமாகவும், குருகுணமுடையதாகவும் இருக்கும். 8½.

பாடலவ்ரீஹியின் குணங்கள்.

பாடலம் என்னும் வ்ரீஹியானது மலமூத்திரங்களையும், தேஹச்சூட்டையும் அதிகமாய் உண்டாக்கும். மூன்று தோஷங்களையும் கோளாறடையச் செய்யும். 9.

---

1. ரோத்ர சூகம்—வெள்ளிலோத்திப் பூவைப் போன்ற சூகமுடைய தான்யம்.

2. ஸுகந்தகம்—கந்தசாலி யென்னும் வேறு பெயருமுண்டு. இதுவும் மகததேசம் முதலான வடநாடுகளிலே பிரஸித்தமான தான்யம்.

3. பதங்கம்—
4. தபநீயம்—
இவ்விரண்டும் வடதேசங்களில் முற்காலத்தில் பிரஸித்தமாயிருந்த தான்யங்கள்.

5. நெல் இனங்களில் சம்பாவைச்சேர்ந்தவை சாலி தான்யங்கள் எனப்படும்.

6. யவகம், ஹாயநம் முதலிய இந்த நெல்லுகளுக்குத் தமிழில் தகுந்த பெயர் கிடைப்பது அரிதாயிருக்கிறது.

---

1. கார்நெல் இனங்களைச் சேர்ந்தவை இங்கு வ்ரீஹிதான்யங்கள் எனப்படுகின்றன.

2. மஹாவ்ரீஹி முதல் குருவிந்தவ்ரீஹி வரையிலுமுள்ள தான்யங்கள் முன்னால் வட தேசங்களில் பிரஸித்தமா யிருந்தவையாம்.

ப்ரியங்கு முதலிய த்ருணதான்யங்களும் அவற்றின் பொதுகுணங்களும்.

ப்ரியங்கு[1], வரகு, செந்நெல், சாமை முதலியிவை த்ருணதான்யங்கள் ஆகும். இவை சீதவீர்யம், இலகு, வாதலம், லேகநம்[2], கபஹரம், பித்தஹரம் என்னும் குணங்களுடையன. 10.

ப்ரியங்குவின் குணங்கள்.

அவற்றுள் ப்ரியங்கு எள்பது ஒடிந்துபோன அவயவங்களை மீண்டும் ஒருமிக்கக் கூட்டுங்குண முடையது; ப்ருஹ்மணம், குரு என்னும் குணங்களையும் பெற்றது. 10½.

வரகின் குணங்கள்.

வரகு என்பது மிகவும் க்ராஹீ;[3] பரிசிப்பதற்குக் குளிர்ச்சியாயிருக்கும்; விஷஹரம் என்னுங் குணத்தைப் பெறறது. 11.

யவதான்யத்தின் குணங்கள்.

யவதான்யமானது[4] ரூக்ஷம், சீதம், குரு, மதுரம், ஸரம், விருஷ்யம் என்னுங் குணங்களுடையது; மலத்தையும் அபாநவாயுவையும் விருத்திசெய்யும்; சரீரத்திற்கு திடனை யுண்டுபண்ணும்; மூத்திரம், கொழுப்பு, பித்தம், கபம் இவற்றின் கோளாறை அகற்றும்; பீநஸம், ச்வாஸம், காஸம், ஊருஸ்தம்பம்[5], தொண்டையிலுண்டாகும் வியாதிகள், சர்மரோகங்கள் என்னும் இவற்றையும் போக்கும். 11½—12½.

அந்யயவ வம்சயவங்களின் குணங்கள்.

அந்யயவம்[1] என்னும் தான்யம் ஸாதாரணயவதான்யத்திலும் குணத்திற் குறைந்தது. வம்சயவம்[2] என்னும் மூங்கிலிலிருந்துண்டாகும் யவதான்யமானது ரூக்ஷமாகவும் உஷ்ணவீர்யமுடையதாகவும் இருக்கும். 13.

கோதுமையின் குணங்கள்.

கோதுமையானது விருஷ்யம், சீதவீர்யம், குரு, ஸ்நிக்த்தம், ஜீவநம்,[3] வாத-பித்தஹரம், ஸந்தாநகாரீ,[4] மதுரம், ஸ்த்தைர்யகாரீ,[5] ஸரம் இக்குணங்களையுடையது. 14.

நந்தீமுகியின் குணங்கள்.

நந்தீமுகி[6] என்கிற தான்யம் சீதவீர்யம்; கஷாயரஸமும் மதுரரஸமும் உடையது; இலகு குணமுள்ளது. 14½.

சிம்பீதான்யங்கள்.[7]

சிம்பீதான்யங்களின் பொது குணங்கள்.

பயறு, துவரை, சிறு கடலை முதலிய சிம்பீதான்யகங்கள் கஷாயமும், மதுரமும் கலந்த சுவையுடையன; ஸ்ரோதஸ்ஸுகளைக்[8] கட்டும்; க்ராஹீ; விபாகத்திற் கடுவானது; சீத வீர்

---

1. ப்ரியங்கு—இது ஒருவித த்ருணதான்யம்; ஞாழல் ஸம்பந்தமான ஒரு வகைப் புல்லின் தான்யம் என்றும் சிலர் கூறுவர்.

2. லேகநம் — தாதுக்களையும் தோஷங்களையும் கல்லி வெளிப்படுத்துங் குணம்.

3. க்ராஹீ—5-வது அத்தியாயத்தில் 29-வது ச்லோக் மொழிபெயர்ப்பின் டிப்பணியைப் பார்க்க.

4. யவதான்யம்—இதை வாற்கோதுமை என்றும் ஆங்கிலத்தில் பார்லி என்றும் கூறுகின்றனர்.

5. ஊருஸ்தம்பம்—தொடையில் கபத்தின் கோளாறால் ஸம்பவிக்கும் வீக்கமும் வலியும் அதிகரித்த ஒரு வியாதி.

---

1. அந்யயவம்—என்பது யவதான்யத்தில் சேர்ந்த ஒருவித தான்யம்.

2, வம்சயவம்—இதுவும் யவத்தைப்போன்றது; மூங்கிலரிசி எனப்படுகிறது; ஆனால் மூங்கிலுப்பு அல்ல.

3. ஜீவநம்-30-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

4. ஸந்தாநகாரீ—ஒடிந்துபோன எலும்பு முதலியவற்றை மீண்டும் ஒன்று சேர்க்குங் குணமுடையது.

5. ஸ்த்தைர்யகாரீ—சரீரத்திற்கு தார்ட்யத்தை யுண்டுபண்ணுங் குணமுடையது.

6. நந்தீமுகி—நீண்டும் மெல்லிதாகவுமிருக்கும் கோதுமை யென்று ஹேமாத்ரி.

7. சிம்பீதான்யங்கள் —இரண்டு பிளவுகளாகப் பிரியக்கூடிய பருப்பு வகைகளைச் சேர்ந்த தான்யங்கள்.

8. ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் என்றால்—ரஸாயனிகள் எனப்படும் ரஸக்குழாய்கள்.

யம்; இலகு குணமுள்ளவை; கொழுப்பு கபம் இரத்தம் பித்தம் இவற்றின் கோளாறுகளால் ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளில் லேபநம் [1] செய்வதாலும் ஸேகம் [2] செய்வதாலும் ஹிதமுண்டு பண்ணக்கூடியவை. 15, 16.

பயறு, கலாயம், மொச்சை இவற்றின் குணங்கள்.

சிம்பீதான்யங்களுள் பயறு குணத்திற் சிறந்தது; அது வாதத்தைச் சிறிது விருத்தி செய்யும். பட்டாணிக் கடலை யெனப்படும் கலாயமானது வாதத்தை மிகவும் அதிகமாய் விருத்தி செய்யும். மொச்சைக்கொட்டை வாதத்தைப் பிரகோபப்படுத்தும்; ரூக்ஷமும் குருகுணமுமுள்ளது; மலத்தை அதிகமாக உண்டுபண்ணும். 17.

கொள்ளின் குணங்கள்.

கொள்ளானது உஷ்ணவீர்யம்; விபாகத்தில் அம்லம்; சுக்ரத்தைக் குறைக்கும்; அச்மரீ, ச்வாஸம், பீநஸம், காஸம், அர்சஸ், கபம், வாதம் இக்கோளாறுகளை அகற்றும்; ரக்தபித்த ரோகத்தை அதிகமாய் விருத்தி செய்யக்கூடியது 18.

நிஷ்பாவத்தின் குணங்கள்.

நிஷ்பாவம்[3] என்பது குரு, ஸரம், விதாஹி என்கிற குணங்களுடன் கூடியது. வாதம், பித்தம், இரத்தம், முலைப்பால், மூத்திரம் இவற்றை விருத்திசெய்யுந் தன்மையது. நேத்திரத்திற்கும் சுக்ரத்திற்கும் ஆகாது; கபம், சோபை, விஷம் இவற்றைப் போக்கும். 19

உளுந்தின் குணங்கள்.

உளுந்துக்கு ஸ்நிக்த்தம், ஸரம், குரு, உஷ்ணம், வாதஹரம் என்னுங் குணங்களுண்டு. தேஹபலம், கபம், மலம், பித்தம் இவற்றை விருத்தி செய்யும்; சுக்ரத்தை விருத்திசெய்து அதை வெளிப்படுத்துந் தன்மையுடையது; இனிய சுவையுள்ளது. 20.

பூனைக்காலி வாலுளுவைக் கனிகளின் குணங்கள்.

பூனைக்காலியின் கனிகளும், வாலுளுவைக் கனிகளும் குணத்தில் உளுந்துக்கு ஸமானமானவை யென்றறிக. 20½.

எள்ளின் குணங்கள்.

எள்ளானது உஷ்ணவீர்யம், த்வச்சியம்,[1] கேச்யம்,[2] பல்யம், [3] குரு இக்குணங்களுடையது; பரிசிப்பதற்குக் குளிர்ச்சியாயிருக்கும்; மூத்திரத்தைக் குறைவாக உண்டுபண்ணக்கூடியது; விபாகத்திற் கடுவாக மாறுமியல்புடையது; புத்தியையும், கபத்தையும், பித்தத்தையும், ஜாடராக்கினியையும் அதிகப்படுத்தக்கூடியது. 21½.

ஆளிவிதையினுடையவும் குஸும்பா விதையினுடையவும், குணங்கள்.

ஆளிவிதையானது ஸ்நிக்த்தம், உஷ்ணவீர்யம், குரு இக்குணங்களைப்பெற்றது; இனிப்பாகவும் சிறிது கைப்பாகவும் இருக்கும்; கபத்தையும் பித்தத்தையும் உண்டுபண்ணும்; திருஷ்டியின் சக்தியையும் சுக்ரத்தையுங்குறைத்துவிடுந்தன்மையது; விபாகத்தில் கடுவாக மாறக்கூடியது. குஸும்பா விதையின் குணங்களும் இதைப்போன்றவையே. 22½.

1. லேபநம்—பூசுதல் அல்லது பூச்சு.

2. ஸேகம்—திரவபதார்த்தங்களைச் சூடாகவோ சீதமாகவோ வியாதி கொண்ட இடங்களில் விடுதல்.

3. நிஷ்பாவம்.—இதை அவரைக் கொட்டை யென்பார் சிலர்.

1. த்வச்சியம்.—சர்மவியாதிகளைப் போக்கி அதற்கு ஹிதமுண்டு பண்ணத்தகுந்தது.

2. கேச்யம்.—தலைமயிரை விருத்திசெய்யத் தகுந்தது.

3. பல்யம்.—சரீரத்திற்கு வன்மையைத் தரும் சக்தியுடையது.

சூக-சிம்பீதான்யங்களுள் ஹீன குணமுள்ளவை.

சிம்பீதான்யங்கள் அனைத்திலும் உளுந்தும், சூகதான்யங்களுள் யவகமும் ஹீனதான்யம் எனப்படும். 23.

புதியதான்யம் பழைய தான்யம் முதலியவற்றின் குணங்கள்.

புதிதான தான்யங்கள் அபிஷ்யந்திகளாயிருக்கும். ஒரு வருஷகாலம் பழகியவை இலகு குணமுடையவையாகும். சீக்ரத்தில் விளையக்கூடியதும், பருப்பாக உபயோகிக்கத் தகுந்ததும், முற்றிலும் உமிநீக்கி முறைப்படி பொரிக்கப்பட்டதுமான தான்யமும் இலகுகுணமுடையது. 24.

அன்னவர்க்கம்.

மண்டபேயாதிகளின் பொது குணங்கள்.

மண்டம், பேயா, விலேபீ, அன்னம் இவற்றில் பிந்தியதைவிட முந்தியவை முறையே அதிக இலகு குணமுடையவையாம். 24½.

மண்டத்தின் குணங்கள்.

அவற்றுள் மண்டமானது [1] மிகவும் சிறந்த உணவாகும். கோளாறடைந்த வாதத்தை இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டுவரக்கூடியது. பாசகம், தீபநம் என்னுங்குணங்களுடையது. நாவறட்சி, தேஹவாட்டம், ஔஷதப்ரயோகம் செய்தபிறகு மிச்சப்பட்டுள்ள தோஷங்கள் இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும். தாதுக்களுக்கு ஸாம்யத்தை யுண்டுபண்ணும். ஸ்ரோதஸ்ஸுகளை மிருதுவாக்கும். வியர்வையை விருத்தி செய்யும். 25, 26.

பேயாவின் குணங்கள்.

பேயாவானது [1] மலாநுலோமநம், [2] தீபநம், பாசநம் என்னும் குணங்களுடையது. பசி, நாவறட்சி, தேஹவாட்டம், பலஹீனம், வயிற்றைச் சேர்ந்தவியாதிகள், ஜ்வரம் இவற்றைப்போக்கும், ஆகவே தேஹத்திற்கு ஹிதமான உணவாகும். 27.

விலேபியின் குணங்கள்.

விலேபியானது [3] க்ராஹீ, ஹ்ருத்யம், தீபநம் இக்குணங்களைப் பெற்றது. நாவறட்சியைப்போக்கும். விரணங்கள், நேத்திர வியாதி இவற்றால் வருந்துபவருக்கும், சோதந சிகித்ஸை செய்துகொண்டவருக்கும், துர்ப்பல தேஹிகளுக்கும், ஸ்நேஹபாநம் செய்பவருக்கும் ஹிதமாயிருக்கும். 28.

அன்னமும் அதன் குணங்களும்.

அரிசியை நன்றாகக் கழுவி வடித்து, நன்கு சமையல் செய்து, சூடு ஆறுமுன் இருக்கையிலேயே உபயோகித்தால் அது இலகு குணமுடையதாயிருக்கும்; உஷ்ணவீர்யமுள்ள ஔஷதங்களின் கஷாயத்தில் பக்குவம் செய்த அன்னம் அதைவிட இன்னும் இலகுவானது; அரிசியை வறுத்து அவ்வாறு கஷாயத்தில் சமையல் செய்து எடுக்கப்படும் அன்னம் அதையும்விட இலகுவாயிருக்கும். இம்முறைகளுக்கு மாறாகப் பக்குவம் செய்யப்பட்ட அன்னமும், பால், மாம்ஸம் முதலியவற்றுடன் சேர்த்துப் பக்குவம் செய்யப்பட்ட அன்னமும் குருகுணமுடையவையாம். 29, 29½.

1. மண்டம்—ஒருவித கஞ்சி. [சுக்கு, திப்பிலி கொத்தமல்லிவிதை இவற்றை வீசம் பலம் அளவில் அரைப்படி ஜலத்தில் சேர்த்து, ஜலம் பாதியளவுக்கு வற்றும் படிக் காய்ச்சி, அதில் ½ பலம் மாதுளம் ரஸமும் சேர்த்து, அப்பால் ½ பலம் நெற்பொரியைப் போட்டு பக்குவம் செய்யவேண்டும்.]

1. பேயா—சிறிதளவு அரிசியைப் பக்குவம் செய்து, கஞ்சியைப்போல் வரும்போது அதில் மோரையும் மாதுளம்பழச்சாற்றையும் சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்படும் கஞ்சி.

2. மலாநுலோமநம்—சிக்குண்ட மலத்தை மெதுவாக இயற்கைக்கு விரோதமில்லாமல் குதமார்க்கத்தினால் வெளிப்படுத்துந்தன்மை.

3. விலேபீ.—அன்னம் சிறிதளவு கலந்துள்ள சிறிது கனமான கஞ்சி.

மற்ற அன்ன வகைகளின் குணகுணங்களை அறியுமுபாயம்.

முற்கூறியவாறு பதார்த்தங்களுடையவும், க்ரியைகளுடையவும், அவற்றைச் சேர்க்கும் முறைகளுடையவும், அவற்றின் அளவுகளுடையவும் தன்மைகளை அநுஸரித்து மற்ற உணவு வகை முதலியவற்றின் ஸகல குணங்களையும் ஒருவாறு கூறலாம். 30.

மாம்ஸ ரஸத்தின் குணங்கள்.

மாம்ஸ ரஸமானது ப்ருஹ்மணம், ப்ரீணநம்,[1] வ்ருஷ்யம்,[2] வ்ரணஹரம்.[3] என்னும் குணங்களை யுடையது. 30½.

பயற்றம் பருப்புரஸத்தின் குணங்கள்.

பயற்றம்பருப்பின் ஸாரம் அல்லது ரஸமானது சுத்தி செய்யப்பட்ட ரணங்களை யுடையவருக்கும், தொண்டை வியாதிகளுடன் கூடியவருக்கும், நேத்திர வியாதிகளால் வருந்துபவருக்கும் ஹிதமானது. 31.

கொள்ளின் ரஸத்தினுடைய குணங்கள்.

கொள்ளின் ரஸம் கோளாறடைந்த வாயுவை இயற்கை நிலைமைக்குத் திருப்பிவிடும்; குன்மம், தூநீ,[4] ப்ரதிதூநீ[5] இவற்றையும் அகற்றும். 31½.

1. ப்ரீணநம்—தேஹத்திற்குப் போஷணையையும் மனதுக்குத் திருப்தியையும் தரத்தகுந்தது.

2. சக்ஷுஷ்யம்—கண்ணுக்கு அநுகூலமானது.

3. வ்ரணஹரம்—புண்களைச் சுத்தம்செய்து ஆறக்கூடியது.

4. தூநீ—குடலின் மேற்புறமிருந்து கீழே நோக்கி வியாபிக்கும் ஒருவித வாதநோய்.

5. ப்ரதி தூநீ—குதத்தின் பக்கத்தில் ஆரம்பித்து இரைப்பையின் பக்கமாக வியாபிக்கும் ஒருவித வாதநோய்.

எள், உலர்ந்த சாகம் முதலியவற்றின் குணங்கள்.

எள்ளினுடையவும், அதன் பிண்ணாக்கினுடையவும் திரிபுகளான உணவு வகைகளும், உலர்ந்த சாகமும்,[1] முளைத்த தான்யமும், சாண்டாகிவடகமும்[2] த்ருஷ்டிக்கு ஹானியுண்டுபண்ணக் கூடியவையும், மூன்று தோஷங்களைக் கோளாறடையச் செய்பவையும், சரீரத்திற்கு வாட்டமுண்டாக்கத் தகுந்தவையும், குருகுண முடையனவுமாயிருக்கின்றன. 32½.

ரஸாலா குணங்கள்.

ரஸாலா[3] என்பது ப்ருஹ்மணம், விருஷ்யம், ஸ்நிக்த்தம், பல்யம், ருச்யம் என்னுங் குணங்களைப் பெற்றது. 33.

பாநகத்தின் குணங்கள்.

பாநகமானது[4] ப்ரீணநம், குரு, விஷ்டம்பி,[5] மூத்திரலம்,[6] ஹ்ருத்யம் இக்குணங்களுடையது; சிரமம், பசி, தாவறட்சி, சரீர வாட்டம் இவற்றைப் போக்கும். அது அந்தந்த வஸ்துவுக்கு ஏற்ற குணங்களுடையதாகவு மிருக்கும். 34.

நெற்பொரியின் குணங்கள்.

நெற் பொரிகள் தாவறட்சி, வாந்தி, அதிஸாரம், மேஹம் அல்லது நீரிழிவு, மேதோரோகம், கபம் இவற்றைப் போக்கும்; காஸம், பித்தம் இவற்றிற்கு உபசாந்தி யுண்டுபண்ணும்; தீபநம், இலகு, சீத வீர்யம் என்னும் குணங்களையு முடையன. 35.

1. சாகம்—காய் கறிவகைகள்.

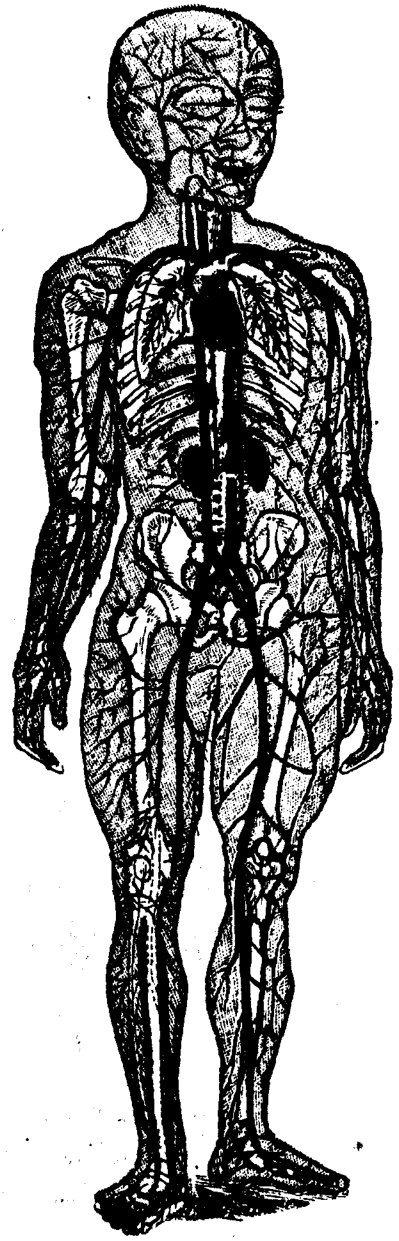
2. ஒருவிதமான வடதேசத்து வற்றல் "சாண்டாகி வடகம்" எனப்படுகின்றது.

3. ரஸாலா—மிளகுப்பொடி சர்க்கரை முதலியவை யபாரங்கலந்து குழப்பிய தயிர்.

4. பாநகம்—வெல்லம் சர்க்கரை முதலியதை ஜலத்திற் கரைத்து செய்யப்படுவது.

5. விஷ்டம்பி—மலம் முதலியவைகளை இறுகக் கட்டிவிடுந்தன்மை.

6. மூத்திரலம்—மூத்திரத்தை அதிகமாக வெளிப்படுத்துங் குணம்.



தேஹத்தில் இரத்தக்குழாய்கள் அமைந்திருக்கும் வகையைக் காட்டும் படம்.

இதில் சிவப்பாயிருப்பவை தமனிகள் என்னும் செவ்விரத்தக் குழாய்களையும், கருநிறமானவை சிரைகள் என்னும் காரிரத்தக் குழாய்களையும் காட்டுகின்றன.

இப்படத்தில் ஸௌகர்யத்தின்பொருட்டு ஒரு பாகத்தில் தமனிகளும், மற்றொரு பாகத்தில் சிரைகளும் காட்டப்பட்டிருந்தாலும், தமனிகளும் சிரைகளும் உடலெங்கும் ஒரே அளவாய் வியாபித்திருக்கின்றன வென்பதை மறக்கக்கூடாது.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர் :
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol. III. } ராக்ஷஸ௵ கார்த்திகை௴ —DECEMBER—1915. { ஸஞ்சிகை 4. No. 4.

BRAN AND ITS THERAPEUTIC USES

தவிடும் அதன் ஔஷதோபயோகமான குணங்களும்.

BY
J. V. RAMASWAMI NAIDU, L. M. & S.,
Physician and Surgeon.

ஸாதாரணமாய் நெல்லைக்குத்தி அரிசி யெடுக்கும்போது உமித்தவிடு என்றும், தீட்டிய தவிடு அல்லது அரிசித்தவிடு என்றும் இரண்டு விதமான தவிடுகள் பிரித்து எடுக்கப்படுவதுண்டு. இவையன்றியில் இன்னும் நுட்பமான தவிடுகள் அரிசியிலேயே பற்றிக்கொண்டிருக்கும்; அதிலும் சிறிது பாகம் அரிசியைக் கழுவும்போது விலகிவிடும்; இன்னும் சில பாகம் அரிசியோடு நன்றாகப் பற்றிக்கொண்டு விலகாமல் சேர்ந்து நிற்கும்.

நெல்லை யந்திரத்தில் குத்துவதினால், அரிசியில் நன்றாக ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் இச்சிறிதளவு தவிடும் நீங்கிவிடுகிறது. இவ்விதம் தவிடு முழுமையும் நீங்கி அரிசி துலக்கமாயிருப்பது நலமென்று நினைத்து நம்மவரில் பெரும்பாலோர் அவ்விதம் வெகு பளபளப்பாகத் தீட்டிய அரிசியையே விருப்புடன் உபயோகிக்கிறார்கள். ஆனால் அவ்வாறு தவிடு முழுமையும் போக்கிய அரிசியை உபயோகிப்பது பிரயோஜனமில்லை யென்பது மாத்திரமல்ல, அது சில ஸமயம் கெடுதலையும் உண்டுபண்ணு மென்று ஸந்தேஹமில்லாமற் கூறலாம். தவிடு தேஹத்திற்கு அநுகூலமாயிருந்து சில குணங்களைத் தருகின்றது. நாம் அத்தவிட்டை உபயோகித்து, அதனாலுண்டாகும் நற்குணங்களைப் பெறாமல் வீணில் அவ்வித பிரயோஜனங்களை இழந்துவிடுகிறோம். தேஹத்திற்கு வேண்டிய வலிவைத் தரக்கூடியது தவிடு. இது தேஹத்திற்குக் கெடுதியுண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்களைச் சேரவிடாமல் தடுத்துவிடும் சக்தியை யுடையது; அவ்வித நுண்ணியிர்களைக் கொல்லும் சக்தியும் இதற்குண்டு. யந்திரங்களில் குத்தியெடுத்த அரிசியையாவது, அல்லது வெகு வெண்மையாகத் தீட்டிய அரிசியையாவது சில நாள் உபயோகிக்காமல் வைத்திருந்தால், அதில் பூச்சிகள் உண்டாய் அது கெட்டுப் போகிறது. நன்றாகத் தீட்டாத அரிசியையாகிலும், அல்லது நன்கு பளபளப்பாகத் தீட்டிய அரிசியோடு தவிட்டைக் கலந்தாகிலும் சில நாள் வைத்திருந்தோமானால் அதில் அவ்வளவு சீக்கிரத்தில் பூச்சிகள் பிடிப்பதில்லை யென்பதை நாம் அநுபவத்தில் பிரத்தியக்ஷமாகப் பார்த்து வருகிறோம். சுதேச வைத்தியர்களில் சிலர், விரணங்களைக் கழுவி நிர்மலமாக வைப்பதற்

காக அரிசி கழுவிய நீரைக் காய்ச்சி உபயோகிப்பதாகவும், விரணங்களின்மேல் தவிட்டைத் தூவுவதாகவும் தெரியவருகிறது. அவர்கள் அவ்விதம் செய்வதற்குக் காரணம், தவிட்டுக்கு க்ரிமிஹரமான சக்தியுண்டென்பதை அவர்கள் ஒருவாறு அறிந்திருக்கவேண்டு மென்பதே யாம்.

சென்னை மாகாணத்தின் வடபாகத்திலுள்ள சில ஜில்லாக்களில் வெகு வெள்ளையாகத் தீட்டிய அரிசியை உபயோகிப்பதால் பெரிபெரி யென்னும் வியாதி உண்டாவதாகவும், தவிட்டை வேண்டியவளவு உபயோகிப்பதாலும், அல்லது தவிட்டிலிருந்து தயார்செய்த ஒருவித ஔஷதத்தை உபயோகிப்பதாலும், அதிகமாகத்தீட்டி வெண்மையாக்காமல் அரிசியைச் சமையல்செய்து உண்பதாலும் இவ்வியாதி நிவ்ருத்தியாவதாகவும் அறியப்படுகிறது. புழுங்கலரிசியை உபயோகிப்பவருக்கும் இவ்வியாதி வருகிறதில்லை யென்று தெரியவருகிறது. புழுங்கலரிசியில் தவிடாகப் பிரியக் கூடிய சில அம்சங்கள், நெல்லைப் புழுக்கும் போது அரிசியோடு வெகு வலிவாகப் பற்றிக் கொண்டு விடுவதாலும், அந்த நெல்லைக் குத்தும்போது மேலுள்ள உமி எளிதில் அரிசியிலிருந்து நீங்கிவிடும்படி அவ்வளவு பக்குவமாயிருப்பதாலும், புழுங்கலரிசியில் தவிடு அவ்வளவு அதிகமாகப் பிரிந்துவிடுவதில்லை. ஆகவே அந்த அரிசியும் பெரி பெரி வியாதியைத் தடுப்பதற்கோ ஸ்வஸ்த்தம் செய்வதற்கோ உபயோகப்படுகிறதென்று தீர்மானிக்க வேண்டியிருக்கிறது.

மிகவும் சுத்தமாகத் தீட்டிய அரிசியைக் கோழிகளுக்கு ஆஹாரமாகப் போட்டுவந்தால், அவைகளுக்கு நரம்பு ஸம்பந்தமான வியாதிகள் (nervous affections) ஸம்பவித்து அவை மரித்து விடுகின்றனவென்றும், வியாதி அதிகரிக்காததற்கு முன்னமே, தவிடு கலந்த அரிசியையோ, அல்லது நன்றாகக் குத்தாத அரிசியையோ உணவாகப் போட்டுவந்தால் அவற்றிற்கு உண்டான வியாதி ஸ்வஸ்த்தமாய், அவை பிழைத்து விடுகின்றன வென்றும் பரிசோதனைகளால் சிலர் நிச்சயித்திருக்கின்றனர்.

தவிடின்மையினால் இவ்வாறு வியாதி ஸம்பவிப்பதற்குக் காரணத்தை யோசிக்குங்கால் அதைப்பற்றி ஆராய்ச்சி செய்பவர் இரண்டு விதமாக அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள். (1) வெகு வெண்மையாகத் தீட்டிய அரிசியில் தவிடு இல்லாமலிருப்பதால், உணவில் கலந்திருக்க வேண்டிய ஸத்துவங்கள் குறைந்து, அதனால் நரம்பு முதலிய தாதுக்களுக்கு அவசியமான போஷணையேற்படாமல் வியாதி ஸம்பவிக்கின்றது என்றும், (2) தவிடு முற்றிலும் நீங்கிய அரிசியில் ஒருவிதமான பூஞ்சகாளான் பிடித்து, அந்த தோஷத்தினால் வியாதி உண்டாகிறதென்றும் சொல்லுகிறார்கள். அவ்வாறு பிடிக்கும் பூஞ்சகாளான் வெகு ஸூக்ஷ்மமாயிருக்குமாகையால், அது கண்ணுக்குந் தெரியாமல், அன்னம் சமையலாகும்போதும் அழியாமல், தேஹத்தில் பற்றிவிடுகிறதென்றும் கூறுகின்றனர். இவற்றுள் முதலிற் கூறியுள்ள கோட்பாடே பெரும்பாலும் சரியாயிருக்குமென்று கருதப்படுகிறது. எது எவ்வாறிருந்தபோதிலும் மிகவும் வெண்மையாகத் தீட்டியெடுத்த அரிசியை உபயோகிப்பதால் கெடுதியுண்டாகுமென்பது மாத்திரம் நிச்சயம்.

யந்திரத்தில் குத்தி சுத்தம்செய்த அரிசி வெகு வெண்மையாயிருக்குமாகையால், அவ்வித அரிசியினால் ஆரோக்கியத்திற்குக் கெடுதியுண்டாகுமென்கிற விஷயத்தை ஸாதாரணமாய் நமது ஜனங்கள் அறியவில்லையென்று நினைத்து இச்சிறு நிரூபத்தை நான் எழுதினேன். இவ்வித அரிசியை உபயோகிப்பதால் உண்டாகும் கெடுதி, இத்துடன் வெவ்வேறு காய்கறி முதலிய வியஞ்ஜனங்களைக் கூட்டிப் புஜிப்பதால் ஒருவாறு குறைவடையும். இதர வியஞ்ஜனங்களை விசேஷமாகச் சேர்த்து உபயோகிக்கச் சக்தியில்லாத ஏழை ஜனங்கள் இவ்

வித அரிசியை உபயோகித்து வருவார்களாகையால், அவர்கள் இதனால் முற்கூறியவாறு ஏற்படும் கெடுதிகளுக்கு உள்ளாகவேண்டி நேரிடுகின்றது.

ஜனங்களுடைய ஆரோக்கியத்தைக் காப்பதற்காக அநேக வழிகளில் சுகாதாரமுறைகளை அமைக்க இராஜாங்கத்தார் நியமங்கள் ஏற்படுத்தியிருப்பதுபோல், இந்தியாவில், அதிலும் முக்கியமாகத் தென் இந்தியாவில் மிகவும் பிரதானமான உணவுப் பொருளாக ஜனங்களால் உபயோகிக்கப்பட்டுவரும் அரிசியை ஆரோக்கியத்திற்கு ஏற்றவண்ணம் ஜனங்கள் உபயோகிக்குமாறு சில விதிகளை கவர்ன்மெண்டார் அமைப்பது உசிதமாகும். யந்திரங்களால் அரிசியைக் குத்துமிடங்களில், அரிசியில் ஓரளவு தவிடு மிகுந்து நிற்குமாறு அதைக் குத்திவைக்கும்படியாக யந்திரசாலையின் சொந்தக்காரர்களுக்கு இராஜாங்கத்தார் உத்தரவு செய்வது நலம். சிறிதளவு தவிட்டோடு அரிசியை உபயோகிக்கும்படி துண்டுப் பத்திரிகைகளின் மூலமாய் ஜனங்களுக்கு பஹிரங்கமாக விஷயத்தைத் தெரிவிப்பதும் உசிதமாகும் என்று நினைக்கிறேன்.

தவிட்டின் கூறுபாடுகள்:—தானியங்களின்—முக்கியமாய் இங்கு அரிசியின்—மேல் தோலான உமியை மெதுவாக உடைத்து நீக்கிய பிறகு, குத்தப்படும்போது அரிசியின்மேல் ஒட்டிக் கொண்டிருக்கும் பசையுள்ள சில பொடிகள் அரிசியிலிருந்து வெளிப்படுகின்றன; இந்த பாகமும் சரியான தவிடாகக் கருதப்படுகிறது. சரீரத்தின் போஷணைக்கு இன்றியமையாத அல்ப்யூமின் என்னும் (ஸம்ஸ்கிருதத்தில் அதுவே ஓஜோதாது வென்று கூறப்படுவதாய் அறிகிறோம்) தாதுவை விருத்தி செய்வதற்கான ஸத்துவம் இத்தவிட்டில் விசேஷமாய அடங்கியிருப்பதாய் சாஸ்திரவல்லோர் பரிசோதித்து அறிந்திருக்கின்றனர். ஆகவே தான் தவிடு நீங்கிய அரிசி உடற்போஷணைக்கு அவ்வளவாய் ஏற்றதல்ல வென்று கூறப்படுகிறது. இக்காரணத்தினாலேயே நாய்கள் தவிட்டு ரொட்டியை மட்டும் தின்று வலிவுடன் ஜீவித்திருக்கக்கூடுமென்று நிச்சயித்து, மேனாட்டார் அநேகர்,நாய்களுக்கு விசேஷமாய் தவிட்டுப் பணியாரங்களையே ஊட்டமாகக் கொடுத்து வருகின்றனர் என்றும் நாம் கேள்வியுறுகிறோம். உமி மாத்திரம் நீங்கிய அரிசியைக் குத்தாமலே, தவிட்டோடு சமையல் செய்து புஜித்தால், அது மலத்தை நன்றாக வெளிப்படுத்துமென்றும், ஆகவே அஜீர்ணரோகத்தில் அவ்வாறு செய்வது உத்தமமென்றும் மேனாட்டு வைத்திய பண்டிதர்களும் அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். தவிடடில் அடியிற் குறிப்பிடும் அளவில் சில ஸத்துவங்கள் சேர்ந்திருக்கின்றன :—

ஜலம்	100க்கு	13·1	பங்கு
அல்ப்யூமின்	,,	19·3	,,
எண்ணெய் வஸ்து	,,	4·7	,,
உமிப்பொருள்	,,	55·6	,,
சாம்பர்	,,	7·3	,,

மாப்பொருள் சிறிதளவு.

CONTROL OF COMMUNICABLE DISEASES.*

தொற்றுவியாதிகளை அடக்கும் முறைகள்.

By RAMANARAYAN, L.M. & S.,
Editor of Practical Medicine,

சுகாதார முறைகளைக் காப்பதற்கு அவரவர்கள் அநேக முறைகளைக் குறிப்பிட்டிருக்கின்றனர். அவற்றில் அநேகம் முறைகள் கையாளப்பட்டும் வருகின்றன. எளிதில் கையாளக்கூடிய முறைகளை எடுத்துக் கூறுபவர் மட்டும் அரிதாயிருக்கின்றனர். ஸமீபகாலத்தில் டாக்டர் இ. ஆர். கல்லி என்கிற வைத்திய சாஸ்திர நிபுணர் வெளியிட்டிருக்கிற இவ்விஷயமான சில அம்சங்களை நான் கவனிக்க நேர்ந்தது. தொற்று வியாதிகளை அடக்கி, சுகாதார முறைகளை விருத்தி செய்ய வேண்டிய பொருப்புள்ளவர்கள் அவர் கூறியுள்ள கிரமங்களைக் கவனிப்பது அவசியமாகும். அவர் குறிப்பிட்டுள்ள விஷயங்களின் ஸாராம்சத்தை நான் இங்கு எழுத விரும்புகிறேன். அவையாவன :—

வைத்தியர்கள் யாவரும், தமதிடம் சிகித்சைக்கு வரும் பிணியாளிகளுள் எவர்கள் தொற்றுவியாதியுள்ளவர்களோ அவர்களை—என்றால் அவ்வித வியாதிகளைப்—பற்றிய விவரங்களை அவ்வப்பொழுது சுகாதார அதிகாரிகளுக்கு அறிவிக்கும்படி தகுந்த ஏற்பாடு செய்யவேண்டும்.

சுகாதார அதிகாரிகள் தொற்று வியாதியென்று ஸந்தேஹிக்கக்கூடிய கேஸுகளை உடனுக்குடன் வெகு ஜாக்கிரதையாகக் கவனித்து, அதன் பொருட்டு சில ஒழுங்குகளையேற்படுத்திக்கொண்டு ஆராய்ச்சி செய்து வருவதற்கான வஸதிகளை அமைக்க வேண்டியது அவசியமாம். சுகாதார அதிகாரிகள் சுகாதார முறைகளைத் தவிர்த்து மற்ற எதிலும் கவனம் செலுத்தும்படி அவர்களை நிர்ப்பந்திப்பது பிசகு.

தொற்று வியாதிகளால் வருந்தும் மனிதர்களை மற்ற ஜனங்களோடு சேரவிடாமல் அவர்களை ஒரு குறிப்பிட்ட காலம் வரையில் ஊருக்கு வெளியில் ஒதுக்கிவைத்திருக்கவும், அவர்களை அப்போதைக்கப்போது மேற் பார்வை பார்க்கவும் ஸாதாரண லௌகிக அறிவைக் கொண்டும், சாஸ்த்ரீய அறிவைக்கொண்டும் தகுந்த நியமங்கள் அமைக்கவேண்டும்; ஆனால் அம்முறைகளின் ரீதியானது பொது ஜனங்களிடம் வியாதிகளைப் பரவ விடாமல் காப்பதற்கு அதிக அநுகூலமாகவும், பிணியாளிக்கும் அவனுடைய குடும்பத்திற்கும் ஏற்படக்கூடிய அஸௌகரியங்கள் அல்லது தொல்லைகள் கூடுமான வரையில் மிகக் குறைவாயிருக்கும்படியாகவும் நியமங்கள் அமைக்கப்பட வேண்டும்,

வியாதிகள் ஓரிடத்திலிருந்து மற்றோரிடத்திற்கு மாறி மாறிப் பரவுவதற்கு மூலமாயுள்ள முக்கியமான சில அம்சங்களை முன் ஜாக்கிரதையோடு கவனித்து வரவேண்டும். இதில் பிரதானமாய் கவனிக்கவேண்டியவை குடி ஜல வஸதிகளும் பால்வஸதிகளுமேயாம்.

தொற்று வியாதிகளைப் பரவ விடாமல் செய்வதற்கு இன்னும் சில விசாலமான வழிகள் உண்டு; அவை சிரம ஸாத்தியம் என்றாலும், ஜனங்களுடைய உயிருக்குள்ள அருமையை உத்தேசித்து எவ்வளவு சிரம ஸாத்தியமான காரியங்களையும் நிர்வஹிக்க வேண்டியது அவர்களை ஆளுபவர்களின் கடமையாகும். விசாலமான அவ்வழிகளாவன:—

(1) பொது ஜனங்களுடைய ஆரோக்கியாபிவ்ருத்தி ஸம்பந்தமாய் இரஸாயன சாலைகள் அமைத்தல்: தொற்று வியாதிகளின் தன்மைகளைப் பற்றிய புதிய அறிவை உடனுக்குடன் ஸம்பாதிப்பதற்கு ஏற்றவாறு அச் சாலைகளில் ஆராய்ச்சி சாலைகளையும் சேர்க்கலாம்; அல்லது வியாதி நிதானங்களைப் பரீக்ஷித்து நிச்சயிப்பதற்கு வேண்டிய வஸதிகளையும் அவற்றுடன் ஏற்படுத்தலாம்; இவ்வித பரீக்ஷாசாலைகளை அமைப்பதால், வைத்தியம் செய்பவரும், சுகாதார அதிகாரிகளும் ஸந்தேஹிக்கக்கூடிய ரோகங்களைப்பற்றி கலந்து யோசனை செய்து ஆராய்ச்சிகளையும் பண்ண ஸௌகரியங்கள் ஏற்படும்; வியாதிகளைத் தடுப்பதற்கும் ஸ்வஸ்தம் செய்வதற்கும் அவசியமான லஸீகா (preventive and curative sera) என்னும் திரவம் முதலியவற்றைத் தயார் செய்வதற்கு அவசியமான சாலைகளையும் அமைத்தல்.

(2) தொற்று வியாதிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்வதற்கென்று ஔஷதசாலைகளையும் வைத்திய சாலைகளையும் அமைத்தல். இவ்வித சாலைகளின் உபயோகத்தைப்பற்றி பிரத்தியேகமாய் விரிவாக எழுதவேண்டிய அவசியமில்லை.

(3) பொது ஜனங்களுடைய ஆரோக்கியத்தைக் காப்பதற்கும் வியாதிகளை ஸ்வாஸ்த்தம் செய்வதற்கும் தாதிகளை அமர்த்தல்.

(4) பள்ளிக்கூடங்களிற் படிக்கும் பிள்ளைகளுடைய ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பரீக்ஷிப்பதற்காக வைத்தியர்களை அமர்த்தல் ; பள்ளிக்கூடங்களின் கட்டடங்களும் பிள்ளைகளின் நடத்தையும் சுகாதார முறைகளுக்குப் பொருந்தியிருக்கும்படியாய் கவனித்தல்.

தாய்க்கும் குழந்தைகளுக்கும் படிப்பைச் சொல்லி வைப்பது ஆரோக்கிய முறைகளைக் காக்கும் முயற்சிகளுக்கு மூலாதாரமான காரியமாகும். அதிலும் பொதுப் படிப்புடன் சுகாதாரத்திற்கு அவசியமாயுள்ள படிப்பையும் வேண்டியவளவு அவர்களுக்குக் கற்பிக்க மிகவும் மேலான முயற்சி யெடுத்துக் கொள்வது விரும்பத்தக்கதாகும்.

* Translated from English specially for the "Vaidya Kalanidhi."

PHYSICAL EFFECTS OF ALCOHOL.

மதுவிஷத்தினல் மானிடதேஹம் அடையும் கேடு.

By K. VIJAYARANGAM,
Ayurvedic Physician.

ஸர் ப்ரேடரிக் ரீவ்ஸ், M. D. என்பவர் ஒருமுறை தனது பிரஸங்கத்தில் மதுவால் சுகம் விளையும் என்பது முற்றும் தப்பு என்று கண்டித்துக் கூறியிருக்கிறார். "மதிமயங்கக் குடிக்கிறவர்களுக்கு வரும் வியாதிகளையும் வெந்துயர்களையும் விசாலமாய்ச் சொல்லத் தேவையில்லை ; அது சொல்லாமலே எல்லாருக்கும் தெரியும். இப்பொழுது மிகச் சிறிது நேரம் உங்கள் மனதில்பட நான் உணர்த்த விரும்புகிறது என்னவென்றால், எவ்வளவு கொஞ்சமாயினும், மதுவுண்ணல் மனித உடம்பைக் கெடுக்கும் என்பதுதான். கட்குடியில் கொஞ்சம் அதிகம், மிதம் அமிதம், என்கிற வித்யாஸம் காட்டி வரையறுக்க முடியாது. ஒருவன் கொஞ்சமாய்க் குடிக்க ஆரம்பித்து, வரவர அதிகமாய்க் குடிப்பான். அப்படி அதிகக் குடியனுகியும் புத்தி மயங்காமல் இருப்பான். வரம்பு இல்லாமல் குடிக்கிறதற்கு மனிதர் பல பல சாக்குச் சொல்வார்கள். எந்தச் சாக்கும் உதவாது, குடியினுல் பயனே இல்லை ; கேடுதான் வரும் ; ஆதலால், கொஞ்சமும் குடி தகாது. இதுவே நான் இங்கு சொல்லவந்தது." என்றும் அவர் வற்புறுத்திக் கூறுகிறார்.

மதுவுண்பது நஞ்சுண்பதே. விஷம் உலகத்தில் மருந்துக்கு உபயோகமாகும். ஆகியும், அதைத் தக்க அளவாய் உபயோகிக்கவேண்டும்; மற்றப்படி அது கெடுதிசெய்யும். மதுவிஷமும் அப்படித்தான். மற்ற விஷங்களை மனிதர் நினைத்தபோதெல்லாம் சாப்பிடுவார்களா? சாப்பிடார்கள். அதுபோலவே மதுவிஷத்தையும் நினைத்தபோதெல்லாம் சாப்பிடக்கூடாது. இதுதவிர, மற்ற விஷங்களுக்கு

இல்லாத ஒரு துர்க்குணம் மதுவிஷத்தில் இருக்கிறது. மற்ற விஷங்களுக்கு மாற்று மருந்து உண்டு; மதுவுக்கு மாற்றுமருந்தில்லை. மதுவால் பாதையுண்டானவர்களுக்கு மதுவைக் கொடுத்தால்தான் அது அடங்கும். இதே தோஷம் அபின், கஞ்சா இவற்றிற்கும் உண்டு. மேலும், மது உண்கிறவர்கள் கஞ்சா உண்கிறவர்களே என்பது இன்னொரு விதத்திலும் சரி. மதி மயக்கம் எளிதில்வரும்படி மதுக்கடைக்காரர் கலவையெண்ணெய் என்கிற பலவகையான விஷங்களின் கூட்டுவர்க்கத்தை மதுவில் இடுவார்கள். இந்தக் கலவையெண்ணெய் உடம்பைக் கெடுக்கிற கொடிய விஷம்.

மதுவிஷமும் வைத்தியர் முறையும். மதுவிலிருக்கிற விஷம் ஔஷதமாய் உபயோகப்படும் என்பது மெய்யே. மருந்து செய்வதில் மதுவிஷமும் ஒருகாலத்தில் மிக வழங்கப்பெற்றது. இப்போது இருபத்தைந்து வருஷ வைத்திய முறையில் மதுவிஷத்தை எடுத்து உபயோகிப்பது பெரும்பாலும் குறைந்துபோயிற்று. ஆகவே, வைத்தியர் அதினால் அதிக குணமில்லையென்று தள்ளிவிட்டார்கள் என்பது தெளிவு.

மதுபானம் உண்டாக்கும் பசிதீபனம் சுகதீபனம் அல்ல. நான் இங்கு சொல்வதெல்லாம் கடுங்குடியை அல்ல, வெகு மிதமான மதுக்குடியைப்பற்றித்தான் என்று மறக்கலாகாது. உண்பதற்குமுன் மிக மிதமாய் மதுவைச் சாப்பிடுவதினால் பசியுண்டாகும் என்று சிலர் சொல்லுகிறார்கள். பிரஞ்சுக்காரர் அதை அருமையான தீபன ஸஞ்ஜீவி என்றும், நேர்த்தியான ஜீர்ண மருந்து என்றும் பிதற்றுகிறார்கள். இது உண்மையா? நம் உடல்கூற்றில் அமைக்கப்பட்டிருக்கிற பசி, தாஹம் முதலிய எந்த அவாவையும் மூட்டி எழுப்பவேண்டியதில்லை. அந்தந்த அவா தானே கிளம்பி தன் தனக்கு வேண்டிய உணவு வேண்டும் என்று கூச்சலிடும். அவா எழும்பாவிட்டால், அதற்கு உணவு வேண்டியதில்லை என்று சொல்லவேண்டுமோ? உணவு கேட்காத அவாவைக் கட்டாயமாய் மூட்டினால் அது விவேகமாகுமா? ஆகாது.

"மதுவுண்ணல் தேஹ பலத்தை உயர்த்தாது, தளர்த்தும். மதுவுண்பதினால் தேஹம் வலுவாகி உழைப்புக்கு ஊக்கம் பிறக்கும் என்பார்கள். இது உண்மையா? தேஹத்திற்கு உணவு ஊட்டுகிற இரத்தத்தின் கூறுகளில் சிலவற்றை மதுவிஷம் பலங்குறையச்செய்கிறது. தவிர, தேஹ வளர்ச்சிக்கு அதிகமாய் வேண்டிய கரியமிலம் மதுவிஷத்தினால் மிகவும் அளவு குன்றுகிறது. இந்தக் காரணங்களால் மதுக்குடியனுடைய தேஹம் போதுமான உணவு பெறுகிறதில்லையாதலால் அவனுடைய தேஹம் கட்டுத்தளர்ந்து பலவீனமாகும். யுத்தப்பயிற்சி செய்யும் சாலையில் பழகப்போகிறவன் கனவிலும் மதுவை நினையான். ஏன்? படையாளுடம்பு பரிபூர்ண பலம் அடைவது அவசியம். அதற்கு மதுபானம் உதவவே உதவாது." என்று ஸர் ப்ரெடரிக் சொல்லுகிறார்.

மது தாதுச்சுணக்கத்தை நெடுநேரந் திருத்தாது. மந்தமாய் நடக்கிற தாதுநடையைத் திருத்தி உத்ஸாஹத்தை மூட்டுகிற சக்தி மதுவுக்கு இருப்பதை மறுக்கலாகாது. ஆயினும், அப்படி மூட்டப்பட்ட உத்ஸாஹம் வெகுநேரம் நிற்காது. அந்தத் தேஹக்கிளர்ச்சி திடீரென அவிந்துபோகும். அதன்பிறகு வருகிற அயர்வு நம் உடம்பை மிகவும் பலஹீனப்படுத்திவிடும். ஸாதாரணமாய் தேஹதாதுக்களில் உழைப்பு நடக்கிறபோது வேண்டிய பலம் நடை முதல் பலம்எனவும், அந்த உழைப்பு ஆனபிறகு ஆபத்துக்கு உதவுகிறதற்கு மிகுத்து வைத்திருக்கிற பலம் சேமபலம் எனவும் கூறப்படும். மதுவிஷம் என்ன செய்கிறதென்றால், நம் உழைப்பு நடக்கிற வேளைக்கு வேண்டிய நடை முதல் பலத்துடனே ஆபத்துக்குவேண்டிய சேமபலத்தைக் கொண்டுவந்து கூட்டுகிறது. இதனால்தான் நமக்குச் சொற்பநேரம் மதுவினால் உத்ஸாஹம் உண்டாக்கப்படும். இரண்டு பலமும் ஆய்விட்டால் அவசியத்துக்கு உதவ வேறு

பலம் கிடையாது. இது எதுபோலொத்த மதியீனம் என்றால்: போர் முகத்தில் நிற்கிற படை சலித்தால் அந்தச் சலிப்பில் வந்து உதவும் பொருட்டு வைத்திருக்கிற சேமப்படையை அந்தப் போர்முகத்துப் படையுடன் கொண்டு வந்து கூட்டுவதுபோலிருக்கிறது. இப்படிச் சேனைமுழுமையையும் கூட்டுவது எவ்வளவு அறியாமை? இப்படிச் சேனைமுழுமையும் ஒன்று சேர்க்கப்படுவதினால் சிறிதுநேரம் வெற்றிவரும். வந்தும், அதற்குப்பின் சலிப்பு உண்டானால் தாங்குவதற்கு வேறு சேனையில்லாமற்போய்விடுமல்லவா?

"லேடி ஸ்மித் நகர் முற்றுகை யொழிக்கப் போன படையில் தளர்ந்தவர்கள் ஆர்? மதுபானம் செய்தவர்களே. மதுவினால் மானிட உடம்பின் பலத்தை மூட்டியெழுப்புவது அந்தப் பலத்தைப் பேணாமல் வீண்விரயம் செய்வதாகும். பணத்தைப் பேணாமல் வீணே விரயம் செய்தால் ஒருவன் கடன்காரனாகி வாங்கின கடனையிறுக்க ஏலாதவனாவான். அவ்வாறே தேஹபலத்தை விரயம் செய்கிறவன் கதியுமாகும். மதுப்பழக்கமுள்ள சேனை வேலைக்கும் சுணங்கும் நடைக்கும் சுணங்கும். லேடி ஸ்மித் நகரை இரக்ஷிக்கப்போன சேனையுடன் நானும் போனேன். அது வீரனையும் வாட்டத்தக்க கடுங்கோடைக்காலம். போனபடையில் முப்பதாயிரம் பேர் இருந்தார்கள். குட்டையர் நெட்டையர் கொழுத்தவர் இளைத்தவர் இப்படிப் பலரும் இருந்த படையில் குடியர் ஒருவர் தப்பாமல் சோர்ந்து விழுந்தார்கள். மற்றவர்கள் சலியாமல் நடந்தார்கள்." என்று அந்த டாக்டர் தமது பிரஸங்கத்தில் முறையிட்டிருக்கிறார்.

மதுவிஷம் இரத்தாசயம், நரம்பு இவைகளில் செய்யும் கேடுதி. மதுச் சாப்பிட்டபின் இரத்தாசயம் கதித்து வேலைசெய்யும்; நாடி வலுவாய் அடிக்கும்; வெளிறின தேஹம் சிவந்து தோன்றும். ஆயினும் மதுவின் பலம் போனபின் இரத்தாசயம் உள்ள நாளெல்லாம் அதிகமாய்ப் பலவீனப்படும். ஆகவே, நாடியை எழுப்பிவிடக் கொடுத்த விலையைப் பார்த்தாயா! கொஞ்சநேர தாதுபுஷ்டிக்கு விரும்பி, உள்ள நாளெல்லாம் இரத்தாசயத்திற்கு பலவீனத்தைக் கொடுத்தோம். மேலும், மதுவுண்டால் முந்தி நம் உடம்பின் பரிச நரம்புகள் எல்லாம் கிளர்வை அடைந்து பிறகு திடீரென்று தளர்வை அடையும். நம் உடம்பில் படர்ந்திருக்கிற நரம்புகள் ஒன்றுடன் ஒன்று சேர்ந்துகொண்டு சிறிதும், அதிலும் பெரிதும், எல்லாத்திலும் பெரிதும், இப்படிப் பலவகையான மண்டலங்களா (Systems) யிருக்கும். மதுவிஷம் முதலில் கெடுக்கிறது எல்லாவற்றிலும் பெரிய நரம்பு மண்டலத்தையே என்க. மதுவால் கெட்டுப்போன நரம்பு மண்டலம் முன்போல் சுரீர் என்று உணர்ச்சியைக் கொடுக்காமல் மந்தமாய் மூட்டும். ஆகவே, மிக மிதமாய் மதுவுண்கிறவனும் செய்கிற வேலை பூர்ண வேலையாய் இராது, குறைவானதாகவே இருக்கும்.

மதுபானம் செய்பவன் சரியான வேலை செய்யத் தகுதியில்லாதவன். புத்திகூர்மையும் தீவிரமும் வேண்டிய எந்த வேலைக்கும் மதுவுண்பது உதாவது. திருஷ்டாந்தமாக, இரணவைத்திய வேலைக்கு அது ஆகவே ஆகாது. பகல் முழுமையும் வருந்திக் கஷ்ட வேலை செய்ய வேண்டியோர் பெரும்பாலும் நடுப்பகலில் மதுவைத் தவிர்த்திருப்பதைப் பார்த்திருக்கிறேன். ஏன்? நூற்றில் தொண்ணூற்றொன்பதின்மர் மதுவுண்டபின் வேலை செய்ய ஏலாமையைக் கண்டிருக்கிறார்கள்; இவ்விதம் ஆவது அதினாலே தான் என்க.

மது குளிரைத் தாங்காது. 'குளிரில் வெளியே போகையிலும் குளிர்பிடித்து வீட்டிலிருக்கையிலும் கொஞ்சம் குடித்தால் குளிர் ஓடிப்போம்.' இப்படி ஒரு சாக்கு வைத்துக்கொண்டு வெகுபேர் குடிப்பார்கள். இந்தச் சாக்கை வைத்தியர்களும் சரிசரி என்று நம்பத் தொடங்குகிறார்கள். இது விஷயத்தைக்குறித்து வைத்திய சிரோமணி ஒருவர் சொல்லுகிறதை எடுத்துக் கூறுகிறேன். அதாவது:— உடம்பில் இருக்கிற சூடு மது உள்ளே வந்தபின் பெருமிதமாய் வெளியே பறந்துவிடும். அதினால் தேஹ உஷ்ணம் குறைந்து தேஹத்தில் சீதளம் அதிகரிக்கும். தவிர, இரத்தத்

தில் இருக்கிற அக்னிவாயுவும் மதுவினால் குறைந்துபோகும். ஆதலால், சீதளத்தை எதிர்க்கிற வல்லமை இரத்தத்திற்கு மட்டாய்ப் போகும். ஆகவே, குளிரைத் தாங்குவது குடியனுடைய உடம்பல்ல, குடிக்காதவனுடைய உடம்பே குளிரைத் தாங்கும் என்பது தெளிவு.

தேடுகிற வேலைக்குத் தகுதியடைய வாலிபர் மதுவுண்ணலாகாது. எல்லா வாலிபரும் ஏதேனும் உத்தியோகத்தைத் தேடுவார்கள். தேடுகிற உத்தியோகத்திற்கு ஒருவனுக்குத் தகுதியுடைமை உண்டா என்று வேலை கொடுப்போர் பரீக்ஷிப்பது வழக்கம். இது சரியே. மதுவுண்கிற வாலிபன் எந்த உத்தியோகத்துக்கும் தகான். மது அவனுக்கு எந்தக் காரணத்தாலும் அவசியமல்ல. இளமையும் ஸௌக்கியமும் உள்ளவனுக்கு மது தேவையே அல்ல. மது வேண்டும் என்கிற அவர்கள் ஏன் அப்படியே விஷம் வேண்டும் என்கிறதில்லை? மதுவினால் தகுதியுடைமைவரவேவராது.

இரணவைத்தியன் மதுபானம் செய்பவனைத் தொட அஞ்சுவான். கடைசியாய், ஒரு சாட்சி சொல்லுகிறேன், கேளுங்கள். "என் ஜீவியத்தில் பெரும்பாகம் இரணவைத்தியம் செய்வதில் கழிந்தது. சிலருடைய உடம்பைக் கீறி ஆற்றுவது மனரம்மியமாயிருந்தது. சிலருடைய உடம்பைத் தொடுவதற்கே அச்சமாயிருந்தது. மதுவருந்துபவனுக்கு உண்டாக்குகிற வடு லேசாய் ஆறாது, மேலும் புரை வைத்துக்கொண்டே யிருக்கும்; சுறுக்காய் மரணத்துக்கும் ஏதுவாகும். இரணவைத்திய நிபுணராகிய ஸர் ஜேம்ஸ் பேஜட்டு: 'நான் குடியன் உடம்பில் கத்தியைப் போடவேமாட்டேன். இரஹஸ்யத்தில் குடித்துக்கொண்டு வெளிக்கு யோக்கியனாயிருந்தவனைச் சத்திரஞ்செய்துவிட்டேனென்று அறிந்தால், என் மனம் படுகிற பாடு சொல்லமுடியாது' என்று கூறுகிறார்." இவ்வாறு ஸர் ப்ரெடரிக் மொழிந்துள்ள விஷயத்தை நல்லாசிரியனுடைய வார்த்தையாக நினைப்பீர்களாக.

மதுபானம் தோஷமல்ல, நன்மைதான் என்று சொல்லுகிறவர்கள் வாயெடுக்கமாட்டாமல் நியாயம் சொல்லியிருக்கிறேன். சாஸ்திரம் இந்த நியாயம் சரிதான் என்று உறுதிப்படுத்துகிறது.

THE PROGRESS OF THE AYURVEDIC SYSTEM OF MEDICINE.

ஆயுர்வேத வைத்தியாபிவ்ருத்தி.

BY K. S. DURAISWAMI PANDITHAR,
Ayurvedic Medical Practitioner.

நமது பிராசீன ஆயுர்வேத வைத்தியம் தற்காலம் ஏதோ ஒருவாறு அபிவ்ருத்தியடைந்து வருவதற்கான ஸூசனைகள் இருந்து வந்தபோதிலும், இன்னும் இவ்விந்திய நாடு முழுதிலும் ஓங்கி வளரவேண்டுமானால் இத்தேசத்திய ஜனங்கள் எல்லோரும், முக்கியமாய் சுதேச வைத்தியர்கள் ஒரே மனதாய் உத்ஸாஹத்தோடு உழைக்கவேண்டும். இனிமேலும் ஊக்கக் குறைவாக இருப்பது உசிதமல்ல.

அகில பாரத ஆயுர்வேத வைத்திய மஹாஸபையின் ஏழாவது கூட்டத்தை இவ்வருஷம் ம-ா-ா-ஸ்ரீ வைத்தியரத்னம் பண்டிட் கோபாலாசாரியர் முதலியவர்கள் பெருமுயர்ச்சியுடன் நடத்தி நமக்கு அனைவருக்கும் மனக்களிப்பையுண்டாக்கியதற்கு நாம் நன்றியுள்ளவர்களாயிருக்கவேண்டும். அடுத்த வருஷத்தில் புனாவில் இந்த மஹாஸபை நடக்கப் போவதால், அதற்கு மறுவருஷத்திலாவது தஞ்சாவூர் ஜில்லாவில் இம் மஹாஸபை கூடும்படி கனதனவான்களும் வைத்தியர்களும் இது முதற்கொண்டே மிக்க அன்போடு முயற்சியெடுக்கவேண்டும்.

இந்தியாவில் இந்துஸ்தானியிலும், ஸம்ஸ்கிருதத்திலும், தமிழிலும், தெலுங்கிலும், ஆங்கிலத்திலும், மலையாளத்திலும், மற்றும் பலவித பாஷைகளிலும் வைத்தியம் நடந்து வந்தாலும் அவை ஒன்றுக்கொன்று ஏற்றத்தாழ்வு உடையனவைகளல்ல. ஒவ்வொரு பாஷையிலுமுள்ள வைத்தியமும் ஒவ்வொரு அருமையான குணமுடைய தென்பதை அறிவாளிகள் உணர்ந்தே யிருக்கின்றனர். அதை இவ்விடத்தில் விரிவாகக் கூற இடமில்லை. ஆகையால், விசாலமான அறிவைப் பெற்றிருந்த

வித்தர்களாலும், முனிவர்களாலும் கூறப்பட்டுள்ள அரிய பெரிய வைத்தியமுறைகள் கெட்டுப்போகாமல், எவ்வெவ்விடத்தில் எந்தெந்த பாஷையில் எந்தெந்த வைத்திய முறைகள் மேன்மையாக இருக்கின்றனவோ, அந்தந்த முறைகளையும் ஒன்று சேர்த்து யாவரும் எளிதில் உணரும்படி எங்கும் பரவச்செய்து இந்திய வைத்திய முறையை ஒரே சீரான நிலைமைக்குக் கொண்டுவந்து தேசத்தில் சுதேச வைத்தியமே மேலோங்கி விளங்கும்படி முயற்சி செய்வது தேசக்ஷேமத்திற்கு ஏற்ற தர்ம காரியமாகும்.

நமது பிராசீன ஆயுர்வேத வைத்தியத்தை ஒழுங்காக நிலைநிறுத்துவதற்காக ஒவ்வொரு ஜில்லாவிலும், அல்லது முக்கியமான இடங்களிலாவது கனதனவான்களும் வைத்தியர்களும் கூடி ஒற்றுமைத்து வைத்திய ஸங்கங்களை யேற்படுத்தவேண்டும். அந்த ஸங்கங்களில் மாதந்தோறும் கூட்டங்கள் கூட்டி, தேஹ தத்துவங்களென்ன, ரோக லக்ஷணங்களென்ன, அரிய குணமுள்ள ஔஷத முறைகளென்ன இவற்றைப்பற்றி அவரவருக்குத் தெரிந்துள்ள விஷயங்களைக்கொண்டு, கள்ளம் கபடின்றி பிரஸங்கங்களைச் செய்து, அவரவர்களிடம் சில இரஹஸ்யமாக வைத்துக்கொண்டுள்ள வெளிப்படையா அருமையான முறைகளையும் எடுத்துக் கூறி நமது வைத்தியத்தை அபிவ்ருத்திக்குக் கொண்டு வரவேண்டும்.

ஒவ்வொரு ஸங்கத்திலும் வைத்திய பாடசாலைகளை அமைத்து, அந்தந்தப் பக்கத்தில் பிரஸித்தமாயுள்ள வைத்திய முறைகளைப் பிள்ளைகளுக்குக் கற்பித்துவர ஏற்பாடுகள் செய்ய வேண்டும். பாடசாலைகளுக்கு அருகில் மூலிகைகளைப் பயிர் செய்வதற்கு உசிதமான தோட்டங்களையும் வைத்து, அம் மூலிகைகளின் குணாகுணங்களையும் அறிகுறிகளையும் மாணவர்களுக்கு நேரில் போதித்து வரவேண்டும்.

இங்கிலாந்து, பிரான்சு, ஜெர்மனி முதலிய அயல்நாடுகளில் வைத்தியம் செய்பவர்களும், மருந்துகளைத் தயார் செய்பவரும், அவற்றை விற்பனை செய்பவரும் வெவ்வேறாக இருந்து காரியங்களை நடத்தி, கீர்த்தியையும் திரவ்யத்தையும் ஸம்பாதித்து வருவதுபோல, இத்தேசத்தில் நாமும் வைத்தியம் செய்பவர் வேறாகவும், ஔஷதங்களைத் தயார் செய்பவர்கள் வேறாகவும், அவற்றை வியாபாரம் செய்பவர் வேறாகவும் இருந்து வைத்தியத் தொழிலை முன்னுக்குக் கொண்டுவரவேண்டும். அவ்வாறு காரியங்களைப் பகுத்துக் கொண்டு வேலை செய்து வந்தால், வைத்தியர்களுக்கு நோயாளிகளைப் பார்த்து பரிசைகளைச் செய்து ஸமயோசிதமாக சிகித்ஸைகளையும் ஆலோசித்து நிறைவேற்ற வேண்டிய வளவு ஸாவகாசமும் ஸௌகரியமும் கிடைக்கும். அதனால் வைத்தியம் செய்பவர்களுக்கு இலாபமும் புகழும் பெருகுமே தவிர, இவ்வாறு காரியங்களை விபாகம் செய்து கொள்வதால் சிறிதும் எவருக்கும் கஷ்ட முண்டாவ தென்பது உண்மை.

இவ்வாறு நமது வைத்திய முறையைச் சீர்திருத்தி, இவ்வைத்தியத்தினால் அத்தொழிலை நடத்துபவரும், பொது ஜனங்களும் வைத்திய விஷயத்தில் ஸௌகரியங்களைப் பெற்று, நமது வைத்தியத்தையும் முன்னுக்குக் கொண்டுவரவேண்டும்.

இவ்விதமாக நாம் நமது பிராசீன வைத்திய முறையை ஒழுங்குபடுத்தி விருத்திக்குக் கொண்டு வந்தால் நம்முடைய காருண்யகவர்ன்மெண்டாரும் இதில் சிரத்தை யெடுத்துக்கொண்டு, நமக்கு ஸஹாயம் செய்ய முன்வருவார்கள் என்பதிலும், இவ்வைத்திய முறையினால் தேசத்திலுள்ள பொது ஜனங்கள் நன்மை யடைவார்களென்பதிலும் ஐயமில்லை.

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ௵ கார்த்திகைமீ.

INDIAN DRUGS WORTH TRYING.

இந்திய ஔஷதச் சரக்குகளை இப்பொழுதாவது உபயோகிப்பது உத்தமம்.

இந்த மஹா யுத்தமானது தேசாந்திரங்களிலிருந்து, முக்கியமாய் மேல் நாடுகளிலிருந்து அநேக ஔஷதங்கள் வருவதற்கு மிகப் பெரிய இடையூறாக ஏற்பட்டிருக்கிறதென்பது அனைவரும் அறிந்த விஷயம்; ஆகவே இத்தேசத்தில் மிகவும் விசேஷமாக உபயோகிக்கப்பட்டு வந்த இங்கிலீஷ் மருந்துகளில் அநேகம் இப்பொழுது கிடைப்பதே அரிதாய்விட்டதென்று தனிப்படக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லை. நமது வைத்திய சாஸ்திரங்களிற் கூறியுள்ளபடியும், நமது சுதேச வைத்தியர்கள் சிலர் தமது அநுபவத்தில் நற்பயன் விளைவதாகக் கூறும் விதமாகவும் அந்தந்த ஔஷதச் சரக்குகளையும் பரீக்ஷித்து, இக்காலத்திய வைத்திய நிபுணர்களும் அங்கீகரிக்கும் வகையில் அவற்றின் குணாகுணங்களை இது வரையிலும் நிச்சயித்து நிரூபிக்க இத்தேசத்திய வைத்தியர்கள் முயலாமலிருப்பது விஸனிக்கத்தக்கதாம். ஆனால், இந்தியாவில் நமது சொந்த ஔஷதங்களை அல்லது மூலிகைகளை உபயோகிப்பதில் கவனம் செலுத்துமாறு இப்பொழுது காலம் நல்லத்திற்கே ஏற்பட்டிருப்பதைக் கண்டு நாம் ஒருவகையில் ஸந்தோஷப்படுகிறோம். நமது சொந்த நிலங்களிலும் வனங்களிலும் அளவற்ற ஓஷதிகள் அகப்படும்போது, நமது சொந்த ஆர்ய வைத்தியக் கிரந்தங்கள் அவ்வோஷதிகளின் குணங்களை விவரித்திருப்பதை நாம் அறிந்திருக்கும்போது, பிற தேசங்களிலிருந்து அனுப்பப்பட்டு இங்கு இறக்குமதி செய்யப்படும் மருந்துகளுக்கு மிதமிஞ்சிய விலையையும் கொடுத்து, அவை யுத்தத்தில் அபாயமின்றி வந்து சேருவதற்கென்று அபரிமிதமான வேறுவித கட்டணங்களையும் கட்டி அவற்றைப் பெறுவது பகுத்தறிவுள்ளவர் செய்யுங் காரியமாகத் தோற்றவில்லை.

இத்தேசத்திய வைத்திய சாஸ்திரத்தில் அபிமானமுள்ள சில மேல் நாட்டு வைத்தியர்கள் இவ்விஷயத்தில் கூறுவதென்னவென்றால் :— அவர்களில் பெரும்பாலோர் இத்தேசத்திய ஓஷதிகளின் தன்மைகளை நன்றாக அறியக் கூடாதவராயிருக்கின்றனர். அந்த ஓஷதிகள் போதுமான அளவு பயிரிடப்படுவதற்கும், வியாதி நிவாரணத்தில் அவற்றை உபயோகிப்பதற்கான வகைகளை நிர்த்தாரணம் செய்வதற்கும் ஒருவிதமான முயற்சியும் செய்யப்படவில்லை. ஆகிலும் ஓஷதிகளில் ஏதேனும் சிலவற்றை அவர்களில் சிலர் உபயோகிக்க நேரிட்டால், அப்பொழுது அதனால் சீக்கிரத்தில் ஏற்படும் திருப்திகரமான குணங்களைக் கண்டு அவர்கள் இவ்வோஷதிகள் அல்லது ஔஷதங்கள் விஷயத்தில் விச்வாஸம் பாராட்டுகின்றனர்; ப்ரிடிஷ் பாரமகோபியா (British pharmacopea) என்னும் ஆங்கிலவாகட நூலில் இத்தேசத்திய சில ஔஷதச் சரக்குகளும் கிரமக் கிரமமாக ஏற்றுக்கொள்ளப் படுவதற்கும் இதுவே காரணமாகும்; என்பதேயாம்.

இக்கொள்கையை நாம் மனதிற்கொண்டே, வைத்திய கலாநிதியில் மாதந்தோறும் சாஸ்திரங்களில் பிரயோகிக்கப்பட்டும், அநுபவத்தில் பிரயோஜனமுள்ளதாக அறியப்பட்டும் வருகிற அந்தந்த பதார்த்தத்தின் குணாகுணங்களையும் உபயோகிக்கும் வகைகளையும் குறிப்பிட்டு, "ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்" என்கிற தலையங்கத்தை பிரத்தியேகமாயேற்படுத்தி, அவற்றின் ஸம்பந்தமான அரிய விஷயங்களை நமது கலாநிதியைப் படித்துவரும்

நண்பர்களுக்கு அறிவித்து வருகின்றோம்.
நாம் இவ்வாறு விளக்கிவரும இந்திய ஔஷ
தச் சரக்குகள் இந்தியாவில் சில விடங்களில்
அபரிமிதமாகக் கிடைக்கக்கூடியவையாகவும்,
இந்திய வைத்தியர்களால் விசேஷமாகக் கையா
ளப் படுபவையாகவும் இருந்துவந்தபோதி
லும், ஔஷதக் குணங்களிற் சிறந்தவையென்று
அங்கீகரிக்கப்பட்டவை வெகு சிறுபான்மை
யன. அவைகளில் ஒன்றை நாம் இங்கு எடு
த்து திருஷ்டாந்தத்திற்காகக் குறிப்பிடுகி
றோம் :—

ஆயுர்வேத வைத்தியர்களால் ஆதிகாலம்
முதற்கொண்டு வியாதி நிவாரணத்திற்காக உப
யோகிக்கப்பட்டு வரும் கருவாப் பட்டையென்
னும் இலவங்கப் பட்டையை இக்காலத்திய
ஆங்கில வைத்தியர்களும் வியாதிகளில் உப
யோகித்து வருவதை நமது வைத்தியர்கள்
அறிந்திருக்கலாம். இலவங்கப் பட்டையில்
ஒருவிதமான நறுமணம் உண்டு; அது அச்
சரக்கில் அடங்கியுள்ள ஒருவித தைலத்தைச்
சேர்ந்த வாஸனையாகும். நன்றாகத் தேர்ந்
தெடுத்த இலவங்கப் பட்டையும், முறைப்
படி அதிலிருந்து இறக்கப்பட்ட தைலமும்
விலையிற் சிறந்த ஔஷதவஸ்துக்கள் என்பதில்
ஸந்தேஹமில்லை; டாக்டர் J. L. ரீட் என்பவர்
இதைப்பற்றி இங்ஙனம் அபிப்பிராயப் படுகி
றார்.

"இலவங்கப்பட்டையும் அதன் தைலமும்,
அவற்றின் உபயோகத்தைக் கவனிக்கும்போ
து விலையிற் குறைந்து குணத்தில் உயர்ந்த
உத்தம ஔஷதச் சரக்குகள் என்றே கூற
வேண்டும்; ஆனால் ஸாதாரணமாய் இலவங்கப்
பட்டைத் தைலமென்று கடைகளில் விற்கப்
பட்டுவரும் ஔஷதத்தன்மையில் மிகக் குறை
வுபட்ட கருவாப்பட்டைத் தைலத்தை நான்
இங்கு குறிப்பிடுவதாகக் கருதவேண்டாம்."
டாக்டர் ரீட் என்பவர் சிறந்த இலவங்கப் பட்
டையின் தைலத்தை நாட்பட்ட க்ஷதகாஸ
மென்னும் இரத்த காஸத்திலும், கருப்பையில்
ஸம்பவிக்கும் இரத்தக் கசிவிலும் அநேக
முறைகளில் உபயோகித்து நற்பயன் விளைந்
தாகக் கண்டிருக்கின்றனராம். அவர் இத்தை
லத்தை சுத்தமான ஸாதாரண சர்க்கரைப்
பாணியில் 15 அல்லது 30 நிமிஷத்திற்கு ஒரு
முறை விதம் ஐந்தாறு துளிகள் அளவாக
அப்பிணியாளிகளுக்குக் கொடுத்து வருவது
வழக்கமாம். பெரும்பாடு என்னும் ப்ரதர
ரோகத்தில் இவ்வௌஷதச் சரக்கை அவ்
வைத்திய நிபுணர் அதிகமாய் உபயோகித்ததா
கக் கூறுகின்றார். இது அவ்வித ரோகங்களில்
சில ஸமயம் கடுமையான உபத்திரவங்களை
உடனே சாந்தப்படுத்தக்கூடியதென்று அறி
ந்திருப்பதாகவும் குறிப்பிடுகிறார். அடிக்கடி
வாந்தியையும் இருமலையும் உண்டுபண்ணுமாறு
சிறுவர்களுக்கு ஸம்பவிக்கும் மார்ச்சளியை
இலகுவாக வெளிப்படுத்தக்கூடிய லேகந ஔ
ஷதமாகவும் (expectorant) இது நன்கு உதவு
கின்றது; இபிகாக்மிக்சர் என்னும் ஔஷதக்
கலவையைப்போல் இச்சரக்கு வாந்தியையும்
குமட்டலையும் உண்டுபண்ணாமல் கபத்தை
வெளிப்படுத்தக்கூடியதென்பது இதன் விசே
ஷகுணமாகும்; மேலும் இரைப்பையில் வாயு
அதிகரிப்பதையும், அதனால் ஏற்படும் வலியை
யும் நிவ்ருத்தி செய்யத் தகுந்தது.

அந்த டாக்டர் இதை இன்னும் அநேகம் வியாதிகளிலும் உபயோகித்து அதன் குணங்களைக் குறிப்பிட்டிருக்கிறார். ஜலத்தில் சுத்தமான இலவங்கப்பட்டைத் தைலத்தைக் கலந்து நன்றாகக் குழப்பி, அதை பாராசைட்டுகள் என்னும் நுண்ணுயிர்களாலுண்டாகும் பலவிதமான சர்ம வியாதிகளில் பிரயோகிக்க,

மற்ற ஒளஷதங்களால் நிவ்ருத்தி செய்யக்
கூடாத அவ்வித ரோகங்களும் திருப்திகரமாக
ஸ்வஸ்தமாய் விட்டதாகவும் அவர் எழுதி
யிருக்கிறார். நன்கு கொதித்த ஓர் அவுன்ஸ்
ஜலத்தில் 10 துளிகள் விதம் இத்தைலத்தைச்
சேர்த்து மேற்கூறியவாறு சர்ம வியாதிகளில்
பிரயோகிப்பது முறையென்றாலும், வாய் முத
லிய அவயவங்களிலுள்ள ஜவ்வுகளில் இதை
பிரயோகிக்கும்போது, அந்தந்த நிலைமைக்குத்
தகுந்தவாறு கொதித்த ஜலத்தைச் சேர்த்து
விளாவ வேண்டும். வாயில் அல்லது தொண்
டையில் ஏதாவது நுண்ணுயிர் ஸம்பந்தமான
(வாய்ப்புண் முதலிய) வியாதிகள் ஸம்பவித்
தால், அவ்வவயங்களைக் கழுவி கிருமிஹரமான
சிகித்ஸையைச் செய்வதற்கும் இத்தைலம்
சேர்ந்த ஜலம் மிகச் சிறந்ததாகும்.

ஆவியில்வைத்து கிருமிஹரமாய் சுத்தமாக்
கிய சல்லாத் துணியை ஒரு ட்ராம் தைலமும்
கொதித்த ஜலமும் கலந்த திரவத்தில் தோய்த்
தெடுத்து விரணங்களின்மேல் சுற்றி வைத்
தால் அப்புண்களில் நுண்ணுயிர்கள் சேர்வது
மில்லை, ஆகவே சீழ்ப்பிடிப்பதுமில்லை ;
மேலும், கிருமிஹரமான மற்ற மருந்துகளைப்
போல் பிரியமில்லாத வாஸனை யுண்டாவதற்
குப் பதிலாக இவ்வௌஷதம் நறுமணம் வீசு
வதும் பாராட்டத்தக்கது. சஸ்திர சிகித்ஸை
களிலும் கார்பாலிக் அம்லம், அயொடோ
பாரம் முதலியவற்றைப் பார்க்கிலும் இத்தை
லம் நன்கு உபயோகப் படுவதாகவும் டாக்டர்
ரீட் விஸ்தாரமாக விளக்கிக் காட்டி யிருக்கி
றார்.

இலவங்கப் பட்டையைப்பற்றி மேற்கூறிய
டாக்டர் அவர்கள் சில அருமையான ஆராய்ச்
சிகள் செய்து அபூர்வமான குணங்களைக் கண்
டறிந்து வெளிப்படுத்தியிருக்கிறார். இந்த
இலவங்கப்பட்டை ஒன்றை மாத்திரமல்ல,
அப்போதைக் கப்போது இன்னும் அநேக
இந்திய மருந்துச் சரக்குகளை இவ்வாறே பல
வித பரீக்ஷைகளால் பரிசோதித்து உண்மை
யான குணங்களையும் உபயோகங்களையும் அறி
ந்து ஜனங்கள் எல்லோருக்கும் பிரயோஜனப்
படும்படி பஹிரங்கப்படுத்துகிறார்கள். நமது
சுதேச வைத்தியர்கள் இவ்விதமான முயற்சி
கள் அவசிய மென்பதைக் கவனிக்காதவராக
வும், அவ்வித ஆராய்ச்சிகளின் பயன் இன்ன
தென்று உணராதவராகவும், பழய வைத்தி
யப் பாட்டுகளை உருப்போட்டு ஒப்புவித்து வரு
வதே தமக்கு வைத்திய சாஸ்திரத்தில் அபார
பயிற்சி யிருப்பதாகக் கருதுபவராகவும் இருந்
துவருவது இத்தேசத்திய வைத்திய முறை
யின் துர்ப்பாக்கியமேயன்றி வேறல்ல. பிரா
சீன முனிவர்களும் மற்ற சாஸ்திர நிபுணர்
களும் வைத்திய சாஸ்திர ஸம்பந்தமான விஷ
யங்கள் விச்வஸிக்கவேண்டியவை யென்றும்,
ஆன்றோர் மொழி அந்யதாவாக ஆகாதென்
றும், ஆர்ய வைத்தியர்கள் நம்பியிருக்கின்றார்
எனினும், அவர்கள் கூறியிருக்கும் விதம் அந்
தந்த ஒளஷதச் சரக்குகள் முற்றிலும் உப
யோகமாகின்றனவா வென்பதையும், அவர்க
ளால் குறிப்பிடப்படாத வேறுவித விசேஷ
குணங்கள் ஏதேனும் உண்டா வென்பதையும்
பற்றி பரிசோதனைகள் செய்து பிரத்தியக்ஷ
மாகவும் பதார்த்த தத்துவங்களைப் பகுத்தறி
வது நாகரிக வைத்தியர்களின் இன்றியமை
யாக் கடமையாகும்.

ஆகவே ஆயுர்வேத நூல்களில் மொழியப்
பட்டுள்ள ஒளஷதங்களையும், அவற்றின் மூலப்
பொருட்களான சில்லரைச் சரக்குகளையும்
இத்தேசத்திய வைத்தியர்கள் பரிசிலனை செய்
து, அவற்றின் தத்துவங்களை அறிந்து உலகத்
தாருக்கு உபயோகமாகும்படி பஹிரங்கப்
படுத்துவதற்கும், இந்திய முறைப்படி பக்கு
வம் செய்யப்படும் சாஸ்த்ரீய ஒளஷதங்கள்
தேசத்தில் ஜனங்களுக்கு வேண்டியவளவு
கிடைக்கும்படி அவற்றைத் தயார்செய்து உல
கத்திற் பரப்புவதற்கும் இதுதான் ஏற்ற ஸமய
மென்று அறிவிக்க ஆவலுள்ளவராகிறோம்.

THE MADRAS MEDICAL COUNCIL.
சென்னை வைத்திய ஸங்கம்.

மேனாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் செய்ப
வர்களுடைய பெயரைப் பதிவு செய்து அவர்
களை சில கட்டுப்பாடுகளுக்கு உட்படுத்துவதற்
காக அமைக்கப்பட்டிருக்கும் சென்னை வைத்
திய ஸங்கத்தார், டாக்டர் கிருஷ்ணஸ்வாமி
ஐயர் ஓர் ஆயுர்வேத வைத்தியசாலையில் ஒரு
வாறு ஸம்பந்தம் வைத்துக்கொண்டதற்காக
அந்த ஸங்கத்திலிருந்து அவரை விலக்கி விடு
வதற்காகச் செய்திருந்த உத்தரவும், அவ்வாறு
வைத்திய ஸங்கத்தார் செய்தது நியாய
விரோதமென்று டாக்டர் கிருஷ்ணஸ்வாமி
ஐயரும், மற்றும் பல ஸபைகளும் கண்டித்து
கனம் கவர்னர் அவர்களுக்கு அப்பீல் செய்து
கொண்ட விஷயமும் நமது நேயர்களுக்கு
நன்றாகத் தெரிந்த விஷயமே. சென்னை
வைத்திய ஸங்கத்தார் ஆலோசனையின்றி இட
ரென்று செய்த உத்தரவைக் கண்டிப்பதற்காக
இச்சென்னையில் மட்டுமல்ல, இச்சென்னை மா
காணத்தில் மாத்திரமுமல்ல, இவ்விந்திய நாடு
முழுமையிலும் பொது ஜனங்களும் அநேக
ஸங்கத்தார்களும் அநேகம் கூட்டங்கள் கூடி
இவ்வைத்திய ஸங்கத்தினிடம் பிரியமின்மை
யைக் காட்டி கருணை மிகுந்த நமது கவர்ன
மெண்டாரிடம் முறையிட்டுக்கொண்ட சப்தம்
இன்னும் நமது செவியை விட்டு நன்கு விலக
வில்லை. ஒவ்வோரிடத்தில் சிற்சில அதிகாரங்
களை வகிக்கும் இரண்டொருவர் அவஸரப்
பட்டு ஆலோசனையின்றியோ, பொறாமை
யினாலோ தவறுதலான சில காரியங்களைச்
செய்துவிட்ட போதிலும், நமது இராஜாங்கத்
தார் நிஷ்பக்ஷபாதமாயிருந்து கூடுமான
வரையில் நீடித்து ஆலோசனை செய்து நியா
யத்தை நிலை நிறுத்த வித்தமாயிருக்கின்றார்
களென்று நாம் உணராமலும் எதிர் பாரா
மலும் இருக்கவில்லை. நாம் எண்ணியிருந்த
தற்கேற்க, டாக்டர் கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயர்
அவர்கள் செய்துகொண்ட அப்பீலை கவர்ன்
மெண்டார் கவனித்து, வைத்திய ஸங்கம்
அவஸரப்பட்டு செய்த அவ்வுத்தரவை அடி
யில் வருமாறு எழுதி ரத்து செய்துவிட்டார்
கள் என்று அறிவிக்க மிகவும் ஸந்தோஷப்
படுகிறோம்:—

ம-ா-ா-ஸ்ரீ. எம். கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயர் எம். டி.
அவர்கள், சென்னை வைத்திய ஸங்கத்தார் வைத்
தியர்களுடைய பட்டியிலிருந்து தனது பெயரை சில
நாள் வரையில் விலக்கி விடுவதாக 5-11-15 இல்
செய்த உத்தரவைத் தாக்கி கவர்ன்மெண்டுக்கு
9-12-15 இல் எழுதிக்கொண்ட பெடிஷன் கவனிக்
கப்பட்டது.

அதன் மேல் கவர்ன்மெண்ட் உத்தரவு:—இரா
ஜாங்க உத்தியோகஸ்தர்கள் விஷயமான விசாரணை
களில் அவற்றிற்கென்று ஏற்பட்ட சட்டத்தின்
5-வது 8-வது முதல் 20-வது வரையிலுமுள்ள பிரிவு
களுக்கு இணங்கி விசாரணை நடத்த வேண்டுமென்று
1914-வது வருஷத்திய 4-வது சட்டத்தின் 17-வது
பிரிவில் விவரம் கூறப்படுகிறது. விசாரணை நடத்த
ஆரம்பிப்பதற்குக் குறைந்தது மூன்று நாள் முன்
பாகவே ஒருவர் மீதுள்ள குற்ற விவரத்தின் நகலையும்,
தஸ்தாவேஜுகளையும் அந்த எதிரிக்கு அனுப்ப
வேண்டுமென்று இறுதியாக குறிப்பிட்ட சட்டத்தின்
10-வது பிரிவும் கூறுகிறது. டாக்டர் கிருஷ்ண
ஸ்வாமி ஐயர் விஷயமாய் விசாரணை நடத்த ஆரம்பிப்
பதற்கு முன்னதாக, அவர் மீது ஏற்பட்டுள்ள குற்றங்
கள் இவை யென்று தயாரிக்கப்படவில்லை ; குற்றத்
தின் விவரங்கள் இவை யென்று குறிப்பிடும் நகலையும்
அனுப்பவில்லை ; விசாரணைக்கு முனபாக அவருக்கு
அறிக்கையும் செய்யப்படவில்லை. இது பெரிய ஒழுங்
கீனமாகவும், எதிரிக்கு பாதகமான காரியத்தை வைத்
திய ஸங்கம் செய்து விட்டதாகவும் கருதப்பட வேண்
டும். ஆகையினால் 1915 ளு நவம்பர் 5-ம் தேதி
வைத்திய ஸங்கம் செய்த உத்தரவும், 1916-ம் வரு
ஷம் மார்ச்சுமீ முதல் திங்கட்கிழமை யன்று ஸங்கத்
திற்கு முன்பாக எதிரி ஆஜராக வேண்டுமென்று வை.
ஸங்கத்தார் அனுப்பிய அறிக்கையும் செல்லத்தக்க
தல்ல வென்று தள்ளப்பட்டிருக்கின்றன. விஷயம்
இவ்வாறிருக்கையில், அப்பீலில் கண்டுள்ள மற்ற
விவரங்களைப்பற்றி நிர்மாணிப்பது அநாவசியமாகும்.

வைத்திய ஸங்கம் இவ்வளவு ஆலோசனையின்றி முற்றிலும் ஒழுங்கு தவறி இவ்வாறு செய்ததைப்பற்றி நாம் ஆச்சரியப்படவில்லை; இவ்வித வைத்திய ஸங்கம் வேண்டுமென்றும், இதற்காக வைத்தியப் பதிவு சட்டத்தை ஏற்படுத்தி அமுலுக்குக் கொண்டுவர வேண்டுமென்றும் பெருமுயற்சி செய்த டாக்டர் T. M. நாயர் முதலானவர்களுக்கு சுதேச வைத்தியர்களிடமும், அவர்கள் விஷயத்தில் அபிமானம் பாராட்டுபவர்களிடமும் வெகு நாட்களாகவே அபரிமிதமாய் மனதிற் குடிகொண்டிருந்த பொறாமையும் ஆத்திரமும் அடக்க முடியாததாயிருக்கையில் அவர்களுடைய மனப்போக்கு எவ்வாறிருக்கும்? இவ்வைத்திய ஸங்கம் ஏற்பட்டு வெகு நாட்கள் ஆய்விடவில்லை. இந்த ஸங்கத்தின் உபயோகத்தைப்பற்றியும், இதில் சேர்ந்து தமது பெயரைப் பதிவு செய்து கொள்ளவேண்டிய முறைகளைப்பற்றியும், பிறகு அதில் அந்த அங்கத்தினர்கள் நடந்து கொள்ளவேண்டிய வகைகளைப்பற்றியும், அதிற் சேர உரியவரான வைத்தியர்களிலேயே பெரும்பான்மையோர் ஒன்றும் அறியாதவர்களா யிருக்கின்றனர்; அவ்வாறு அறியும்படி ஸங்கத்தின் விதிகளையும் முறைகளையும் அச்சிட்டு அச்சங்கத்தார் பிரசுரம் செய்யவுமில்லை. ஸங்கத்தை ஸ்தாபித்து சில வருஷங்கள் ஆனபிறகு, அதன் விதிகள் முதலானவை நன்கு பஹிரங்கப் படுத்தப்பட்டு அனைவரும் அவற்றை நன்றாக அறிந்த பிறகு, அதன் அங்கத்தினர் எவரேனும் பொது நலத்திற்கோ, ஸங்கத்தின் முறைகளுக்கோ விரோதமாக நடந்து கொண்டால், அப்பொழுது அவர்மீது குற்றம் சாட்டுவதற்கு ஒழுங்கின்படி முயல்வது நியாயமாகும். அப்பொழுதுங்கூட முதன் முதல் ஒருவர் பெருத்த குற்றம் செய்திருந்தாலும், அவருக்கு அக்குற்றத்தின் விவரத்தை அறிவித்து, அவ்விதமாக இனி செய்யாமலிருக்கும்படியும், இனி செய்தால் தகுந்தவாறு நடவடிக்கை நடத்தப்படுமென்றும கண்டிப்பது உசிதமாயிருக்குமே யன்றி; திடீரென்று ஒரே தடவையில் ஒருவரைக் கெடுத்து விடுவது பொது நலத்தைக் கோரும் எந்த ஸங்கத்திற்கும் உற்றதல்லவென்று நாம் சொல்வது அநாவசியம். கவர்ன்மெண்டார் இவ்வைத்திய ஸங்கத்தாரை டாக்டர் கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயர் விஷயமாகச் செய்த உத்தரவைப்பற்றி ஏதோ கேள்வி கேட்டதில், தாங்கள் ஏதாவது ஒழுங்கீனமாக நடவடிக்கையைச் செய்திருந்தால், அதற்கு வேண்டுமானால் பிறகு பரிஹாரம் செய்து கொள்ளலாமே யொழிய, டாக்டர் கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயர் விஷயமாகச் செய்த உத்தரவு மட்டும் மாற்றப்படுவதற்கு முகாந்தரமில்லை யென்று ஸங்கத்தார் கூறி யிருப்பதாகவும் அறிகிறோம். டாக்டர் அவர்களின் மேல் சுமத்தப்பட்டிருந்த குற்றம் மன்னிக்கக் கூடாத அவ்வளவு மிகப் பிரமாதமானதா யிருக்க, உலக நன்மைக்கென்று ஏற்பட்ட இந்த ஸங்கம் அதை ஸஹிப்பதென்றால் ஸாத்தியமில்லை யல்லவோ? எவ்வளவு பெரிய குற்றம் ஒருவன் செய்திருந்த போதிலும் அவன் முதன் முதல் அவ்விதம் செய்ததாகத் தெரிய வந்தால் அதை மன்னிப்பது மஹான்களுக்கு இயல்பு. இந்த ஸங்கமோ நவீனமானது; அபூர்வமான ஸங்கம். இந்த ஸங்கத்தில் தீர்மானம் கொண்டு வந்து நிறைவேற்றியவர்கள் ஸாதாரணமானவர்களல்ல. அவர்கள் பெரிய பொறுப்புகளை வஹிப்பவர்கள். அவர்களே இவ்வளவு ஆலோசனை யின்றி ஒரு பெரிய காரியத்தைச் செய்து ஒரு கனவானுக்குத் தீங்கிழைக்க முயன்றது மிகவும் ஆச்சரிய கரமானது. இவ்வாறு ஒழுங்கீனமாக ஆலோசனை யின்றி காரியம் செய்ததற்காக இந்த கனவான்களின் மேல் குற்றம் சாட்டும்படி நேரிட்டதே. இனியாவது இந்த ஸங்கம் ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் விஷயத்தில் வீண் பொறாமையைக் காட்டி அவர்களுக்காவது, அவர்களிடம் அபிமானம் பாராட்டுபவருக்காவது தீங்கிழைக்க எண்ணங் கொள்ளாமல் தாராளமான கொள்கையுடன் தனக்குரிய காரியங்களைச் செய்யுமென்று நம்புகிறோம். மேலும் இவ்வித ஸங்கடங்கள் இனி நேரிடாமலிருக்குமாறு வைத்தியப்பதிவு சட்டத்தைத் திருத்தி யமைக்கும்படி ஆனரபுள் மெம்பர்களும் ஒரு மஸோதாவைப் பிரேரிக்க சீக்கிரத்தில் முன் வருவார்களென்றும் எதிர் பார்க்கிறோம்.

FIRST AID IN ACCIDENTS.
அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

இருதயமும் இரத்தக்குழாய்களும்.

இருதயமானது, உட்புறத்திற் குழியுள்ளதாய் கை
முஷ்டிக்கு ஒருவாறு சரியான அளவுடைய மாம்ஸ
பேசியாலான ஓர் அவயவம். இது, எலும்புகளாலும்
மாம்ஸ பேசிகளாலுமான பெட்டியைப் போன்ற மார்
பறைக்குள் இரண்டு புப்புஸங்களுக்கு இடையில், மார்
பின் மத்திய ரேகைக்குச் சிறிது இடது புறமாய்
அமைந்திருக்கிறது.

இந்த இருதயம் வலது பக்கத்துப் பாதி, இடது
பக்கத்துப்பாதி யென்று இரண்டு பாகமாகப் பிரிக்கப்
பட்டிருக்கிறது; இருதயத்தின் வலது புறத்திலிரு
ந்து இடது புறத்திற்கு அல்லது இடதிலிருந்து
வலது புறத்திற்கு இரத்தம் ஒரு சிறிதளவும் பிரவே
சிக்காதபடி, இருதயத்தின் நடுப்புறம் மாம்ஸபேசி
யினால் நன்றாகத் தடுக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இவற்றுள் ஒவ்வொரு பகுதியும் இடையில் உழன்
று அசையக்கூடிய ஒருவித கபாடத்தினால் மேல்
அறையென்றும் கீழ் அறையென்றும் இரண்டு பிரிவு
களாகப் பகுக்கப்பட்டிருக்கின்றது. இவ்விரண்டில்
மேல் அறை ஒவ்வொன்றும் சிறிது மெல்லிய மாம்ஸ
பித்தியினாலும், கீழறை ஒவ்வொன்றும் கனமான
மாம்ஸ பித்தியினாலும் ஆக்கப்பட்டிருக்கின்றன.
மேல் அறை இரத்தத்தைக் கிரஹித்துக் கொள்வதற்
கும், கீழறை அதை உடலெங்கும் அழுத்தித் தள்ளுவ
தற்கும் ஏற்பட்டவை. மேல் அறைகள் கர்ணங்
கள்[1] என்றும், கீழறைகள் ஜடரங்கள்[2] என்றும்
வழங்கப்படும். ஒவ்வொரு கர்ணத்திற்கும் ஜடரத்
திற்கும் இடையிலுள்ள கபாடங்கள்[3] இரத்தத்தை
ஒரு பக்கத்திலிருந்து மற்றொரு பக்கத்துக்கு மட்டும்—
அதாவது கர்ணத்திலிருந்து ஜடரத்திற்கு மட்டும் பிர
வேசிக்கச் செய்யக்கூடியதாய் அமைந்திருக்கிறது.

இரத்தக் குழாய்கள் இருதயத்திலிருந்து புறப்
பட்டு உடலெங்கும் பரவி தேஹ தாதுக்களுக்கு, அவற்
றின் போஷணைக்காக இரத்தத்தைக் கொடுத்து உதவு
கின்றன. இரத்தக் குழாய்கள் தமனிகள்[4] என்றும்,

1. கர்ணங்கள்—ஆரிக்லஸ் (Auricles)
2. ஜடரங்கள்—வெண்ட்ரிகல்ஸ் (Ventricles.)
3. கபாடங்கள்—வால்வ்ஸ் (Valves.)
4. தமனிகள்—ஆர்டரீஸ் (Arteries.)

ஸிரைகள்[1] என்றும், கேசநாளங்கள்[2] என்றும் மூன்று விதமாகப் பகுக்கப் பட்டிருக்கின்றன.

தமனிகள் என்பவை கனமாகவும் கெட்டியாகவுமுள்ள செவ்விரத்தக் குழாய்கள். இவை இருதயத்தின் கீழ்அறைகளிலிருந்து ஆரம்பித்து அநேகம் சிறிய கிளைகளாகப் பிரிந்து இறுதியில் மிகவும் ஸூக்ஷ்மமான கேசநாளங்கள் என்னும் குழாய்களாக ஆகின்றன.

கேசநாளங்கள் என்பவை தமனிகளுடைய முனைகளாகவும், ஸிரைகளுடைய ஆரம்ப பாகங்களாகவும் அவ்விரண்டுக்கும் இடையில் அமைந்திருக்கின்றன; இவை பூதக் கண்ணாடியின் உதவியினால் மட்டும் காணக்கூடியவாறு அவ்வளவு ஸூக்ஷ்மமாயிருக்கின்றன.

ஸிரைகளின் சுவர் தமனிகளுடைய சுவரைப் பார்க்கினும் சிறிது மெல்லியதாயிருக்கும்; அவை கேசநாளங்களில் ஆரம்பித்து, கிரமக்ரமமாக பெரிய குழாய்களாக மாறி எண்ணிக்கையிலும் குறைவடைந்து இறுதியில் மிகப் பெரிய இரண்டு குழாய்களாகப்போய் இருதயத்தின் மேற்புற அறைகளில்—அதாவது கர்ணங்களில் முடிவடைகின்றன.

இரத்தமானது சிவந்த ஒருவித திரவபதார்த்தம். அது இரத்தக் குழாய்களிலிருந்தோ அல்லது இருதயத்திலிருந்தோ வெளிப்பட்டால் பாகுபோல் தோய்ந்து கட்டியாகவும் இறுகி விடுகின்றது இரத்தநீர்[3] ஒரு வகையான நிறமற்ற வஸ்து; இதில் மிகவும் நுட்பமான எண்ணிறந்த அணு ரூபமாயுள்ள பதார்த்தங்கள் மிதக்கின்றன; இவை செங்குறுகடங்கள்[4] என்று வழங்கப்படும். இவற்றுள் ஒவ்வொரு அணுவும் ஒரு அங்குலத்தில் $\frac{1}{3500}$ பாகம் அளவுள்ளதாயிருக்கும். வெண்மையான சில அணுக்களும் உண்டு; அவை வெண்குறுகடங்கள்[5] என்று வழங்கப்படுகின்றன.

1. ஸிரைகள்—வைன்ஸ் (Vains.)
2. கேசநாளங்கள்—கேபில்லரீஸ் (Capillaries.)
3. இரத்தநீர்—லிகர் ஸாங்க்வினிஸ் (Liquor Sa-uguinis.)
4. செங்குறுகடம்—ரெட் கார்பஸல்ஸ் (Red Cor-puscles.)
5. வெண்குறுகடம்—வொய்ட் கார்பஸல்ஸ் (Whi-te Corpuscles.)

இக்குறுகடுகள் செங்குறுகடுகளைவிட உருவத்தில் பெரிதாகவும் அளவில் குறைந்தவையாகவும் இருக்கின்றன. செவ்விரத்தம் 1 என்றும், காரிரத்தம் 2 என்றும் இரத்தம் இருவகைப்படும். செவ்விரத்தமானது நல்ல சிவப்பு நிறமுடையதாகவும் சுத்தமாகவும் இருக்கும்; இது இருதயத்தின் இடது புறத்து அறைகளிலும், தமனிகளிலும் ஓடுகின்றது. காரிரத்தம் கருநிறமாகவும், அசுத்தமாகவும் இருக்கும்; இது இருதயத்தின் வலது புறத்து அறைகளிலும், விரைகளிலும் ஓடுகின்றது.

இருதயம் சுருங்கும்போது அதன் உள் அறைகளின் த்வாரம் குறுகி, அவற்றிலடங்கிய இரத்தம் இரத்தக் குழாய்களின் மூலமாய் அழுத்தித் தள்ளப்படுகிறது. கர்ணங்களுக்கும் ஜடரங்களுக்கும் இடையிலுள்ள கபாடங்கள் இரத்தம் மீண்டும் பின்னுக்குப் போகாமலிருக்கும்படி தடுக்கின்றன. ஆகவே இருதயம் சுருங்கும்போது அதன் ஜடரங்கள் இரத்தத்தை தமனிகளில் வேகமாகத் தள்ளுகின்றன. ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருதயம் நிமிஷத்திற்கு சராசரி 72-தடவை அடித்துக்கொள்கின்றது. ஒவ்வொரு தடவையும் சுருங்கிய உடனே இருதயம் இயற்கை நிலைமையையடைந்து விரிவடைகின்றது; அந்த நிலைமையில் தான் இரத்தம் மறுபடியும் இருதயத்தினுள் வந்து விழுந்து நிரம்புகின்றது.

இரத்தம் ஓடும் வகை:—இடது ஜடரத்திலிருந்து மஹாதமனி3 யெனப்படும் பெரிய இரத்தக் குழாயின் மூலமாகவும், ஸாதாரண செவ்விரத்தக் குழாய்களின் வழியாகவும் இரத்தம் கேச நாளங்களுக்குள் தள்ளப்படுகின்றது; கேசநாளங்களிலிருந்து விரைகளில் விழுந்து, அங்கிருந்து இருதயத்தின் வலது கர்ணத்தினுள் விழுகின்றது. வலது கர்ணத்திலிருந்து இரத்தம் வலது ஜடத்தினுள் விழுந்ததும், அந்த ஜடரம் தமனிகளின் மூலமாய் அந்த இரத்தத்தை புப்புஸங்கள் என்னும் ச்வாஸாசயங்களுக்குள் தள்ளுகின்றது. பிறகு புப்புஸத்திலடங்கிய கேச நாளங்களின் மூலமாய், புப்புஸத்து விரைகளில் செல்ல, அப்பால் அதை அக்குழாய்கள் இருதயத்தின் இடது கர்ணத்தில் கொண்டு செலுத்துகின்றன. இடது கர்ணத்திலிருந்து அந்த இரத்தம் இடது ஜடரத்தில் விழுகின்றது. இடைவிடாமல் இரத்தச் சுழற்சி இவ்வாறு மேன்மேலும் நடைபெற்றுவருகின்றது.

அந்தந்த இடத்திலிருக்கும் இரத்தத்தின் தன்மைகள்:—இடது ஜடரத்தில் இரத்தம் சுத்தமாயிருக்கும். அது தேஹதாதுக்களைப் போஷிப்பதற்காக உடலெங்கும் வியாபிக்கின்றது. தேஹத்திலுள்ள கேச நாளங்களில் இந்த சுத்தரத்தம் காரிரத்தமாக மாறுகின்றது; அது மறுபடியும் விரைகளின் மூலமாய் இருதயத்தின் வலது புறத்திற்குத் திரும்புகின்றது; அங்கிருந்து அது இருதயத்தினால் புப்புஸங்களுக்குள் தள்ளப்படுகிறது, அங்கு இக்காரிரத்தம் சிவந்த நிறமாகவும் சுத்தமாகவும் மாறி, இருதயத்தின் இடது புறத்து அறைகளுள் வந்து விழுகின்றது.

நாடியின் துடிப்பு:—இருதயம் இரத்தத்தைத் தள்ளும் வேகம் அல்லது செய்கையானது, தமனிகளில் ஒருவிதமான அலைபோன்ற சலநத்தை உண்டுபண்ணுகின்றது. தமனிகள் தேஹத்தில் எங்கெங்கே சர்மத்திற்கு ஸமீபமாக ஆழமில்லாத இடங்களில் ஓடுகின்றனவோ, அவ்விடங்களிலெல்லாம் இந்த அலைபோன்ற சலநங்கள் பரிசித்துணரக்கூடியனவாம். அவற்றுள் முக்கியமாய் அனைவரும் கவனிக்கும் பாகம் கணுக்கையில் பெருவிரலுக்கு அடியில் தோன்றும் தமனியின் சலநமேயாம். இந்த அலைகள் அல்லது துடிப்புகளே நாடிநடை யென்று கூறப்படுகின்றன. நாடியின் ஒவ்வொரு சலநமும், இருதயத்தின் ஒவ்வொரு துடிப்புக்கும் ஸம்பந்தப்பட்டதாய் அதற்கேற்றவாறு உண்டாகின்றது. விரைகளில் துடிப்பு அல்லது நாடிநடையென்பது கிடையாது. ஏனெனில், நாடியின் துடிப்புக்கு அவசியமான இரத்த வோட்டத்தினுடைய வேகமானது, தமனிகளுக்கும் விரைகளுக்கும் இடையிலுள்ள கேச நாளங்களில் இரத்தம் விசாலமாகப் பரவி நெகிழ்ந்தோடும்போது குறைந்து விடுகின்றது. ஆகவே அக்கேசநாளங்களுக்கு அப்பாலுள்ள விரைகளில் இரத்த வோட்டத்தின் வேகம் குறைந்துபோய், நாடியின் துடிப்பும் இல்லாமற் போய் விடுகின்றது.

புப்புஸங்களும் ச்வாஸமார்க்கங்களும்.

ச்வாஸ நாளம் 1 என்பது கனமாகவும் கெட்டியாகவும் அமைந்திருக்கிற ஒரு குழாய்; இதன் மூலமாக வெளியிலிருந்து புப்புஸங்களுக்குள்ளேயும், புப்புஸங்களிலிருந்து வெளியிலும் வாயு ஸஞ்சரிக்கின்றது. இதன் மேற்புறம் த்வனிப் பெட்டி 2 என்று கூறப்படும்; அதாவது அதுதான் நாம் பேசும்போது

1. செவ்விரத்தம்—ஆர்டீரியல் ப்ளட் (Arterial blood.)
2. காரிரத்தம்—வீனஸ் ப்ளட் (Venous blood.)
3. மஹாதமனி—அயோர்டா (Aorta.)

1. ச்வாஸநாளம்—மூச்சுவிடுவதற்கும் வாங்குவதற்கும் உபயோகமான குழாய்; ட்ரேகியா (Teachea.)
2. த்வனிப்பெட்டி—லேரிங்க்ஸ் (Larynx.)

சப்தத்தை உற்றவாறு உண்டுபண்ணுகிறது. ச்வாஸ நாளமானது தொண்டையில் சர்மத்திற்கு வெகு ஸமீபத்தில் கைக்குத் தென்படும். மார்பினுள் இந்தச் ச்வாஸநாளம் இரண்டு கிளைகளாகப் பிரிகின்றது; அவற்றுள் ஒவ்வொரு கிளையும் ஒவ்வொரு புப்புஸத்தினுள் பிரவேசிக்கின்றது. ச்வாஸ நாளத்திலிருந்து பிரியும் இக்கிளைகள் கெட்டியாயிருக்கும்; புப்புஸங்களுக்குள் நுழைந்த பிறகு இப்பெரிய கிளைகள் 1 வன்மையிலும் கனத்திலும் குறைந்து அநேகம் சிறிய கிளைகளாகப் பிரிந்து, இறுதியில் வாயு ஊடுருவிச் செல்லக்கூடிய மிகவும் ஸூக்ஷ்மமான சிற்றறைகளாக2 மாறி அவ்வவயங்களுக்குள் முடிவடைகின்றன.

புப்புஸங்கள் 3 இரண்டு; இவை எலும்புக் கழிகளாலும் மாம்ஸ பேசிகளாலும் செய்யப்பட்ட பெட்டியெனத்தகும் மார்பறைக்குள் பக்கத்திற்கு ஒன்றாக அமைந்திருக்கின்றன. இவற்றுள் ஒவ்வொன்றிலும் மிகவும் ஸூக்ஷ்மமாகவும், அதிக மெல்லிய சுவர்களையுடையவையாகவும் இருக்கிற சிற்றறைகள்—காற்றறைகள்—அபரிமிதமாய் நிறைந்திருக்கின்றன. இந்த அறைகள், ச்வாஸ நாளக்கிளைகளின் மிக்க நுட்பமான முடிவு பாகங்களேயாம். இக்காற்றறைகளின் மிகவும் மெல்லிய சுவர்களில், கேச நாளங்கள் என்கிற ஸூக்ஷ்மமான இரத்தக் குழாய்கள் வலைகளைப்போல் பரவியிருக்கின்றன. இக்காற்றறைகள் சிறிய ச்வாஸ ச்வாஸ நாளங்களென்ன, பெரிய ச்வாஸ நாளங்களென்ன, மூலச்வாஸ நாளமென்ன, வாய்—நாசிகளென்ன இவற்றின் மூலமாய் வெளியிலுள்ள ஆகாயத்திற்கு நேரில் ஸம்பந்தம் பெற்றிருக்கின்றன.

ச்வாஸ வேலை:—இதில் மூன்று வேலைகள் மாறி மாறி நடந்தேறுகின்றன. அவையாவன: (1) உச்சுவாஸம், 4 (2) நிச்வாஸம், 5 (3) ஓய்வு 6 என்பனவாம். ஒவ்வொரு முறையும் இம்மூன்று வேலைகளும் நடந்தேற அவையே பூர்த்தியான ஒரு ச்வாஸ வேலையாகும்.7 ஆரோக்கிய நிலைமையில் ஒவ்வொரு மனிதனும் நிமிஷம் ஒன்றுக்கு 18 முறை வீதம் ச்வஸித்துக்கொண்டிருப்பான்.1

உச்சுவாஸம்:—மார்பு விரிவடைவதால் உச்சுவாஸவேலை நிறைவேறுகின்றது; மார்பு விசாலிக்கும் போது மார்பறையும் பெரிதாகின்றது. இவ்வாறு மார்பறையினுள் இடம் விசாலிக்க, அவ்விடத்தை நிரப்புவதற்காக வெளியிலிருந்து வாயுவானது நெருக்கமாக வாய், மூக்கு இவற்றின் மூலமாய் ச்வாஸ நாளத்தினுள் பிரவேசித்து, புப்புஸங்களுக்குள் சென்று காற்றறைகளில் 2 புகுந்து அவற்றையும் ஒருவாறு விரிவடையச் செய்யும்.

ப்ராசீரிகையினுடையவும், 3 மற்ற மாம்ஸபேசிகளுடையவும் செயல்:—சில மாம்ஸ பேசிகள் சுருங்கி, பர்சுகாஸ்திகளை மேலுக்கு எழுப்புவதாலும், ப்ராசீரிகை என்னும் பலகையைப்போல அகன்ற பெரிய மாம்ஸ பேசியானது மார்பறைக்கு அடியில், (வயிற்றறைக்கு மேற்புறமாய்) கீழ்த்தடமாக அமைவதாலும் மார்பறையானது இவ்வாறு பெருத்து விசாலமாகின்றது. ச்வாஸ வேலையில் ஓய்வு என்னும் நிலைமையிலும், நிச்வாஸ நிலைமையிலும் இந்த ப்ராசீரிகையானது விரிந்து மார்பறையின் பக்கமாக மேலே ஒருவாறு வளைந்து குடையைப்போல் ஆகும். இது சுருங்கும்போதுதான் தட்டையாகப் போய் கீழே வயிற்றுப் பக்கமாயிறங்கி மார்பறையை உயரவாட்டில் விசாலப்படுத்துகின்றது.

நிச்வாஸம்:—மார்பறையின் சுற்றுப்புறத்துச் சுவர்கள் உள்ளடங்குவதாலும், அநேக மாம்ஸ பேசிகள் சுருங்கிய நிலைமையிலிருந்து தளர்வடைவதாலும், ப்ராசீரிகையானது தனக்கு இயற்கையாயுள்ள மேற்புறமாக வளைந்த நிலைமையைப் பெறுவதாலும், வாயு உள்ளே பிரவேசித்தபோது விரிவடைந்த புப்புஸங்களின் உட்புறத்திலுள்ள நுண்ணிய காற்றறைகளுடைய சுருங்கி விசாலமாகத் தகுந்த சுபாவத்தாலும் நிச்வாஸமென்னும் வேலை நிறைவேறுகின்றது.

ஓய்வு:—ச்வாஸத்தில் ஓய்வு என்பது மிகவும் குறுகலான நேரம்; இத்தருணத்தில், (மார்பறையின் சுருக்கத்திற்கும் விரிவுக்கும் காரணமான) மாம்ஸ பேசிகள் அடுத்தாற்போல் சுருங்கி வேலைசெய்வதற்கு ஆயத்தமாகின்றன.

ச்வாஸவேலையின் பயன்:—தேஹதாதுக்களில் இடைவிடாமல் உண்டாய்க்கொண்டிருக்கும் கழிவுப் பொருட்கள் இரத்தத்தில் சேருகின்றன; அந்த இரத்தம் விரைகளில் ஓடி, இருதயத்தின் மூலமாய் புப்பு

1. பெரிய சவாஸ நாளக்கிளைகள்—ப்ராங்கை (Brandn.)
2. சிற்றறைகள்; இவையே காற்றறைகள் எனப்படும்: ஏர்ஸெல்ஸ் (Air-cells.)
3. புப்புஸங்கள்—இவையே ச்வாஸப்பைகள், நுரையீரல்கள் என்றும் கூறப்படும்: லங்ஸ் (Langs.)
4. உச்சுவாஸம்—வாயுவை உள்ளுக்கு வாங்குதல், அல்லது மூச்சுவாங்குதல்: இன்ஸ்பைரேஷன் (Inspiration.)
5 நிச்வாஸம்—வாயுவை வெளிவிடுதல், அல்லது மூச்சுவிடுதல். எக்ஸ்பைரேஷன் (Expiration.)
6. ஓய்வு—ஒருமுறை மூச்சுவாங்கிவிட்ட பிறகு இடையில் சிறிது புப்புஸம் ஒழிவடைந்து நிற்கும். மெதுவாக "ஒன்று, இரண்டு" என்று இரண்டு எண்ணிக்கை எண்ணுவதற்கு எவ்வளவு காலம் வேண்டுமோ அவ்வளவு நேரம் ஓய்வு நடந்தேறும். இதுவே பாஸ் (Pause.) எனப்படும்.
7. ச்வாஸ வேலை—ரெஸ்பிரேஷன் (Respiration.)

1. ஒரு ச்வாஸ வேலையில் இவ்வாறு மூன்று நிலைமைகளைக் குறிப்பிடுவது, ச்வாஸத் தடுமாற்றம் நேரிடுகையில் க்ருத்ரிம ச்வாஸத்தை (Artificial Respiration.) மாணுக்கருக்கு போதிக்க உதவியாயிருக்குமென்று அறிக.
2. காற்றறைகள்—ஏர் ஸெல்ஸ (Aircells.)
3. ப்ராசீரிகை—இதை மார்பறைக்கு அடியிலுள்ள (வயிற்றினுள் மேற்புறமாய் அமைந்த) விதானம் என்றும் கூறலாம். ஆங்கிலத்தில் இதை டயாப்ரம் (diaphragm) என்பார்கள்.

ஸங்களிலுள்ள கேசநாளங்களில் பாய்ந்து, அங்கு வெளியிலிருந்து வந்திருக்கும் வாயுவைக் கிரஹித்து சுத்தமாகின்றது. கேச நாளங்களென்னும் நுண்ணிய இரத்தக்குழாய்களின் சுவரும் 1, புப்புஸங்களுடைய் காற்றறைகளின் சுவரும் 2, மிகவும் மெல்லிய உருவமுள்ளவை; ஆகவே இரத்தத்திலுள்ள அழுக்கான பதார்த்தங்கள் வாயுவோடும், வெளிக்காற்றிலுள்ள பிராணவாயு இரத்தத்தோடும் கலந்து மாறுதலடைகின்றன.

பிராணவாயுவின் 3 செய்கை:— வெளிக்காற்றிலிருந்து இரத்தத்தில் கலந்த பிராணவாயுவானது இரத்தத்திற்கு விசேஷமான செந்நிறத்தையும், அவசியமான காங்கையையும் கொடுத்து இரத்தத்தைச் சுத்தப்படுத்துகின்றது. இரத்தத்திலுள்ள செங்குறுகடங்களில் இவ்வித மாறுதல் ஸம்பவிக்கிறது.

மூளையும் நரம்பு மண்டலங்களும்.

நரம்புமண்டல ஸம்பந்தமான இவ்வகுப்பில் மூளையானது மிகப் பெரிதும், அதிக உபயோகசரமுமான அவயவமாயிருந்து வருகிறது. நரம்பு ஸம்பந்தமான தத்துவப்பொருட்களுடைய திரட்சியே சிறிது முட்டைவடிவமான உருண்ட மூளையென்னும் உறுப்பாக ஏற்பட்டிருக்கின்றது. ஸுஷும்நாகாண்டம் 4 என்னும் மூளைக்கொடியானது, அதன் பெயரைக்கொண்டே நரம்புப் பதார்த்தங்களாலான நீண்டதோர் கொடியென்று அறியப்படலாம்; மூளையிலிருந்து இக்கொடி கிளம்பி ஸுஷும்நாத்வாரத்தின் மூலமாய் கீழ் நோக்கிச் செல்லுகின்றது. மூளையும் ஸுஷும்நாகாண்டமும் நரம்புகள் 5 என்னும் வெண்மையான நூல்களைப் போன்ற அவயவங்களை உடலெங்கும் பரப்ப ஆதாரங்களாயிருக்கின்றன. இவையனைத்தும் சேர்ந்து ஒருமிக்க நரம்புமண்டலம் 6 என்று கூறப்படுகிறது. தேஹத்தின் எவ்வித உணர்ச்சிக்கும், புலன்களுடைய செயல்களுக்கும், மனோபாவங்களுக்கும், உடலிலுண்டாகும் எவ்வித அசைவுகளையும் தூண்டுவதற்கும் நரம்புமண்டலமே முக்கிய ஆதாரமாயிருக்கின்றது.

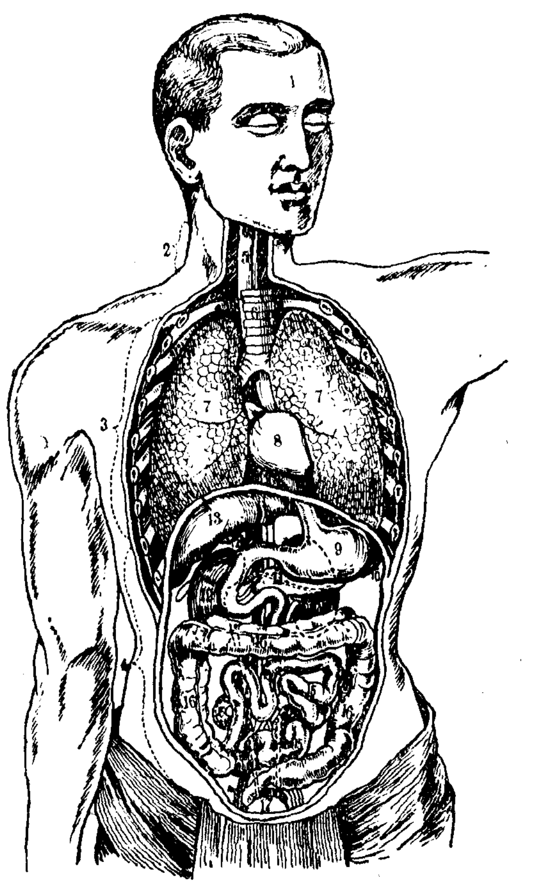
குடல்களும் வயிற்றிலுள்ள மற்ற உறுப்புகளும்.

உணவு ஜீர்ணமாவதற்கு ஆதாரமாயேற்பட்டுள்ள அவயவங்களுள் மிகப் பிரதானமானது குடல். வாய், தொண்டை, அன்னவாஹினீ, 7 இரைப்பை, சிறுகுடல், பெருங்குடல், குதம் இவை ஒருமிக்கச் சேர்ந்து தேஹத்தின் இடையில் பெரியதோர் குழாயைப்போல் அமைந்திருக்கின்றன. இவற்றின் மூலமாய் உணவுகள் நெகிழ்ந்து அசைந்து ஜீர்ணமாகும். கல்லீரல், க்லோமா இவ்விரண்டும் சேர்ந்து பித்தம் என்னும் ஒருவித திரவத்தைச் சுரப்பிக்கின்றன. கழுத்திலும் மார்பிலும் பின்புறமாய் ஓடும் அன்னவாஹினியைத் தவிர்த்து, ஜீர்ணத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட மற்ற அவ்யவங்கள் யாவும் வயிறு என்னும் பெரிய அறையில் அடங்கியிருக்கின்றன. ப்ராசீரிகையென்னும் விசாலமான மாம்ஸபேசியால் மார்பறையும், வயிறும் வெவ்வேறாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அன்னவாஹினியானது இந்த ப்ராசீரிகையைத் துளைத்துக்கொண்டு இரைப்பையோடு இணைந்திருக்கிறது. உணவுகள் வாயிலிருந்து தொண்டையிற் புகுந்து அன்னவாஹினியினால் அங்கிருந்து இரைப்பையினுள் தள்ளப்படுகின்றன; அங்கு ஆஹாரம் ஒருவாறு குழம்பாக்கப்பட்டு, சிறுகுடலுக்குள் நெகிழ்ந்து கொண்டு போகும்; இவ்வாறு போகும்போது பித்தம் முதலிய திரவங்கள் உணவுடன் சேர்ந்து அதை ஜீர்ணமாக்குகின்றன; இந்த நிலைமையில் உணவின் ஸத்துவங்கள் குடலுக்குள் மெல்லிய நுட்பமான சில நாடிகளின் மூலமாய் இரத்தத்தோடு கலந்து தேஹத்தைப் போஷிக்க உதவுகின்றன. தேஹபோஷணைக்கு அநாவசியகமான மிச்சமுள்ள பதார்த்தம் பெருங்குடல் மூலமாகச் சென்று, இறுதியில் மலமாக மாறி குதத்தினால் வெளியில் தள்ளப்படுகிறது.

வயிற்றிலுள்ள மற்ற அவயவங்கள்:—கல்லீரல் என்பது வயிற்றின் வலது புறத்தில், பர்சுகாஸ்திகளுக்கு அடுத்தாற்போல் அவற்றின் உட்புறத்தில் முள்ளந்தண்டுக்கு முன்புறமாகக் குறுக்கில் அமைந்திருக்கிறது. ஜீர்ணத்தொழிலுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட அவயவங்களைத் தவிர, வேறு சில அவயவங்களும் வயிற்றில் அடங்கியிருக்கின்றன. அவையாவன:—வயற்றின் இடதுபுறத்தில் ப்லீஹாம் என்கிற மண்ணீரல் 1 இணைக்கப்பட்டிருக்கிறது. வயிற்றின் பின்புறத்தில், முள்ளந்தண்டுக்கு இருபக்கத்திலும் மத்தியில் வ்ருக்கங்கள் 2 என்னும் இரண்டு அவயவங்கள் உண்டு. மூத்திரத்தைச் சுரப்பித்து, மூத்திர வாஹினிகள் 3 என்னும் குழாய்கள் மூலமாய், வஸ்தி 4 யென்னும் மூத்திரப்பையில் (நாபிக்குக்கீழே இருக்கிறது) தள்ள அது மூத்திரநாளத்தின் 5 மூலமாய் இறுதியில் வெளியாகிறது.

1. கேசநாளங்களின் சுவர்கள்—வால்ஸ் ஆப் தி கெபிலரீஸ் (the walls of the capillaries).
2. காற்றறைகளின் சுவர்கள்—வால்ஸ் ஆப் தி ஏர் ஸெல்ஸ் (the walls of the air cells.)
3. பிராணவாயு—ஆக்ஸிஜன் (oxygen.)
4. ஸுஷும்நாகாண்டம் — ஸ்பைனல் கார்டு (spinal cord)
5. நரம்புகள்—நெர்வ்ஸ் (nerves)
6. நரம்புமண்டலம்—நெர்வஸ் ஸிஸ்டம் (Nervous system.)
7. அன்னவாஹினீ—கல்லெட் (Gullet)

1. மண்ணீரல்.—ஸ்ப்ளீன் (Spleen)
2. வ்ருக்கங்கள்.—இவை மூத்திர குண்டிக்காய்கள் என்றும் கூறப்படும்: கிட்னீஸ் (Kidneys)
3. மூத்திரவாஹினிகள்.—ஒவ்வொரு வ்ருக்கத்திலிருந்தும் உண்டாகும் மூத்திரத்தைச் சிறுகச் சிறுகக் கிரஹித்து வஸ்தியில் சேர்ப்பிக்கும் இரண்டு மூத்திரக் குழாய்கள்; இவை ஆங்கிலத்தில் யூரிடெர்ஸ் (Ureters) எனப்படும்.
4. வஸ்தி—ப்ளாடெர் (Bladder)
5. மூத்திர நாளம்—யூரித்ரா (Urethra)



1. நெற்றி. 2. கழுத்து. 3. மார்பறை. 4. வயிற்றறை. 5. அன்னவாஹினீ. 6. ச்வாஸக்குழல். 7. புப்புஸங்கள். 8. இருதயம். 9. இரைப்பை. 10. ப்லீஹம். 11. க்லோமா. 12. கல்லீரல். 13. ப்ராசீரிகை அல்லது விதாநம். 14, 15. சிறுகுடல். 16. பெருங்குடல். 17. வஸ்தி.

சர்மம்.

சர்மமானது உடல் முழுவதையும் போர்த்துக்காக்கும் கருவி; பரிசம் என்கிற உணர்ச்சிக்கும் இது ஆதாரமானது. சரீரத்திலிருந்து கழியும் விஷப்பொருட்களடங்கிய வியர்வை முதலியதை வெளிப்படுத்தும் கருவியாகவும் இருக்கிறது. சர்மத்திற்கு அடியில் கொழுப்பு என்னும் ஒரு வரிசையான வெளுத்த எண்ணெய்ப்பொருள் அந்தந்த மனிதனுடைய தேஹக்கூறுக்கு ஏற்றவாறு அதிகமாகவோ சொற்பமாகவோ பரவியிருக்கும். இக்கொழுப்பு அவயவங்களின் மேடுபள்ளங்களை ஒருவாறு நிரப்பி, அவை ஒழுங்காகக்கட்டுண்டு நிற்பதற்கும் தேஹச்சூட்டை ஒரு நிரில் வைத்துக் காப்பதற்கும் உதவி செய்கின்றது.

[இத்துடன் தேஹதத்துவ ஸம்பந்தமான விஷயங்கள் சுருக்கமாக முடிவு பெற்றன. அடுத்த ஸஞ்சிகை முதல் கட்டுகளும், சட்டு கட்டுதலும் என்னும் விஷயம் விவரிக்கப்படும்.]

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

காவட்டம் புல்.

இந்தப் புல் இந்தியாவில் எங்கும் பயிராகின்றது. இது பெரும்பான்மையான ஜனங்களுக்கும் தெரிந்த சரக்கு.

இந்தப் புல்லை வாலையிலிட்டு இதிலிருந்து ஒருவித நறுமணமுள்ள தைலம் இறக்கப்படுவதுண்டு. அத்தைலத்திற்கு உத்தீபநம், ஆத்மாநஹரம் (Carminative), ஆக்ஷேபகஹரம் (Antispasmodic), ஜ்வரக்நம் என்னும் குணங்களுண்டு. இது வயிற்றுப் பொருமலாலுண்டாகும் வயிற்று வலியிலும், இரைப்பையின் அழற்சியிலும் உபயோகமாகக்கூடிய சரக்கு. விஷூசியில் (காலரா) உபயோகிக்க இது மிகச் சிறப்பான ஔஷதம்; இதை உட்கொள்ளக் கொடுப்பதால் வாந்தி நிவ்ருத்தியாவதோடு இல்லாமல், அவ்வியாதிக்குக் காரணமான விஷம் தேஹத்தில் பற்றிவிடாமலிருக்கும்படியும் வேலை செய்யக்கூடியதென்று மேனாட்டு வைத்தியர்களும் தமது அநுபவத்தில் அறிந்திருக்கின்றனர்.

இத்தைலத்தை 3-முதல் 6-துளிகள் வரையில் உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். சர்க்கரையிலாவது பாலிலாவது கலந்து உபயோகிக்கலாம்.

இது மேலுக்குப் பூச்சுத்தைலமாகவும் பிரயோகிக்க மிகச் சிறந்த ஔஷதம். ஒரு பங்கு காவட்டம்புல் தைலத்திற்கு இரண்டு பங்கு ஏதாவது எண்ணெயைக் கலந்து நாட்பட்ட ஆமவாதம், ஒற்றைத் தலைவலி,

சுளுக்கு, பார்ச்வவாயு முதலிய வாத நோய்கள் முதலானவற்றால் தாக்குண்ட அவயவங்களில் நன்றாகத் தேய்ப்பது நலம். இவ்வாறு தேய்ப்பதற்கு முன்போ, அல்லது பிறகோ ஏதேனும் சூடான வஸ்துக்களால் அவ்வவயவங்களுக்கு ஒற்றடம் கொடுப்பது உசிதம். இதன் உபயோகத்தினால் பொறுக்க முடியாத வலியும் வேதனையும் சாந்தமாகும்.

கடற்பாலை.

இந்த ஔஷதியானது இந்தியாவில் அநேகம் பிரதேசங்களில் விசேஷித்துப் பயிராகின்றது; இதன் புஷ்பங்கள் பெரிதாகவும், மிகச் சிவந்த ரோஜாவர்ணமாகவும் இருக்கும்.

இதன் இலைகளை கட்டிகள் பழுத்துடைவதற்கு, அவற்றின்மேல் போட்டலிகையாக (Poultice) வைத்துக் கட்டுவது நாட்டு வழக்கம். இவை ஸாதாரண வீக்கங்களைக் கரைக்கக்கூடியதென்றும் தெரிய வருகிறது. இதன் மேல்பாகம் கட்டிகளின் மேல் உபயோகிக்கப்படுமானால், அக்கட்டிகள் கரைந்து விடும். இதன் உட்புறம் (வெண்மையான பாகம்) கட்டிகளைப் பழுக்கச் செய்து, சீழுண்டாக்கி அவற்றை உடையச் செய்யுங்குணமுடையதாம். இதன் விதைக்கு அங்கமர்த்த ப்ரசமநம் (Alterative), பல்யம் (Tonic) என்னும் குணங்களுண்டு. இவ்விதை கீல்வாயு எனப்படும் ஆமவாத ரோகத்திலும், நரம்பு மண்டலத்தைப்பற்றிய வாதரோகங்களிலும் உபயோகமானது.

பாரிஜாதம்.

இது ஒரு சிறிய மரம்போல் வளரக்கூடிய செடி. இலைகள் சுர சுரப்பாயிருக்கும். புஷ்பங்கள் காம்பு சிவந்து உடல் வெளுத்து ஒருவித நறுமணத்தோடு கூடியவைகளாயிருக்கும்; அவை முதல் நாள் மாலையில் புஷ்பித்து, மறுநாள் காலையில் உதிர்ந்து விடும்.

இதன் இலை ஜ்வரங்களிலும், ஆமவாத ரோகத்திலும் உபயோகப்படும். இளசான ஏழெட்டு இலைகளையும், இஞ்சியையும் சிறிது ஜலம் விட்டு ஆட்டி, விடாமல் போராடி வரும் முறைக்காய்ச்சலில் உட்கொள்ளலாம்; இதற்கு இறைச்சி முதலியவை ஸம்பந்தப்பட்ட உணவுகள் உபயோகிக்கத் தகாதவையாம். இதன் இலைகளை ஜலத்தில் சேர்த்து, கமலாக்னியென்னும் நடுத்தர அனலில் அதைக் கஷாயமாகக் காய்ச்சியெடுத்து, க்ருத்ரஸீ வாதம் (Sciatica) என்கிற ரோகத்தில் பிணியாளிக்குக் கொடுத்து வந்தால் சீக்கிரத்தில் நற்குணமுண்டாகும். இதன் ஸ்வரஸத்தைக் குழந்தைகளுக்கு விரேசந ஔஷதமாக நன்கு உபயோகிப்பதுண்டு. இதன் பட்டையை 5-நெல்லெடையளவில் வெற்றிலைப் பாக்கோடு சேர்த்து மென்று விழுங்கி வந்தால், மார்பினுள் தோய்ந்து கனமாயிருக்கும் கபத்தைக் கரைத்து மெள்ள மெள்ள வெளிப்படுத்தும். இச்செடியின் வித்துகளைப் பொடி செய்து சொறி சிரங்குகளாலும் மயிருதிர்வதாலும் விகாரமான தலையில் அடிக்கடியும் தூவி வருவதால் குறிப்பிடக் கூடியவாறு சீக்கிரம் பயனுண்டாகுமென்றும் அறியப்படுகிறது.

சஸ்திர சிகித்ஸையில் வெள்ளி ரேக்கின் உபயோகம்.

டாக்டர் லெக்லெர் என்பவர், விரணங்களின்மேல் வெள்ளி ரேக்கை வைத்துக் கட்டுவதால் ஏற்படும் குணாதிசயத்தை முதன் முதல் கண்டு பிடித்ததைப் பற்றி மிகவும் உத்ஸாஹத்தோடு பேசியிருக்கிறார். முகத்தில் ஏதாவது சஸ்திர சிகித்ஸை செய்யப்படும் போது, விகாரமான மாசுகள் ஏற்படாமல் சுத்தமாயிருப்பதற்காக வெள்ளி ரேக்குகளை உபயோகிப்பது வெகு ச்லாக்கியமென்றும் கருதப்படுகிறது; சரீரத்தின்மேல் சர்மத்தைக் கிழித்து, மீண்டும் அதைச் சரியாய் அமைத்து இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டு வருமாறு, அவ்விரணங்களைக் கட்டுவதற்கும் இது சிறந்த உபகரணமாயிருக்கிறது. காயங்கள் கிரமமாக ஆறி, அதன் மேல் புதிதாக சர்மம் வந்து மூடுவதற்கு வெள்ளி ரேக்கு மிகவும் உதவி செய்கிறதென்றும், அதற்காக விரணத்தைக் கழுவியவுடனே ஒரு வெள்ளி ரேக்கை அதன்மேல் வைத்து, பிறகு ஒரு சல்லாத் துணியையும் வைத்துக் கட்டி விடுவது அவசியமென்றும் அவர் கூறுகிறார். வெள்ளி ரேக்குக்கு, விரணங்களின்மேல் சீழுண்டாகாமல் அதைச் சுத்தமாக வைத்திருக்கக்கூடிய தோஷஹரமான குணமும் உண்டென்று அவர் அபிப்பிராயப்படுகிறார். ஆனால் ஒன்று மாத்திரம் நாம் இங்கு குறிப்பிட வேண்டியிருக்கிறது. அதாவது—வெள்ளிக்கு தோஷஹரம் என்னும் விஷஹரகுணமும், சர்மம் முதலானதை இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டுவருந்தன்மையும் உண்டென்று ஆயுர்வேத நூல்களிலேயே கூறப்பட்டிருக்கிறது. "வர்ண்யம் விஷந்நமலம் ஹரதி ப்ரஸஹ்ய வ்ருஷ்யம் புநர்நவகரம் குருதே சிராயு:; தாரஞ் ச தாரயதி ரோக ஸமுத்ரபாரம் தேஹஸ்ய ஸௌக்ய கரணம் பலிதம் வலீஞ் ச" என்றால்—வெள்ளி

தேஹத்திற்கு இயற்கையான நல்ல நிறத்தைக் கொடுக்கும்; விஷஹரம், வ்ருஷ்யம், விகாரமடைந்த அவயவத்திற்கு மீண்டும் அதே விதமான குணத்தை யுண்டுபண்ணுதல், ஆகவே தேஹத்தில் நரைதிரை முதலிய விகாரமில்லாமல் செய்து ஆரோக்கிய மளித்தல் என்னும் அபூர்வ குணங்களையுடைய தென்பதேயாம்.

அபஸ்மாரத்திற்கு நவீன சிகித்ஸை.

இந்த வியாதியினால் வருந்திய நான்கு பிணியாளிகளுக்கு, அதே வியாதியுடன் கூடிய மனிதர்களுடைய முள்ளந்தண்டுக் கொடியிலிருந்து கிரஹித்த ஒருவித திரவபதார்த்தத்தை (Cerebro Spinal fluid) சர்மத்திற்குள், ஸூசிகாபரண மென்னும் ஊசியினால் குத்திச் செலுத்தியதில் பிரமிக்கக் கூடியவாறு குணமுண்டாயிற்று. இந்த திரவத்தை உபயோகிக்கும் அளவு: 3 முதல் 5 C.C. வரையில். இதை வாரத்திற்கு ஒரு முறையோ அவசியமானால் இரு முறையோ உபயோகிக்கவேண்டும். தடையில்லாமல் இதனால் ஸௌக்கியமுண்டாகிறது. ப்ரோமைட் என்ன, வேறு சரக்குகளென்ன இவற்றை அளவுக்கு மீறி இரண்டு மூன்று வருஷங்கள் உபயோகித்து வந்தும் ஒருவித நற்குணமும் ஏற்படாத பிணியாளிகள் இந்த சிகித்ஸையினால் அதிசீக்கிரத்தில் ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெற்றனர் என்றால், இச்சிகித்ஸையின் அருமையை என்னென்று கூறலாம். M. S. Journal.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

வினா 28. ஆகாரகரபாதி சூர்ணத்தை உட்கொள்ளும் வகை.

"ஐயா,

அடியிற் கேட்கப்படும் ஸந்தேஹத்தை நிவ்ருத்தி செய்யுமாறு தாங்களாவது, பத்திரிகையைப் படிக்கும் நேயர்களாவது தயவுசெய்து விடையளிக்கக் கோருகிறேன்:—

சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் ஆறாவது அத்தியாயத்தில் "ஆகாரகரபாதி சூர்ணத்தை" ஒரு வேளைக்கு ஒரு "மாஷ அளவு" சாப்பிடலாம் என்று கூறியிருக்கிறது. அதே கிரந்தத்தில் ஒரு "மாஷம்" என்பது ஆறு குஞ்ஜா அளவுள்ளது என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. ஒரு மாஷம் (அதாவது ஆறு குஞ்ஜா அளவு) டை சூர்ணத்தை எடுத்துக்கொண்டால் அதில் இரண்டு குஞ்ஜா நிறை அபின் சேர்ந்திருக்கிறது. என்றால் இங்கிலீஷ் கணக்குப்படி நாலு க்ரைன் அபின் சேர்ந்திருக்கிறதல்லவா? ஒரு வேளைக்கு நான்கு க்ரைன் அபினை ஒருவனுக்குக் கொடுக்கலாமா? இங்கிலீஷ் வைத்திய சாஸ்திரப்படி 1-க்கு 8 மடங்கு, அல்லது 1-க்கு 4 மடங்கு, அல்லது குறைந்தது 1-க்கு 2-மடங்கு அதிக அளவாக உபயோகிக்க வேண்டி வருகிறது. இந்த அளவில் அபினை உபயோகிப்பது சரியா? அவ்விதம் கொடுத்தல் அபாயத்திற்கு இடமாகுமே யென்று ஸந்தேஹமுண்டாகிறது. என்னைப்போல் எனது நண்பர்களிலும் பலருக்கு இவ்வாறு ஸந்தேஹ முண்டாகுமாகையால் தயவுசெய்து தகுந்த விடையளிக்க வேண்டும்."

T. K. Natesan.

விடை.—தாங்கள் இவ்வாறு ஸந்தேஹங்கொள்வது சரியே. ஆனால் சார்ங்கதரனுடைய கருத்து வேறு. சுக்ரஸ்தம்பநம், ஸம்மோஹநம் என்கிற செய்கைகளை அபேக்ஷிப்பவர்க்கு அபினியின் அளவு சிறிது அதிகமாகத்தான் இருக்கவேண்டும். சுக்ரஸ்தம்பநம் முதலியதை விரும்பும் பலிஷ்டர்களுடைய தேஹத்தில் பிரயோகிப்பதுபோல் பிணியாளிகளின் தேஹத்தில், இச்சரக்கை அதிக அளவாக உபயோகிக்கக்கூடாதென்பது வாஸ்தவமே.

"அஹிபேநாதய: குர்யு: ஸ்தம்ப ஸம்மோஹநாதிகாந்; குணாந் அதிவ்யாயுக்தா பலிநோ ப்ரஸம்யந்தி ச." என்று நிகண்டு ரத்நாகரத்தில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. என்றால் அபினி முதலிய சில வஸ்துக்கள் அதிக அளவாக உபயோகிக்கப்படுமானால் ஸ்தம்பநம் செய்வது, மோஹிப்பித்தல் முதலான குணங்களை பலிஷ்டர்களுக்கு உண்டுபண்ணி, அவர்களைச் சிற்றின்பம் முதலியவற்றில் விசேஷமாகத் தூண்டி ப்ரமிக்கவும் செய்கின்றது. "பலிந:" என்று குறிப்பிட்டதால், துர்ப்பலர்களுக்கு அதிக அளவாகக் கொடுக்கக்கூடாதென்பதும் விளங்குகின்றது.—ப-ர்.

வினா-29-தந்தீத்ரவமும் சிஞ்சாக்ஷாரமும்.

" ஐயா,

தயவு செய்து (1) தந்தீத்ரவம் என்பதற்கும், (2) சிஞ்சாக்ஷாரம் என்பதற்கும் பொருள் இன்னதென்று விவரிக்கக் கோருகிறேன். (3) சிஞ்சாக்ஷாரத்தைச் செய்வதெப்படி ?"—T. K. N.

விடை.--(1) தந்தீத்ரவம் என்றால் நேபாள க்வாதம். (க்வாதம் என்பது ஐந்துவித கஷாயங்களில் ஒன்றென்பது நேயர்களுக்குத் தெரிந்த விஷயம்.) பிறகு (2) சிஞ்சாக்ஷாரம் என்பது புளிய மரத்தின் பட்டை முதலியதிலிருந்து எடுக்கப்படும் ஒருவித காரமான உப்பு. (3) சிஞ்சாக்ஷாரத்தைச் செய்யும் முறை பிரத்யேகமானதல்ல ; ஸாதாரண க்ஷாரகல்பனைக்கான முறையைக் கொண்டே இதையும் செய்ய வேண்டும். பொதுவாக க்ஷாரகல்பனையைப்பற்றிய விவரங்களை சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையின் 148-வது பக்கத்தில் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் காண்க. ப-ர்.

வினா-30-நீரடிமுத் தெண்ணெய்.

" ஐயா,

நான் "வைத்திய கலாநிதியை" ஆரம்பம் முதலாகப் படித்து வருகிறேன். இதில் வைத்திய ஸம்பந்தமான ஸந்தேஹங்களும் அவற்றிற்கு விடைகளும் பிரசுரிப்பதைப் பார்த்து, அடியில் வரும் எனது ஸந்தேஹத்திற்கும் தாங்களோ, அல்லது கலாநிதியைப் பார்வையிடும் சந்தாநேயர்களோ விடையளிப்பார்கள் என்று எண்ணுகிறேன்.—

நீரடிமுத்துத் தைலத்தை ஔஷத முறைகளில் சேர்த்து குஷ்டரோகிகளுக்குக் கொடுத்து வந்தால், விரணங்களும் திமிரும் நீங்குவதாக அநுபவத்திலும் அறிந்திருக்கிறேன். ஆனால் துர்ப்பலமான தேஹமுள்ளவர்கள் இந்த எண்ணெயின் துர்வாஸனையை ஸஹிக்க முடியாமல் அதை யுபயோகிக்கையில் அவர்களுக்குக் குமட்டலும் வாந்தியும் உண்டாய் விடுகிறது. ஆகையால் ஔஷத முறைகளில் இதைச் சேர்த்து உபயோகிப்பது கஷ்டமாயிருக்கிறது. இதன் துர்வாஸனையைப் போக்குவதற்கு ஏதேனும் உபாயம் இருந்து கலாநிதியின் மூலமாய் அறிவித்தால் மிகவும் உபகாரமாயிருக்கும்."

எஸ். பி. பெருமாள் பிள்ளை.

விடை.—இவ்வாறு உட்கொள்வதற்கு நீரடிமுத்திலிருந்து எண்ணெய் எடுப்பதற்கு முன் பசுவின் தயிரில் அவ்வித்துகளைச் சேர்த்து இரண்டு மூன்று நாள் ஊறவைத்து, அப்பால் காஞ்ஜிகமென்னும் காடியிலும் அவ்வாறே ஊறவைத்து உலர்த்தி யெடுக்க வேண்டும். மூன்றாவது முறை இளநீரிலும் நான்கா முறை சந்தநப்பொடியின் கஷாயத்திலும் பாவனை செய்து எடுத்து, அப்பால் அதிலிருந்து எண்ணெயை ஆட்டி யெடுக்கவேண்டும். இவ்வாறு செய்த வித்திலிருந்து எடுக்கப்படும் எண்ணெயில் அவ்வளவு ஸஹிக்க முடியாத துர்வாஸனையிராது. ப-ர்.

வினா-31-தாதகியும் வாருணீ மூலமும்.

" ஐயா,

(1) சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் "தாதகீ குஸுமம்" என்பதற்கு "ஆரைப்பூ" என்று அர்த்தம் எழுதப்பட்டிருக்கிறதே ; வயல்களில் நான்கு இலைகளோடு படர்ந்திருக்கிற செடியின் புஷ்பமா ? அது அகப்படுவது மிகவும் கஷ்டமாயிற்றே, நாங்கள் சிவப்பு நிறமான அகத்திப் பூவை தாதகீ யென்று சொல்லி உபயோகித்து வருகிறோம். (2) " வாருண்யா ஔத்தரம் மூலம்" என்பதற்கு "அருகன் வேர்" என்று பொருள் கூறப்பட்டிருக்கிறது. நாங்கள் மாவலிங்கன் வேரை உபயோகிக்கின்றோம். இவற்றிற்கு "வைத்திய கலாநிதியின் " மூலமாய் தயவுடன் பதில் எழுதக்கோருகிறேன்."

ஸ்வாமி கனபாடி.

விடை:—(1) தாங்கள் சொல்லுகிற ஆரையென்பது வேறு பதார்த்தம்; அவ்விதமான ஒஷதி கிடைப்பது அரிதுதான். தாங்கள் சிவந்த நிறமுள்ள அகத்திப் பூவை உபயோகிப்பதாகக் கூறுகிறீர்கள்; ஆரைப்பூவென்று இச்சென்னையிலும் இதன் சுற்றுப்புற ஊர்களிலும் வழங்கப்படும் பதார்த்தத்தையே தாங்கள் சிவந்த அகத்திப்பூவென்று சொல்வதாகக் கருதுகிறோம். (2) வாருணீ என்பதை மாவலிங்கை என்று கூறுவது "வாருண்யாஔத்தரம்மூலம்" என்கிறப்ரகரணத்திற்கு ஒவ்வாது; வாதஹரமானதைலம்வாருணீமூலத்தினால் பக்குவம் செய்யவேண்டு மென்று சார்ங்கதரத்தில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. அவ்வித குணமுள்ளது அருகம் புல் வேர்தான். அருகம்புல்லுக்கு வாருணீ யென்கிற பெயரும், அதற்கு வாதஹரமான குணங்கள் இருப்பதும் பிரவித்தம். "வ்ச்சத்ரா வாருணீ தூர்வா ததா ச சதபர்விகா * * * விகாரார் வாதஜாந் ஹந்தி* *" என்று வைத்திய நிகண்டுவிலும் கூறப்பட்டிருப்பதை ஆதாரமாகக்கொண் அங்ஙனம் எழுதப்பட்டது.

நேயர்களுக்கு அறிவிப்பு.

ம-ா-ா-ஸ்ரீ புதுச்சேரி சுப்பராவ் அவர்கள் அனுப்பியுள்ள வினாக்களும், அவற்றிற்கு விடைகளும் அடுத்த ஸஞ்சிகையில் பிரசுரிக்கப்படும். ப—ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

புஸ்தக வரவு.

கதநிக்ரஹம்-இரண்டாம் பாகம்:—தேவநாகரலிபியில் " ஆயுர்வேதீய க்ரந்தமாலா" என்னும் பெயருடன் சில புஸ்தகங்களை வெளியிட்டு வந்த வைத்திய யாதவஜீ த்ரிகம்ஜீ ஆசார்ய அவர்களால் நான்கு வருஷத்திற்குமுன் " கதநிக்ரஹம் " என்னும் பிராசீன வைத்திய புஸ்தகத்தின் முதற்பாகம் வெளியிடப்பட்டது. இப்பொழுது அதன் இரண்டாம்பாகம் வெளியிடப்பட்டு, நமது பார்வைக்கு அது அனுப்பப்பட்டிருக்கிறது. இந்த பாகத்தில் காயசிகித்ஸை, சாலாக்ய சிகித்ஸை, சல்ய சிகித்ஸை, பூதவித்யை, கௌமார ப்ருத்யம், அகத தந்த்ரம், ரஸாயந தந்த்ரம், வாஜீகரண தந்த்ரம், பஞ்சகர்மாதிகாரம் என்கிற சிகித்ஸா ஸம்பந்தமான ஒவ்வொரு விஷயத்திற்கும் ஒவ்வொரு கண்டம் வீதம் ஒன்பது கண்டங்கள் அடங்கியிருக்கின்றன. ஆகவே சிகித்ஸா சாஸ்திரத்திற்கு அவசியமான எல்லா அங்கங்களும் இதில் விவரமாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. இதனாலேயே "கதநிக்ரஹம்" (வியாதிகளைப் போக்குவது) என்கிற பெயர் ஏற்படுத்தப்பட்டதென்றும் கருதுக. இப்புஸ்தகத்தில் கூறப்பட்டுள்ள ஔஷதங்களில் அநேகம் அநுபவஸித்தமானவையென்றும் தெரியவருகிறது. "கதநிக்ரஹம்" என்கிற ஆயுர்வேத வைத்திய புஸ்தகம் ஒன்று உண்டென்பது கூட அநேகம் வைத்தியர்களுக்குத் தெரியாமலிருக்க, அதை வைத்தியர்களுக்கெல்லாம் எளிதில் கிடைக்குமாறு அச்சிட்டு பிரசுரிப்பதற்காக யாதவஜீ ஆசாரியர் அவர்கள் சிரத்தையோடு பெருமுயற்சி யெடுத்துக்கொண்ட விஷயம் மிகவும் பாராட்டத்தக்கதாகும். இப்புஸ்தகம் விலை ரூ. 4-8-0. அவசியமுள்ளவர்கள், 'வைத்திய கலாநிதி' ஆபீஸுக்கு எழுதி வரவழைத்துக்கொள்ளலாம்.

சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை.

சந்தா தாரர்களுக்குக் குறைந்த விலை.

"வைத்திய கலாநிதி"யின் மூலமாய் வெளியிடப்பட்டிருக்கிற இச் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையின் அருமையான உபயோகத்தைப்பற்றி நாம் விசேஷமாக வைத்திய கலாநிதியின் கையொப்பக்காரர்களுக்குக் கூற வேண்டிய தொன்றுமில்லை. ஸம்ஸ்கிருத ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களுள் ஸங்கிரஹமான வைத்தியநூல் இதுவேயென்றும், அவற்றிலிருந்து முதன் முதல் தமிழில் மொழி பெயர்க்கப்பட்டு வெளியான கிரந்தமும் இதுதான் என்றும் நாம் இப்பொழுது குறிப்பிடுவது புதிதான விஷயமல்ல. ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள ஒவ்வொரு ச்லோகமும் ஒவ்வொரு பதமும் விடாமல் மொழிபெயர்க்கப்பட்டிருப்பதுடன், இலக்கணப் பிழைகளாவது எழுத்துப் பிழைகளாவது நேரிடாமல் கூடுமான சிரத்தையோடு தமிழில் இப்புஸ்தகம் அச்சிடப்பட்டிருப்பதும், சாஸ்த்ரீயமான பரிபாஷைகளை பாஷாந்தரத்தில் விவரித்து விளக்குவதற்கும் வேண்டியவளவு ஊக்கமெடுத்துக்கொண்டு அதன் ஆசிரியர் உழைத்திருக்கிறார் என்பதும் நமது நண்பர்களுக்குத் தெரியாத விஷயமல்ல. ஆகவே ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கும், அவ்வைத்திய முறையில் அபிமானமுள்ள மற்றவருக்கும் இப்புஸ்தகம் மிக்க உபயோககரமானதென்று நிச்சயிக்கலாம். இதை வாங்கிப் படித்துப் பார்த்தவர்களில் பெரும்பான்மையோர் இதை மொழி பெயர்த்தவருக்கு எழுதியுள்ள மதிப்புறத் தகுந்த கடிதங்கள் நூற்றுக்கணக்காயுண்டு. அவர்களுக்கு அதன் ஆசிரியர் வந்தனமளித்து நன்றி செலுத்துகின்றார். நன்றாக பைண்டு செய்து 3-ரூபாய் விலை மதிப்புள்ள இச் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதைக்கு பிப்ரவரி மாதம் 29-ம் தேதிக்குள் ஆர்டர் அனுப்புகிற வைத்திய கலாநிதி சந்தாதார்களுக்கு இப்புஸ்தகம் ரூபாய் 2-க்குக் கொடுக்கப்படும் என்பதைக் குறிப்பிட்ட ஸந்தோஷப்படுகிறோம். இதைப் படிக்கும் வைத்திய கலாநிதியின் சந்தாநேயர் ஒவ்வொருவரும் இலாபகரமான இத்தருணத்தைத் தவிர விடாமலிருப்பது நலம். "வைத்திய கலாநிதி ஆபீஸ், 7, ஆதியப்ப முதலித் தெரு, புரைசவாக்கம், சென்னை" என்கிற விலாஸத்திற்கு உடனே எழுதி வரவழைத்துக் கொள்ளலாம்.

எவ்வித ஸ்த்ரீயை மனைவியாகக் கொள்ளலாம் ?

நார்த் வெஸ்ட்ரன் யூனிவர்ஸிடியின் மெடிகல் ஸ்கூலைச்சேர்ந்த ப்ரொபஸர் W. S. ஹால் என்பவர் ஸமீபத்தில் தனது மாணாக்கர்களின் முன்பாக "எவ்வித ஸ்த்ரீயை மனைவியாகத் தேடிக்கொள்ள வேண்டும்?" என்கிற விஷயமாக அரியதோர் பிரஸங்கம் செய்தார். அவருடைய பிரஸங்கத்தின் ஸாராம்சம் பின் வருமாறு:—

"விவாஹம் செய்துகொள்ளவேண்டிய பெண்ணின் தேஹாரோக்கிய நிலைமை, அவளுடைய பரம்பரை ஸம்பந்தமான குணங்கள், அவளுடைய படிப்பு, அவளுடைய வயது என்னும் இந்த நான்கு விஷயங்களும் கவனிக்கப்பட வேண்டியவையாம். இவற்றுள் ஆரோக்கியக் குறைவான பெண்ணை முக்கியமாக விலக்கி விடவேண்டும். அவ்வித பெண்ணை மணம் செய்துகொள்வது மனிதனுக்கு மிகப் பெரிய மனக் கவலைகளுக்கு இடமாகும். உங்களில் சிலர், "அவ்வித ஆரோக்கியக் குறைவுக்கு காலவளவில் பரிஹாரம் செய்துகொள்ளலாம் என்று சொல்லக்கூடும். அது பிசகு. நீங்கள் விவாஹம் செய்து கொள்வதற்கு முன் அவள் முதலில் தனது ஆரோக்கியத்தை நல்ல நிலைமைக்குக்கொண்டு வரட்டும். விவாஹமான பிறகு அவ்விதம் செய்வது ஆகாத காரியம்.

ஒரு பெண், கம்பீரமான நடை யுடைகளும், மனதைக் கவரும் கண் பார்வையும், இரமணீயமான உடலழகும் உடையவளென்பதைப் பார்த்துப் பிரமித்து அவளை மணம்புரிந்துவிடுவது மதியீனம்."

அவ்வித்வான் இன்னும் உபயோகமான அநேக உபதேசங்களை அம்மாணுக்கர்களுக்குக் கூறியிருக்கிறார்:—

"பெண் பணக்காரியாயிருக்கிறாள் என்று அவளை விவாஹம் செய்துகொண்டு வீண் தொல்லைகளுக்கு உட்படவேண்டாம். ஒருத்திக்கு விசேஷமான திரவ்யம் இருக்கலாம். ஆனால் அவளாலும், அவளுடைய பணத்தாலும் உங்களுக்கு திருப்திகரமான ஸௌக்கியமும் ஸௌகரியங்களும் ஏற்படுமென்று நம்பவேண்டாம்.

பித்துப் பிடித்தவர்களாவது, அபஸ்மாரம் முதலிய வேறு மானஸிகரோகங்களாவது எந்த குடும்பத்திலேனும் எவருக்காகிலும் இருந்ததாகத் தெரிய வந்தால், அக்குடும்பத்தில் பிறந்த பெண்ணை நீங்கள் மணம் புரியாதீர்கள். விவாஹம் செய்து கொள்ளவேண்டிய பெண்ணின் பெற்றோர்களுடையவும், பாட்டனார் முதலியவர்களுடையவும் ஆரோக்கிய நிலைமைகளைக் கவனித்து விசாரித்தறிந்து கொள்வது நலம்.

ஒரு பெண் லாடின், க்ரீக் இப்பாஷைகளையும் அறிந்தவள் என்று (இந்தியாவில் ஆங்கிலம் அறிந்தவள் என்று) அவளையே விவாஹம் செய்துகொள்ள வேண்டுமென்று நிச்சயித்துவிடவேண்டாம். அவளுக்குக் கலாசாலையில் படிக்கக்கூடிய ஒருவித யோக்யதை இருந்தால் அது மாத்திரம் உங்களுடைய ஸௌக்யத்திற்குப் போதுமானதல்ல; அவளுக்கு வீட்டில் சமைக்கவும், உடுப்புகளைத் தைக்கவும், வீடு வாயில்களை ஒழுங்காகப் பார்க்கவும், குழந்தைகளைப் பாதுகாத்து இரக்ஷிக்கவும் தெரிந்திருந்தால் அதுதான் உங்களுடைய ஆரோக்கியாதிகளுக்கும் க்ஷேமத்திற்கும் உற்ற யோக்யதையாகும்."—Medical Times.

ஆஸிட்ஸ் என்னும் காரங்களாலுண்டாகும் அபாயங்கள்.

கார்பாலிக் ஆஸிட் என்னும் க்ஷாரத்ரவம் ஏதேனும் அவயவத்தில் விழுந்துவிட்டால், உடனே கலப்பில்லாத சாராயத்தை (absolute alcohol) அவ்விடத்தில் விடவேண்டும். ஹைட்ரோப்ளூரிக் ஆஸிட் (hydrofluric acid) விழுந்தால், ஸாதாரண ஸோடா என்னும் உஷ்ணக்ஷார ஸத்துவத்தைக் குழம்பாக ஜலத்தில் கரைத்து அவ்விடத்தில் ஊற்றவேண்டும். திடீரென்று அபாயம் நேரிடும்போது உடனே கூடுமான வரையில் அதைப் பரிஹரிக்கத் தகுந்த முறிவுச் சரக்குகளைக் கையில் வைத்துக்கொள்ளாமல் ஆஸிட் முதலியவற்றை ஸமீபத்தில் வைத்துக்கொள்ளக் கூடாது.—Practical-Medicine.

உப்பும், கொய்னவும், சர்க்கரையும்.

மணல் மணலாயிருக்கும் சர்க்கரை நல்ல மதுர ரஸமுள்ளது. அதை ஒரு கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து உட்கொண்டால் அதன் சுவை குறையும். இந்த முகாந்தரத்தைக்கொண்டு, நன்கு பொடித்த சர்க்கரையில் கலப்பு வஸ்துக்கள் விசேஷமாய் சேர்க்க முடியாதென்று சில ஜனங்கள் கூறும் வார்த்தையையும் நம்பவேண்டி யிருக்கிறது. ஒரு பவுண்ட் அளவுள்ள மணலுருவமுள்ள சர்க்கரையில் கால் க்ரைன் கொய்னவைக் கலந்து விட்டால், கொய்னவின் கைப்பு ஒரு சிறிதும் தெரியாமல், சர்க்கரையின் சுவை மட்டும் இன்னும் அதிகமாகும். இனிப்பான தின்பண்டங்களில் வெகு சொற்ப அளவு உப்பைக் கலந்தால், அப்பணியாரங்களின் இனிய சுவை முன்னிலும் அதிகரிப்பது அநுபவத்தில் வந்த விஷயம்.—Amarican-Druggist.

குழந்தைகளின் இரைப்பைக் கோளாறில் வராடபஸ்மம்.

சிறு குழந்தைகளுக்கு வயிற்றுளைத்தல் நேரிட்டு அவஸ்தைப்படுவதை நாம் அடிக்கடியும் பார்த்து வருகிறோம். குழந்தைகளின் இரைப்பையில் புளிப்பு அதிகரித்து அதனால் வயிற்றுவலி உண்டாவதுண்டு. அவ்வித வயிற்றுவலியில் புளிப்பைக் குறைக்க அல்லது அடியோடு ஒழிக்க வராடபஸ்மம் தகுந்த மருந்து. வராடம் என்றால் சோழி; இப்பொழுது மேனாட்டு வைத்தியர்கள் கூட இவ்வாறு நேரிடும் வயிற்றுக் கோளாறுகளில் சிறிது சுண்ண நீரைக் கொடுக்கலாமென்று சிபார்சு செய்கிறார்கள். அவ்வாறே "வராடாபஸ்மம்" என்கிற சுண்ணத்தை உபயோகித்ததில் இரண்டு குழந்தைகளுக்கு வயிற்றுப் புளிப்பாலான குடற்கோளாறுகள் நீங்கின.

முட்டைப்பொரியின் குணங்கள்.

முட்டைப் பொரியானது குரு, பல்யம், கபகாரி, விஷ்டம்பி என்கிற குணங்களுடன் கூடியது. 35½.

ஸாதாரண பொரியின் குணங்கள்.

நெல் முதலிய தானியங்களாலான ஸாதாரண பொரி விஷ்டம்பகம்,[1] ரூக்ஷம், தர்ப்பணம், லேகநம், குரு என்னும் இக்குணங்களை யுடையது. 36.

பொரிமாவின் குணங்கள்.

பொரிமாவானது இலகுகுணமுள்ளது; பசி, நாவறட்சி, சிரமம், நேத்திர வியாதி, வ்ரணங்கள் இவற்றைப் போக்கும். ஜலத்தில் கரைத்து உட்கொண்டால் தர்ப்பணமாகவும், அப்பொழுதே பல்யமாகவும் வேலை செய்யும். ஆனால் தண்ணீரைப் பருகியதும் இதைப் புஜித்துவிட்டு மீண்டும் தண்ணீரைக் குடிப்பது தகாது; இதை தினத்திற்கு இரண்டு முறை யுட்கொள்ளக்கூடாது; இரவிலும் மற்றொன்றோடு கலக்காமல் தனியாகவும் புஜிப்பது பிசகு; ஆஹாரம் புஜித்த பிறகும், பற்களால் கடித்தும், அதிக அளவாகவும் இந்த மாப்பண்டத்தை யுபயோகிக்கக்கூடாது. 37,38.

பிண்ணாக்கின் குணங்கள்.

பிண்ணாக்கு க்லபநம்,[2] ரூக்ஷம், விஷ்டம்பி என்னும் குணங்களையுடையது; நேத்திரத்திற்குக் கெடுதியைத் தரக்கூடியது. 38½.

வேஸவாரத்தின் குணங்கள்.

வேஸவாரமானது[3] குருகுணமுள்ளது; ஸ்நிக்த்தமானது; தேஹத்திற்கு வன்மையையுண்டுபண்ணி புஷ்டியையும் தரத்தக்கது. 39.

பயறு முதலியதால் செய்த வேஸவாரங்களின் குணங்கள்.

பயறு முதலியவற்றாலான[1] வேஸவாரங்கள் குருகுணமுள்ளவை; அல்லாமலும் அந்தர்கத வஸ்துக்களின் தன்மைகளுக்கேற்ற குணங்களுமுடையவையாம். 39½.

ஒரே வஸ்துவால் உமித்தணல் முதலியவற்றில் சுட்டெடுத்த பணியாரங்களின் குணங்கள்.

உமித்தணல், வரையோடு, பானல், எண்ணெய்பானல், ஸாதாரண நெருப்புத்தணல் இவற்றில் சுட்டு பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஒரே வஸ்துவினாலான பணியாரங்கள் முறையே மேன்மேலும் இலகு குணத்திற் சிறந்தவையாம். 40½.

மாம்ஸவர்க்கம்.

மிருகங்களின் வகுப்பு.

ஹரிணம்,[2] ஏணம்,[3] குரங்கம்,[4] ருச்யம்,[5] கோகர்ணம்,[6] மிருகம்,[7] மாத்ருகம்[8], சசம்[9], சம்பரம்,[10] சாருஷ்கம்,[11] சரபம்[12] இவை முதலியவை மிருகங்கள் என்று கூறப்படுகின்றன. 41½.

1. விஷ்டம் பகம்—வயிற்றுப் பொருமலுண்டாக்குவது.

2. க்லபநம்—வாட்ட முண்டாக்குவது.

3. சுக்கு, கொத்தமல்லிவிதை, ஓமம், பெருங்காயம், நெய் இவைகளைச் சேர்த்து இடித்த இறைச்சி வேஸவாரம் எனப்படும்.

1. பயறுமுதலியவை யென்பதால் உளுந்து முதலானதுகள் குறிக்கப்படுகின்றன.

2. ஹரிணம்—வெள்ளைமான்.

3. ஏணம் — விசாலமான நேத்திரங்களையுடைய கருப்புமான்.

4. குரங்கம்—வெகுவேகமாய் ஓடும் சிறியமான்.

5. ருச்யம்—மயிர்களடர்ந்த எருமையைப்போன்ற மான்.

6. கோகர்ணம்—கோமளமான தேஹத்தையுடைய மான்.

7. மிருகம்—ஸாதாரண புள்ளிமான்

8. மாத்ருகம்—பசுவைப்போன்ற மான்

9. சசம்—முயல்.

10. சம்பரம்—சிவந்த மெல்லிய மான்

11. சாருஷ்கம்—இது இன்னவிதமான மிருகமென்று அறியப்படவில்லை.

12. சரபம்—எட்டுக்கால்களையுடைய ஒருகொடிய மிருகம்.

விஷ்கிரங்களின் வகுப்பு.

லாவம்,[1] வர்த்திகம், வார்த்தீரம், ரக்தவார்த்மகம், செங்குருவி, கபிஞ்ஜலம், உபசக்ரம், சகோரம், குருபாஹூ, விச்சுளி, விச்சுளிப்பேடு, இத்திரி, மீன்குத்தி, கோழி, கொக்கு, கோநர்த்தம், கிரிவர்த்திகா, சாரபதம், இந்த்ராபம், நாரை என்னும் இப்பக்ஷிகள் விஷ்கிரங்கள்[2] எனப்படும். 42—44.

ப்ரதுதங்களின் வகுப்பு.

ஜீவஞ்ஜீவகம் என்னும் ஒருவித கிலாமுக்கிப்பறவை, கள்ளிக்காக்கை, குடுமிப்பருந்து, கிளி, பெண்கிளி, ஊர்க்குருவி, குயில், பச்சைக்குருவி, மாடப்புறா, குருவி இவை ப்ரதுதங்கள்[3] என்று கூறப்படுகின்றன. 45.

பிலேசயங்களின் வகுப்பு.

தவளை, உடும்பு, ஸர்ப்பம், முள்ளப்பன்றி முதலியவை பிலேசயங்கள்[4] என்று கூறப்படுகின்றன. $45\frac{1}{2}$

ப்ரஸஹங்களின் வகுப்பு.

பசு, கழுதை, கோவேறுகழுதை, ஒட்டை, குதிரை, சிவங்கி, சிங்கம், கரடி, குரங்கு, பூனை, எலி, புலி, செந்நாய், கீரிப்பிள்ளை, சிறுத்தை, கருங்குரங்கு, நரி, பருந்து, காடை, நாய், காக்கை, கருடன், வான்கோழி, அழுகுரல்பக்ஷி, கழுகு, ஆந்தை, கடுவன்குருவி, தூமிகா, மதுஹா இந்த வகுப்பிலுள்ள மிருகங்களும் பக்ஷிகளும் ஒருமிக்க ப்ரஸஹங்கள்[1] எனப்படுகின்றன. 46—48.

மஹாம்ருகங்களின் வகுப்பு.

பன்றி, எருமைக்கிடா, ந்யங்கு,[2] ருரு[3], ரோஹிதம்,[4] யானை, ஸ்ருமரம்[5], சமரம்[6], கட்கம்[7], கவயம்[8] என்னும் இவை மஹாம்ருகங்கள் என்று கூறப்படுகின்றன. 49.

ஜலசரங்களின் வகுப்பு.

அன்னப்பறவை, ஸாரஸபக்ஷி[9], காரன்னம், நீர்க்காக்கை, நீர்க்கோழி, நாரை, அழுகுரல்பக்ஷி, சக்ரவாகப்பக்ஷி, நீர்க்குருவி, க்ரௌஞ்சபக்ஷி இவை ஜலசரங்கள் எனப்படும். 50.

மத்ஸ்யங்களின் வகுப்பு.

ரோஹிதம்[10], பாடீநம்[11], கூர்மம்[12], கும்பீரம்[13], கர்க்கடம்[14], சுக்தி[15], சங்கு, சம்பூகம்[16], சபரீ[17], வர்மி[18], சந்த்ரிகை[19], சுலூகீ[20],

---

1. லாவம் முதலிய சில பக்ஷிஜாதிகளைக் குறிப்பிடும் ஸம்ஸ்கிருதப் பெயர்களுக்கு தமிழில் நிச்சயமான பொருள் கிடைக்கவில்லை.

2. விஷ்கிரங்கள்—நிலங்களில் சிதறியுள்ள தானியங்களைப் பொறுக்கிக் கொறிப்பதால் இப்பறவைகளுக்கு இப்பெயர் வந்தது.

3. அலகுகளால் தானியம் முதலியவற்றைப் பிளந்து அல்லது குத்தி யுண்பதால் 'ப்ரதுதங்கள்' என்னும் பெயர் இவற்றிற்கு வந்தது.

4. பாழிகளில் வஸிப்பதைக்கொண்டு தவளை முதலியவற்றிற்கு 'பிலேசயங்கள்' என்று பெயரிடப்பட்டது.

1. ப்ரஸஹங்கள் — வலியக்கவர்ந்து தீனிகளைத் தின்னு மியல்புடையவை யாகையால் இப்பெயர் வந்ததாகக் கருதப்படுகிறது.
2. ந்யங்கு—தலைகவிழ்ந்தோடும் ஆண்மான்.
3. ருரு—கருப்புச்சாரலையுடைய கலைமான்.
4. ரோஹிதம்—கேஸரியென்னும் ஒருவித மான்.
5. ஸ்ருமரம்—பெரிய சவுரிமான்
6. சமரம்—சவுரிமான்.
7. கட்கம்—காண்டாமிருகம் எனப்படும் கல்யானை
8. கவயம்—பசுவைப்போன்ற மான்.
9. ஸாரஸபக்ஷி — இதற்குத்தமிழில் வண்டாழ்வான் என்று பெயராம்.
10. ரோஹிதம்—செங்கல்மீன்
11. பாடீநம்—ஆயிரம்பற்களுடைய மீன்.
12. கூர்மம்—ஆமை.
13. கும்பீரம்—யானையைப்பிடிக்கும் மிகப்பெரிய முதலை.
14. கர்க்கடம்—நண்டு.
15. சுக்தி—முத்துச்சிப்பி.
16. சம்பூகம்—நத்தை.
17. சபரீ—துள்ளியோடும் கண்டைமீன்.
18. வர்மி—புழுவைப்போன்ற வயிறுநீண்ட ஒருவித மீன்.
19. சந்த்ரிகை — வயிற்றில் மிகப் பிரகாசமாயிருக்கும் மீன்.
20. சுலூகீ — சிசுமாரம் என்னும் மத்ஸ்யத்தைப் போன்ற ஒருவித மீன்.

நக்ரம்[1], மகரம்[2], சிசுமாரம்[3], திமிங்கிலம், ராஜீ[4], சிலிசிமம்[5] இவை முதலியவை மத்ஸ்யவகுப்பைச் சேர்ந்தவையாம். 51, $51\frac{3}{4}$.

இவ்வாறு மாம்ஸ வகைகளுக்கான ஜந்துக்களை எட்டு விதங்களாக ஆன்றோர் பகுத்திருக்கின்றனர். 52.

வெள்ளாடு செம்மறியாடுகளின் தன்மை.

முற்கூறிய எண்வகையான மாம்ஸோபயோகியான பிராணிகளுள் வெள்ளாடு, செம்மறியாடு இவ்விரண்டும் ஜாங்கலமாகவும், ஆநூபமாகவும் கலந்து விவஹரிக்கக்கூடியவைகளா யிருப்பதால், அவை நிச்சயிக்கக்கூடாத தன்மையுள்ளவைகளா யிருக்கின்றன[6]. $52\frac{1}{2}$.

மூன்று வித பூமிகளுக்கேற்ற மூன்றுவித ஜந்துக்கள்.

முதலிற் கூறப்பட்ட மூன்றுவகுப்புகளும் ஜாங்கலதேசத்தைச் சேர்ந்தவைகளாகவும், இறுதியிலுள்ள மூன்றுவகுப்புகளும் ஆநூபதேசத்தைச் சேர்ந்தவைகளாகவும், இடையில் கூறப்பட்ட இரண்டுவகுப்புகள் ஸாதாரண பூமியைச் சேர்ந்தவையாகவும் கருதப்படுகின்றன.[7] 53.

ஜாங்கலமாம்ஸ குணங்கள்.

அவற்றுள் ஜாங்கல பூமியில் வாழும் ஜந்துக்களுடைய மாம்ஸங்கள் இலகுகுணமுள்ளவையாம்; மலபந்தமுண்டுபண்ணக் கூடியனவாயும் சீதவீர்யங்களாகவும் இருக்கும். கபத்தினால் அநுஸரிக்கப்பட்டு, பித்தம் அதிகரித்து, வாதம் நடுநிலைமையிலுள்ள ஸந்நிபாத தோஷத்தில் இந்த மாம்ஸங்கள் அநுகூலமானவையாம். 54.

முயல்மாம்ஸத்தின் குணங்கள்.

முயலினுடைய மாம்ஸமானது தீபநம், ரூக்ஷம், க்ராஹீ, சீதவீர்யம் என்னும் குணங்களுடன் கூடியதாய், விபாகத்தில் கடுவாக மாறக்கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. $54\frac{1}{2}$.

வர்த்தகம் முதலானவற்றின் மாம்ஸ குணங்கள்.

வர்த்தகம் முதலான ஜாங்கல ஜந்துக்களின் மாம்ஸங்கள்[1] சிறிது உஷ்ணவீர்யமாகவும், குரு, ஸ்நிக்த்தம், ப்ருஹ்மணம் என்னும் குணங்களுள்ளவையாகவும் இருக்கின்றன. 55.

இத்திரிமாம்ஸ குணங்கள்.

அவற்றிலும் இத்திரியென்னும் பக்ஷியின் மாம்ஸம் மிகச் சிறந்தது. அது புத்தி விசேஷத்தையும், ஜாடராக்னியையும், பலத்தையும், சுக்ரத்தையும் விருத்திசெய்யுந் தன்மையது; க்ராஹீ, வர்ண்யம் என்னும் குணங்களும், வாத தோஷம் மேலோங்கிய ஸந்நிபாதத்தைப் போக்கும் தன்மையும் விசேஷமாய் இதற்குண்டு. 55, 56.

மயில் மாம்ஸத்தின் குணங்கள்.

மயிலின் மாம்ஸம் அதிகமாய் உபயோகிக்கத் தகுந்ததல்ல; ஆனால் காது, தொண்டையின் த்வனி, வயது, நேத்திரம் இவற்றில் பலம் விருத்தியாவதற்கு அநுகூலமாயிருக்கிறது. $56\frac{1}{2}$.

---

1. நக்ரம்—ஸாதாரண சிறிய முதலை.
2. மகரம்—சுறாமீன்.
3. சிசுமாரம்—முதலையைப்போன்ற ஒருவித கொடிய மீன்.
4. ராஜீ—நீர்ப்பாம்பு.
5. சிலிசிமம்—ஸாதாரண சிறிய மீன்.

6. ஆடுகள் சிலஸமயம் ஜாங்கல பூமிகளிலும், சிலஸமயம் ஆநூபபூமிகளிலும் ஸஞ்சரிக்கும் சுபாவமுள்ளவையாதலால், அவை இன்னபூமியில்மட்டும் வாழக்கூடியவையென்று நிச்சயிப்பது கஷ்டம். (ஜாங்கல-ஆநூப-ஸாதாரண பூமிகளின் இலக்ஷணம் முதலானதைக் குறித்து 7-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.)

7. மிருகங்களின் வகுப்பு, விஷ்கிரவகுப்பு, ப்ரதுத வகுப்பு இம்மூன்றும் முதலிற் கூறப்பட்டவை; மஹா ம்ருகங்கள், ஜலசரங்கள், மத்ஸ்யங்கள் இவற்றின் வகுப்புகள் இறுதியிற் கூறப்பட்டவை; பிலேசயங்கள் ப்ரஸஹங்கள் இவை இடையிற் கூறப்பட்டவையாகும்.

1. வர்த்தகம் முதல் சடகம் என்னும் குருவியைப் பற்றி குறிப்பிடும் வரையிலுள்ள ஜந்துக்கள் வர்த்தகம் முதலானது என்பதால் குறிப்பிடப்பட்டதெனக. வர்த்தகம் என்பது விச்சளியென்றும் கூறப்படுகின்றது.

கோழிகளின்மாம்ஸ குணங்கள்.

காட்டுக்கோழியின் மாம்ஸமும் மயில் மாம்ஸத்திற்கேற்ற குணங்களையுடையது; ஆனால் வ்ருஷ்யம் என்னும் குணத்தில் விசேஷித்ததாகும். நாட்டுக்கோழியின் மாம்ஸம் கபத்தை விருத்திசெய்யக் கூடியதாகவும், ஆகவே குருகுணமுள்ளதாகவும் இருக்கும். 57.

க்ரகரம், உபசக்ரகம்இவற்றின் மாம்ஸ குணங்கள்.

க்ரகரம், உபசக்ரம் என்னும் பக்ஷிகளின் [1] மாம்ஸங்கள் புத்தியின் தாரணு சக்தியையும், ஜாடராக்னியையும்விருத்திசெய்யக்கூடியவை; ஹ்ருதயத்திற்கும் ஹிதமானவையாம். 57½.

பொட்டைப்புருவின் மாம்ஸ குணங்கள்.

பொட்டைப்புருவின் மாம்ஸம் குருகுணம், இலவணரஸம் இவற்றையுடையது; வாதபித்த கபங்கள் என்னும் மூன்று தோஷங்களையும் விருத்திசெய்யுந் தன்மையது. 58.

காடையின் மாம்ஸ குணங்கள்.

காடையின் மாம்ஸம் கபத்தை விருத்திபண்ணக் கூடியது; ஸ்நிக்த்தகுணமுள்ளது; ஆகவே விசேஷமாய் வாதஹரமாகவும், சுக்ரத்தைச் செழிப்பிக்கக் கூடியதாகவும் இருக்கிறது. 58½.

பிலேசயாதி வகுப்புகளின் மாம்ஸங்களுடைய குணங்கள்.

இதன்பிறகுள்ள மாம்ஸவகுப்புகள் [2] அடியிற் கூறப்படும் குணங்களில் மேன்மேலும் கிரமமாக விசேஷித்தவையாகும். அவையாவன:—குருகுணம், ஸ்நிக்த்தம், மதுரம், மூத்ரவிரேசகம், சுக்ரலம், பல்யம், வாதஹரம், கபகரம், வாதலம் என்பவையேயாம். 59, 59½.

மஹாம்ருகங்கள், ப்ரஸஹம் இவ்வகுப்பு மாம்ஸங்களின் பொது குணங்கள்.

அவ்வகுப்புகளுள் மஹாம்ருகங்களின் மாம்ஸம் சீதவீர்யம். மாம்ஸத்தைப் புஜிப்பவையான ப்ரஸஹவகுப்பிலுள்ள ஜந்துக்களின் மாம்ஸம் இலவணரஸத்தை அநுரஸமா யுடையது; விபாகத்தில் கடுவாக மாறக் கூடியது; தேஹத்தில் மாம்ஸத்தையும் விருத்தி செய்யும்; அஜீர்ணம், அர்சஸ், கிரஹணீ, க்ஷயம் இவற்றால் வருந்துபவருக்கு மிகவும் ஹிதமானது. 60, 61.

வெள்ளாட்டு மாம்ஸ குணங்கள்.

வெள்ளாட்டின்மாம்ஸம் சிறிது உஷ்ணவீர்யமுள்ளது; குருகுணமுடையதாகவும் ஸ்நிக்த்தமாகவும் இருக்கிறது; வாதாதி தோஷங்களை விருத்திபண்ணுதது; மனிதருடைய தேஹ தாதுக்களுக்குஸமான குணமுடையதாயிருப்பதால் அபிஷ்யந்தியாக இல்லாமல் ப்ருஹ்மணம் என்னும் குணத்தில் சிறந்தது. 62.

செம்மறியாட்டின் குணங்கள்.

செம்மறியாட்டின் மாம்ஸம் வெள்ளாட்டு மாம்ஸத்திலும் குணங்களில் மாறுபட்டதெனவும், ஆனால் ப்ருஹ்மண மென்னும் குணத்தை யுடையதெனவும் அறிக. 62½.

பசுமாட்டு மாம்ஸ குணங்கள்.

பசுமாட்டின் இறைச்சியானது கபம் வெளிவராத வறட்டு இருமல், சிரமம், அதிகமாய் விருத்தியடைந்த ஜாடராக்னி, விஷமஜ்வரம், பீநஸம், தேஹம் இளைத்துப் போயிருத்தல், மற்ற தோஷங்களின் ஸம்பந்த மற்றதாய் கோளாறடைந்த வாததோஷம் இவற்றைப் போக்கும். 63, 63½.

எருமை மாட்டின் மாம்ஸ குணங்கள்.

எருமை மாட்டின் இறைச்சியானது உஷ்ண வீர்யமும், குருகுணமு முள்ளது; அதிக நித்ரையையும், தேஹத்திற்கு வன்மையையும் உண்டு பண்ணக்கூடியது; சரீரத்தைப் பெருக்கவும் செய்யும். 64.

1. க்ரகரம், உபசக்ரம் இவற்றிற்குத் தமிழில் பெயர் நன்கு விளங்கவில்லை.

2. இதன்பிறகுள்ள மாம்ஸவகுப்புகள் என்றல்—பிலேசயம், ப்ரஸஹம், மஹாம்ருகம் முதலான வகுப்பைச் சேர்ந்தவையெனக் கருத்து.

பன்றி மாம்ஸ குணங்கள்.

பன்றியின் மாம்ஸமும் எருமை மாட்டின் மாம்ஸத்திற்கேற்ற குணங்களுடையதாகவே இருக்கும். அவற்றுடன் சிரமத்தைப் போக்கக்கூடியதாகவும், நாக்கில் நல்ல ருசியையும் சுக்ரத்தையும் தேஹபலத்தையும் நன்குண்டாக்கக் கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. 64½.

மத்ஸ்யமாம்ஸகுணங்கள்.

மத்ஸ்யங்கள் மிகவும் கபத்தை விருத்தி செய்யக் கூடியன. அவற்றுள் சிலிசிமம் என்னும் மத்ஸ்யத்தின் மாம்ஸமானது மூன்று தோஷங்களையும் கோளாறடையச் செய்யும். 65.

ஒவ்வொரு மாம்ஸ வகுப்பிலும் சிறந்த குணமுடைய மாம்ஸம்.

லாவம், ரோஹிதம், உடும்பு, ஏணம் என்கிற இந்த நான்கு ஜந்துக்களின் மாம்ஸமும் அதனதன் வகுப்பில் மிகவும் சிறந்ததாகும்.[1] 65½.

கிரஹிக்கக் கூடிய மாம்ஸம்.

ஜந்துக்களை அப்பொழுதே அடித்து எடுக்கப்படுவதும், நடுவயதிலுள்ள நல்ல பிராணியினுடைய மாம்ஸமும் உபயோகிக்கத்தகுந்ததாகும். 66.

பரிஹரிக்கத் தகுந்த மாம்ஸம்.

தானே இறந்துபோன பிராணியின் மாம்ஸமும், இளைத்துப்போன ஜந்துவின் மாம்ஸமும், மிகவும் கொழுத்துப்போன ஜந்துவின் மாம்ஸமும், ஏதோ வியாதிகளாலேயோ, ஜலத்தில் மூழ்கியோ, விஷஸம்பந்தத்தினாலேயோ இறந்துபோன ஜந்துவின் இறைச்சியும் பரிஹரிக்கத் தகுந்ததாம். 66½.

ஒரே இனமான ஜந்துக்களின் தேஹத்திலுள்ள மாம்ஸாதிகளின் குண பேதங்கள்.

ஆண் ஜந்துக்களின் தேஹத்தில் தலை முதலிய முன் அவயவங்களின் மாம்ஸமும், பெண் ஜந்துக்களில் வயிற்றுக்குக்கீழுள்ள அவயவங்களின் மாம்ஸமும், குரு குணமுடையவைகளாம். கர்ப்பந்தரித்துள்ள ஜந்துவின் மாம்ஸமும் குருகுணமுள்ளதாம். நாற்கால் விலங்குகளில் பெண் இனமும், பக்ஷிகளில் ஆண் இனமும் இலகு குணமுள்ளவை. சிரஸ், தோள், துடை, முதுகு, இடுப்பு, கால் இவற்றில் பிந்தியதைவிட முந்திய அவயவங்களின் மாம்ஸங்கள் குணத்தில் முறையே குருவாயிருக்கும்; அவ்வாறே பக்வாசயத்திலும் ஆமாசயத்தின் [1] மாம்ஸம் அதிக குருகுணமுடையது. இரத்தம் முதலிய தாதுக்களும் கிரமமாக மேன்மேலும் குருகுணத்தில் அதிக மேன்மையடைந்ததாகும். இதர அவயவங்களின் மாம்ஸத்திலும் பீஜமும், அதைவிட ஆண் குறியும், அதைவிட வ்ருக்கங்களும், வ்ருக்கங்களினும் யக்ருத் என்னும் கல்லீரலும், கல்லீரலைவிட குதமும் குருகுணத்தில் விசேஷித்ததா யிருக்கின்றன. 67—69½.

சாகவர்க்கம்.

பங்கம் பாலை முதலியவற்றின் குணங்கள்.

பங்கம் பாலை, கச்சோரம், லிலவாகை, ஆரை, பட்டாணிக்கடலை, கறுப்புக் கடுகு, சக்கிரவர்த்திக்கீரை இவை த்ரிதோஷங்களின் ப்ரகோபத்தினாலுண்டாகும் கோளாறுகளைப் போக்கக் கூடியன; இலகு, க்ராஹீ என்னும் குணங்களையுமுடையன. அவற்றுள் ஆரையென்பது ஜாடராக்னியை விருத்தி செய்வதிலும், வ்ருஷ்யம் என்னும் குணத்திலும் விசேஷமானது. கறுப்புக் கடுகுக்கும் கிரஹணீ, அர்சஸ் இவற்றைப் போக்குந் தன்மை

1. லாவம் என்பது விஷ்கிர வகுப்பிலும், ரோஹிதம் என்பது மத்ஸ்ய வகுப்பிலும், உடும்பு பிலேசய வகுப்பிலும், ஏணம் என்பது மிருகவகுப்பிலும் சிறந்ததாகும்.

1. பக்வாசயம்—குடலில் ஆஹாரம் இரஸமாய் மாறி இரத்தத்தில் சேரக்கூடிய பாகம்; ஆமாசயம்—இரைப்பை.

அதிகமாய் உண்டு. சங்கிவர்த்திக்கீரை பேதநம் என்கிற மலத்தை உடைத்துத்தள்ளும் குணத்தில் சிறந்ததாகும். 70—71½.

மணத்தக்காளியின் குணங்கள்.

மணத்தக்காளியானது த்ரிதோஷஹரம்; குஷ்டத்தையும் நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடியது; வ்ருஷ்யம், இரஸாயநம், ஸரம், ஸ்வர்யம்[1] என்னும் குணங்களையுமுடையது; உஷ்ண வீர்யமுள்ளது. 72½.

புளியாரையின் குணங்கள்.

புளியாரை சுவையில் அம்லம்; உஷ்ண வீர்யம்; க்ராஹீ, இலகு, தீபநம் என்னும் குணங்களுடையது; கிரஹணீ, அர்சஸ் இந்த வியாதிகளிலும், வாதகபங்களின் கோளாறுகளிலும் ஹிதமானது. 73.

பேய்ப்புடல் முதலியவற்றின் குணங்கள்.

பேய்ப்புடல், ஏழிலம்பாலை, வேம்பு, நாயர்வேளை, ஆட்லாங்கொடி, சீந்திற்கொடி, பிரம்புக்குருத்து, கண்டங்கத்திரி, ஆடாதோடை, காட்டு எள், இலந்தை, வல்லாரை, வெள்ளரி, பாகல், பர்ப்பாடகம், வெண்ணறுகு, பொன்னாங்கண்ணி, கத்திரி, செவுங்களுர்ப்பூண்டு, மூங்கிற்குருத்து, கருந்தும்பை, நந்தியாவர்த்தம், சவியம், கடுகரோஹிணீ, சார்வலீ, கேழுகம்[2], சந்தனம், பீர்க்கு, செறுகம்பில்லு இவை சுவையில் கைப்பு; விபாகத்தில் கடு; க்ராஹி, வாதலம்,[3] கபபித்தஹரம் என்னும் குணங்களுமுடையன. இவற்றுள் பேய்ப்புடலுக்கு வேறு சில விசேஷ குணங்களுமுண்டு; அவையாவன:—கிருமிஹரம், ருச்சியம், மதுரவிபாகம் என்பவையாம். ப்ருஹதீத்வயத்திற்கு[1] தீபநம், பேதி, வாதஹரம், பித்தலம் என்கிற குணங்கள் விசேஷமானவையாம். ஆடாதோடையானது காஸம், வாந்தி, ரக்தபித்தம் இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடிய விசேஷ குணமுடையதாகும். பாகல் சிறிது கடுரஸத்திலும், தீபநம், கபஹரம் என்னும் குணங்களிலும் விசேஷித்ததாம். கத்திரிக்கு சிறிது கடுரஸமும், சிறிது கைப்பும், உஷ்ணவீர்யமும், மதுரரஸமும், கபஹரம், வாதஹரம், தீபநம், ஹ்ருத்யம், ருச்சியம் என்னும் குணங்களும், பித்தத்தை விருத்திசெய்யாச் சக்தியும், க்ஷாரமென்னும் உப்பு வகையோடு கூடியதுமாயிருக்கிறது. மூங்கிற்குருத்தானது துவர்ப்பு இனிப்பு கைப்பு ஆகிய மூன்று சுவைகள் கலந்த ஒருவித ருசியுடையதாகவும், வயிற்றுப் பொருமலுண்டாக்கக் கூடியதாகவும் இருக்கிறது. பீர்க்கு, ஆட்லாங்கொடி இவ்விரண்டுக்கும் பேதநம், தீபநம் என்னும் குணங்கள் விசேஷமானவையாம். 74—80½.

அம்மான் பச்சரிசியின் குணங்கள்.

சிற்றிலைப்பாலாவி யென்னும் அம்மான் பச்சரிசியானது சீதவீர்யம், ரூக்ஷம், இலகு, மதஹரம்,[2] பித்தஹரம், விஷஹரம் இக்குணங்களுடையது; சுவையிலும் விபாகத்திலும் மதுரமானது. 81½.

வெள்ளுள்ளியின் குணங்கள்.

வெள்ளுள்ளியானது[3] வாத பித்த ஹரம்,

1. ஸ்வர்யம்—குரலை பலப்படுத்துந் தன்மையது.

2. கேழுகம் என்பதற்குத் தமிழில் பெயர் கிடைக்கவில்லை.

3. வாதலம்—வாததோஷத்தை விருத்தி செய்யக் கூடியது.

1. ப்ருஹதீத்வயம்—கத்திரி, கண்டங்கத்திரி இவ்விரண்டையும் ஒருமிக்கக் குறிப்பிடும் பெயர்.

2. மதஹரம்—என்றால் வெறியைப் போக்குவது; கொழுப்பைக் குறைக்கக் கூடியதென்று பொருள்படுமாறு மேதோஹரம் என்று கேரளதேசத்திய பாடம்.

3. வெள்ளுள்ளி யென்பதை "க்ருஞ்ஜநம்" என்று ஸம்ஸ்கிருதத்திற் கூறுவர். க்ருஞ்ஜநம் என்று மலையாள தேசத்திய புஸ்தகத்திலும், முஞ்ஜாதம் என்று தேவநாகரலிபி யிலுள்ள புஸ்தகங்களிலும் காணப்படுகிறது.

ஸ்நிக்த்தம், சீதவீர்யம், குரு, மதுரரஸம், ப்ருஹ்மணம் என்னுங் குணங்களுடையது; விசேஷமாய் சுக்ரத்தையும் விருத்தி செய்யும். 82.

பாலைக்கீரை-கொத்துப் பசலைகளின் குணங்கள்.

பாலைக்கீரை ஸரம் என்னும் செய்கையிலும், குருகுணத்திலும் சிறந்ததாம். கொத்துப்பசலைக்கு பாலைக்கீரைக்குள்ள இரண்டு குணங்களோடு மதஹரம் என்னும் தன்மையும் உண்டு. 82½.

சஞ்சுவின் குணங்கள்.

சஞ்சு[1] என்பது பாலைக்கீரைக்கு ஸமானமான குணமுடையதாகவே கருதப்படுகிறது; ஆனால் பாலைக்கீரை ஸரம் என்னும் குணமுள்ளது; சஞ்சுவானது க்ராஹீ யென்னும் குணத்தையுடையது. 83.

நிலப்பனங்கிழங்கின் குணங்கள்.

நிலப்பனங்கிழங்குக்கு வாதஹரம், பித்தஹரம், மூத்ரலம், சீதவீர்யம் என்னும் குணங்கள் உண்டு; அது சுவையில் மதுரமானது. 83½.

ஜீவந்தியின் குணங்கள்.

ஜீவந்தியானது[2] ஜீவநீயம்,[3] ப்ருஹ்மணம், கண்ட்யம், குரு, வ்ருஷ்யம், இரஸாயநம், சக்ஷுஷ்யம்,[4] த்ரிதோஷஹரம்,[1] சீதவீர்யம் இக்குணங்களையுடையது; மதுரரஸமுள்ளது. 84½.

கூஷ்மாண்டம் முதலியவற்றின் குணங்கள்.

பூசுணி, சுரை, கொம்மட்டி, கக்கரி, வெள்ளரி, கோவை (?), பெரும்பூசுணி, சீனப் பறங்கி, காட்டுவெள்ளரி இவை கபம் வாதம் இவற்றை விருத்தி செய்யும்; பேதநம்,[2] விஷ்டம்பி,[3] அபிஷ்யந்தி, குரு இக்குணங்களுள்ளன; சுவையிலும் விபாகத்திலும் மதுரமானவை. இவற்றுள் கூஷ்மாண்டம் எனப்படும் பூசுணியானது கொடிகளிலுண்டாகும் காய்களுக்குள் சிறந்தது; வாதபித்தங்களின் கோளாறுகளை அகற்றுவதும், வஸ்தி சோதநம்[4] செய்வதும், வ்ருஷ்யத்தன்மையும் இதன் விசேஷ குணங்களாம். பெரும்பூசுணிக்கு மூத்திர விரேசநம் செய்யுந்தன்மை மிகுதியானது. சுரை, கொம்மட்டி, வெள்ளரி, காட்டு வெள்ளரி இவை இளங்காய்களாயிருக்கையில் அதிக ரூக்ஷமாகவும், க்ராஹியாகவும், பித்தஹரமாகவும் சீதவீர்யமுள்ளவையாகவும் இருக்கும்; முதிர்ந்தவையானால் இவற்றிக்கு நேர் மாறான குணங்களுடையவையாகும்.[5]

1. சஞ்சு—இதற்கு தமிழில் பெயர் கிடைக்கவில்லை.

2. ஜீவந்தீ—16-வது அத்தியாயத்தில் கூறப்படும் ஜீவநீயகணத்தைச் சேர்ந்த ஓர் ஔஷதி; இதை சிறுபாலை யென்றும் சிலர் கூறுவர்.

3. ஜீவநீயம்—ஆயுளை விருத்தி செய்யக்கூடியது. [ஜீவநீயம் முதல் இரஸாயநம் வரையிலுமுள்ள ஆறு குணங்களை நிலப்பனங்கிழங்குக்குச் சேர்ந்தவையென்று ஸர்வாங்கஸுந்தரவ்யாக்யாநத்தில் குறிப்பிட்டிருக்கிறது. ஆனால் அக்குணங்கள் ஜீவநீய கணத்தைச் சேர்ந்த ஜீவந்திக்கு இயல்பானவை யென்பது பிரஸித்தம். அவ்விதமே இந்து என்பவன் அஷ்டாங்க ஸங்க்ரஹத்திற்கு இயற்றியுள்ள வ்யாக்யாநத்திலும் எழுதியிருப்பதுடன், கேரளபாஷையிலுள்ள வ்யாக்யாநத்திலும் அவ்வாறே கூறியிருப்பதால், ஜீவநீயாதிகுணங்கள் ஜீவந்திக்கே உரித்தானவையென்று நிச்சயித்து இங்கும் அவ்விதமே எழுதப்பட்டதென்று அறிக.]

4. சக்ஷுஷ்யம்—கண்ணுக்கு ஹிதமானது.

1. த்ரிதோஷஹரம்—வாத பித்த கபங்களின் கோளாறுகளைப் போக்கி அவற்றை இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டுவரக்கூடியது.

2. பேதநம்—இதுவே பேதியென்று கூறப்படும்; இறுகிய மலத்தை உடைக்குந்தன்மை.

3. விஷ்டம்பி—வயிற்றுப்பொருமலை யுண்டாக்குந் தன்மை.

4. வஸ்தி சோதநம்—மூத்திர மார்க்கத்திலுள்ள அடைப்பு முதலானதைப் போக்கி, வஸ்தியென்னும் மூத்திரப்பையிலிருந்து மூத்திரத்தை தாராளமாக வெளிப்படுத்துங்குணம்.

5. முதிர்ந்தவை அதிக ஸ்நிக்த்தமாகவும், பேதநமாகவும், பித்தத்தை விருத்தி செய்யக்கூடியதாகவும், ஆகவே உஷ்ணவீர்யமாகவும் இருக்கும் எனக்கருத்து.

சீர்ணவ்ருந்தம் என்கிற முலாம்பழம்[1] ஒருவித க்ஷாரமென்னும் உப்புடன் கூடியது; பித்தத்தை விருத்தி செய்யும்; கப-வாதஹரம்; ரோசகம், தீபகம், ஹ்ருத்யம் இக்குணங்களுடையது; அஷ்டீலா,[2] ஆநாஹம்[3] இவற்றைப் போக்கும்; இலகு குணமுள்ளது. 85—89.

தாமரைத்தண்டு முதலியவற்றின் குணங்கள்.

தாமரைத் தண்டு, தாமரைக்கிழங்கு, நீர்ச்சேம்பு, ஆம்பற்கிழங்கு, கைதற்கிழங்கு, சேம்பு, அல்லிக்கிழங்கு, மேட்டுத்தாமரை (?), கோரைக்கிழங்கு, முத்தக்காசு, தாமரை மொட்டு, தாமரை விதை இவற்றிற்கு ரூக்ஷம், க்ராஹி, சீதவீர்யம், குரு இக்குணங்களுண்டு. 90, 90½.

வேளை முதலியவற்றின் குணங்கள்.

வேளை, நீர்க்கடம்பு, முரம் என்கிற கந்தத்ரவ்யம், கருங்கஞ்சாங் கோரை, தும்பை, பெருந்துத்தி, குங்கிலியம், லோணிகம்[4], வேலிப்பருத்தி, காட்டுக்கோதுமை, ஜீவந்தம்,[5] கஸ்தூரி எலுமிச்சை (?), தகரை, வாற்கோதுமை, ஸூர்யகாந்தி இவையும்; எல்லாவகையான சேம்புகளும், பலவிதான பருப்பு தானியங்களின் கீரைகளும், அதிமதுரக் கீரையும், ரூக்ஷம், குரு, சீதவீர்யம், ரேசகம், மூத்திர ரேசகம் என்னும் குணங்களுடையன; சுவையில் சிறிது இலவணத்துடன் கூடிய மதுர ரஸமுள்ளவை; வாத கபங்களை விருத்தி செய்யுந்தன்மையன; இவை பெரும்பாலும் வயிற்றுப் பொருமலுண்டுபண்ணி ஜீர்ணமாகும் இயல்புடையவை; இவற்றை முறைப்படி சமையல்செய்து, அவைகளிலிருந்து சாற்றைப் பிழிந்துவிட்டு, நெய் முதலிய ஸ்நேஹங்களைச் சேர்த்து பக்குவம்செய்து உபயோகித்தால் அதிக கெடுதலை யுண்டுபண்ணுவதில்லை. சிறு இலைகளையுடைய துத்தியானது சக்ரவர்த்திக் கீரைக்கு ஸமானமான குணமுடையதென்று கருதப்படுகிறது. 91—94½.

தழுதாழை, மாவிலங்கை இவற்றின் குணங்கள்.

தழுதாழை, மாவிலங்கை இவ்விரண்டும் சுவையில் மதுரமாகவும், சிறிது கைப்புடன் கூடியவையாகவும், கப-வாதஹரங்களாகவும் இருக்கின்றன. 95.

சாறடை, வெள்ளைச் சாறடை, கருவேப்பிலை இவற்றின் குணங்கள்.

சாறடை, வெள்ளைச்சாறடை, கருவேப்பிலை இவற்றில் ஒருவித க்ஷாரமுண்டு; கடுரஸமும், சிறிது கசப்பும் கலந்தவை; தீபகம், பேதகம் என்னும் குணங்களும், விஷதோஷம், சோபமென்னும் சோகை, கபவாதக் கோளாறு இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யுந்தன்மையும் இவற்றிற்கு உண்டு. 96.

புங்க மரத்தளிர் முதலியவற்றின் குணங்கள்.

புங்கமரத்தளிர்கள் தீபகம், கபவாதஹரம், ஸரம்[1] என்னும் குணங்களையுடையன. தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கின் முளைகள் சுவையில் கைப்பாகவும், வ்ருஷ்யம், த்ரிதோஷஹரம் என்னுங் குணங்களுடையவையாகவும் இருக்கும். மூங்கிற் குருத்துக்கு

1. சீர்ணவ்ருந்தம்—இதைப்பற்றி ராஜநிகண்டுவில் "சீர்ணவ்ருந்தம் சித்ரபலம் விசித்ரம் பீதவர்ணகம்" என்று வர்ணம் முதலியதைக் குறிப்பிட்டிருப்பதைக்கொண்டு சீர்ணவ்ருந்தம் என்பதற்கு முலாம் பழம் என்று பொருள் எழுதப்பட்டது.

2. அஷ்டீலா—ஒருவித குன்மரோகம்.

3. ஆநாஹம்—வயிற்றுப் பொருமல்.

4. லோணிகம்—தமிழில் இதற்குப்பெயர் கிடைக்கவில்லை. லோணம் என்று காச்மீரதேசத்தில் பிரஸித்தமான ஒரு பச்சிலையாம்.

5. ஜீவந்தம்—மாளவ தேசத்தில் பிரஸித்தமான ஒருவித கீரை. (இதை ஜீவநீய கணத்தைச்சேர்ந்த ஜீவந்தீயென்று சிலர் பிரமித்துக் கூறுவர்.)

1. ஸரம்—மலத்தை மெள்ள இளகச் செய்து நெகிழப்பண்ணுங்குணம்.

ரூக்ஷம், விதாஹீ[1] என்னுங் குணங்களும், வாதபித்தங்களை விருத்தி செய்யுந் தன்மையும் உண்டு. 97, 97½.

பொன்னாங்கண்ணியின் குணங்கள்.

பொன்னாங்கண்ணியானது தீபகம், கபவாதஹரம் என்னுங் குணங்களுடையது; சுவையில் கைப்பு; ப்லீஹமென்னும் மண்ணீரலைப்பற்றிய வியாதிகளையும், அர்சோரோகத்தையும் போக்கக் கூடியது. 98.

பெரும்புல் முதலானதின் குணங்கள்.

பெரும்புல்லானது கிருமி, காஸம், மார்ச்சளி இவற்றைப் போக்கும்; ஸரம் என்கிற குணமும் உண்டு. குஸூம்பக் கீரையானது ரூக்ஷம், குரு, ஸரம் இக்குணங்களும், பித்தத்தை விருத்தி செய்யுந்தன்மையும், அம்லரஸமுமுள்ளது. கடுக்கீரை குருகுணமும், உஷ்ணவீர்யமும், மூன்று தோஷங்களையும் விருத்தி செய்யுந்தன்மையும், மலமூத்திரங்களைக் கட்டும் சுபாவமும் உடையது. 99, 99½.

இளசான முள்ளங்கியின் குணங்கள்.

சிறிது க்ஷாரத்தின் சுவையும் கைப்புங்கலந்து எவ்வித ருசியும் நன்கு உண்டாக்காத இளசான நிலைமையிலுள்ள முள்ளங்கியானது மூன்று தோஷங்களின் கோளாறுகளை அகற்றக்கூடியது; இலகு குணமும், உஷ்ணவீர்யமுமுடையது; குன்மம், காஸம், க்ஷயம், ச்வாஸம், வ்ரணம், நேத்திர ரோகங்கள், தொண்டைநோய்கள், குரல் கம்மல், அக்னிமாந்த்யம்,[2] உதாவர்த்தம்,[3] பீநஸம் இவற்றைப் போக்குந்தன்மை யுடையது. 100—101½.

முதிர்ந்தமுள்ளங்கியின் குணங்கள்.

முதிர்ந்த முள்ளங்கியானது கடுவான சுவையும் விபாகமு முள்ளது; உஷ்ணவீர்யமானது; த்ரிதோஷங்களை விருத்தி செய்யுந்தன்மையது; குரு, அபிஷ்யந்தி என்னும் குணங்களையு முடையது. 102½.

பக்குவம் செய்ததும், உலர்ந்ததுமான முள்ளங்கியின் குணங்கள்.

அந்த முள்ளங்கியைச் சமைத்து ஸ்நேஹம் சேர்த்து பக்குவம் செய்தால், அது வாதஹரமாகவும் இருக்கும். இளசான முள்ளங்கியென்ன முதிர்ந்த முள்ளங்கியென்ன ஸகலமும் உலர்ந்து போனால் வாத-கபங்களின் கோளாறுகளைப் போக்குங் குணமுடையன. பக்குவம் செய்யாத எந்த முள்ளங்கியும் வாதாதி தோஷங்களுக்குக் கோளாறையுண்டுபண்ணும். 103.

பிண்டாலு என்னும் சேம்பின் குணங்கள்.

பிண்டாலு என்னும் ஒருவகைச் சேம்பு வாத-கபங்களின் கோளாறுகளை அகற்றும்; பித்தத்தை விருத்தி செய்யும். 103½.

கஞ்சாங் கோரை முதலியவற்றின் குணங்கள்.

கறுப்புக் கஞ்சாங்கோரை, முருங்கை, கருந்துளஸி, கர்ப்பூரவல்லி, கடுகு, வாஸனைப்புல், கிடாரை, வெண் கஞ்சாங்கோரை, எலுமிச்சை முதலியவை க்ராஹீ, சாலகம்,[1] விதாஹீ, ரூக்ஷம், உஷ்ணவீர்யம், ஹ்ருத்யம், தீபகம், ரோசகம், க்ருமிஹரம், தீக்ஷ்ணம், இலகு, தோஷோத்க்லேசகம்[2] என்னும் குணங்களுடையன; சுவையில் கடுரஸமானவை; நேத்திரசக்தியையும் சுக்கிலத்தையும் க்ஷயிக்கச் செய்யும். இவற்றுள் கருந்துளஸியானது விசேஷமாக விக்கல், காஸம், ச்வாஸம், பக்கச்

1. விதாஹீ—ஆஹாரத்தை குடலில் முறியச் செய்து மார்பிலும் வயிற்றிலும் எரித்தலையுண்டாக்குங் குணம்.

2. அக்னிமாந்த்யம்—பசியின்மை.

3. உதாவர்த்தம்—குதம் முதலியவற்றால் வரவேண்டிய மலம் முதலானவை மேல்நோக்கி வெளி வருதல்.

1. சாலகம்—(ஶாலகம்)—ஊறுகாய் முதலிய உபதம்சங்களின் குணம்; என்றால் உணவு உட்கொள்ளும் விருப்பத்தை விருத்தி செய்யுந்தன்மை.

2. கபம், பித்தம் முதலானவற்றைக் கலக்கி வெளிப்படுத்துங்குணம்.

ஞூலை, உடம்பிலுண்டாகும் தூர்க்கந்தம் இவற்றைப்போக்கும். கர்ப்பூரவல்லி யென்பது சிறிது விதாஹீயென்னும் குணத்திலும், க்ருத்ரிம விஷங்களையும் சோகையையும் சமநம் செய்யும் தன்மையிலும் விசேஷித்ததாகும். 104-106½.

கொத்தானின் குணங்கள்.

கொத்தான் என்னும் சரக்கு[1] கைப்பும், சிறிது மதுரரஸமு முள்ளது; மூத்திரத்தைச் சுரப்பிக்கும்; பித்தத்தை விருத்தி செய்யுங் குணமும் சிறிது உண்டு. 107.

ஈருள்ளியின் குணங்கள்.

ஈருள்ளியானது மிகவும் தீக்ஷ்ணமும், உஷ்ணவீர்யமும், கடுவான விபாகமும் சுவையும் உடையது; ஸரம், ஹ்ருத்யம், கேச்யம்,[2] குரு, வ்ருஷ்யம், ஸ்நிக்த்தம், ரோசநம், தீபநம் என்கிற குணங்களும் இதற்குண்டு; வெண்குஷ்டம், குஷ்டம், குன்மம், அர்சஸ், மேஹம், க்ருமி, கபவிகாரம், வாத விகாரம், விக்கல், பீநஸம், ச்வாஸம், காஸம், ரக்தபித்தம் இவற்றையும் இது நிவ்ருத்தி செய்யும்.[3] 108, 109.

வெங்காயத்தின் குணங்கள்.

வெங்காயமானது உள்ளியைப் பார்க்கிலும் குணத்திற் குறைந்தது; கபத்தை விருத்தி செய்யும்; பித்தத்தை சிறிதளவு உண்டுபண்ணும்; கபத்திலும் வாதத்திலும் உண்டான அர்சஸ்ஸுகளின் சிகித்ஸையில் ஸ்வேதநம் செய்வதற்கும், உட்கொள்வதற்கும் ஹிதமானது. 110.

வெள்ளைப்பூண்டின் குணங்கள்.

வெள்ளைப்பூண்டானது தீக்ஷ்ணமாகவும், கிராஹியாகவும், பித்தரோகிகளுக்கு அல்லது பித்தப்ரக்ருதிகளுக்கு பிரதிகூலமாகவும் இருக்கிறது. 110½

கருணைக் கிழங்கு நாய்க்குடைகளின் குணங்கள்.

கருணைக்கிழங்குக்கு தீபநம், ரோசநம், கபஹரம், விசதம்,[1] இலகு இக்குணங்கள் உண்டு; விசேஷமாக அர்சோ ரோகங்களுக்கு ஹிதமானது. நாய்க்குடை யென்னும் பூண்டு தோஷங்களை மிகவும் கோளாறடையச் செய்யும். 111, 111½.

இலை, புஷ்பம், கனி, தண்டு, கிழங்கு இவற்றிற்கு குணத்தில் தாரதம்யம்.

சாகவர்க்கங்களில் நாம் உபயோகிக்கும் அம்சங்களான இலை, புஷ்பம், கனி, தண்டு, கிழங்கு இவை மேன்மேலும் ஒன்றுக்கொன்று முறையே குருகுணமுள்ளவையாம். 112.

சாகவர்க்கத்தில் சிறந்ததும் இகழ்ந்ததும்.

சாகவர்க்கத்தில் ஜீவந்தியென்கிற பதார்த்தம் சிரேஷ்டமானது; கடுகுக்கீரை குணத்தில் மிகவும் குறைந்ததாம். 112½.

கனிவர்க்கங்கள்.

திராக்ஷையின் குணங்கள்.

திராக்ஷையானது கனிவர்க்கங்களுள் உத்தமமானது; வ்ருஷ்யம், சக்ஷுஷ்யம், மலமூத்திர ரேசநம், ஸ்நிக்த்தம், சீதவீர்யம், குரு இக்குணங்களுடையது; சுவையிலும் விபாகத்திலும் மதுரமானது; வாதரோகம், ரக்தபித்தம்,

1. ஆர்த்ரிகா என்பது இங்கு கொத்தான் என்று தமிழில் கூறப்படுகிறது; இதையே காட்டு இஞ்சி என்றும் சிலர் கூறுவர்.

2. கேச்யம்—தலைமயிருக்கு அநுகூலமானது.

3. ஈருள்ளிக்கு இன்னும் வேறு சில குணங்களும் இருப்பதாக அஷ்டாங்க ஸங்க்ரஹத்தில் கூறப்பட்டுள்ள பாடத்தை இங்கும் சிலர் படிக்கின்றனர். அதாவது—"பக்நஸந்தாநக்ருத் வ்ருஷ்யோ ரக்தபித்த ப்ரதூஷண:" என்றால்—ஒடிந்த எலும்பு முதலானதை மீண்டும் ஒரு மிக்கச் சேர்ப்பதற்கு உபயோகமானது; வ்ருஷ்யம்; இரத்தம், பித்தம் இவற்றைக் கெடுக்கும். பழைய ஏட்டுப்பிரதிகளிலும் பழைய அச்சிட்ட புஸ்தகங்களிலும் இந்த பாடம் காணப்படுவதில்லை.

1. விசதம்—பிசுபிசுப்பென்னும் ஒருவித டைசயில்லாத் தன்மை.

வாய்க்கசத்தல், மதாத்யயம்,[1] நாவறட்சி, காஸம், ச்வாஸம், சிரமம், தொண்டைக் கம்மல், க்ஷதகாஸம்,[2] க்ஷயம் இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யுந்தன்மையது. 113—114½.

மாதளைகளின் குணங்கள்.

மதுர ரஸமுள்ள மாதளையானது சிறிது பித்தம் மேலிட்டுள்ள ஸந்நிபாதக் கோளாறை நிவ்ருத்திசெய்யவல்லது; புளிப்பான மாதுளை பித்தத்திற்கு சிறிது பிரதிகூலமானது; சிறிது உஷ்ண வீர்யமுடையது; வாத-கபங்களைப் போக்கும். எல்லா மாதளையும் ஹ்ருத்யம், இலகு, ஸ்நிக்த்தம், க்ராஹீ, ரோசநம், தீபநம் என்னும் பொதுவான குணங்களுடையன. 115, 116.

வாழை முதலியவற்றின் குணங்கள்.

வாழை, பேரீச்சு, பலா, தேங்கு, ஈச்சு, ஆம்ராதகம், பனை, பெருங்குமிழ், பழமுன்னிப்பாலை, இலுப்பை, சிற்றிலந்தை, இலந்தை, ஏறழிஞ்சில், பேயத்தி, நறுவிலி, வாதுமை, மாவள்ளி, மலையூவக்காய், நாகமல்லி, அழிஞ்சில், மலைவாழை, முறளஞ்செடி இவற்றின் கனிகளுக்கு ப்ருஹ்மணம், குரு, சீதவீர்யம், ஸ்நிக்த்தம், விஷ்டம்பி என்னும் குணங்களும், நாவறட்சி, க்ஷதகாஸம், க்ஷயம், ரக்தபித்தம் இவற்றைப் போக்கும்; கபம், சுக்ரம் இவ்விரண்டையும் விருத்திசெய்யும்; சுவையிலும் விபாகத்திலும் மதுரமானவை. இவற்றுள் பனம்பழம் பித்தத்தை விருத்திசெய்வதிலும், பெருங்குமிழன் பழம் ஸரம், சீதவீர்யம், கேச்யம், மேத்யம், இரஸாயநம், மலமூத்திர பந்தஹரம் என்னும் குணங்களிலும் விசேஷித்தவையாம். வாதுமை முதலியவற்றிற்கு உஷ்ண வீர்யமும், கபபித்தங்களை விருத்திசெய்யுந் தன்மையும், ஸரம், வாதஹரம், ஸ்நிக்த்தம் என்னும் குணங்களும் விசேஷமானவை. முறளம்பழம் சிறிது உஷ்ணவீர்யமானது. முறளம்பழத்தின் விதை மதுரரஸமுள்ளது; வ்ருஷ்யம், பித்தஹரம், வாதஹரம் என்னும் குணங்களிற் சிறந்தது. இலந்தங்கொட்டைக்கும் அதே குணங்களோடு நாவறட்சியைப் போக்குதல், வாந்தியையும் கிருமிகளையும் நிவ்ருத்திசெய்தல் என்னும் குணங்களும் விசேஷமாய் உண்டு. 117-122½.

பில்வப்பழம் காய் இவற்றின் குணங்கள்.

நன்றாகக் கனிந்த பில்வப்பழம் ஜீர்ணமாவது மிகவும் கடினம்; தோஷங்களை விருத்திசெய்யும்; தூர்நாற்றமுள்ள அபாநவாயுவை வெளிப்படுத்தும்; பழுக்காத காய், தீபநம், கப-வாதஹரம் என்னும் குணங்களையுடையது. இரண்டுக்கும் க்ராஹீ யென்னும் குணம் விசேஷமானது. 123½.

விளாங்காய், பழம் இவற்றின் குணங்கள்.

விளாங்காய் தொண்டையைக் கெடுக்கும்; தோஷங்களை விருத்திசெய்யும். விளாம்பழமோ தோஷங்களின் கோளாறைப் போக்கும்; விக்கம் வாந்தி இவற்றையும் தீர்க்கும். விளாங்காய், விளாப்பழம் இரண்டும் க்ராஹீ, விஷஹரம் என்னும் இரண்டு பொதுவான குணங்களையும் உடையவை. 124½.

நாவற் கொட்டையின் குணங்கள்.

நாவற் கொட்டைக்கு குரு, விஷ்டம்பி,[1] சீதவீர்யம், கபஹரம், பித்தஹரம் இக்குணங்களும், வாதத்தை அதிகமாய் விருத்தி செய்யுந் தன்மையும், மூத்திரம் மலம் இவ்விரண்டையும் கட்டுங்குணமும் உண்டு. 125½.

1. மதாத்யயம்—மதுபானம் செய்வதாலுண்டாகும் வெறி அதிகரித்து ஸம்பவிக்கும் கெடுதி.

2. க்ஷதகாஸம் — இரும்பும்போது இரத்தமும் வெளிவரும் ரோகம்.

1. விஷ்டம்பீ—வயிற்றுப் பொருமலையுண்டுபண்ணும் தன்மை.

மாங்காய்-மாங்கனிகளின் குணங்கள்.

இளசான மாங்காய் வாத-பித்தங்களுக்கும், இரத்தத்திற்கும் ப்ரகோபத்தை யுண்டுபண்ணும்[1]. முதிர்ந்த காய் கபம் பித்தம் இரண்டையும் ப்ரகோபிக்கச் செய்யும். நன்கு பக்குவமான மாம்பழம் இனிய சுவையும் சிறிது அம்ல ரஸமும் அடங்கியதாய், குரு குணமாகவும் வாதஹரமாகவும் கபம் சுக்ரம் இவற்றை விருத்திசெய்யக்கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. 126½.

புளியின் குணங்கள்.

புளியானது க்ராஹீ, ரூக்ஷம், உஷ்ண வீர்யம், வாதஹரம், கபஹரம், இலகு இக்குணங்களுடன் கூடியது. 127.

வன்னிக்கனி ஊவக்காய்களின் குணங்கள்.

வன்னிக் கனியானது குரு, உஷ்ண வீர்யம், ரூக்ஷம் இக்குணங்களையுடையது; இதை உபயோகித்தால் மயிர்களும் உதிரும். கசப்பான ஊவக்ககாயானது பித்தத்தை விருத்தி செய்யும்; கபஹரம்; வாதஹரம்; பேதகம்; ப்லீஹமென்னும் மண்ணீரலைப்பற்றிய ரோகங்களையும், கிருமி ரோகத்தையும், குன்மத்தையும், அர்சஸ்ஸையும் நிவ்ருத்தி செய்யுந்தன்மையது. மதுர ரஸமுள்ள ஊவக்காய் அதிக உஷ்ண வீர்யமல்லாததும், மூன்று தோஷங்களின் கோளாறுகளைப் போக்கக்கூடியதுமா யிருக்கிறது. 128, 128½.

கொம்மட்டி மாதளையின் குணங்கள்.

கொம்மட்டி மாதளையின் மேல் தோலானது கைப்பும் சிறிது கடுரஸமுமுடையது; ஸ்நிக்த்தமும் வாதஹரமுமான குணங்களை யுடையது. இக்கனியின் உட்புறத்துச் சதை இனிப்பாகவும், ப்ருஹ்மணமாகவும், வாத-பித்தஹரமாகவும், குருகுணமுள்ளதாகவும் இருக்கும். மணிகளைப்போன்ற அதன் கதுப்பானது இலகு குணமுள்ளது; காஸம், ச்வாஸம், விக்கல், மதாத்யயம், நாவறட்சி, வாதகோபம், கப ப்ரகோபம், மலபந்தம், வாந்தி, அரோசகம், குன்மம், உதரரோகங்கள்,[1] அர்சஸ், வயிற்றுளைத்தல், அக்னிமாந்தியம் இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும். 129—131.

சேராங்கொட்டையின் குணங்கள்.

சேராங்கொட்டையின் மேல்தோலும் சதையும் ப்ருஹ்மணமாகவும், மதுரமாகவும், சீதவீர்யமுள்ளதாகவும் இருக்கின்றது. அதன் கொட்டை அக்னியைப்போல் அழற்சியுண்டாக்கக்கூடிய உஷ்ண வீர்யமுள்ளதாகவும், மேத்யமாகவும், விசேஷமாய் வாதகபஹரமாகவும் இருக்கிறது. 132.

கொன்றை முதலியவற்றின் குணங்கள்.

கொன்றையில் இனிப்பான இனமொன்றும், புளிப்பான இனமொன்றும் ஆக இரண்டுவிதமுண்டு. அவற்றுள் இனிப்பான கொன்றை சீதவீர்யமும், குரு குணமும், நற்சுவையைத் தரும் தன்மையையும் உடையது. புளிப்பான கொன்றை உஷ்ண வீர்யமும், குருகுணமும், நல்லசுவையைத் தந்து, ஹ்ருதயத்திற்கு பலமுமுண்டுபண்ணக் கூடியது. மிதமிஞ்சி விருத்தியான ஜாடராக்னியையும் இது சமநம் செய்யும். மதுரமான ஆருகம் என்னும் ஓஷதியானது[2] நாக்குக்கு இன்பமாயிருக்கும்; நன்கு பக்குவமான ஆருகம் சீக்கிரம் ஜீர்ணமாகும்; அதிக உஷ்ண வீர்யமுமல்லாதது; குருகுணமும், மூன்று தோஷங்களை விருத்தி செய்யுந்தன்மையும் உண்டு. திராக்ஷையும், ஈச்சம்பழமும் உலராத பசுமையான நிலைமையில் அம்லமாகவும், பித்த-கபங்களை விருத்திசெய்யக்கூடியவையாகவும், குருத்வம், உஷ்ண வீர்யம், வாதஹரம், ஸரம் இக்குணங்களுடையதாகவும் இருக்கின்

1. இரத்தம் ப்ரகோபித்தல் என்றால்—இரத்தம் ஏதேனும் தோஷ ஸம்பந்தத்தினால் விகாரமடைதல் எனப் பொருள்.

1. உதரரோகங்கள்—மஹோதரம், ப்லீஹம் வீங்கிப் போதல், கல்லீரல் வீங்குதல் முதலியவை.

2. ஆருகம் என்பதற்குத் தமிழில் பெயர் கிடைக்கவில்லை.

றன. பெருங்களாக்காயும் இவ்வித குணங்களையே உடையது. அம்லரஸங்களான இலந்தை, சிற்றிலந்தை, கொடி யெலுமிச்சம்பழம், ஆம்ராதகம், ஆருகம், குழிநாவல், எலுமிச்சம்பழம், பூவரசம்பழம், மாதளம்பழம் இவை சிறிது பித்தத்தை விருத்திசெய்யும். நன்றாகப் பக்குவமாய் உலர்ந்திருக்கும் பெருங்களாப் பழமும் அதே குணமுடையதாம். உலர்ந்த புளியங்காய், உலர்ந்த இலந்தம்பழம் இவற்றிற்கு தீபநம், பேதநம், இலகு இக்குணங்களும், நாவறட்சி, சிரமம், தேஹவாட்டம் இவற்றைப் போக்குந் தன்மையும் உண்டு; கபவாத விகாரங்களிலும் இவை ஹிதமானவை. 133—137.

எல்லாவற்றிலும் கீழ்த்தர குணமுள்ள கனி.

கனிகளெல்லாவற்றிலும் கொடி யெலுமிச்சையே குணத்திற் குறைவுபட்டது; அது வாத பித்த கபங்கள் மூன்றையும் ப்ரகோபிக்கச் செய்யும். 137½.

உபயோகிக்கத்தகாத தானியங்களும் சாகாதிகளும்.

பனி, காறறு, உஷ்ணம், கெட்டுப்போன வாயு, ஸர்ப்பத்தின் உமிழ்நீர் முதலியவற்றால் தூஷிப்பிக்கப்பட்டதும், க்ருமி முதலியவற்றோடு கூடியதும், ஜலத்தில் அமிழ்ந்திருப்பதும், தகாத பூமியில் உற்பத்தியானதும், அகாலத்தில் உண்டானதும், பல வேறு தானியங்களுடன் கலந்திருப்பதும், மிகவும் நாட்பட்டு விட்டதால் வீர்யமிழந்ததுமான தானியத்தைப் பரிஹரிக்கவேண்டும்; அதேவிதமான தோஷங்களுள்ளதும், நெய் முதலிய ஸ்நேஹ பதார்த்தங்களின் ஸம்பந்தமில்லாமல் ரூக்ஷமாகவே பக்குவம் செய்யப்பட்டதும், கடினமாயிருப்பதும், இரஸமுண்டாகாததும், உலர்ந்துபோனதுமான சாகங்களும் விலக்கத் தகுந்தவையாம்; ஆனால் முள்ளங்கிமாத்திரம் உலர்ந்து விட்டாலும் உபயோகிக்கக்கூடியதேயாகும். இவ்வித தோஷங்களுள்ளதும், கனியாததுமான பழமும் பெரும்பாலும் இவ்விதமே உபயோகிக்கத்தகாதது. ஆகும்; ஆனால் பில்வப்பழம்மட்டும் கனியாமல் உபயோகிக்கத் தகுந்தது. 138—140½.

ஔஷத வர்க்கம்.

உப்புக்களின் பொது குணங்கள்.

உப்புவகை அனைத்துமே விஷ்யந்தி,[1] ஸூக்ஷ்மம்,[2] வாதஹரம், பாகி,[3] தீக்ஷ்ணம், உஷ்ண வீர்யம், ரோசகம், இலகு இக்குணங்களும், மலத்தை மெதுவாக வெளிப்படுத்துந்தன்மையும் உடையவை யென்று சான்றோர் கூறுகின்றனர். 141, 141½.

இந்துப்பின் குணங்கள்.

அவற்றுள் இந்துப்பானது சிறிது இனிப்பாகவும், வ்ருஷ்யம், ஹ்ருத்யம், த்ரிதோஷஹரம், இலகு, தீபநம் என்னும் குணங்களுடையதாகவும் இருக்கும்; சிறிது உஷ்ண வீர்யம்; மற்ற உப்புகளைப்போல் அவ்வளவு அழற்சியை யுண்டுபண்ணுவதல்ல; நேத்திரங்களுக்கு ஹிதமானது. 142½.

வளையலுப்பின் குணங்கள்.

வளையலுப்பு இலகு, ஹ்ருத்யம், தீபநம், ருச்சியம் இக்குணங்களுடையது; ஒருவித மணமுமுள்ளது; ஏப்பத்தை சுத்திசெய்யக்கூடியது; கடுவிபாகமும், மலபந்தத்தைப் போக்குந்தன்மையும் உண்டு 143½.

அட்டுப்பின் குணங்கள்.

அட்டுப்பு, கபம் வாதம் இவை மேல்நோக்கி வந்தாலும் கீழ்நோக்கி வந்தாலும் அவற்றை அந்தந்த நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு வெளிப்படுத்தக்கூடியது; தீபநம் என்னும் குணமு

1. விஷ்யந்தி—அபிஷ்யந்தி யென்றும் கூறப்படும். இரஸமென்னும் அன்னச்சத்து ஓடுவதற்கான குழாய்களை அடைத்து, சரீரத்திற்குச் செழிப்பை யுண்டாக்குங் குணம்.

2. ஸூக்ஷ்மம்—[illegible]வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. பாகி—அழற்சியை யுண்டுபண்ணி கொப்புளிக்கச் செய்யுங் குணம்.

முண்டு; மலபந்தம், வயிற்றுப் பொருமல், மலாதிகள் கட்டுப்படுவதால் ஏற்படும் வயிற்றுளைத்தல், குருத்வம் இவற்றை நிவ்ருத்திசெய்யுந் தன்மையையும் உடையது. 144½.

கடலுப்பின் குணங்கள்.

கறியுப்பு எனப்படும் கடலுப்பு விபாகத்தில் கடுவானது; குருகுணமுடையது; கபத்தை விருத்திசெய்யுந்தன்மையும் அதற்குண்டு. 145.

உவர் மண்ணுப்பின் குணங்கள்.

சவுட்டுப்பென்னும் உவர் மண்ணுப்பானது சிறிது கைப்பும் கடுவும் கலந்த க்ஷாரத்தின் சுவையுடையது; தீக்ஷ்ணமும் கஸியச் செய்யுந் தன்மையு முள்ளது [1] 145½.

கிருஷ்ணலவணத்தின் குணங்கள்.

கிருஷ்ணலவணமென்னும் கரியுப்புக்கு, ஒரு வித வாஸனையைத் தவிர்த்து வளையிலுப்புக்குள்ள மற்றெல்லாக்குணங்களும் உண்டு. 146.

ரோமலவணம் பாம்ஸுலவணம் இவற்றின் குணங்கள்.

ரோமலவணம் என்பது இலகு குணமுள்ளது. பாம்ஸுலவணம் என்னும் கல்லுப்பானது சிறிது க்ஷாரத்துடன் கூடியது; குருகுணமும் கபத்தை விருத்தி செய்யும் தன்மையு முள்ளது. 146½.

லவணங்களை உபயோகிக்க வேண்டிய கிரமம்.

முற்கூறிய லவணங்களைப் பிரயோகிக்க வேண்டுமானால், அவற்றுள் எதையும் இந்துப்பு முதற்கொண்டு கிரமமாக உபயோகிக்கவேண்டும். 147.

யவக்ஷாரத்தின் குணங்கள்.

யவதானியத்தின் சுணையிலிருந்துண்டாகும் யவக்ஷாரம் என்பது குன்மம், ஹ்ருதயரோகம், கிரஹணீ ரோகம், பாண்டு, மண்ணீரலைப்பற்றிய வியாதிகள், வயிற்றுப் பொருமல், தொண்டையைப்பற்றிய நோய்கள், ச்வாஸ ரோகம், அர்சஸ், கபத்தின் கோளாறுகள், காஸம் இவற்றைப்போக்கும். 148.

க்ஷாரங்கள் அனைத்துக்கும் பொது குணங்கள்.

எல்லா க்ஷாரமும் மிகவும் தீக்ஷ்ணம், உஷ்ணவீர்யம், கிருமிஹாரம், இலகு, பாசீ, சேதி[1] விதாரணம்[2] இக்குணங்களுடையது; இரத்தம் பித்தம் இவற்றைத் தூஷிப்பிக்கும்; கடுரஸமும் இலவணரஸமும் அதிகமாயிருப்பதால் சுக்ரம் ஓஜஸ், [3] தலைமயிர், கண் இவற்றிற்கு அநுகூல மானதல்ல. 149, 149½.

பெருங்காயத்தின் குணங்கள்.

பெருங்காயம் வாதகபங்களின் கோளாறுகளையும், வயிற்றுளைத்தலையும், வயிற்றுப் பொருமலையும் போக்கும்; பித்தத்தை ப்ரகோபப்படுத்தும்; சுவையிலும் விபாகத்திலும் கடுவானது; ருச்யம், தீபநம், பாசநம், இலகு என்னுங் குணங்களுடையது. 150½.

கடுக்காயின்குணங்கள்.

கடுக்காய் உவர்ப்பான சுவையுள்ளது; விபாகத்தில் மதுரமானது; இலவணரஸமொன்றைத்தவிர மற்ற இரஸங்களும் இதற்குண்டு; [4] ரூக்ஷம், இலகு, தீபநம், பாசநம், மேத்யம், ஸரம், ஆயுஷ்யம் இக்குணங்களுடையது; திடமான நடுவயதை நிலைநிறுத்துவதில் சிறந்தது; உஷ்ணவீர்யமானது; புத்திக்கும் புலன்களுக்கும் வன்மைதரக் கூடியது; குஷ்டம்,

1. இந்துப்பு, வளையலுப்பு, அட்டுப்பு, கடலுப்பு, உவர் மண்ணுப்பு என்னும் இவ்வைந்தும் பஞ்சலவணங்கள் எனப்படும்.

1. சேதி.—இதுவே சேதனம் என்றும் கூறப்படும்; கபம் முதலிய தோஷங்களை அடியோடு அறுத்து வெளிப்படுத்துங்குணம்.

2. விதாரணம்—வீக்கம் அல்லது கட்டி முதலியவற்றை உடைக்குங்குணம்.

3. ஓஜஸ்—33-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

4. கடுக்காய்க்கு துவர்ப்பு முக்கிய ரஸம்; புளிப்பு, கார்ப்பு, கைப்பு, இனிப்பு இந்த நான்கும் உபரஸங்களாம்.

நிறம் மாறுபடுதல், தொண்டைக்கம்மல், வெகு நாட்பட்ட ஜ்வரம், விஷமஜ்வரங்கள், சிரோரோகங்கள், நேத்திர ரோகங்கள், பாண்டு ரோகம், ஹ்ருதயத்தைப் பற்றிய ரோகம், காமாலை, கிரஹணீ, க்ஷயம், சோகை, அதிஸாரம், மேதோரோகம், [1] மூர்ச்சாரோகம், கிருமி ரோகம், ச்வாஸம், காஸம், வாயில் நீர்ச்சுரத்தல், அர்சஸ், ப்லீஹரோகங்கள், வயிற்றுப் பொருமல், க்ருத்ரிமவிஷ ஸம்பந்தமான கோளாறுகள், உதரரோகங்கள், ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் என்னும் இந்த்ரியமார்க்கங்களும் மலம் முதலியவை வெளியாகவேண்டிய மார்க்கங்களும் அடைபடுதல், குன்மம், ஊருஸ்தம்பம், [2] அரோசகம் இவற்றையும், கப வாதங்களாலுண்டாகும் அந்தந்த ரோகங்களையும் அது நிவ்ருத்தி செய்யவல்லது. 151—155.

நெல்லிக்காயின் குணங்கள்.

நெல்லிக்காயும் கடுக்காய்க்கு ஸமானமான குணங்களுடையது; ஆனால் சீதவீர்யமும்; அம்ல ரஸமும், பித்த கபங்களைப் போக்குந் தன்மையும் இதற்கு விசேஷமான குணங்களாம். 155½.

தான்றிக் காயின் குணங்கள்.

தான்றிக் காயானது விபாகத்தில் கடுரஸமும் சீதவீர்யமும் உள்ளது; தலைமயிர்களை வளர்க்கக் கூடியது; மற்ற விஷயங்களில் கடுக்காய் நெல்லிக் காய்களுக்குச் சற்றேறக்குறைய ஸமான குணமுள்ளது. 156.

த்ரிபலையும் அதன்குணங்களும்.

கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் இம்மூன்றுக்கும் ஒரு மிக்க த்ரிபலை எனப் பெயர்; இரஸாயநமென்னும் குணத்திற் சிறந்தது; நேத்திரரோகங்களைப் போக்கும்; ரோபணமென்னும் குணமும் இதற்குண்டு; சர்மரோகம், சீழ் அல்லது ஊன் தண்ணி முதலியது கசிதல், மேதோரோகம், மேஹரோகம், கபத்தின் கோளாறு, ரக்தபித்தம் இவற்றையும் நிவ்ருத்தி செய்யும். 157.

த்ரிஜாத-சதுர்ஜாதங்களும், அவற்றின் குணங்களும்.

இலவங்கப்பத்திரி, லவங்கப்பட்டை, ஏலக்காய் இம்மூன்றுக்கும் த்ரிஜாதகம் [1] என்று பெயர். இம்மூன்று வஸ்துக்களோடு நாககேஸரமும் சேர்ந்தால் சதுர்ஜாதம் எனப் பெயர். தீக்ஷ்ணம், உஷ்ணவீர்யம், ரூக்ஷம், தீபநம், ரோசநம் என்னும் குணங்களும், பித்தத்திற்கு ப்ரகோபமுண்டு பண்ணுந்தன்மையும் இவற்றிற்கு உண்டு. 157½.

மிளகின் குணங்கள்.

மிளகானது பித்தத்தை விருத்தி செய்யும்; தீக்ஷ்ணமானது; உஷ்ணவீர்யம்; ரூக்ஷம்; தீபநம்; ரோசநம்; சுவையிலும் விபாகத்திலும் கடுவானது; கபஹாரம்; இலகு குணமுள்ளது. 158½.

திப்பிலியின் குணங்கள்.

திப்பிலியானது ஈரமாயிருக்கையில் கபஹாரம், மதுர ரஸம், சீதவீர்யம், குருத்வம், ஸ்நிக்தம் இக்குணங்களுடையது. அதுவே உலர்ந்து விட்டால், அதற்கு நேர் மாறான குணங்களை யுடையதாகும்; ஸ்நிக்தம், வ்ருஷ்யம், கடு ரஸம், மதுரவிபாகம், வாதஹாரம், கபஹாரம், ஸரம் என்கிற விசேஷகுணங்களும், ச்வாஸ காஸங்களைப் போக்குந்தன்மையும் இவ்வுலர்ந்த திப்பிலிக்கு உண்டு; ஆனால் இரஸாயநமுறையில் உபயோகிப்பதைத் தவிர்த்து, மற்றதில் அதை அதிகமாய் உபயோகிக்கக் கூடாது, 159-160½.

1. மேதோரோகம்—கொழுப்பு அதிகரித்து தேஹம் ஸ்தூலித்து விடும் வியாதி.

2. ஊருஸ்தம்பம்—வீக்கத்தோடும் வலியோடும் துடை அசைக்க முடியாமற் போதல்.

1. த்ரிஜாதகம்—இதையே த்ரிஸுகந்தம் என்றும் கூறுவர்.

சுக்கானது சுக்கு இஞ்சி இவற்றின் குணங்கள்.

தீபநம், வ்ருஷ்யம், க்ராஹீ, ஹ்ருத்யம், ருச்யம், இலகு, மதுரவிபாகம், ஸ்நிக்தம், உஷ்ணவீர்யம், கபஹரம், வாதஹரம் என்னும் குணங்களை யுடையது; மலம் முதலியவை கட்டுண்டிருப்பதைப் போக்கி சுத்தம் செய்யும். இஞ்சியும் சுக்குக்கு ஸமானமான குணங்களுடையதேயாம். $161\frac{3}{4}$.

த்ரிகடுகமும் அதன் குணங்களும்.

மேற்கூறிய மிளகு, திப்பிலி, சுக்கு இம்மூன்றுக்கும் த்ரிகடுகம்[1] என்று பெயர். இது உடப்பு ஸ்தூலித்துப் போதல், அக்னி மாந்த்யம், ச்வாஸம், காஸம், யானைக்கால், பீநஸம் இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும். $162\frac{1}{2}$.

சவ்யம், மோடி இவற்றின் குணங்கள்.

சவ்யமும் மோடியும் சற்றேறக் குறைய மிளகுக்கு ஸமானமானவையேயாம். 163.

சித்திரமூலத்தின் குணங்கள்.

சித்திர மூலம் விபாகவிஷயத்தில் அக்னிக்கு ஸமானமானது; சோகை, அர்சஸ், கிருமிரோகம், குஷ்டம் இவற்றைப் போக்கும். $163\frac{1}{2}$.

பஞ்ச கோலமும் அதன்குணங்களும்.

திப்பிலி, சுக்கு, சவ்யம், மோடி, சித்திரமூலம் இவ்வைந்தும் ஒருமிக்க பஞ்சகோலம் என்று கூறப்படும். இது குன்மம், ப்லீஹரோகங்கள், மஹோதரம், வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்றுளைத்தல் இவற்றைப் போக்கும்; தீபநசக்தியும் இதற்கு விசேஷமாய் உண்டு. $164\frac{1}{2}$.

மஹாபஞ்சமூலமும் அதன் குணங்களும்.

பில்வம், பெருங்குமிழ், பெருவாகை, பாதிரி, சிறுவழுதுணை இவ்வைந்தும் மஹாபஞ்சமூலம் என்று பெயர். இவை துவர்ப்பும் கைப்பும் கலந்த சுவையுடையவையாம்; உஷ்ணவீர்யமுள்ளவை; வாத கபங்களின் கோளாறுகளையும் அகற்றும். $165\frac{1}{2}$.

லகுபஞ்சமூலமும் அதன்குணங்களும்.

கண்டங்கத்திரி, கத்திரி, சிறுமல்லிகை, பெருமல்லிகை, நெரிஞ்சில் இவ்வைந்துக்கும் லகுபஞ்சமூலம் என்று பெயர் வழங்கப்படும். இவற்றின் சுவையும் விபாகமும் மதுரமானவை; அதிக உஷ்ணவீர்யமாவது அதிகசீதவீர்யமாவது இல்லாமல் நடுத்தர குணமடையவை; த்ரிதோஷஹரம். $166\frac{1}{2}$.

மத்யம பஞ்சமூலமும் அதன் குணங்களும்.

சிற்றாமுட்டி, சாறடை, ஆமணக்கு, நரிப்பயறு, காட்டுளுந்து இவ்வைந்தும் ஒரு மிக்க மத்யமபஞ்சமூலம் எனப்படும். இது கபவாதஹரம், ஸரம் என்னும் குணங்களுடையது; பித்தத்தை சிறிது விருத்தி செய்யும். $167\frac{1}{2}$.

ஜீவந பஞ்சமூலமும் அதன் குணங்களும்.

தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, மேதா, ஜீவந்தீ, ஜீவகம், ருஷபகம் என்னும் இவ்வைந்தும் ஜீவந பஞ்சமூலம்[1] என்று வழங்கப்படும். இதற்கு சக்ஷுஷ்யம், வ்ருஷ்யம், பித்தஹரம், வாதஹரம் என்னும் குணங்கள் உண்டு. $168\frac{1}{2}$.

திருண பஞ்சமூலமும் அதன் குணமும்.

தர்ப்பம், நாழல், கரும்பு, பேய்க்கரும்பு, சம்பாத்தாள் இவ்வைந்துக்கும் சேர்ந்து திருணபஞ்சமூலம் என்றுபெயர். இவை பித்தஹரங்கள்.[1] 169.

அன்னஸ்வரூப விதி அத்தியாயத்தில் மொழியப்பட்ட வஸ்துக்களின்வகுப்புகளின் ஸங்கிரஹம்.

சூகதானியங்கள், சிம்பீ தானியங்கள், பக்வான்னங்கள், மாம்ஸம், சாகங்கள், கனிகள், ஔஷதங்கள் என்னும் இவற்றின் வகுப்புகளைக் கொண்டு தினந்தோறும் உபயோகிப்பதற்கு அவசியமாயுள்ள சில உணவுவகைகள் இங்ஙனம் இங்கு மொழியப்பட்டன. 176.

1. த்ரிகடுகத்திற்கு த்ரியூஷ்ணம் என்று மற்றொரு பெயருமுண்டு.

1 ஜீவந்தீ, ஜீவகம், ருஷபகம், மேதா என்னும் பதார்த்தங்களுக்கு இதர பாஷைகளில் பெயர் கிடைப்பதில்லை.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்:
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol III. | ராக்ஷஸ வருஷ மார்கழிமீ—JANUARY—1916. | ஸஞ்சிகை 5. No. 5.

CHARGES AGAINST-AYURVEDA-ANSWERED.

ஆயுர்வேதத்தின் மேல் சுமத்தப்படும் தோஷங்களும், அவற்றிற்கு ஸமாதானங்களும்.

BY KAVIRAJ GANANATH SEN, VIDYA NIDHI, M. A., L. M. & S.

ஆயுர்வேத வைத்தியசாஸ்திரத்தைக் கற்றுணராமலே அதற்குப் பிரதிகூலமான கொள்கை யுடைய சிலர், அதன் மேல் சுமத்தும் சிற்சில குறைகளுக்கு நான் இங்கு தகுந்த ஸமாதானம் சொல்ல விரும்புகிறேன். ஸமீப காலத்தில் பம்பாய்ச் சட்ட ஸபையில் கர்னல் ஜாக்ஸன் என்பவர், ஆயுர்வேதமானது வெகு பண்டைக் காலத்தியதாகவும், அநுபவத்திற் கொவ்வாத கோட்பாடுடையதாகவும், சாஸ்திர முறை யென்று சொல்லக்கூடாத சிகித்ஸையைக் கூறுவதாகவும் சொல்லி, ஆகவே அதை முன்னுக்குக் கொண்டுவரவேண்டு மென்று முயல்வது மிகவும் பிரயோஜனமற்ற காரிய மென்றும் துணிகரமாகக் கூறினார். ஆயுர்வேத நூல்களை உட்புகுந்து நன்றாகப் படித்தவர், மிஸ்டர் ஜாக்ஸன் கூறியிருக்கிற தோஷங்கள் உண்மையானவை யென்று நம்புவார்களா? நம்பவே மாட்டார்கள். மேல் நாட்டு வைத்தியர்கள் கொய்னா, பாஷாணம், அயோடைட்ஸ் இவற்றை உபயோகித்து ஏதோ அநுபவத்தில் சாஸ்திர மார்க்கத்திற்கு மாறாக குணங்காணுவதாகக் கருதி வருகையில், அவற்றால் காலாந்தரத்தில் ஏற்படும் தீங்குகள் இன்னவை யென்று ஒருவாறு அறிந்திருக்கும் போது, ஆங்கில வைத்தியம் மட்டும் பாமர வைத்தியமாக யிராமல், அதே விதமான சில கோட்பாடுகளை ஆயுர்வேதத்தில் எடுத்துக் காட்டி அதைமட்டும் பாமர வைத்திய மென்று கூறுவது எவ்வாறு பொருந்தும்? நன்றாகக் கற்றறிந்த ஒவ்வொரு ஆயுர்வேத வைத்தியரும் வியாதிகளை ஸ்வஸ்த்தம் செய்வதற்கு உபயோகித்து வரும் ஔஷத முறையாவும் சாஸ்த்ரீய விதிகளுக்கு எவ்விதத்திலும் ஏற்றவைகளாயிருக்கின்றன வென்பதை நாம் பிரத்தியக்ஷத்திலேயே பல முகாந்தரங்களால் அறிந்து வருகிறோம். திருஷ்டாந்தமாக—ஆமதோஷ மென்னும் மந்தத்தன்மை யுண்டாக்குந் தன்மையதான ஒருவித விகாரத்தினால் ஸம்பவித்த ஜ்வரத்தாலே பிடிக்கப்படும் ரோகியை ஒரு குறிப்பிட்ட நாள் வரையில் லங்கநம் போடுவது ஆயுர்வேத வைத்திய முறைப்படி செய்யப்படும் சிகித்ஸை; சீதபேதியின் முதல் ஆரம்ப நிலைமையில் சிறிது விரேசநமாகும்படிச் செய்வதும் ஆயுர்வேத முறையே; க்ஷய

ரோகத்தில், தாதுக்களெல்லாம் க்ஷீணகதியடையும் நிலைமையிலும் அதிக கொழுப்பு கலந்த உணவை உட்கொள்ளக் கொடுப்பதும், வஸ்திரோக மென்னும் மூத்திரப் பையின் அழற்சியிலும் பாண்டு ரோகத்திலும் உப்பில்லாப் பத்தியம் ஏற்படுத்துவதும், நீடித்த காலமாய் முரண்பட்ட நிலைமையில் இருந்து வரும் அதிஸாரத்தில் இரஸபர்ப்படி (Specially prepared black sulphide of mercury) என்னும் ஔஷதத்தைக் கொடுத்து, சுத்தப் பாலையே உணவாகத் தருவதும் ஆயுர்வேத வைத்திய முறைகளேயாம். இந்த முறைகளெல்லாம் வெறும் பாமர வைத்தியமென்றும், சாஸ்த்ரீயமான தல்லவென்றும் சொல்லக்கூடியவைகள்தானோ? சாஸ்திர முறைப்படி தயார் செய்யப்பட்டதாக மேலே எழுதி, அபரிமிதமாக விளம்பரம் செய்து, உங்களுக்கெல்லாம் விற்கப்பட்டுவரும் ஐரோப்பிய ஔஷதங்களும், அமெரிக்கா தேசத்து ஔஷதங்களும் சாஸ்த்ரீயமாய் பக்குவம் செய்யப்பட்டவையென்று நாம் ஒப்புக்கொள்ள வேண்டியதுதானோ? பகுத்தறிவுள்ளவர் அவைகளை மனப்பூர்வமாய் திருப்தியுடன் உபயோகிக்கலாமென்று உறுதிமொழி கூறுவார்களா? சிறந்த ரீதியில் அமைந்துள்ள வைத்தியத்தையே நீங்கள் கைப்பற்றியிருப்பதாகக் கூறுவீர்களானால், அவ்வாறு செய்யப்படும் வைத்தியமும், சாஸ்த்ரீயமான முறைகளையே முற்றிலும் ஆதாரமாகக் கொண்டதென்று சொல்ல முடியாமல், அம்முறையும் அநுபவத்தையே சிற்சில ஸந்தர்ப்பங்களில் ஆதாரமாயுடையதென்றும் நிச்சயிப்பீர்களாக. இங்கிலீஷ்க்காரர்கள் வைத்திய சாஸ்திரத்தில் எவருடைய வார்த்தையை மிகப் பெரிய பிரமாணமாகக் கொண்டாடுகிறார்களோ, அந்த க்ளிப்போர்ட் ஆல்பட் (Clifford Albutt) என்னும் வைத்தியர் அடியில் வருமாறு எழுதுகிறார்:— "இப்பொழுது வெறும் சாஸ்த்ரீய வைத்தியர்களென்று கூறப்படுபவர்கள் சிலர் உபயோகமான வழியில் தமது அறிவைப் பிரயோகிக்க முடியாமல் பல ஸமயங்களில் கண்மூடித்தனமாய் தமது தொழிலை நடத்தும் சுபாவமுள்ளவர்களாகவும், ஆகவே அவர்களுடைய செய்கைகள் சாச்வதமாக நற்குணங்களை விளைவிப்பதற்குப் பதிலாக ஒருவாறு அபாயகரமான பலனைத் தரக்கூடியுவையாகவும் காணப்படுகின்றன." கர்னல் ஜாக்ஸன் முதலியவர்கள் சரகஸம்ஹிதையின் வாக்கியங்களில் இல்லாத தோஷங்களை ஏன் ஆரோபணம் செய்யவேண்டும்? "புத்தி சாலியான வைத்தியன்கூட அவன் படித்த நூல்களிலுள்ள ஔஷத முறைகளையே கையாண்டு வருகிறானேயன்றி, அவற்றிற் கூறப்படாமல் உலக உபயோகத்தில் சிறந்ததென்று காணப்படும் ஔஷதத்தை—அது எவ்வளவு நியாயமான குணந் தரக்கூடியதாயிருந்த போதிலும்—சாஸ்த்ரீய முறைகளில் சேர்ப்பதுமில்லை, கையாளுவதும் கிடையாது." என்று மிஸ்டர் ஜாக்ஸன் கூறுகிறார். ஆயுர்வேத நூல்களை முற்றிலும் கருத்துடன் படியாமல் அலக்ஷியமாக மேற்புல் மேய்பவர் இவ்வாறு சொல்வது ஒரு புதுமையல்ல. சரகஸம்ஹிதையின் விமானஸ்த்தானத்தில் எட்டாவது அத்தியாயத்தில் மொழிந்திருப்பதாவது:—"புத்திமானாயுள்ள வைத்தியன் உலகத்திலுள்ள ஒவ்வொரு விஷயத்தையும் உற்று நோக்கி, உலகத்தையே தனது ஆசிரியனாகவும் மதித்து, அந்தந்த ரோகங்களுக்கு உசிதமாகத் தோற்றும் ஔஷதமுறைகளை நூதனமாகவும் உபயோகித்து வருவான். அவ்வித அறிவை தனது சத்ருவினிடமிருந்தும் பெறுவதற்கு முயல வேண்டும்." வாக்படாசார்யரும் ஸூத்திர ஸ்த்தானத்தில் ஒரு ப்ரகரணத்தில் "புஸ்தகங்களில் கூறியுள்ள முறைகளையே கண்மூடித்தனமாய் உபயோகித்து, நூதனமான சிறந்த வேறு ஔஷதங்களில் கருத்து வைக்காமலிருக்கும் சிகித்ஸகர்கள் கொண்டாடக்கூடியவரல்லர்." என்று கூறியிருக்கிறார். கர்னல் ஜாக்ஸன் இவ்வாக்கியங்களைக் கவனிக்காமலே குற்றங் கூறுவதற்குத் துணிந்து விட்டார். அவர் அத்துடன் நின்று விடவில்லை; ஆயுர்வேதத்தைத் தூஷிப்பதற்கு இன்னும் சில ஆதாரங்களும் அவருக்குக் கிடைத்திருக்கின்றனவாம். "ஆயுர்வேத நூல்களில் ஔஷதோபயோகமான அநேகம் தாதுப் பொருட்களும், ஓஷதிகள் அல்லது மூலிகைகளும், பிராணி ஸம்பந்தமான வேறு வஸ்துக்களும் பிரயோகிக்கப் பட்டிருக்கின்றன; அவற்றில் பிராணி ஸம்பந்தமான வஸ்துக்களாயுள்ள கொழுப்பு, பித்தம், மஜ்ஜா (எலும்புக்குள்ளிருக்கும் ஒருவித எண்ணெய்ப் பசையுள்ள தாது), இரத்தம், மாம்ஸம், மூத்திரம், குளம்பு முதலிய வஸ்துக்களும் அடங்கியிருக்கின்றன. இவ்வஸ்துக்களெல்லாம் சிறந்த ஔஷதங்களல்லவா?" என்று மிஸ்டர் ஜாக்ஸன் பரிஹாஸம் செய்து ஆயுர்வேதத்தை மிகக் குறைவாகப் பேசியிருக்கிறார். ஆயுர்வேதவைத்தியத்தின் அருமையையும், தற்காலத்திய மேனாட்டு வைத்தியத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட ஔஷதங்களின் உண்மையையும் அறிந்திருப்பவர் இவருடைய பஹிரங்கமான இப்பேச்சை கண்டிக்கவேண்டியது கடமை. மேல் நாட்டு வைத்தியர்கள் கொழுப்பை—முக்கியமாய் பன்றிக் கொழுப்பை—சிகித்ஸைகளில் உபயோகித்து வருவது யாவரும் அறிந்த விஷயமல்லவா? எருதின் பித்தத்தை ஒருவாறு இனிப்பாகப் பக்குவம் செய்து பெல் போவியம் (Fel Bovium) என்கிற ஔஷதமாகச் சொல்லி மேனாட்டு வைத்தியர்கள் கையாடுவதில்லையா? வைரால் என்கிற இங்கிலீஷ் சரக்கு எலும்பு மஜ்ஜையைக் கொண்டு தயார் செய்யப்பட்டதென்று அதன் விளம்பரத்தைப் படிப்பவர் யாவரும் அறிந்திருக்கின்றனரல்லவா? ஹிமக்ளோபின் என்று மருந்துக் கடைகளில் விசேஷமாக விற்கப்பட்டு வரும் சரக்கு இரத்தத்தினால் தயார் செய்யப்பட்டதென்பதை நான் தனிப்படக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லையே. மற்றும் மாம்ஸம் முதலியதைக்கொண்டு செய்யப்பட்ட எவ்வளவு மேனாட்டு ஔஷதங்களை நாம் தினந்தோறும் பார்த்து வருகிறோம்! ப்ரிடிஷ் வைத்திய வாகடத்தில் கூறியிருப்பது போலவே, பண்டைக் காலத்திய ஸம்ஸ்கிருத ஆயுர்வேத நூல்களிலும் அவ்வித சரக்குகள் கூறப்பட்டிருக்குமானால் அவற்றைத் தூஷிப்பதற்கு முகாந்தரம் யாது? கொழுப்பு முதலியவற்றை ஔஷதமாகப் பக்குவம் செய்து உபயோகிக்க வேண்டுமென்றும், அவற்றை அவ்வவ்வாறே உபயோகிப்பதில்லையென்றும், அந்த நூல்களைக் கசடறக் கற்றுப் படித்திருப்பவர் நிச்சயமாகக் கூறுவர். மேலும் போன் மேரோ டேப்ளாய்ட்ஸ் (மஜ்ஜாவால் செய்யப்பட்ட வடகங்கள்), ரா மீட் ஜ்யூஸ் (சமைக்காத மாம்ஸத்தின் ரஸம்), காப் புட் ஜெல்லி (கன்றின் குளம்புக்கூழ்) இவை மேனாட்டாரால் உபயோகிக்கப்பட்டு வருவதை நமது கவர்ன்மெண்டாரும் தைவாதீனமாய் மிகவும் சிலாக்கியமென்றே கருதி வருகின்றனர்.

வைத்தியசாஸ்திரத்தில் வேண்டியவளவு பரிசயமில்லாத பிற்காலத்திய சில வைத்தியர்களென்கிற பாமரர்கள் வரைந்து வெளியிட்ட ஆயுர்வேத நூல்கள் பெரும்பாலும் பலவிதமான பிழைகளோடும் அசாஸ்த்ரீயமான வைத்திய முறைகளோடும் கூடியிருப்பதால், அவற்றைப் பார்த்து மிஸ்டர் ஜாக்ஸனைப் போன்றவர்கள் ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்கள் அனைத்தையுமே தூஷிப்பதற்கும், அருமையான ஆயுர்வேதம் அபிவ்ருத்தியடைய முடியாமலிருப்பதற்கும் ஆதாரமாகின்றன. அவ்வித நூல்களை இகழ்வதைப் பற்றியாவது, அவை முன்னுக்கு வராமற் போவதைப்பற்றியாவது நான் தர்க்கிக்க விரும்பவுமில்லை, அதைப்பற்றி சிந்தையுற இஷ்டப்படவுமில்லை.

"ஆயுர்வேதம் நாளுக்கு நாள் அபிவ்ருத்தியடையக்கூடிய நிலைமையில் இல்லை" யென்று சிலர் கூறும் பழியானது, விஷய தத்துவங்

களறிந்தவர்களால் அவ்வளவு பெரிய கெடுதலாகக் கவனிக்கக்கூடியவிஷயமல்லவென்பது எனது எண்ணம். ஆயுர்வேதம் முன்னொரு காலத்தில் மிகவும் செழித்து வளர்ந்து முற்றிலும் சாஸ்த்ரியமான கொள்கையுடையவர்களால் நன்கு ஆதரிக்கப்பட்டுவந்ததுண்டல்லவா? இடையில் சில பாமரர்களுடைய செயல்களால் அவை மழுக்கங் கொண்டனவாகிலும், தற்காலம் மீண்டும் அவ்வைத்திய முறை மேலோங்கி வருவதற்கான சில முகாந்தரங்கள் காணப்படுவதை நோக்கி நான் களிப்புறுகிறேன். ஆயிரக் கணக்கான நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்னால் ஏற்பட்ட ஒரு சாஸ்திரம்-பிரதானமாய் வைத்திய சாஸ்திரம்--அது முதல் இது வரையில் ஏதோ சில மாறுதல்களோடாவது அழியாமல் இருந்து வருவதே, அதற்குள்ள அருமையான குணங்களைக் குறிப்பிடுகின்றது. நீங்கள்—ஆயுர்வேதாபிமானிகளும் வைத்தியர்களுமாயிருக்கும் ஜனங்கள்-தோஷமொன்றிலேயே கண்ணாயிருந்துவரும் சில பொறாமைக்காரர்களுடைய வார்த்தைகளை இலக்ஷியம் செய்யாமல், எவ்வளவு இடையூறுகள் ஸம்பவித்தாலும் அவற்றைக் கவனிக்காமல், இனியாவது அவரவர்களுடைய சக்திக்கும் புத்திக்கும் இயன்றவளவு ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திர ஸம்பந்தமான ஆராய்ச்சிகளைச் செய்யவும், அவ்வௌஷத முறைகளைச் சீர்திருத்தவும் உபாயங்களைத் தேடி, ஆயுர்வேத விஷயத்தில் இனி எவரும் எள்ளளவும் குற்றங் குறை கூறுவதற்கு முடியாதவாறு பொதுநலப் பிரியத்தோடு உற்ற முயற்சிகளைச் செய்ய முன் வருவீர்களாக.

BATH AND ITS THERAPEUTIC USES.

ஸ்நாநமும் வைத்யோபயோகமான அதன் குணங்களும்.

BY
M. MADHAVA MENAN,
Ayurveda Bhushana, Lecturer, Madras Ayurvedic College.

ஸ்நாநம் என்பது ஒருவருக்கும் புதிதான விஷயமல்ல; ஆனால் ஸ்நாநத்தின் உத்தம குணங்கள் எவை யென்பதையும், அக்குணங்கள் எத்தனைவகை யென்பதையும் எல்லோருமே அறிந்திருக்கமாட்டார். அநேகம் பாமர ஜனங்கள், எவ்விதத்திலும் நமது சரீரத்திற்கு ஆரோக்கிய ஸுகமளிக்கக் கூடியது ஸ்நாநமென்று உணராமல், அதனாலுண்டாகும் இன்பத்தை அநுபவிக்க வகையில்லாதவர்களாய், ஸ்நாநம் செய்யாமல் ஸம்பவிக்கும் பலவிதமான துன்பங்களை தினந்தோறும் அநுபவித்துக்கொண்டு கஷ்டப்படுவதையும் நாம் கண்டு வருகிறோம்.

தத்துவமுணர்ந்த விவேகிகள் கேட்டு விந்தையுறக் கூடிய மற்றொரு விஷயமும் இங்கு குறிப்பிட வேண்டியதாகிறது; அது என்னவென்றால்:—"ஸ்நாநம் என்பது வைதிகர்கள் செய்யும் அநுஷ்டானங்களில் ஒன்று; தவம் புரிபவரும், வேதமோதுபவரும், மற்றும் பல வைதிக காரியங்களைச் செய்பவரும் ஸ்நாநம் பண்ண வேண்டியது அவசியம்; ஆகவே ஸ்நாநத்தைப்பற்றி இவ்வைத்தியப் பத்திரிகையில் எழுதுவது யுக்தந்தானோ?" என்று ஸந்தேஹப்படுபவர் பலர். சிலநாட்களுக்கு முன்பு, வைதிக காரியமொன்றுக்கே ஸ்நாநம் அவசியமென்று சொல்லிக் கொண்டிருந்த ஒரு கேவல வைதிகரோடு எனக்கு வாக்வாதம் நடந்தது. ஆகவே ஸ்நாநம் ஆரோக்கியத்தைக் காப்பதற்கு எவ்வளவு அவசியமானது என்பதைக் குறிப்பிட்டு வெளியிட விரும்பி இவ்வியாஸம் எழுதத் தொடங்குகிறேன்:—

ஜலத்தில் மூழ்கியோ, ஜலத்தை உடம்பில் ஊற்றிக் கொண்டோ தேஹத்தை நிர்மலமாகச் செய்துகொள்வதே ஸ்நாநம் என்று எல்லோரும் கூறுவர். அது வாஸ்தவமாயினும், அவ்வாறு ஒரேவிதமாகச் செய்யாமல் ஸ்நாநம் பலவிதமாகச் செய்யப்படுவதுண்டு. அந்தந்த ரோகங்களுக்கும் கால-தேச பேதங்களுக்கும் ஏற்றவண்ணம் ஸ்நாநம் வெவ்வேறு வகையில் செய்யவேண்டி நேரிடும். பஞ்சு, வஸ்திரம் முதலியதை உபகரணங்களாக வைத்துக் கொண்டும் தேஹத்தை ஒருவாறு சுத்தம் செய்யலாம். ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ளவர்கள் தினந்தோறும் செய்துவரும் ஸாதாரண ஸ்நாநமே இங்கு குறிக்கப்படுகின்றது; அவ்வித ஸ்நாநமே சரீர ஸுகத்தைக் காப்பதற்கு முக்கியமானதாம். இந்த ஸ்நாநம் ஜனங்களால் இரண்டுவிதமாக விவஹரிக்கப்படுகிறது. அவற்றுள் ஒன்று சிரஸ்நாநம், மற்றொன்று கண்டஸ்நாநம். சென்னையில் பிராம்மணர்களில சிலரும், இதர ஜாதிகளில் பெரும்பாலோரும் பிரதிதினமும் சிரஸ்நாநம் செய்வது அரிது என்று எனது அநுபவத்தைக்கொண்டு நான் அறிகிறேன். ஜலத்தைத் தொடவும்—அதிலும முக்கியமாய் குளிர்ந்த ஜலத்தைப் பரிசிக்கவும்-பிரியப்படாமலிருக்கும் பலரைப் பார்த்திருக்கிறேன். பிராம்மணர்களிலேயே வெகுபேர் சிரஸ்நாநம் செய்வதில்லையென்றால், வேறு ஜாதியைச் சேர்ந்தவர்களுடைய விஷயத்தைக் கேட்கவே வேண்டாம்.

ஸுகஜீவிகளான சில பெரியோர்கள் கண்டஸ்நாநம் செய்வதுண்டல்லவா? அந்த கண்டஸ்நாநத்தையும் சிலர் தினந்தோறும செய்வதுண்டு; வேறு சிலர் தினம விட்டு தினமும், மற்றும் சிலர் வாரத்தில் இரண்டொரு முறையும் செய்வதுண்டு; வெயிலின் கொடுமையினாலும் ஜன நெருக்கத்தினாலும் மிகவும் வெப்பமாயிருக்கும் இச்சென்னைப்பட்டணத்தில் மாதமொருமுறை கண்டஸ்நாநம் செய்பவரும் உண்டென்றால், அது ஆச்சரியமல்லவா? ஆகையாலேயே இங்குள்ள ஜனங்களில் பெரும்பாலோர் தேஹத்தில் சொறி சிரங்கும் பலவிதமான படைகளும் நிரம்பி துர்நாற்ற மெடுத்து, காதுவலி முதலியதுமுண்டாய் விகாரமாக அவஸ்தைப் படுகிறார்கள் என்றறிகிறேன். சென்னையிலுள்ளவர் சிலர் எனது இந்த நிரூபத்தைப் பார்த்து வருத்தப்படுவரோ என்னவோ? நான் சொல்வதில் பிழையொன்று மில்லையே. இவ்வூரிலுள்ளவர்கள் அநேகர் அசுசியாகவும் அருவருக்கக் கூடியவராகவுமே காணப்படுகின்றனர். தேசாந்தரங்களிலிருந்து இவ்வூரில் வந்துவஸிக்கும் ஜனங்களுடைய நிலைமையை நன்றாகக் கவனித்து வந்தால், அவர்கள் இவ்வூரார் மாதிரி சொறி சிரங்கு முதலியவற்றால் பீடிக்கப்படுவதில்லை யென்றும் தெரிய வருகிறது; ஏன்? அவர்கள் தினந்தோறும் முறைப்படி ஸ்நாநம் செய்துவருகின்றனர்; தினந்தோறும் ஸ்நாநம் செய்து வந்தால், அதுவே தேஹத்தை நிர்மலமாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் காக்கக்கூடியது.

ஸ்நாநம் செய்தால் மஹத்தான ஆபத்து உண்டாய்விடுமென்று நினைத்திருப்பவரும் இவ்விடத்தில் சிலருண்டு. ஒரு மாதத்திற்கு முன்பு, சென்னையிலுள்ள ஆயுர்வேத தர்ம வைத்திய சாலையில் சிகித்ஸைக்கு ரோகி ஒருவன் வந்தான். அவனுக்கு உடம்பெங்கும் சொறியும், மலபந்தமும் இருப்பதாகக் கூறினன். அவனுக்கு இரண்டு மூன்று நாள்வரையில் ஸாதாரணமாய் விரேசகமாகக் கூடிய ஔஷதம் கொடுக்கப்பட்டது; சொறி சிரங்கு நிவ்ருத்தியாகக் கூடிய களிம்பு மருந்தும் அவனுக்கு உதவப்பட்டது. அவனுக்கு மலபந்தத்தினால ஏற்பட்ட கஷ்டமும போகவில்லை, சொறி சிரங்கும் நிவ்ருத்தியானபாடில்லை; இது மட்டுமா? அந்த மலபந்தமும் சொறி சிரங்கும குணமாவதற்குப் பதிலாய் அதிகமாய்விட்டன. அப்படியானதற்குக் காரணமென்னென்று யோசித்தேன்; நன்கு விளங்கவில்லை. பிறகு "நீ தினந்தோறும் ஸ்நாநம்

பண்ணுகிறாயா?' என்று அவனைக் கேட்டேன். அதற்கு அவன் சொன்ன பதில் என்னவென்றால்:—"ஐயா! ஐந்து வருஷங்களுக்கு முன் எனக்கு ஒரு தடவை ஸந்நிபாத ஜ்வரம் உண்டாயிற்று; அப்பொழுது மிகக் கஷ்டப்பட்டு பிழைத்துத் தேறினேன். அது முதல் இது வரையில், ஜ்வரம் மறுபடியும் எங்கு வந்து விடுகிறதோ வென்று பயந்து ஸ்நாநம் செய்வதில்லை." இதைக் கேட்டு எனக்கு வியப்பும் சிரிப்பும் உண்டாயிற்று. ஜனங்களுக்கு இதென்ன குருட்டெண்ணம்! "பிரதிதினமும் ஸ்நாநம் செய்து வரவேண்டும். அதனால் ஏதாவது ஜ்வரம் முதலியது வந்தால் அதைப் போக்கி உன்னுடைய ஆரோக்கியத்தை நான் அவசியம் காப்பாற்றுகிறேன். பயப்படவேண்டாம்." என்று அவனுக்குச் சொன்னேன். இரண்டு மூன்று வாரங்கள் அவ்வாறே ஸ்நாநம் செய்து வந்தான்; பிற்பாடு மறுபடி ஒரு நாள் வைத்தியசாலைக்குவந்தான். அப்பொழுது அவன் உடம்பிலிருந்த சொறி சிரங்குகள் பெரும்பாலும் போய்விட்டன; மலபந்தமும் விசேஷமாய் இல்லை யென்றும் அவன் சொன்னான். ஏதோ சிறிது ஔஷதம் கொடுத்ததில் அவன் முற்றிலும் ஆரோக்கியவானாக ஆய்விட்டான்.

ஸ்நாநத்தினால் தேஹத்தின் மேலுள்ள அழுக்குகளும், வியர்வை முதலியவைகளும் மாத்திரம் போய்விடுகின்றனவென்பதில்லை; தேஹத்தினது தாதுக்களில் அப்போதைக் கப்போது சேர்ந்துவரக்கூடிய மலபதார்த்தங்களும், மானஸிகமான விகாரங்களுங்கூட நிவாரணமாகின்றன. ஆகையினால் ஸ்நாநமென்பது வெளியில் ஸகல அவயவங்களையும் நிர்மலமான நிலைமையில் இருத்தி இவ்வுலகஸுகங்களை அனுபவிக்கக்கூடிய ஆரோக்கியாவஸ்தையைத் தருவதுடன், மானஸிகமான தோஷங்களைப் போக்கி, லோகாந்தர ஸுகங்களையும் அளிக்கவல்லதாயிருக்கின்றதென்று நம்பலாம். ஆகையினாலேயே எல்லா வைதிக காரியங்களிலும் முதன் முதல் செய்ய வேண்டியது ஸ்நாநம் என்று பெரியோர் ஏற்படுத்தியிருக்கின்றனர் என்று அறிக. தினந்தோறும் ஸ்நாநம் செய்துவருபவருக்கு தேஹம் நிர்மலமாகவும் பிரகாசமாகவும் காணப்படும்; மனது தெளிவடைந்து ஸந்தோஷமுற்றிருக்கும்; முகத்தில் ஒரு விதமான பொலிவும் தோன்றும்; இந்த்ரியங்கள் யாவும் தெளிவாக அதனதன் இயற்கை வேலைகளைச் செய்து வரும். ஸ்நாநம் செய்யாதவர்களுடைய தேஹமும் மனமும் முற்கூறிய ஸுகங்களை யிழந்து, பற்பல சர்மவியாதிகளாலும், இரத்த ஸம்பந்தமான ரோகங்களாலும், அஜீர்ணம் பசியின்மை முதலிய வற்றாலும், மனோ விகாரங்களாலும் பிடிக்கப்பட்டு, வீணில் துன்பத்திற்கு ஆளாய் விடுகின்றது. இவ்விரண்டு விஷயங்களும் இரஹஸ்யமானவை யல்ல. வைத்தியர் மாத்திரமல்ல, பிறரும் இவ்விஷயங்களை பிரத்தியக்ஷத்தில் அவரவருடைய அநுபவத்திலேயே அறியலாம். நித்தியம் ஸ்நாநம் செய்பவன் ரோகங்களுக்கு சீக்கிரம் வசப்படுவதில்லை; ஆகவே நீண்ட ஆயுளையும் பெற்று ஸுகமாய் வாழ்வான். நமது முன்னோர்களான ஸகல விஷயங்களு முணர்ந்திருந்த மஹான்கள், ஆரோக்கிய ஸம்ரக்ஷணத்திற்கான நித்திய கர்மங்களை உபதேசித்திருக்கும் இடங்களிலெல்லாம் "க்ருத சௌசவிதி:" என்றம், "ஸ்நாந சீல:" என்றும் பன்முறை மொழிந்திருக்கின்றனர் என்பதையும் கவனியுங்கள். "தீபநம் வ்ருஷ்யமாயுஷ்யம் ஸ்நாநமூர்ஜா பல ப்ரதம்; கண்டூ மல ச்ரம ஸ்வேத தந்த்ராத்ருட்தாஹ பாப்மஜித்."—"ஸ்நாநமானது பசியை உத்தீபநம் செய்யும்; சுக்ல தாதுவை வ்ருத்தி செய்யும் வ்ருஷ்யம் என்கிற குணம் அதற்குண்டு; அது ஆயுளையும் வ்ருத்தி பண்ணும்; உத்ஸாஹ முண்டாக்கும்; தேஹ வன்மையைக் கொடுக்கும்; சொறிசிரங்கு, மலபந்தம், பல விதமாக தேஹத்திற் சேரும்

அழுக்குகள், சரீர ச்ரமம், வியர்வை, சோம்பல், நாவறட்சி, அழற்சி இவற்றையும், பாவத்தையுங்கூட போக்க வல்லது ஸ்நாநம்" என்றும் பெரியோர் வைத்திய சாஸ்திரங்களில் கூறியிருக்கின்றனர். இப்பிரமாண ச்லோகத்தில் ஸ்நாநம் தேஹாரோக்கியத்திற்கு இன்றியமையாததாயிருப்பதாகக் கூறப்பட்டிருப்பதுமல்லாமல் பாவத்தையும் போக்குமென்று குறிப்பிடப்பட்டிருப்பது கவனிக்கத்தக்கது. ஸ்நாநம் மனதுக்கு ஒரு விதமான தெளிவை யுண்டு பண்ணி, அதனால் மனோ விகாரங்களைப் போக்கி மனிதனை ஒருவாறு ஸாத்விக மார்க்கத்திற் பிரவேசிக்கச் செய்யவும் தகுந்ததென்று இதனால் அறியவேண்டும்.

பல விதங்களில் சரீரத்திற்கு அவச்யோபயோகியானது ஸ்நாநம். ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ளவர் குளிர்ந்த ஜலத்தில் ஸ்நாநம் செய்வதே உத்தமம். அது தான் எப்பொழுதும் ஸுகமுண்டாக்கக் கூடியது. சௌகர்யத்திற்கும் ஏற்றதானது. கழுத்துக்குக் கீழே வெந்நீரில் குளிப்பதும் நலமே; அவ்விதம் செய்து வருபவருச்கு அப்பால் காலக்ரமத்தில் அதுவே தேஹத்திற்கு ஸாத்மியமாய் (அநுகூலமாய்) விடுகின்றது; பிறகு அது பரிஹரிக்க முடியாத வழக்கமாகவும் ஆய்விடுகிறது. இது ஒருவாறு சிலருக்கு அநுகூலமான ஸ்நாநமாயிருந்த போதிலும், அனைவருக்குமே எப்பொழுதும் வெந்நீர் கிடைப்பது ஸுலபமாகவும் இராது. சிரஸ்ஸில் உஷ்ண ஜலத்தை உபயோகிப்பது ஸாதாரணமாய் பிசகென்றே சொல்ல வேண்டும். தலையில் உஷ்ண ஜலம் உபயோகித்துவருவதால் தலைமயிர்களும் நேத்திரமும் இயற்கையாயுள்ள பலத்தை இழந்து விடுகின்றன. இவ்விஷயம் வாக்படாசார்யரால் வற்புறுத்திக் கூறப்பட்டிருக்கிறது:—"உஷ்ணாம்புநாத: காயஸ்ய பரிஷேகோ பலாவஹ:; தேநைவ சோத்தமாங்கஸ்ய பலஹ்ருத் கேச சக்ஷுஷாம்."—"கழுத்துக்குக் கீழுள்ள அவயவங்கள் உஷ்ண ஜலஸ்நாநத்தினால் வன்மை பெறும்; அதே ஜலத்தினால் சிரஸ்நாநம் செய்வதால் தலைமயிர்களும், நேத்திரங்களும் வன்மை யிழந்து விடும்." இவ்விஷயம் அநுபவத்திலும் உண்மையாகவே காணப்படுகிறது. மிகவும் சூடான வெந்நீரைத் தலையில் ஊற்றிக் கொண்டு ஸ்நாநம் செய்பவருடைய தலையிலுள்ள மயிர்கள் காலக்ரமத்தில் வெளிறி பலங்குன்றி சிறுகச் சிறுக உதிர்ந்தும் விடுகின்றனவென்பதை நான் பிரத்தியக்ஷமாகக் கண்டிருக்கிறேன். இதற்கு உதாரணமாக மலையாளத்தில் குளிர்ந்த ஜலத்திலேயே ஸ்நாநம் செய்து வரும் ஸ்த்ரீ புருஷர்களுடைய தலைமயிர்களையும், சென்னைப் பிராந்தியத்தில் உஷ்ண ஜலத்திலேயே ஸ்நாநம் செய்து வருபவர்களுடைய தலை மயிர்களையும் உற்றுப் பார்க்கலாம். இவ்விடத்திலுள்ள அநேக ஜனங்கள் யௌவந வயதிலேயே மயிருதிர்ந்து மொட்டையான தலையுடன் பார்க்க வழங்காதவர்களா யிருக்கின்றனர் என்பதை எவர் தான் அறியமாட்டார்? இவ்விடத்தியவர்களுக்கு நேத்திர சக்தியும் அவ்வாறே குறைவு படுவதற்கு உஷ்ண ஜல ஸ்நாநமே முக்கிய காரணமா யிருக்குமென்றும் கருத வேண்டி வருகிறது. இத்தேசமே இயற்கையில் உஷ்ணமானது; அதுவே கண்களுக்குக் கெடுதியுண்டு பண்ணலாம்? இரண்டாவது சிலர்

தினந்தோறும் ஸ்நாநம் செய்யாததும் மற்றொரு காரணமாகும்; மூன்றாவது உஷ்ண ஜலத்தினால் சிரஸ்நாநம் செய்வதும் ஒரு காரணமாகின்றது.

குளிர்ந்த ஜலத்தில் ஸ்நாநம் செய்தால் ஸாதாரண ஜ்வரம் அல்லது ஸந்நிபாத ஜ்வரம் வந்துவிடுமென்று பயப்படுகிறவர்கள், தினமொன்றுக்கு இரண்டு மூன்று வேளை ஸ்நாநம் செய்யும் வழக்கமுடைய மலையாளத்து ஜனங்களுடைய தேஹாரோக்கியத்தை நேரில் பார்த்து விஷய தத்துவத்தைத் தெரிந்து கொள்ளலாம். ஏதேனும் தகுந்த தைலங்களைத் தேய்த்துக் கொண்டு ஸ்நாநம் செய்வதும் உத்தமம். உடம்பில் அப்போதைக்கப்போது தைலத்தைத் தேய்த்து நன்றாகப் பிடித்துவிடச் செய்து ஸ்நாநம் பண்ணுவது சிரேஷ்டமென்று ஆயுர்வேத வைத்திய நூல்களைப் போலவே மேனாட்டு வைத்தியர்களும் இப்பொழுது அதை மிகப் புகழ்ந்து வருகின்றனர். பிறகு ஏதேனும் துவர்ப்பான பதார்த்தங்களைப் போட்டு தேய்த்து எண்ணெய்ப் பசையைப் போக்கிவிடவேண்டும். வெயிற்காலத்தில் இரண்டு மூன்று முறை குளிர்ந்த ஜலஸ்நாநம் செய்வது நலம். இவ்வாறு முறைப்படி ஸ்நாநம் செய்து வருபவருடைய தேஹத்தில் சர்மமும் நன்கு நிர்மலமாகவும் பார்ப்பதற்கு மனோஹரமாகவும் காணப்படும். இரத்தமும் சுத்தமாகும். மற்ற தாதுக்களும் சுத்தமாய் பலம் பெறும். மனம் தெளிவுற்று உத்ஸாஹம் மேலிட்டு வரும். பசி முதலியதும் இயற்கை நிலைமையில் வந்து தேஹம் முற்றிலும் ஸௌக்கியமாய் செழித்து வளர்ந்து வரும்.

WAYS OF HEALTH.*

ஆரோக்கிய மார்க்கங்கள்.

BY H. E. BLLER, D. D. S.

வியாதிகளைத் தடுப்பதிலும் சிகித்சை செய்வதிலும் ஆஹாரத்திற்குள்ள ப்ராதான்யமானது நாளுக்குநாள் மிகவும் பிரஸித்தியடைந்துவருகின்றது. சாஸ்திரத்திலும் இயற்கையிலும் ஒவ்வொன்றுக்கும் வரையறுக்கப்பட்ட காரணங்களும் காணப்படுகின்றன. அதிக அளவான உணவைப் புஜித்து உம்முடைய இரைப்பையை மெள்ளமெள்ள பெரிதாகச் செய்து வருவீரானால், ஒரு வகையான போலிப்பசியையும் உண்டு பண்ணிக் கொள்வீர். சிறிது குறைவாகவே உணவை யெடுத்துக் கொள்ளுங்கள்; அப்பால் உம்மைத் திருப்தி செய்து கொள்வதற்கு, அதிக அளவான ஆஹாரத்திற்குப் பதிலாக, குறைந்த அளவான ஆஹாரமே உமக்குப் போதுமானதாயிருக்கும்; மேலும் உணவுகளைக் குறைத்து உட்கொள்வதாலும், லங்கன சிகித்சையினாலும், ஆமணக்கெண்ணெயைக்குடித்து குடலை ஒருவாறு சுத்தம் செய்து வருவதாலும், வஸ்தியைக் கொண்டு (enema) சிகித்சை செய்வதாலும் அநேகம் வியாதிகளை விலக்கி விடுவது எளிதாயிருக்கின்றது.

மனித சரீரமானது, அதன் வேலைகளை ஒழுங்காக நடத்தும் விஷயத்தில் மூளையையும் முள்ளந்தண்டுக் குள்ளிருக்கும் நரம்புக்கொடியையும் ஆதாரமாகப் பெற்றிருக்கின்றது. மிகக் கோமளமானவையும், அதிகப் பிரயாஸையினால் அறியக்கூடியனவுமாயுள்ள இக்கருவிகளுக்கு உதவியாக காங்க்லியான் என்னும் பெயருடைய சிறிய கிரந்திகள் உடலில் ஆங்காங்கு வியாபித்திருக்கின்றன; அவை தேஹத்தின் இயற்கைக் காரியங்களான ஜீர்ண வேலை, ச்வாஸகர்மம், இரத்தத்தின் ஓட்டம், மாம்ஸ பேசிகளின் சலநம், பேசுதல் முதலியவற்றை ஆங்காங்கு இருந்துகொண்டு ஒழுங்காய் நடத்திவருகின்றன; மனதில் அப்போதைக்கப்போது உண்டாகும் எண்ணங்களென்ன, ஞாபகசக்தியென்ன, மற்றும் பலவிதமான மனோவிகாரங்களென்ன இவையனைத்துங்கூட மூளையைப் பற்றினவைகளாயிருக்கின்றன. மிதமிஞ்சி வேலை செய்த மூளையானது திடீர் திடீரென்று பயந்து நடுங்கும்; அதனால் தலைவலியுண்டாகும்; மனதுக்கு அதிகமான கலக்கம், நித்திரையின்மை, மயக்கம், எந்த வேலையிலும் ஒரு சிறிது நேரமும் மனம் செலுத்த முடியாமை என்னும் இவ்விகாரங்களும் ஸம்பவிக்கும்; தேஹத்தில் தளர்ச்சியும் ஆகவே பலக்குறைவும் உண்டாகும்.

*Reproduced and translated from "Health Culture"

நமது நாகரிக ஜீவநமானது நம்மீது புதிது புதிதான கஷ்டங்களைச் சுமத்தி வருகின்றது. மூளைக்கு வெளி விஷயங்களை யுணர்வதற்கேற்றவாறு அமைந்துள்ள வாயில்கள் இந்த்ரியங்களாம்; அவற்றிலும் கண்களும் காதுகளும் மூளைக்கு மிகவும் ஸமீபத்திலுள்ள நேரான வாயில்களாகவும், மிக மேலான உணர்ச்சிகளுக்கு ஆதாரமானவையாகவும் அமைந்திருக்கின்றன. இவ்விந்த்ரியங்கள் இடைவிடாமற் செய்துவரும் வெகு நுட்பமான கார்யங்களால் மூளைக்குப் பிரயாஸையும் பலக்குறைவும் உண்டாய் விடுகின்றது.

நமது முன்னோர்கள் சூரியன் அஸ்தமித்ததும் படுக்கைக்குப் போய்விடுவார்கள்; அவர்களில் எவரோ சிலர்மட்டும் விளக்குகள் வைத்துக் கொண்டு வேலை செய்தார்கள். அவர்கள் வெகு அமைதியாகவும் ஆத்திரமற்றும் காரியங்களை நிதானமாகச் செய்து நற்பயன் பெற்று வந்தார்கள். அவர்களுடைய தேஹாரோக்கியம் கல்லால் அடித்தாலும் தாங்கக் கூடிய நிலைமையில் இருந்துவந்ததென்றால் அதில் என்ன வியப்பு?

அக்காலத்தியவர்களுடைய மஹாசாந்தமான ஸ்வவாழ்க்கைக்கும், பிரதிக்ஷணமும் மிகவும் கலக்கமுற்ற நிலைமையுடன் கூடிய இக்காலத்து ஜனங்களுடைய ஜீவனத்துக்கும் எவ்வளவு வேற்றுமை யேற்பட்டிருக்கிறது பார்த்தீர்களா! மிகவும் கோமளமானதும், அதிக வேலைப்பாடமைந்ததுமான நேத்திரம், சூரியன் அஸ்தமித்த பிறகு வெகுநேரம் வரையில் வேலை செய்துவருகின்றது என்பது மாத்திரமல்ல, சில ஸமயம் இரவு முழுமையுங்கூட ஸூக்ஷ்மமான வேலைகளைச் செய்யும்படி அவ்வருமையான இந்த்ரியத்தை பலவந்தப்படுத்துகிறோம்; நமது முன்னோர்கள் இவ்வாறு வேலை செய்ததே கிடையாது.

பலவிதமான வண்டிகளும் வாஹநங்களும் இடைவிடாமல் ஓடிக்கொண்டிருக்கும் பிரதேசங்களுக்கு இடையில் கடுமையான சப்தங்களைத் தாங்கிக்கொண்டு வஸித்து வருபவரான நம்முடைய காதினுள் அமைந்துள்ள அருமையானகருவியானது சீக்கிரத்தில் தேய்ந்து விடுகின்றது என்பதை நம்மவரில் ஒருவரும் கவனிப்பதில்லையே! நிச்சப்தமான ஜனஸஞ்சாரமற்ற மனோஹரமாயுள்ள பிரதேசங்களில் வஸிப்பதால் ஏற்படும் ஆனந்தத்தையும் ஆரோக்கியத்தையும் நாம் அநாவசியமான ஸௌகரியங்களை உத்தேசித்து இழந்துவருகிறோம். நகரங்களில் வஸிப்பவர் மாத்திரம் இவ்விதம் (தாம் உணராமலே) கஷ்டம் அநுபவித்து வருகிறார்கள் என்று நினைக்கவேண்டாம்; வெளியில் இக்காலத்தில் ஒவ்வொரு சாலை வழிகளையும் பாருங்கள்; ஸாதாரணமான வண்டிகளின் ஓசையென்ன, இரயில்வண்டி முதலானவற்றின் கர்ணகடோரமான தொனிகளென்ன, மற்றும் பலவகையான யந்திரங்கள் ஓடுவதாலான சப்தமென்ன, அவைகளில் நாம் ஏறிப்போவதாலுண்டாகும் அதிர்ச்சியென்ன இவையாவும் நமது காதுக்கும், அதன் மூலமாய் மூளைக்கும் எவ்வளவு சிதைவையுண்டு பண்ணக் கூடுமென்று நீங்களே யோசியுங்கள்.

வேடிக்கைகளில் விசேஷமான விருப்பமும், வியாபாரங்களை நிறைவேற்றுவதற்கான முயற்சியும் அவற்றின் வேகத்தில் மிகவும் உச்சநி

யடைந்துவிட்டன. வியாபாரங்களை விருத்தி செய்வதற்கென்று நுட்பமான முறைகளை அநுஷ்டிக்கும்படி நேர்ந்திருக்கிறது; இவ்விதமான கிருத்ரிம வேலைகளைச் செய்வதில் இக்காலத்திய ஜனங்களுக்கு விசேஷமாக விருப்பமும் உண்டு; ஆகவே இவர்கள் இயற்கைக்கு விரோதமாக வெகுநேரம் வரையில் வேலை செய்ய நேரிடுகிறது; காலாகாலத்தில் வேலையொழிந்து அமைதியுடன் இருந்து சுகமாக வாழ்வதற்கு ஸாத்தியமில்லாமற் போய்விட்டது. வேலை செய்யும்போதும் ஒவ்வொரு நாளும் நெருக்கடியாகச் செய்யவேண்டிய காரியங்களையும் கவனியுங்கள்; மேல் அதிகாரி முதற்கொண்டு, கீழேயுள்ள சிறு வேலைக்காரனீருக ஒவ்வொருவனும் வெகு வேகமாகக் கடுமையான வேலைகளைச் செய்து முடிப்பதற்காக யஜமானனால் நிர்ப்பந்திக்கப்படவே, அவ்வேலைக்காரர்கள் போட்டிபோட்டு மிகப் பெரிய காரியங்களையும் தமது சக்திக்கு மீறி நிறைவேற்றும் படியிருக்கிறது.

நிமிஷத்திற்கு நிமிஷம் பணம் கைமாறுவதற்குக் காரணமான இவ்வேலைத் தொந்தரவானது நரம்புகளின் வன்மையை உறிஞ்சு அழித்துவிடுகின்றது. நரம்புகள் வன்மையிழந்து வருவதற்கான குறிகளை நாம் முற்றிலும் இங்கு விவரிக்க முடியாது; அந்த அவக்குறிகள் அநேகம். தலைவலி, இடுப்புவலி, புத்தி மழுக்கங்கொள்ளல், அஜீர்ணம், பசியின்மை, மல பந்தம் அல்லது அதிஸாரம், நித்திராபங்கம், நரம்புகள் சுளுக்கிக் கொள்ளுதல், தசைநார்கள் தளர்ந்து போதல், இருதயம் படபடத்துத் துடித்தல், சீக்கிரத்திலேயே கிழத்தனம் ஸம்பவித்தல் முதலியவையாம். அநேகம் தொற்று வியாதிகளுக்கும் நரம்புத்தளர்ச்சியுள்ளவர்களுடைய தேஹம் எளிதில் இடங்கொடுக்கும். பலவிதத்திலும் தேஹபலம் குறைவதற்கும், மனோபலம் குறைந்து பயங்கொண்டு ஸாமர்த்திய ஹீனனாயிருப்பதற்கும், மனஞ்சலித்து மிகத்துயரமுறுவதற்கும் நரம்பு மண்டலம் சிதைவுறுவதே முக்கிய காரணங்களில் ஒன்றாயிருக்கிறது.

மூடத்தனமாக மனதைச் செலுத்துவதும், மனக்கவலையும் நல்வாழ்க்கைக்கு அவசியமான விஷயங்களை யெல்லாம் தடுத்து விடுவதற்குக் காரணமாகின்றன. அவ்வித மனிதர் சிறந்த வேலைகளை ஒழுங்காகச் செய்து முடிக்க சக்தியற்றவராவர். அவர்கள் நல்ல நண்பர்களுடன் கூடிக் களித்து விளையாட மனம் வாராமல் வீணில் விசனமுற்றுத் தவிப்பர். மனக்கவலை யொழித்து, புத்தி சாலித்தனமாக நடந்து கொண்டு, காலாகாலத்தில் தமது சுகவாழ்க்கைக்கு அவசியமான வேலைகளை மிதமாகச் செய்து வந்து, நண்பர்களோடு கூடிக் களித்து, மனதை தாராளமாக உலக இயற்கைகளில் செலுத்திவருபவர் எவ்வித மனோ வியாதிகளுக்கும் உட்படமாட்டார்.

மஹாநாகரிகம் நிரம்பியதாகக் கருதப்பட்டு வரும் இக்காலத்தில் ஆஹாராதி நியமங்களைக் கவனிப்பவர் எவரேனும் உண்டா? உயர்ந்த உணவென்றால் இறைச்சியையும், சிறந்த பானமென்றால் மதுவையும் குறிப்பிடாத நாகரிக ஜனம் உண்டா? இவற்றைப்பற்றி யெல்லாம் நாம் விரிவாகக் கூறுவதற்கு இங்கு இடமில்லை. இவ்விரண்டும் எவ்விதத்திலும் தீங்குவிளைவிப்பவை யென்றுமட்டும் நாம் குறிப்பிடமுடியும். "சிகாகோ ட்ரிப்யூன்" என்னும் பத்ரிகையில் டாக்டர் W. A. ஈவன்ஸ் என்பவர் எழுதுகிறார்:—"மலபந்தத்தினால் கஷ்டப்படாத மனிதர் சிலரேயுண்டு. கொழுத்து அல்லது இளைத்திருப்பதாவது, வீட்டினுள் அல்லது வீட்டுக்குவெளியில் வேலைசெய்வதாவது, சுறுசுறுப்பு அல்லது மந்தமாயிருப்பதாவது, செல்வவானாய் அல்லது ஏழையாயிருப்பதாவது, செழிப்பான ஆஹாரங்களை உண்பது அல்லது சிறிது பட்டிணி கிடப்பதாவது இவை ஒன்றும் அவ்விஷயத்தில் காரணமாகமாட்டாது; நன்றாகக் கனிந்த பழவர்க்கங்களும், சிறந்த பாலும் தேஹத்திற்கு இன்றியமையாத உண

FIRST AID IN ACCIDENTS.

அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

பந்தநங்களும் பந்தந முறைகளும் [1].

பல வகையான பந்தநங்கள்:—பந்தநங்கள் பல வகையான உபயோகங்களுக்காகச் செய்யப்படும். ஒடிந்து அல்லது சிதைந்துபோன அவயவங்களுக்கு ஆதாரமாக அணைத்துவைக்கப்படும் சிராய்களைக் [2] கட்டுவதற்கும், தேஹத்தில் ஏதேனும் குறிப்பிட்ட பாகத்தை இறுக்குவதற்கும், இரத்த வோட்டத்தைத் தாங்கி யுதவுவதற்கும் பந்தநங்கள் முக்கியமாய் உபயோகப்படுகின்றன. அந்த பந்தநங்கள் மூன்று வகுப்புகளாகப் பிரிக்கப்படும். [3] அவையாவன:—

(1) த்ரிகோணபந்தநம், [4] (2) மண்டலபந்தநம், [5] (3) விசேஷ பந்தநம் [6] என்பவையாம்.

1. கட்டுகளும், கட்டும் வகைகளும் என்றும் கூறலாம். ஆங்கிலத்தில் பாண்டேஜெஸ் அண்ட்பாண்டேஜிங் (bandages & bandaging.) என்பார்கள்.

2. சிராய்—ஆயுர்வேத நூல்களில் 'பலகம்' என்று சொல்லுவர். ஆங்கிலத்தில் ஸ்ப்ளிண்ட் (Splint) என்று வழங்குவர்.

3. இங்கு மேனாட்டு முறைப்படி பந்தநங்கள் மூன்று விதங்கள் என்று கூறப்படுகிறது; ஆனால் ஆயுர்வேத நூல்களில் பந்தநங்கள் 15-விதங்கள் என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது (1) கோசபந்தம், (2) ஸ்வஸ்திக பந்தம், (3) உத்தோலீ பந்தம், (4) சீநபந்தம், (5) தாமபந்தம், (6) அநுவேல்லித பந்தம், (7) கட்வா பந்தம், (8) விபந்தம், (9) ஸ்த்தகிகா பந்தம், (10) விதாந பந்தம், (11) உத்ஸங்க பந்தம், (12) கோபண பந்தம், (13) யமக பந்தம், (14) மண்டல பந்தம், (15) பஞ்சாங்கீ பந்தம் என்பனவாம். இப்பெயர்களை மாத்திரம் எழுதக்கூடுமே யன்றி, மற்ற விவரங்களைக் கூற இங்கு இடமில்லை.

4. த்ரிகோண பந்தம்—முக்கோணக் கட்டு என்றும் கூறலாம்; ட்ரயாங்குலர் பாண்டேஜ் (triangular bandage.)

5. மண்டல பந்தம்—சுருள் கட்டு என்றும் சொல்லலாம்; ரோலெர் பாண்டேஜ் (roller bandage.)

6. விசேஷ பந்தநங்கள்—ஸ்பெஷல் பாண்டேஜஸ் (special bandages.)

(1) த்ரிகோண பந்தநங்கள்.

முக்கோணக் கட்டின் விவரம்:—இந்த பந்தநம் ஆஸ்பத்ரிகளில் விசேஷமாய் உபயோகிப்பதில்லை; யுத்த பூமிகளில் இதை அதிகமாய் கையாளுவதுண்டு ஆனால் ஏந்தானங்கள் [1] செய்வதற்கும், சில ஸமயம் தோள், சிரஸ் முதலிய அவயவங்களைக் கட்டுவதற்கும் மிகவும் உபயோகமானது. சுமார் ஒரு சதுர கஜம் அளவுள்ள கித்தான் துணியையாவது, சணநூல் துணியையாவது எடுத்து, முக்கோணமாக மூலைவாட்டில் மடித்துக் கிழித்துக் கொள்ளவும்; இவ்வாறு இரு பகுதிகளாகக் கிழித்த ஒவ்வொரு துண்டும் ஒவ்வொரு பந்தநமாக ஆகின்றது. இதற்கு மூன்று ஓரங்களும், மூன்று மூலைகளும் ஏற்படும்; அவற்றுள் எல்லாவற்றிலும் நீளமான ஓரம் அடிப்புறமென்றும், [2] ஸம அளவான மற்ற இரண்டு சிறிய ஓரங்கள் விலாப்புறங்கள் என்றும் [3] கூறப்படும். மூன்று மூலைகளுள், அடிப்புறத்திற்கு நேர் எதிரிலுள்ள மேல் மூலையானது உச்சி யென்றும், [4] மற்ற இரண்டு மூலைகளும் ஸாதாரணமாய் முனைகள் [5] என்றும் வழங்கப்படும்.

த்ரிகோண பந்தநத்தைக் கட்டி முடிக்கும் வகை:—இந்த பந்தநத்தில் உபயோகிக்க வேண்டிய

1. ஏந்தானங்கள்—ஒரு வகை ஏணங்கள் என்றும் கூறலாம். ஸ்லிங்ஸ் (slings) என்று ஆங்கிலப் பெயர்.

2. த்ரிகோண பந்தநத் துணியின் அடிப்புறம் லோயர் பார்டர் (lower border) எனப்படும்.

3. இவ் விலாப்புறங்கள் ஸைட் பார்டர்கள் (side borders) எனப்படும்.

4. உச்சி—இதை சிகரம் என்றும் சொல்லலாம். பாயண்ட் அல்லது எபக்ஸ் (point or apex).

5. த்ரிகோண பந்தநத்தின் இவ்விரு மூலைகளும் பக்க வாட்டில் இருக்கும் முனைகள்; இவற்றை அதன் எண்ட்ஸ் (ends) என்பார்கள்.

துணியை (1) மடிக்காமல் விரித்தபடியே கட்டுதல் 1, 2) அகன்ற மடிப்பாகக் கட்டுதல்; 2 (3) குறுகிய மடிப்பாகக் கட்டுதல்; 3 ஆகவே த்ரிகோண பந்தனத்தை மூன்று வகையில் ஏதேனும் ஒரு விதமாகக் கட்டலாம்; மடிக்காமல் விரித்தபடியே கட்டுதல் என்கிற பந்தனத்தில் முழுத்துணியும் சுருக்கிச் சுருட்டாமல் அவ்விதமே நேராகக் கட்டப்படும். அகன்ற மடிப்பு என்னும் கட்டில், துணியின் உச்சியை அடிப்புற ஒரத்தின் மத்தியில் கொண்டுவந்து சேர்த்து, மறுபடியும் அதே பிரகாரம் ஒரு முறை மடித்து விட வேண்டும். குறுகிய மடிப்பு என்னும் கட்டில், அகன்ற மடிப்புக் கட்டையே மற்றொரு முறை நீளவாட்டில் மடித்து விடவேண்டும்.

த்ரிகோண பந்தனங்களில் கைக்குட்டைகளை யுபயோகித்தல்:—திடீரென்று முக்கோணக் கட்டு அவசியமாய் நேரிடும்போது, கைக்குட்டைகளை அதற்கு உபயோகிப்பதும் வழக்கம்; ஆனால் எல்லாக் கைக்குட்டைகளும் வேண்டியவளவு விசாலமா யிருப்பதில்லை யாகையால், சில ஸமயம் அவற்றை உபயோகிப்பது ஸாத்தியப்படாமற் போய்விடும். கைக்குட்டைகள் பெரும்பாலும் 12 முதல் 28 சதுர அங்குலங்களுக்கு மேல் விசாலமா யிருப்பதில்லை. வேண்டியவளவு விசாலமா யிருந்தால் உடனே உபயோகிப்பதற்கு அவை மிகவும் ஏற்றவையே யாம்.

முடிச்சுகள் இடும் விதம்:—பந்தனம் நிலையாக நிற்பதற்காகப் போடப்படும் முடிச்சானது, எந்தபாகத்தில் எந்த நிலைமையில் இருந்தால் அவயவங்களுக்கு அல்லது அபிகாதப்பட்ட பிரதேசத்திற்கு எவ்விதத் தொந்தரவும் இல்லாமல் ஸௌகர்யமாயிருக்குமோ அவ்வாறு அதை முடியவேண்டும். ஸாதாரணமாய் இக்காரியங்களில் இரண்டுவிதமான முடிகள் பிரயோகிப்பதுண்டு; அவற்றுள் ஒன்று குழைச்சுமுடி 1, மற்றொன்று நெகிழ்முடி 2. இந்த பந்தனங்களுக்குள் குழைச்சுமுடியே மிகவும் பிரசஸ்தமானது. முடிச்சுப்போடவேண்டிய துணி முதலியவற்றின் வலது முனையை வளைத்து அவ்விதமே வளைத்த இடது முனையில் மேற்புறமாக நுழைத்து, பிறகு இடது முனையை வளைத்து வலது முனையில் மேற்புறமாய் உட்செலுத்தி மெல்லென இழுத்துவிடவும். இவ்வாறு செய்ய குழைச்சுமுடியுண்டாகும். இவ்விதம் பந்தனங்களை முடிவதால் பலவித ஸௌகர்யங்கள் ஏற்படும்: இந்த முடிச்சு தானே நெகிழ்ந்து அவிழ்ந்து விடாது; ஆகவே எந்தானத்தை அல்லது பந்தனத்தை கெட்டியாகக் காக்கும்; பந்தனவஸ்துவின் முனைகள் ஒரே பக்கமாய் நிற்காமல், ஒரு புறம் ஒருமுனையும், மற்றொரு புறம் இரண்டாவது முனையும் அமைந்து நிற்கும்; இதை எளிதில் அவிழ்த்துவிடலாம்; ஆகையினால் வேறுவித முடிச்சுகளைவிட குழைச்சுமுடியை உபயோகிப்பது மிகவும் நலம். நெகிழ்முடியெனப்படும் மற்றொரு முடியானது பெரும்பாலும் குழைச்சு போலவே தோன்றுமாயினும், அதில் குக்கிபோன்ற முதல் வளைவை மற்றொருதரம் வளைத்து முடிச்சு போடப்படும்; இந்த முடிச்சு பந்தனங்களில் உபயோகிக்கக்கூடியதல்ல.

சிரஸ்ஸின் மேற்புறத்தை மூடிக்கட்டும் பந்தனம்:—முற்கூறிய முக்கோணவடிவமான துணியை எடுத்து, அதன்மத்தியபாகத்தைத் தலையின் மையத்தில்வைத்து, அதன் அடிப்புறத்து ஒரத்தை நெற்றியில் நெடுக புருவங்களுக்கு மேல் தொங்கும்படி அமைக்கவும்; அவ்வோரத்தைச் சிறிதளவு மடித்துக்கொண்டு, அதன் இரண்டு முனைகளையும் (காதுகளை மறைக்காமல்) தலைக்குப் பின்புறமாகக்கொண்டுபோய், பிடரெலும்பின் பச்சிமார்புத்திற்குக்கீழே பந்தனவஸ்திரத்தின் உச்சியின் மேற்புறமாக (ஒருமுனை மற்றொரு முனையைக் குறுக்கிடும்படியாகக்) கொண்டு வரவும்; மீண்டும் அவ்விரு முனைகளையும் நெற்றிப்பக்கமாகக் கொண்டுவந்து, நடுநெற்றியில் முடிந்துவிட வேண்டும். அப்பால் பந்தனம் அசையாமலிருப்பதற்காக ஒரு கையை சிரஸ்ஸின் மையத்தில் வைத்துக் கொண்டு, கட்டு ஒழுங்காய் அமையும்வண்ணம், பின்புறத்தில் தொங்கும் துணியின் உச்சியை மெல்லென இழுத்து, மேற்புறமாக மடித்து அம்முனையை சிரஸ்ஸைக்கவர்ந்துள்ள வஸ்திரத்துடன் மையத்தில் அபாயமிழைக்காத ஒருவகை ஊசியால் 1 தைத்துவிடவும்.

1. மடிக்காமல் கட்டுதல்—துணி எவ்வளவு விசாலமா யிருக்கிறதோ அவ்வளவும் சுருக்கப்படாமல் விரித்தபடியே பந்தனம் செய்தல்; இது ஹோல் க்ளாத் பாண்டேஜ் அல்லது ஒபன் பாண்டேஜ் (whole cloth bandage or open bandage) என்று கூறப்படும்.

2. அகன்ற மடிப்பு—இது ஆங்கிலத்தில் ப்ராட் போல்ட் பாண்டேஜ் (Broad fold bandage) எனப்படும்.

3. குறுகிய மடிப்பு—இதை நாரோ போல்ட் பாண்டேஜ் (Narrow fold bandage) என்பார்கள்.

1. குழைச்சுமுடி—இரண்டுமுனைகளையும் குக்கி போல் வளைத்து, ஒருவளைவு மற்றொருவளைவில் நேராகப் புகும்படி கௌவச்செய்வதால் ஏற்படும் முடி; இதற்கு ஆங்கிலத்தில் ரீப் நாட் (reef knot) என்று பெயர்.

2. நெகிழ்முடி—இதை ஒருவாறு விஷமமுடியென்றும் கூறலாம். இதில் இரண்டு முனைகளும் கௌவிக்கொள்ளும்படி குழைச்சு விழாது; இதை ஆங்கிலத்தில் க்ரானி நாட் (granny knot) என்பார்கள்.

1. பிடரெலும்பின் பச்சிமார்புதம்—இதைப்பற்றி இவ்வருஷத்திய வைத்தியகலாநிதியில் 39-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

2. அபாயமிழைக்காவூசி—ஸேபடி பின் (Safety pin) என்பார்கள்.

[பந்தன முறைகளைக்காட்டும் சில படங்கள் அடுத்த ஸஞ்சிகைகளில் பிரசுரிக்கப்படும்.]

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

அதிவிடயம்.

அதிவிடயச்செடியானது கேதார்நாத்மலைப் பிராந்தங்களிலும், குர்ஷால் என்னும் மலைப்பிரதேசங்களிலும் வெகு விஸ்தாரமாகப் பயிராகின்றது. இதன் கிழங்குதான் அதிவிடயம் என்கிற ஔஷதச்சரக்காக வழங்கப்படுகிறது. இக்கிழங்கினுள் துளைகள் சில உண்டு.

இதற்கு பல்யம் (tonic) விஷமஜ்வரஹரம் (anti-periodic) என்னும் குணங்கள் விசேஷமாய் உண்டு. கொடிய விஷப்பொருளான வத்ஸநாபியை உபயோகிப்பதற்குப் பதிலாக இச்சரக்கை அதே காரியங்களைச் செய்ய நிர்ப்பயமாய் உபயோகிக்கலாம். மிகுந்த பலஹீனத்தை உண்டுபண்ணும் வியாதிகள் வந்து ஸ்வஸ்தமானபிறகு—முக்கியமாய் குளிர்காய்ச்சல் வந்து நின்றுபோனபிறகு—இதை உபயோகிப்பதால் பிணியாளி மிகச் சிறந்த குணங்கள் உண்டாவதுண்டு.

இதை நுண்மையாகப் பொடிசெய்து 5 முதல் 10 நெல்லெடைவீதம் தினம் ஒன்றுக்கு மூன்றுமுறையாக எடுத்துக்கொண்டுவந்தால் பலஹீனம் குறையும். ஜ்வரத்தில்—ஜ்வரம் வேகமாயிருந்தாலும் குறைந்திருந்தாலும்—இச்சூர்ணத்தை 20 முதல் 30 நெல்லெடை வரையில் ஒன்று அல்லது ஒன்றரை யாமத்திற்கு ஒருமுறையாக உட்கொண்டுவரலாம். அதிஸாரத்திலும், சீதபேதியிலுங்கூட இது ச்லாக்யமான குணமுண்டுபண்ணுவதாய் தெரியவருகிறது. ஆகவே ஜ்வரஹரம், தீபனம், ஸ்தம்பனம் என்னும் குணங்கள் இதற்கு உண்டென்று அறியப்படுகிறது.

மஞ்சாடி.

இது ஒருவித அழகான பெரிய மரம். இம்மரத்தின் உட்புறம் மிகவும் சிவப்பாயிருக்கும்; ஆகவே இது ஒருவகையான சிவந்த சாயமுண்டுவதற்கு ஸாதனமாயிருக்கிறது. இதன் விதைகள் இன்னும் அதிக சிவப்பாயிருக்கும்.

மஞ்சாடியிலைகளைக் கஷாயமிட்டு ஸ்தம்பன ஔஷதமாய் (as an astringent) உபயோகிக்கலாம்; இது மந்தமான அதிஸாரத்திலும் சீதபேதியிலும் உபயோகிக்கப்படுமானால், அவற்றைச் சமனம்செய்து, தேஹத்திற்கு வன்மைதரும் பல்ய ஔஷதமாகவும் (tonic) உபயோகமாகும். நாட்பட்ட ஆமவாத ரோகத்திலும் (rheumatism), அதுபோன்ற வேறுசில வாதநோய்களிலும் இது உபயோககரமான ஔஷதமாகும். அதிக வேலைசெய்தோ, வெயிலில் திரிந்தோ ஸம்பவிக்கும் தலைவலியைப் போக்குவதற்கு, மஞ்சாடிக் கட்டையைப் பொடிசெய்து ஜலத்தில் நன்றாகக் குழப்பி நெற்றியில் தேய்க்கலாமென்றும் தெரியவருகிறது; இவ்வாறு சில வைத்தியர்கள் செய்து பலன் கண்டிருக்கிறார்களாம். இதன் விதைகளைச் சூர்ணம் செய்து, ஜலத்திற்குழைத்து வீக்கங்களில்; முக்கியமாய் இரத்தக் கட்டிகளின்மேல் பற்றுப்போட அவை கரைந்துவிடுவதுண்டு.

இந்துப்பும் படிக்காரமும்.

வர்ய்ப்புண்ணுலும், பற்கள் அழுக்கடைந்து பல்லீறுகள் வீக்கங்கொண்டு வலி யுண்டுபண்ணுவதாலும், தொண்டையின் அழற்சியினாலும் வருந்துபவர்

இந்துப்பு, படிக்காரம் இவற்றை ஜலத்தில் ஸம அளவாகக் கரைத்து வாய்க்கொப்புளிக்க இரண்டு மூன்று தினத்திலே ஸௌக்கியமுண்டாகும். சுமார் ஒருபடி ஜலத்திற்கு இரண்டுபலம் படிக்காரமும் இரண்டுபலம் இந்துப்பும் தேவை. ஜலத்தை வடிக்கட்டி கொதிக்க வைத்து அதில் இவற்றைக் கரைக்கவேண்டும். இதை வாயில் ஊற்றி களகளவென்று செய்து இரண்டொரு நிமிஷம் அப்படியே வாயில் வைத்துக்கொண்டு கொப்புளித்துவிடவும். இதனால் வாயிலும், பல்லீறுகளிலும் உண்டாயிருக்கும் விரணங்கள் ஆறுவதோடு, அவ்வவயவங்களில் சேர்ந்துள்ள அழுக்குகளும் சில நுண்ணுயிர்களும் அழிந்துவிடுகின்றன.

சரக்கோன்றைப் புளி.

இந்திய வைத்தியர்களிடம் மிகப் பிரஸித்தமானது இச்சரக்கு. சரக்கொன்றையென்பது இந்தியாவிலும் பர்மாவிலும் பயிராகும் நடுத்தர உயரமுள்ள ஒருவித மரம். சரக்கொன்றைப்புளி விரேசநத்தின் பொருட்டு உபயோகிக்கப்படும் ஔஷதமாகும். இந்தப்புளியை மிருதுவாக ஒருவாறு பக்குவமசெய்து குழந்தைகளுக்கும் கர்ப்பிணிகளுக்கும் மலபந்தத்தைப் போக்குவதற்கு உபயோகமான ஸ்ரம்ஸந (laxative) ஔஷதமாகக் கொடுப்பதுண்டு. இதை வெகு சிறிய அளவில் வேறு விரேசந ஔஷதங்களுடன் கலந்து உபயோகித்தால் நன்கு பேதியாகும்; இதையே அதிக அளவில் (அதாவது 1 முதல் 2 அவுன்ஸ் வீதம்) சாப்பிட்டாலும் நன்றாக விரேசநமாகும்: ஆனால் அடுத்தாற்போல் வயிற்றுப்பொருமலையும் வேதனையையும் அது உண்டுபண்ணும். புளியோடு கலந்து உபயோகித்தால் பித்தக்கோளாறை இது நிவ்ருத்திசெய்யும். சரக்கொன்றைப் புளியை லேஹ்யமாகப் பக்குவம் செய்து நீரிழிவுரோகத்தில் உபயோகித்தால் நல்ல குணம் உண்டாகும். இதன் இலைகளை அரைத்து தத்ரு என்னும் படையின்மேல் தேய்த்து உபயோகிக்க அது சீக்கிரம் உதிர்ந்துவிடும்; இவ்விலைகளின் சாற்றைப் பிழிந்தெடுத்து, சோகையினாலுண்டாகும் வீக்கத்தின்மேல் தேய்த்துவருவதால் அவ்வீக்கம் குறையும். ஸ்ரம்ஸநம் (laxative) என்னும் குணத்தையுண்டுபண்ணுவதற்கு குல்கந்து முதலியதில் சேர்த்தும் உபயோகிப்பதுண்டு. இந்தவிதமான குல்கந்தில் சுமார் $\frac{1}{2}$ அவுன்ஸை இளஞ்சூடான பாலோடு கலந்து படுக்கப்போகும்போது உட்கொள்ளலாம்; இதனால் அடுத்தநாள் காலையில் இரண்டொருதடவை மலம் நன்றாகக் கழியும். ஸாதாரணமாய் 20 முதல் 40 நெல்லடை வரையிலும் உபயோகிக்க ஸ்ரம்ஸநமாகவும், 60 நெல்லெடையானால் விரேசநமாகவும் வேலைசெய்யும்.—Practical Medicine.

QUESTIONS AND ANSWERS.
ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

வினா 32-கஸ்தூரி.

“அன்பார்ந்த ஐயா!

தாங்கள் தயவுசெய்து கஸ்தூரியின் விவரத்தைப் பற்றி தெளிவாய் விடையளிக்கக் கோருகிறேன்:— 1. (a) கஸ்தூரி கிடைக்கும் விதம்—இந்த மிருகம் எவ்விடத்திலுள்ளது? இதன் உருவம் எவ்விதமானது? (b) வேறு ஜாதி மிருகங்களும் கஸ்தூரியைப் போன்ற பொருளைத் தருகிறதா? 2. (a) கஸ்தூரியின் நிறம் என்ன? (b) போலி வஸ்துக்களினின்றும் இதைத் தேர்ந்தெடுக்கும் முக்கியமான பரீக்ஷைகள் என்ன? 3. (a) வைத்தியர்கள் நிகண்டுவில் எந்தெந்த வியாதிக்கு இதை உபயோகிக்கலாம் என்று கூறியிருக்கிறார்கள்? (b) அநுபவத்தில் எந்த வியாதிகளுக்கு ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் உபயோகிக்கிறார்கள்?”

E. T. திரிராஜ ஐயங்கார்.

(ஸப் அஸிஸ்டெண்ட் ஸர்ஜன்.)

விடை:—1. (a) கஸ்தூரி ஒருவித மிருகத்தின் நாபிக்கு அருகிலுள்ள ஒருபையிலிருந்து எடுக்கப்படும்; அண்டவடிவமான இதன் பைக்கு முன்புறத்தில் மயிர்கள் அடர்ந்திருக்கும்; அப்பையை அறுத்து வந்து, அதன் உள்ளே ரோசனம்போல் அடங்கிய கஸ்தூரியைக் கிரஹிப்பார்கள். இந்த மிருகம் மத்திய இந்தியா, டிபெட், காச்மீரம், முதலான இடங்களில் வஸிக்கும்; இது மானைப்போன்ற ஒரு ஜாதி ஆண்மிருகம்; இதன்மேல்வாயில் நீண்ட கோரப்பற்கள் உண்டு. (b) புனுகுப்பூனை முதலிய வேறுஜாதி மிருகங்கள்கூட கஸ்தூரியைப்போன்ற வஸ்துவைத் தருகின்றன. 2. (a) கஸ்தூரி ஒருவித கறுப்பும் சிவப்புங்கலந்த நிறமுள்ளதாயிருக்கும். (b) கஸ்தூரியில் ஒரு சிறிதளவு எடுத்து ஜலத்தின்மேல் வைத்தால், அது உடனே ஒருவித ஸஞ்சாரங்கொண்டு வால் நக்ஷத்திரம்போல் ஜலத்தினுள் இறங்கும்; மற்றக்கலப்பு அல்லது போலிக் கஸ்தூரிகள் இவ்விதம் ஆவதில்லை. மேலும் சிறிது கஸ்தூரியை நெருப்புத்தணலில் இட்டால், அதிலிருந்துண்டாகும் புகையில் தோல்சுட்ட நாற்றம் எழும்பும்; கலப்பு அல்லது போலிக் கஸ்தூரியில் ஸாதாரண புகை நாற்றமேயிருக்கும். வாஸ்தவமான கஸ்தூரியைக் கையில் தேய்க்க எண்ணெய்ப் பசையுண்டாகும்; மற்றவை அவ்விதம் இராது. 3. (a) கஸ்தூரி ஸாதாரணமாய் கபம் அதிகரித்த நிலைமையிலும், சிலவிதமான—முக்கியமாய் கபம் ஸந்நிபாதம் இவற்றின் ஸம்பந்தமுள்ள—ஜ்வரங்களிலும் உபயோகிக்கப்படுகிறது;

வாதஸம்பந்தமான வியாதிகளிலும் இதை உபயோகிக்கலாம் என்று ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. (b) ஏதேனும் வியாதியுண்டாய் நிவ்ருத்தியான பின்பு ஸம்பவிக்கும் துர்ப்பலத்தைப்போக்கி உடற்சக்தியை உத்தீபநம் செய்யவும், கக்கிருமலின் தீவ்ரமான வேகத்தைத் தணிக்கவும், காக்கைவலி ஸூதிகா வாயு இவற்றை ஒருவாறு மந்தப்படுத்தவும், நாய்க் கடியினாலுண்டாகும் விஷவேகத்தைக் குறைக்கவும் கஸ்தூரியை ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் உபயோகிப்பார்கள். ப-ர்.

வினா 33. குங்கிலியத் தைலம்.

“ஐயா!

எனக்கு இரண்டு மாதத்திற்குமுன்பு திடீரென்று வலதுமுழங்காலில் வீக்கமும் பிடிப்பும் உண்டாய் மிகவும் பாதையைக் கொடுத்துவந்தது. இதற்காக லீவு வாங்கிக்கொண்டு மருந்து சாப்பிட நேரிட்டது. இந்த ஸந்தர்ப்பத்தில் ஹாலேன் என்கிற ஒரு ஸாஹெப் இரண்டு ரூபாய் என்னிடம் வாங்கிக்கொண்டு இரண்டு அவுன்ஸ் குப்பியொன்றில் குங்கிலியத் தைலம் கொடுத்துவிட்டுப்போனார். அத்தைலத்தை உபயோகித்ததில் ரொம்பவும் குணம் உண்டு. ஆனால் மருந்து ஆய்விட்டது. அந்த ஸாஹெப்பின் பெயராவது, ஊராவது, மற்ற விவரமாவது தெரியாது; கேட்டாலும் சொல்லவில்லை. போய்விட்டார். ஆகையால் தாங்கள் தயவுசெய்து குங்கிலியத் தைலத்தைப் பற்றிய விவரம் ஏதேனும் வைத்தியகலாநிதியில் பிரசுரித்துத் தரவேண்டுமென்று கேட்டுக்கொள்கிறேன்.”

C. இராகவாசாரியர்.

(ஸப் அஸிஸ்டெண்ட் இன்ஸ்பெக்டர் ஆப்ஸ்கூல்ஸ்.)

விடை:—குங்கிலியத் தைலம் என்றால் அதில் இரண்டு மூன்றுவிதம் உண்டு. தங்களுக்கு அந்த ஸாஹெப் கொடுத்தது எதுவென்று நாம் எவ்வாறு குறிப்பிட்டு அறியவாம்? (1) குங்கிலிய மரத்திலிருந்து ஒருவித தைலம் வடிவதுண்டு. இது கசப்பாகவும், எண்ணெயைப்போன்ற ஒருவித வாஸனையுடையதாகவும், கரகரப்புடன் வெகுட்டலுண்டாக்குந் தன்மையதாகவும், இளமஞ்சள் நிறமாகவும் இருக்கும். இது மருந்து ஷாப்புகளில் கிடைக்கக்கூடியது. (2) மேற்கூறிய குங்கிலியத் தைலத்தை வாலையிலிட்டு சுத்தமான ஒருவித தைலம் இறக்கப்படுவதுமுண்டு. அது ஒலியம் கொபைபா (oleum copaile) என்று கேட்டால் இங்கிலீஷ்மருந்து ஷாப்புகளில் கிடைக்கும். (3) குங்கிலியம் 2 பலம், 5 பலம் நல்லெண்ணெய், நாபிவேர் $\frac{1}{4}$ பலம்; இவற்றில் நல்லெண்ணெயைக் காய்ச்சி, அதில் குங்கிலியத்தையும், நாபியையும் நன்றாகப் பொடித்துச் சேர்த்து, எல்லாம் ஒருமிக்கக் கலந்து குழைந்துபோனதாகத் தெரிந்ததும் இறக்கி, மெல்லிய துணியில் சூடாயிருக்கையிலேயே வடிக்கட்டி, ஆறியபிறகு ஒரு குப்பியில்போட்டு வைத்துக்கொண்டு உபயோகிக்கலாம். ஆனால் இதை உள்ளுக்கு உபயோகிக்கக் கூடாது. இவை ஸாதாரணமான குங்கிலியத் தைலங்கள். தங்களுக்கு ஸாஹெப் கொடுத்தது எவ்விதம் தயார்செய்யப்பட்ட தைலமோ அதை நாம் குறிப்பிட்டுக்கூறுவது ஸாத்திய மில்லையாகையால், நாம் இங்கு எழுதி யிருப்பதைக்கொண்டு தாங்களே முடியுமானால் நிர்த்தாரணம் செய்துகொள்க. ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

டெல்லியில் ஓர் ஆயுர்வேத டிப்பி காலேஜ்.

டெல்லியில் ஹாவிக்-உல்-முல்க் ஹகீம் ஆஜ்மால் கான்பஹதூர் என்று மிகப் பிரஸித்திபெற்ற யூனானி வைத்திய கனவானுடைய பெருமுயற்சியினால், ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்தியங்களைக் கற்பிப்பதற்கென்று ஒரு காலேஜ் ஸ்தாபிக்கப்பட்டிருக்கிறதென்று நாம் சென்ற வருஷத்தில் இதில் குறிப்பிட்டிருக்கிறோம். அந்த காலேஜில் வேலைகள் இப்பொழுது ஒழுங்காக நடந்து வருகின்றன. இப்பொழுது ராஜப்ரதிநிதி அவர்கள், அந்த காலேஜுக்கு கட்டப்போகிற கட்டடத்திற்கு அஸ்திவாரக் கால்நாட்டி, இவ்வைத்திய முறைகளைக் கொண்டாடிப் பேசியிருக்கிறார் என்னும் விஷயத்தை நாம் மிகக் களிப்புடன் குறிப்பிட விரும்புகிறோம். அநேகம் மாகாணங்களில் முக்கியமாகச் சென்னையில் ஏற்பட்டுள்ள வைத்திய ஸங்கத்து (medical council) அதிகாரிகள் அல்லது அங்கத்தினர்கள் ஆயுர்வேத வைத்தியர் முதலியவர்கள் தலையெடுக்கக் கூடாதென்று அநேகம் பிரயத்தனங்கள் செய்வது ஒருபுறமிருக்க, மற்றொருபுறம் ஒன்றான ராஜபரதிநிதி அவர்களும், இம்பீரியல் கௌன்ஸிலிலுள்ள ஸர்ஜன் ஜெனரல் ஸர்-பி. லூகிஸ் அவர்களும் இந்த சுதேச வைத்திய முறைகளுக்கு அநுகூலமாகப் பேசி, அவற்றை ஆதரித்து வரக்கூடிய அபிமானமுள்ளவரா யிருப்பதைப் பார்க்க, இரண்டும் நமக்கு வியப்புண்டாக்குகின்றன. ஆகவே ஆயுர்வேத வைத்தியம், இன்று இராவிட்டால் மற்றொரு நாளாவது சீரும் செல்வாக்கு மடையக்கூடுமென்கிற ஒரு நப்பாசை நமது மனதில் கொந்தளித்து வருகிறது.

தேசபாஷைகளில் வைத்தியம் கற்பித்தல்.

இந்தியாவில் ஜனங்களுக்கு வைத்திய உதவி விசேஷமாய் விருத்தியாக வேண்டுமென்பதைக் கருதி கனம் டாக்டர் தாஸ் என்பவர் ராஜப்ரதிநிதி சட்ட ஸபையில், வைத்திய சாஸ்திரத்தை ஆங்காங்கு தேச பாஷைகளில் கற்பிக்கவேண்டியது அவசியமென்றும், அதற்காக வேண்டிய ஏற்பாடுகளை இராஜாங்கத்தார் செய்வது மிகவும் இன்றியமையாத காரியமென்றும் ஒரு தீர்மானம் கொண்டு வந்து, அது இந்திய மெம்பர்களாலும், ஆங்கிலமெம்பர்களாலும் ஒருங்கே ஆமோதிக்கப்பட்டு நிறைவேறிற்றென்று எழுத நாம் மிக்க ஸந்தோஷப்படுகிறோம். கனம் ஸி. விஜயராகவாசாரியர் மாத்திரம், இத்தீர்மானத்தைக் கண்டித்துப் பேசியதுமல்லாமல், அவ்விதம் கண்டிப்பது தமது கடமையென்றும் சொன்னது கவனிக்கத்தக்கது. ஸர் பி-ல்யூகிஸ் அவர்கள்கூட இத்தீர்மானத்தை மிகவும் ஸந்தோஷத்துடன் ஆதரித்துப் பேசினார். கனம் ல்யூகிஸ் அவர்கள் இந்த ஸந்தர்ப்பத்தில் சொன்ன சில வார்த்தைகளைமட்டும் குறிப்பிடாமலிருக்க முடியவில்லை. அதாவது:—“ ஆயுர்வேத-யூனனி வைத்தியங்கள் புகழக்கூடிய அநேகம் அருமையான விஷயங்கள் அடங்கியவைகளே. அவற்றில் நிபுணராயுள்ள சில வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் எனக்குத் தெரியும். எனக்கு எப்பொழுதேனும் உடம்பு அஸௌக்கியமானால், அப்பொழுது குணங்களிற் சிறந்த ஓர் ஆயுர்வேத வைத்தியரிடமோ ஹகீமினிடமோ வைத்தியம் செய்துகொள்வேனே யன்றி, ஒரு கெட்ட ஆங்கில வைத்தியனிடம் சிகித்ஸை செய்துகொள்ள விரும்பமாட்டேன்.’ மஹா வியாபகரான ஸர்ஜன் ஜெனரல் ஸர். பி-ல்யூகிஸ் அவர்கள் இவ்வளவு தாராளக் கொள்கையோடு கம்பீரமாக இராஜப்ரதிநிதி ஸபையில் மொழிந்த வாக்கியங்களை இச்சென்னை வைத்திய ஸங்கத்தார் கவனிக்கக்கடவர்.

சென்னை வைத்திய ஸங்கமும் ஆயுர்வேதமும்.

டாக்டர் கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயர் அவர்கள் ஒரு ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலையில் ஸம்பந்தம் வைத்துக்கொண்டதால், அவருடைய பெயர் ஸங்கத்தின் ஜாப்தாவிலிருந்து விலக்கப்படுமென்று அதன் அதிகாரிகள் செய்திருந்த ஏற்பாடுகள் ரத்து செய்யப்படுவதற்கு இந்தியா முழுவதும் உண்டாயிருந்த கோலாஹலத்தைப்பற்றி நாம் விரிவாகக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லை. இவ்வளவு ஸம்ப்ரமங்கள் ஏற்பட்டிருக்கையில் இதற்கு வெகு ஆச்சரியகரமான முடிவு உண்டாயிற்று. ஆயுர்வேத வைத்தியசாலையில் தொழில் ஸம்பந்தமான கூட்டுறவு வைத்துக்கொள்வது பிசகென்றும், அவ்விதம் தாம் செய்யவில்லையென்றும், கேவலம் மேற்பார்வை பார்த்து வருவதில் மாத்திரம் தாம் ஸம்பந்தம் வைத்துக்கொண்டிருப்பதாகவும் சொல்லி, தன்மூலமாய் ஏற்பட்டிருந்த கலவைக்கு ஒருவாறு முடிவை யுண்டுபண்ணினார். டாக்டர் அவர்கள் இவ்விஷயத்தை முன்னமே கௌன்ஸிலின் முன்பாகச் சொல்லிவிட்டிருந்தால், தேசமெங்கும் அநாவசியகமான கோலாஹலம் ஒன்று ஏற்படாமலிருக்குமே. யோக்யதையுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கும் ரெஜிஸ்டர் செய்துகொள்ள ஸௌகரியம் உண்டுபண்ணுதவரையில், அவ்வைத்தியர்கள் ரெஜிஸ்டர் பண்ணிக்கொள்ளாதவர்களென்றும், அவர்களோடு கூட்டுறவு கூடாதென்றும் கூறுவது மிகவும் நியாய விரோதமல்லவா ? டாக்டர் நஞ்ஜுண்ட ராவ் அவர்கள் சொல்வதுபோல டாக்டர் கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயருடைய முயற்சியானது எலிபிடிக்க மலைகல்லியது போல் ஆகிறது.

குஷ்ட ரோகம்

குஷ்ட ரோகம் கர்மவியாதியென்றும், அந்த வியாதிக்கு மருந்தில்லை யென்றும சொல்லுவார்கள். இந்த வியாதி ஒட்டுவா ரொட்டி யென்று ஜனங்கள் பயந்து வியாதி வந்தவர்களை, ஸங்கத்திலும் சேர்க்கப் பயப்படுவார்கள். இவ்விதக்கொடிய வியாதியை சொஸ்தம் செய்ய ஸர் லியோனார்ட் ரோஜர்ஸ் என்ற ஆங்கில வைத்தியர் ஒரு முறையைக் கண்டுபிடித்திருக்கிறதாகத் தெரிகிறது. அம்முறையால் இருவர் குணமடைந் திருக்கிறார்கள். இம்மருந்தினால் பூர்ண சொஸ்த மடைந்த குஷ்டரோகி இந்தியன் மெடிகல் ஸர்விஸில் கர்னல் என்ற பதவியை வகிப்பவர். ஸர் லியோனார்ட் ரோஜர்ஸினிடம் அவர் வைத்தியம் செய்து கொண்டுவந்தவர். இங்கிலாந்துக்குப் போயும் அவர் கொடுத்த மருந்தையே விடாமல் சாப்பிட்டுக் கொண்டுவந்தார். இப்போது அவர் முழுவதும் குணப்பட்டிருக்கிறார் என்று பேர்போன டாக்டர்களெல்லாரும் கவனித்துத் தமது அபிப்பிராயத்தைத் தெரிவித் திருக்கிறார்கள். குஷ்டரோகத்திலிருந்து நிவாரணமடைந்த அவர் இப்போது இங்கிலாந்தில் ஸேனைக்கு ஆட்கள் சேர்க்கும் வேலையில் முனைந்து வேலை செய்து வருகிறார். இந்தியன் மெடிகல் ஸர்வீஸில் சேர்ந்து உத்தியோகம்வஹிக்க அவர் மீண்டும் திரும்பிவருவர், குஷ்டரோகத்திலிருந்து குணப்பட்ட இவ்விருவரும் குஷ்டரோக நிவாரணத்திற்காகத் தாங்கள் கைகண்ட ஔஷதத்தை மற்றவர்களுக்கும் கொடுத்து, அநேகரைக் குணப்படுத்துவார் என்று ஸர் லியோனார்ட் ரோஜர்ஸ் எதிர்பார்க்கிறார். ஸர் லியோனார்ட் ரோஜர்ஸின் மருந்து நம் மிந்தியர்களுள்ளும் பிரபலமாகுமானால் எவ்வளவோ குஷ்டரோகிகள் இவ்வியாதியினின்றும் ஸுகமடைய ஹேதுவாகும்.

ஏழாம் அத்தியாயம்.

அப்பால் அன்னரக்ஷை[1] யென்னும் விஷயத்தை விளக்குகிற அத்தியாயம் கூறப்படுகின்றது:

அரசருக்கு அருகில் வைத்தியன் வஸிப்பதும் அவன் அன்னபானாதிகளைக் காப்பதும்.

அரசன், தனது அரண்மனைக்கு அருகில் உயிரைக் காக்கும் உத்தமாசிரியனை[2] வஸிக்கச் செய்ய வேண்டும். இவ்விதம் செய்தால், அவ்வாசிரியன், அரசனது ஆயுளைக் காப்பதற்கு அவசியமான அகில விஷயங்களிலும் எப்பொழுதும் கண்ணுங் கருத்துமாயிருந்துவரக்கூடும். அன்னபானங்களில் விஷப்பொருள் ஏதும் ஸம்பந்திக்காதவாறு அவற்றைக் காத்துவரவேண்டும் ; அதிலும் மன்னவருடைய அன்னபானாதிகளைக் காப்பது முக்கியமானதாகும் ; ஏனெனில், பிரஜைகளுடைய நன்மைகளை நிறைவேற்றுவதும், தீமைகளைத் தீர்ப்பதும் அரசருக்கு அதீனமானவையாம்; அறம் பொருள் இன்பம் முதலிய மற்ற விஷயங்களும் அவர்களுடைய பொருப்பாயிருக்கின்றன. 1, 2.

விஷங்கலந்த அன்னத்தின் குறிகள்.

அன்னம் கட்டியாகப்போய் மீண்டும் மிருதுவாகச்செய்யமுடியாமற்போனாலும், சமைக்கும்பொழுது பக்குவமாவதற்கு வெகு நேரம் ஆனாலும், சமைத்த பிறகு சீக்கிரத்தில் பழைய அன்னம்போல் திரிபடைந்தாலும், மயிலின் கழுத்தைப்போன்ற நிறமுள்ள ஆவி வெளிவந்தாலும், உணவை யுண்டதும் மனோப்ரமை-மூர்ச்சை-உமிழ்நீர் சுரத்தல் என்னும் இவ்விகாரங்கள் தோன்றினாலும், அன்னத்தின் இயற்கையான நிறம் மணம் முதலியது மாறுதலடைந்தாலும், சந்த்ரிகை யென்னும் பளபளப்பான மினுக்கங்கள் ஏற்பட்டாலும் அது ஏதோ விஷப்பொருள் ஸம்பந்தப்பட்டதாயிருக்கவேண்டுமென்று அறிக. 3,4.

விஷங்கலந்த வியஞ்ஜநங்களின் குறிகள்.

வியஞ்ஜநங்கள்[1] ஏதேனும் விஷஸம்பந்தத்தினால் சீக்கிரம் உலர்ந்துவிடும்; அவை அழுக்கடைந்து வெந்து விகாரங்கொள்ளும் ; அவற்றை உற்று நோக்கும்போது நமது நிழல் இயற்கையினும் குறைந்த அளவாகவாவது, அதிக அளவாகவாவது, வேறு விதமான கோளாறுடன் கூடியதுபோலவாவது காணப்படும்; அல்லது நிழலின் உருவமே புலப்படாமலும் போகலாம்; அவற்றில் நுரையும், மேலே பல நிறமுள்ள கோடுகளும், இடையிற் பல பிரிவுகளும், நூல்களைப்போன்ற விகாரங்களும், குமிழ்களும் ஏற்படக்கூடும். ராகங்கள்[2] ,காண்டவங்கள்[3] , சாகம், மாம்ஸம் இவைகள் அததற்குற்றவாறு கெட்டியாக இல்லாமல் பலவாறு சிதறுண்டு, சுவையிலும் மாறுதலடைந்தால், அவையும் விஷஸம்பந்தமுள்ளவை யென்றறிக. 5, 6.

விஷங்கலந்த சில திரவபதார்த்தங்களின் குறிகள்.

மாம்ஸரஸத்தில் கருநிறமான கோடுகளும், பாலிலும் தயிரிலும் சிவந்த கொடிபோன்ற கோடுகளும், மோரில் கருமஞ்சள் நிறமான கோடுகளும், நெய்யில் ஜலத்தைப்போன்ற கோடுகளும்,

1. அன்னரக்ஷாத்தியாயம்—ஆஹாரங்களில் விஷப்பொருட்கள் ஸம்பந்திக்காதபடி அவற்றைச் சுத்தமாயிருக்கும்படி காப்பதற்கான உபாயங்களைக் கூறும் அத்தியாயம்.

2. உயிரைக் காக்கும் ஆசிரியன்—வைத்தியன்.

1. வியஞ்ஜநங்கள்:—அன்னத்தோடு கலந்து உபயோகிப்பதற்கான பருப்பு முதலியவையாம்.

2. ராகம்—சிவந்த நிறமான ஒருவித இனிய பணியாரம்.

3. காண்டவம்—லட்டு முதலியதைப்போன்ற பக்ஷணம்.

மதுவிலும் ஜலத்திலும் சுத்தக் கருப்பான கோடுகளும், தேனில் பச்சைக்கோடுகளும், தைலத்தில் சிவந்த கோடுகளும் உண்டானுல் அவை விஷஸம்பந்தமுள்ளவையாம். 7, 7½.

விஷஸம்பந்தமுள்ள வேறு சில பதார்த்தங்களின் அறிகுறிகள்.

பழுக்காத இளங்காய்கள் திடீரென்று கனிந்திருப்பதாகத் தோன்றினுலும், பழுத்தவை அழுகிப் போனுலும், ஈரமான வஸ்துக்கள் வாடிப்போனுலும், உலர்ந்தவை அழுக்கடைந்தாலும் அவை விஷப்பற்றுடையவைகளாயிருக்கும். மிருதுவான வஸ்துக்கள் கடினமாகவும், கடினமானவை மிருதுவாகவும் பரிசத்தில் மாறுதலடைந்தால் அவையும் விஷங்கலந்தவையாகும். புஷ்பம் முதலியவை முனையில் வெடித்திருப்பதும், அவை வாடி வாஸனையில் மாறுதலுறுவதும் ஏதோ விஷஸம்பந்தத்தைக் குறிப்பிடக்கூடியவையென்றறியலாம். வஸ்திரத்தில் அழுக்கடைந்து ஆங்காங்கு வட்டவடிவமான கறைகள் பிடித்தாலும், அவற்றின் முந்தானைகளின் நூல்கள் சிதறிப் போவதாலும், தாதுப்பொருட்களென்ன, நல்முத்துவென்ன, கட்டைகளென்ன, கற்களென்ன, இரத்னம் முதலியவையென்ன இவை அழுக்கடைந்து எண்ணெய்ப் பசையின் கலப்புள்ளதுபோல் காந்தியிழந்து பரிசத்திலும் இயற்கைக்கு மாறாகக்காணப்படுமாயின் அவற்றிலும் ஏதோ விஷம் ஸம்பந்தித்திருப்பதாய் அறியலாம். 8—11.

விஷமிட்டவனின் அறிகுறிகள்.

உணவு முதலியவற்றில் விஷமிட்டவனை அடியில் வரும் குறிகளால் அறிந்துகொள்ளலாம். அவனுடைய முகம் ஒருவாறு கறுத்தும் உலர்ந்தும் காணப்படும்; ஒருவிதமான விகாரங் கொண்டவனாய் திசைகளை அங்குமிங்குமாய் நோக்குவான்; வியர்வை சொரிய உடல்நடுங்க பயந்து திகிலடைந்து தட்டுத் தடுமாறி நடப்பான்; கொட்டாவி விடுவான். 12.

விஷமுள்ள உணவு முதலியதைப் பரீக்ஷிக்கும் முறை.

விஷம் ஸம்பந்தித்த அன்னத்தை அக்னியிலிட, அவ்வக்னி உடனே ஒரு முறை சுழன்று, அதிகமாய் வெடிக்கும்; மயிலின் கழுத்தைப்போன்ற நிறத்துடன் அதிலிருந்து புகையும் ஜ்வாலையும் கிளம்பும்; தாங்கமுடியாத ஒருவித வாஸனையும் உண்டாகும்; அவ்விதமான அன்னம் முதலியதை ஈக்கள் தின்றால் அவை மரித்துவிடும். 13.

அதைக் காக்கை புசித்தால் தொண்டையின் த்வனி மழுங்கிவிடும். கிளி, கச்சக்குருவி, பெண்கிளி, இவை விஷங்கலந்த ஆஹாரத்தைக் கண்டதும் கூக்குரலிடும்; அன்னப்பறவையானது அவ்வுணவைப் புசித்து இங்குமங்கும் தடுக்கி விழும். நிலாமுக்கிப் பக்ஷிக்கு உடலில் வாட்டமுண்டாகும். சகோரபக்ஷியின் கண்களுக்கு இயற்கையாயுள்ள செந்நிறம் மாறிவிடும். க்ரௌஞ்சபக்ஷிக்கு இதனால் ஒருவித வெறி அதிகரிக்கும். மாடப்புறா, குயில், கள்ளிக்காக்கை, சக்கிரவாகப் பறவை இவை விஷப்பொருள் ஸம்பந்தித்த உணவுகளை உபயோகிப்பதால் உடனே உயிரிழக்கும். பூனை அதைக் கண்டு பிரமித்து நிற்கும். குரங்கு மலங்கழியும். மயில் அதைப் பார்த்து ஸந்தோஷமடையும். அதனால் விஷத்தின் வீர்யமும் குன்றிவிடும். இவ்வித பரிசோதனைகளால் அன்னம் விஷங்கலந்ததென்று அறிந்து, அதனால் ஏதேனும் சிற்றுயிர்களும் எவ்வாறு உயிரிழக்காமலிருக்குமோ அவ்விதமாய் அவ்வுணவை தூரத்தில் பரிஹரிக்கவேண்டும். 14—17½.

விஷங்கலந்தவற்றைப்பரிசிப்பதால் உண்டாகும் அவக்குறிகளும் பரிஹாரமும்.

விஷ ஸம்பந்தமுள்ள அன்னம் முதலியவற்றைப் பரிசித்தால் தினவு, எரித்தல், அழற்சி, ஜ்வரம், வலி, கொப்புளித்தல், பரிசவுணர்ச்சியிழத்தல், நகங்களும் மயிர்களும் உதிர்தல், வீக்கம் இவ்விகாரங்கள் ஸம்பவிக்கும்.

இந்த நிலைமையில் விஷஹரமான வஸ்துக்களால்[1] அவ்வவயவத்தை நனைப்பது நலம்; வெட்டிவேர், சந்தனம், தாமரைக் கிழங்கு, வெண் கருங்காலி, தாளிசபத்திரி, இலவங்கப்பத்திரி, கோஷ்டம், சீந்தில், நத மென்கிற ஒருவித வாஸனைப் பொருள் இவற்றின் கல்கத்தினுல்[2] அவ்விடத்தில் லேபநம்[3] செய்வதும் உத்தமமாம். 18—19½.

விஷங்கலந்த வஸ்து வாயில்ஸம்பந்திப்பதாலுண்டாகும் தூர்க்குணங்களும் பரிஹாரமும்.

விஷங் கலந்த வஸ்துவை வாயில் வைத்தால் உமிழ்நீர் அதிகமாகக் கசியும்; நாக்கு, உதடு இவை உணர்ச்சியிழந்து விடும்; அழற்சி, காரல் அல்லது தினவு, பற்கூச்சம், சுவை யறிய முடியாமை, முகவாய்க்கட்டை அசைக்க முடியாமற் போதல் என்னும் இக்குறிகள் உண்டாகும். இந்த நிலைமையில் முற்கூறிய வெட்டிவேர் முதலிய சரக்குகளால் வாய்க் கொப்புளிப்பதும், மற்றும் விஷஹரமான எல்லாச் சிகித்ஸையும் ஹிதமானதாம். 20, 21

ஆமாசய[4] பக்வாசயங்களில்[5] விஷம்சேருவதால் ஸம்பவிக்கும் தூர்க்குணங்கள்.

விஷக்கலப்புள்ள வஸ்து இரைப்பையில் சேர்ந்துவிட்டால் வியர்வை அதிகமாகக் கசிதல், மூர்ச்சை, வயிற்றுப் பொருமல், வாந்தி, எரித்தல், கண் பார்வை மந்தமாகப் போதல், மாரடைப்பு, உடம்பில் ஆங்காங்கு ஒரு வகையான தழும்புகள் உண்டாதல் என்னும் இக்குறிகள் ஏற்படும். மேலும் அவன் அநேக நிறமாக வாந்தி செய்வான். அடிக்கடி சிறு நீர் இறங்கும். அதிஸாரமுண்டாகும். சோம்பல், இளைத்தல், வெளுத்தல், மஹோதரம், பலக் குறைவு இவை ஸம்பவிக்கும். 22—23½.

ஆமாசய - பக்வாசயங்களில் சேர்ந்த விஷத்தைப் பரிஹரிக்கும் முறை.

விஷப்பொருள் இரைப்பையில் சேர்ந்தாலும், பக்வாசய மடைந்தாலும் இந்த நிலைமைகளில் முதலில் வாந்தியும் அப்பால் விரேசநமும் செய்விக்கவேண்டும். அப்பால் மஞ்சள், மரமஞ்சள், வாலுழுவை, வெல்லம், ஆவாரை, அவரை, ஹிங்குப் பத்ரி[1], மூங்கிற் குருத்து, அம்மான் பச்சரிசியின் வேர், கோழி முட்டை, ஆட்லாங்கொடி இவற்றை நஸ்யமாகவோ, அஞ்ஜநமாகவோ, பாநௌஷதமாகவோ விஷத்தைப் போக்க வேண்டுவதற்காகப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 24—25½.

விஷமுண்டவனுக்கு தாம்ர பஸ்மமும் ஸ்வர்ண பஸ்மமும்.

விஷத்தை உட்கொண்டவனுக்கு வமநசிகித்ஸையும் விரேசந சிகித்ஸையும் செய்வித்து, கால மநுஸரித்து ஹ்ருதயத்தைச் சுத்தி செய்வதற்காக நுண்ணிய பஸ்மமாகச் செய்த தாம்ரத்தைத் தேனுடன் கலந்து உட்கொள்ளக் கொடுக்கவேண்டும். ஹ்ருதயம் சுத்தமான பிறகு, ஸ்வர்ண பஸ்மத்தை ஒரு சாணமளவு கொடுக்கலாம். 26,27.

---

1. விஷஹரமான வஸ்துக்களையும் சிகித்ஸையையும் பற்றி உத்தரஸ்தாநத்தில் 36-வது, 37-வது, 38-வது அத்தியாயங்களில் விஷயங்கள் நன்கு விவரிக்கப்படுகின்றன.
2. கல்கம்—எந்த வஸ்துவையும் இடித்து அல்லது அரைத்து, திரவமாகவு மில்லாமல் சூர்ணமாகவுமில்லாமல் பூசுவதற்கு ஏற்றவாறு பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஔஷத முறை.
3. லேபநம்—பூச்சு.
4. ஆமாசயம்—இரைப்பை.
5. பக்வாசயம்—உணவுகள் ஜீர்ணமாவதற்கான சிறு குடல்.

---

1. ஹிங்கு பத்ரி—பெருங்காய மரத்தின் இலை.
2. கரவிஷம்—சத்ருக்களாவது, புருஷர்களைத் தமதிடம் பாசமுள்ளவராகச் செய்ய விருப்பமுள்ள ஸ்த்ரீகளாவது உணவு முதலியவற்றில் இடும் விஷம். தனித் தனியாயிருக்கையில் விஷத்தன்மை யற்றதான சில சரக்குகளை ஒன்றோடொன்று சேர்ப்பதாலும் இவ்விஷம் ஸம்பவிக்கலாம்.

ஸ்வர்ணத்தை உட்கொள்பவனுடைய ஹ்ருதயத்தில் விஷமானது, தாமரை இலையில் தண்ணீரைப் போலவே சிறிதும் பற்றுவதில்லை. ஆயுளும் இதனால் விருத்தியாகும். ஸாதாரண விஷங்களை முறிப்பதற்கென்று கூறப்பட்ட இம்முறைகள் கரம் என்கிற விஷங்களைப் [2] போக்குவதற்கும் ஏற்றவையாம். 28.

விஷமுண்டவனுக்கு ஸ்வர்ணத்தின் உபயோகம்.

குணங்களில் ஒன்றுக்கொன்று விரோதமான ஆஹார வஸ்துக்களும் விஷத்திற்கு அல்லது கரவிஷத்திற்கு ஸமானமானவையென்று அறியவும். அவ்வித பதார்த்தங்களாவன:—ஆநூப தேசத்திலுண்டான ஜந்துக்களின் மாம்ஸமானது உளுந்து, தேன், பால், முளைத்த தானியங்கள் இவற்றுடன் கலந்து உபயோகிக்கப்படுமானால் விரோதம் செய்யும்; முள்ளங்கியோடாவது, தாமரைக் கிழங்குகளோடாவது, வெல்லத்தோடாவது கலந்துபயோகித்தாலும் விரோதமாம். முக்கியமாய் மத்ஸியங்களே—அவற்றிலும் சிலிசிமம் என்னும் ஜாதியைச் சேர்ந்த மத்ஸியங்களே பாலுடன் கூட்டினால் பகைக்குங் குணமுடையவை. அம்லரஸமுள்ள எல்லாக் கனிகளுமே பாலுடன் உபயோகிப்பதற்குத் தகாதனவாம். அவ்வாறே சோள், வரகம் என்கிற ஒருவித நெல், கம்பு, வல்லமென்கிற ஒருவகையான பருப்பு, காட்டுப்பயறு இவையும் பாலோடு ஒருமிக்க உபயோகிக்கத் தகாதவையாகும். முள்ளங்கி, மற்றும் பசுங்கீரை முதலியதைப் புஜித்தவுடனேயும் பால் குடிப்பது பிசகு. பசுமையான கீரை முதலியதை உண்பவன் அடுத்தாற்போல் பாலை உட்கொள்ளக்கூடாது. பன்றிமாம்ஸத்தை முள்ளம்பன்றியின் மாம்ஸத்தோடும், மான், கோழி இவற்றின் இறைச்சியைத் தயிரோடும் கலந்து உண்ணக்கூடாது. சமைக்காத மாம்ஸத்தை ரோசனியென்னும் பித்தத்தோடும், முள்ளங்கியை உளுத்தம்பருப்போடும், செம்மறியாட்டு மாம்ஸத்தை குஸும்பக்கீரையோடும், முளைத்த தானியத்தைத் தாமரைக் கிழங்கோடும், கிச்சிலிப்பழத்தை உளுத்தம்பருப்பு, வெல்லம், பால், தயிர், நெய் இவற்றோடும் உட்கொள்ளக்கூடாது. வாழைப்பழத்தை மோருடனாவது, தயிருடனாவது, பனம்பழத்தோடாவது புஜிக்கக்கூடாது. மணத்தக்காளியை திப்பிலியுடனாவது, மிளகுடனாவது, தேனுடனாவது, வெல்லத்தோடாவது உபயோகிப்பது பிசகு. மத்ஸியம் சமைத்த பாத்திரத்திலாவது, சுக்குசமைத்த பாத்திரத்திலாவது, மணத்தக் காளியையிட்டு சமையல்செய்து உபயோகிப்பது தகாது; வேறு பாத்திரத்தில் சமைத்த மணத்தக்காளியையும் இராத்ரி அவ்வாறே வைத்திருந்து மறுநாள் உபயோகிப்பதும் தகாது. மத்ஸியம் பொரித்த எண்ணெய் அல்லது நெய்யில் வறுத்த திப்பிலியையும் பரிஹரிக்கவேண்டும். வெண்கலப் பாத்திரத்தில் பத்துநாள் வைத்திருந்த நெய்யையும் உபயோகிக்கக்கூடாது. செங்கொட்டையோடு உஷ்ணமான எப்பதார்த்தத்தையும் கலந்து உட்கொள்ளக்கூடாது. கள்ளிக்காக்கையின் மாம்ஸத்தை சூலத்திற் குத்தி அக்னியிற் பக்குவம் செய்தால் விஷகுணமுள்ளதாகும். கம்பில்லமென்னும் குருவியின் மாம்ஸத்தை மோரில் சமைத்தாலும் விரோதகுணமுண்டாகும். பாயஸம், கள், எள் முதலியவற்றாலான ஒருவித கஞ்சி இவற்றையும் ஒருமிக்கச் சேர்த்து உபயோகிக்கக்கூடாது. தேன், நெய், கொழுப்பு, எண்ணெய், ஜலம் இவற்றில் ஏதேனும் இரண்டையோ, மூன்றையோ, அல்லது அனைத்தையுமோ ஸம அளவாகச் சேர்த்து உபயோகித்தால், அவை ஒன்றோடொன்று குணத்தில் விரோதப்படும். தேனையும் நெய்யையும் வெவ்வேறு அளவில் கலந்து உபயோகித்தாலும்

ஒன்றுக்கொன்று குணத்தில் விரோதமான வஸ்துக்கள்.

காங்கோதகத்தை [1] அவற்றிற்கு அநுபாநமாய் உட்கொண்டால் விஷமித்துவிடும். மேலும் தேனும் தாமரைவித்தும் ஒன்றோடொன்று விரோதப்படும். தேனும், பேரீச்சம்பழத்தினாலான மைரேயம் என்கிற மத்யமும், சர்க்கரையினாலான மத்யமும் ஒன்றுக்கொன்று விரோதகுணமுள்ளவை. பாயஸம் முதலிய பால் ஸம்பந்தமான உணவுக்கு மந்தமென்னும் ஒருவித கஷாயத்தை[1] அநுபாநமாக உட்கொள்வதும், மஞ்சளை கடுகெண்ணெயில் பொரித்து உபயோகிப்பதும் தகாது. கொத்துவசளை யென்னும் கீரை எள்ளுப் பொடிசேர்த்து பக்குவம் செய்யப்படுமானால் அது அதிஸாரத்தையுண்டாக்கும். நாரையென்னும் பக்ஷியின் மாம்ஸம், கள்ளோடாவது சிறிது வேகவைத்த காராமணியோடாவது உபயோகிக்கப்பட்டாலும் கெடுதியைத் தரும். அதே மாம்ஸம் பன்றிக் கொழுப்பில் பொரித்து உட்கொள்ளப் படுமானால் உடனே உயிரைப் போக்கிவிடும். அவ்வாறே தித்திரியென்னும் பக்ஷியென்ன, மயிலென்ன, உடும்பு என்ன, லாவம் என்னும் ஒருவித சிட்டுக்குருவி யென்ன, காடையென்ன இவற்றின் மாம்ஸம் ஆமணக்கங் கழிகளை எரித்து அதில் சமையல் செய்தாலும், ஆமணக்கெண்ணெயில் பொரித்தாலும் பிராணாபாயமுண்டாக்கும். பச்சைக்குருவியின் மாம்ஸத்தை மஞ்சளின் அடித்தண்டில் குத்தி, அதே மஞ்சள் தண்டையெரித்து அந்த அக்னியில் பக்குவம்செய்து உபயோகித்தாலும் உடனே பிராணனைப் போக்கிவிடும். அதே மாம்ஸம் சாம்பலுடன் அல்லது மண்ணுடன் கலந்து தேனில் கூட்டப்படுமானால் அப்பொழுதும் தீங்கு விளைவிக்கும். 29—44.

சுருங்கச்சொன்னால் எந்த வஸ்துவாகிலும் தேஹத்திலுள்ள தோஷத்தை அதன் ஸ்தாநத்திலிருந்து கலக்கிவிட்டு, அதை முற்றிலும் வெளிப்படுத்தாமல் நிறுத்திவிடுமானால் அது விருத்த த்ரவ்யம் என்று கூறப்படும். அந்த நிலைமையில் அவ்வித தோஷத்தை வெளிப்படுத்துவதற்கான சோதந சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும்; அல்லது அவ்வித விருத்த த்ரவ்யங்களுக்கு எதிரிடையான வஸ்துக்களால் சமந சிகித்ஸையாவது [1] செய்யவேண்டும். அல்லது அப்பதார்த்தங்களைக்கொண்டே முன்னதாய் சரீரத்தைப் பண்படுத்தவேண்டும். [2] 45.

விருத்த த்ரவ்யத்தின் தன்மையும் அதனாலான தீங்களுக்குப் பரிஹாரமும்.

வியாயாமம் செய்து வருபவருக்கும், ஸ்நேஹமுறைகளால் சரீரத்தை ஸம்ஸ்காரம் செய்து கொண்டவருக்கும், நன்கு பசிதீபநமுள்ளவருக்கும், நடுப்பிராயத்திருப்பவருக்கும், நல்ல தேஹவன்மையைப் பெற்றவருக்கும் ஒன்றுக்கொன்று குணத்தில் விரோதமுள்ள பதார்த்தமும் தீங்குண்டுபண்ணுவதில்லை; அங்ஙனமே ஸாத்மியமான [3] உணவும், அற்ப அளவான ஆஹாரமுங்கூட விரோதகுணமுள்ளதாயினும் கெடுதலைத் தருவதில்லை. 46½.

விருத்த த்ரவ்யங்களும் சிலருக்குக் கெடுதலுண்டு பண்ணுவதில்லை.

---

1. காங்கோதகம்—இதன் விவரத்தைப்பற்றி முதல் அத்தியாயத்தைப் பார்க்க.

---

1. சமந சிகித்ஸை—இதைப்பற்றி முதல் அத்தியாயம் 24-வது பத்தியமொழி பெயர்ப்பைப் பார்க்க.

2. எவ்வித பதார்த்தங்களால் தேஹத்தில் வியாதி ஸம்பவிக்கிறதோ, அதே பதார்த்தங்களை முன்னதாய் சிறுகச் சிறுக உபயோகித்து அவற்றை தேஹத்திற்கு அநுகூலமாகச் செய்துகொண்டால், பிறகு அவ்வித பதார்த்தங்களால் எப்பொழுதுமே கெடுதி ஸம்பவிப்பதில்லை. இந்த முறையையே இப்பொழுது வைசூரி குத்துதல் (Vaccination) முதலியவற்றில் இக்காலத்தியவர் அநுஸரிக்கின்றனர் என்றறிக. இதுதான் ஸாத்மியம் என்றும் ஆயுர்வேத பரிபாஷைப்படி விவஹரிக்கப்படுகிறது.

3. ஸாத்மியம்.—தேஹத்திற்கு பிரதிகூலமான வஸ்து அல்லது காரியம் அநுகூலமாய் விடுவது.

தேஹத்திற்கு அநுகூலமில்லாத வஸ்து உபயோகிக்கப் பட்டுப்போனுல், அவ்வழக்கத்தைப் பரிஹரிக்கும்போது அவ்வித பதார்த்தத்தை முதலில் உபயோகித்து வந்த அளவில் கால் பாகமாகவாவது, வீசம் பாகமாகவாவது கிரமமாகவிட்டுவரவேண்டும். 47.

உபயோகிக்கப்பட்ட அபத்திய வஸ்துவை விடவேண்டிய முறை.

அவ்விதமே தேஹத்திற்கு அநுகூலமான பதார்த்தத்தை உபயோகிக்கத் தொடங்கும்பொழுது உண்ணப்படும் உணவின் அளவில் கால்பங்கு விதமோ, அல்லது வீசம்பங்கு விதமோ முதலில் ஒருவேளையும், பிறகு இரண்டு வேளையும், அப்பால் மூன்று வேளைகளும் இடையில் விட்டு விட்டு உபயோகிக்கவேண்டும். [1] 47½.

விலக்கப்பட்டிருந்த ஹிதமான வஸ்துவைக் கிரஹிக்கும் முறை.

1. முதலில் அப்யஸிக்கப்பட்டுவந்த சரீரத்திற்குப் பிரதிகூலமான வஸ்துவில் கால் பாகத்தை விலக்கி, அநுகூலமானதில் கால்பாகம் கூட்டி உபயோகிக்க வேண்டும். இவ்வாறு முதல்வேளை செய்துவிட்டு, அடுத்தவேளையில் முற்றிலும் அபத்திய உணவையே உபயோகிக்கவேண்டும். பிறகு மூன்ருவது வேளையில் அபத்திய வஸ்துவில் அரைபாகம் விலக்கி விட்டு பத்தியவஸ்துவில் புதிதாக அரைபாகம் சேர்த்துக் கொள்ளவேண்டும். அப்பால் 4-வது, 5-வது வேளைகளில் முற்றிலும் அபத்திய உணவையே உபயோகிக்கவும். பிறகு 6-வது வேளையில் வழக்கத்திற்கு வந்த அபத்தியவஸ்துவை கால்பாக அளவில் உபயோகித்து, வழக்கத்தில் வராத பத்தியவஸ்துவில் முக்கால் பாகம் உபயோகிக்கவேண்டும். அப்பால் 7-வது, 8-வது, 9-வது வேளைகளில் அபத்திய ஆஹாரமே உபயோகித்து, 10-வது வேளையில் பத்தியா ஹாரத்தையே முடியவும் உபயோகிக்கவேண்டும். இதே க்ரமத்தில் வீசம் பாகம் விதமாகவும் அபத்தியங்களை விடுவதும், பத்தியங்களை முறையே கிரஹிப்பதும் என்றறிக.

அவ்வாறின்றி, உபயோகிக்கப்பட்டுவந்த அபத்தியமான பதார்த்தத்தைத் திடீரென்று விலக்குவதாலும், பத்தியமான வஸ்துவைத் திடீரென்று கிரஹிப்பதாலும் முறையே ஸாத்மிய விகாரமும் அஸாத்மிய விகாரமும் ஸம்பவிக்கும். 48½.

அபத்தியமானதை திடீரென்று விலக்குவதாலும், பத்தியத்தைத் கிரஹிப்பதாலும் உண்டாகும் தீங்குகள்.

தோஷங்கள் [1] கிரமக்ரமமாகக் குறைக்கப் பட்டுவருமானல், அவை மறுபடியும், உண்டாகாமல் நிவ்ருத்தியடையும். அவ்வாறே கிரமமாக குணங்களும் மெள்ள மெள்ள விருத்திசெய்யப்படுமானல், அவை மீண்டும் அசைவுபெருமல் ஸ்திரமாய் நிற்கும். 49½.

தோஷங்களைக் கிரமமாகக் குறைப்பதும் குணங்களைக் கிரமமாக விருத்திசெய்வதும் அவசியம்.

தேஹத்தில் மிக்க நெருக்கடியான நிலைமையைப் பெற்று, தூஷிப்பிக்கும் தன்மையை அடைந்திருக்கிற வாதாதி தோஷங்களை அபத்தியமான பதார்த்தங்களைக் கொண்டு மேன்மேலும் தூஷிக்கச்செய்வது கற்றறிந்த வைத்தியனுடைய காரியமல்ல. 50½.

அபத்திய வஸ்துக்களை எப்பொழுதுமே உபயோகிப்பது பிசகு.

ஆஹாரம், நித்திரை, ப்ரஹ்மசர்ய வ்ரதம் [2] இவற்றை முறைதவறுமல் நன்கு நடத்திவந்தால், தூண் முதலியவற்ருல் வீடு தாங்கப் பட்டு வருவதுபோல், சரீரமும் எப்பொழுதும் திடமாகத் தாங்கப்பட்டுவரும். 51½.

தேஹத்தை என்றைக்கும் திடமாகப் பாதுகாக்கும் முறை.

1. தோஷங்கள்—தேஹத்தில் உண்டாயிருக்கும் பற்பல விதமான கோளாறுகள் இங்கு தோஷங்கள் என்பதால் குறிக்கப்படுகின்றன; ஆகவே வாதபித்த கபங்கள் அல்லவென்று அறிக.

2. ப்ரஹ்மசர்யவ்ரதம்—சிற்றின்பங்களை கண்டபடி நாடாமல் நிஷ்டையுடன் இருத்தல்.

அவற்றுள் ஆஹார விஷயமானது முன்னமே விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது; மேலும் ஆங்காங்கு இன்னும் விவரிக்கப்படவும் போகின்றது. 52.

ஆஹார விஷயம்.

இன்பம், துன்பம், செழித்துவளர்தல், இளைத்துப்போதல், வன்மையுறுதல், வன்மையிழத்தல், சிற்றின்பப் பற்றை நிறைவேற்றுவதற்கான நல்ல நிலைமையைப் பெறுதல், நபும்ஸகனய்விடுதல், அறிவாளியாதல், மூடனயிருத்தல், நன்கு உயிருடன் வாழ்தல், மரித்தல் என்னும் இவ்வனைத்தும் நித்திரைக்கு அதீனமாயிருக்கின்றன. 53.

நித்திரையின் உபயோகம்.

அகாலத்தில் நித்திரைசெய்வதும், மிதமில்லாமல் தூங்குவதும், மிகவும் சொற்பமாய் நித்திரை யுறுவதும், மற்ருெரு காலராத்ரியைப்போல [1] ஆரோக்கியாதி ஸுகங்களையும் ஆயுளையும் அழித்துவிடும். 54.

அகால நித்திரை முதலியவற்ருல் உண்டாகும் தீமை.

இரவில் நித்திரையில்லாமல் கண்விழித்தலால் தேஹம் ரூக்ஷமாகும். பகலில் நித்திரையுறுவதால் சரீரம் ஸ்நிக்த்தமாகும். உட்கார்ந்தவாறு அசைந்துகொண்டே தூங்குவது அதிக ரூக்ஷமுமன்று, ஸ்நிக்த்தமுமன்று. 55.

இரவில் நித்திரையின்மை, பகலில் தூங்குதல் முதலியவற்றின் குணங்கள்.

க்ரீஷ்மருதுவில் வாயுவானது சயாவஸ்த்தையை அடைவதாலும், ஆதாந காலத்தின் இயல்பினுலும், ரூக்ஷத்தன்மை விருத்தியாவதாலும், இராத்திரிகாலம் குறைவாயிருப்பதாலும் அக்காலத்தில் பகலில் நித்திரை செய்வது நலமே; மற்ற ருதுவில் அவ்விதம் செய்வது கப-பித்தங்களை விருத்திசெய்வதற்குக் காரணமாகும். ஆனல் அடிக்கடி பிரஸங்கம் செய்வதாலும், வாஹனமேறி சவாரிசெய்வதாலும், வழிநடப்பதாலும், மத்ய பானத்தினுலும், ஸ்த்ரீஸம்பந்தத்தினுலும், சுமையைச் சுமப்பதாலும், மற்றும் வெவ்வேறு வேலைகளாலும், கோபத்தினுலும், சோகத்தினுலும், பயத்தாலும் வாட்டமுற்று சிரமப்பட்டிருப்பவர்களும், ச்வாஸரோகமென்ன, விக்கலென்ன, அதிஸாரமென்ன இவற்ருல் கஷ்டப்படுபவரும், கிழவர்களும், பாலர்களும், துர்ப்பலர்களும், மிக மெலிவடைந்தவர்களும், உரக்ஷதம் [1] நாவறட்சி வயிற்றுவலி இவற்ருல் பீடிக்கப்படுபவர்களும், அஜீர்ண ரோகிகளும், ஏதேனும் காரணத்தினுல் அடியுண்டு கஷ்டப்படுபவரும், பித்துப் பிடித்தவர்களும், பகலில் வழக்கமாக நித்திரை செய்பவரும் இராக்காலம் தவிர பகற்பொழுதிலும் தூங்குவது உசிதமே; அவ்வாறு செய்தால் தாதுக்கள் இயற்கையான ஸமநிலைமையைப் பெற்றுவரும்; கபமும் ஏற்றவண்ணம் அவயவங்களைப் போஷிக்கக்கூடியதாகும். 56—58½.

பகலில் நித்திரை செய்வதற்கு ஏற்றவர்களும் ஏற்ற காலமும்.

கொழுப்பு அதிகரித்த தேஹமுடையவர்களும், கபப்ரகோப முடையவர்களும், அடிக்கடி ஸ்நேஹப்ரயோகம் [2] செய்துகொள்பவரும் பகலில் தூங்கக்கூடாது. விஷஸம்பந்தத்தினுல் வருந்துபவனும், தொண்டையில் வியாதி யுடையவனும் எப்பொழுதும் இராக்காலத்திலுங்கூட நித்திரையுறக்கூடாது. 59½.

பகலிலும் அல்லது இரவிலும் நித்திரை செய்யத்தகாதவர்கள்.

1. காலராத்ரி—மரணபயத்தை யுண்டுபண்ணும் மிகக் கொடிய காட்சிகளுடன் கூடிய இரவு.

1. உரக்ஷதம்—மார்பில் கபம் முதலியது அதிகம் சேர்ந்து இரத்தத்துடன் கபம் வெளிவருமாறு இருமுதல்.

2. ஸ்நேஹப்ரயோகம்—எண்ணெய் முதலிய வற்றைத் தேய்த்துக்கொள்வது, அல்லது உட்கொள்வது முதலியது.

அகால நித்திரையினால் நேரிடும் கெடுதிகள்.

தகாத காலத்தில் நித்திரை செய்வதால் மயக்கம், ஜ்வரம், திமிர், பீநஸம், தலைவலி, சோகை, ஹ்ருதயத்துடிப்பு, ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் [1] அடைபடுதல், அக்னிமாந்த்யம் [2] இவை ஸம்பவிக்கும். 60½.

அகால நித்திரை அதிநித்திரைகளுக்குப் பரிஹாரம்.

அவ்வாறு உண்டாகும் கோளாறுகளில் உபவாஸம், வமநம், ஸ்வேதநம், நஸ்யம் இவ்வித சிகித்ஸைகளைச் செய்து ஔஷதப்ரயோகம் செய்ய வேண்டும். நித்திரை மிதமிஞ்சியுண்டானால், தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ள ஔஷதங்களால் வமந சிகித்ஸையும், அஞ்ஜநமிடுதலும் நலம்; அவ்வித ஔஷதங்களாலேயே நஸ்யமிடுதல், லங்கநம் செய்வித்தல், மனக்கவலை யுண்டுபண்ணுதல், புணர்ச்சி செய்வித்தல், வ்யாயாம மென்னும் தேஹவுழைப்பு, வியஸநமுறச்செய்தல், பயப்படுத்தல், கோபமுண்டு பண்ணுதல் என்னும் இவ்வித சிகித்ஸைகளைச் செய்யலாம்; இவற்றால் கபம் அதிகமாகக் குறைந்து விடுமாகையால் நித்திரையும் விசேஷமாயுண்டாகாமலிருக்கும். 61—62½.

நித்திரையின்மையினாலுண்டாகும் கெடுதிகள்.

நித்திரையில்லாவிட்டால் சரீரத்தில் வேதனை, தலையில் ஒருவித பாரமான உணர்ச்சி, கொட்டாவி விடுதல், உடம்பு திமிர்த்துப் போதல், சோர்வடைதல், தலைச்சுற்றல், அஜீர்ணம், சோம்பல், மற்றும் வாத ஸம்பந்தமான ரோகங்கள் இவை உண்டாகும். 63½.

காலத்தில் நித்திரை செய்வதும், இரவிற்கண் விழித்தலுக்குப் பரிஹாரமும்.

ஆகையால் இரவில் அவரவருடைய வழக்கத்திற்கு ஏற்றவாறு தகுந்தவளவு காலத்தில் நித்திரை செய்ய வேண்டும். வழக்கத்திற்கு மாறாகக் கண்விழித்தால், காலையில் ஆஹாரமுண்ணாமலே, இரவில் தூங்கவேண்டியதில் பாதியளவு நித்திரை செய்யலாம். 64½.

நன்கு நித்திரை வருவதற்கான உபாயங்கள்.

வேண்டியவளவு நித்திரையின்றி வருந்துபவன் பால், மத்யம், மாம்ஸரஸம், தயிர் இவற்றை உட்கொள்ளவேண்டும்; தைலம் முதலியதைத் தேய்த்துக் கொள்ளுதல், நலங்குப்பொடி முதலியவற்றை உடம்பில் பூசி ஸ்நாநம் செய்தல், மூர்த்த தர்ப்பணம், [1] கர்ண தர்ப்பணம், [2] நேத்திர தர்ப்பணம், [3] மனதுக்கினிய மனைவி தனது கொடிபோன்ற புஜங்களால் தழுவுதல், செய்வன திருந்தச் செய்து அமைதியுடன் இருத்தல், மற்றும் மனதுக்கிசைந்த விஷயங்கள் இவையெல்லாம் நித்திராஸுகத்தை நிரம்பவும் உண்டுபண்ணக் கூடியன. பிரம்மசர்யத்தில் கருத்து வைத்து சிற்றின்பத்தில் விருப்பமற்ற மனமுடையவனும், ஸந்தோஷத்துடன் திருப்தியடைந் திருப்பவனுமான மனிதனுக்கு நித்திரையானது காலந்தவறாது தானே வந்துவிடும். 65—67½.

புணர்ச்சிக்குத் தகாத நிலைமைகளும் தகாத கால தேசங்களும்.

திமிர்ந்து மேல் முகமாயில்லாமலும், புஷ்பவதியாகவும், மனதுக்கு ப்ரியமில்லாமலும், அருவருப்பான காரியங்களைச் செய்து கொண்டும், கெட்டுப்போய்ச் சுருங்கிய மர்மஸ்தாநத்துடன்

1. ஸ்ரோதஸ்ஸுகள்—கண், காது முதலிய இந்திரியங்களும், இரத்தம் முதலியது ஓடும் குழாய் முதலியவைகளும்.

2. அக்னிமாந்த்யம்—பசியுண்டுபண்ணும் கூறுகள் குறைந்து விடுதல்.

1. 24-வது அத்தியாயத்தில் மூர்த்த தர்ப்பணத்தின் விவரங்கள் கூறப்படும்.

2. கர்ண தர்ப்பணம்—24-வது அத்தியாயத்தில் விவரம் காண்க.

3. நேத்திர தர்ப்பணம்—23-வது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க.

கூடியும், மிகப் பருமனான அல்லது மிகவும் மெலிந்த தேஹத்தைப் பெற்றும், பிரஸவித்தும், கருத்தரித்து மிருக்கிற ஸ்த்ரீயுடன் புணர்ச்சி செய்யலாகாது; அங்ஙனமே பிறருடைய ஸ்த்ரீயையும், ப்ரஹ்மசர்யம் அநுஷ்டிப்பவளையும், மானிடஜாதியைச் சேராத பெண் இனத்தையும் இவ்விஷயத்தில் பரிஹரிக்கவேண்டும். மேலும் குருவின் வீடு, தேவாலயம், இராஜக்ருஹம், சில தேவதைகளுக்கு வாஸஸ்தலமான விருக்ஷத்தின் நிழல், மயானம், துஷ்டர்களைத் தண்டிக்குமிடம், ஜைநக்ருஹம், ஜலந்தங்கியுள்ள இடம், நாற்சந்திவீதி, ஸங்க்ராந்தி முதலிய பருவதினங்கள், தகாத அவயவம், பகற்பொழுது இவற்றிலும் புணர்ச்சி செய்யக்கூடாது. சிரஸ், மார்பு முதலான விடங்களிலும் அவ்வாறு செய்வது பிசகு. அதிக அளவாக போஜனம் செய்திருக்கையிலும், மனக்கோளாறு நேர்ந்திருக்கையிலும், பசித்திருக்கையிலும், அங்கங்கள் சரியான நிலைமையில் நிற்காமலும், நாவறட்சி யிருக்கையிலும், மலபாதை முதலியவற்றை நிவ்ருத்தி செய்து கொள்ளாமலும் இக்காரியம் செய்ய முயலக்கூடாது. பாலர், வயது முதிர்ந்தவர், பிணியாளிகள் இவர்களுக்கும் புணர்ச்சியாகாது. 68—71½.

காலங்களுக்கு ஏற்றவாறு ஸம்போக அளவும், அதற்கு வேண்டிய ஸம்ஸ்காரமும்.

வாஜீகரணமென்னும் [1] சிகித்ஸையினால் த்ருப்தியடைந்திருப்பவன், அவ்வாறே வாஜீகரணம் செய்து கொண்ட ஸ்திரீயுடன் விஷயேச்சையதிகரித்தவனாய் ஹேமந்த ருதுவிலும், சிசிர ருதுவிலும் வேண்டியவளவு கூடி வரலாம்; வஸந்த ருதுவிலும், சரத் ருதுவிலும் அதே சிகித்ஸைகளைச் செய்துகொண்டு மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறைவீதம் சேரலாம்; வருஷ ருதுவிலும், க்ரீஷ்ம ருதுவிலும் பதினைந்து நாட்களுக்கு ஒரு முறையே கூடவேண்டும். 72½.

முறைதவறான புணர்ச்சியினாலுண்டாகும் கெடுதிகள்.

முற்கூறிய முறைகளுக்கு மாறாக ஸ்த்ரீகளோடு கூடுபவருக்கு ப்ரமம் அல்லது தலைச்சுற்றல், தேஹவாட்டம், துடையில் பலக்குறைவு, தேஹ வன்மை யிழத்தல், தாதுக்கள் க்ஷயமடைதல், இந்த்ரியங்களின் சக்தி க்ஷீணகதி யடைதல் என்னும் இவையும், அகாலமரணமும் உண்டாகும். 73½.

ப்ரஹ்மசர்ய வ்ரதத்தில் கருத்துடன் ப்ரவ்ருத்தியுள்ளவருக்குண்டாகும் நன்மைகள்.

தோன்றியவாறெல்லாம் ஸ்த்ரீகளுடன் புணராமல், நியமப்படி அவ்விஷயத்தில் பிரவ்ருத்திப்பவர் ஞாபகசக்தியிலும், மேதை யென்னும் புத்தி விசேஷத்திலும், ஆயுளிலும், ஆரோக்கியத்திலும், தேஹ புஷ்டியிலும், இந்த்ரிய பலத்திலும், கீர்த்தியிலும், தேஹ வன்மையிலும் மேன்மை யடைந்து, இரஜோகுணம் முதலியவை குறைவுபட்டு ஸுகமாக வாழ்வார்கள். 74.

ஸ்த்ரீயுடன் கூடியபிறகு செய்யவேண்டிய கிரமமும் அதன் உபயோகமும்.

ஸ்த்ரீயுடன் கூடிய பிறகு ஸ்நாநம் செய்தல், ஸுகந்த வஸ்து முதலானவற்றைப் பூசிக்கொள்ளுதல், குளிர்ந்த காற்றில் வஸித்தல் கற்கண்டினால் செய்த சிற்றுண்டிகளைப் புசித்தல், குளிர்ந்த ஜலம், பால், மாம்ஸரஸம், யூஷமென்னும் கஞ்சி, ஜலத்திற் சேர்த்த அன்னத்தின் மேலுள்ள தெளிவுநீர் இவற்றைப் பருகுதல் என்னும் இவையும், அடுத்தாற்போல் உடனே சயநத்திற்படுத்து நித்திரைசெய்வதும் நலம்; அவ்வாறு செய்பவனுக்கு தேஹத்தில் செலவழிந்த வீர்யம் மீண்டும் சீக்கிரம் உண்டாய் விடும். 75.

1. வாஜீகரணம்—2-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

யோக்யதையுள்ள வைத்தியரிடம் அரசன் முதலியவன் தேஹத்தை ஒப்புவித்தல்.

மிகச் செல்வவானுயிருக்கும் அரசன் முதலியவன் சாஸ்திரங்களைக் கற்று நல்ல நடத்தை யுடையவனும், தனது தொழிலில் நிபுணனுயிருப்பவனும், தயாளுவானவனுமான வைத்தியனிடத்தில் முழு நம்பிக்கையோடு தனது தேஹரக்ஷணையை ஒப்புவித்து விடுவானுயின், அவனுடைய சரீரகாந்தியும், ஆரோக்கிய நிலைமையும், கீர்த்தியும், மற்றுமுள்ள மஹிமையும் செழித்தோங்க, ஆயுளும் விசேஷமாய் வளர்ந்துவர, தனது க்ஷேம வ்ருத்திக்கேற்றவாறு நற்பயன் பெற்று இன்பமுற்று வாழ்வான். 76.

எட்டாவது அத்தியாயம்.

இதன் பிறகு மாத்ராசிதீயம்[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரித்துக் கூறப்படுகிறது:—

பதார்த்தங்களை அளவறிந்து உபயோகிப்பது.

எப்பொழுதும் அளவறிந்து ஆஹார முதலியதை யுண்ணவேண்டும். ஜாடராக்னியைத் தனது தொழிலில் தூண்டி அதை ஒழுங்காக நடத்துவதற்கும் மாத்திரையே ஆதாரமாயிருந்து வருகிறது. குருகுணமுள்ளவையும் இலகுகுணமுள்ளவையுமான எப்பொருட்களும் குறிப்பிட்ட குணமுண்டுபண்ணுவதாவது அதனதன் மாத்திரையைப் பொருந்தியதாயிருக்கிறது. 1.

குரு - இலகு குணங்களுள்ள வஸ்துக்களை உபயோகிக்கும் அளவு.

குருகுணமுள்ள பதார்த்தங்களை அரைவாசி திருப்தி யுண்டாகையிலேயே நிறுத்தி விடவேண்டும்; இலகு பதார்த்தங்களை, நன்றாகத் திருப்தி யுண்டாவதற்கு ஒரு சிறிதளவு முன்னமே நிறுத்த வேண்டும். இதுதான் குரு-இலகு குணமுள்ள வஸ்துக்களுபயோகிப்பதற்கான அளவாம். அதாவது உட்கொண்ட வஸ்துவானது எவ்வளவு நாழிகைக்குள்ளாக ஸுகமாய் ஜீர்ணமாகின்றதோ அந்த கால அளவுக்குத் தகுந்தவாறு உபயோகிக்கப்படும் அளவுதான் மாத்திரையென்று கூறப்படுகிறது. 2.

ஆஹாரத்தைக் குறைந்த அளவில் உபயோகிப்பதாலான கெடுதிகள்.

முறைப்படி உபயோகிக்கப்படும் மாத்திரையிலும் குறைந்த அளவில் எடுத்துக் கொள்ளப்படும் உணவானது பலம் உண்டாவதற்கும், தேஹம் செழிப்பதற்கும் ஓஜஸ் ஏற்படுவதற்கும் போதாததாய்விடும்; வாத ரோகங்கள் அனைத்துக்கும் காரணமாகவும் ஆகின்றது. 3.

ஆஹாரத்தை அதிக அளவாக உபயோகிப்பதாலான கெடுதிகள்.

அதிக அளவாக உபயோகிக்கப்படும் உணவானது எல்லாத் தோஷங்களையும் சீக்கிரத்தில் ப்ரகோபிக்கச் செய்யும். அவ்விதமான கோளாறால் ஜீர்ணமாகாமல் கெட்டுப்போன அவ்வுணவினுல் வாயு முதலியவை ஒருமிக்க நெருக்கப்பட்டு திடீரென்று ப்ரகோபமடைந்து அதே உணவுடன் கூடி, வயிற்றிலுள்ள கெட்டுப்போன அன்னம் முதலியவற்றை மேல்நோக்கி வாந்தி ரூபமாகவோ, கீழ்நோக்கி மலவிஸர்க்க ரூபமாகவோ வரமுடியாமல் செய்து அலஸகம் என்கிற விகாரத்தையாவது, அதற்கு மாறாக வாந்தியோடு விரேசநத்தை ஒருமிக்க உண்டுபண்ணி விஷூசி என்னும் விகாரத்தையாவது திடீரென்று உண்டுபண்ணும். 4, 5½.

1. மாத்ராசிதீயம்—மாத்ரை யென்றால் அளவு அல்லது பிரமாணம்; அசிதம் என்றால் போஜநம்; ஆஹாரம் முதலியதை அளவுப்படி உட்கொள்வதை விவரிக்கும் அத்தியாம் எனக் கருத்து.

அலஸகம்.

உட்கொள்ளப்பட்ட ஆஹாரமானது மேல்நோக்கி வந்து வாந்தியுமாகாது, கீழ்நோக்கி விரேசநத்திலும் வராது; குடலில் ஜீர்ணமுமாவதில்லை. அது இரைப்பையிலேயே நின்று அலஸமென்னும்[1] நிலைமையை அடைந்துவிடும்; அதனுலேயே இவ்விகாரம் அலஸகம் என்று கூறப்படுகிறது. 6½.

விஷூசி.

அநேகவிதமான வேதனைகளை யுண்டுபண்ணி, வாயு முதலானவற்றை மிகவும் ப்ரகோபிக்கச்செய்து, அவயவங்களையெல்லாம் ஊசிகளால் குத்துவதுபோல் துன்பமுண்டுபண்ணு மியல்புடையதாகையால் இது விஷூசியென்று கூறப்படுகிறது. 7½.

மூன்று வித விஷூசிகள்.

அதில் வயிற்றுவலி, தலைச்சுற்றல், வயிற்றுப் பொருமல், நடுக்கம், விறைப்பு முதலிய குறிகள் காணப்படுமானுல் அது வாதத்தினுல் உண்டான விஷூசி யென்றும், ஜ்வரம், அதிஸாரம், தேஹத்தின் உட்புறத்தில் தாபம், நாவறட்சி, மூர்ச்சையடைதல் முதலிய விகாரங்கள் உண்டானுல் அவ்விஷூசி பித்தத்தினுல் ஏற்பட்டதென்றும், வாந்தி, தேஹம் பாரமாயிருத்தல், வாய் அசைக்க முடியாமற்போதல், மூக்கால் அடிக்கடி கபம் கசிதல் முதலிய கோளாறுகள் இருந்தால் அது கபத்தினுலுண்டான விஷூசி யென்றும் அறிக. 8, 9.

விசேஷமாய் அலஸக முண்டாகும் வகை.

துர்ப்பலமானவனும், அற்ப ஜாடராக்னியுடையவனும், மலவிஸர்க்கம் முதலிய வேகங்களை அடக்குபவனுமான மனிதனுக்கு விசேஷமாக இவ்வியாதி யுண்டாகும். அவனுடம்பில் விருத்தியான வாயுவினுல் உணவானது ஒருமிக்கச் சேர்த்து இறுக்கப்பட, அதை கபமானது குடலுக்குள்ளேயே தடுத்துவிடுகிறது. அவ்வாறு தடுக்கப்பட்ட உணவானது அலஸம் என்னும் நிலைமையடைந்து, தோஷங்களால் கலக்கப்பட்டு தேஹத்தில் சல்யம்போலவே இருந்துகொண்டு கடுமையான வலி முதலியவற்றை யுண்டுபண்ணும்; ஆனுல் வாந்தியாவது பேதியாவது இராது. இவ்வியாதியே அலஸகம் எனக் கூறப்படுகிறது. 10, 11.

தண்டாலஸகம்.

தீங்கு செய்விக்கக்கூடிய ஆமமென்னும் விஷத்தினுல் வாதம்முதலிய தோஷங்களுடைய மார்க்கங்கள் அடைபட்டுப்போக, அதனுல் தோஷங்கள் மிகவும் கெட்டுப்போய் அங்கங்களில் எங்கும் அவை குறுக்காகப் பாய்ந்தோடும்; அப்பொழுது சரீரம் முற்றிலும் தடியைப்போல் விறைத்து நிற்குமாகையால், அவ்வித வியாதி தண்டாலஸகம் என்று வழங்கப்படும். வெகு சீக்கிரத்தில் பிராணுபாயம் விளைவிக்கக் கூடியதா யிருப்பதால், இது சிகித்ஸைக்கு ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடாத அஸாத்திய வியாதியாகும். 12½.

ஆமவிஷம்.

ஒன்றுக்கொன்று விரோதகுணமுள்ள ஆஹாரப் பொருட்களையும், மிதமிஞ்சிய உணவுகளையும், ஜீர்ணமாகக்கூடாத வஸ்துக்களையும் உபயோகிப்பவனுக்கு விஷக்குறிகளுள்ளதும், விஷமென்று ஒருவாறு வ்யவஹரிக்கப்படுவதும், ஆகவே மிகவும் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடியதுமான ஆமதோஷம் உண்டாகின்றது. இந்த தோஷம் விஷஸ்வரூபமுள்ளதா யிருப்பதாலும், சீக்கிரத்தில் பிராணுபாயமுண்டாக்குந் தன்மையதா யிருப்பதாலும், விஷத்திற்கும் ஆமதோஷத்திற்கும் சிகித்ஸையில் பரஸ்பர

1. அலஸம்—மந்தித்துப் போதல். இரைப்பையில் விழுந்த உணவு அதற்கு இயல்பான வகையில் ஜீர்ணமாகாமல் மந்தப்பட்டு விடுவது.

விரோதமிருப்பதாலும் [1] இது அஸாத்திய வியாதியாயிருக்கின்றது. 13, 14.

அலஸக சிகித்ஸை.

அப்பால் ஆமதோஷமானது அலஸகமென்னும் நிலைமையை யடைந்து சிகித்ஸைக்கு வசப்படக் கூடியதாகத் தோற்றுமானால், வசம்பு, உப்பு, மருக்காரையின் பழம் இவற்றை வெந்நீருடன் உட்கொண்டு சீக்கிரத்தில் வாந்தி செய்ய முயற்சிக்கவேண்டும்; பிறகு ஸ்வேத சிகித்ஸையையும்,[2] மலம்-அபானவாயு இவற்றை வெளிப்படுத்துங் குணமுடைய பலவர்த்தியையும் [3] பிரயோகிக்கவேண்டும்; அவயவங்களை இங்குமங்கும் வளைத்து [4] நன்றாக ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்து அவற்றை ஒருவாறு சுற்றிக் கட்டவும் வேண்டும். 15, 16.

விஷூசி மிகவும் விருத்தியானால் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை.

விஷூசி மிகவும் அதிகரித்துவிட்டால் குதிகால்களில் சூடு இடுவது நலம். பிறகு அன்றைய தினமெல்லாம் அவனை உபவாஸமிருக்கச்செய்து, விரேக சிகித்ஸை செய்துகொண்டவனுக்கு அவசியமான உபசார க்ரமங்களை நிறைவேற்றவேண்டும். 17.

அஜீர்ணம் கடுமையாயிருக்கையிலும் ஔஷத முட்கொள்வது பிசகு.

கடுமையான வேதனையினால் பீடிக்கப்படும் நிலைமையிலும், அஜீர்ணரோகி, சூலஹரமான ஔஷதத்தை [1] உட்கொள்ளக்கூடாது; ஏனெனில், ஆமதோஷத்தினால் குன்றிப்போயிருக்கும் ஜாடராக்னியானது அபக்வமான தோஷங்களையும், ஔஷதங்களையும், உணவுகளையும் பக்குவப்படுத்துவதற்குப் போதுமான பலமுடையதல்ல; மேலும் இவ்வளவு கோளாறுகளின் சேர்க்கையினாலுண்டாகும் கலக்கமுற்ற நிலைமையானது பிணியாளியை அடியோடு தொலைத்து விடவுங்கூடும். 18, 18½.

ஆஹாரம் ஜீர்ணமான பிறகு மிச்சமுள்ள தோஷத்தைப் பக்குவம் செய்ய ஔஷத முபயோகிக்கலாம்.

உணவு நன்கு ஜீர்ணமான பிறகு, வயிற்றில் பொருமலும் பாரமாயிருப்பது போன்ற உணர்ச்சியும் இருந்தால், மிச்சமுள்ள ஆமதோஷத்தைப் பக்குவப் படுத்துவதற்காகவும், ஜாடராக்னியைத் தூண்டுவதற்காகவும் ஔஷதம் ஏதேனும் தகுந்தவாறு உபயோகிக்கவேண்டும். 19½.

ஆம விகாரங்களுக்கு அபதர்ப்பண சிகித்ஸை.

ஆமதோஷத்தினாலுண்டாகும் விகாரங்களுக்கு அவற்றிற்கு ஆதாரமான மூன்று தோஷங்களின் நிலைமைகளுக்கு ஏற்றவாறு மூன்று விதமான அபதர்ப்பணசிகித்

1. விஷத்தைப்போல வெகு துரிதமாக உடலெங்கும் வியாபித்து ஆபத்தை விளைவிக்கக் கூடியதாயிருப்பதால் விஷகுணங்களுள்ளதென்றும், ஆகவே விஷமென்று விவஹரிக்கக் கூடியதென்றும் சொல்லுகிறார்கள். விஷத்திற்கு சீதளமான சிகித்ஸை செய்ய வேண்டியதாயிருந்தும், ஆமதோஷத்திற்கு உஷ்ண சிகித்ஸை அவசியமானதால் இது விருத்த சிகித்ஸையெனப்படுகிறது.

2. ஸ்வேதசிகித்ஸை—வியர்வை யுண்டாகும் வண்ணம் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை.

3. பலவர்த்தி—மதநபலமென்னும் மருக்காரையினால் செய்யப்படும் வர்த்தியைப்போன்ற குளிகை. [நேபாளம், மருக்காரை, திப்பிலி, கரியுப்பு, ஒட்டடை, கோஷ்டம் இவற்றைப் பசு மூத்திரத்தினாலும், புளிப்பான கனிவகைகளின சாற்றாலும், தேனாலும் ஆட்டியெடுத்து, கையின் பெருவிரலுக்குச் சற்றேறக்குறைய ஸம அளவான வர்த்தியைச் செய்து, அதில் சிறிது நெய்யைத் தடவி குதத்திலுள் வைக்க வயிற்றுவலி, வயிற்றுப்பொருமல் முதலியது நிவ்ருத்தியாகும்.]

4. இவ்விடத்தில், ஆமதோஷத்தினால் உடலெல்லாம் வளைந்து போவது இயல்பு.

1. சூலஹர ஔஷதம்—வயிற்றுவலியைப் போக்கும் ஔஷதம்.

ஸை [1] செய்ய அவ்விகாரங்கள் நிவ்ருத்தியாகும்; இச்சிகித்ஸையை நன்றாகக் கவனித்துச் செய்யவேண்டும். 20½.

மூன்று விதமான அபதர்ப்பண சிகித்ஸைகள்.

மூன்று வகைப்பட்ட அவ்வபதர்ப்பண சிகித்ஸையில், சொற்ப அளவான தோஷத்தில் லங்கந சிகித்ஸையும், [2] மத்திய அளவான தோஷத்தில் லங்கந-பாசந சிகித்ஸையும்,[3] தோஷம் அதிக அளவாயிருக்கையில் சோதநசிகித்ஸையும் [4] அநுகூலமானதாம். சோதந சிகித்ஸையானது கோளாறடைந்த தோஷங்களை அடியோடு வெளிப்படுத்தி விடும். 21½.

பொதுவாக வியாதிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்வதில் மூன்று வகை.

இவ்வாறே இதர வியாதிகளுக்கும் அததன் காரணங்களுக்கு எதிரிடையான முறையில் சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். இங்ஙனம் செய்தும் வியாதி இன்னும் தொடருமானால், அப்பொழுது வைத்தியன், ஹேது விபர்ய்யமெனப்படும் காரணத்திற்கு எதிரிடையான சிகித்ஸையைப் பரிஹரித்து, வியாதியின குணங்களுக்கு எதிரிடையான சிகித்ஸையை யுக்தப்படி யோசித்துப் பிரயோகிக்க வேண்டும்.[1] அவ்விரண்டு சிகித்ஸைகளும் பயன்படாவிட்டால், அதே வியாதிக்கு அல்லது அதே வியாதியின் காரணத்திற்கு ஆதாரமானதெனத் தோற்றும் சிகித்ஸையையாவது செய்வது நலம்.[2] இச் சிகித்ஸைகளில் ஏதேனும் ஒன்றால் ஆமதோஷம் முதலியது பக்குவமாய், பசி தீபநமும் விருத்தி யடைந்து விட்டால் அப்யங்கஸ்நாநமும், ஸ்நேஹ பாநமும், வஸ்தி சிகித்ஸை முதலியதும் முறைப்படி பிரயோகிக்கப்படுமானால் அநுகூல முண்டாகும். 22-24.

ஆமா ஜீர்ணம்.

கப ப்ரகோபத்தினால் உண்டாகும் அஜீர்ணமானது "ஆமம்" என்று கூறப்படும். அதில் கண்களைச் சுற்றியும், கன்னத்திலும் வீக்கமுண்டாகும்; அப்பொழுதுதான் போஜநம் செய்தாற்போல் ஏப்பம் வரும்; மேலும் வாயில் ஜலம் ஊறுதல், தோஷங்கள் அதனதன் ஸ்தாநத்தினின்றும் பெயர்தல், தேஹம் பாரமாயிருத்தல் இக்குறிகளும் உண்டாகும். 25.

விஷ்டப்தா ஜீர்ணம்.

வாதப்ரகோபத்தினால் உண்டாகும் அஜீர்ணம "விஷ்டப்தம்" எனப்படும். இந்த அஜீர்ணமானது வயிற்றுளைத்தல், மலச்சிக்கல், வயிற்றுப் பொருமல், தேஹம் மெலிவுறுதல் என்னும் இக்குறிகளை யுண்டாக்கும். 25½.

விதக்தா ஜீர்ணம்.

பித்தப்ரகோபத்தால் ஏற்படும் அஜீர்ணமானது "விதக்தம்" என்று வழங்கப்படும். இதில் காவறட்சி, மூர்ச்சை, தலைச்சுற்

1. அபதர்ப்பண சிகித்ஸை—லங்கநம் செய்வித்தல், வமந-விரேசநம் முதலான சோதந சிகித்ஸை முதலியவை அபதர்ப்பண சிகித்ஸையெனப்படும். உணவு முதலியதைப் பரிஹரித்து, தேஹத்திலுள்ள தோஷங்களை வெளிப்படுத்துவதற்கான சிகித்ஸாமுறைகள் இப்பெயரால் வழங்கப்படும்.

2. லங்கந சிகித்ஸை-ஆஹார மொழித்துச் செய்யப்படும் சிகித்ஸை.

3. ஆஹாரத்தை யொழித்திருப்பதோடு, ஆமதோஷம் முதலியதைப் போக்குவதற்கு ஏற்ற சிகித்ஸையையும் சேர்த்துச் செய்தால் அது "லங்கந பாசந சிகித்ஸை" எனப்படும்.

4. விரேசநம், வமநம், வஸ்தி, இரத்த மோக்ஷணம் முதலியவை சோதந சிகித்ஸையெனப்படும்.

1. இவ்விரண்டு சிகித்ஸைகளுள் காரணத்திற்கு எதிரிடையான சிகித்ஸை "ஹேது விபர்யயம்" என்றும், வியாதிக்கு எதிரிடையானது "வியாதி விபர்யயம்" என்றும் விவஹரிக்கப்படும்.

2. இந்த மூன்றாவது சிகித்ஸை "ததர்த்தகாரி" எனப்படும். என்றால் மதுபாநத்தாலுண்டான வெறியைப் போக்குவதற்கு மறுபடி மதுவையே பருகக் கொடுப்பது, அல்லது அதிஸார வியாதியில் விரேசநத்திற்குக் கொடுப்பது.

றல், புளிப்பான ஏப்பம், ஒரு விதமான உடல ழற்சி இவை யுண்டாகும். 26.

மூன்று வித அஜீர்ணங்களுக்கும் மூவகையான சிகித்ஸைகள்.

அவற்றுள் ஆமா ஜீர்ணத்தில் லங்கநசிகித்ஸையும், விஷ்டப்த்தத்தில் ஸ்வேதம் அதிகமாக சிகித்ஸையையும், விதக்த்தா ஜீர்ணத்தில் வமந சிகித்ஸையும் செய்ய வேண்டும். அல்லது அந்தந்த நிலைமைகளுக்கு ஏற்றவாறு அததற்கு ஹிதமாகத் தோற்றும் சிகித்ஸையையாவது செய்யலாம். 27.

விலம்பிகையும் அதன் சிகித்ஸையும்.

ஆமா ஜீர்ணமே மிகவும் அதிகரித்து, அதன் தோஷம் தேஹ தாதுக்களில் நன்றாகப் பற்றி விட்டால், அது "விலம்பிகா" என்று கூறப்படும். இதில் கபம், வாதம் இவ்விரண்டு தோஷங்களால் ஏற்படும் அஜீர்ணத்தின் குறிகளும் கலந்து காணப்படும். இதற்கு அவ்வாறே அவ்விரண்டுக்கும் செய்யப்படும் சிகித்ஸைகளையே கிரமமாகக் கலந்து பிரயோகிக்க வேண்டும். 28.

இரஸசேஷத்தையும், பொதுவாக அஜீர்ணத்தையும் பரிஹரிக்கு முபாயம்.

உட்கொண்ட உணவு ஜீர்ணமாகாத நிலைமையைக் குறிப்பிடுவதான ஏப்பமானது முற்றிலும் தணிந்திருக்கையிலும், இரஸசேஷமிருந்தால்,[1] செய்யவேண்டிய பணிகளில் சிரத்தையின்மையும் ஹ்ருதயத்தில் ஒரு வகையான வலியும் உண்டாகும். இந்த நிலைமையில் பகற்பொழுதில் சிறிதளவு படுத்துறங்கினால் போதுமானது. எவ்வித அஜீர்ணத்திலும் அனைவருமே பகலில் போஜநம் செய்வதற்கு முன்பு தூங்குவது அவசியம்; பசி யுண்டான பின்பு மிதமானதும் இலகு குணமுள்ளதுமான உணவைப் புஜிக்கவேண்டும். 29, 29½.

அஜீர்ணத்தின் பொதுக் குறிகள்.

அஜீர்ணத்தில் பொதுவாகக் காணக்கூடிய குறிகள் பின் வருமாறு: மலபந்தமாவது அதிக மலப் போக்காவது உண்டாகும்; உடல் வாட்டம், அபாநவாயு குடலிலேயே தடைபட்டு வெளிவர முடியாமை, வயிற்றுப் பொருமல், தேஹம் பாரமாயிருப்பது போன்ற உணர்ச்சி, தலைச் சுற்றல் இவையேயாம். 30-30½.

ஆமதோஷமுண்டாக்கும் அன்னங்கள்.

அதிக அளவான உணவு ஒன்றே ஆமதோஷத்தை யுண்டு பண்ணுவதென்பதில்லை; வெறுக்கப்படுவதும், வயிற்றுப் பொருமலுண்டாக்குவதும், காந்திப்போனதும், பக்குவமாகாததும், குரு குணமுள்ளதும், ரூக்ஷமானதும், அதிக குளிர்ச்சியா யிருப்பதும், அசுத்தமானதும், நெஞ்செரிவு முதலிய அழற்சி யுண்டு பண்ணுவதும், உலர்ந்து போனதும், அதிகமாய் ஜலத்தில் நனைக்கப்பட்டதுமான எந்த அன்னமும் ஜீர்ணமாகாமல் ஆமதோஷத்தை யுண்டாக்கும். 31, 32.

சில மனோவிகாரங்களாலும் உணவு ஜீர்ணமாகாமை.

மனத்துயரம், கோபம், பசி[1] இவை முதலியவற்றால் ஸந்தாபமடைந்துள்ள நிலைமையில் புஜிக்கப்பட்ட உணவும் ஜீர்ணமாகாது. 32½.

அபத்திய போஜநம் மூன்று விதம்.

பத்தியமான உணவையும், அபத்தியமான உணவையும் கலந்து உட்கொண்டால் அது ஸமசநம்[2] என்று கருதப்படுகிறது. போஜநம் செய்த பிறகு அதன்

1. இரஸசேஷம்—உட்கொண்ட உணவுப்பொருள் குடலில் ஜீர்ணமாய் ஒருவித வெண்மையான இரஸமாகமாறி அதுவே இரத்தமாகிறதல்லவா? இரஸமானது இரத்தமாகப்போக மிச்சமுள்ள பதார்த்தம் மலமாக வெளிவரும். மலமாகப்போன உணவில் சிறிது இரஸம் மிச்சமிருப்பினும் அளவுக்கு அதிகமான அந்த இரஸம் தேஹத்தில் ஊறினால் அது ஆமதோஷமாகும்.

மேல் மறுபடியும் அடுத்தாற் போல் புஜித்தால் அது அத்யசநம்[3] என்றறிக. அகாலத்தில் அதிக அளவாகவோ அல்லது சொற்ப அளவாகவோ உட்கொள்ளப்படும் உணவானது விஷமாசநம்[4] எனப்படும். இம்மூன்றும் மரணத்தையாவது உண்டு பண்ணும், அல்லது கொடிய வியாதிகளையாவது உற்பத்தி செய்யும். 33, 34½.

ஹிதமான ஆஹாரமும் போஜநக்ரமமும்.

வழக்கமாய் உபயோகிக்கப்பட்டு வந்து சரீரத்திற்கு ஹிதமாயுள்ள பரிசுத்தமான உணவை காலத்தில் அதே மனதாயிருந்து புஜிக்கவேண்டும்; அவ்வுணவு ஸ்நிக்த்தமாகவும், உஷ்ணமாகவும், இலகுகுணமுடையதாகவும், அறு சுவைகளுடன் கூடி மதுரரஸம் மேலோங்கியதாகவும் இருக்க வேண்டும். ஸ்நாநம் செய்து, மீண்டும் முகத்தையும் கை கால்களையும் நன்றாகக் கழுவிக் கொண்டு, பித்ருக்களுக்கும் தேவதைகளுக்கும் தர்ப்பணம் செய்து, அதிதிகள் சிறு குழந்தைகள், ஆசார்யர்கள் இவர்களுக்கு போஜநம் செய்வித்து, பசு பக்ஷி முதலிய திர்யக் ஜந்துக்களும் உணவெடுத்துக் கொண்டனவா வென்பதைப் பார்த்துவிட்டு, தனது தேஹ மனோ நிலைமைகளையும் நன்றாகக் கவனித்து, பசி யெடுத்திருக்கையில் தனக்கு ஆப்தர்களான பந்து மித்திரர்களோடு கூட ஏகாந்தமான இடத்தில் உட்கார்ந்து கொண்டு, ஒருவரையும் ஒரு பதார்த்தத்தையும் நிந்திக்காமலும், பொதுவாக வார்த்தை யாடாமலும், தனதிடம் அன்புள்ளவர்களால் இடப்படும் மனதுக்கு இன்பமாயுள்ள நிர்மலமான ஆஹாரத்தைப் புஜிக்கவேண்டும்; அவ்வுணவு பெரும்பாலும் திரவமாயிருப்பதும் நலம்; அதிக வேகமாகவு மில்லாமல் அதிக மெதுவாகவு மில்லாமல் அமைதியாய் போஜநம் செய்ய வேண்டும். 36—38.

பரிஹரிக்கவேண்டிய அன்னம்.

புல் மயிர் முதலியவற்றுடன் கூடியும், மறுபடியும் உஷ்ண முண்டாக்கப்பட்டதும், அதிக காய்கறிகள் சேர்ந்ததும், மிகக் குறைந்த குணமுள்ளதும், அதிக சூடானதும், உப்பு அதிகமாகக் கலந்ததுமான அன்னத்தை உபயோகிக்கக்கூடாது. 39.

உபயோகிக்கத்தகாத இன்னும் சில உணவுப் பொருட்கள்.

கிலாடம்,[1] தயிர், கூர்ச்சிகை,[2] க்ஷாரம், சுக்தம்,[3] சமையல் செய்யாத முள்ளங்கி, மிக்க மெலிந்து உலர்ந்து போன பன்றி மாம்ஸம், செம்மறியாட்டு மாம்ஸம், மாட்டிறைச்சி, மத்ஸ்ய மாம்ஸம், எருமை மாட்டின் மாம்ஸம், உளுந்து, சிறுகடலை, அல்லிக்கிழங்கு, தாமரைக் கிழங்கு, மாப்பண்டம், முளைத்த தானியம், உலர்ந்து போன காய்கறிகள், ஒரு விதமான சிறிய கோதுமை இவற்றையும் உணவாக விசேஷமாய் உபயோகிக்கக் கூடாது. 40, 41.

உபயோகிக்கக்கூடிய உணவுப் பொருட்கள்.

சம்பா அரிசி, கோதுமை, யவதானியம், காரரிசி, ஜாங்கல மாம்ஸம், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், திராக்ஷை, புடல், பயறு, சர்க்கரை, நெய், காங்கோதகம், பால், தேன், மாதளை, இந்துப்பு இவை உபயோகிக்கக் கூடிய உணவாம்; த்ரிபலையை நெய்யோடும் தேனோடும் கலந்து இரவில் நேத்திர வன்மைக்காக உபயோகிப்பதும் நலம். மேலும் தேஹாரோக்கியத்திற்குக் கெடுதி செய்யாமல் அதைத் தொடரச் செய்வதும் எதுவோ, எது வியாதிகளை முற்றிலும் ஒழிக்கக்கூடியதோ அவ்வுணவையும் கிரஹித்துவரவேண்டும். 42, 43½.

1. கிலாடம்—இதைப்பற்றி 5-வது அத்தியாயத்தில் 41-வது பத்தியத்தின் மொழி பெயர்ப்பைப் பார்க்க.

2. கூர்ச்சிகை—இவ்விஷயமும் மேற்கூறிய அத்தியாயத்தில் அதே இடத்தில் பார்க்கக்கூடியது.

3. சுக்தம்—5-வது அத்தியாயத்தில் 75-வது பத்தியத்தின் மொழி பெயர்ப்பைப் பார்க்க.

போஜனத்தில் ஆதியிலும் மத்தியிலும் இறுதியிலும் உபயோகிக்கத் தகுந்த பதார்த்தங்கள்.

தாமரைக்கிழங்கு, கரும்பு, வாழைப்பழம், பலாப்பழம், மாம்பழம், மோதக மென்கிற குழக்கட்டை, இனிய சுவையுள்ள அடை இவை முதலிய உணவுப் பொருட்களை முதலில் சாப்பிடவேண்டும்; அப்பதார்த்தங்கள் குருகுணமுள்ளவையாகவும், ஸ்நிக்த்தமாகவும், மதுரமாகவும், மந்தம் ஸ்திரம் என்கிற குணங்களுடன் கூடியவையாகவும் இருத்தல் நலம். இவற்றிற்கு எதிரிடையான குணமுள்ள வஸ்துக்களை இறுதியிலும், [1] அம்லமும் இலவண ரஸமும் மேலோங்கிய உணவை இடைவேளையிலும் உபயோகிக்க வேண்டும். 44, 45.

அன்னபானாதிகளால் வயிற்றை நிரப்ப வேண்டிய அளவு.

இரைப்பையில் நான்கில் இரண்டு பாகத்தை அன்னத்தினாலும், ஒரு பாகத்தை ஏதேனும் பானவகைகளாலும் நிரப்பவேண்டும். மற்றொரு மிச்சமுள்ள பாகத்தை வாயு முதலியவை தங்குவதற்காக சூன்யமாய் விட்டு விடவேண்டும். 46.

அந்தந்த பதார்த்தங்களுக்கும் நிலைமைகளுக்கும் ஏற்ற அநுபானங்கள்.

யவதானியம், கோதுமை இவற்றாலான உணவுகளுக்குக் குளிர்ந்த ஜலம் அநுபானமா யுபயோகிக்கத்தகுந்தது. தயிர், மத்யம், விஷகுணமுள்ள வஸ்து, தேன் இவற்றிற்கும் குளிர்ந்த ஜலமே அநுபானமா யுபயோகிக்க ஹிதமானதாகும். மாப்பண்டத்திற்கு உஷ்ண ஜலம் அநுபானமாகும். சாகவர்க்கங்கள், பயறு இவை முதலியவற்றால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட உணவுகளுக்கு தயிரின் தெளிவுநீரும், மோரும், காடியும் அநுபானமாகும். இளைத்திருப்பவர்கள் புஷ்டி யடைவதற்கு ஸுரை யென்னும் மதுவும், மிகவும் பருத்திருப்பவர்களை இளைக்கச் செய்வதற்கு ஜலம் கலந்த தேனும் அநுகூலமானவையாம். சோஷ மென்னும் க்ஷயத்தில் மாம்ஸ ரஸமும், மாம்ஸத்திற்கும், ஜாடராக்னி சொற்பமா யிருக்கையிலும் மதுவும் அநுபானமா யுபயோகிக்கத் தகுந்தவை. வியாதிகளாலும், ஔஷத ஸேவையினாலும், வழி நடப்பதாலும், அதிகமாகப் பேசுவதாலும், ஸ்த்ரீ ஸம்பந்தத்தினாலும், லங்கநத்தினாலும், வெயிலாலும், அதிக வேலையினாலும், சோர்ந்திருப்பவனுக்கும், கிழவருக்கும், குழந்தைகளுக்கும் பாலானது அமுதத்தைப் போல் ஹிதமான அநுபானமா யுபயோகிக்கத் தகுந்தது. 47—49½.

அநுபானத்தின் பொதுவான தன்மை.

சுருங்கச் சொன்னால்--உணவுக்கு எதிரிடையான குணங்களுள்ளதும், ஒன்றுக்கொன்று விரோத முண்டு பண்ணாததுமான அநுபாநம் யாதென்றுண்டோ, அதுதான் எப்பொழுதும் சிறந்ததாகும். 50½.

அநுபானத்தின் உபயோகம்.

அநுபானமானது மனதுக்கு ஸந்தோஷத்தையும் திருப்தியையும் உண்டு பண்ணும்; உட்கொள்ளப்படும் உணவை நன்றாக தேஹத்திற் பரவச் செய்யும்; சரீரத்திற்கு வன்மையையும் தரும்; கெட்டியான உணவுப் பொருட்களை உடைத்துக் கரைத்து ஜீர்ணம் செய்வதற்கும் அநுபானம் உபயோகமானது. 51½.

அநுபானத்திற்குத் தகாத நிலைமைகள்.

மார்புக்கு மேற்பட்ட அவயவங்களி லுண்டாகும் வியாதிகளிலும், ச்வாஸ காஸங்களிலும், உரக்ஷதத்திலும், பீநஸத்திலும் அநுபானம் ஹிதமானதல்ல; மேலும் பாடும் பொழுதும், அதிகமாகப்

1. குருகுணம், ஸ்நிக்த்தம், மந்தம், ஸ்த்திரம் முதலிய குணங்களையும், அவற்றிற்கு எதிரிடையான குணங்களையும் பற்றி 5-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்:
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol III. } ராக்ஷஸ வருஷம் தைமீ —FEBRUARY—1916. { ஸஞ்சிகை 6. No. 6.

A WORD TO WESTERN MEDICAL MEN.*

மேனாட்டு வைத்தியர்களுக்கு ஓர் வார்த்தை.

BY. KAVIRAJ GANANATH SEN, M. A., L. M. S.
"Vidyanidhi"

ஆயுர்வேதத்தைக் கற்றறிய தமக்குமிகவும் விருப்பம் இருப்பதாக அடிக்கடியும் சொல்லிக்கொள்ளும் ருஜுமார்க்கத்திற் கண்ணுள்ள என்னுடைய ஆங்கில வைத்திய நண்பர்கள் சிலருக்கு இரண்டொரு வார்த்தைகளை உபதேசிக்க விரும்புகிறேன். அவர்களுக்கு நான் முதலிற் கூறும் வார்த்தை இதுவே:—நீங்கள் ஆயுர்வேதத்தைப் படிக்க ஆரம்பிப்பதற்கு முன் ஸம்ஸ்கிருத பாஷையில் சிறந்த பயிற்சியைப் பெற முயலவேண்டும். ஸம்ஸ்கிருதத்தைப் படிப்பதில், சிலர், அதைக் கற்றறிவது சிறிது கஷ்டம் என்று சொல்லலாம். ஆனால் அவர்கள் கருதுவதுபோல் அப்பாஷையைக் கற்றறிவது அவ்வளவு அஸாத்தியமான விஷயமல்ல. முக்கியமாய் பாஷையைப் படிக்க முயற்சி செய்தால், மிகவும் சிக்கலான கோட்பாடுகளமைந்த வியாகரண சாஸ்திரத்தையும் தர்க்க சாஸ்திரத்தையும் கற்கவேண்டிய அவசியமில்லை யென்று சொல்லக்கூடுமே யன்றி, ஸம்ஸ்கிருத பாஷையைப் படிக்கவேண்டிய அவசியமில்லை யென்றாவது, அதைக் கற்றறிவது அஸாத்திய மென்றாவது ஒரு விவேகியும் கூறமாட்டான். என்னுடைய வைத்திய நண்பர்களில் சிலர் ப்ரெஞ்சுபாஷையிலும், ஜெர்மன்பாஷையிலும் இயற்றப்பட்டுள்ள வைத்திய நூல்களைப் படிப்பதில் ஆவல் கொண்டு, அப்பாஷைகளைக் கற்பதற்கு மிகவும் பரிச்ரமப்பட்டிருப்பதை நான் அறிவேன். இப்பொழுது ப்ரெஞ்சு வைத்திய நூல்களையும், ஜெர்மன் வைத்திய நூல்களையும் படித்து மேனாட்டு வைத்திய அறிவை ஸம்பாதிப்பதற்கு அப்பாஷைகளைக் கற்பது உபயோககரமாகவும் அவசியமாகவும் இருப்பதுபோல, கீழ்நாட்டு வைத்திய மெனப்படும் ஆயுர்வேதநிதியை உள்ளபடி உற்றறிய வேண்டுமானால் ஸம்ஸ்கிருதபாஷையில் அறிவு மிகவும் அவச்யமானதும் இன்றியமையாததுமாயிருக்கின்றது. ஒரு விஷயம் கவனிக்கவேண்டும். வட இந்தியாவில் இங்கிலீஷிலும், பெங்காலி முதலிய தேச பாஷைகளிலும் மொழி பெயர்க்கப்பட்டு வெளியாயுள்ள ஆயுர்வேத நூல்கள், வைத்திய சாஸ்திர பரிபாஷைகளையும் தத்துவங்களையும் கற்றறியாத—கற்பது அவசிய மென்கிற உணர்ச்

* Specially translated for the "Vaidya Kalanidhi."

JL
L1.5m211, N14VK
N14.3
161288

சியுமில்லாத—பொருளாசையுள்ள சிலரால் எழுதப்பட்டவை யென்று நான் உறுதியாகக் கூறுவேன். ப்ரெஞ்சு பாஷையிலும், ஜெர்மன் பாஷையிலும் சில ஆயுர்வேத நூல்கள் மொழிபெயர்க்கப்பட்டிருப்பது எனக்குத் தெரியும்; அவற்றையும், இத்தேசத்தில் இங்கிலீஷில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ள ஆயுர்வேத நூல்களையும் உற்றுப் பார்ப்பவர், இவ்விங்கிலீஷ் மொழி பெயர்ப்புகள் வைத்தியத்திற் பெரும் பயிற்சியடைந்த எவராலும் ஆமோதிக்கத் தகாதவை யென்றே உண்மையில் அபிப்பிராயப்படுவார்கள். ஸம்ஸ்கிருத வைத்திய தத்துவங்களை உள்ளபடி அறிய வல்லமையற்றவரால் எழுதப்பட்டதால் இங்கிலீஷ் அல்லது தேச பாஷைகளில் மொழிபெயர்க்கப்பட்ட நூல்களில் அநேகம் அம்சங்கள் தவறுதலாகவே வெளியிடப்பட்டன. மேனாட்டு வைத்தியர்களில்கூட அதிக படிப்புள்ள டாக்டர் வொய்ஸ் (Dr. Wise), டாக்டர் ராயல்ஸ் (Dr. Royls), ஸர் விலியம் ஜோன்ஸ் (Sir William Jones) முதலானவர்கள்—நமது கீழ்நாட்டு வைத்திய சாஸ்திரத்தில் மிகவும் அபிமானமுள்ள இந்த கனவான்கள் முதலியவர்களும்—வாயு, பித்தம், கபம் முதலான விஷயங்களின் தத்துவத்தில் தவறுதலாக அபிப்பிராயப்பட்டு மொழி பெயர்த்திருக்கின்றனர். மேலும் விஷயாராய்ச்சி செய்யாமலே மேனாட்டு வைத்திய முறையொன்றிலேயே அபிமானம் வைத்து, ஆயுர்வேத முறையைக் கண்டிப்பதிலேயே பலமான நோக்கமுடைய மிஸ்டர் ஹாஸ் (Haas) முதலான சிலர் மேனாட்டுப் பாஷைகளில் எழுதியுள்ள ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான சில நூல்கள் நிஷ்பக்ஷபாதிகளான ஆராய்ச்சிக்காரர்களால் ஆமோதிக்கக் கூடியவையல்ல. இவ்வாறு விஷயமுணராமல் இருட்டில் இருந்து கொண்டே பகட்டுத்தனமாக ஆயுர்வேத நூல்களை வெவ்வேறு பாஷைகளில் சிலர் வெளியிட, அவற்றைப் பார்த்து ஆயுர்வேதத்தில் இக்காலத்திய நாகரிக ஜனங்களுக்கு—முக்கியமாய் விசேஷக் கல்விகளைக் கற்றவர்களுக்கு-விச்வாஸக் குறைவும் ஏளந புத்தியும் ஏற்படுகிறதென்றால் அது ஒரு வியப்பல்லவே. இப்பொழுது யோக்யர்களா யிருந்துகொண்டு ஆயுர்வேதநூல்களின் தத்துவார்த்தங்களை உணர விரும்புபவர்—அதிலும் பிரதானமாய் ஆங்கில வைத்திய சாஸ்திரங்கற்ற எனது நண்பர்கள்--எவ்வித யோக்யதையையும் பெறாமல் பணத்தாசை மேலிட்டு வெளியிட்ட ஆயுர்வேதபுஸ்தகங்களைப் படிக்கக்கூடாதென்று நான் எச்சரிக்கை செய்வேன்.

இது ஸம்பந்தமாக மேனாட்டு வைத்தியர்களுக்கு மற்றொரு விஷயத்தையும் நான் அறிவிக்க விரும்புகிறேன்:—ஆயுர்வேதத்தில் கூறப்பட்டுள்ள சிகித்ஸா முறைகள் பெரும்பாலும் மேனாட்டு வைத்தியத்திற்கு அநுரூபமாகவே இருக்கின்றன. ஔஷதங்களும், அவற்றிற்கான சரக்குகளும் இத்தேசத்தியவைகளா யிருப்பதுடன், அவற்றைப் பிரயோகிக்கும் வகை சிறிது வித்தியாஸப்படுகிறதென்றுமட்டும் சொல்லலாம். ஆகவே, இந்தியாவில் எங்கும்—அது மட்டுமல்ல, உலக முழுவதிலும் — ஆயுர்வேதத்தை ஸாங்கோபாங்கமாய் அறிந்துள்ள வைத்தியர்களும் மேனாட்டு வைத்தியர்களும் கபடமில்லாமல் ஒற்றுமையுடன் ஸமயம் நேரிட்ட போதெல்லாம் கூடிப் பழகி, தொழில் புரிவதிலும் பொது நன்மைக்கான பெரிய காரியங்களைச் செய்வதிலும் ஸஹாயமாயிருந்து வந்தால், அவ்விருதிறத்து வைத்தியர்களும் தமது வேலைகளால் தமக்கும் பொது ஜனங்களுக்கும் நற்பயன் விளையுமாறு மேலான உதவியைச் செய்தவராவர்.

OFFICE OF THE REGISTRAR OF ... JUN 1916

EXERCISE IN THE TREATMENT OF DIABETES.

நீரழிவு ரோகிகளின் சிகித்ஸையில் வியாயாமம்.

By RAMA NARAYAN, L. M. & S.,
Editor of "Practical Medicine."

பொதுவாக நீரழிவு ரோகிகளுக்கு ஹிதமாய் நவீன ஆராய்ச்சிகள் செய்ததில், அப்பிணியாளிகள் அதிக அளவில் கடுமையான வியாயாமங்களைச் (Exercise) செய்வது உத்தமம் என்று கண்டுபிடிக்கப்பட்டதாக ஆலென் (Allen) என்பவர் "போஸ்டன் மெடிகல் அண்ட் ஸர்ஜிகல் ஜர்னெல்" (Boston Medical and Surgical Journal) என்கிற வைத்தியப்பத்திரிகையில் வியாஸம் ஒன்று எழுதியிருக்கிறார். அவர் விவரித்துக் கூறியுள்ள வியாயாமச் செயல்கள் பிணியாளிகளுக்கு முதலில் ஒருவாறு அதிக சிரமஸாத்தியமாகத்தான் இருக்கும். உயரமான மாடிகளின்மேல் ஓடியோடி ஏறியிறங்குவது, மரக்கிளைகளையோ உயரத்திற் கட்டிய கயிறுகளையோ எழும்பியெழும்பிப் பிடித்து ஊசலாடுவது, பாரமுள்ள பந்துகளை எடுத்து வீசியெறிவது, கனமான வாளுத்தடிகளைச் சுழற்றுவது முதலிய வியாயாமக்ரமங்கள் எடுத்துக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. ஸாதாரண டென்னிஸ் என்னும் பந்து விளையாட்டும், மற்றும் அதுபோன்ற பந்தய ஆட்டங்களும் இப்பிணியாளருக்கு இலாபகரமானவை. பலஹீனமான பிணியாளிகள் முதன் முதல் இவ்வியாயாமங்களை நடத்த முயலும்போது நேரிடக்கூடிய இளைப்பு விஷயத்திலும், மனவுறுதி மேலிட்டு இவற்றை ஜாக்கிரதையாக நிறைவேற்றும் விஷயத்திலும் முன்னெச்சரிக்கையுடன் இருக்கவேண்டியது மிகவும் அவசியமானது; அவர்கள் சிறுகச் சிறுக வியாயாமங்களைச் செய்ய ஆரம்பித்து, காலக்ரமத்தில் மல்லயுத்தக் காரரைப்போல் பலமான கார்யங்களையும் செய்ய முயலவேண்டும். தாதுக்களுடைய கனத்தைக்குறைக்க லங்கந[illegible] செய்வது நலமென்று சொல்லுகிறார்களல்லவா? ஆனால் எவ்வித தாதுவைக் குறைக்கவேண்டும் என்னும் விஷயமாக ஒரு கேள்வி உண்டாகும். கொழுப்பையும், மென்மேலும் சேர்ந்திருக்கிற இதர தாதுக்களையும் குறைத்து, சுறுசுறுப்பாக வேலை செய்யக்கூடிய தசைநார்களைப் பலப்படுத்துவது உசிதமென்பதுதான் அக்கேள்விக்கு ஸமாதானமாகும். இவ்விதம் செய்து அநுபவத்திற்கு வந்த முடிவான விஷயம் என்னவென்றால், வலிமையிழந்து தளர்ச்சியுற்ற தசை நார்களுடன் கூடிய நீரழிவு ரோகியானவன் காலவளவில் சிறந்த மல்வீரனைப்போல் வலிவுள்ளவனாக மாறிவிடுகிறான் என்பதேயாம். வியாயாமம் செய்துவரும்போது உத்ஸாஹக்குறைவு நேரிடாமலிருக்கவும், ஸ்த்திரமான ஜலதோஷம் ஸம்பவிக்காமலிருப்பதற்காகவும், மற்றும் நீரழிவு ரோகத்தில் சுபாவமாய் உண்டாகக்கூடிய வேறு கோளாறுகள் ஏற்படாமலிருப்பதற்காகவும் எவ்வித முயற்சியும் உண்மையில் எடுத்துக் கொள்ளப்படவில்லை. இவ்வியாதியால் வெளிறிய பயங்கொண்ட முகமுடைய ஒருவனுக்கு, எப்பொழுதுமே நரம்புகளும், நரம்புமண்டலங்களும் அழற்சியைப் பெறுவது இயல்பாகையால், அந்த ஸமயங்களில் இவ்வியாயாம சிகித்ஸை அக்கோளாறுகளுக்கு ஒரு முடிவை யுண்டுபண்ணி வியாதிகளை ஸ்வஸ்த்தம் செய்வதற்கு ஏற்றதாயிருக்கின்றதென நம்பப்படுகிறது. ஜடபூதசக்தி ஸம்பந்தமான தத்துவப்படியும் (physically), ஆத்மசக்தியின் தத்துவப்படியும் (psychically) கவனித்தோமானால், முற்குறிப்பிட்டுள்ள சில வியாயாமங்கள், இப்பிணியாளிகளை ஆட்டிக்குலுக்குவதற்கும், அவர்களுடைய பழைய

கெட்ட வாடிக்கைகளைச் சிதறடிப்பதற்கும் தகுந்த உபாயங்களாயிருப்பதாகக் கருதப்படுகிறது. இவ்வியாயாமங்களால் வியாதிக்ரஸ்தன் அதிக அநுகூலமான குணங்கள் உண்டாயிருப்பதாகவும் கூறுவன். இவர்களுக்குப்பகல் நேரம் முழுமையும் தகுந்த வேலைகளை நிரம்பவும் கொடுத்து உழைக்கச் செய்து, இரவில் நன்றாக நித்திரையுறச்செய்வது அவசியமானது. சில காய் கறிகளையும், கோதுமைத் தவிட்டுப் பணியாரங்களையும் உணவாகக் கொடுத்துவருவது நலம்; ஆனால், பொதுவாக வியாயாமமானது, பசியை விசேஷமாய் உண்டாக்குவது ஒரு புறமிருக்க, ஆஹாரங்களால் எளிதில் அதைத் தணியச் செய்வதில் அது அவ்வளவு சக்தி யுடையதல்லவென்று கருதப்படுகிறது; ஆகவே இப்பிணியாளிகள் வியாயாமம் செய்து வரும்போது ஒருவாறு அதிக அளவான உணவுகளை இஷ்டம் வாய்ந்தவாறு எடுத்துக் கொண்டு, விசேஷ வன்மையையும் பெறுவார்கள்; வியாயாமம் அதிகமாகச் செய்துகொண்டே அதிக அளவான ஆஹாரத்தையும் உட்கொள்வதால், தேஹத்தின் பாரமும் இப்பொழுது அதிகப்படும்; ஆனால் இது தசைநார்களுடைய வன்மையினாலும் பருமனாலும் ஏற்பட்ட பாரமேயன்றி கொழுப்பு அதிகரிப்பதாலான பாரமல்லவென்று அறிக. இந்த நிலைமையில் மூத்திர ஸம்பந்தமான கழிவுப் பொருட்களும் இயற்கை நிலைமையடைந்து, மூத்திரத்தில் அதிகமாய் வெளியான சர்க்கரை முதலியதும் குறைந்து, வியாதியும் சாந்தமாகிறது என்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

THE HYGIENIC VALUE OF OCCASIONAL CHANGE OF DIET.

அடிக்கடி ஆஹாரத்தை மாற்றுவதும் ஆரோக்கிய விசேஷமும்.

By M. S. AIYANGAR,
Ayurvedic Physician.

மனிதனை, அவன் ஆயுள்காலத்தில் வழக்கமாகச் செய்துவரும் காரியங்களைக் கொண்டு தானாயியங்கும் ஓர் இயந்திரத்திற்கு ஒப்பிட்டுக் கூறலாம். வேலைகளை வாங்கும் மனிதனோ ஒருவாறு நித்திரையுறும் நிலைமையிலிருப்பதாகவே சொல்லவேண்டும்; ஆனால் முன் பின் ஸம்பவியாத ஒரு நூதன விசேஷம் ஆத்மசக்தியின்மேற் பாய்ந்து ஆவிர்ப்பவிக்குமானால் தூங்கிக்கொண்டிருக்கும் மனிதன் திடீரென்று நித்திரையிலிருந்து எழுந்திருந்துகண்விழித்துப் பார்க்க விரும்புகிறான். அப்பொழுது மானஸிகசக்தி மறுபடியும் தூண்டப்பட்டு ஜீவசக்தியின் உண்மையான உணர்ச்சிக்கு ஏற்ற வேலையைச் செய்ய முயல்கிறது. அக்காலை ஒரு புதிதான செய்கை, புதிதான மனோரதம், புதிதான ஆலோசனை, மற்றும் புதிதான தோரணிகள் உண்டாவது இயல்பு. இப்புதிய தோரணியானது நூதன மானஸிக சக்தியின் பிரவாஹத்தைத் தாராளமாக உண்டுபண்ணி பரவச் செய்யுந்தன்மையது. எல்லா மனிதருடைய மனதும் உயிர் வாழ்க்கையில் உத்தரவாதமாகவும் முக்கியமாகவுமுள்ள நிலைமையை வஹித்துவருகின்றது; அப்படியிருப்பதாலேயே நூதனமான காரியங்களையும் தேவைகளையும் தேடிச்செய்து முடிப்பதற்கே புதிதான ஆத்மசக்தியை விளங்கச்செய்கிறான். மேன்மை பெறக்கூடியவாறு மனோவல்லமையையும் விருத்திசெய்துகொள்ளுகிறான்; அவ்வித மனிதன் ஸாதாரண ஜனஸமூஹத்தில் வெகு சிறப்புற்றும் விளங்குவான்; அந்த நிலைமையில் உயிர்வாழ்க்கைக்கு இயற்கையாக வழங்கப்பட்ட வேலை ஒழுக்கங்களைப் பிரதி தூக்க நிலைமையிலும் ஸ்வப்ன நிலைமையிலும் இயந்திரத்தைப்போல் நடத்தமுயல்கிறான். யோசனைகளைச் செய்யாமலும், யோசனை செய்வதற்கான பிரமேயங்களைப் பெறாமலும் இருக்கும் மனிதர் அவ்விதம் செய்வதற்கான மானஸ சக்தியைமுறையே இழந்துவருவர். ஓடியாடி உழைக்காமலும், உழைக்கவேண்டிய தருணத்தைப் பெறாமலுமிருக்கும் மனிதர்கள் காலவளவில் அவ்வித சக்தியையும் ஊக்கத்தையும் துறந்துவிடுவதும் இயல்பு.

மானஸதத்துவங்களைக் கவனிப்போமானால், மனிதரைச் சுற்றியுள்ள விஷயங்களில் உண்டாகும் ஏதேனும் மாறுதலானது, மனதுக்குள்ள அதிகாரதோரணியையும், மாயச் செயலையும் தூண்டுவதற்கு மிகவும் பலமான காரணமாகின்றது. ஜனங்களுடைய உயிர்வாழ்க்கையில், அவர்களைச் சுற்றியுள்ள விஷயங்களில் ஏற்படும் எவ்வித மாறுதலும் அது ஜடபூத ஸம்பந்தமானாலும், ஆத்ம ஸம்பந்தமானாலும், அர்த்த சாஸ்திரத்தைப்பற்றியதானாலும், அறுசுவைகளைப் பற்றியதானாலும், இவ்வுலகத்திற் குற்றதாயிருந்தாலும், மதாசாரங்களுக் குற்றதாயிருந்தாலும், ஜனங்களுடைய மனதை சுறுசுறுப்பாயிருக்க வேகமாய் ஒருவாறு தூண்டுகிறது; அதனால் மனிதர் மேலான நிலைமையையும் க்ஷேமலாபங்களையும் பெறுகின்றனர். சரீர சக்தி விருத்தியாவதா லுண்டாகும் மாறுதலானது அனைவருக்கும் சிறந்த ரஸாயனமாயிருப்பதுபோலவே, மானஸசக்தியோ அதை விருத்திசெய்வதற்கான சுற்றுப்புறங்களில் நடந்தேறும் விஷயங்களோ ஏதேனும் மாறுதலடைந்தால் அவையும் மிக்க சிலாக்கியமான இரஸாயன ஔஷதம் போலவே பலன் தரக்கூடியன. வைத்தியர் தன்னுடைய ஔஷதங்கள் சிறந்த வேலையைக் குறிப்பிட்டவாறு செய்யவில்லை யென்று அறியும்போது, அவர் அடிக்கடியும் தன் பிணியாளி இருப்பிடத்தை மாற்றுவது நலமென்று உபதேசிப்பதுண்டல்லவா? அநேக மனிதர்கள் தமக்குண்டான வியாதியை நிவ்ருத்தி செய்துகொள்ளவோ, ஆரோக்கியத்தை அபிவிருத்தி செய்துகொள்ளவோ சுகாதார பிரதேசங்களென்று பெயர் பெற்ற இடங்களுக்கு விசேஷமாகப் போவதையும் நாம் பார்த்து வருகிறோம். ஆரோக்கியத்தைக் காத்து விருத்தி செய்வதற்கான அல்லது வியாதியைப் போக்குவதற்கான ஒரு குறிப்பிட்ட ஔஷதம் இருந்தால்அது மிகவும் இலாபகரமானதேயாம். ஆனால் அநேகம் கேஸுகளில் வெறுமனே இடம் மாற்றுவது மாத்திரம் சிறந்த இரஸாயன ஔஷதமாக உபயோகமாகிறது. வெவ்வேறு பிரக்ருதி ஸம்பந்தமான குணங்களென்ன, அந்த இடங்களின் வியாதிநிவாரண சுபாவங்களென்ன, ரோகங்களைத்தடுக்கும் வேறுதன்மைகளென்ன இவையாவும் நித்திரையுறும் நிலைமையிலுள்ள மனதைத்தூண்டி ஜீவசக்தியை மேன்மைபடுத்தக் கூடிய ஸாதாரண உபகரணங்களாய் அமைந்துள்ளனவென்று கூறவேண்டும்.

அடிக்கடியும் ஆஹாரவகைகளை மாற்றுவதானது, மனிததேஹத்திற்கு இயல்பான சாரீர க்ரியைகளைத் தூண்டி சுறுசுறுப்புண்டாக்குகின்றது. மேலும் இன்னும் அநேக கேஸுகளில், கார்ய நிர்வாஹத்திற்காக ஜீவசக்தியை தாராளமாக உண்டுபண்ணுவதற்கும் அது ஆதாரமாகின்றது. அந்த ஜீவ சக்தியானது தேஹத்தின் ஆரோக்கிய நிலையைக்காத்து விருத்தி செய்வதற்கு அநுகூலமாயிருக்கின்றது. உமது ஆஹாரத்தை ஒரு வாரத்திற்கு அல்லது இரண்டு வாரத்திற்கு ஒரு முறையாவது மாற்றவேண்டும்; அதனால் உண்டாகும் இலாபகரமான குணத்தை நீர் நன்றாக உணர்வீர். இத்தேசத்தில் தைவங்களைத் தொழுது அவற்றின் அநுக்கிரஹத்தைப் பெற்று அநேகம் வியாதிகளை நிவாரணம் செய்து கொள்வதற்கு முயலும் பிணியாளிகள் அவர்களுடைய உணவுகளை மாற்றுவது பலருக்குத்தெரிந்த விஷயம். வியாதிஸ்தனானவன், வாரத்தில் ஒரு முறை அல்லது பக்ஷத்தில் ஒரு முறையாவது உபவாஸம் இருந்தோ, அல்லது ஸாதாரணமாய்

வழக்கத்திலிருந்த உணவைவிட்டு வேறுவித உணவைப் புஜித்தோ ஆஹாரத்தை மாற்றுவது வாடிக்கை. இந்துக்களில் அநேகம்பேர் ஆஹாரம் மாற்றுவதற்கென்று சில நாட்களைக் குறிப்பிட்டிருக்கின்றனர்; ஏகாதசி, பௌர்ணமி, அமாவஸ்யை, சனிக்கிழமை, ஞாயிற்றுக்கிழமை முதலியவை ஆஹாரம் மாற்றுவதற்கென்று ஏற்பட்ட தினங்களாம்; அவற்றை விரததினங்களாகக் கொண்டாடுவது வழக்கம். உணவை மாற்றுவதற்கான இம்முறையானது, சோர்ந்துள்ள சிங்கத்தைப்போல் நித்திரையுறும் நிலைமையில் மந்தகதியாயிருந்து வரும் ஜீவனைத்தட்டி யெழுப்பி, சுறுசுறுப்பாக உயிர்வாழ்க்கைக்கான உத்தியோகத்தில் விசேஷ ஊக்கத்துடன் பிரவிருத்திக்கச் செய்கிறது; மேலும் பிணியாளியின் மனதில் உண்டாகும் ஒருவித விச்வாஸ விசேஷத்தின் மூலமாய் தேஹதாதுக்களில் இவ்வாஹார மாறுபாடு வாகட ஸம்பந்தமான (Therapeutic) வியாதி நிவாரண வேலையையும் நிறைவேற்ற வல்லதாக ஆகின்றது.

வாரத்திற்கு ஒருமுறை அவரவர்களுடைய ஆஹாரத்தை மாற்றி உபயோகித்துப் பார்க்கும்படி இப்பத்திரிகையைப் படிக்கும் நேயர்களை நான் கேட்டுக்கொள்கிறேன். ஆஹார விஷயத்தில், ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் தனித்தனியே ஒவ்வொரு விதமான உணவில் இயற்கை விருப்பம் விசேஷமானதாய் ஒன்றிருக்குமென்பது உண்மையே. தனக்கு ஒத்துக்கொள்ளாத உணவை ஒருவனும் உபயோகிக்கக்கூடாது. ஒருவனும் தான் எளிதில் ஜீர்ணம் செய்துகொள்ளாத உணவுப்பொருளை சாப்பிடவே கூடாது. ஒவ்வொரு மனிதனும் அவனவனுடைய இயல்புக்கேற்றவாறு வெவ்வேறு விதமான உணவுகளையே உபயோகிப்பதாயிருந்தபோதிலும், அவர்களும் ஏழெட்டு நாட்களுக்கொருமுறை தம்தமக்கு வழக்கமான உணவை மாற்றிக்கொள்வது அஸாத்தியமான காரியமல்ல. ஆஹாரத்தை மாற்றிய தினத்தன்றாவது அல்லது அதற்கு மறுநாளாவது அம்மனிதன் தனது உணவினாலுண்டான ஸௌகத்தை நன்குணருவான். இவ்வித ஸௌகரமும்ப்ரியமுமாயுள்ள உணவின்மாறுபாட்டினால் உயிர்வாழ்க்கையென்னும் ஜீவநதியானது வெகு சிறப்புற்றும் ஆனந்தகரமாகவும் செழித்தோங்கி தாராளமாய் ஓடும். அப்போதைக்கப்போது உபவாஸமிருப்பதானது, மிதமிஞ்சியுண்ணும் கொழுத்த மனிதர்களுக்கு மிகச் சிறந்த ஔஷதமாகக் கருதப்படுகிறது. கருத்தரிப்பதற்கு இடையூறாக மிதமிஞ்சிப் புஜித்து மிகவும் கொழுப்பு அதிகரித்த ஸ்த்ரீகள் அப்போதைக்கப்போது இரண்டொரு வேளை பட்டணி யிருப்பது சிறந்த சிகித்ஸையாகும். வெகு புஷ்டிகரமான உணவுகளையே புஜித்து வரும் எல்லா ஜனங்களுமே வாரம் ஒருமுறை முழுதினமும் இல்லாவிட்டாலும் அரை நாளாவது உபவாஸமிருப்பது விரும்பதக்க சிகித்ஸையாகும். காலாகாலங்களில் உபவாஸமிருப்பது மானஸிக சக்தியையும் சரீரத்தின் சுறுசுறுப்பையும் சிலருக்கு விருத்தி செம்வதுண்டு.

விசேஷமாக இறைச்சி உண்பவர்கள் ஒரு நாளில்லாவிட்டால் மற்றொருநாளாகிலும் பல ஹீனமடைய வேண்டிவரும்; அப்பொழுது அவர்கள் மாம்ஸமுண்ணுவதை நிறுத்திவிட்டு, கனிகளையும் மற்றும் மரக்கறி உணவுகளையும் அவரவருடைய இயற்கைக்கு உற்றவாறு உபயோகிப்பது நலம். இது அவர்களுடைய ஆஹாரத்தை மாற்றும் முறையெனக் கருத வேண்டும். அரிசியையே சமைத்து உணவாக உபயோகித்து வருபவர் வாரத்தில் ஒருநாள் அரிசியை விட்டு கோதுமையை ரொட்டியாகச்

செய்தோ பூரிமுதலியதாகச் செய்தோ புஜிப்பது நலம். சிலர் பலவித காய்கறிகளை மாற்றி மாற்றி வெவ்வேறு வகையில் பக்குவம்செய்து உண்பதும் அவரவர்களுடைய நிலைமைக்கு ஏற்றதாயிருக்கும்.

மனிதர்களுடைய இயற்கையென்ன, அவர்கள் செய்யும் நுட்பமான ஆராய்ச்சிகளென்ன, இவ்விரண்டும் அநேகவிதமான உணவுப்பொருட்களை இப்போது ஸம்பாதிக்க ஏற்ற ஸாதனங்களாய் அமைந்துள்ளன. அவரவர்களுடைய இயற்கைக்கு அநுகூலமான உணவுகளை அவரவர்களுக்கு ஒவ்வொரு வஸ்துவில் பிரத்தியேகமாய் ஏற்படும் விருப்பமும் பிரத்தியேகமான சில சுவைகளில் நாக்குக்கு அப்போதைக்கப்போது உண்டாகும் அபிருசியும் அறிவிக்கக் கூடியவைகளாயிருப்பதால், நாம் கூறியுள்ளபடி அனைவரும் செய்வது ஒரு புதிதான விஷயமல்லவாகிலும், அனுபவப்படியும் சாஸ்திர ஆராய்ச்சியின்படியும் இவ்விதம் செய்வது உத்தமம் என்பதை உள்ளபடி விளக்குவதற்கே இவ்வியாஸம் வரையப்பட்டதாகும்.

குறிப்பு:—இந்த வியாஸம் "வைத்தியகலாநிதியில்" பிரசுரிக்கப்படவேண்டுமென்று அனுப்பப்பட்டிருக்க, தவறுதலாக அதை டெலிவரிசெய்பவன் சுதேசமித்திரன் ஆபீஸில் கொடுத்துவிட்டதால், அவ்வாபீஸார் தமக்கு ஸொந்தமில்லாத இவ்வியாஸத்தை அவர்களுடைய பத்திரிகையில் முன்னதாய் பிரசுரம்செய்துவிட்டதைப்பற்றி நாம் சிந்திப்பதுடன், இவ்வியாஸமெழுதிய மிஸ்டர் ஐயங்கார் அவ்விஷயத்தில் வருத்தப்படாமலிருக்கும்படியும் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

ப-ர்.

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ௵ தைமீ.

BAEL AND ITS MEDICINAL PROPERTIES.

பில்வமும் அதன் ஔஷதத் தன்மைகளும்.

இத்தேசத்தில் இந்துக்களால் இவ்விருக்ஷம் பூஜார்ஹமானதென்று கருதப்பட்டுவருகிறது; இதன் இலைகளை சிவனுடைய அர்ச்சனைக்கு உபயோகிக்கிறார்கள். ஸ்ரீமஹாலக்ஷ்மியானவள் பில்வமரம் தனக்கு மிகவும் ப்ரியமானதென்றும், ஆகவே அவள் அவ்வனத்தில் வஸிக்கிறாள் என்றும் வேதமும் கூறுகிறது. மேலும் துர்க்காதேவி முதன் முதல் பில்வமரத்தில் தான் கண்விழித்தாள் என்று சொல்லப்படுகிறது. இதற்காக இந்துக்கள் தங்களுடைய தோட்டங்களில் இவ்விருக்ஷத்தை வைத்து வளர்த்து வருகின்றனர். நம்மவரால் இவ்விருக்ஷம் வெகு மங்களகரமானதென்றும் கருதப்படுகிறது.

இம்மரத்திற்கு பில்வம் என்கிற பெயர் எல்லாப் பாஷைகளிலும் பொதுவாக வழங்கப்பட்டு வருகிறது; பீல் (Bael) என்கிற இங்கிலீஷ்ப் பெயர்கூட பில்வ என்னும் மொழியின் திரிபென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. பழைய காலத்து ஐரோப்பியப் பண்டிதர்கள் இதை டோனியா பெங்கலின்ஸிஸ் (Donnia bengalensis) என்று வழங்கினார்கள். கோவா கவர்னருக்கு வைத்தியராயிருந்த கார்ஷியா டி'ஆர்டா(Garcia dorta)என்பவர், 16-வது நூற்றாண்டில் தான் எழுதிய ஒரு புஸ்தகத்தில் இம்மரத்தை மார்மெலாஸ் டி பெங்குவாலா (Marmielos de Benguala)

என்கிற பெயரால் குறிப்பிட்டிருக்கிறார்; இதை அவர் சீதபேதியில் மிகவும் சிறந்த ஔஷதமென்றும் எழுதியிருக்கிறார். கார்ஷியா டி' ஆர்டா என்பவருக்குப் பிறகு அநேகம் ஆசிரியர்கள் அவரவர்களுடைய நூலில் இதைப்பற்றி எழுதியிருக்கின்றனர். ஸர். B. மார்டின் என்பவர் 1853-ம் வருஷத்தில் "லான்ஸெட்" என்னும் பத்திரிகையில் (Lancet Vol. 1 page 53) இதன் உபயோகத்தைப் பற்றி வைத்தியத் தொழிலாளிகள் அறியும் பொருட்டு ஒரு வியாஸம் பிரசுரித்திருக்கிறார்; கடைசியில் 1859-ம் வருஷத்தில் "இந்திய வாகட நூல்" (Pharmacopœia of India) என்கிற ஆங்கில வைத்திய நூலில், இது ஔஷதோபயோகமான சரக்கென்று நிச்சயிக்கப்பட்டு அதில் சேர்க்கப்பட்டது. அதில் இச்சரக்கு அதிஸாரத்திற்கும், சீதபேதி அல்லது இரத்தபேதிக்கும் தகுந்த ஔஷதமென்று சிபார்சு செய்யப்பட்டது. அடிக்கடி யுண்டாகும் மலபந்தத்திலும், இதர விதமான குடற் கோளாறுகளிலும் உபயோகிக்கத் தகுந்த சரக்கென்றும் அங்கீகரிக்கப்பட்டு, அவ்வாகட நூலில் பிரசுரிக்கப்பட்டது.

பில்வத்தில் அநேகம் வகைகளுண்டு; அவற்றுள் காட்டு இனத்தைச் சேர்ந்ததும், தோட்டக்கால்களில் வைத்துப் பயிராக்கப்படும் இனத்தைச் சேர்ந்ததும் முக்கியமானவை; இவ்விரண்டையும் அவற்றிற்குள்ள பேதங்களைக் கொண்டு எளிதில் குறிப்பிட்டு அறியலாம். முதலிற் கூறிய பில்வத்தின் பழமானது சிறியதாகவும், உருண்ட வடிவமாகவும், கடினமாகவும், மிகத் துவர்ப்பாகவும், மிகவும் அதிகமான விதைகளடங்கியதாகவும் இருக்கும்; இரண்டாவது இடங்களில் வளர்க்கப்படும் பில்வ இனத்தின் கனியோ பெரியதாகவும், சிறிது நீண்ட வடிவமாகவும், பெரும்பாலும் மிருதுவான மேற் புறணியுள்ளதாகவும், அதிக வாஸனையும் சுவையுமுள்ள உட்சதையுடன் கூடியதாகவும் இருக்கும்; இவ்விரண்டாவது இனத்துக் கனியில் விதைகளும் வெகு சொற்பமே. வட இந்தியாவிலும், மத்திய இந்தியாவிலும் பயிராகும் காட்டு இனத்தைச் சேர்ந்த பில்வப்பழங்களுக்கு ஒரு புதுமையான விசேஷ குணம் உண்டென்று கூறப்படுகிறது; அதாவது—அக்கனிகள் மிகவும் மயக்கந்தரக்கூடிய குணமுடையவையென்றும், அவை அடிக்கடி மீன்களுக்கு விஷமாக உபயோகிக்கப்படுகின்றனவென்றும், அவ்வித குணமும் உபயோகமும் மற்றொரு இனத்திற்குக் கிடையாதென்றும் தெரியவருகிறது.

பில்வமரம் ஸாதாரணமாய் விதைகளிலிருந்தே முளைத்துப் பயிராவது வழக்கம்; ஆனால் விதையின்றியே ஒரு மரத்தின் வேரிலிருந்து கிளையுண்டாய் அது மற்றொரு மரமாக வளரக்கூடுமென்பதை அறிந்து, பர்மாவில், அம்முறையைக்கொண்டே இவ்விருக்ஷம் பயிராக்கப்படுவதுண்டு. விதையை அல்லது வேரை நட்டுப் பயிராக்க ஆரம்பித்தது முதல் ஐந்திலிருந்து எட்டு வருஷத்திற்குள் பில்வமரம் கனிகளை யீன்றுவரத் தொடங்கும்; அப்பால் 25-முதல் 30-வருஷத்திற்குள்ளாக அது நன்கு பூர்ணமாய் வளர்ந்து பெரிய மரம் என்று சொல்லக்கூடியதாகும்.

பில்வமரம் 10-அல்லது 11-மாஸங்களுக்கு ஒரு முறை காய்த்துப் பழுப்பது வழக்கம்; பெரும்பாலும் மார்ச், ஏப்ரல் இம்மாஸங்களில் கனி யீன்றுவரும் என்று சொல்லலாம். சில ஸமயம் டிசம்பர், ஜனவரி, பிப்ரவரி இம்மாஸங்களிலும் பழுக்கும்; ஆனால் பிற்கூறிய காலங்கள் இதற்கு அவ்வளவாய் இயற்கையானவையென்று கருதக்கூடியவையல்ல.

பில்வப்பழத்தின் ஔஷதத்தன்மைகள் கற்றறிந்த வைத்தியர்களால் நன்குணரப்பட்டவையே. நன்றாகக் கனிந்த பழத்தை எளிய ஜனங்கள், முக்கியமாய் மலைப்ராந்தங்களில்

10 JUN 1916

வஸிக்கும் வேடர் முதலியவர்கள் உணவாக உபயோகிப்பதுண்டு. இதர ஜனங்களில் சிலர் இப்பழத்தை ஸம்பாரம் சேர்த்து சட்ணி அல்லது பச்சடியாக உபயோகிப்பதாகவும் கேள்விப்படுகிறோம். இலகு விரேசநமாவதற்கு இப்பழத்தை ஒருவாறு பானகம்போல் செய்தும், ஷர்ப்பத்தாகப் பக்குவம் செய்தும் குடிக்கும் வழக்கமும் உண்டு. நன்கு கனிந்த பழமானது நறுமணமுள்ளதாகவும், குளிர்ச்சியைத் தந்து இலகு விரேசநமுண்டுபண்ணும் குணமுடையதாகவும் கருதப்படுகிறது. போதுமாறு கனிந்த பழத்தினால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஷர்ப்பத்தை ஐரோப்பியர்கள் இன்பமான இலகு விரேச நௌஷதமாக (laxative) உபயோகிப்பதுண்டு. இந்த ஷர்ப்பத்தை இலகு விரேசநமாகும்படி உபயோகிப்பதானால் ஒரு சிறிய கோப்பை நிரம்பவும் பருகவேண்டும். நன்றாகக் கனியாத பில்வப்பழத்தின் உலர்ந்த உட்சதையானது ஸம்ஸ்கிருதத்தில் பில்வபேசிகா என்று வழங்கப்படும்.

இதன் வேரின்பட்டை, பித்தவிகாரங்களிலும், தலைச்சுற்றல் முதலியவற்றிலும், ஹ்ருதயத்தைப் பற்றிய சில வியாதிகளிலும் (palpitation of the heart etc.) ஔஷதமாக உபயோகிக்கப்படுவதுண்டு. ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் வழங்கி வரும் பத்து மூலிகைகளடங்கிய தசமூலம் என்கிற வகுப்பில்* இதுவும் ஒன்று. இலைகளை யிடித்துப் பிழிந்தெடுத்த சாற்றைத் (பில்வபத்ர ஸ்வரஸம்) தேனோடு கூட்டி ஜ்வரஹர ஔஷதமாகவும், இலகு விரேசநகாரியாகவும் உபயோகிக்கலாம். இந்த ஸ்வரஸத்தோடு சிறிதளவு மிளகுப்பொடியையும் சேர்த்து ஸ்வாஸ காஸரோகத்தில் கொடுக்க அப்பிணியாளிக்கு உண்டாகும் தொந்தரவு மிகவும் குறையும். சரீரத்தினுள் தாதுக்கள் கோளாறடைந்து ஸம்பவிக்கும் சில வீக்கங்களில், இச்சாற்றை உட்கொண்டுவர நற்குணம் உண்டாவதாக ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் அநுபவத்தில் அறிந்திருக்கின்றனர்.

இதன் காம்பிலிருந்து ஒருவாறு சிவந்த மெழுக்கு ஒன்று சிறிதளவு உண்டாவதுண்டு. பழத்தின் நுண்ணறைகளிலிருந்தும், வித்துகளுக்குச் சுற்றுப்புறங்களிலிருந்தும் ஒருவித மெழுகுபோன்ற வஸ்துவும் கசிந்து வரும்; இதை வட இந்தியாவில் சுண்ணச்சாந்துக்கு (cement)ப் பதிலாய் உபயோகிக்கின்றனர். இவ்விதமான பசை காட்டு இனத்தைச்சேர்ந்த பழங்களிலிருந்தே விசேஷமாய் கிடைக்கும். தென்னிந்தியாவில் கிராமாந்தரங்களிலுள்ள சில பிராம்மணர்களும், விசேஷமாக ஸந்நியாஸிகளும் இந்தப் பிசினையாவது, பழத்தின் சதையையாவது ஜலத்தில் கரைத்து—சிலர் கொதிக்கப்பண்ணியும்—சிரஸில் தேய்த்துக்கொள்வதுண்டு; இவ்வாறு உபயோகிப்பதற்கான இம்முறையை பில்வகல்கம் என்பார்கள். எண்ணெய், சீய்க்காய் முதலியதைத் தேய்த்துக்கொள்வதற்குப் பதிலாக, இந்த கல்கத்தைத் தேய்த்து ஸ்நாநம்செய்தால், அழுக்குகள் நன்றாகக் கழுவப்படுவதுடன், மயிர்களுக்கு ஒருவித மேனியும், கண்களுக்குக் குளிர்ச்சியும் அதனால் உண்டாகுமென்று கருதப்படுகிறது. ஆகவே ஸோப் எனப்படும் சவர்க்காரத்திற்குப் பதிலாய் எளிதில் வேண்டியவளவு கிடைக்கக்கூடிய இதையே நம்மவர் உபயோகிப்பது நலமென்று நினைக்கிறோம்.

நன்றாகப்பழுத்த கனிகளை ஷர்ப்பத்தாகவும் லேஹ்யமாகவும் பக்குவம்செய்து, அஜீர்ணபேதியையும், மூலம் என்கிற அர்சோரோகத்தையும், ஹ்ருதயத்தைப்பற்றிய பலஹீநத்தையும் போக்குவதற்கு யூனானி வைத்தியர்கள் உபயோகிப்பது வழக்கம். நன்றாகக் கனிந்தது சீதவீர்யத்திற் சிறந்ததென்றும், காய் வாட்டாயிருப்பது உஷ்ணவீர்ய முடையதென்றும் அவர்கள் கூறுவர்.

உலர்ந்துபோன பழங்களைக் குடைந்து, மேலே அழகாகப் பதன்படுத்தி குடுக்கைகளாகச்செய்வது அனைவருக்கும் தெரிந்தவிஷயம்; இக்குடுக்கைகள் ஔஷதங்கள் வைக்கவும், ஸ்ரீசூர்ணம் விபூதிமுதலியவை எடுக்கவும், மற்றும் அதுபோன்ற வேறு ஸாமான்களை அடைத்துவைத்துக் கொள்ளவும் பிரயோஜனப் படுகின்றன. சிறிய இனமான பழங்களே இதற்கு மிகுதியாய் உபயோகப்படுவதுண்டு.

இந்தப்பழத்தில் சேர்ந்துள்ள பதார்த்தங்களின் தத்துவம் பின்வருமாறு:—பழத்தின் உட்சதையில்—ஒருவிதமான பாகு பசையையும் சதை முதலியவற்றையும் உண்டு பண்ணு

* தசமூலம்—இதன் விவரத்தை வைத்திய கலாநிதி ஆபீஸில் வெளியாயுள்ள சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 73, 115-வது பக்கங்களில் காண்க.

வதற்கு ஆதாரமான பெக்டின் (pectin) என்னும் ஸத்துவம், சர்க்கரை, டானின் (tannin) என்னும் ஒருவகை அம்லம், வாஸனையுள்ள ஒருவித தைலம், ஒருவிதமான கசப்பு ருசியைத் தரும் ஸத்துவம், சாம்பர் இவைகள் சேர்ந்திருக்கின்றன. இதன் இலைகளை வாலையிலிட்டு ஒருவித எண்ணெய் இறக்கலாம்; அத்தைலம் ஒருவாறு பசுமஞ்சள் நிறமுடையதாகவும், நறுமணமுள்ளதாகவும், சுவையில் கசப்பாகவும் இருக்கும். சாராயத்தில் அத்தைலம் நன்றாகக் கரையுந் தன்மையுள்ளது.

இதிலிருந்து இறக்கப்படும் தைலம் வாத ஸம்பந்தமான வியாதிகளிலும், இதன் புஷ்பம் அமிதமான நாவறட்சி, சீதபேதி, வாந்தி, இவற்றிலும் உபயோகிக்கக்கூடிய ஔஷதச் சரக்குகள் என்று ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்படுகிறது.

ஆயுர்வேத வைத்தியத்தில் மிகப் பெயர் பெற்றிருந்த சக்ரதத்தர் என்பவர் தாம் இயற்றிய நூலில் மேதோரோக சிகித்ஸையில் (Treatment of olesity) பில்வயிலைகளின் ஸ்வரஸத்தை, கொழுப்பு அதிகரித்தவனுடைய தேஹத்திலுண்டாகும் ஒருவித துர்நாற்றத்தைப் போக்கும்பொருட்டு, உடம்பில் எங்கும் நன்றாகத் தேய்த்து ஸ்நாநம்செய்வது உத்தமமான சிகித்ஸையென்று கூறுகிறார்.

பில்வக்காயை அக்னியிலிட்டு எரித்து, மேலுள்ள சாம்பலைப் போக்கி, உட்சதையின் பாகத்தைமட்டும் சர்க்கரையோடு கலந்து உட்கொண்டுவந்தால் மிகவும் கடுமையான சீதபேதி நிவ்ருத்தியாகும் என்று பாவப்ரகாசம் என்கிறநூல் கூறுகிறது.

அரைவாசிக்கனிந்த பில்வப்பழத்தை தளம் தளமாக உடைத்து உலர்த்திவிடவும். பிறகு அவற்றை இடித்து வெகு நுண்மையாக வஸ்திரகாளிதம் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். இச்சூர்ணத்தை ஜலத்தில் (ஜலத்திற்கு $\frac{1}{8}$ சூர்ணம் இருக்கவேண்டும்) சேர்த்துக்காய்ச்சினால், ஒருவித கூழ்போல் பக்குவமாகும். இதை அதிஸாரம், சீதபேதி முதலிய குடலைப் பற்றிய கோளாறுகளில் உட்கொள்வதால் நற்குணமுண்டாகும் என்று அனுபவத்தில் அறியப்பட்டிருக்கிறது.

WATER HYACINTH.

பேய்த்தாமரை யென்னும் ஓர் கொடிய நீர்ப்பூண்டு.

இந்த நீர்ப்பூண்டைப்பற்றி சென்னை மாகாணத்து விவஸாய இலாகாத் தலைவர் ஆங்கிலத்தில் துண்டுப் பத்திரிகை யொன்று வெளியிட்டிருக்கின்றார். இது விவஸாய விஷயத்தில் ஸம்பந்தமுடையதுபோல, வைத்தியம் அல்லது சுகாதார விஷயத்திலும் குறிப்பிடக்கூடிய ஸம்பந்தமுடையதென்றும், ஆகவே ஆங்கிலமறியாத வைத்தியர்களும், மாணாக்கர்களும், மற்றவரும் தெரிந்துகொள்வது நலமென்றும் நினைத்து, இப்பத்திரிகையில் அதைத் தமிழில் எழுதி வெளியிடலானோம்:—

பேய்த்தாமரை யென்னும் இப்பூண்டின் புஷ்பம் வெகு அழகான ஊதா நிறமுள்ளது. இப்பூண்டுக்கு ஆங்கிலத்தில் வாடர் ஹையாஸிந்த் (water hyacinth) அல்லது லைலக் டெவில் (Lilac devil) என்று பெயர் வழங்கப்படும். இது தென் அமெரிக்காவிலுள்ள உஷ்ண ப்ரதேசங்களில் ஆதியில் உற்பத்தியாகிற வழக்கம்; அப்பால் அமெரிக்காவின் ஐக்கிய மாகாணங்களிலும், ஆஸ்ட்ரேலியாவிலும் பரவத்தொடங்கியது. இப்பொழுது இச்சென்னை மாகாணத்திலும் அநேக விடங்களில் இப்பூண்டைக் காணலாம். இதன் மிக்க மனோஹரமான அந்தமுள்ள புஷ்பங்களாலும், தடித்து சதை பருத்த இலைகளாலும் எவனும் வெகு எளிதில் இதை அடையாளங்கண்டு அறிந்துகொள்ளலாம். இது இயற்கையில் மனதைப் பறிக்கும் விசேஷமான அழகுடையதாயிருந்தாலும், மனித ஜாதிக்கு மிகவும் பகையாளியாயுள்ள வஸ்துக்களின் வகுப்பில் சேர்க்கக்கூடியதாயிருக்கிறது. இது கிணறுகளிலும், குட்டைகளிலும், ஆறுகளிலும், வாய்க்கால்களிலும், சுருங்கச் சொல்லில் ஜலமிருக்கும் எல்லாவிடங்களிலும் வெகு வேகமாக முளைத்து வளர்ந்துவிடுகிறது. இலையின் காம்புகளில் ஒரு வகையான வஸ்தி அல்லது பை (bladder) அமைந்திருப்பதால் ஆழமான ஜலத்திலும் ஆழமில்லாத ஜலத்திலும் ஒரேமாதிரி இதன் இலைகள் மேலே மிதந்துகொண்டிருப்பதற்கும், செடி ஜீவித்திருப்பதற்கும் ஸௌகர்யமுண்டு. இப்பூண்டு அதன் விதைகளாலும் உறிஞ்சுங் கருவிகளாலும் எங்கும் பரவி வளரும்; அதாவது அவ்விரண்டும் மிகவும் இலேசாயிருப்பதால், காற்று அவற்றை அடித்துக்கொண்டுபோய் ஆங்காங்கு வியாபிக்கச்செய்யும்; ஆனால் இரண்டாவது சொல்லிய உறிஞ்சும் கருவிகள் அதிகமாய் அச்செடியில் விருத்தியாவதுடன், நாலாப் பக்கங்களிலும் பரவி அநேகம் வேறு செடிகளை யுண்டுபண்ணுவதற்கும் அவையே முக்கிய காரணங்களாகவும் இருக்கின்றன. இதற்கு இலைகள் திரள் திரளாயிருப்பதாலும், மிகவும் அடர்த்தியாக முளைத்துப் பயிராகும் தன்மை இதற்குண்டாகையாலும், இதன் வேர்களுக்கு நீருறிஞ்சும் சக்தி விசேஷமாக யிருக்கின்றமையாலும் தண்ணீரின் ஓட்டத்தை இப்பூண்டு மிகவும் அதிகமாகத் தடுத்துவிடக் கூடியதாகும்; மேலும் சிறிய குளங் குட்டைகளை முற்றிலும் மூடி அவற்றில் எங்கும் படர்ந்துவிடும். அமெரிக்காவில் சில விடங்களில் மரக்கலங்கள் ஓடுவதற்குபயோகமாயுள்ள சிற்சில நதிகளில் இப்பூண்டு முளைத்துப் படர்ந்துவிட்டதால் கப்பல்களின் போக்குவரத்து ஆங்காங்கு பெரிதும் தடுக்கப்பட்டுப் போனதுண்டு. பர்மாவின் சில ப்ரதேசங்களில் இப்பூண்டானது மிகப் பெரியபுதர்களாகச் செழித்து வளர்ந்துவிடவே, இவற்றைப்பிடுங்கி பெருங் குவியல்களாகச்சேர்த்து, ஜலத்திலிழுக்கும் நீராவி யந்திரங்களால் போர் போராகக் கடலில இழுத்துக்கொண்டுபோய் தள்ளவேண்டியிருக்கிறது.

அமெரிக்காவின் உஷ்ண பூமிகளில் ஆறுகளிலிருந்தும், மற்றும் நீரோட்டமுள்ள இடங்களிலிருந்தும் பெருவாரி நோயெனத்தகும் இப்பூண்டை அழிப்பதற்கென்று அநேகம் ஆயிரக்கணக்கான பவுன்களைச் செலவழிப்பது மிகவும் அவசியமாய்விடும்படி இப்பூண்டு அவ்வளவு வேகமாகவும் அதிகமாகவும் அவ்விடங்களில் பரவி விட்டது. இது ஒருக்கால நமது மாகாணத்தில் வெகு ஸாதாரணமான பூண்டென்று சொல்லும்படி பரவி விட்டால், ஜலத்தைத் தடுத்து நீர்ப்பாய்ச்சல முதலியவற்றிற்குக் கெடுதி யுண்டு பண்ணிவிடும்; அது மாத்திரமா! இது ஜனங்களுடைய ஆரோக்யத்திற்கும் ஒருவாறு கெடுதி யுண்டு பண்ணுந் தன்மையது.

சென்னை மாகாணத்தின் பிற்காலத்திய க்ஷேம லாபமென்ன, ஜனங்களுடைய ஆரோக்கியமென்ன இவை யெல்லாம் தேசத்தில் அவ்விதமான ஈதிபாதைகள் நேரிடாமலிருப்பதைப் பொருந்தியவையாகவல்லவோ இருந்து வருகின்றன? செங்கல்பட்டிலும் இப்பூண்டு சில விடங்களிற் காணப்பட்டது; இது அடுத்தடுத்துப் பயிராய் வரும்போது, கொசுக்கள விருத்தியாவதற்கு முக்கிய இடமாய ஆகின்றது. பிரதானமான தேச க்ஷேமலாபங்களையும், பொதுவான சுகாதார முறைகளையும் கவனித்து, அவற்றை விருத்திசெய்ய ஆவல் கொண்டால், இக்கொடிய செடியை முற்றிலும் அழித்துவிடவேண்டியது அவசியம்.

இது ஸாதாரணமாய் பலனைக் கவனிக்காமல் ஏதோ தோன்றியவாறு கூறிய எச்சரிக்கை யென்று நினைக்கவேண்டாம். பார்ப்பதற்கு மனோஹரமானதும் மிகக் கேடு விளைவிப்பதுமான இச்செடி சென்னையில் அடையாற்றுக்கு அருகிலும், தஞ்ஜாவூர் தென்னாற்காடு இஜ்ஜில்லாக்களில் - முக்கியமாய் சிதம்பரம், மாயவரம் இவ்விடங்களுக்கு ஸமீபத்திலும் நீர்ப்பாய்ச்சலுக்குரிய வாய்க்கால்களில் காணப்பட்டன; செங்கல்பட்டிலுள்ள அகழிகளில் சில விடங்களிலும், காஞ்சீபுரத்துக்கும் வந்தவாசிக்கும் இடையில் அநேகம் பரதேசங்களிலும் இது முளைத்துப் பயிரா யிருப்பதைப் பார்க்கலாம். மாயவரத்தில் சில பாழுங்கிணறுகளிலும் இது காணப்படுகிறது. மலையாள ஜில்லாக்களில் அநேகம் இடங்களிலும், அவ்விடத்து மாப்ளா ஜாதியின் மசூதிகளைச் சேர்ந்த குளங்களிலும் இப்பூண்டு முளைத்திருப்பதைப் பார்க்கலாம்.

இப்பூண்டு முளைத்து வளர ஆரம்பிக்கும் புதிதிலேயே வேருடன் பிடுங்கி உலர்த்தி யெரித்துவிடுவது ஸுலபமான கார்யம். இச்செடிகளைப் பெயர்த்து பதனழியும்படி வெளியில் போட்டுவிடுவது மாத்திரம் போதாது; ஏனெனில் இதன் விதைகள் ஈரமான பூமியைப் பற்றி, சீக்கிரத்தில முளைக்கத் தயாராயிருக்கும்; ஆகவே யாராவது எவ்விடத்திலேனும் ஜலத்தினமேல இது மிதக்கக் கண்டால், இதை உடனே அடியோடு வேருடன் பெயர்த்து எரித்துவிடவேண்டியது மிகவும் அவசியம். அமெரிக்கா ஆஸ்ட்ரேலியா இவ்விரண்டு தேசங்களிலும் இப்பூண்டு மிகவும் வியாபித்து, அவ்விடங்களில் அபாயகரமானசெடிகளில் ஒன்றாயிருக்கிறது. பர்மாவிலும் இது மிகத் தீங்குவிளைவிக்கும்படியாகப் பரவியிருக்கின்றது. அத்தேசங்களில் இதனாலுண்டாகும் கெடுதிகள் அநுபவிக்கப்பட்டிருப்பதால், சென்னை மாகாணத்தில் அப்பூண்டு பரவாதபடி முன்னெச்சரிக்கையாயிருப்பதற்கான ஏற்பாடு செய்யவேண்டியது இன்றியமையாத கார்யமாகும். இது ஆங்காங்கு வியாபித்து வருவதைத் தடுக்காமற்போனால், தேசத்தில் பொருளாதார விஷயத்தில மட்டுமல்ல, மலேரியா யெனனும் விஷமஜ்வரம் பரவிவரும விஷயத்திலும் மிகவும துன்பமும் நஷ்டமும ஸம்பவிக்கும். ஆகையால் எல்லாக் கனவான்களும் இதை ஒழிப்பதற்கான முயற்சி யெடுத்துக்கொள்வதற்காக வேண்டிக்கொள்ளப்படுகின்றனர். இது குட்டை குளம் முதலான விடங்களில தேங்கியிருக்கும் ஜலத்திலேயே விசேஷமாய் விருத்தியாகிறது.

THE DRUG-DRINKING FOLLY.

மருந்துண்ணும் மதியீனம்.

காப்பிக்கொட்டையிலுள்ள காபீன் (Caffeine) என்னும் ஸத்தானது தாதுப்பொருட்களின் தத்துவப்படி யூரிக் ஆஸிட் என்கிற மூத்திராம்லத்திற்கு ஒப்பிடக்கூடியது; ஆகவே தேஹத்தின் ஸுகத்தை விருத்தி பண்ணுவதற்கான முகாந்தரம் ஒன்றும் அதிலில்லையென்று நிச்சயிக்கவும். மேலும் இதை சில காலம் தொடர்ந்துபயோகித்தால், நரம்பு மண்டலம் கோளாறடையத் தொடங்கும்; அப்பொழுது ஒருவகையான கொதிப்பு அல்லது ஜ்வரம் தேஹ தாதுக்களில் இடம் பெறுவதற்கு அநுகூலமான அமைப்புகள் (விகாரங்கள்) உண்டாகின்றன. விஸ்கான்ஸின் கல்லூரியின் (University of Wisconsin) ப்ரொபஸராயுள்ள, ஆத்மதத்துவ சாஸ்திர அறிவில் மிகப் புகழ்பெற்ற ஓ'ஷியா (O'Shea) என்பவர் அடியில் வருமாறு எழுதுகிறார்:—

"ஸமீபத்தில் ஒரு பெரிய பாடசாலையில் பரிசோதனை செய்யப்பட்டபோது, அங்கிருந்த மாணக்கருள் நூற்றுக்கு எண்பத்திமூன்று பேர் காப்பியையாவது, தேயிலையையாவது, அல்லது இரண்டையுமாவது வழக்கமாய் உபயோகித்து வருவதாகத் தெரியவந்தது. அவர்களில் பெரும்பாலோருக்கு அமைதியாக நித்திரை யுண்டாவதில்லையென்றும், சிலர் இரவில் வெகு சொற்பமாக நித்திரையுறுவது வழக்கமென்றும் கூறினர். பள்ளிக்கூடத்தில் அதிகமாகப் படிப்பதும் விளையாடுவதும் அவ்வாறு நித்திராபங்கத்திற்குக் காரணமென்று அவர்கள் கருதியிருந்தார்கள். ஆனால் அவர்கள் பள்ளியில் வெகு நன்றாக வேலை செய்வதற்காக காப்பி, தேயிலை, கோகோ இவ்வித பானங்களை மிதமிஞ்சிப் பருகி தமது மூளையையும் மற்றும் இருதயம் முதலிய உள் அவயவங்களையும் சக்திக்கு மேல் வேலை செய்யும்படி மிகவும் தூண்டிக்கொண்டிருந்தனர். விஸ்கி யென்னும் மதுவிலுள்ள துர்க்குணங்கள் அநேகம் காப்பி, தேயிலை, கோகோ இவற்றிலும் உண்டென்று கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றை உங்களுடைய சிறுவர்களுக்கு வழக்கப்படுத்திவிட்டால், பிறகு அவ்வழக்கம் அவர்களை எளிதில் விட்டு அகலாது. உங்களுடைய குழந்தைகளுடைய கழுத்தில் கல்லைக்கட்டித் தொங்கவிடுவது போல, இத்துர்வழக்கத்தை அவர்களுக்கும் என் உண்டு பண்ணுகிறீர்கள்?" ரஷ் மெடிகல் காலேஜில் வியாதி நிதான ஆசிரியர்களில் பிரதான அதிகாரியாயிருந்து, சிகாகோ ஹெல்த் கமிஷனராக நியமனம் பெற்ற டாக்டர் ஈவன்ஸ் (Dr. Evans) என்பவர் இவ்விஷயமாகக் கூறியிருப்பதாவது:—

"காப்பி ஓர் ஔஷதச் சரக்கு; இதை உபயோகிப்பவர் ஔஷதமுபயோகிப்பதாகக் கருதவேண்டுமேயன்றி இதை வேறு விதமாக ஆரோக்கியத்திற்கு அடுத்த பானவகையாக நினைக்கக்கூடாது. சரீர தத்துவ முணர்ந்தவர்கள் காப்பி, தேயிலை, புகையிலை, விஸ்கி இவை யாவும் அபினியைப்போலவே ஔஷதச் சரக்குகளென்று தீர்மானித்திருக்கின்றனர். இவற்றை உபயோகிக்கும் வழக்கமுள்ளவர் உயிரையும் விஷப் பொருட்களையும் ஒன்றோடொன்று எதிர்த்து பந்தய ஆட்டத்திற்கு விடுகிறவர்கள் என்றே நிச்சயிப்பார்களாக."

பென்ஸில்வானியா (Pennsylvania) என்னும் இராஜ்யத்தில் ஹெல்த் கமிஷனராயுள்ள டாக்டர் டிக்ஸன் (Dr. Dixon) என்பவர் வெளியிட்டுள்ள அபிப்பிராயம் பின்வருமாறு:— "காப்பியாவது, தேயிலையாவது உணவுப் பொருட்களாகக் கருதக் கூடியவையல்ல. இரண்டும் பெறும் உத்தீபந (Stimulants) வஸ்துக்கள். எந்த உத்தீபந வஸ்துவும், முதலில் எவ்வளவு உத்ஸாஹத்தையும் சுறுசுறுப்பையும் அவயவங்களுக்கு உண்டுபண்ணுகின்றனவோ, அதற்கு இருமடங்கு அதிகமான தளர்ச்சியையும் அடுத்தாற்போல் அவற்றிற்கு உண்டாக்குகின்றனவென்பது சாஸ்திரஞ்ஞர் அறிந்த வெளிப்படையான உண்மை. சிறிது அசக்தியாயிருக்கும்போது உத்தீபநம் செய்து கொள்வது அவசியமானால், சூடான சுத்த ஜலம் அல்லது அவ்விதமான பால் இவ்விரண்டும் நிரபாயமாக உபயோகிக்கக்கூடிய வஸ்துக்களாகும்."

MALARIA IN MADRAS.

சென்னையில் விஷம ஜ்வரம்.

சென்ற வருஷம் ஜூலை முதல் மூன்று மாதங்களில் சென்னையில் மலேரியா என்னும் விஷம ஜ்வரத்தைத் தடுப்பதற்கு என்னென்ன ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டனவோ அவற்றைப்பற்றிய ஒரு ரிபோர்ட் இப்பொழுது வெளியாயிருக்கின்றது. புரசைப் பாக்கத்தில் சில வருஷங்களாக இவ்வியாதி அதிகமாய் வியாபித்து அங்குள்ள ஜனங்களுக்கு மிகவும் தீங்கு விளைவித்து வருகிறது. அவ்விடத்தில் இவ்வியாதி இன்னும் கடுமையாக இருப்பதாகவும், வடிகால் வஸதி ஏற்றவாறு ஏற்படாததே அதற்குக் காரணமாகுமென்றும் இந்த ரிபோர்டின் மூலமாய் அறியப்படுகிறது. வாத்துகள் கொசுவின் முட்டைகளைத் தின்றுவிடுகின்றனவென்று நாம் இதற்குமுன் இரண்டொரு முறை குறிப்பிட்டிருப்பது இதைப் படிப்பவருக்கு நினைவிலிருக்கக்கூடும். கொசுக்கள் விஷம ஜ்வரத்திற்குக் காரணமான விஷத்தைப் பரவச்செய்யும் இயல்புடையவையாகையால், அக்கொசுக்கள் விருத்தியாகாதபடி அவற்றிற்கு ஆதாரமான குளங்குட்டைகளில் வாத்துக்களை விட்டுவைக்க ஏற்பாடு செய்யலாமென்று சிபார்சு செய்யப்படுகிறது. மைலாப்பூர், ராயப்பேட்டை முதலான இடங்களில் பரீக்ஷை செய்துபார்த்ததில், அங்கே விஷமஜ்வரம் அதிகமாகப் பரவி தொந்தரவு செய்வதாகவும் தெரியவந்தது என்று ரிபோர்ட்டில் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது. பக்கிங்ஹாம் கால்வாயின் அருவருக்கத்தகுந்த நிலைமையானது, அவ்வழியாய் அடிக்கடியும் போய் வந்துகொண்டிருக்கும ஜனங்களுக்கு நன்றாகத் தெரிந்த விஷயமே. விஷம ஜ்வரத்தைப் பரப்பும் கொசுக்கள் ஏராளமாகச் செழித்து வளர்வதற்கு இக்கால்வாய் முக்கிய ஆதாரமாயிருக்கிறதென்பது வெளிப்படையானது. அவ்விடங்களிலுள்ள வீட்டுக் கிணறுகளும் பரிசோதிக்கப்பட்டனவாம். அங்கு அப்போதைக்கப்போது தண்ணீர் இறைக்கப்பட்டுவரும் கிணறுகளில் இக்கொசுக்கள் விருத்தியாவதில்லையென்றும், அவ்வாறு செய்யாமலிருக்கிற கிணறுகள் விஷமஜ்வரத்திற்கு ஆதாரங்களாயிருக்கின்றனவென்றும் தெரியவந்தது. அடிக்கடி கிணற்று நீரை இறைத்து வந்தால், பழைய அழுக்கு ஜலம் போய், புதிதான ஜலம் அதில் ஊறி அசுத்தங்கள் தங்காமலிருக்குமாகையால், கொசுக்கள் அதில் சேரமுடியாமல், விஷம ஜ்வரத்திற்கும் அந்த ஜலம் ஆதாரமாவதில்லை. தண்டையார்ப்பேட்டையிலுள்ள கிணறுகளில் கொசு முட்டைகளைத் தின்பதற்கு மீன்கள் விடப்பட்டுவந்தன. இவ்விதம் 1843 கிணறுகளில் மீன்களை விட்டதில், 127 கிணறுகளைத் தவிர மற்றவைகளில் கொசு முட்டைகள் காணப்படவில்லையென்று சொல்லப்படுகிறது. புரசப்பாக்கத்தில்தான் விஷம ஜ்வரம் தண்டையார்ப்பேட்டையைவிட அதிகமாகப் பரவி வருகிறது. இவ்விஷம ஜ்வரத்தைத் தடுப்பதற்காகக் குளங்கள் சுத்தம் செய்யப்பட்டன; கிணறுகளில் மீன்கள் விடப்பட்டன; ஆங்காங்கு தேங்கியுள்ள ஜலங்களில் மண்ணெண்ணெய் ஊற்றப்பட்டது; செடி கொடிகள் அழிக்கப்பட்டன; இவ்வாறு அநேகவிதமான முறைகள் அநுஷ்டிக்கப்பட்டன. 1914-ம் வருஷம் செப்டம்பர் மாஸத்தோடு முடிவான மூன்று மாஸங்களில் இவ்வியாதியைத் தடுப்பதற்காக சுமார் 69,000 ரூபாய்க்கு மேல் செலவு செய்யப்பட்டிருக்க, பிரக்ருதத்திலுள்ள மூன்று மாஸங்களில் சுமார் 35,000 ரூபாய்க்கு மேல் செலவு செய்யப்படவில்லையென்றும் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது. இவ்வியாதியைத் தடுப்பதற்கு அவசியமான சிறந்த உபாயங்களை அநுஷ்டானத்திற்குக் கொண்டுவந்து, நகரத்தின் ஆரோக்கிய நிலைமையைச் சீர்படுத்துவதற்கென்று ஏராளமான சம்பளத்தைக் கொடுத்து உத்தியோகஸ்தர்களையும், அவர்களுக்குக் கீழ் வேலைசெய்ய அநேகம் சிப்பந்திகளையும் நியமித்து, அவ்வுத்தியோகஸ்தர்கள் சிபார்சுசெய்யும் வழிகளிலெல்லாம் வெவ்வேறு விதமான செலவுகளைச் செய்து மஹா ப்ரயத்தனங்களை அநுஷ்டித்து வந்தும், விஷம ஜ்வரம் குறைந்தபாடில்லைக் காணோம்.

MEDICAL REGISTRATION ACT.

வைத்தியப் பதிவு சட்டம்.

சென்னையிலும் பம்பாயிலும் வைத்தியப் பதிவு சட்டம் நிறைவேறி அமுலுக்கு வந்ததனால் ஆங்கில ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு உண்டாகக்கூடிய ஒற்றுமை எவ்வாறு பாதிக்கப்பட்டதென்று நாம் இங்கு விவரித்துக்கூறவேண்டிய அவசியமில்லை. நமது மாகாண கவர்ன்மெண்டார் பொது ஜனங்களுடையவும், முக்கியமாய் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடையவும், அபிப்பிராயங்களைப் பொருட்படுத்தாமலே இச்சட்டத்தை நிறைவேற்றி விட்டார்கள் என்றும், பிறகு வைத்திய ஸங்கத்துக்கு அளவுகடந்த உரிமைகள் பக்ஷபாதத்தினால் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றனவென்றும் பெரும்பான்மையோர் அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். வங்காளத்தில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு விசேஷமான செல்வாக்கும், அவ்விடத்திய ஜனங்களுக்கு ஆயுர்வேத வைத்தியத்தில் பூர்ணமான நம்பிக்கையும் இருப்பதுடன், அம்மாகாணக் கவர்ன்மெண்டாரும் பொது ஜனங்களுடைய அபிப்பிராயத்தில் அநுதாபம் பாராட்டுவதில் கருத்துள்ளவர்களா யிருக்கிறார்கள். என்றாலும் இப்பொழுது வெளியாயுள்ள ஒரு விஷயத்தை நாம் குறிப்பிடவேண்டியிருக்கிறது. அம்மாகாணத்திலுள்ள "வங்காள வைத்திய ஸங்கம்" என்னும் ஸபைக்கு, வங்காள வைத்திய ஸங்கத்தின் ரெஜிஸ்டிரார் ஒரு கடிதம் எழுதியனுப்பியிருக்கிறார். அது பின்வருமாறு:—

"தங்களுடைய ஸங்கத்து அங்கத்தினரால் நிறைவேற்றப்பட்ட இரண்டு தீர்மானங்களின் விஷயமாக ஆலோசனை செய்யப்பட்டது. உத்தியோக தோரணியிலே அவதூறுக்கு இடமான நடத்தை யென்றால் இன்னதென்பதை ஆதாரத்துடன் இப்பொழுது சொல்வது உசிதமென்று தோன்றவில்லை. ஆயினும் இந்த ஸங்கத்தார் பொதுப்பட அவ்விஷயமாய் ஓர் எச்சரிக்கை செய்திருக்கின்றனர். அதை எவரேனும் மீறி நடந்தால், அப்பொழுது அது ஸம்பந்தமான தாரதம்யங்கள் ஆலோசிக்கப்படும்."

வங்காள வைத்தியர்களுடைய ஸங்கம் வைத்தியப் பதிவு ஸங்கத்துக்கு அனுப்பிய தீர்மானத்தின் ஸாராம்சம் என்னவென்றால்—சென்னையிலும் பம்பாயிலும் ஏற்பட்டுள்ள வைத்தியப் பதிவு ஸங்கத்தின் நடவடிக்கைகளைக் கவனித்தால், அவதூறு என்றால் என்னவென்பதற்கான எச்சரிக்கை செய்யப்படவேண்டுமென்றும், வைத்திய ஸங்கத்தில் பதிவு செய்துகொள்வதற்கு யோக்யதையிருந்தும், பதிவு செய்துகொள்ளாமலிருக்கும் ஒருவருடன் பதிவு செய்துகொண்ட ஒருவர் கலந்துகொள்வது அவதூறுக்கு இடமாகக் கூடாதென்றும் கருத்தடங்கிய விஷயமேயாம். இந்தியாவைப் பொறுத்தமட்டிலும், வைத்தியப் பதிவு விஷயம் ஜனங்களால் ஆக்ஷேபிக்கக்கூடியதென்றும், அதற்காக ஏற்பட்டுள்ள நிபந்தனைகள் எல்லாம் பெரும்பாலும் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு மாத்திரமல்ல, மேனாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் செய்பவருக்கும் பலவித நிர்ப்பந்தங்களுக்குக் காரணமாயிருக்கிறதென்றும் நாம் ஏற்கனவே பல முறையும் கூறியிருக்கிறோம்.

FIRST AID IN ACCIDENTS.

அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

சிரஸ்ஸின் பக்கத்துக் கட்டுகள் 1:—குறுகிய மடிப்பான த்ரிகோண பந்தன வஸ்திரத்தை எடுத்துக்கொள்; எந்த கன்னத்தில் அடிபட்டதோ அதன்மேல் இரத்தப் பெருக்கைத் தடுப்பதற்காக ஒரு சிறிய சுமட்டுத்துணியை வைத்துப் பிடித்துக்கொள்ளவும்; அச்சுமட்டின்மேல் த்ரிகோண பந்தனத்தின் மத்திய பாகத்தை வைத்து, இரு முனைகளையும் அடிபடாத மற்றொரு கன்னத்திற்கு நேராகக் கொண்டுபோய், அங்கிருந்து திருப்பிக்கொண்டுவந்து, சுமட்டின்மேல் ஒழுங்காக முடியிட்டு விடவும்.

சிரஸ்ஸின் பக்கத்துக்கட்டில் மற்றொரு விதமுண்டு: குறுகிய மடிப்பான பந்தனத்தை ஸௌகர்ய நிலைமையிலிருக்கும் கன்னத்தின் பக்கத்திலிருந்து ஆரம்பித்து தலையைச் சுற்றிலும் நெற்றிப்பக்கமாக வளைத்துக்கொண்டு வந்து, சுமட்டின்மேல் ஒரு முனை மற்றொரு முனையைக் குறுக்கிடும்படியாகச் செய்து, அப்பால் ஒரு முனையை சிரஸ்ஸின் உச்சிக்கு மேலாகத் திருப்பியும், மற்றொரு முனையை முகவாய்க்கட்டைக்கு அடிப்புறமாகவும் கொண்டுவந்து, ஸௌகர்யமான நிலைமையிலிருக்கும் கன்னத்தின்மேல் இரு முனையையும் சேர்த்து முடியிட்டு விடவும்.

1. பாண்டேஜ் பார் ஸைட் ஆப் தி ஹெட் (bandage for side of the head.)

இரண்டு கண்களையும் மறைத்துக் கட்டுதல் 1:—அகன்ற மடிப்பான த்ரிகோண பந்தன வஸ்திரத்தின் மத்திய பாகத்தை நேத்திரங்களுக்கு இடையில் வைத்து, ஒரு முனையை இடது பக்கமாகவும், மற்றொரு முனையை வலதுபக்கமாகவும் சிரஸ்ஸின் பின்புறத்திற்குக் கொண்டுபோய், மீண்டும் அவற்றை முன்புறமாகக் கொண்டுவந்து ஆரம்பித்த இடத்தில் முடிந்துவிடவும்.

ஒரு கண்ணை மறைத்துக் கட்டுதல் 2:—குறுகிய மடிப்பான பந்தனத்துணியின் மத்தியபாகத்தைத் தாக்குண்ட பாகத்து நேத்திரத்தின்மேல் வைத்து, ஒரு முனையை ஒருவாறு சாய்வாகத் தலையின் மேற்புறமாகக் கொண்டுபோய், மற்றொரு முனையை காதுக்குக் குறுக்காகக் கொண்டுவரவும்; இரண்டு முனைகளும் பச்சிமார்ப்புதத் தண்டை[3] ஸந்தித்துக் குறுக்கிடும்படியாகச் செய்து, தாக்குண்ட பக்கத்தின் புருவத்தின் மேற்புறத்தில் முடிந்துவிடவேண்டும்.

முகவாய்க்கட்டையிலும், முகத்தின் பக்கங்களிலும் அடியுண்டால் கட்டவேண்டிய முறை 4:—குறுகிய மடிப்பான முக்கோண பந்தனத்தின் மத்திய பாகத்தை முகவாய்க்கட்டைக்கு அடியில் வைத்து, இரு முனைகளையும் இரண்டு பக்கமாகத் தலையின் உச்சிக்குக் கொண்டுபோய் அங்கு முடியிட்டுவிடவும்; மிகுந்துள்ள முனைகளை ஒருவாறு மடித்துக்கட்டிவிடலாம்.

கழுத்துக்கட்டு 5:—தாக்குண்ட இடத்தில் இரத்தம் விசேஷமாக வெளிவராதபடி அழுத்தித் தடுப்பதற்கு ஒரு சிறிய சுமட்டை அமர்த்தி அதன்மேல் குறுகிய மடிப்பான பந்தனத்துணியின் மத்திய பாகத்தை வைத்து, கழுத்தைச்சுற்றி இரண்டு முனைகளையும் கொண்டுவந்து மீண்டும் அடியுண்ட இடத்திற்கு அவ்விரு முனைகளையும் கொண்டுவந்து அங்கு முடிந்துவிடவேண்டும்.

1. பாண்டேஜ் பார் போத் ஐஸ் (bandage for both eyes.)
2. பாண்டேஜ் பார் ஒன் ஐ. (bandags for one eye.)
3. பச்சிமார்ப்புதம்—இதைப்பற்றி இவ்வருஷத்திய வைத்தியகலாநிதியில் 39-வது பக்கம் பார்க்க.
4. பாண்டேஜ் பார் சின் அண்ட் ஸைட் ஆப் பேஸ் (bandage for chin and side of face.)
5. பாண்டேஜ் பார் நெக் (bandage for neck.)

மார்புக்கட்டு 1:—தாக்குண்ட இடத்தில் ஒரு சுமட்டை வைக்கவும்; அதன்மேல், அகன்ற மடிப்பான பந்தனத்துணியின் மத்தியத்தை வைத்து, மார்பைச் சுற்றிலும் இரண்டு முனைகளையும் கொண்டுபோய், அடிபடாத பக்கத்தில், ஒரு முனையை மட்டும் நீளமாகத் தொங்கவிட்டு முடிந்துவிடவும்; குறுகிய மடிப்பான மற்றொரு வஸ்திரத்தை யெடுத்து, தொங்குகிற முனையில் கட்டி, அதைத் தோளின் மேற்புறமாகக் கொண்டுவந்து, சுமட்டின்மேல் அகன்ற மடிப்பான வஸ்திரத்தின்மேல் அபாயமிழைக்காத ஊசியால் தைத்துவிடவேண்டும்.

வயிற்றுக்கட்டு:—அடியுண்ட யிடத்தின்மேல் அகன்ற மடிப்பான வஸ்திரத்தின் மத்திய பாகத்தை வைத்து, இரண்டு முனைகளையும் வயிற்றைச் சுற்றிக்கொண்டுபோய் அடியுண்ட யிடத்திற்கு நேர் எதிர்ப் பக்கத்தில் முடிந்து விடவேண்டும்.[2]

புஜம் அல்லது கரத்தைத் தாங்குவதற்கான பெரிய எந்தானம் 3:—பிணியாளியின் கரத்தைச் சிறிது மேல் நோக்குமாறு மார்புக்குக் குறுக்காக மெல்லென அமைத்து, பந்தனத்தின் ஒரு முனையை அந்தக் கரத்திற்கு உட்புறமாகக் கொடுத்து, அதை ஸௌகர்ய நிலைமையிலிருக்கும் தோளின்மேல் வைக்கவும்; (இது கையின் கனத்தைத் தாங்குவதற்கு ஆதாரமாயிருக்கும்.) பந்தனத்தின் உச்சியை முழங்கைக்குப் பின்னால் இருக்கும்படி அமைக்கவும்; கீழே தொங்குகிற மற்றொரு முனையை கரத்திற்கு மேலாக அதை மறைத்தாற்போல் கொண்டுவந்து, அடியுண்ட பாகத்துத் தோளின்மேல் கழுத்தைச் சுற்றினாற்போல் மெல்லென இழுத்து இம்முனையை முன் தோளின் மேல் வைத்த முனையோடு சேர்த்துக் குழைச்சு முடியிடவும்; பந்தனத்தின் உச்சியை முன்னுக்கு இழுத்து, முழங்கைக்கு மேலாக வஸ்திரத்தின்மேல் வைத்து அபாயமிழைக்கா ஊசியால் தைத்துவிடவும்.

அக்ஷகாஸ்த்தி ஒடிந்திருந்தால் அப்பொழுது, தாக்குண்ட எலும்பை எதுவும் அழுத்தும்படிச் செய்வது பிசகாகையால், பெரிய எந்தானத்தை இவ்வாறு கட்டுவது சரியல்ல; அவ்வித அஸௌகர்யத்தை நீக்குவ

1. பாண்டேஜ் பார் செஸ்ட் (bandage for chest).
2. பாண்டேஜ் பார் அப்டோமன் (bandage for abdomen.)
3. இந்த எந்தானம் ஆங்கிலத்தில் லார்ஜ் ஆரம் ஸ்லிங் (large arm-sling) என்று வழங்கப்படும்.

தற்கு இந்த பந்தநத்தை மற்றொரு முறையில் பிரயோகிக்கலாம். கரத்தின் மேற்புறமாக அதை மறைத்தாற்போல் கொண்டுவருவதற்கான கீழே தொங்கும் யாதொரு முனையுண்டோ அதை கரத்திற்கு மேலாக எடுத்து, அடியுண்ட தோளுக்குக் கீழே அக்குளின் உட்புறமாகக் கொண்டுபோய், கழுத்துக்குப் பின்புறத்தில் மற்றொரு முனையோடு முன்போல் முடிந்துவிடவும். இது அக்ஷகாஸ்த்தி ஒடிந்தவருக்குக் கரத்தைத் தாங்குவதற்குக் கட்டும் பெரிய யந்தானம் எனப்படும்.[1]

கரத்தைத் தாங்கும் சிறிய யந்தானம் [2]:—அகன்ற மடிப்புள்ள பந்தநத்துணியை எடுத்து, ஸ்வாக நிலைமையிலுள்ள தோளின்மேல் வைத்து, அதையே கழுத்துக்குப் பின்புறமாக எடுத்து வந்து மற்றொரு தோளின் மேற்புறத்திற்குக் கொண்டுவரவும்; கையை மெல்லன மடித்து, பந்தநத்துணியின் மத்தியில் மணிக்கட்டை அமர்த்தவும்; (இந்த நிலைமையில் கரத்தின் முனையானது முழங்கைக்குமேல் சிறிது உயர்ந்தாற்போல் நிற்கவேண்டும்.) பந்தநத்தின் கீழ் முனையை கையைச் சிறிது மறைத்தாற்போல் மேலே கொண்டுவந்து அடியுண்ட பக்கத்துத் தோளின்மேல் மற்றொரு முனையோடு முடிந்துவிடவும்.

தோள் பந்தநம் [3]:—மடிக்காமல் விரிந்துள்ள பந்தநத்துணியை யெடுத்து, அதன் உச்சியானது, கைக்குநேர் ரேகையில் கழுத்தில் நிற்கும்படி அமைக்கவும்; இப்பொழுது பந்தநத்துணியின் மத்தியபாகம் தோளின் மேற்புறத்திலும், அதன் ஓரங்கள் இரண்டும் புஜத்தின் இருபுறங்களிலும், அடிப்புறம் முழங்கைக்கு மேலே புஜத்திலும் தொங்கி நிற்கும். அடிப்புறத்தையும் விலாப்பக்கத்து ஓரங்களையும் ஒருவாறு மடித்து, இரண்டு முனைகளையும் வேண்டியவளவு புஜத்தில் சுற்றி, வெளிப்புறத்தில் இரண்டு முனைகளையும் சேர்த்து ஒழுங்காக முடித்துவிடவும். பிறகு முன்போலவே கரத்தைத் தாங்குவதற்கான சிறிய யந்தானத்தைக் கட்டவும்; யந்தானத்திற்குக் கீழே அகப்பட்டிருக்கும் முதல் பந்தநத்தின் உச்சியை மெதுவாக இழுத்து, கையை நோக்கினாற்போல் பின்புறமாக மடித்து, அந்த முனையைத் தோளின்மேலுள்ள வஸ்திரத்தோடு ஒன்று சேர்த்து ஊசியால் தைத்துவிடவேண்டும்.

முழங்கைக் கட்டு [1]:—மடிக்காத பந்தநத்துணியின்[2] மையத்தைச் சிறிது மடித்த முழங்கையின் பின்புறத்தில் வைக்கவும்; பந்தநத்தின் உச்சி மேற்புறமாகவும், அடிப்புறத்து மையம் கரத்தின் பின் பக்கமாகவும் அமர்ந்திருக்கவேண்டும்; இரண்டு முனைகளையும் கரத்திற்கு முன்புறமாக முதலில் ஒன்றையொன்று குறுக்கிடும்படி சுற்றவும்; அம்முனைகளை மாற்றி முழங்கைக்குப் பின்பக்கத்திற் கொண்டுவரவேண்டும்; மீண்டும் அவற்றை முன்புறத்திற் கொண்டுவந்து முடிந்துவிடவும். முழங்கைக்கு மேல்பக்கமாக நிற்கும் உச்சியைக் கீழ்ப்பக்கமாக மெல்லன இழுத்து, பந்தநத்தை இறுகச்செய்து ஊசியால் தைத்துவிடவும்.[3] அப்பால் கையைத் தாங்குவதற்குப் பெரிய யந்தானத்தைக் கட்டவும். முழங்கைக் கட்டில் பந்தவஸ்திரத்தை அகன்ற மடிப்பிலும் உபயோகிப்பதுண்டு: மடித்த பந்தநத்துணியின் மத்தியபாகம் முழங்கையின் சிகரத்தில் அமையும்படி வைக்கவும்; வஸ்திரத்தை ஒரு முறை அடிப்பக்கமாகச் சுற்றவும்; மடித்த பந்தநத்தை முழங்கைக்குக் கீழே முன்புறமாகச் சுற்றிக்கொண்டு, மறுபடியும் அதை அடியிற் கொண்டுவந்து முழங்கைக்கு மேலாகச்சுற்றி அவ்விடத்தில் முடிந்துவிடவேண்டும். இது முழங்கையின் அகன்ற முக்கோண பந்தநம் எனப்படும்.[4]

கரதல பந்தநம் [5]:—அகன்ற மடிப்புள்ள பந்தநத்தின் மையத்தை கரதலத்தில் (கணுக்கைக்குக் கீழுள்ள பாகத்தில்) வைக்கவும்; இரண்டு முனைகளையும் சிறிது சாய்வாக அவை கையின் பின்புறத்தில் குறுக்கிடும்படி சுற்றவும்; அவற்றை மீண்டும் கணுக்கைக்கு முன்புறமாகக் கொண்டுவந்து, மறுபடியும் பின்பக்கமாகச் சுற்றி, கணுக்கையில் முடியிட்டுவிடவும்.

---

1. இது ஆங்கிலத்தில் ஆரம் ஸ்லிங் பார் ப்ராக்செர்ட் க்ளாவிகல் (arm—sling for fractured clavicle) எனப்படும்.

2. இந்த யந்தானம் ஆங்கிலத்தில் ஸ்மால் ஆரம் ஸ்லிங் (small arm-sling) என்று சொல்லப்படும்.

3. இந்த பந்தநம் ஆங்கிலத்தில் ஷோல்டர் பாண்டேஜ் (shoulder bandage) என்று கூறப்படும்.

1. இது பாண்டேஜ் பார் தி எல்போ (bandage for the elbow) எனப்படும்.

2. மடிக்காத பந்தநத்துணி—ஓபன் பாண்டேஜ் (open bandage.)

3. ஓபன் பாண்டேஜ் பார் எல்போ (open bandage for elbow.)

4. ப்ராட் போல்ட் பாண்டேஜ் பார் எல்போ broad fold bandage for elbow.)

5. கரதலபந்தநம்—பாண்டேஜ் பார் ஹாண்ட் (bandage for hand.)

கரத்தைக் கீழ் நோக்கி, விரித்த பந்தநத்துணியின் மேல் வைக்கவும்; அப்பொழுது கணுக்கை பந்தநத்தின் அடிப்புற ஓரத்தின் மையத்தில் அமையவேண்டும். உச்சியை கையின் பின்புறமாகக் கணுக்கைக்கு மேல் நோக்கியிருக்கும்படி எடுத்து அமைக்கவும்; இரண்டு முனைகளையும் உட்பக்கமாக மடித்து, கைக்குப் பின்புறமாகக் கொண்டுவந்து, அம்முனைகளைக் குறுக்கிட்டு மாற்றி, கணுக்கைக்குக் கீழே உட்புறமாகக் கொண்டுவரவும்; பிறகு மணிக்கட்டுக்குப் பின்னால் மறுபடியும் கொண்டுவந்து முடிச்சிடவேண்டும். மேலே நிற்கும் உச்சியைக் கீழே மெதுவாக இழுத்து மடித்து, பந்தநத்துணியோடு சேர்த்து ஊசியால் தைத்துவிடவும்.[1]

இந்த பந்தநங்கள் செய்ததும் கையைத் தாங்குவதற்கு பெரிய யந்தானத்தை உபயோகிக்கவேண்டும்.

பாத பந்தநம்.[2]—விரித்த பந்தநத்துணியின் நடு மையத்தில் உள்ளங்காலை அமர்த்தவும்: துணியின் உச்சி பெருவிரலின் பக்கமாயிருக்கவேண்டும்; உச்சியைப் புறங்காலின்மேல் (கணுக்காலின்மேல்) வருமாறு மடித்துவிடவும்: பிறகு இரண்டு முனைகளையும் எடுத்து, புறங்காலின் மேல்முனையில் இரண்டும் குறுக்கிடும்படியாக இழுத்து, குதிக்காலுக்குமேலே கணுக்காலுக்கு நாற்புறமும் சுற்றி: பாதத்தின் முன்புறத்தில் அவ்விரு முனைகளையும் கொண்டுவந்து முடியிட்டுவிடவும்; (பந்தநத்துணியின் அடிப்புறத்து ஓரம் குதிகாலைக் கவர்ந்து கொண்டு கணுக்கால்வரையில் வந்து, முனைகளின் சுற்றுச்சட்டுக்கு உட்புறமாய் அமையும்படி முன்னதாகக் கவனிக்கவேண்டும்.) பிறகு கணுக்காலுக்கு மேற்புறமாக நிற்கும் உச்சியைப் புறங்கால் பக்கமாய் மடித்து ஊசியால் தைத்துவிடவும்.

கை-கால்களில் மற்றவிடங்களிலும் பந்தநம் செய்யு முறை[3]:—சாகைகளின் வேறு எப்பாகத்திலாவது சட்டுகள் இடவேண்டி நேரிட்டால், அகன்ற மடிப்புள்ள பந்தநவஸ்திரத்தையே பெரும்பாலும் உபயோகிக்கவேண்டிவரும். தாக்குண்ட இடத்தில் இரத்தம் வெளிப்படுவதை நிறுத்துவதற்கோ, ஒடிந்துபோன எலும்பை உற்ற நிலைமையில் வைத்துத்தாங்குவதற்கோ அவ்விடத்தில் வைத்து அமைக்கப்படும் சுமட்டின்பேரிலோ (dreasing), சிராயின்மேலேயோ பந்தநத்துணியின் மையத்தை அமர்த்தி, சாகைகளைச் சுற்றிலும் அதன் முனைகளைச்சுற்றிக்கொண்டுவந்து, உடையின் (dreasing)[1] மேற்புறத்தில் முடியிடவேண்டும்.

ச்ரோணி பந்தநம் [2]:—இதற்காக இரண்டு த்ரிகோண பந்தநவஸ்திரம் வேண்டும்; அவற்றுள் ஒன்று மடிக்காமல் விரித்தபடியுள்ளது, மற்றொன்று குறுகிய மடிப்பானது.

குறுகிய மடிப்பான பந்தநத்துணியை இடுப்பைச் சுற்றிலும் அணைத்துக் கட்டி, முன்புறத்திலாவது, அல்லது ஸ்வாகநிலைமையிலுள்ள பாரிசத்திலாவது முடியிடவும். மடிக்காத பந்தநத்துணியை எடுத்து, தாக்குண்ட ச்ரோணியின் மையத்திற்கு நேர் இரேகையில் மேற்புறமாக அதன் உச்சி நிற்கும்படி அமைத்து, அடிப்புறத்து ஓரம் துடையின் கீழ் முனையைச் சுற்றிலும் வரும்படி அமைக்கவேண்டும்; பிறகு இரண்டு முனைகளையும் துடைக்குப் பின்பக்கம் கொண்டுபோய், அங்கு ஒரு முனை மற்றொன்றைக் குறுக்கிடும்படியாகச் செய்து, மீண்டும் அம்முனைகளை முன் பக்கம் கொண்டுவந்து முடியிட்டுவிடவும். இப்பொழுது வஸ்திரத்தின் உச்சியை மேற்பக்கமாய் மெதுவாக இழுத்து, இடுப்புக் கச்சையைப்போல் கட்டியிருக்கும் குறுகிய பந்தநத்தின் அடியில் நுழைத்து மேற்புறமாகக் கொண்டுவந்து கச்சையின்மேல் மடித்து ஊசியால் தைத்துவிடவும்.

---

1. இங்கு முதலில் விவரித்தது, ப்ராட் போல்ட் பாண்டேஜ் பார் ஹாண்ட் (broad fold bandage for hand) என்றும், இரண்டாவது விவரித்தது, ஓபன் பாண்டேஜ் பார் ஹாண்ட் (open bandage for hand) என்றும் கூறப்படும்.

2. பாண்டேஜ் பார் தி புட் (baudage for the foot)

3. சாகைகள்—கை கால்கள்: இவற்றை ஆங்கிலத்தில் லிம்ஸ் (limbis) என்பார்கள்.

1. இரத்தப்பெருக்கு, அல்லது ஒடிந்த எலும்பு முதலியதைத் தாங்குவதற்கு ஏற்றவாறு உபயோகிக்கப்படும் சுமடுமுதலிய உபகரணங்கள் இங்கு உடையெனப்படும்; ஆங்கிலத்தில் அவை ட்ரெஸ்ஸிங் (dressing) எனப்படும். ஆனால் சிராய்களின்மேல் (splints) சுட்டுவதற்குக் குறுகிய மடிப்பு வஸ்திரம் உபயோகிக்கப்படும்.

2. பாண்டேஜ் பார் தி ஹிப் (bandage for ihe hip); ச்ரோணி யென்றால் பெரும்பாலும் இடுப்பைச் சேர்ந்துள்ள பாகம்; துடையிடுக்குகள் முதற்கொண்டு நாபிக்குக் கீழே இரு புறங்களையும் குறிப்பிடும் பெயர் ச்ரோணி யெனப்படும்.

முழங்கால் கட்டு [1]:—இதற்கு அகன்ற மடிப்புள்ள பந்தநத்தை உபயோகிக்கவேண்டும். காலை மடக்காமல் நன்றாக நீட்டிய நிலைமையில் வைக்கவும். மடித்த பந்தநத் துணியின் மையத்தை முழங்காலின்மேல் வைத்து, பிறகு வஸ்திரத்தைப் பின்புறமாகக் கொண்டுவந்து, முனைகளிரண்டையும் ஒன்றின்மேலொன்றாகக் குறுக்கிடும்படி யெடுத்து, மீண்டும் முன்புறமாகச் சுற்றிக்கொண்டுவந்து, முழங்காலுக்கு மேலேயோ அல்லது கீழேயோ முடிந்துவிடவேண்டும்.

அடிவயிற்றுக்கட்டு [2]:—விரித்த பந்தநத் துணியின் அடிப்புற ஓரத்தை வயிற்றின்மேல் வைத்து, ச்ரோணிகளுக்குமேல் அவற்றை அடுத்தாற்போல வயிற்றைச் சுற்றிலும் பின்புறமாக இரண்டு முனைகளையும் கொண்டுபோய், அங்கே முடிந்துவிடவும்; முடியும்போது ஒரு முனையைமட்டும் சிறிது நீளமாகத் தொங்கும்படி விடவும்; வஸ்திரத்தின் உச்சியை இரண்டு கால்களுக்கும் மத்தியில் நுழைத்துப் பின்பக்கமாகக் கொண்டுவந்து, முன் முடியிட்ட விடத்தில் தொங்கும் முனையோடு இந்த உச்சியைச் சேர்த்து முடியவேண்டும். முதல் முடியில் ஒரு முனையை நீளமாகத் தொங்க விடாமலே ஸாதாரணமாய் வழக்கம்போல் முடிந்துவிட்டு, பிறகு, பின்புறமாக உச்சியைக் கொண்டுவந்து முன்னால் கட்டியுள்ள முடிச்சுக்கு உட்புறமாகச் செலுத்தி, மேலே இழுத்து, மறுபடியும் முடியை மறைத்தாற்போல் மடித்து ஊசியால் தைத்துவிடுவதும் நலமாகும்.

(2) மண்டல பந்தநம்.[3]

இது மிகவும் பிரவித்தமான பந்தநமுறை. எத்தனையோ நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்புகூட இம்முறை உபயோகிக்கப்பட்டு வந்ததுண்டு. ஆயிரக்கணக்கான வருஷங்களுக்குமுன் ஏற்பட்ட ஆயுர்வேத நூல்களில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பலவிதமான பந்தநங்களுள் இது ஒரு முக்கியமான பந்தநமாகும். இதில் பலவகையான உட்பிரிவுகள் உண்டு.

மண்டல பந்தநத்திற்கான வஸ்திர விசேஷங்கள்:—கித்தான், சணனூல் துணி, மெல்லிய கம்பளி, சல்லாத் துணி முதலியவை இப்பந்தநத்திற்கு உபயோகமானவையாம். இப்பந்தநத் துணிகளை, முக்கியமாய் சல்லாவை கிருமிஹரமான வஸ்துக்களால் சுத்தம் செய்யப்பட்ட கச்சுகளில் உள்ளடக்கி, உபயோகிப்பதற்குத் தயாராக வைத்திருக்கவேண்டும். சிரஸ்ஸுக்காவது, சாகைகளுக்காவது உபயோகிக்கவேண்டிய மண்டல பந்தநங்களுக்கு ஸாதாரணமாய் கித்தானும் சணனூல் துணியுமே கிரஹிக்கப்படுவது வழக்கம். விசேஷமான சில ஸந்தர்ப்பங்களிலும், ஸ்நானம் செய்த பிறகும் கம்பளித் துணியினாலான பந்தநத்தை உபயோகிக்கலாம். வலையைப்போல் இடைவெளியுள்ள ஒருவித வஸ்திரமும் இதற்கு உபயோகமாயிருக்கும்; அதைக் கட்டும்போது ப்ளாஸ்டர் ஆப் பாரிஸ் (Plaster of Paris) என்னும் சரக்கையும் சேர்த்துப் பிரயோகிப்பார்கள். கிருமிஹரமான (antiseptic), சஸ்திர சிகித்ஸைக்குரிய உடைகளைப் பிரயோகிக்கையில் சல்லாத் துணிகளை உபயோகிக்கலாம். நீண்டுழலக்கூடிய கச்சைகளாலான பந்தநங்களை (elastic web bandages) சாகையின் இரத்தவோட்டத்தைத் தாங்குவதற்கு அல்லது தடுப்பதற்கு உபயோகிப்பது வழக்கம்.

மண்டல பந்தநங்களின் அளவுகள்:—மண்டல பந்தநத்திற்கான துணிகள் நீளமாகக் கிழித்துச் சுருட்டப்பட்டு, உபயோகிக்கத் தயாராக வைக்கப்பட்டிருக்கும். இந்த பந்தநத் துணிகள், உபயோகிக்கவேண்டிய அவயவங்களுக்கு ஏற்றவாறு நீளத்திலும் அகலத்திலும் பலவாறு வித்தியாஸப்படும். அது சுருக்கமாக அடியில் விவரிக்கப்படுகிறது:—

பந்தநத்தின் விவரம்	பந்தநத்தின் அகலம்	நீளம்
அங்குலிபந்தநம்	$\frac{3}{4}$ முதல் 1 அங்குலம்	1 கஜம்
புஜபந்தநம்	$2\frac{1}{4}$,,	3 முதல் 6 ,,
கால்பந்தம்	$2\frac{1}{2}$ முதல் 3 ,,	6 முதல் 9 ,,
உடல்பந்தநம்	4 முதல் 6 ,,	6 முதல் 9 ,,
சிரோபந்தநம்	2 ,,	6 ,,

ஒரு முனையிலிருந்து மற்றொரு முனைவரையில் உருளையைப்போல் சுற்றப்பட்ட பந்தநத் துணியானது

1. பாண்டேஜ்பார் தி நீ (bandage for the knee)

2. பாண்டேஜ் பார் தி லோயர் பார்ட் ஆப் தி அப்டோமென் (bandage for the lower part of the abdomen.)

3. மண்டல பந்தநம்—ரோலெர் பாண்டேஜ் (Roller bandage).

ஒரு தலைச்சுருள் [1] என்றும், இரண்டு முனையிலிருந்தும் துணியின் மத்தியபாகம் வரையில் சுற்றப்பட்டது இரு தலைச்சுருள் [2] என்றும் வழங்கப்படும்.

மண்டலபந்தநத்தைப் பிரயோகிக்கும் வகை:—இதைப் பிரயோகிப்பவன் பிணியாளிக்கு எதிர் முகமாக நிற்கவேண்டும். பந்தநம் இடுவதற்கு அநுகூலமாக சாகைகளை ஒழுங்கான நிலைமையில் அமர்த்தி வைக்கவும். பந்தநம் மிகவும் அழுத்தமாக விழாதபடி எச்சரிக்கையாயிருக்கவேண்டும்; ஏனெனில், மிகவும் அழுத்தமான பந்தநம் ஸௌகர்யக் குறைவையோ, பந்தநம் செய்துள்ள பாகத்திற்குக் கீழ் வீக்கத்தையோ உண்டுபண்ண ஹேதுவாகும்; அதிக கெட்டியாகக் கட்டிய பந்தநத்தினால், இரத்தத்தின் ஓட்டம் அவ்வவயவத்தில் தடுக்கப்பட்டுப் போவதால், தாதுக்கள் பதன் கெட்டுவரத் தொடங்கும்.[3] பந்தநமிடப்பட்ட சாகையினுடைய விரல்களின் முனையைப் பிடித்து அழுத்தினால், அவற்றின் நிறம், பந்தநமிடப்படாத சாகையின் விரல்களுடைய நிறத்தைப்போல் உடனே இயற்கை நிலைமைக்கு மாறாமல், வெகு மெதுவாக மாறிவருவதாகத் தென்படும்; இக்குறியானது பந்தநம் மிகவும் அழுத்தமாயிருப்பதாக அறிவிக்கக்கூடியதாகும். பிணியாளியின் வலது பக்கத்து சாகைகளில் பந்தநமிடவேண்டுமானால் பந்தநச் சுருளை இடது கையிலும், இடது பக்கத்து சாகைகளில் பந்தநமிடுவதானால் சுருளை வலது கையிலும் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். பந்தநவஸ்திரத்தின் வெளிப் பிரதேசத்தை,[4] கணுக்கால் அல்லது கணுக்கையின் உட்புறமாக வைத்து முன்புறத்திலிருந்து சாகையின் உட்புறமாகச் செலுத்தி, வெளிப்பக்கமாய் வாங்கி இரண்டு முறை நேராகக் காலில் சுற்றவும்.

இதன் பிறகு ஸாதாரண மண்டலபந்தநமும், புறமாற்று மண்டலபந்தநமும், எண்குறி மண்டலபந்தநமும், அந்தந்த அவயவங்களுக்கு ஏற்றவண்ணம் மண்டல பந்தநங்களைச் செய்யு முறையும் சுருக்கமாக விவரிக்கப்படும்.

1. ஒரு தலைச்சுருள்—ஸிங்குல் ஹெடெட் ரோலெர் (Single headed roller).

2. இருதலைச்சுருள்—டபுள் ஹெடெட் ரோலெர் (Double headed roller).

3. தாதுக்கள் பதன்கெட்டு க்ஷீணிக்கும் கோளாறு காங்க்ரீன் (Gangrene) என்று ஆங்கிலத்திற் கூறப்படும்.

4. இதை ஔடர் ஸர்பேஸ் ஆப் தி பாண்டேஜ் (Outer surface of the bandage) என்பார்கள்.

பதினெட்டு மாதங்களில் ஒன்பது குழந்தைகளைப் பெற்ற பெருமாட்டி.

பென்ஸில் வானியா மெடிகல் ஜர்னல் (Pennsylvania Medical Journal) என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகையில் அடியில் வரும் ஓர் அற்புத விஷயம் வெளியாயிருக்கின்றது. மிஸிஸ் ட்ரூரி ஆப் ஸ்பென்ஸர் கௌண்டி (Mrs. Drewry of spencer county, Ky.,) என்பவள், பதினெட்டு மாதங்களுக்குள் ஒன்பது குழந்தைகளை யீன்றதாக அறிக்கை யொன்று வெளியிடப்பட்டிருக்கிறது. மிஸிஸ் ட்ரூரி யென்பவளுக்கு வயது சுமார் முப்பது ஆகிறது. அவள் 1914-ம் வருஷம் மேமாஸத்தில் ஐந்து குழந்தைகளைப் பெற்றாள்; 1915-ம் வருஷம், நவம்பர் மாஸம் 5-ம் தேதியன்று நான்கு குழந்தைகளை யீன்றனள். ஆக இவ்வொன்பது குழந்தைகளுள் இரண்டு போக ஏழு குழந்தைகள் உயிருடன் இருக்கின்றன. இவ்வேழும் ஆண் குழந்தைகளாம்.—Practical Medicine.

சுகாதார உத்தியோகஸ்தர்கள்.

ஹெல்த் ஆபீஸர்களென்றும், ஸானிடரி அஸிஸ்டெண்டுகள் என்றும் சொல்லப்படும் உத்தியோகங்களைப்பெறுவதற்காகப் பயிற்சி பெற்று வரும் அபேக்ஷகர்களில் இரண்டாவது வகுப்பில் தேறுவதற்கு 100-க்கு 40-க்குக் குறையாமல் மார்க்கு வாங்க வேண்டுமென்றும், முதல் வகுப்பில் தேறுவதற்கு 100-க்கு 60-க்குக் குறையாமல் மார்க்கு வாங்கவேண்டுமென்றும், ஸர்ஜன் ஜெனரல் சிபார்சு செய்திருந்ததை கவர்ன்மெண்டார் அங்கீகரித்து அவ்விதமே உத்தரவு செய்திருக்கின்றனர்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

கிச்சிலி.

இதன் பழத்திற்காக இந்தச் செடி இந்தியாவில் பெரும்பான்மையான விடங்களில் பயிராக்கப்படுகிறது.

(1) இப்பழத்தின் உலர்ந்த தோலானது தீபநமாகவும் (stomachic), பல்யமாகவும் (tonic) வேலை செய்யக்கூடியது. (2) இதை திரவ ஸத்துவமாகவும், கஷாயமாகவும் பக்குவம்செய்து, இதர ஔஷதங்களுக்கு அநுபாநமாகவும் உபயோகிப்பதுண்டு. (3) முகத்தில் பருக்கள் உண்டாய் வருந்துபவர் இதன் தோலை உலராமற்கொண்டுவந்து அவ்விடங்களில் தேய்த்துவருவது நலமென்று கருதப்படுகிறது. (4) எலுமிச்சம்பழ ரஸத்தைப்போலவே, குளிர்ச்சியாகப் பருகக்கூடிய ஒருவித பாநகமாய் பக்குவம் செய்து உபயோகிக்கத்தகுந்தது. (5) சொறிகரப்பான் முதலிய சர்மவியாதிகளில் இதன் இரஸத்தை உபயோகித்தால் சிலாக்கியமான குணந்தரக்கூடியது.

நன்ருகப் பழுத்த கனியில் சேர்ந்துள்ள ஸத்துவங்களாவன:—

மாலிக் ஆஸிட் (ஒருவித இலந்தையின் அம்லம்)
ஸிட்ரிக் ஆஸிட்(ஒருவித எலுமிச்சம்பழஅம்லம்)
ஸிட்ரேட் ஆப் லைம்.
ம்யூஸிலேஜ் அல்லது ஒருவித சர்க்கரைப்பாணி.
அல்ப்யூமின் என்னும் ஓஜோதாது.
ஒருவகையான பிசின்.

[illegible] மிளகாய்.

இந்த வருஷாந்தரப்பூண்டு இந்தியாவில் எங்கும் பயிராகின்றது.

(1) மிளகாய்ப்பழம் மிகவும் தீவ்ரமான உத்தீபநவஸ்துவாகவும், ஆகவே அது கபம் விருத்தியாய் ஸம்பவிக்கிற வியாதிகளில் வெகு சிறந்த ஔஷதச்சரக்கென்றும் தெரியவருகிறது. (2) மேலுக்கு உபயோகித்தால், அழற்சியைக் கொடுக்கிறது; கடுகுப்பொட்டலிகையோடு (Mustard poultice) இதன் கல்கத்தையும் கூட்டி யுபயோகித்தால், அப்பொட்டலிகையின் செய்கை இன்னும் சுறுசுறுப்பாக நடந்தேறும். (3) உள்நாக்கு வளர்ச்சியிலும், மேல்வாயில் உண்டாகும் காளான்போன்ற வியாதியிலும், மிளகாயின் கல்கத்தை ஒரு சிறிது தடவிவந்ததில் அநேக வைத்தியர்கள் நன்கு வியாதி நிவ்ருத்தியானதாக அநுபவத்தில் அறிந்திருக்கின்றனர். (4) மிளகாய்த்தூளோடு, சர்க்கரையும், ட்ரகெகாந்த் (tragcanth) என்னும் சீமை டாதுவம் பிசினும் சேர்த்து ஒருவித வடகம் (lozenge) செய்து, அதை எக்காரணத்தினுலாவது வரும் தொண்டைக்கம்மலுக்கு வாயில் அடக்கிக் கொண்டுவந்தால் சிறந்த பயன் உண்டாகும். (5) விஷமஜ்வரங்களிலும், உபத்திரவகரமான கீல்வாயுவிலும், திமிர்நோய்களிலும் இதை ஸிங்கோனுவென்னும் ஜ்வரப்பட்டையோடு கலந்து உபயோகிப்பதுண்டு. (6) விஷூசிரோகத்தில் இதை வசம்போடு கலந்து உட்கொள்ளக்கொடுப்பது இத்தமிழ் நாட்டுவழக்கம். (7) பதன் கெட்ட உணவுகளால், முக்கியமாய் மத்லியம் முதலியவற்றைத் தின்பதால் உண்டாகும் அஜீர்ணபேதியில் சீமைமிளகாயை (cupsicum) 5 நெல்லெடை அளவில் மாத்திரைகளாகச்செய்து உபயோகித்து மிகவும் நற்குணமுண்டானதாகக் காணப்பட்டிருக்கிறது. (8) மிளகாய்க்கு கிருமிஹரமான குணம் விசேஷமாயிருப்பதால்; வயிற்றில் சேரும் கிருமிகளை அழிக்கவும் இது உபயோகமாகிறது.

விலாரியின் விசேஷம்.

ஆயுர்வேத வைத்தியர் கே. நாராயண சாஸ்த்ரிகள் அடியில் வருமாறு எழுதுகிறார்:—

இந்தச்செடிக்கு ஆங்கிலத்தில் ஹைமெனுடிக்டியான் எக்ஸெல்ஸ்யம் (Hymenodictyon Excelsum) எனப் பெயர் வழங்கப்படும். இதற்கு விசேஷமாக ஸ்தம்பநம் (Astringent), லேகநம் (expeetorant), பல்யம் (tonic) இக்காரியங்களைச் செய்யும் சுபாவமுண்டு. இதை நான் குறிப்பிட்டு எழுதவேண்டிய விசேஷம் என்ன ஏற்பட்டதென்ருல்—இச்செடியின் உள்பட்டை மிகவும் கசப்பு என்றும், அதற்கு ஜ்வரஹரகுணம் முக்கியமாய் உண்டென்றும் கேள்வியுற்று, மலேரியா வென்னும் விஷமஜ்வரத்தினுல் வருந்திய சில பிணியாளிகளுக்கு அப்பட்டையைக் கஷாயமிட்டு உட்கொள்ளக் கொடுத்துவந்தேன்; இந்த ஜ்வரத்திற்கு ஸிங்கோனு அல்லது கொய்னுவைத் தவிர்த்து வேறு கைகண்ட ஔஷதம் இல்லையென்று சொல்வதை இதைக்கொண்டு நான் மறுக்கக்கூடுமென்று நிச்சயித்தேன். இதன் உட்பட்டையை நிழலிலுலர்த்தி, இடித்து, வெகு நுண்ணிய சூர்ணமாக வஸ்திரகாளிதம் செய்து வைத்துக்கொண்டு, கடுமையான விஷமஜ்வரத்திலும் வேளைக்கு 10 முதல் 20 நெல்லெடைவீதம் தினமொன்றுக்கு நாலைந்துமுறையாக வெந்நீருடன் உட்கொண்டுவருவதும் உத்தமமாம். விஷமஜ்வரத்தினுல் வருந்துபவர், கொய்னுவே கதியென்று நம்பியிருப்பது அனைவருக்குந்தெரியும். என்னுடைய அனுபவத்தில வந்த இவ்வௌஷதத்தின் விசேஷமான குணங்களை பஹிரங்கமாகச் செய்து, மற்ற ஸஹோதர வைத்தியர்களும் இதைக்கையாளுவது நலமென்று இதைப் படிக்கும் நண்பர்களுக்கு அறிவிக்க ஆவலுள்ளவனுனேன். இதன் இலைகளைச் சிற்றுமணக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி விரணங்களின்மேல் வைத்துக் கட்டலாம்.

அமிதமான மாதவிடாயில் கஞ்ஜா.

தாங்கக்கூடாத வலியோடுகூட கருப்பையிலிருந்து தீவ்ரமாக வெளிவரும் இரத்தப்பெருக்கில் கஞ்ஜா சிறந்த ஔஷதமாயிருக்கிறது. இதைக் கொடுத்தால் பூர்ணமான அளவில் (full dose) கொடுக்கவேண்டும்; இல்லையேல், இதைக்கொடுக்காமலேயிருப்பது தரம். அப்படி யுபயோகிப்பதால், பெரிய தீங்கு ஸம்பவிக்குமென்று நினைக்கவேண்டாம்; அவ்வாறு தீங்கொன்றும் வருதில்லை. வெகு சிறிய அளவில் உபயோகிப்பதால் இவ்வியாதியில் குணமுண்டாவதில்லை. ஆனுல் கஞ்ஜாவை இவ்வாறு உபயோகிக்க வேணுமேயன்றி, கஞ்ஜாவின் ஸத்துவத்தை இவ்வாறு உபயோகிப்பது நலமென்று நம்பவேண்டாம்.—Medical Summary.

சாக பக்ஷிணிகளுக்கு ஓர் நல்ல செய்தி.

சிகித்ஸைகளுக்கும் சரீர விஷயங்களுக்கும் ஸம்பந்தப்பட்ட தத்துவங்களை அறிவதற்காக ஜங்கம ஜந்துக்களின் தேஹங்களில் நிறைவேற்றப்படும் சாஸ்த்ராராய்ச்சிக்குற்ற அநேகவித பரிசோதனைகள் (Scientific Experiments on Animal bodies) சாகபக்ஷிணிகளில் பெரும்பான்மையோரால் பலமாய் ஆக்ஷேபிக்கத் தகுந்தவைகளா யிருக்கின்றன; அவ்வாறு செய்வது, சாகபக்ஷிணிகளுடைய கோமளமான மனப்பாங்குக்கு மிகவும் விரோதமானது; அச்செய்கையைப் பார்த்தாலும், கேள்வியுற்றாலும் இவர்களுடைய மனதில் ஒருவகையான கூச்சமும் அருவருப்பும் ஸங்கடமும் உண்டாவதியல்பு. ஜங்கமப் பிராணிகளுடைய தேஹங்களில் செய்த பரிசோதனைகளால் எவ்வித தத்துவங்கள் அறிந்துகொள்ளப் படுகின்றனவோ, அவற்றைவிட மேலான நம்பிக்கைக்கு இடமான பல தத்துவங்கள் ஸ்த்தாவர ஜீவன்களான செடிகொடி முதலியவற்றின் அவயவங்களில் செய்த பரிசோதனைகளிலிருந்து அறியப்படுகின்றனவென்று ப்ரொபஸர் J. C. போஸ் அவர்கள் அபிப்பிராயப் படுகிருர்கள். ப்ரொபஸா அவர்கள் இவ்விஷயமான உண்மைகளை விளக்கக்கூடிய இருபத்திரு சித்திரப்படங்களை உதாரண பூர்வகமாக தமது அபூர்வமான ஆராய்ச்சி க்ரமங்களைக்கொண்டு அமைத்திருக்கிருர். இவ்வாராய்ச்சி முறைகளாலேயே, ஜங்கம ஜீவவர்க்கங்களின் உடல்களை ஹிம்ஸித்துப் பரிசோதனை செய்வதால் கிடைக்கக்கூடிய பலன்களைப் பார்க்கிலும், ஸ்த்தாவர ஜீவவர்க்கங்களின் பரிசோதனைகளால் அதிக பலன்களைப் பெறலாம் என்று அவர் கண்டுபிடித்திருக்கிருர்.—Health & Happiness.

QUESTIONS AND ANSWERS.
ஸந்தேஹ விஞவிடைகள்.

விஞ 34. எள்ளெண்ணெயும் நேத்திராரோக்கியமும்.

ஐயா,

(1) "கலாநிதியின்" ஐப்பசிமீ ஸஞ்சிகையில் "அஷ்டாங்கஹ்ருதயம்' 38-வது பக்கம் 55-56-வது ச்லோகங்களின் மொழிபெயர்ப்பில் "எள்ளெண்ணெய்க்கு அசக்ஷுஷ்யம்—என்றால் கண்களுக்கு ஆகாதது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால் "பதார்த்தகுண சிந்தாமணி" என்கிற புஸ்தகத்திலும், இன்னும் சில வைத்திய நூல்களிலும், இந்த எண்ணெய்க்கு விழிகளைக் குளிரச் செய்யுங் குணமும், கண்வியாதிகளைத் தீர்க்கும் சக்தியும் இருப்பதாகவும் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. இவ்விதமே சில வைத்தியர்கள் சொல்லவும் நான் கேள்விப்பட்டதுண்டு. இந்த வித்தியாஸமான அபிப்பிராயத்திற்குக் காரணம் என்ன? (2) அப்யங்க ஸ்நானம் செய்யும்பொழுது கண்களுக்கு நல்லெண்ணெயை விட்டுக் கட்டிக்கொள்ளும் வழக்கம் நலமா அல்லது கெடுதியா? (3) கண் பார்வை என்றைக்கும் நன்றாயிருக்கவும், நேத்திர வியாதிகள் அணுகாமலிருக்கவும் ஏதாவது உபாயங்களுண்டா? (சில பத்திரிகைகளில் கண்களுக்கு நலம் செய்யுமென்று அநேக மருந்துகள் விளம்பரம் செய்யப்பட்டிருக்கின்றன; அவற்றைப்பற்றி நான் கேட்கவில்லை. ஏதாவது அப்யாஸங்களால் அப்படிச் செய்யமுடியுமா?)"

S. R. நாராயணஸ்வாமி நாயுடு, கல்கத்தா.

விடை:—(1) ஆம்; "எள்ளெண்ணெய் அசக்ஷுஷ்யம்" என்றே அங்கு சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. இதில் மாத்திரமல்ல, "அஷ்டாங்க ஸங்க்ரஹம்" என்னும் மற்றொரு பெரிய ஆயுர்வேதக்ரந்தத்திலும்—அதன் ஸூத்திர ஸ்தாநத்து 6-வது அத்தியாயத்தில்—அவ்விதமே கூறப்பட்டிருக்கிறது. அப்யங்க ஸ்நானத்திற்கும் ஔஷதமுறைகளில் உபயோகிப்பதற்கும் நல்லெண்ணெய் சிறந்ததேயாகும்; ஆனால் அப்யங்கஸ்நானம் செய்யும்பொழுதெல்லாம் கண்களுக்கு எண்ணெயைக் கட்டவேண்டுமென்று அஷ்டாங்கஹ்ருதயம் முதலிய ப்ராசீனவைத்திய நூல்களில் குறிப்பிடப்படவில்லை. தங்களிடமுள்ள "அஷ்டாங்கஹ்ருதய" ஸஞ்சிகையில் திநசர்யாத்தியாயத்தில் 12-வது பக்கத்தில் அப்யங்க ஸ்நானவிஷயமாய் விவரிக்கப்பட்டுள்ள வரிகளை ஒருமுறைக் கவனிக்கவும். அங்கு சிரஸ், செவிகள், பாதங்கள் இவற்றிலேயே விசேஷமாய் தைலத்தை உபயோகிக்கும்படி கூறப்பட்டிருக்கிறது. ஔஷதமுறைகளை அநுஸரித்துப் பக்குவம் செய்யய்யப்படாத தைலத்தை நேத்திரங்களில் விட்டுத் தேய்ப்பது தகாது என்றும், அவ்வித ப்ரயோகமே "அசக்ஷுஷ்யம்" என்பதற்கு இலக்ஷிய மென்றும் கருதுக. ஆனால், நேத்திரவஸ்தி முதலியவற்றில் தைலம் கண்களில் நேராகப் பிரயோகிக்கப்படுமென்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறதே யென்று ஆக்ஷேபிக்கலாம்; அவ்வித பிரயோகத்தில் நல்லெண்ணெய் முதலியவற்றை அந்தந்த வியாதிகளுக்கு ஏற்ற ஔஷதச்சரக்குகளைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்து உபயோகிக்கவேண்டுமென்பது அபிப்பிராயம் என்று அறிக. நல்லெண்ணெயைக் கண்களில் நேராகவிடாமல், தலை முதலிய மற்ற அவயவங்களில் தேய்த்துக்கொண்டால் கண்களுக்குக் கெடுதி செய்யாமல், குணத்தைத் தருமென்றும் அபிப்பிராயம். தமிழ் வைத்திய நூல்களில் கண்களுக்கு ஹிதமானதென்று கூறப்பட்டிருப்பதற்கும் இதுதான் தத்துவமென்று ஊஹிக்கவேண்டியிருக்கிறது. (2) இரண்டாவது கேள்விக்கும், முதற் கேள்விக்குக் கொடுத்த விடையே ஸமாதானமாகும். (3) கரிசிலாங்கண்ணி முதலிய ஔஷதச் சரக்குகள் சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்பட்ட தைலம் (ப்ருங்காமலகம் அல்லது ப்ருங்கராஜதைலம்) முதலியதைத் தேய்த்து ஸ்நானம் செய்வதாலும், அதிக ஸூக்ஷ்மமும் அதிக ப்ரகாசமும் உள்ள வஸ்துக்களை அடிக்கடிப் பார்க்காமல், இரவில் வெகு நேரம் கண்விழிக்காமல், கண்களைக் குளிர்ச்சியாக வைத்துக்கொண்டிருப்பதாலும் நேத்திரத்தை ஆரோக்கிய நிலைமையில் வைத்துக்கொள்ளலாம். மேலும் மலபந்தம், அடிக்கடி பட்டினிகிடத்தல், சுக்லமேஹம் முதலிய மூத்திரவியாதி முதலியவை இல்லாமல் தேஹத்தை ஆரோக்கிய நிலைமையில் வைத்துக்கொண்டிருத்தலும் நேத்திராரோக்கியம் நல்ல நிலைமையில் இருப்பதற்குக் காரணங்களாம்.—ப-ர்.

விஞ 35. சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையிலுள்ள சில ஔஷதங்கள்.

"அன்பார்ந்த ஐயா,

(1) a. யவக்ஷாரம், b. ஸர்ஜக்ஷாரம், c. பலாசக்ஷாரம் இவற்றின் விவரமும், d. சங்கசூர்ணம் பக்குவம் செய்யும் வகையும் என்னென்று அறிய விரும்புகிறேன். (2) சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையிலுள்ள சில ஔஷத முறைகளை நான் செய்து ரோகிகளுக்குக் கொடுத்ததில், அவர்களுக்கு நல்ல குணம் உண்டானதால், இன்னும் சில ஔஷதங்கள் தயார் செய்வதாயிருக்கிறேன். அவற்றைத் தயார் செய்யும் விவரம் நன்கு அறியப்படவில்லையாதலால். தயவு செய்து அவற்றை விளங்கக் கூறவேண்டுமாய் கேட்டுக்கொள்கிறேன். சார்ங்கதரஸம்ஹிதையின் உத்தரகண்டத்தில் த்ரிபலாதிலேபம், மஹாத்ரிபலாதிலேபம், சங்கசூர்ணாதிலேபம், காளகாதிலேபம், மரிசாதிலேபம், ஹரிதாதிலேபம், இரண்டாம் இந்த்ரவாருண்யாதிலேபம், கரவீரமூலலேபம் இவற்றைப் பற்றிய விவரங்களை எழுதக் கோருகிறேன்."

தி. அ. தி. பாலசுப்ரமணிய முதலியார்.

விடை:—(1) a. யவக்ஷாரத்தைத் தமிழில் வாற்கோதுமை யென்பார்கள்: ஆங்கிலத்தில் பலர் அதையே பார்லி யென்று வழங்குவதாகவும் கூறுகின்றனர். b. ஸர்ஜக்ஷாரத்தைத் தமிழில் சவர்ச்சிலக்காரம் என்று கூறுவர். பூநீறு என்றும் சிலர் கூறுகின்றனர், பூநீற்றின் விஷயம் இங்கு விசேஷமாகக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லை. c. பலாசக்ஷாரம் செய்யும் விதம் ஒரு ப்ரக்ரியையான முறையல்ல: சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 148-வது பக்கத்தில் விவரிக்கப்பட்டுள்ள "க்ஷாரகல்பனா" என்னும் முறையைக் கவனித்து, அதன்படி இந்த க்ஷாரத்தைத் தயார் செய்யலாம். d. சங்க சூர்ணம் என்பதற்கு ப்ரகரணத்தை அநுஸரித்து சங்கபஸ்மம் என்றும், சங்கத்தை இடித்து வஸ்திரகாளிதம் செய்த பொடி யென்றும் அர்த்தம் செய்துகொள்ளவேண்டும். சங்குகளை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து எலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் ஊறவைத்து, இரவுமெல்லாம் சுண்டிய பிறகு, அவற்றைப் பொடி செய்து மறுபடியும் அதே சாற்றால் கல்வத்தில் அட்டி வில்லையாகத் தட்டி யுலர்த்தி, ஒரு சட்டியில் வைத்து, வாய் மூடியிட்டு, சீலைமண் செய்து கஜபுடத்தில் எரித்தால் அது பஸ்மமாகும். (2) த்ரிபலாதிலேபம் முதலியவற்றின் விஷயமாய் தாங்கள் எவ்விதமான விவரங்கள் வேண்டுமென்கிறீர்கள் என்பது எமக்குப் புலப்படவில்லை. தாங்கள் கேட்டிருக்கிற ஔஷதங்களைப் பக்குவம் செய்யவேண்டிய கிரமங்கள் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையின் 219-வது, 227-வது பக்கங்களில் ஸந்தேஹமற விவரித்துக் கூறப்பட்டிருக்கின்றனவே. ஆகவே அவ்விடத்தில் சொல்லப்பட்டுள்ள விதமாக அவ்வௌஷதங்களைத் தயார் செய்து உபயோகிக்கலாம்.—ப-ர்.

விஞ 36. கொறுக்குவலி அல்லது இசிவு.

"ஐயா,

நான், என்னுடைய காலின் ஆடுசதையில் கொறுக்குவலி அடிக்கடி உண்டாய் வருந்துகிறேன். உடனே அதற்கு செய்துகொள்ளக்கூடிய எளிதான சிகித்ஸை ஏதேனும் உண்டா? இருந்தால் தயவு செய்து "வைத்திய கலாநிதியின்" மூலமாய் அறிவிப்பீர்களானால் மிக்க உபகாரமாயிருக்கும்."

L. ஜானகிராமன்.

விடை:—காலின் ஆடுசதையில் கொறுக்குவலி யென்னும் இசிவு உண்டாகிற ஸமயத்தில், அக்காலை உடனே மடக்கிக்கொள்ளாமல், மெதுவாக நீட்டுவதற்கு முயலவேண்டும்; மெள்ள மெள்ள நீட்டும்போது இசிவானது கிரமமாகக் குறையவும், வலி தணியவும் ஆரம்பிக்கும். அதே ஸமயத்தில், ஒருவரைக்கொண்டு அவ்விடத்தை நன்றாகப் பிடித்து மர்த்தனம் செய்யச் சொல்வது நலம். இசிவும் வலியும் அதிகமாயிருந்தால், சுடச்சுட உஷ்ணஜலம் முதலியவற்றால் ஒற்றடம் கொடுத்துவந்தால் வெகு சீக்கிரத்தில் நல்ல ஸௌக்கியமுண்டாகும்.—ப-ர்.

விஞ 37. பலம் பெறுவதற்கேற்ற உணவு.

"ஐயா,

(1) வைத்திய கலாநிதியை நான் ஒவ்வொரு மாஸமும் வெகு ஆவலுடனும் ஆனந்தத்துடனும் படித்து வருகிறேன்: அதில் அநேகம் அருமையான வியாஸங்களையும் மற்றக் குறிப்புகளையும் படித்து வருவதால் அற்புதமான சாஸ்திர அறிவு விருத்தியாகுமென்று நிச்சயித்தேன். மஹோபகாரமான இக்காரியத்தைச் செய்துவரும் தாங்கள் என்னுடைய ஆரோக்கியாபிவிருத்திக்கு ஏற்ற உணவு விஷயத்தை அன்புடன் தயவு செய்து உபதேசிக்கவேண்டும். (2) இரைப்பை ஸம்பந்தமான வியாதியிலிருந்து நான் இப்பொழுதே ஒருவாறு ஸௌக்கியமடைந்தேன். நான் மறுபடியும் தேஹபலம் பெறுவதற்கு எவ்விதமான உணவுகளை உபயோகிக்கலாமென்று தாங்கள் சிபார்சு செய்வீர்கள் என்று நம்புகிறேன். என்னுடைய பற்கள் சிறிது ஆட்டங்கொண்டு பலஹீனப்பட்டுள்ளன."

A. M. S.

விடை:—(1) மிகவும் ஸந்தோஷம். (2) பாலும், பால்சேர்த்த வாற்கோதுமைக் கஞ்சியும், மோரும், மோரில் பக்குவம் செய்த திரவமான அன்னமும் தங்களுக்கு ஏற்ற உணவுகளாகும். பற்களும் பலஹீனப்பட்டிருப்பதால், கடினமான ஆஹாரத்தை ஒன்றையும் உபயோகிப்பது உசிதமாகாது. கொமமுந்திரிகை, சிறந்த கிச்சிலி, வாழை இவ்விதக் கனிகளும் தகுந்த ஆஹாரமாகும்.—ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்,

புஸ்தகவரவு.

செவிட்டுத்தனம் முதலியது வராதபடி தடுக்கும் முறைகள்:—ஆங்கிலத்தில் எழுதப்பட்டுள்ள இப் புஸ்தகத்திற்கு அப்பாஷையில் The "Prevention of the Deafness and Mortality from Aural Suppuration" என்று பெயரிடப்பட்டிருக்கிறது. இதன் ஆசிரியரான மிஸ்டர் சார்லெஸ் J. ஹீத், F. R. C. S என்பவர் எமது பார்வைக்கு அனுப்பியுள்ள மேற்படி புஸ்தகத்திலுள்ள அநேகம் பாகங்களைக் கவனித்துப் பார்த்தோம். இதிற்கண்ட விஷயங்களில் பெரும்பான்மையும் அமெரிக்கா ஐக்கியமாகாணத்திலுள்ள ஹாவார்ட் கல்லாரியைச் சேர்ந்த வைத்தியகலாசாலையில் 1912-ம் ௵ ஆகஸ்டு மாஸத்திற்கூடிய "இண்டர் நேஷனல் ஒடோலாஜிகல் காங்கிரஸ்" (International Otological Congress) என்னும் வைத்திய மகாஸபையில் படித்து. அங்கு வந்திருந்த அநேக சாஸ்திரஞ்ஞர்களால் சிறந்தவையென்று அங்கீகரிக்கப்பட்டவைகளென்று அறிகிறோம். இதில் காதினை அநேக காரணங்களால் ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளென்ன, அவற்றால் உண்டாகும் பிராணாபாயங்களென்ன. அவற்றை வரவிடாமல் தடுப்பதற்கான உபாயங்களென்ன வென்பவைப்பற்றி சாஸ்திரமுறைகளை அநுஸரித்து வெவ்வேறு விதமான ஆராய்ச்சிகளைச் செய்து விஷயங்கள் நிர்த்தாரணம் செய்யப்பட்டிருக்கின்றன. இவ்விஷயமாக எங்கெங்கு டாக்டர்கள் எவ்வெவ்விதமான செவியைப்பற்றிய வியாதிகளில் எவ்வெவ்வாறு சிகிச்சைகளை—முக்கியமாய் சஸ்திரசிகிச்சைகளைச்—செய்திருக்கின்றனர் என்பதைப்பற்றிய அட்டவணை முதலியவைகளும் விரிவாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. சிரக்கபாலத்தினுள் கர்ணேந்திரியம் அமைந்திருக்கும் பாவனைகளையும், அதன் இயற்கை நிலைமையிலுள்ள தத்துவங்களையும், கோளாறடைந்த அவஸ்தா விசேஷங்களின் தன்மைகளையும் விளக்குவதற்கு சில சித்திரப்படங்களும் சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றன. ஜனங்கள் மற்ற வியாதிகளைப்போல் காதுநோய்களும் பெருந்தீங்கு விளைவிக்குமென்று அறியாதவராய், காதில் சீழ்வடிந்தாலும், குத்தல் வலியுண்டானாலும், அவ்விந்திரியம் மந்தப்பட்டு செவிடாகப்போகும் நிலைமைக்கு வந்தாலும் தாமதக்கவனிக்காமல் அஜாக்கிரதையாயிருந்துவருவது மிகவும் கெடுதியென்று இச்சிறு புஸ்தகத்தைப் படிப்பதால் தெரியவரும். இதில் வெவ்வொரு பக்கத்திலும் குறிக்கப்பட்டுள்ள டிப்பணியானது வெகு அரிய விஷயங்கள் அடங்கியதாயிருக்கின்றது. "Mr. C. J. Heath, Golden Square, London" என்கிற விலாஸத்தில் புஸ்தகம் கிடைக்கும்.

ஆஹாரமும் நீண்டகால வாழ்வும்.

பல்கேரியாதேசத்து ஜனங்கள், விசேஷமாக மோரை உணவுப்பொருட்களில் கலந்து உபயோகித்து வருவதாலேயே தீர்க்காயுளைப்பெற்று வாழ்கின்றனர் என்று சொல்வதற்கில்லை. வாஸ்தவமாய் அவ்வளவு அதிகமாக மோரை அவர்கள் உபயோகிப்பதாகவும் தெரியவில்லை. தினமொன்றுக்கு மூன்று வேளை அவர்கள் வெள்ளரியை உண்கிறார்களென்றும். அதுதான் அவர்கள் நீண்டகாலம் ஜீவித்திருப்பதற்குக் காரணமென்றும் வேறு சிலர் அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள். இதுவும் அவர்களுடைய நீண்ட வாழ்வுக்கு முக்கியகாரணமென்பதற்கில்லை. ஆனால், அத்தேசத்தவர் நூற்றுக்கு எண்பதுவீதம் வெகு ஸாதாரணமான உணவுகளை உபயோகிப்பதும், ஆடுமாடுகளை மேய்த்து வேளாண்மை செய்துவருவதுமே அவர்கள் தீர்க்காயுளாயிருப்பதற்கு முக்கிய காரணமாம். ஐயர்லாண்ட் தேசத்து ஜனங்களைப்போல் எடுத்த பாலையும் உருளைக்கிழங்கையுமாவது, இடாலியரைப்போல ஜவதான்ய எண்ணெயையும் கறுப்பு ரொட்டியையுமாவது, ஸ்பெயின் தேசத்தவரைப்போல வெங்காயத்தையும் கறுப்பு ரொட்டியையுமாவது, துர்க்கிதேசத்தவரைப்போல அத்திப்பழத்தையும் கறுப்பு ரொட்டியையுமாவது உணவாக உபயோகித்துவரும் எந்த ஜனங்களிலும் நீண்டகாலம் ஆரோக்கிய திடகாத்திரர்களாக வாழும் அநேகம்பெயரை நாம் காணலாம்.

நாளொன்றுக்கு ஐந்தாறுமுறை ஏதேனும் உணவுகளை அமக்கமாயுண்டு, வெகு சிறிதளவே வியாயாமம் செய்துவரும் ஜனங்களில் சதாயுஸ்ஸாக இருக்கும் சிரஞ்சீவியொருவரைக் காண்பதும் அரிது. தோன்றியபோதெல்லாம் எதையும் தின்றுக்கொண்டு, உடல் அசங்காமல் இருந்துவருபவர், அற்பகாலத்திலேயே உயிரிழப்பதற்கும் தயாராயிருக்கவேண்டும். அவ்வாறு பிழைப்பவருடைய உடலில் ஒன்றுபோனால் மற்றொரு பிணி உண்டாய்க் கொண்டே வரும்; பிரமேஹரோகமும், கிலந்திக்கட்டிகளும் அவர்களுடைய தேஹத்தில் தோன்றுவதற்கு மார்க்கங்கள் எந்த ஸமயத்திலும் ஏற்படக்கூடும்.—Brain and Brawn.

க்ஷயரோகத்திற்கு முக்கிய காரணம்.

க்ஷயரோக முண்டாவதற்கான காரணங்களைக் கண்டுபிடிப்பதற்கென்று ஏற்பட்ட ஒரு வைத்திய ஸங்கத்தின் அக்கிராஸநாதிபதியான டாக்டர் லங்காஸ்டெர் என்பவர் லாகிரி வஸ்துக்களை யுபயோகிப்பதே அவ்வியாதிக்கு முக்கிய காரணம் என்று அபிப்பிராயப்படுகிறார்:—Health & Happiness.

பேசும் போதும், மற்றும் பிரஸங்கங்கள் செய்யும் பொழுதும், தொண்டைக் கம்மல் முதலியவற்றிலும் அநுபானம் தகாது. 52½.

எவ்வித பானத்திற்கும் தகாதவர்கள்.

வியர்வை முதலியவற்றால் கசிவுள்ள தேஹமுடையவர்களும், மேஹரோகிகளும், நேத்திர வியாதியினால் வருந்துபவரும், தொண்டைவியாதியுடையவர்களும், விரணங்களால் கஷ்டப்படுபவரும் எவ்வித பானத்தையும் விலக்க வேண்டும். 53.

அன்ன பானாதிகளுக்குப் பிறகு செய்யக்கூடாத காரியங்கள்.

அனைவருமே ஆஹாரமுண்டபின்பும், பானங்களைப் பருகிய பிறகும், பேசுவதும் படிப்பதும் தகாது; அங்ஙனமே வெயிலில் இருப்பதும், அக்னிக்கு ஸமீபத்தில் நிற்பதும், வண்டி முதலியவற்றில் ஏறுவதும், நீந்துவதும், குதிரை முதலியவற்றின்மீது சவாரி செய்வதும் தகாதனவாம். 54.

போஜநம் செய்வதற்கான கால நியமம்.

மலமூத்திராதிகளை விஸர்க்கம் செய்த பிறகு, உள்ளம் மிகத் தெளிவுற்றிருக்கையில், வாதாதி தோஷங்கள் அதனதன் ஸ்தானத்தையடைந்திருக்கும் போது, ஏப்பமும் சுத்தமாய் அடங்கிய பின்பு, பசி யுண்டாயிருக்கையில் ஆஹாரத்தை யுட்கொள்ள வேண்டும்; மேலும் குடலிலுள்ள வாயு வெளியாய், ஜாடராக்னி விருத்தியாய், இந்த்ரியங்கள் யாவும் நிர்மலமான நிலைமையடைந்திருக்கையில், தேஹமும் நன்கு இலகுவாக ஆய்விட்டால் அப்பொழுதுதான் போஜநம் செய்யலாம். இதுதான் ஆஹாரத்திற்கு சாஸ்திர முறைப்படி யேற்பட்ட கால நியமமென்று கருதப்படுகிறது. 55.

ஒன்பதாம் அத்தியாயம்.

அப்பால் த்ரவ்யாதி விஞ்ஞாநீயம்[1] என்னும் அத்தியாயத்தை விவரித்துக் கூறுவோமாக:-

த்ரவ்யம் இரஸாதிகளுள் சிறந்தது.

இரஸம் முதலான[2] அகில கூறுகளும் த்ரவ்யங்களையே ஆதாரமாகப் பெற்றிருப்பதால், அந்த த்ரவ்யமே அவைகளனைத்திலும் சிரேஷ்டமானதாகும். ½.

த்ரவ்யம் ஐந்து பூதங்களால் ஆனது.

அந்த த்ரவ்யம் பஞ்சபூதமயமானது. அது ப்ருதிவீ யென்னும் பூதத்தை ஆதாரமாய்க்கொண்டு உண்டாகின்றது; அது ஒருவாறு பரிணாமமடைந்து உற்பவிப்பதற்கு அப் என்னும் பூதம் (ஜலாம்சம்) பீஜமாயிருக்கின்றது; தேஜஸ் என்ன, வாயுவென்ன, ஆகாயமென்ன இம் மூன்று பூதங்களுடைய இன்றியமையாச் சேர்க்கையினால் அந்தந்த உருவத்தைப் பெற்று, விசேஷமான பேதங்களையும் அந்த த்ரவ்யம் அடைவது இயல்பு; ஆனால் பார்த்திவத்ரவ்யமென்றும், வாயவ்ய த்ரவ்யமென்றும், மற்றும் ஆக்நேயாதி த்ரவ்யமென்றும் பகுத்துக் குறிப்பிடுவதற்கு அந்தந்த வஸ்துவில் அந்தந்த பூதம் மற்றவை

1. த்ரவ்யம் என்பதால் ஔஷதாதிகளுக்கு உபயோகமான வஸ்து குறிப்பிடப்படுகிறது; ஆதி என்பதால் இரஸம், வீர்யம், விபாகம், ப்ரபாவம் இவை குறிப்பிடப்படுகின்றன; இவ்விஷயங்களை விளக்கிக் காட்டுவதால் "த்ரவ்யாதி விஞ்ஞாநீயம்" என்று இவ்வத்தியாயம் கூறப்படுகிறது.

2. "இரஸம் முதலான" என்பதால் வீர்ய—விபாக—ப்ரபாவங்களும், த்ரவ்யமும் குறிக்கப்படுகின்றன.

களைவிட அளவில் அதிகமாகச் சேர்ந்திருப்பதே காரணமாம்.[1] 1, 2.

த்ரவ்யமானது அவ்வாறு பஞ்ச மஹா பூதங்களுடைய பரஸ்பர சேர்க்கையினால் உண்டாக்கப்படுவதால் ஒவ்வொரு த்ரவ்யமும் சுவையிலும் பலவிதமாய் பேதப்பட்டிருக்கிறது.[2] அதனாலேயே பெரும்பான்மையான ரோகங்களும் அநேக தோஷங்களை ஆதாரமாகப் பெற்று உண்டாகின்றன.[3] $2\frac{1}{2}$.

த்ரவ்யங்கள் பலவித ரஸங்களுள்ளதா யிருப்பதற்கும், வியாதிகள் பலதோஷங்களா லுண்டாவதற்கும் காரணம்.

1. ஒவ்வொரு வஸ்துவும் உற்பத்தியாய் வளர்வதற்கு ஐந்து பூதங்கள் அல்லது தத்துவங்கள் தேவை; ஒரு வஸ்து உண்டாகவேண்டுமானால் அதற்கு ஒரு ஆதாரம் தேவை, அது பூமி. அதற்கு பீஜம் அல்லது வித்து ஆவச்யகம், அது ஜலம்; மேலும் செழிப்பாகக் குளிரச்செய்வதற்கும் தண்ணீரே உபயோகம்; அதைப் பரிபக்குவமாக மாற்றுவதற்கு உஷ்ணம் தேவை, அது அக்னி; கப்பும் கிளையுமாகப் பிரித்து வளர்ப்பதற்கு வாயு அவச்யமானது; அவ்வஸ்துவளர்வதற்கு உள்ளும் புறமும் இடை வெளி வேண்டியது; அதற்கு ஆகாசம் ஆதாரம் என்றறிக. [எதில் ப்ருதிவீபூதம் அதிகமோ அதை பார்த்திவம் என்றும், வாயு அதிகரித்தால் வாயவ்யம் என்றும், அவ்வாறே மற்றவைகளும் கூறப்படுகின்றன.]

2. ஒவ்வொரு வஸ்துவிலும் பூதங்கள் பலவிதமான அளவுகளில் சேர்ந்திருப்பதால், ஒவ்வொரு வஸ்துவிலும் பலவித சுவைகள் ஏற்படுகின்றன; மேலும் அறு சுவைகளில் ஒவ்வொன்றும் ஒரே மாதிரியாயில்லாமல், ஒவ்வொரு வஸ்துவில் ஒவ்வொரு மாதிரியாயிருப்பதால் அதற்கும் இச் சேர்க்கையே காரணமாகும்; அதாவது—மதுரரஸம் என்பது திராக்ஷையில் ஒருவிதமாகவும், பேரீச்சம்பழத்தில் மற்றொரு மாதிரியாகவும், கரும்பில் வேறுவிதமாகவும் இருப்பதும், புளியிலுள்ள புளிப்பும், எலுமிச்சம்பழத்துப் புளிப்பும், மாதுளம் பழப் புளிப்பும் வெவ்வேறுவிதமா யிருப்பதும் இதனாலேயே என்றறிக.

3. பஞ்சபூதங்களை பலவேறு அளவுகளாகப் பெற்ற வஸ்துக்களை உபயோகிப்பதால், அவ்வஸ்துக்களால் வளரும் தேஹத்திலுள்ள வாத-பித்த-கபங்களும் ஒருமிக்கக் கோளாறடைந்து, ஒவ்வொரு வியாதியிலும் அவற்றின் விகாரங்களும் காணப்படும் என்றறிக.

அவற்றுள் அந்தந்த பதார்த்தத்திலும் அடங்கியுள்ள அநேகம் இரஸங்களுள் எது முதலில் நன்றாக உணரப்படுகிறதோ அதுதான் "இரஸம்" என்று விவஹரிக்கப்படும். நன்கு வியக்தமாக உணரப்படாமலும், இறுதியில் சிறிது உணரப்படுவதுமான இரஸம் "அநுரஸம்" என்றும் கூறப்படும்.[1] 3, $3\frac{1}{2}$.

இரஸமும் அநுரஸமும்.

குரு முதலிய குணங்கள், இரஸங்களுக்கு ஆதாரமாயுள்ள ப்ருதிவீ முதலான பூதங்களிடம் சேர்ந்திருக்கின்றன; ஆனால் குணங்களும் அவற்றிற்கேற்ப இரஸங்களும் ஒன்றோடொன்று பதார்த்தங்களில் ஒருமிக்கக் கலந்திருப்பதைக் கருதி, அக்குணங்கள் இரஸங்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்டவையாக விவஹரிக்கப் படுகின்றன. 4.

குணங்களுக்கும் இரஸாதிகளுக்குமுள்ள ஸம்பந்தம்.

அவற்றுள் பார்த்திவ த்ரவ்யத்தில்[2] குரு, ஸ்த்தூலம், ஸ்த்திரம், கந்தம் என்கிற குணங்கள்[3] விசேஷமாயுண்டு. அப்பதார்த்தம் கௌரவம்[4], ஸ்த்தைர்யம்[5],

பார்த்திவ த்ரவ்யங்களின்குணங்களும் செய்கைகளும்.

1. எப்பொருளையும் புஜிக்கும்போது அவற்றில் முதலில் ஒருவித சுவையும், மென்று முடிந்தபின் வேறொரு விதமான சுவையும் பெரும்பாலும் உணரப்படுவதுண்டு. உதாரணமாக நெல்லிக்கனி அம்லரஸமுள்ளது; அதற்கு அது பிரதானரஸம்; மதுரரஸமும் அதில அப்பால் உணரப்படுவதுண்டு; அச்சுவை அதற்கு அநுரஸமாம். இவ்விதமே பெரும்பான்மையான பதார்த்தங்களுக்கும் பிரதானரஸங்களையும் அநுரஸங்களையும் அநுபவத்தில் அறியலாம். அநுரஸத்தை உபரஸம் என்றும் கூறுவர்.

2. ப்ருதிவீ—பூமி; அந்த பூதத்தின் அம்சத்தினால் உற்பத்தியான வஸ்து பார்த்திவம.

3. இங்கு குறிப்பிடப்படும் குரு, ஸ்நிக்த்தம் முதலிய குணங்களும், இதற்குப் பிறகு வரும் அவற்றைப் போன்ற மற்ற குணங்களும இவ்விதமானவை யென்பதைபற்றி 3-வது 5-வது பக்கங்களில் மூலத்தையும் டிப்பணியையும் பார்க்க.

4. கௌரவம்—குருத்தன்மை; விசேஷபாரமுள்ளது.

5. ஸ்த்தைர்யம்—ஸ்த்திரத்தன்மை; பெருகி ஓடமுடியாமை,

திரட்சி, வளர்ச்சி என்னும் இவற்றை யுண்டுபண்ணும். $5\frac{1}{2}$.

அப் என்னும் ஜலஸம்பந்தமான த்ரவ்யத்தில் த்ரவம், சீதம், குரு, ஸ்நிக்த்தம், மந்தம், ஸாந்த்ரம், சுவை இக்குணங்கள் விசேஷமானவையாம். அது ஸ்நேஹநம்[1], விஷ்யந்தம்[2], க்லேதநம்[3], ஹ்லாதநம்[4], பந்தநம்[5] இக்கார்யங்களைச் செய்யும். $6\frac{1}{2}$.

ஆப்யத்ரவ்யங்களின் குணங்களும்செய்கைகளும்.

ஆக்நேயத்ரவ்யமானது[6] ரூக்ஷம், தீக்ஷ்ணம், உஷ்ணம், விசதம், ஸூக்ஷ்மம், ரூபம் என்கிற இக்குணங்களை விசேஷமாகப் பெற்றது. எரித்தல், பிரகாசிப்பித்தல், நிறமுண்டுபண்ணுதல், ஒளி வீசுதல், பசநம் செய்வித்தல் என்னும் இக்காரியங்களைச் செய்யுந் தன்மையது. $7\frac{1}{2}$.

ஆக்நேயத்ரவ்யத்தின் குணங்களும் செய்கைகளும்.

வாயவ்யத்ரவ்யமானது[7] ரூக்ஷம், விசதம், இலகு, பரிசம் இக்குணங்களை விசேஷமாய் உடையது. ரௌக்ஷ்யம்,[8] இலாகவம்,[9] வைசத்யம்,[10] மனக்கவலை, உடல் வாட்டம் இக் காரியங்களைச் செய்யும். $8\frac{1}{2}$.

வாயவ்யத்ரவ்யத்தின் குணங்களும் செய்கைகளும்.

1. ஸ்நேஹநம்—ஸ்நிக்த்தமென்னும் எண்ணெய்ப் பசையுண்டாக்குதல்.

2. விஷ்யந்தம்—தளர்ந்து பெருகுதல்.

3. க்லேதநம்—கடினமான வஸ்து ஜலம் முதலியவற்றின் ஸம்பந்தத்தால் ஊறிக் கசிதல்.

4. ஹ்லாதநம்—மனக்களிப்பை யுண்டாக்குதல்.

5. பந்தநம் — சிதைந்துபோயுள்ளவற்றை ஒன்று கூட்டல்.

6. அக்னி அல்லது தேஜஸ் ஸம்பந்தமான பொருள் "ஆக்நேயத்ரவ்யம்" எனப்படுகிறது.

7. வாயவ்யத்ரவ்யம்—வாயு என்னும் பூதத்தினாலான பொருள்.

8. ரௌக்ஷ்யம்—எண்ணெய்ப் பசையற்ற நிலைமை.

9. இலாகவம்—இலகுவாயிருத்தல் (இலகு5வ-து பக்கம் பார்க்க).

10. வைசத்யம்—விசதமாயிருத்தல். (விசதம் என்பதைப்பற்றி 5-வது பக்கம் பார்க்க).

நாபஸ்த்ரவ்யத்தில்[1] ஸூக்ஷ்மம், விசதம், இலகு, சப்தம் இக்குணங்கள் விசேஷமாய் உண்டு. அவ்வித த்ரவ்யம் த்வாரமுள்ள பாகங்களை அமைத்தல், இலகுத்தன்மை யுண்டாக்கல் இக் காரியங்களைச் செய்யும். $9\frac{1}{4}$.

நாபஸத்ரவ்யத்தின் குணங்களும் செய்கைகளும்.

இவ்வாறு பலவிதமான உபயோகத்தையும் பிரயோக முறையையும் கொண்டு கவனித்தால், உலகத்தில் ஔஷதமா யில்லாத த்ரவ்யம் எதுவும் இல்லை. 10.

எல்லா த்ரவ்யமும் ஔஷதமாகக்கூடியதே.

அக்னி, வாயு இவ்விரண்டு பூதங்களில் ஏதேனும் ஒன்று (அல்லது இரண்டுமே) விசேஷமாகச் சேர்ந்து உண்டான த்ரவ்யம் பெரும்பாலும் மேல்நோக்கி யெழும்பும்.[2] ப்ருதிவீ, அப் இவ்விரண்டும் விசேஷமாகக் கலந்துள்ள த்ரவ்யம் பெரும்பாலும் கீழ்நோக்குந் தன்மையது.[3] 11.

மேல் நோக்குவதும் கீழ்நோக்குவதுமான த்ரவ்யம்.

த்ரவ்யத்தைப் பற்றிய விஷயம் இவ்வாறு விவரிக்கப்பட்டது. இரஸமும் அதைப்பற்றிய பேதங்களும் பின்னால் கூறப்படப் போகின்றன. $11\frac{1}{2}$.

இரஸங்களின் விஷயம்.

1. நபஸ் என்றால் ஆகாயம்; ஆகாய ஸம்பந்தமுள்ளது "நாபஸம்" என்று கூறப்படும்.

2. அக்னி, வாயு இவ்விரண்டும் பூமி ஜலம் இவற்றைக் காட்டிலும் இலேசாகையால் மேலெழும்புவது இயல்பு; இங்கு மேலெழும்புவது என்பதற்கு குடலிலுள்ள தோஷங்கள் மேலோங்கி வாந்தியாவது என்பதே முக்கியக் கருத்து.

3. ஜலம், பூமி இவ்விரண்டும் மற்றவைகளைவிட கனத்தில் விசேஷித்தவை யாதலால் கீழே இறங்குவது ஸஹஜம்; கீழிறங்குவது என்றால், இங்கு, குடலிலுள்ள தோஷம் முதலியவை குதமார்க்கத்தினால் வெளிவருவதென்று பொருள். [அந்தந்த திரவ்யத்திற் சேர்ந்துள்ள பூதங்களின் அம்சங்களுக்கு ஏற்றவாறு சில பொருட்கள் வாந்தியையும், வேறு சில விரேசநத்தையும் உண்டுபண்ணுகின்றனவாம்.]

எட்டுவிதமான வீர்யம்.

குரு, ஸ்நிக்த்தம், சீதம், மிருது, இலகு, ரூக்ஷம், உஷ்ணம், தீக்ஷ்ணம் என்கிற இவ்வெட்டும் வீர்யம் என்றுகருதப்படுவதாக சிலர் [1] கூறுகின்றனர். $12\frac{1}{2}$

வீர்ய விஷயத்தில் சரகருடைய கொள்கை.

எந்த குணத்தினால் எந்த கார்யம் நிறைவேற்றப் படுகின்றதோ அதுவே வீர்யமாகும்; எதுவும் வீர்யமில்லாமல் எக்கார்யத்தையும் செய்ய மாட்டாது; எல்லாக் கார்யமும் வீர்யத்தினாலேயே செய்யப்படுகிறது; என்று சரகர் சொல்லியிருக்கிறார். ஆகையினால் குரு முதலான குணங்களுக்கே [2] வீர்யம் என்கிற விவஹாரம் ஏற்ற பொருளுள்ளதாகும். ஏனெனில் அவை மற்ற ஸகலகுணங்களுடைய ஸாராம்சங்களாகவும், [3] சக்தியிற் சிறப்புற்றவைகளாகவும் [4] இருக்கின்றன; மேலும் விவஹாரிப்பதற்கு முக்கியமானவை யாகவும், [5] அநேக முறை ஆங்காங்கு முதலிற் கிரஹிக்கப் படுபவையாகவும் [6] இருக்கின்றனவல்லவா? என்றும் சரகமுனியினால் வர்ணிக்கப்பட்டிருக்கிறது. 13—15.

குரு முதலான குணங்களே வீர்யம் என்பதற்கு பிரமாணம்.

இரஸம் முதலானவை முற்கூறிய காரணங்களுக்கு நேர் மாறாக இருப்பதால், வீர்யம் என்று சொல்லக்கூடியவையாகத் தோற்றியபோதிலும் அவை அவ்வாறு வழங்கப் படுவதேயில்லை; ஆகையினால் குரு முதலிய குணங்களே வீர்யம் என்று கூறப்படும்.[1] 16.

வீர்யம் இரண்டு விதம்.

வேறு சிலர் [2] உஷ்ணம், சீதம் என்னும் இவ்விரண்டைமட்டும் "வீர்யம்" என்று கூறுகின்றனர். உலகம் பலவிதமாகக் காணப்படினும், புலப்படக்கூடிய ஸ்தூலப் பொருட்களையும், புலப்படாத ஸூக்ஷ்மப் பொருட்களையும் தவிர்த்து வேறொன்றும் கிடையாதது போலவே, த்ரவ்யம் பலவிதமாகக் காணப்படினும் மிகவும் வலிவுள்ளவையான உஷ்ணம் சீதம் என்னும் இவ்விருவித குணங்களையும் ஒருபொழுதும் விட்டு விலகுவதில்லை. 17, $17\frac{1}{2}$.

உஷ்ண வீர்யத்தின் செய்கைகள்.

அவற்றுள் உஷ்ண வீர்யமானது தலைச் சுற்றல், நாவறட்சி, உடல்வாட்டம், வியர்வை, அழற்சி, விரைவிற் பசநம் [3] செய்வித்தல், வாதசமநம், கபஹரம் என்னும் இக் கார்யங்களைச் செய்யும். $18\frac{1}{4}$.

---

1. சிலர் என்பதால் வாக்படாசார்யருடைய கருத்து இதுவல்லவென்று அறிக. சிலர் என்பதால் கரநாதன் முதலியவர் குறிப்பிடப்படுகின்றனர்.

2. குருமுதலான என்றதால் முற்குறிப்பிட்ட எட்டுவித குணங்களும் கிரஹிக்கப் படுகின்றன வென்றறிக.

3. இங்கு குறிப்பிட்டுள்ள எட்டுவித குணங்களைத் தவிர்த்து மற்றவை (5-வது பக்கம் பார்க்க) அவ்வளவு ஸாரமான குணங்களாகக் கருதப்படுவதில்லை. ஆகவே இவ்வெட்டு குணங்களும் எல்லாக்குணங்களுடைய ஸாராம்சங்களாயிருந்து வருகின்றனவென்று கூறப்பட்டது.

4. இரஸாதிகளைப் பார்க்கினும் குரு முதலான எட்டுக் குணங்களுக்கும் ரோகம் முதலானதைப் பரிஹரிப்பதில் விசேஷ சக்தியிருப்பதால் அவ்வாறு கூறப்பட்டது.

5. இரஸம் முதலியவற்றை குணங்கள் என்று கூறாமல் குரு முதலானதுகளையே குணம் என்னும் பெயரால் அழைக்கப்படுவது வழக்கம்.

6. வாதாதி தோஷங்களை விவரிக்கையில் அததற்குள்ள குணங்களே முதலில் வர்ணிக்கப்பட்டுள்ளனவே யன்றி, இரஸாதிகள் முதலிற் கூறப்படவில்லை,

1. இரஸங்கள் என்னும் சுவைகள் ஸாரங்கள் என்று கூறக்கூடியவையல்ல; ஏனெனில், பதார்த்தங்களுக்குள்ள இயற்கையான இரஸங்கள் சேர்ந்து வேறு விதமாக மாறிவிடுகின்றன; குரு முதலிய குணங்களோ அவ்வாறு மாறுவதில்லை. மேலும் இரஸம் முதலானவை குணங்கள் என்று வழங்கப்படுவதில்லை; குரு முதலானவைகளுக்கே குணங்கள் என்று விவஹாரம். [இவ்வாறு சரக முனியின் கொள்கை கூறப்பட்டது.]

2. வேறு சிலர் என்பதால் ஸுச்ருதர் முதலானோர் குறிக்கப்படுகின்றனர்.

3. பசநம்—சூட்டின் ஸம்பந்தத்தாலுண்டாகும் பாகம்; சமைத்தல் என்றும் கூறலாம்,

சீதவீர்யத்தின் செய்கைகள்.

சீதவீர்யமோ மனக்களிப்பு, ஜீவநம், ஸ்தம்பநம் இவற்றைச் செய்யும்; இரத்தம், பித்தம் இவ்விரண்டையும் நிர்மலமாக்கும். 19.

விபாகம் என்பதின் விவரம்.

உட்கொள்ளப்படும் பதார்த்தங்களில் அடங்கிய இரஸங்கள் குடலில் ஜாடராக்னியினுடைய[1] சேர்க்கையினால் பக்குவ மடைந்தபின்பு அவை வேறுவித இரஸமாக மாறுதலடையும்; இரஸங்களுக்குண்டாகும் அவ்வித மாறுதலே விபாகம் என்று வழங்கப்படுகிறது. 20.

ஆறு இரஸங்களும் விபாகமடையும் வகை.

மதுர ரஸமும் இலவணரஸமும் குடலிற் சென்றபின் பெரும்பாலும் மதுரமாகவும், அம்லரஸம் அம்லமாகவும் பக்குவமடையும்; கைப்பு, காரப்பு, துவர்ப்பு இம்மூன்றும் பெரும்பாலும் கடுரஸமாகவே மாறுதலடையும். விபாகத்தினால் உண்டாகும் இரஸங்களாலும் ஸாதாரண இரஸங்களால் ஏற்படக்கூடிய பயனே உண்டாகும். [2] $21\frac{1}{4}$.

இரஸ-வீர்ய விபாகாதிகளுள் ஒவ்வொன்று ஒவ்வொரு த்ரவ்யத்தின் கார்யத்தை நடத்தும்.

அவற்றுள் சில த்ரவ்யம் இரஸத்தினாலும், சில த்ரவ்யம் விபாகத்தினாலும், சில த்ரவ்யம் அதிலடங்கிய வெவ்வேறு குணத்தினாலும், சில வீர்யத்தினாலும், மற்றும் சில ப்ரபாவத்தினாலேயும்[1] நன்மை அல்லது தீமையை விளைவிக்கும். $22\frac{1}{2}$.

இரஸ-வீர்யாதிகளுள் வலிவுள்ளதே கார்யத்தை நிறைவேற்றும்.

இரஸ-வீர்ய-விபாக-ப்ரபாவங்களுக்குள் எது த்ரவ்யத்தில் வலிவுள்ளதாயிருக்கின்றதோ அதுவே மற்றவைகளை அடித்துவிட்டு கார்யத்தை நிறைவேற்றுவதில் காரணமாய் அமைகின்றது. $23\frac{1}{2}$.

ஒற்றுமையில்லாக் குணங்களில் அதிகமானவை குறைந்தவைகளை ஜயிக்கும்.

ஒன்றுக்கொன்று விரோதத்தன்மையுள்ள குணங்கள் ஒன்று சேர்ந்திருந்தால், அப்பொழுது எண்ணிக்கையில் அதிகமாயிருப்பவை அவற்றினும் குறைவான குணங்களை வெல்லும். [2] 24.

ஸம பலமுள்ள இரஸாதிகளுள் எது எதை ஜயிக்கும்?

இரஸம் முதலான அனைத்துக்கும் வலிமை ஒரே அளவாயிருக்குமானால், அப்பொழுது விபாகம் இரஸத்தின் சக்தியையும், வீர்யம் இரஸ-விபாகங்களின் சக்தியையும், பிரபாவம் இரஸ-விபாக-வீர்யங்களின் சக்தியையும் முறையே அடிக்கும்; இது இர

---

1. ஜாடராக்னி—இதைப்பற்றி 3-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. விபாகத்தில் உண்டாகும் இரஸம் ஸாதாரண இரஸத்திற்கு ஸமானமான குணத்தையே உண்டுபண்ணும்; என்றால் அம்லரஸம் அம்லமாக விபாகமடைந்த பிறகும் அதற்கு அம்லரஸத்திற்குள்ள குணமே உண்டு; அவ்விதமே கைப்பு கடுரஸமாக விபாகமடைய, அதற்கு ஸாதாரண கடுரஸத்தின் குணமே இருக்கும் எனக் கருத்து.

1. ப்ரபாவம் என்பதைப்பற்றி இதற்கு அடுத்தப் பக்கத்தில் $25\frac{1}{2}$, 26-வது பத்தியங்களின் மொழிபெயர்ப்பைப் பார்க்க.

2. ஒரு த்ரவ்யத்தில் ஒன்றோடொன்று விரோதத் தன்மையுள்ள குணங்கள் கலந்திருந்தால் அதிகமாயிருப்பவை குறைவான குணங்களை வென்று கார்யத்தை நிறைவேற்றும்; உதாரணமாக, பால் சீதவீர்யமுள்ளது; சீதவீர்யம் வாதத்தை அதிகப்படுத்தும்; ஆனால் பாலில் வாதத்தைத் தணிக்கக்கூடிய மதுரரஸம், ஸ்நிக்த்தம், குரு என்னும் குணங்கள் இருப்பதால், எண்ணிக்கையில் அதிகமான இக்குணங்கள் சீதவீர்யத்தின் சக்தியைப்போக்கி வாதத்தைக் குறைத்து விடுகின்றன,

ஸாதிகளுக்கு இயற்கையிலேற்பட்ட பல மாம்.[1] 25.

ப்ரபாவத்தின் விவரணம்.

இரஸ-வீர்ய-விபாகங்கள் இரண்டு த்ரவ்யங்களில் ஒரே அளவாயிருக்கையில், ஒரு த்ரவ்யம் இரஸாதிகளுக்கு ஏற்ற வேலையைச் செய்ய, மற்றொரு த்ரவ்யம் இரஸாதிகளுக்குள்ள தன்மையை மீறி விசேஷமான கார்யத்தைச் செய்தால், அக் கார்யம் ப்ரபாவத்தினால் உண்டாவது என்று அறிக.[2] 25½.

ப்ரபாவத்திற்கு சில த்ருஷ்டாந்தம்.

நேபாளமானது இரஸம் முதலானவைகளால் சித்திரமூலத்திற்கு ஸமானமாயிருந்தும், நேபாளம் விரேசநமுண்டுபண்ணும்; திராக்ஷையும் இரஸாதிகளால் அதிமதுரத்திற்கு ஏற்றதாயிருந்தும் திராக்ஷ விரேசநத்தை யுண்டாக்கும்; நெய்

1. (1) விபாகத்திற்கும் இரஸத்திற்கும் வலிமை ஒரே அளவாயிருந்தால் விபாகம் இரஸத்தை ஜயிக்கும்; உதாரணம்: தேன் சுவையில் மதுரமானது; ஆனால் அந்த மதுர ரஸம் விபாகத்தில் கடுவாக மாறிவிடுகிறது; ஆகவே தேன் மதுர ரஸத்தினால் வாதத்தைத் தணிக்காமல் கடுவிபாகத்தின் வலிமையினால் வாதத்திற்கு ப்ரகோபத்தையே உண்டு பண்ணுகிறது. (2) இரஸம், வீர்யம், விபாகம் மூன்றும் ஸம அளவாயிருந்தால், வீர்யம் என்பது இரஸ-விபாகங்களை வெல்லும்; உதாரணமாக: எருமைக்கிடாவின் இறைச்சி சுவையிலும் விபாகத்திலும் மதுரமாயிருந்தும், அதற்குள்ள உஷ்ண வீர்யமானது அவ்விரண்டின் சக்தியையும் அடித்துவிடும்; ஆகவே மதுரரஸ விபாகங்களுக்கு ஏற்றவாறு பித்தசமநம் செய்யாமல் அந்த மாம்ஸம் பித்தத்தை ப்ரகோபிக்கச் செய்கிறது. (3) இரஸ-வீர்ய-விபாகங்களின் சக்தி ஒரே அளவாயிருந்தும் அவற்றின் அச்சக்தியை ப்ரபாவம் போக்கும்; ஸுரை யென்னும் கள் சுவையிலும் விபாகத்திலும் அம்லமானது; அது வீர்யத்திலும் உஷ்ணமானது; இருந்தும் அம்மூன்றுக்கும் எதிரிடையான குணங்களடங்கிய பாலை விருத்தி செய்கின்றது; இது ப்ரபாவத்தின் கார்யம்.

2. த்ரவ்யங்களில் இரஸ-வீர்ய-விபாகங்களுடைய குணங்களை முற்றிலும் மீறி இருந்துவரும் விசேஷமான சுபாவம் யாதொன்றோ அது ப்ரபாவமாம்.

யானது பாலின் இரஸாதிகளோடு ஸமானமாயிருக்கையிலும், நெய் தீபந குணத்திற் சிறந்தது.[1] 26½.

விசித்ர ப்ரத்யயாரப்த கார்யம்.

இங்ஙனம் த்ரவ்ய - ரஸ-வீர்ய - விபாக-ப்ரபாவங்களுடைய ஸாதாரணமான செய்கைகள் விவரிக்கப்பட்டன; மேலும் அச்செய்கைகள், அநேகவித காரணங்களால் அமைந்துள்ள அந்தந்த த்ரவ்யங்களுக் கேற்றவாறு வேறு விதமாகவும் வித்தியாஸப்படுவதுண்டு.[2] அவ்வித வஸ்துக்கள் "விசித்ர ப்ரத்யயாரப்தங்கள்" என்று வழங்கப்படும். 27½.

ஸமாநப்ரத்யயாரப்த - விசித்ர ப்ரத்யயாரப்த த்ரவ்யங்களுக்கு த்ருஷ்டாந்தம்.

கோதுமையானது மதுரரஸமும் குருகுணமுமுள்ளது; அதற்கேற்றவாறு கோதுமை வாதஹரமானது; அதே இரஸமும் அதே குணமுமுள்ள யவதான்யமோ வாதத்தை விருத்தி செய்யக்கூடியது. மதுர ரஸமும் குருகுணமுமுள்ள மத்ஸ்யங்கள் உஷ்ண வீர்ய

1. நேபாளத்திலும் (வாளத்தில்) சித்திர மூலத்திலும் இரஸ-வீர்ய-விபாகங்கள் ஒரே மாதிரியாயிருக்க, நேபாளம் விரேசநமுண்டுபண்ணுவது நேபாளத்தின் ப்ரபாவம்; சித்திர மூலம் அவ்விதம் செய்வதில்லை. திராக்ஷை அதிமதுரங்களும் இப்படியே. நெய் ஜாடராக்னியை தீபநம் செய்வது அதன் ப்ரபாவம்; பால் அவ்வாறு செய்வதில்லை.

2. த்ரவ்யங்கள் இங்கு இரண்டுவிதமாகப் பிரிக்கப்படுகின்றன; அவற்றுள் சில "ஸமாந ப்ரத்யயாரப்தங்கள்"; வேறு சில "விசித்ர ப்ரத்யயாரப்தங்கள்." (1) பஞ்ச பூதங்களுள் எவற்றால் எவ்வாறு இரஸ-வீர்யாதிகள் ஆக்கப்படுகின்றனவோ, அதே பூதங்களால் அவ்வாறே இரஸாதிகளுக்கு ஆதாரமான த்ரவ்யங்களும் உண்டுபண்ணப்படும்; அவ்வித த்ரவ்யங்கள் "ஸமாந ப்ரத்யயாரப்தங்கள்" என்று கூறப்படும்; இந்த த்ரவ்யங்கள் அவற்றிலடங்கிய இரஸாதிகளுக்கு ஏற்றவாறு குணங்களையும் கார்யங்களையும் உடையவைகளாயிருக்கும். (2) "விசித்ரப்ரத்யயாரப்த த்ரவ்யங்களில்" இரஸ வீர்யாதிகளுண்டாவதற்கான பூதங்கள் வேறாகவும், த்ரவ்யோத்பத்திக்கு அவச்யமான பூதாம்சங்கள் வேறாகவும் இருக்கும்; ஆகவே இந்த த்ரவ்யங்களுடைய கார்யம் அவற்றிலடங்கிய இரஸாதிகளுக்கு அநுரூபமாயில்லாமல் ஏதோ வேறு விதமாயிருக்கும்.

மானவை; அதே இரஸமும் வீர்யமுமுடைய பாலானது சீதவீர்யமுள்ளது. மதுரரஸமும் குருகுணமுமுடைய சிங்கத்தின் மாம்ஸமானது கடுவிபாகமடையக் கூடியது; அதே இரஸமும் குணமும் பெற்ற பன்றியின் மாம்ஸம் மதுரமாகவே பக்குவமாகும்.[1] *ஆகையினால் த்ரவ்யங்களின் இரஸத்தைக் கூறி விடுவதைக்கொண்டே அகில த்ரவ்யங்களுடைய குணங்களையும் சொல்ல முடியாது. 28, 29.

1*(1) மதுர ரஸமும் குருகுணமு முடைய வஸ்துக்கள். இயற்கையிலேயே வாதஹரமாகவும், சீதவீர்யமாகவும், மதுர விபாகம் அடையக்கூடியதாகவும் இருக்கும்; ஆகவே கோதுமை வாதஹரமாயிருப்பதும், பால் சீதவீர்யமுள்ளதாயிருப்பதும், பன்றியின் மாம்ஸம் மதுர விபாகமடைவதும் அவற்றின் தன்மைகளுக்கு இயல்பானதேயாம்; இம்மூன்று த்ரவ்யங்களும் இங்கு இரஸ-வீர்ய-விபாகங்களால் ஸமாநப்ரத்யயாரப்தங்களாயுள்ள பதார்த்தங்களுக்கு த்ருஷ்டாந்தமாகும். (2) மதுர ரஸமும் குருகுணமுள்ள பதார்த்தம் வாதத்தை விருத்தி செய்வதும், உஷ்ணவீர்யமாயிருப்பதும், கடுவிபாகம் அடைவதும் விபரீதச் செயலாம்; யவதான்யம் வாதத்தை விருத்திசெய்வதும், மத்ஸ்யம் உஷ்ணவீர்யமாயிருப்பதும், சிங்கத்தின் மாம்ஸம் கடுவிபாகமடைவதும், அப்பதார்த்தங்கள் விசித்ர ப்ரத்யயாரப்தமாயிருப்பதால் என்று அறிக.

பத்தாவது அத்தியாயம்.

இனி ரஸபேதீயம்[1] × என்னும் அத்தியாயத்தை விவரித்துக் கூறுவோம்:—

பூதங்களுக்கும் அறுசுவைகளுக்குமுள்ள ஸம்பந்தம்.

ப்ருதிவீ-அப் என்னும் இரண்டு பூதங்களுடைய அம்சங்களின் சேர்க்கையினால் மதுரரஸமும், அக்னி-ப்ருதிவீ இவ்விரண்டின் அம்சங்களால் அம்லரஸமும், அப்-தேஜஸ் இவற்றின் அம்சங்களால் இலவணரஸமும், ஆகாயம்-வாயு இவற்றின் அம்சங்களால் கைப்பும், தேஜஸ்-வாயு இவற்றின் அம்சங்களால் கார்ப்பும், ப்ருதிவீ-வாயு இவற்றின் அம்சங்களுடைய சேர்க்கையினால் துவர்ப்பும்—இவ்வாறு இரண்டிரண்டு பூதங்களுடைய சேர்க்கையினால் ஒவ்வொரு ரஸமும்—உண்டாகின்றன.[1]

மதுர ரஸத்தின் தன்மைகள்.

அவற்றுள் மதுர ரஸமானது வாயினுள் ஒருவாறு பசையை உண்டுபண்ணும்; அவ்வித வஸ்துவை அருந்தும்போது அது தேஹத்திற்கு ஒருவிதமான இன்பத்தைத் தருகின்றது; புலன்களுக்குத் தெளிவையுண்டாக்கும்; எறும்பு முதலானவைகளுக்கு அச்சுவையினிடம் ப்ரியம் விசேஷமாய் உண்டு. 2¼.

அம்ல ரஸத்தின் தன்மைகள்.

அம்ல ரஸம் முகத்தினுள் உமிழ்நீரைச் சுரப்பித்து வாயைக் கழுவுவதுபோல் நிர்மலமாக்கும்; உரோமங்கள், பற்கள் இவற்றைச் சிலிர்க்கச் செய்யும்; கண்களையும் புருவங்களையும் சுருங்கப்பண்ணும். 3.

இலவண ரஸத்தின் தன்மைகள்.

இலவண ரஸம் வாயில் நீரொழுகச் செய்யும்; வாயினுள் தவடைகளிலும், தொண்டையிலும் ஒருவாறு அழற்சியை யுண்டு பண்ணும். 3½.

1. × ரஸபேதீயம்—ஆறுவித ரஸங்களைப்பற்றிய விஷயங்களை விவரித்துக் கூறுவதற்கேற்பட்ட அத்தியாயம். இரஸங்களைப்பற்றி விஷயம் அதிகமாகக் கூறவேண்டியிருப்பதைக் கருதியே முன் அத்தியாயத்தில் "இரஸ விஷயம் பிறகு விவரிக்கப்படும்" என்று குறிப்பிடப்பட்டது.

திக்த ரஸத்தின் தன்மைகள்.

திக்த ரஸம் அல்லது கைப்பானது முகத்தை ஒருவாறு சுத்தம் செய்யும் ; சுவையறியும் இந்த்ரியத்திற்குள்ள சக்தியையும் போக்கிவிடும். 4.

கடுரஸத்தின் தன்மைகள்.

கடுரஸம் என்னும் கார்ப்பு, நாக்கின் முனையில் சிம சிமா என்னும் ஒருவித உணர்ச்சியை உண்டுபண்ணி, வெகுட்டலைத் தருகின்றது; கண்களிலும், நாசியிலும், வாயிலும் நீர்களைச் சுரப்பிக்கும் ; தவடைகளை எரிப்பது போல் இருக்கும். 5.

கஷாய ரஸத்தின் தன்மைகள்.

கஷாயரஸம் என்னும் துவர்ப்பானது நாக்கில் திமிரை யுண்டுபண்ணும்; தொண்டையி னுள்ளிருக்கும் த்வாரங்களைச் சருங்கச்செய்து தொண்டையைக் கட்டும். 5½.

இரஸங்களுக்குள்ள இலக்ஷணங்கள் இங்ஙனம் விவரிக்கப்பட்டன; இவற்றின் செய்கைகள் இதனடியில் விவரிக்கப்படும். 6.

மதுர ரஸத்தின் செய்கைகள்.

மதுரரஸமானது, பிறவி முதற்கொண்டு ஸாத்ம்யமா யிருப்பதால்[2] தாதுக்களுக்கு மிகவும் வன்மையை யுண்டுபண்ணக்கூடியது; பாலர் வயது முதிர்ந்தவர், க்ஷதகாஸமுள்ளவர்,[1] க்ஷயரோகிகள் இவர்களுக்கும், வர்ணம், தலைமயிர், இந்த்ரியங்கள், ஓஜஸ்[2] இவைகளிற்கும் பிரசஸ்தமானது; மேலும் ப்ருஹ்மணம், கண்ட்யம்,[3] குரு, ஆயுஷ்யம்,[4] ஜீவநம், ஸ்நிக்த்தம் பித்தஹரம், வாதஹரம், விஷஹரம் இக்குணங்களும், முலைப்பாலை விருத்திசெய்யுந் தன்மையும் மதுர ரஸத்திற்கு உண்டு. மதுர ரஸம் அதிகமாய் உபயோகிக்கப்படுமானால் கொழுப்பு அதிகரித்தல், கபம் அதிகரித்தல் இவற்றால் உண்டாகும் சில வியாதிகளும், ஸ்த்தூலித்துப் போதல், அக்னிமாந்த்யம், ஸந்யாஸம் என்னும் ஒருவித மூர்ச்சை,[1] ப்ரமேஹம்,[2] கண்டம்,[3] அர்புதம்[4] முதலிய ரோகங்களும் ஸம்பவிக்கும். 7—9.

அம்ல ரஸத்தின் செய்கைகள்.

அம்ல ரஸமானது தீபநம்,[5] ஸ்நிக்த்தம், ஹ்ருத்யம், பாசநம்,[6] ரோசநம்,[7] ப்ரீணநம்,[8] பேதநம்[9] இச்செய்கைகளைப் பண்ணும் ; உஷ்ண வீர்யம் ; பரிசத்தில் சீதமானது; இலகு குணமுள்ளது; கபம், பித்தம், இரத்தம் இவற்றை ப்ரகோபப்படுத்தும் ; வெளிவர முடியாமல் உள்ளடங்கிய வாயுவைத் தகுந்தவாறு வெளிப்படுத்தும். அந்த இரஸம் அதிகமாக உபயோகிக்கப்படுமானால் சரீரத்திற்குத் தளர்ச்சியைக் கொடுக்கும்; திமிரம்,[10] தலைச்சுற்றல், சொரி, பாண்டு, விஸர்ப்பம்,[11] சோகை, கொப்புளம், நாவறட்சி, ஜ்வரம் இவற்றையும் உண்டுபண்ணும். 10—11½.

1. க்ஷதகாஸம்—இரத்தத்துடன் கபம் வெளிவருமாறு இருமுதல்.

2. ஓஜஸ்—இது இரஸம் முதல் சுக்ரம் வரையிலுமுள்ள ஏழு தாதுக்களுடைய ஸாராம்சமான ஒரு தாது. ஆங்கிலத்தில் அல்ப்யூமென் (Ulbumen) என்று கூறப்படும் தாதுவென்று தெரியவருகிறது.

3. கண்ட்யம்—தொண்டைக்கு ஹிதமானது.

4. ஆயுஷ்யம்—ஆயுளை விருத்திசெய்யும் தன்மையது.

1. ஸந்யாஸம்—இதை ஆங்கிலத்தில் அபாப்ளெக்ஸி (apoplexy) என்பார்கள்.

2. பிரமேஹம்—நீரழிவு ரோகம்.

3. கண்டம்—கண்டமாலையைப்போன்ற ஒருவித கட்டி.

4. அர்புதம்—புரை குழல்.

5. தீபநம்—32-வது 39-வது பக்கங்களில் டிப்பணியைப் பார்க்க.

6. பாசநம்—22-வது டிப்பணியைப் பார்க்க.

7. ரோசநம்—இதையே 'ரோசிஷ்ணு' என்றும் கூறுவர்: 35-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

8. ப்ரீணநம்—இதையே தர்ப்பணம் என்றும் வழங்குவர் ; 34-வது பக்கம் பார்க்க.

9. பேதநம்—இறுகிய மலத்தை உடைக்கும் செய்கை.

10. திமிரம்—கண்ணிலுள்ள திருஷ்டி யென்றும் பாகத்தை மறைக்கும் வியாதி.

11. விஸர்ப்பம்—பட்ட விடங்களிற் பரவும் துர்நீருள்ள ஒருவித சிறங்கு ; அக்கி யென்றும் கூறுவர்.

இலவண ரஸத்தின் செய்கைகள்.

இலவண ரஸமானது அவயவங்களின் சுருக்கத்தையும், வறட்சியையும், மலச் சிக்கலையும் போக்கக் கூடியது; ஸ்நேஹநம்,[1] ஸ்வேதநம்,[2] தீக்ஷ்ணம், ரோசநம், சேதநம், பேதநம் என்கிற செய்கைகளையும் பண்ணும். இலவண ரஸமுள்ள வஸ்துக்களை மிதமிஞ்சி உபயோகித்தால் வாதரக்த்தம், பொட்டைத் தலை, மயிர் நரைத்தல், உடற் சுருக்கம், நாவறட்சி, குஷ்டம், விஸர்ப்பம் இவற்றையுண்டுபண்ணும்; தேஹவன்மையையும் போக்கிவிடும். 12—13½.

திக்த ரஸத்தின் செய்கைகள்.

திக்தம் என்னும் கைப்பானது சுயம் அரோசகமாயிருக்கும் ; ஆனால் வேறு காரணங்களால் உண்டாகும் அரோசகத்தைப் போக்கும் ; கிருமிகள், விஷ ஸம்பந்தமான கோளாறு, குஷ்டம், மூர்ச்சை, ஜ்வரம், வாயில் நீர்க்கசிதல், அழற்சி, பித்த விகாரம், கப விகாரம் இவற்றையும் சமநம் செய்யும் ; எவ்வித நீர்க்கசிவையும், மிதமிஞ்சிய கொழுப்பையும், வஸா அல்லது ஊன் ஜலத்தையும், மஜ்ஜாவையும், மலத்தையும், மூத்திரத்தையும் சோஷணம் பண்ணும் ; இலகு, மேத்யம், சீதவீர்யம், ரூக்ஷம் இக்குணங்களும், முலைப்பாலை சுத்தம்செய்யும் தன்மையும், தொண்டையைச் சுத்தப்படுத்தும் குணமும் அதற்கு உண்டு. இச்சுவையுள்ள பதார்த்தங்களை அளவுக்குமேல் உபயோகித்தால் தாதுக்களுக்கு க்ஷயமும், ஆகவே வாத ஸம்பந்தமான வியாதிகளும் உற்பத்தியாகும். 14—16.

கடு ரஸத்தின் செய்கைகள்.

கடு ரஸமானது தொண்டையி லுண்டாகும் வியாதிகள், உதர்தம்,[3] குஷ்டம், அலஸகம்,[4] சோகை இவற்றைப் போக்கும் ; விரணங்களை அழிக்கும் ; ஸ்நேஹத்தையும், கொழுப்பையும், க்லேதம் என்கிற ஒருவகையான துர்நீரையும் உலரச்செய்யும்; தீபநம், பாசநம், ருச்சியம், சோதநம் என்னும் குணங்களும், ஆஹாரத்தை சோஷணம் செய்யும் தன்மையும் அதற்கு உண்டு ; உடலுக்குள் அந்தந்த மார்க்கங்களில் ஏற்பட்டுள்ள சிக்கல்களை அறுத்து, ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் என்னும் குழாய்களை விசாலப்படுத்து மியல்புடையது ; கபதோஷத்தினாலுண்டாகும் விகாரங்களைப் போக்கும். இச்சுவையுள்ள வஸ்துக்களை அதிகமாய் உபயோகித்தால் விசேஷ நாவறட்சியையும், சுக்ர க்ஷபத்தையும், பலக்குறைவையும், மூர்ச்சையையும், அவயவங்களுக்குச் சுருக்கத்தையும், நடுக்கத்தையும், இடுப்பு முதுகு முதலான விடங்களில் வலியையும் உண்டுபண்ணும். 17—19.

கஷாய ரஸத்தின் செய்கைகள்.

கஷாயரஸம் என்கிற துவர்ப்பானது பித்த கபங்களாலான கோளாறுகளைப் போக்கும் ; குரு குணமுள்ளது ; இரத்தத்தை சுத்தி செய்யும் ; அவயவங்களைச் சுருங்கச் செய்யும்; ரோபணம்,[1] சீதவீர்யம், க்லேதமென்னும் பிணநீரையும் கொழுப்பையும் சோஷணம் செய்யும் சக்தி இவற்றையுடையது ; ஆமதோஷத்தை[2] உள்ளடக்கி விருத்தி செய்யும் ; க்ராஹீ, ரூக்ஷம் என்னும் குணங்களும், சர்மத்தை அதிகமாகப் பதன்படுத்துந் தன்மையும் இதற்கு உண்டு. இதை அதிகமாய் உபயோகித்தால் மிகவும் வயிற்றுப் பொருமலும், வயிற்றில் வாயுப்ரகோபமும், ஹ்ருதய ரோகமும், நாவறட்சியும், இளைப்பும், ஆண்மைக்குறைவும், ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் அடைபடுவதும், மலச்சிக்கலும் ஸம்பவிக்கும். 20-21½.

1. ஸ்நேஹநம்—2-ஸ்வேதநம் இவற்றை அதனதன் அத்தியாயத்தில் பார்த்துக்கொள்க.

3. உதர்தம்—தினவோடும் வீக்கத் தோடுங்கூடிய ஒருவித படை.

4. அலஸகம்—உணவு ஜீர்ணமாகாமல் உண்டாகும் ஒருவித வயிற்றுப் பொருமல்.

1. ரோபணம்—விரணங்களை ஆற்றுங்குணம்.

2. ஆமதோஷம்—33-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

மதுரத்ரவ்ய வர்க்கம்.

நெய், பொன், வெல்லம், மலையூவக்காய், வாழை, கொன்றை, ஈச்சு, தண்ணீர் விட்டான், காகோலீ, பலா, முரளஞ்செடி, சிற்று முட்டி, பேராமுட்டி, நாகபலா என்னும் ஒரு வகையான சிற்று முட்டி, மேதா, மஹாமேதா, சிறுமல்லிகை, பெருமல்லிகை, நரிப்பயறு, பெரிவிடு கொள்ளி, திருநீற் பாலை, ஜீவகம், ருஷபகம், இலுப்பை, அதிமதுரம், கோவை, நிலப்பனங்கிழங்கு, ச்ராவணீ, மஹாச்ராவணீ, வெளுத்த இரளி, மூங்கிலுப்பு, பாலை, பழமுண்ணிப்பாலை, பெருங்குமிழ், ஸஹா, மஹாஸஹா, பால், கரும்பு, நெரிஞ்சில், தேன், திராக்ஷை இவை முதலியவை மதுர ரஸமுள்ள பதார்த்தங்களின் வகுப்பைச் சேர்ந்தவையாம்.[1] 22—$24\frac{1}{2}$.

அம்லத்ரவ்ய வர்க்கம்.

நெல்லிக்கனி, புளி, கொடிமாதளை, புளிவஞ்சி, மாதளை, வெள்ளி, சுக்தம் என்னும் ஒருவகைக்காடி, இச்சிலி, தயிர், மா, ஆம்ராதகம், இங்குணமரம், விளா, தகரை இவை முதலானவை அம்லரஸமுள்ள பதார்த்த வகுப்பைச் சேர்ந்தவைகள். 25, 26.

இலவணரஸ வர்க்கம்.

இந்துப்பு, அட்டுப்பு, கருப்புப்பு, வளையலுப்பு, கறியுப்பு, பூனீறு, சவுட்டுப்பு, உழமண்ணுப்பு, காரீயம், க்ஷாரங்கள் இவை இலவணரஸமுள்ள வஸதுக்களைச் சேர்ந்தவையாம். 27.

திக்தரஸ வர்க்கம்.

பேய்ப்புடல், கழற்சிக்காய், குருவேர், வெட்டிவேர், சந்தனம், நிலவேம்பு, வேம்பு, கடுகரோஹிணீ, தகரை, அகில், வெட்பாலை, பச்சிலை, மஞ்சள், மரமஞ்சள், கோரைக்கிழங்கு, பெருங்குரும்பை, ஆடாதோடை, வட்டத்திருப்பி, நாயுருவி, வெண்கலம், அயம், சீந்தில், காஞ்சோரி, மஹாபஞ்சமூலம்,[1] கண்டங்கத்திரி, சிறிய கண்டங்கத்திரி, தும்மட்டி, அதிவிடயம் இவை திக்தரஸமென்னும் கைப்புக்கு ஆதாரமானவையாம். 28—$29\frac{1}{2}$.

கடுரஸ வர்க்கம்.

காயம், மிளகு, வாய்விடங்கம், பஞ்சகோலம்,[2] கஞ்சாங்கோரை முதலிய[3] சில பச்சிலைகளும், பித்தம், மூத்திரம், சேங்கொட்டை இவையும் கடுரஸமுள்ள வஸ்துக்களாகும். $30\frac{1}{2}$.

கஷாயரஸ வர்க்கம்.

கடுக்காய், தான்றிக்காய், வாகை, கருங்காலி, தேன், கடம்பு, அத்தி, நல்முத்து, பவளம், நீலாஞ்ஜநம், காவி, நன்கு முதிர்ச்சிபெறாத விளாங்காய், பேரீச்சு, தாமரைக்கிழங்கு, தாமரை, நெய்தல் முதலியவை கஷாய ரஸமுள்ள பதார்த்தங்களாம். 31, 32.

தோஷாதிகளை ப்ரகோபிக்கச் செய்யும் ப்ரத்யேக சுவைகள்.

பழகிய சம்பா, சிறியசம்பா, பழகிய வாற்கோதுமை, பயறு, கோதுமை, தேன், சர்க்கரை, ஜாங்கலமாம்ஸம் இவற்றைத் தவிர மற்ற மதுரரஸமுள்ள பதார்த்தங்கள் யாவும் பெரும்பாலும் கபத்தை விருத்தி செய்யுந்தன்மையுள்ளவையாம்; மாதுளை, நெல்லிக்

1. இவ்வகுப்பில் கூறியுள்ள க்ஷீரகாகோலீ, மேதா, மஹா மேதா, ஜீவகம், ருஷபகம், ச்ராவணீ, மஹாச்ராவணீ, ஸஹா, மஹாஸஹா, என்பவைகளுக்கு வேறு பாஷையில் பெயர் கிடைப்பது அரிது.

1. மஹாபஞ்சமூலம்—பில்வம், பெருவாகை, பெருங்குமிழ், பாதிரி, சிறுவழுதுணை இவ்வைந்தின் வேர்களாம்.

2. பஞ்சகோலம்—சுக்கு, திப்பிலி, சவ்வியம், மோடி, சித்திரமூலம் இவ்வைந்தின் கூட்டுக்கு பஞ்சகோலம் எனப் பெயராம்.

3. கஞ்சாங்கோரை முதலியது என்றதால் முருங்கை, கருந்துளஸி முதலிய குடோராதிகணத்தில் கூறப்படும் வஸ்துக்களும் குறிப்பிடப்படுகின்றன. (குடோராதி கணத்தைப்பற்றி 15-வது அத்தியாயம் பார்க்க.)

கனி இவற்றைத் தவிர்த்து மற்ற எல்லா அம்லரஸபதார்த்தங்களும் பெரும்பாலும் பித்தத்தை அதிகப்படுத்தும். இந்துப்பு ஒன்றைத் தவிர மற்ற உப்புவகை எதுவும் பெரும்பாலும் கண்களுக்கு அநுகூலமானவையல்ல. சீந்தில், பேய்ப்புடல் இவற்றைத் தவிர வேறு கடுரஸமுள்ள பதார்த்தங்களும், சுக்கு, திப்பிலி, வெள்ளுள்ளி இவற்றைத் தவிர கைப்பான வேறு வஸ்துக்கள் யாவும் பெரும்பாலும் வ்ருஷ்யகுணத்திற்கு எதிரிடையான குணமுள்ளவையாகவும், வாதத்தை விருத்தி செய்பவையாகவும் இருக்கின்றன. கடுக்காயைத் தவிர்த்து மற்ற எவ்வித துவர்ப்பு வஸ்துவும் பெரும்பாலும் சீதவீர்யமும் ஸ்தம்பநகுணமுமுள்ளதாகும். 33-$35\frac{1}{2}$.

உஷ்ணவீர்யத்திலும் சீதவீர்யத்திலும் சிறந்த இரஸங்கள்.

கடுரஸம், அம்லரஸம், இலவணரஸம் இம்மூன்றும் முறையே மேன்மேலும் உஷ்ணவீர்யத்தை அதிகமாகப் பெற்றவையாம். திக்தரஸம், துவர்ப்பு, மதுரரஸம் இம்மூன்றும் முறையே மேன் மேலும் சீதவீர்யத்தில் சிறந்தவையாம். $36\frac{1}{2}$.

மலங்களைக் கட்டுவதிலும் வெளிப்படுத்துவதிலும் சிறந்த கிரயங்கள்.

திக்தரஸம், கடுரஸம், கஷாயரஸம், இவை ஒன்றைவிட மற்றொன்று முறையே ரூக்ஷத்தன்மையிலும், மலத்தைக் கட்டுவதிலும் மேலானவை. இலவணரஸம், அம்லரஸம், மதுரரஸம் இம்மூன்றும் அவற்றிற்கு நேர் மாறாக ஸ்நிக்தத்தன்மையிலும், மலங்களை வெளிப்படுத்துவதிலும் முறையே மேன்மேலும் உயர்ந்தவையாகும். $37\frac{1}{2}$.

குருகுணங்களில் சிறந்த இரஸங்கள்.

இலவணரஸம் குருகுணமுள்ளது; அதைவிட கஷாயரஸம் குருகுணத்திற் சிறந்தது; மதுர ரஸம் அனைத்திலும் அதிக குருகுணமுள்ளது. அம்ல ரஸம் இலகு குணமுள்ளது; அதைவிட இலகு குணத்திற் சிறந்தது கடுரஸமாம்; திக்தரஸம் இலகு குணத்தில் அனைத்திலும் மேலானது. $38\frac{1}{2}$.

அறுபத்து மூன்று விதமான இரஸக் கூட்டுப்பாடுகள்.

ஆறுவிதமான இரஸங்களுக்கும் யோகங்களில்[1] ஒன்றோடொன்று முறைப்படி சேர்க்கை யுண்டாகும்போது ஸாதாரணமாய் அவற்றை ஐம்பத்தேழு வகைகளில் கூட்டலாம்; ஆறு இரஸங்களையும் தனித்தனியே இந்த வரிசைகளில் சேர்த்துக்கொண்டால் அறுபத்து மூன்று விதமான இரஸ வகுப்பு ஏற்படும். அவை இங்கு பெரும்படியாக அடியில்வருமாறு பிரிக்கப்படும். $39\frac{1}{2}$.

அறுபத்து மூன்று விதமான இரஸக் கூட்டு முறை.

இரண்டிரண்டு இரஸங்கள்[2] விதம் அறு சுவைகளும் ஒன்றை விட்டு மற்றொன்றோடு கிரமமாகச் சேர்ந்துவருமானால், அப்பொழுது பதினைந்து விதங்களாக அவற்றைக் கூட்டலாம். மும்மூன்று இரஸங்கள் அவ்விதமே ஒன்றோடொன்று சேர்ந்தால் அப்பொழுது மதுரரஸம் பத்துவகையான இரஸக் கூட்டுகளோடும், அம்லரஸம் ஆறுவிதமான இரஸக் கூட்டுகளோடும், இலவணரஸம் மூன்று இரஸக் கூட்டோடும், திக்தரஸம் ஒன்றுடனும் சேர்க்கப்படக்கூடும். இவை நான்கு நான்காகச் சேர்ந்தால், மதுரரஸமானது பத்துவித

1. யோகங்கள்—ஔஷத முறைகள்.

2. இங்கு இரஸங்கள் என்றால் இரஸங்களுக்கு ஆதாரமான வஸ்துக்கள் என்று கருத்து.

இரஸக்கூட்டுகளோடும், அம்லரஸம் நான்கு இரஸக்கூட்டுகளோடும், இலவணம் ஒன்றோடும் சேரலாம். அவை ஐந்தைந்தாகச் சேருமானால், மதுரரஸம் ஐந்து வகையான இரஸக் கூட்டுகளிலும், அம்லரஸம் ஒரே இரஸக் கூட்டுப்பாட்டிலும் ஸம்பந்தம் பெறக்கூடும். அறுசுவைகளும் ஒருமிக்கச் சேர்வதும் இரஸ ஸம்யோக எண்ணிக்கைகளில் ஒன்றாகக் கருதப்படும். ஒன்றோடொன்று கலப்பில்லாமல் தனித் தனியே இருப்பவை ஆறுவித இரஸங்களாம். ஆகவே இரஸங்கள் ஐந்தைந்தாகக் கூடுவதால் ஆறுவிதமான சேர்க்கைகளும், அவை தனித்தனியே இருப்பதால் ஆறு எண்ணிக்கைகளும், நான்கு நான்காகவும் இரண்டிரண்டாகவும் கூடும் வகையில் தனித்தனி பதினைந்துவித சேர்க்கைகளும், மும்மூன்றாகக் கூடுவதால் இருபதுவித சேர்க்கைகளும், அறுசுவைகளும் ஒருமிக்கக் கூடுவதால் ஒரேவித சேர்க்கையும் ஏற்படுமாகையால், இவ்வனைத்தும் அறுபத்து மூன்று விதங்களாகக் கணக்கிடப்படுகின்றன. 40--43.

இரஸக் கூட்டுகளின் முறை எண்ணிறந்தவையாம்.

அவ்வாறு அநேக வகையில் கூட்டக் கூடிய இரஸங்கள் "இரஸங்கள்" என்றும், "அறு ரஸங்கள்" என்றும் அவற்றின் சேர்க்கையிலுள்ள தாரதம்யங்களின் விகற்பங்கள் என்றும் இவ்வாறு பல வகுப்புகளாகப் பிரிக்கப்படுவதால், அந்த ரஸங்களின் கூட்டுகள் எண்ணிறந்தவையாகும். அவ்வாறு எண்ணிறந்த வகையில் கூட்டப்படும் இரஸங்களையுடைய பதார்த்தங்கள் தோஷங்களின் கூறுபாடுகளையும், ஔஷதமுறைகளின் தன்மைகளையும் அனுஸரித்து சிகித்ஸாக்ரமங்களில் பிரயோகிக்கக்கூடியவையாம். 44.

இரண்டு எண்ணிக்கையுள்ள இரஸச் சேர்க்கைகள்:—(1) மதுர-லவணங்கள், (2) மதுர-அம்லங்கள், (3) மதுர-திக்தங்கள், (4) மதுர-கடுக்கள், (5) மதுர கஷாயங்கள், (6) அம்ல-லவணங்கள், (7) அம்ல திக்தங்கள், (8) அம்ல-கடுகங்கள், (9) அம்ல-கஷாயங்கள், (10) இலவண-திக்தங்கள், (11) இலவண கடுகங்கள், (12) இலவண-கஷாயங்கள், (13) திக்த கடுகங்கள், (14) திக்த-கஷாயங்கள், (15) கடு-கஷாயங்கள்.

மூன்று எண்ணிக்கையுள்ள இரஸச் சேர்க்கைகள்:—(1) மதுர-அம்ல-லவணங்கள், (2) மதுர-அம்ல-திகதங்கள், (3) மதுர-அம்ல-கடுகங்கள், (4) மதுர அமல-கஷாயங்கள்; (5) மதுர-லவண-திகதங்கள், (6) மதுர-லவண-கடுகங்கள், (7) மதுர லவண-கஷாயஙகள்; (8) மதுர-திகத-கடுகஙகள, (9) மதுர-திக்த கஷாயங்கள்; (10) மதுர-கடு கஷாயங்கள். (11) அமல-லவண-திகதஙகள், (12) அமல-லவண-கடுகங்கள், (13) அம்ல-லவண-கஷாயஙகள்; (14) அம்ல திகத-கடுகங்கள், (15) அம்ல-திக்த-கஷாயங்கள்; (16) அமல-கடு-கஷாயங்கள். (17) இலவண-திக்த கடுககள், (18) இலவண-திக்த-கஷாயங்கள்; (19) இலவண-கடு-கஷாயங்கள். (20) திக்த-கடு-கஷாயங்கள்.

நான்கு எண்ணிக்கையுள்ள இரஸச் சேர்க்கைகள்:—(1) மதுர-அம்ல-லவண-திக்தங்கள், (2) மதுர-அமல-லவண-கடுகங்கள், (3) மதுர-அம்ல லவண-கஷாயங்கள், (4) மதுர-அம்ல-திக்த-கடுகங்கள், (5) மதுர-அமல-திக்த-கஷாயங்கள், (6) மதுர அம்ல-கடு-கஷாயங்கள். (7) மதுர-லவண-திக்த கடுகங்கள், (8) மதுர-லவண-திக்த-கஷாயங்கள், (9) மதுர-லவண-கடு-கஷாயங்கள். (10) மதுர திக்த-கடு-கஷாயங்கள். (11) அம்ல-லவண-திக்த-கடுகங்கள், (12) அம்ல-லவண-திக்த-கஷாயங்கள், (13) அம்ல-லவண-கடு-கஷாயங்கள். (14) அம்ல திக்த-கடு கஷாயங்கள், (15) இலவண-திக்த-கடு கஷாயங்கள்.

ஐந்து எண்ணிக்கையுள்ள இரஸச் சேர்க்கைகள்:—(1) மதுர-லவண-திக்த-கடு-கஷாயங்கள், (2) மதுர-அமல-திகத-கடு-கஷாயங்கள், (3) மதுர-அம்ல லவண-கடு-கஷாயங்கள், (4) மதுர-அம்ல-லவண திக்த-கஷாயங்கள், (5) மதுர-அம்ல லவண-திக்த கடுகங்கள். (6) அமல-லவண-திக்த-கடு-கஷாயங்கள்.

ஆறு எண்ணிக்கையுள்ள இரஸச் சேர்க்கை (1) மதுர-அம்ல-லவண-திக்த-கடு-கஷாயங்கள்.

தனித்தனியான இரஸங்கள்:—(1) மதுரம், (2) அம்லம், (3) இலவணம், (4) திக்தம், (5) கடு, (6) கஷாயம்.

பதினொன்றாம் அத்தியாயம்.

இப்பொழுது தோஷாதிவிஞ்ஞாநீயம் [1] என்னும் அத்தியாயம் விவரித்துக் கூறப்படுகிறது:—

சரீரத்திற்கு மூலாதாரங்கள்.

சரீரத்திற்கு தோஷங்களென்ன, தாதுக்களென்ன, மலங்களென்ன இவை எப்பொழுதும் மூலாதாரங்களாயிருக்கின்றன. $\frac{1}{2}$.

கோளாறடையாத இயற்கைநிலைமையிலுள்ள வாயுவானது உத்ஸாஹ மூட்டுவதாலும், உச்சுவாஸ-நிச்வாஸங்களாலும், [2] சேஷ்டைகளாலும், [3] வேகங்களை [4] வெளிவிடுவதாலும், தாதுக்களுடைய இயற்கை வேலைகள் சரியாக நடந்தேறுவதாலும், இந்த்ரியங்கள் அதனதன் க்ரியைகளில் சுறுசுறுப்பாயிருந்து வருவதாலும் அச்சரீரத்தை ஆதரித்து வருகிறது. பித்தமானது இயற்கைக்கு வேண்டிய வெப்பத்தை யுண்டு பண்ணியும், கண் பார்வையைக் கொடுத்தும், பசிதாஹங்களை யுண்டு பண்ணியும், பதார்த்தங்களின் சுவையறியும் சக்தியென்ன, தேஹக் காந்தியென்ன, மேதையென்ன, ஸாதாரண புத்தியென்ன, பராக்ரமமென்ன, தேஹமார்தவமென்ன இவற்றைக் கொடுத்தும் சரீரத்தைத் தாங்கி வருகிறது. கபமானது தார்ட்யத்தையும், ஸநிக்கதத் தன்மையையும், எலும்பு முதலானவற்றின் பூட்டுக்களைக் கட்டியமைப்பதையும், பொறுமையையும் உண்டுபண்ணி உடலைக் காத்து வருகிறது. 1—3.

தாதுக்களின் தேஹ தாரணைக்கான பிரயோஜனங்கள்.

இரஸம், இரத்தம், மாம்ஸம், கொழுப்பு, எலும்பு, மஜ்ஜை, சுக்லம் இவ்வேழு தாதுக்களுக்கும் இயற்கை நிலைமையில் ப்ரீணநம், [1] ஜீவநம், [2] லேபநம், [3] ஸ்நேஹநம், [4] தாரணம், [5] பூரணம், [6] கர்ப்போத்பாதநம் என்னும் இவை முறையே முக்கியமான செயலாகக் கருதப்படுகின்றன. 4.

மலங்களின் தேஹதாரணைக்கான பிரயோஜனங்கள்.

மலத்திற்கு உடலை வன்மையாக நிறுத்துவதும், மூத்திரத்திற்கு உடலிலுண்டாகும் கழிவுப்பொருட்களை வெளியாக்குவதும், வியர்வைக்கு அக்கழிவுகளைத் தாங்குவதும் பிரதானமான இயற்கைப் பிரயோஜனங்களாம். [7] $4\frac{3}{4}$.

---

1. தோஷங்கள், தாதுக்கள், மலங்கள் இவற்றின் தன்மைகளை அறியும் வகைகளை விவரிக்கும் அத்தியாயம் எனப் பொருள்.

2. உச்சுவாஸ—நிச்வாஸங்கள்—மூச்சுவாங்கி விடுதல்.

3. சேஷ்டைகள்—மனோ-வாக்-காய ஸம்பந்தமான வேலைகள்.

4. வேகங்கள்—மல-மூத்திராதிகளை வெளி விடுவதற்கான உணர்ச்சியும், பசிதாஹம் முதலியவையுமாம்.

1. ப்ரீணநம்—உடலையும் மனதையும் த்ருப்தியுறச் செய்தல்; தர்ப்பணம் என்றும் கூறலாம்.

2. ஜீவநம்—30-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. லேபம் — தேஹத்தை மேடுபள்ளமில்லாமல் ஒழுங்காக்கி வேலை செய்வதற் குற்றவாறு வைத்தல்.

4. ஸ்நேஹம்—40-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

5. தாரணம்—தரித்தல் அல்லது தாங்குதல்.

6. பூரணம்—நிரப்புதல்.

7. ஸாரத்தை உடலில் பரப்பியும், மலவஸ்துக்களை அப்புறப்படுத்தியும் தேஹம் தாங்கப்படுவதைக் கருதி மலம் உடலை வன்மையாக நிறுத்துகிறது எனப்பட்டது.

வாதப்ரகோபத்தா லுண்டாகும் விகாரங்கள்.

வாததோஷம் விருத்தியடைந்தால் உடலுக்கு இளைப்பு, கருநிறமாதல், உஷ்ணத்தில் விருப்பம், உடல் நடுக்கம், வயிற்றுப் பொருமல், மலச்சிக்கல், பலக்குறைவு, வாய்ப் பிதற்றல், நித்திரையின்மை, இந்த்ரிய நாசம், தலைச்சுற்றல், உத்ஸாஹமின்மை இவை யுண்டாகும். 5, 6.

பித்த ப்ரகோபத்தா லுண்டாகும் விகாரங்கள்.

பித்ததோஷம் இயற்கையினும் விருத்தியானால் மலம், மூத்திரம், கண்கள், சர்மம் இவை மிக்க மஞ்சள் நிறமாகும். பசி, தாஹம், நித்திரைக்குறைவு இவை ஸம்பவிக்கும். 6½.

கபப்ரகோபத்தால் உண்டாகும் விகாரங்கள்.

கபம் விருத்தியானால் அக்னிமாந்த்யம், வாயில் நீர்ச்சுரத்தல், சோம்பல், தேஹம் பாரமாயிருப்பதுபோல் தோற்றுதல், தேஹம் வெளுறிப்போதல், குளிர்ச்சி, அவயவங்கள் தளர்ச்சியுறுதல், ச்வாஸ காஸங்கள், அதிநித்திரை இவ்விகாரங்கள் உண்டாகும். 7½.

தாதுக்கள் இயற்கைக்குமேல் விருத்தியாவதா லுண்டாகும் விகாரங்கள்.

இரஸம் விருத்தியானால் அதனாலுண்டாகும் விகாரங்களும் கபம் விருத்தியாவதாலாகும் கோளாறுகளுக்கு ஸமானமானவையே. இரத்தம் இயற்கை அளவிலும் அதிகமானால் விஸர்ப்பம்,[1] ப்லீஹவ்ருத்தி,[2] வித்ரதி,[3] குஷ்டம், வாதரக்தம்,[4] இரத்த பித்தம், குன்மம், உபகுசம்,[1] காமாலை, வ்யங்கம்,[2] அக்நிமாந்த்யம்,[3] மூர்ச்சை இவ்விகாரங்கள் உண்டாவதோடு சர்மமும், நேத்திரமும், மூத்திரமும் சிவப்பாகவும் ஆய்விடும். மாம்ஸம் விருத்தியானால், கண்டமாலை, களகண்டம்,[4] அர்புதம்,[5] க்ரந்தி, இவையும் உண்டாவதுடன், கன்னம்-துடை-வயிறு இவை மிகப் பருமனாதலும், கழுத்து முதலான அவயவங்களில் துர்மாம்ஸம் அதிகப்படுவதும் உண்டு. மேதஸ் என்னும் கொழுப்பு அதிகமானாலும் மாம்ஸ வ்ருத்தியிலுண்டாவது போலவே விகாரங்கள் ஏற்படுவதுடன், அற்ப வேலையைச் செய்தபோதிலும் மேல் மூச்சு அதிகரித்து சிரமமும் ஏற்பட்டு, ப்ருஷ்டபாகமும் ஸ்தநமும் வயிறும் அதிகமாகப் பருத்துத் தொங்கக்கூடும். எலும்பு விருத்தியானால், அவ்வெலும்பு கரடு கட்டுவதும், பற்கள் ஒன்றுமேலொன்றாக முளைப்பதும் உண்டு. மஜ்ஜை விருத்தியானால் நேத்திரமும் தேஹமும் பாரமாயிருப்பதாகத் தோற்றுதலும், எலும்புப் பூட்டுகளில் பருமனை விகாரமும், மிகவும் கஷ்டந்தரக் கூடிய அரும்ஷிகை யென்னும் புண்களும் உண்டாகும். சுக்ரம் அதிகமானால் ஸ்த்ரீகளிடம் அதிக விருப்பமும், சுக்ராச்மரீரோகமும் உண்டாகும். 8—12.

மலங்கள் இயற்கையினும் அதிகமானா லுண்டாகும் விகாரங்கள்.

மலம் இயற்கையினும் அதிகமாய் விருத்தியானால் வயிற்றில் பொருமலும், ஒருவித இரைத்தலும், வயிற்றில் பாரமாயிருப்பது போன்ற உணர்ச்சியும், வேதனையும் உண்டாகும். மூத்திரம் விருத்தியானால் வஸ்தி

1. விஸர்ப்பம்—அக்னியம்மை யெனக் கூறப்படும் ஒருவித விரணம்.
2. ப்லீஹவ்ருத்தி—மண்ணீரல் வீக்கம்.
3. வித்ரதி—சீழ்க்கட்டி (தமிழில் விப்புருதி என்பார்கள்.)
4. வாதரக்தம்—குஷ்டம் போன்ற ஒரு வியாதி.

1. உபகுசம்—ஒருவித பல் வியாதி.
2. வ்யங்கம்-வங்கு எனப்படும் ஒருவித சர்மவியாதி.
3. அக்னிமாந்த்யம்—பசிமந்தித்துப் போதல்.
4. களகண்டம்—கழுத்து முதலான விடங்களிலுண்டாகும் கட்டி.
5. அர்புதம்—புரைகுழல்.

யில்[1] குத்தல் வலியும், மூத்திரம் வெளியான பிறகும் வெளியாகாதது போன்ற உணர்ச்சியும் இருக்கும். வியர்வை விருத்தியானால் அது மிகுதியாக வெளி வரும்; ஒருவகையான துர்நாற்றமும் தினவும் உண்டாகும். இவ்வாறே கண்களில் உண்டாகும் மலம் முதலியதின் விருத்தியையும் அவை அதிகமாயிருப்பதாலும் குருத்தன்மையினாலும் அறியலாம். 13,14.

வாதம் க்ஷீணமாவதாலுண்டாகும் விகாரங்கள்.

வாதம் க்ஷீணமானால் சரீரம் இளைக்கும்; பேசுவதில் அதிக ப்ரியமிராது; நினைவு தடுமாறி மூர்ச்சையும் ஸம்பவிக்கும்; மேலும் கபம் விருத்தியாவதாலுண்டாகக் கூடுமென்று கூறப்பட்டுள்ள வியாதிகளும் ஸம்பவிக்கும். 15.

பித்தக்ஷீணத்தினால் உண்டாகும் விகாரங்கள்.

பித்தம் க்ஷீணமானால் அக்னி மாந்த்யம், சைத்யம், தேஹகாந்திக்குக் குறைவு இவ்விகாரங்கள் உண்டாகும். 15½.

கபக்ஷீணத்தினால் உண்டாகும் விகாரங்கள்.

கபம் க்ஷீணமானால் தலைச் சுற்றல், ச்லேஷ்மாசயங்கள்[2] சூன்யமாதல், ஹ்ருதயத்தில் படபடத்த சப்தம், ஸந்திகள் நழுவுதல் என்னும் இக்கோளாறுகள் உண்டாகும். 16.

இரஸம் க்ஷீணித்தால் உண்டாகும் விகாரங்கள்.

இரஸம் க்ஷீணமானால் ரூக்ஷத் தன்மையும், சிரமமும், தாதுக்ஷயமும், தேஹவாட்டமும், அதிக சப்தங்களை ஸஹிக்கமுடியாத தன்மையும் ஏற்படும். 16½.

இரத்த க்ஷீணத்தினா லுண்டாகும் விகாரங்கள்.

இரத்தம் அளவிற் குறைந்தால் அம்ல ரஸத்திலும் குளிர்ச்சியிலும் விருப்பமுண்டாகும்; ஸிரைகள்[1] தளர்ச்சி யடைந்து தேஹமும் ரூக்ஷமாகும. 17.

மாம்ஸ க்ஷயக் குறிகள்.

மாம்ஸம் க்ஷீணமானால் இந்த்ரியங்களின் சக்தி மந்தமாதல், தவடையும் ப்ருஷ்டபாகமும் சுஷ்கமாதல், ஸந்திகளில் வேதனை இவை ஸம்பவிக்கும். 17½.

கொழுப்பு க்ஷீணிப்பதன் குறிகள்.

கொழுப்பு க்ஷீணமடைந்தால் அடிவயிறு அல்லது இடுப்பு மெலிவுறும்; ப்லீஹம் என்னும் மண்ணீரல் பருத்துப் போகும்; உடலெங்கும் இளைப்பும் தோன்றும். 18.

எலும்பு க்ஷீணிப்பதன் குறிகள்.

எலும்பு க்ஷீணமானால், எலும்புகளில் குடைத்தல், பற்கள் மயிர்கள் நகங்கள் முதலானவை உதிர்தல் இக்குறிகள் உண்டாகும். 18½.

மஜ்ஜை க்ஷீணிப்பதன் குறிகள்.

மஜ்ஜை க்ஷீணமடைந்தால் அஸ்திகளுக்குள் த்வாரங்கள் ஏற்படும்; தலைச்சுற்றல் உண்டாகும்; கண் பார்வை இருளடையும். 19.

சுக்ரம் க்ஷீணிப்பதன் குறிகள்.

சுக்ரம் க்ஷீணமானால் அது வெளியாவதற்கு வெகு நேரம் செல்லும்; அல்லது இரத்தம் வெளிவரும்; பீஜங்களில் வேதனை மிகுதியாயுண்டாகும்; ஆண்குறியில் அழற்சி அதிகரிக்கும். 20.

1. வஸ்தி—மூத்திரப்பை.
2. ச்லேஷ்மாசயங்கள்—ச்வாஸாசயங்கள், சிரஸ், எலும்புகளின் பூட்டுகள் இவற்றில் கபம் தங்கியிருப்பது இயல்பாகையால், அவை ச்லேஷ்மாசயங்கள் என்று வழங்கப் படுகின்றன.

1. ஸிரைகள்—காரிரத்தக் குழாய்கள்.

மலம் க்ஷீணிப்பதன் குறிகள்.

மலம் க்ஷீணித்தால் வாயுவானது ஒருவித சப்தத்தோடு குடல்களை முறுக்குவதுபோல் தோற்றும்; ஹ்ருதயத்தின் பாரிசங்களை மிகவும் பிடித்துக்கொண்டு, வயிற்றினுள் அவ்வாயு சுழன்றுகொண்டு, மேல் நோக்கிக் கிளம்பும். 21.

மூத்திரம் க்ஷீணிப்பதன் குறிகள்.

மூத்திரம் க்ஷீணித்தால் வெகு கஷ்டத்துடன் சிறிதளவு மூத்திரத்தை வெளிவிடுவன்; அதுவும் நிறம் மாறியிருக்கும்; அல்லது இரத்தங் கலந்தாவது வெளிவரும். 21½.

வியர்வை க்ஷீணிப்பதன் குறிகள்.

ஸ்வேதம் க்ஷீணித்தால் உரோமங்கள் தடித்து நிற்பதோடு அவை உதிரவும் ஆரம்பிக்கும்; சர்மமும் வெடித்துப் போகும். 22.

ஸூக்ஷ்மமான மற்ற மலங்கள் க்ஷீணிப்பதன் குறிகள்.

அதிக ஸூக்ஷ்மமான மற்றுமுள்ள மலங்கள் [1] க்ஷீணமானல், அவ்வித க்ஷயம் உணரக்கூடாத நிலைமையில் இருக்குமாகையால், அப்பொழுது அந்தந்த மலத்திற்கு ஆதாரமான ஸ்த்தானங்கள் சுஷ்கமாவதாலும், அவ்விடங்களில் உண்டாகும் வலியினலும், அவ்வவயங்கள் சூன்யமாவது அல்லது இலகுவாகப் போவதாலும் அவ்விஷயத்தை அறியவேண்டும். 23.

1. மற்றுமுள்ள மலங்கள் என்பதால் கண், காது, நாசி முதலான அவயவங்களில் உண்டாகும் மலங்கள் குறிக்கப்படுகின்றனவென்று அறிக.

தோஷாதிகளின் விருத்தி-க்ஷயங்களை அறியுமுபாயம்.

வைத்தியனனவன், தோஷம் முதலியவற்றிற்கு [1] ஸம்பவிக்கும் விருத்தியையும் க்ஷயத்தையும் அடியிற் குறிப்பிடப்படும் உபாயத்தினல் அறியவேண்டும்:—அந்தந்த தோஷாதிகளுக்கு நேர் எதிரிடையான குணங்கள் க்ஷயித்தால் அந்தந்த தோஷாதிகளுக்கு விருத்தியும், அக்குணங்கள் விருத்தியாவதால் அவற்றிற்கு க்ஷயமும் உண்டாகும்.[2] ஆனல் மலங்கள் மேன்மேலும் சேர்ந்து விருத்தியாவதால் அம்மலங்களுக்கு விருத்தியும், அவையே அதிகமாய் வெளிவருவதால் அவற்றிற்கு க்ஷயமும் ஏற்படும். 24, 24½.

மலம் க்ஷயிப்பது விருத்தியினும் கெடுதி.

மலங்கள் விருத்தியாவதும் க்ஷீணிப்பதுமான இரண்டு நிலைமைகளும் ஆகாதவையே; ஆகினும், தேஹத்தில் சிறிதளவு மலம் இருப்பது அதன் இயற்கைக்கு அவசியமானதாக வழக்கத்தில் வந்துவிட்டதால், அவ்வாறு மலம் க்ஷீணித்துப் போவது விருத்தியைக் காட்டிலும் கெடுதியுண்டு பண்ணக்கூடியதாம். 25.

1. தோஷம் முதலியவை என்பதால் தோஷ-தாது மலங்கள் அனைத்தும் குறிப்பிடப்படுகின்றன.

2. வாயுவின் இயற்கைக் குணங்கள் ரூக்ஷ-லகு சீதாதிகள்; அக்குணங்களுக்கு நேர் எதிரிடையாயிருப்பவை முறையே ஸ்நிக்த்த-குரு-உஷ்ணம் முதலியவை. ஸ்நிக்த்தாதிகள் க்ஷீணித்தால் வாயுவுக்கு விருத்தியும், ஸ்நிக்த்தாதிகள் விருத்தியானல் வாயுவுக்கு க்ஷயமும் உண்டாகும் என்பது கருத்து. இவ்விதமே கபம் முதலிய தோஷங்களுக்கும், இரஸாதி தாதுக்களுக்கும், மலங்களுக்கும் விவரம் அறிக.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர் :
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

11 JUL 1916 MADRAS

புஸ்தகம் 3. Vol. III. | ராக்ஷஸ௵ மாசி௴—MARCH—1916. | ஸஞ்சிகை 7. No. 7.

PALPITATION OF THE HEART.

ஹ்ருல்லாஸம் என்னும் வியாதி.

BY A. KESAVA SARMA,
Ayurvedic Medical Practitioner.

ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள மனிதன் தன்னுடைய ஹ்ருதயம் துடிப்பதையாவது தேஹத்தில் வேறு எந்த அவயவமும் அதனதன் இயற்கை வேலைகளைச் செய்வதையாவது பெரும்பாலும் கவனிக்கும்படியிராது. தேஹத்தின் உட்புறத்திலுள்ள அவயவங்கள் வேலைசெய்யும் விஷயத்தில் ஸாதாரண காலங்களில் எவ்வித உணர்ச்சியும் இருக்கமாட்டாது. சரீரத்தின் அமைப்பிலும் அவற்றின் இயற்கை வேலைகளிலும் தேர்ந்த அறிவுள்ளவர்கள் மாத்திரம்,ஹ்ருதயத்தினுடையவும், கல்லீரல் முதலிய வேறு சில உள் அவயவங்களுடையவும் ஸாதாரணமாகவும் அஸாதாரணமாகவுமுள்ள வேலைகளை உற்றறிய வல்லவராவர். ஆனல் ஆரோக்கிய நிலைமை ஒரு சிறிதளவேனும் தவறிப்போகுங் காலத்தில், அகக்கருவிகளான ஹ்ருதயம் முதலிய அவயவங்களின் இயற்கைச் செயல்கள் தாறுமாறாகப் போய் பலவிதமான குறிகளால் சுயமாகவே ஓர் உணர்ச்சியை யுண்டுபண்ணி, அதிகமாகவோ அற்பமாகவோ துன்பத்தையும் நோவையும் உண்டு பண்ணுகின்றன.

"ஹ்ருல்லாஸம்" என்னும் பெயர் ஆயுர்வேத நூல்களில் விவஹரிக்கப்படும் ஹ்ருதய ஸம்பந்தமான ஒரு வியாதியைக் குறிப்பிடுகிறது. ஹ்ருதயத்துடிப்பு இயற்கையினும் மாறுபட்டு, துரிதமாகவும், வலிவாகவும், ஏறக்குறைய ஒழுங்கீனமாகவும் நடைபெறும் நிலைமையே "ஹ்ருல்லாஸம்" என்கிற பெயரால் குறிப்பிடப்படுகின்றது. ரோகமில்லாத காலத்தில், ஹ்ருதயத்துடிப்பை நாம் உணரமாட்டோம். ஆனல் பலஹீனத்தினலோ, அதிக வேலையினலோ ஹ்ருதயம் வேகமாகத் துடிப்பதும், ஆகவே நாடிநடை மிகப் படபடத்திருப்பதும் வழக்கம்; அவ்விதமான துடிப்பு எவ்விதத்திலும் ஒழுங்கு தவருததாயிருக்கும். அது "ஹ்ருல்லாஸம்" என்கிற வியாதியல்ல. இப் பெயரானது, ஒழுங்கீனமாகவும், அதிவேகமாகவும் நடக்கிறும் ஹ்ருதயத்துடிப்பையே குறிப்பிடும் என்றறிக.

இந்தவியாதியில் நாடிநடை மிகவும் குழப்பமுற்று இருக்கும்; ஹ்ருதயத்தின் படபடத்த துடிப்பு எப்பொழுதும் பிணியாளியினல் நன்றாக உணரக்கூடியதாயிருக்கும். இவ்வவயவத்தின் அவ்விதமான சலனமானது, ஏதோ ஒருவிதமான மனக்கிளர்ச்சியை யுண்டுபண்ணுவதற்கும், கவலைக்கிடமான நிலைமையைக்

கொடுப்பதற்கும் காரணமாகின்றது. இத்தகைய துன்பம் விசேஷமாக வாதப்ரக்ருதிகளுக்கே ஸம்பவிப்பது ஸஹஜம்.

ஹ்ருல்லாஸம் என்பது சிலருக்கு எப்பொழுதேனும் தற்காலம் உண்டாய், தனக்குத்தானே சிறிது நாட்களில் நிவ்ருத்தியாவது வழக்கம்; இது வெகுநாள் நீடித்துத் தொந்தரவு செய்வதில்லை. இவ்வியாதியுண்டானவர்களில் சிலர் இதனால் மிகச் சொற்பமான தொந்தரவை அநுபவிப்பரேயன்றி, அதிக கஷ்டம் அநுபவிப்பவராகத் தோற்றமாட்டார். இவர்கள் இப்படியிருக்க வேறு சிலர் அதிக க்லேசமும், தலைச்சுற்றலும், மயக்கமும், வாந்தி வருவது போல் குமட்டலும் அநுபவிப்பதுமல்லாமல், ச்வாஸம் விடுவதே மிகவும் சிரமமாக இருப்பதாக, அல்லது ச்வாஸம் நின்றுவிடுவதுபோல் உணரப்படுவதாகக் கூறுவர். ஹ்ருதயத்தில் வலியிருப்பதற்கான குறிகள் உண்டாவது அரிது. ஆனால் ஹ்ருதயம் வெகு துரிதமாகத் துடித்துவரும்; அதன் ஒழுங்கீனமான துடிப்பு வியக்தமாக அப்பிணியாளிக்குத் தெரியும்.

ஹ்ருல்லாஸமுண்டாவதற்கான காரணங்கள் அநேகம். புருஷர்களைவிட ஸ்த்ரீகள் இவ்வியாதிக்கு அதிகப் பற்றுதலுள்ளவர்கள். டாக்டர் ஓல்ஸென், M. D., D. P. H. என்பவர் "இவ்வியாதியினால் வருந்தும் பிணியாளிகளைப் பரீக்ஷித்து, கணக்கிட்டுப் பார்த்ததில் மூன்றுக்கு ஒரு புருஷன் வீதம் ஏற்படுகிறது" என்று "குட் ஹெல்த்" என்னும் பத்திரிகையில் எழுதுகிறார். "யௌவனப்பருவம் வரும்போது, (முக்கியமாய் பெண்கள் புஷ்பவதியாகும் போதும்) இரு பாலரும் சில ஸமயம் இவ்வியாதிக்கு உடன்படக்கூடும்" என்றும், "பெண்களுக்கு ஸம்ஸார வாழ்க்கையில் மாறுதல்கள் ஏற்படும்போது ஹ்ருல்லாஸம் உண்டாவது ஸாதாரணம்" என்றும் அவர் குறிப்பிட்டிருக்கிறார். வாதரோகங்கள் எனப்படும் நரம்பைப் பற்றிய ரோகங்களால் வருந்துபவரும், முக்கியமாய் ஸூதிகாவியாதிகளால் பீடிக்கப்படுபவரும் ஹ்ருல்லாஸத்திற்கு ஆளாவதுண்டு. பயமூட்டுதல், திடீரென்று நடுங்கிப்போதல், மனக்கிளர்ச்சி என்னும் இவை இப்பிணிக்குக் காரணமாகும். உக்கிரமான அநேகம் ஜ்வரங்கள் தணியும்போது, ஹ்ருல்லாஸம் ஸம்பவிப்பதும் வழக்கம்.

ஜீர்ணவேலை கோளாறடையும்போது, அந்த நிலைமை ஹ்ருல்லாஸவியாதிக்கு ஒருவாறு வியஞ்ஜக நிதானமாய்* ஆகக்கூடும். உக்கிரமான அஜீர்ணமும், நாட்பட்ட அஜீர்ணமும், வாதவிகாரத்தினால் ஏற்படும் அஜீர்ணமும் வயிற்றுப் பொருமலைப்போல ஹ்ருல்லாஸத்தை விருத்திசெய்து வெளிப்படையாகத் தூண்டுவதற்கு ஆதாரமாகின்றன. உண்மையில், எக்காரணத்தினாலேனும் ஸம்பவிக்கும் வயிற்றுப்பொருமல் ஒன்றே, அத்துடன் ஒருவாறு உதரம் விசாலிக்க, ஹ்ருதய சலனத்தையும் ஒருமுறை இயற்கைக்கு மாறாகத் தாக்கி விகாரப்படுத்தும்.

ஹ்ருல்லாஸமுண்டாகுமாறு ஹ்ருதயத்துக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட நரம்புகளை நேராகத் தூண்டுமியல்புடையவைபாய் மத்யம், புகையிலை, தேயிலை, காப்பி உட்பட அநேகம் சரக்குகள் உண்டு. இவற்றுள் மத்யமே சரீரத்திற்கு பிரதானமாய் ஹ்ருதயம்முதலிய சில உயர்ந்த உருப்புகளுக்கு மிகவும் பலக்குறைவையுண்டுபண்ணும் சுபாவமுடைய தாகையால், மிதமாகப் பானம் பண்ணுவதாகச் சொல்லிக்கொள்ளுபவர்கூட ஹ்ருதயவேலை ஒழுங்கீனப்பட்டு வருந்த நேரிடுகின்றது; அவ்வித ஒழுங்கீனத்தின் மிக ஸாதாரணமான குறி ஹ்ருல்லாஸமேயாம். மத்யத்தைப்போலவே புகையிலையும் ஹ்ருதயத்தைத் தாக்குமியல்புடையதாகையால், அதை எவ்வகையிலேனும் உபயோகிப்பதாலும் ஹ்ருல்லாஸம் ஸம்பவிக்கும். வியாதிநிதான முறைப்படி "புகையிலை ஹ்ருதயம்" (tobacco-heart) என்று ஒருவித ரோகம் ஹ்ருதயத்திற்கு உண்டாவது பிரஸித்தம்; இந்த நிலைமையில் அவ்வவயவம் புகையிலையிலடங்கிய ஒருவித விஷப்பொருளின் (nicotine) சக்தியினால் வியாதிகொண்டு வருந்தும். புகையிலையை அதிகமாய் உபயோகிப்பவர் ஹ்ருல்லாஸத்திற்கு எளிதில் வசப்படுகிறார்கள் என்றாலும், சில தேஹப்பிரக்ருதிகள் வேறு சிலரைவிட வெகு எளிதில் புகையிலையின் விஷத்தினால் ஹ்ருதயம் தாக்கப்பட்டு வருந்த நேரிடுகிறதென்பதை மறக்கக்கூடாது. டாக்டர் ஓல்ஸென் எழுதுகிறார்:—"நான் பரிசோதனைசெய்து விஷயதத்துவங்களை யுணர்ந்து வெளியிடும் எச்சரிக்கையை மீறி, புகையிலைச் சுருட்டைப் பிடிவாதமாய் உபயோகிப்பவர், ஹ்ருல்லாஸ வியாதியினால் வருந்துபவர் என்றுமாத்திரம் சொல்வதற்கில்லை; அதற்குமேலும், ஹ்ருதயத்தை இயற்கையினும் அகலச் செய்து (dilatation of the heart) மிகவும் கடுமையான குறிகளையும் உண்டுபண்ணும்; இவ்விகாரமானது சிலஸமயம் பிணியாளிக்குப் பிராணாபாயத்திற்கும் காரணமாகும். தூமபானம் செய்து ஹ்ருல்லாஸமுண்டாய் வருந்துபவர் அநுஸரிக்கக்கூடிய ஒரே ஒரு முறையுண்டு; அதாவது, புகையிலை உபயோகிக்கும் வழக்கத்தை முற்றிலும் விலக்கிவிடுவதேயாம்."

ஹ்ருதயம் என்கிற அவயவம் கோளாறடைவதாலான வியாதிகளையெல்லாம் நாம் இங்கு விவரிக்க விரும்பவில்லை; ஆனால் அவ்வித ரோகங்களில் அல்லது அவ்வித ரோகங்களைவிட ஹ்ருல்லாஸமே வெகு ஸாதாரணமாய் அவ்வவயவத்திற்குக் காணக்கூடியது. வியாதியின் மூலமாய் ஹ்ருதயத்திலுள்ள பதார்த்தங்கள் அல்லது அதிலடங்கிய கபாடங்கள் அழிவுறுவதை அல்லது மாறுதலடைவதை நாம் குறிப்பிடுகிறோம். ஹ்ருதயத்திலுண்டாகும் கோளாறு எவ்விதமானதாயிருந்தபோதிலும், அவ்விதக் குறைவை ஈடு செய்வதற்குப் போதுமாறு, பிணியாளியை அமைதியாக இருக்கச் செய்வதோடு, வெகு ஜாக்கிரதையாக ஏற்ற சிகித்ஸை செய்து வருவதானது ஹ்ருதயத்தின் தசைகள் உற்றவளவு விருத்தியாய் பலமும் செழிப்பதற்கு அநேக ஸமயங்களில் போதுமானதாயிருக்கும்; பிறகு இதன்பலனாக ஹ்ருதயமானது தனது இயற்கை வேலையை திருப்திகரமாகச் செய்யத் துவக்கும்; ஆனால் இந்த ஸமயங்களில் மிதமிஞ்சி வேலைசெய்வது வியாதியைக் கிளப்பிவிடுவதற்குக் காரணமாகும். ஹ்ருதயத்திலுண்டான அவயவக்கோளாறால் (organic heart disease) வருந்தும் எப்பிணியாளியும், புகையிலையுபயோகிப்பதை முற்றிலும் விலக்கவேண்டும். ஏற்கனவே பலங்குன்றிய ஹ்ருதயத்திற்கு வேறு சில தொந்தரவுகளை உண்டுபண்ணுவது விவேகிகளுடைய காரியமல்ல. அநேகம்பேர் மதுபானஞ் செய்தும், புகையிலையுபயோகித்தும் காப்பிமுதலியதை யுட்கொண்டும் தமது உயிர் வாழ்க்கையை விஷயமுணராமல் குறைத்துக்கொண்டார்கள் என்பது வாஸ்தவம். தேயிலையும் காப்பியும் உத்தீபநம் செய்வதில் மந்தவீர்யமுள்ளவையென்றாலும், அவற்றை உபயோகிக்காமலிருப்பது நலம். தேயிலை, காப்பி, புகையிலை, சாராயம் இப்பதார்த்தங்கள் இரத்தவோட்டத்தின் வேகத்தைத் துரிதப்படுத்தி, ஹ்ருதயத்திற்குப் பெருஞ்சுமையைத்

* நிதானம் என்றால் ரோககாரணம்; அது பலவகைப் பட்டதென்று ஆயுர்வேதநூல்கள் கூறுகின்றன; உத்பாதகநிதானம், என்றும், வியஞ்ஜக நிதானம் என்றும் அது இரண்டாகப் பகுக்கப்பட்டிருக்கிறது. உத்பாதகம் என்பது நேராக வியாதியை உண்டுபண்ணும் காரணம்; வியஞ்ஜகம் என்பது முக்கியமான காரணத்திற்கு உதவிசெய்து வியாதியை வெளிப்படுத்தும் (Prolific cause) காரணமாகும். ப-ர்.

தந்து, சில நாழிகைகளிலேயே அதை மிகவும் பலஹீனப்படுத்தி விடுகின்றன.

சிகித்ஸை:—முதலில் வியாதிக்குக் காரணமாயுள்ளதை ஸாத்தியமானவரையில் விலக்க முயலவேண்டும். முன் குறிப்பிட்ட சரக்குகளில் ஏதாவது உபயோகத்தில் இருந்துவந்தால், அவற்றைப் பரிஹரித்து வரவேண்டும். ஹ்ருல்லாஸமானது சோர்ந்து போவதையோ, மனத்தொல்லையையோ, சக்திக்கு மிஞ்சிய வேலையையோ காரணமாக உடையதானால், இவற்றைச் சரிப்படுத்தவேண்டும். ஹ்ருல்லாஸம் உண்டாகும்போதே, பிணியாளியை வெகு அமைதியாக இருக்கச்செய்து சிரமபரிஹாரம் பண்ணிக்கொள்ளச் சொல்லவேண்டும். மனக்கவலை யொன்றும் அப்பிணியாளிக்கு இருக்கக்கூடாது. ஹ்ருல்லாஸம் உண்டாகும்போது, மிகவும் பயமும் சிந்தையும் அதிகமாய் உண்டாவது ஸஹஜமானாலும், ஹ்ருதயத்தில் அவயவக் கோளாறுகள் ஏதும் ஸம்பவிக்காதவரையில், இவ்வியாதியினால் தீங்கு நேரிடுவதில்லை. வெந்நீரையோ குளிர்ந்த ஜலத்தையோ ஒரு கோப்பையில் பருகக் கொடுப்பதைத் தவிர்த்து, வேறு ஒரு ஔஷதத்தையும் ஹ்ருல்லாஸவியாதியில் பிரயோகிப்பது யுக்தமல்ல. இரைப்பை ஒரு வேளை பருத்திருப்பதுபோலத் தோற்றினால் ஏப்பத்தை வெளியிடுவது தற்காலம் ஸௌகர்யமாயிருக்கும். சிலவேளை வமன ஔஷதமுபயோகித்து, இரைப்பையைச் சுத்தம் செய்து விடுவதும் அவசியமாகும். மலபந்தம் ஒரு அஸாதாரணமான நோயல்ல; அது எப்பொழுதும் பெரும்பாலோருக்கு இருக்கக்கூடும்; ஒரு கால்படி அல்லது அதற்கும் அதிக அளவான வெந்நீரையாவது, மூன்று நான்கு பலம் ஆமணக்கெண்ணெயையாவது உட்கொண்டோ, வஸ்தியைப் (enema) பிரயோகித்தோ அப்போதைக்கப்போது மலச்சிக்கலை நிவ்ருத்தி செய்துவரவேண்டும். அநேக ஸமயங்களில் வஸ்திப்பிரயோகம் ஒன்றே இரைப்பையையும், குடல்களையும் சுத்தம் செய்து, ஹ்ருல்லாஸத்தையும் தணிக்கக்கூடும்.

“ஹ்ருல்லாஸ வியாதியினால் வருந்துபவனுடைய ஆஹார விஷயத்தில் வைத்தியன் அதிக கவனம் செலுத்துவது அவசியம். சில ஸமயம் பிணியாளி இரண்டொருநாள் பட்டினியிருப்பது, அவ்வியாதிக்குப் பரிஹாரமாயிருக்கும். அப்பொழுது பழங்களையோ பழச்சாறுகளையோ ஆஹாரமாக உபயோகித்து வரலாம்; தினப்படி உபயோகப்படுத்தும் ஸாதாரண ரொட்டி அல்லது அன்னம் முதலியதை இவ்வியாதி யுண்டாயிருக்கும்போது பரிஹரிப்பது நலம்” என்று டாக்டர் ஒல்ஸென் கூறுகிறார். அவர் இன்னும் சொல்லுகிறார்:—“போர்ட் வொயின், விஸ்கி, பிராந்தி, அல்லது வேறு எவ்வித மத்ய இனத்தையும் இந்த வியாதியிலோ—அல்லது எந்த வியாதியிலாகட்டும்—ஒருவன் பிணியாளிக்குக் கொடுத்தானானால் அதைவிட மூடத்தனம் வேறொன்றுமில்லை. நிர்மலமான ஜலத்தைப் பருகுவதே அபாயமில்லாத வெகு சிரேஷ்டமான உத்தீபநம் (stimulant) ஆகும். அநேகம் தலையணைகளை உடம்பின் பக்கங்களிலும், தலைமாட்டிலும், கால்களின் கீழேயும் போட்டுக்கொண்டு சிந்தையொழிந்து அசைவின்றிப் படுத்திருப்பது, மற்றவிதமான ஏற்பாடுகளைவிட, பிணியாளிக்கு மிகவும் ஸௌகர்யமானதாகவும், வியாதிநிவாரணத்திற்கு இன்றியமையாததாகவும் இருக்கும்.”

ஹ்ருல்லாஸம் வந்து, காலவளவில் அது நிவ்ருத்தியான சிலநாட்கள் கழித்து, மெதுவாக வெளியில் தோட்டம் முதலிய இடங்களுக்குச் சென்று ஸுகமாக உலாத்துவதும், வெகு ஸுலபமான வியாயாமங்களை மெள்ள மெள்ளச் செய்வதும், எளிதில் ஜீர்ணமாகக் கூடிய உணவுகளைப் புஜிப்பதும், நிர்மலமான ஜலத்தைப் பருகுவதும், சுத்தமானவாயு உலாவும் மனோஹரமான பிரதேசத்தில் வஸிப்பதும் இதற்கு இன்றியமையாதனவாம்.

TUBERCULAR GLANDS OF THE NECK. *

க்ஷயரோகச் சிலந்திக்கு ஆதாரமான கழுத்திலுள்ள கிரந்திகள்.

By C. H. Hayton, B.A., M.D.

குழந்தைகளுக்கு வெகு ஸாதாரணமாய் கழுத்தில் உண்டாகும் சிறிய உருண்டை வடிவமுள்ள வீக்கங்கள் அநேகமாய் சுபாவத்தில் சிலந்திக்கு ஸம்பந்தப்பட்டவையாயிருக்கின்றன. அவை வீக்கங்கொண்ட நிணநீர்க் குழாய்களின் சங்கிலி (lympatic chaine) என்றும், இரத்தத்தில் வந்துசேரும் சில விஷப்பொருட்களை உறிஞ்சு அவ்வாறு வீக்கங்கொள்ளுகின்றனவென்றும் அறிக; இவ்வாறு வீக்கங்கொண்ட அநேகம் கிரந்திகளைக் கழுத்தின் ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் காணலாம். இக்கிரந்திகளின் கூட்டம் வாய்க்கும், தொண்டைக்கும் ஒருவாறு வடிகால்களைப்போல் அமைந்திருக்கிறதெனக் கூறலாம்.

சிறு குழந்தைப் பருவத்திலேயே ஸாதாரணமாக இரண்டு வயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகளுக்கே இவ்விதமான வீக்கம் கழுத்தில் தோன்றுவது வழக்கம். முதன்முதற் காணும்போது வீக்கமானது சிறிதாகவும், உருண்டையாகவும், வலியற்றதாகவும், பிடித்து அசைக்கக்கூடியதாகவும் இருக்கும். இது குழந்தைக்கு எவ்வித அஸௌகர்யத்தையும் உண்டுபண்ணுவதில்லை. வீக்கமானது கூடுமானவரையில் நன்கு விளக்கமாக எவ்வளவுக்கெவ்வளவு வளர்ந்து வருகின்றதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு அக்குழந்தையின் பெற்றோருக்குக் கவலையுண்டாய், வைத்தியரிடம் சிகித்ஸைக்குக் கொண்டுபோகவேண்டுமென்னும் எண்ணமும் அதிகரிக்கும்; சிலர், அவ்வீக்கங்கள் சஸ்திரசிகித்ஸையினால் தீர்க்கக்கூடியவையென்றும் தீர்மானிப்பார்கள்.

பிறகு சிறிது காலத்திற்கெல்லாம் வீக்கங்கொண்ட அக்கிரந்திகளின் திரள் மிருதுத் தன்மையடைந்து, அவற்றின் மேலுள்ள சர்மமும் சிவந்துவிடும். இறுதியில் உடைந்து, தோய்ந்துபோன ஒருவித மஞ்சள்நிறமான சீழ் வெளியாகும். வீக்கத்தின் உடைந்த முகம் ஆறுவதற்கு ஆரம்பித்து, அப்பால் மறுபடியும் வீக்கமேற்பட்டு உடைவது இயல்பு. வியாதிகொண்ட கிரந்திகளை அடியோடு அறுத்து விலக்கும் வரையில் அப்புண்கள் பற்றற ஆறி ஸௌக்கியமடைவதில்லை. குழைந்தைகளுக்கு ஸாதாரணமாய் வரக்கூடிய சிற்றம்மை, கக்கிருமல், விஸர்ப்ப ஜ்வரம் முதலிய வியாதிகள் ஸம்பவித்தபிறகு இக்கிரந்திகள் மிக வேகமாகப் பருத்து வீங்கிவிடும்.

காரணங்கள்:—இவ்வீக்கங்கள் ஸூக்ஷ்மமான சில சிலந்திகளால் (tubercular bacilli) ஸம்பவிப்பதாக இப்பொழுது கண்டுபிடிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அந்த நுண்ணுயிர்கள் வாயின் மூலமாய் கிரந்திகளில் பிரவேசித்து விடுகின்றன. இவை உணவின் மூலமாய் வாயில் பிரவேசிக்கின்றன; இச்சிலந்திகள் என்கிற நுண்ணுயிர்கள் ஸம்பந்தப்பட்டு மிகவும் தீங்கிழைக்குமாறு கெட்டுப்போன உணவு எதுவென்றால்—பசுவின் பாலேயாம்.

எடின்பரோ நகரத்தில் வியாதிகொண்ட குழந்தைகளின் தர்மவைத்திய சாலையில் (Sick children's Hospital in Edinburgh) உத்தியோகம் வஹிக்கும் டாக்டர் ஏ.பி. மிச்செல் (Dr. A. P. Mitchell) என்பவர், ஸமீபத்தில் அவ்விடத்துக் கடைகளில் விற்கப்படும் பாலைப் பரிசோதனைசெய்துவந்தார். ஒவ்வொரு கடையிலிருந்தும் ஒவ்வொன்றுவிதம், 406 மாதிரி பாற்புட்டிகளை வாங்கி, க்ஷயரோக ஸம்பந்தமான சிலந்திகளை காண்பதற்கான முறையில வெகு ஜாக்கிரதையாகப் பரிசோதனைசெய்தார். அவற்றுள் (406 மாதிரிகளில்) 82 போக

* Reproduced and translated from the "M. S. Journal"

மிச்சமுள்ள அனைத்தும் இந்த நுண்ணியிர்கள் ஸம்பந்தப்பட்டவையென்று அவர் கண்டறிந்தார். இவ்விதமான பாலையே காய்ச்சாமல் எடின்பரோவிலுள்ள குழந்தைகளுக்குப் பிரதிதினமும் உட்கொள்ளக் கொடுத்து வருகிறார்கள்; அபாயகரமான இந்த விஷக்கிருமிகள் நிரம்பிய இப்பாலை உபயோகிப்பதால், குழந்தைகளிடம் அவற்றாலுண்டாகக்கூடிய வியாதி எளிதில் பற்றிவிடுகின்றது. இப்பரிசோதனையிலிருந்து நாம் முடிவுக்கு வரவேண்டிய விஷயமென்னவென்றால்——கொதிக்கவைத்துப் பக்குவம் செய்யாத நிலைமையில் எந்தப் பாலையும் குழந்தைகளுக்கு ஊட்டக் கூடாது என்பதேயாம். க்ஷயரோகத்திற்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்களால் தூஷிப்பிக்கப்பட்ட பசுக்களிடமிருந்து பருகுவதற்குப் பால் கறப்பதையும், அவ்விதமான பால் கடைகளில் விற்கப்பட்டு வருவதையும் பார்த்து, இச்சமயத்தில் நான் சும்மாயிருக்கமுடியாமல் ஜனங்களுக்கு அவ்விஷயத்தில் எச்சரிக்கை செய்கிறேன்.

பாலைக் கொதிக்கவைப்பதென்றால்—அதை 150 முதல் 170 டிக்ரி அளவான சூடுண்டாகுமாறு காய்ச்சி, சுமார் இருபது நிமிஷம்வரையில் அதே சூட்டில் வைத்திருப்பது. இவ்வாறு வீடுகளில் அவரவர் மிகவும் எளிதாகவே பாலைப் பக்குவம் செய்யலாம்: இதற்கு ஒருவித சிறிய இரட்டைக் கொப்பரையை (double boiler) உபயோகிப்பது நலம்; அதில் வெளிப்பானையில் கொதிக்கும் ஜலமும், அதனுள் அடங்கிய மற்றொரு சிறிய கலயத்தில் பாலும் இருக்கும்படி இக்கொப்பரை அமைக்கப்பட்டிருக்கும். இப்படிச் செய்வதால், பாலை நேராக அக்கினியிற் பக்குவம் பண்ணுவதாலான சில தோஷங்கள் ஏற்படாமல் பால்மாத்திரம் நன்றாகச் சுத்தமாக ஆய்விடும்.

டாக்டர் மிச்செல் இன்னும் இவ்விஷயமாகக் கூறுவதாவது:—குழந்தைகளுக்குக் கழுத்தில் வீங்கியிருந்த கிரந்திகளில், 72 கிரந்திகளை அவர் அறுத்து எடுத்துவிட்டார்; அவற்றுள் 68 கிரந்திகள் நுண்ணியிர்களால் தோஷங்கொண்ட பாலை உபயோகித்ததால் வீங்கிப்போனவையென்றும் தெரியவந்தது. இவ்வாறு குழந்தைகளுக்கு உபயோகித்த பால் எங்கெந்த பசுக்களிடமிருந்து கறக்கப்பட்டதோ, அப்பசுக்களையும் அவர் விசாரித்துப் பார்த்து, அவை இச்சிலந்திகள் என்னும் நுண்ணுயிர்களால் வியாதிகொண்டிருந்தனவென்பதையும் பரிசோதித்து அறிந்துகொண்டார். எங்கெந்த வழிகளால் பாலிலிருந்து இவ்வியாதி ஜனங்களிடம் பரவிவருகிறதென்பதையும், இக்கிருமிகளால் தூஷிப்பிக்கப்பட்ட பசுக்கள் இன்னும் ஸொந்தக்காரர்களால் பால் கறக்கப்பட்டு வருகின்றனவென்பதையும் அவர் நன்றாகக் குறிப்பிட்டுக் காட்டியிருக்கிறார். குழந்தைகளுடைய கழுத்தில் வெகு நாட்களாயிருந்துவருகிற உருண்டையான வீக்கங்கள், க்ஷயரோக நுண்ணுயிர்களால் தோஷங்கொண்ட பசுவின் பாலை உபயோகிப்பதாலேயே ஸம்பவிக்கின்றனவென்பதில் இனி ஒரு பொழுதும் ஸந்தேஹிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

பெரும்பான்மையான கேஸுகளில் இவ்வீக்கங்கள் ஸ்வஸ்த்தம் செய்யக்கூடியவையேயாம். காரணங்களை அறிந்துகொண்டால், இவ்வியாதியைத் தடுப்பதற்கேற்ற உபாயங்களையும் எளிதில் கண்டறியலாம். எல்லாப் பசுக்களுடைய பாலையும், உணவாக உபயோகிப்பதற்குமுன் முற்கூறியவாறு இரட்டைக் கொப்பரையிலிட்டு பக்குவம் செய்யவேண்டும். நோய்கொண்ட குழந்தையை வீட்டுக்கு வெளிப்புறங்களில் (சுத்தமானவாயு ஸஞ்சாரமுள்ள இடங்களில்) வைத்துக்கொண்டிருப்பது நலம். வாஸ்தவமாக இதன் தத்துவத்தைக் கவனித்தால், விசாலமான உயர்ந்த பூமிகளில் வீட்டுக்கு வெளியில், ஏராளமான நிர்மலவாயுவை ச்வஸித்துவந்தால், குழந்தைக்கு அதுவே மிகவும் ச்லாக்கியமான உணவாகக் கருதப்படுகிறது. வீக்கங்களின்மேல் தினந்தோறும் சூடான ஒற்றடங்களைப் பிரயோகித்து வருவதும் அவசியமாம்; அதனால் வீக்கம் தனக்குத் தானே கிரமமாகக் குறைந்துவிடும். வீக்கத்தைக் கீண்டு, கிரந்தியை அறுத்து எடுத்துவிடுவதே எல்லாவற்றிலும் சிறந்த சிகித்ஸையென்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஒரு தடவை அவ்வாறு நோய்கொண்ட பாகம் பற்றற விலக்கப்பட்டுப்போனால், மறுபடி அவ்விதமான கோளாறு ஸம்பவிப்பதற்கும், அதன் மூலமாய் வெவ்வேறு சிறிய நோய்கள் இளைத்துத் தொந்தரவு செய்வதற்கும் இடமில்லாமல், குழந்தைகளுக்கு ஸௌக்கியமும் விருத்தியடையும்.

THE BENEFITS OF LEARNING OF HYGIENIC PRINCIPLES FOR WOMEN

ஸ்திரீகள் சுகாதார விஷயங்களைக் கற்பதனாலான நன்மைகள்.

By K. Rajagopalalchariar, B.A..

இப்பொழுது சில காலமாக இத்தேசத்திலும் பிற தேசங்களிலும் பெண்கல்வி நாளுக்குநாள் விசேஷமாக விருத்தியடைந்து வருவது யாவருக்கும் மிக்க மகிழ்ச்சியைத் தருகின்றது. ஆயினும் பெண்கள் கற்கவேண்டிய பற்பல விஷயங்களுள் மிகவும் முக்கியமாகிய சுகாதார விஷயங்களைச் சேர்த்துப் படிப்பியாமலிருப்பது ஒரு பெருங்குறை. சுகாதாரவிஷயங்களைக் கற்பது அவரவர் தேஹஸௌக்கியத்தைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதற்குமாத்திரமேயன்றி, குடும்பத்தைப் பரிபாலிப்பது முதலிய பெண்களுக்குரிய பல தொழில்களுக்கும் இன்றியமையாததாம். இப்படிப்பட்ட மிகவும் முக்கியமான விஷயத்தை ஸதிரீகள் விடாமல் கற்றுவந்திருப்பார்களானால் நாட்டில் எவ்வளவோ நன்மைகளுண்டாயிருக்குமென்பதற்குச் சிறிதும் ஸந்தேஹமில்லை. ஆதிகாலத்தில் ஸ்திரீகள் கற்றுத் தேர்ந்தவர்களாயிருந்தார்களென்பது மெய்யே; ஆகிலும் அக்காலத்திலும் அவர்களுக்கு இந்தக்குறை இருந்ததாகவே தெரியவருகிறது.

மத்தியகாலத்தில் பெண்கல்வி யில்லாதிருந்த பெருங் குறையைப் போக்கும்படி இப்பொழுது பெண்கல்வி விசேஷமாக நடந்தேறி வருகின்றதாயினும், அவர்கள் சீக்கிரத்தில் மேலான பதவிக்கு வருவதற்குரிய கல்விகள் இவையெனக் கண்டறிந்து அதற்கு ஏற்றபடி கற்பிக்கப்படவில்லை. அதனால் மற்றப் படிப்புகளையெல்லாம் நிறுத்திவிட வேண்டுமென்பதன்று சொல்ல வந்தது. சுகாதார விஷயங்கள் ஆரோக்கியத்திற்கும் ஸௌக்கியத்திற்கும் இன்றியமையாதவையாதலால், ரஸாயனம், வைத்தியம் முதலிய மற்றச் சாஸ்திரங்களைப் போலவே இதையும் ஒரு முதன்மையான சாஸ்திரமாகக்கொண்டு அவர்களுக்குச் சரியாகக் கற்பித்து வரவேண்டுமென்பதேயாம்.

இந்தக் சுகாதார சாஸ்திரத்தின் பெருமையைப்பற்றி ஒருவர் எழுதியிருப்பதாவது: "நாம் ஸௌக்கியமாக வாழ்வதற்கு இந்தச் சுகாதாரசாஸ்திரம் கற்கவேண்டுமா? இதைக் கற்பதனால் அவ்வளவு அனுகூலமுண்டாகிறதா" என்று எவருக்காயினும் ஸந்தேஹமுண்டானால், அவர்கள், உலகத்திலே முதுமைப்பருவத்தில் எத்தனைபேர் நோயற்ற வாழ்வும் குறைவற்ற செல்வமுமாயிருக்கிறார்களோ ஆய்ந்து பார்க்கட்டும். முதுமைப் பருவத்தில் உடம்பு வலிமை குன்றாமல் ஒரே தன்மையாயிருப்பவர்களைக் காண்பதரிது. எங்கே பார்த்தாலும் ஏதாயினும் ஒரு குறைவு கண்ணுக்குத் தோன்றிக்கொண்டேயிருக்கும். மிதமின்றிக் காற்றிலும் பனியிலுமலைந்து அதனால் இருமல் முதலிய நோய் கண்டு வருந்துபவர் பலரிருப்பார்கள்; மிதமிஞ்சிப் படித்துக்கொண்டவர்களும் பித்தம் பிடித்தவர்களும் உயிரையே இழந்தவர்களும் பலரிருப்பார்கள்; ஒருவாறு அடிபட்ட காலோடு எழுந்து நடந்து ஒருவன் தள்ளாடிக் காலொடிந்து முடவனாயினான். ஒருவன் உடம்பு கொழுத்துத் தலைதெரியாமல் விளையாடிப் பிறகு வைத்தியத்திற்கு அஸாத்தியமான உபத்திரவத்தையடைந்தான். இப்படி தேஹத்தில் உபாதி உண்டாவதானால் தேஹஸௌக்கியம் கெட்டு, வாணாள் வீணாவதுமன்றி, தாம் பலருக்கு நன்மைசெய்து தாமும் ஸுகப்படுவதுபோய், எப்போதும் அயலார் கையையே எதற்கும் எதிர்பார்த்துக் கொண்டு அவர்களுக்கு ஒரு பெருஞ் சுமையாயும், பூமிக்குப் பாரமும் சோற்றுக்குக் கேடுமாய் ஆகிவிடுகிறார்களல்லவா? என்று சொல்லுகிறார்.

ஆதலால் இந்த சாஸ்திரம் பெண்கள் கற்கவேண்டிய விஷயங்களுள் மிகவும் முக்கியமானதென்றே சொல்லத்தகும். அதிலுள்ள நுட்பங்கள் கற்பதற்கும் கடினமானவைகளல்ல;

எளிதில் கற்றறிந்துகொள்ளலாம், மறவாமல் ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்வதுமெளிதுதான். பெண்கள் வைத்தியசாஸ்திரம் படிப்பதைப்பற்றி ஆக்ஷேபிப்பவர்கள் சிலருண்டு; இத்தனை அவசியமான சுகாதார விஷயங்களைப் பெண்கள் கற்றுக்கொள்வதைப்பற்றிஒருவரும் ஆக்ஷேபம் சொல்லமாட்டார்கள். ஸ்திரீகள் வீட்டைப் பரிபாலிக்க வேண்டாமா, பிள்ளைகுட்டிகளைக் காப்பாற்றவேண்டாமா, நோயாளிகளுக்கு உபசாரஞ்செய்யவேண்டாமா? ஆகவின் வந்தபின் காப்பதிலும் வருமுன் காக்கும் உபாயத்தைக் கற்பிதென்றால் யார்தான் அதற்குத் தடை செய்வார்கள்?

ஸாதாரணமாய் இக்காலத்தில் இத்தேசத்தில் நேரிடுகிற மரணங்களுள் அரைக்கால் பங்குதான் கிரமமாய் வயதுசென்று நேரிடுகிற மரணம். மற்றவை யெல்லாம் நமது அறியாமைமுதலிய தீமைகளால் நேரும் விபரீதகாரணங்களேயாம். இதுவன்றி எத்தனைபேர் நோயும் பாயுமாய் எவ்வளவுகாலம் எழுந்திருக்கச் சக்தியற்று விழுந்துகிடக்கிறார்கள்! அதனால் உண்டாகும் பொருட்செலவு முதலிய இவ்வளவென்று நாம் எடுத்துச் சொல்லவேண்டியதில்லை. ஆனால் இத்தன்மையான விபரீதங்களைத் தடுக்க துரைத்தனத்தார் இக்காலத்தில் பலவிதமான முயற்சிகள் செய்து வருகிறார்கள். அதனால் விபரீதங்களும் குறைந்துகொண்டே வருகின்றன. ஆயினும் இப்படிச் சட்டம் ஏற்படுத்தி அதன் மூலமாய் தீங்குகளை விலக்கமுயல்வது மாத்திரமே போதாது; இதைப்பார்க்கிலும் இந்தச் சுகாதார விதிகளை ஒவ்வொருவரும் கற்றுக்கொண்டிருக்கும்படிச் செய்வது மிகவும் அவசியமானது. ஒவ்வொருவனும் நன்மையறிந்துகொண்டு தீமைவிளையவொட்டாமல் எச்சரிக்கையா யிருப்பதைப்போல அத்துணைச் சிறப்புடையது மற்றொன்றில்லை.

துரைத்தனத்தார் இந்தச் சுகாதார விதிகளை ஏற்படுத்தியபின் மரணத்தொகைக் கணக்கு மூன்றிலொருபங்கு குறைந்து வருவதுமன்றி, வாலிபத்திலிறவாமல் வயதும் நீடித்திருக்கிறார்களென்றால், சுகாதார விதிகளை அறிவதின் பெருமையை இதைவிட நாம் வேறென்னென்று எடுத்துரைக்கவேண்டும். தாய்மார்களும் மனையாட்டிகளும் சுகாதாரவிதிகளை நன்கு கற்றறிவார்களானால் நாட்டிற்கு உண்டாகும் நன்மை நம்மாலெடுத்துரைக்க முடியுமோ, இப்போழுது உலகத்தில் உண்டாகும் வியாதிகளுள் பல முதலே உண்டாகவொட்டாமல் நம்மால் விலக்கத்தக்கவையேயாம். அப்படியே பலவிடத்தில் செய்து மிருக்கிறார்கள்.

மனிதர்களுடைய ஆயுளளவு இவ்வளவென்பதைப்பற்றி வைத்தியசாஸ்திரி ஒருவர் கணக்கிட்டுச் சொல்லுகிறார். தேஹம் பூர்ணமாய் வளர எவ்வளவுகால மாகுமோ அதைப்போல் ஐந்துமடங்கு அவன் வாணாளளவு என்கிறார். மனித ஜாதிக்குத் தேஹம்வளர 20 வயதாகிறதென்றால், ஆயுளளவு 100 வயதென்பது தெளிவாகின்றது. பெற்றோரிடமிருந்து பற்றின நோய்களாயினும் வேறுவிதமா யிடையே சேர்ந்த நோய்களாயினும் ஒன்றுமில்லாதிருந்தால் இந்த நூறு வயதும் மனிதர்கள் சரியாகவே ஜீவித்திருப்பார்களென்பதற்குச் சந்தேஹமில்லை. ஆயினும் அப்படி நோயின்றிப் பிறக்கிற பிள்ளை மிகவுமருமையா யிருப்பதால், அவ்வளவு காலம் நீடித்திராமல் வாணாள் குறுகிப்போகிறது. இப்படிப்பட்டவர்களின் வாணாளளவைக் கண்டுபிடிப்ப தெப்படி யெனில், பெற்றோர் இரண்டுபேர், இரண்டு தலைமுறைப் பாட்டன் பாட்டிகள் 4 பேர் ஆக 6 பேர்களுடைய வயதை மொத்தம் கூட்டி 6-ஆல் வகுக்க, வருகிற ஈவுதான் ஒருவன் வயதென்று கொள்ளவேண்டும். ஈவு 60-க்கு மேற்பட்டால், 5-க்கு 1 வருஷம் வீதம் சேர்த்துக் கொள்ளவேண்டும்; 60-க்குக் குறைந்தால் 5-க்கு 1-வீதம் குறைத்துவிடவேண்டும். இப்படி ஏற்படுகிற வயதினளவுக்கு மேற்பட்டே ஜீவித்திருக்கும்படியாக ஒவ்வொருவரும் முயலவேண்டியது கடமை. சுகாதார விதிகளைப் பெண்கள் யாவரும் கற்றறிந்துகொள்வதே இதில் ஸித்திபெறுதற்குச் சிறந்த உபாயமாகும்.

சுகாதாரவிஷயங்களாவன:—தேஹஸௌக்கியத்திற்கு இன்றியமையாதவை பலவும் சுகாதார விஷயத்தில் சேர்ந்தனவேயாம். அவற்றுள் முக்கியமாக இப்பொழுது பெண்களுக்குக் கற்பிக்கத்தக்கவையென்று சொன்னது, தேஹ தத்துவசாஸ்திரத்துடன் பதார்த்த தத்துவசாஸ்திரம், நோயாளிகளுக்கு உபசாரம் செய்யுமுறை, வீட்டைச் சுத்தியாகவும் நல்ல காற்று உலாவும்படியாகவும் வைத்திருக்க வேண்டிய வழி, உணவும் அதனுபயோகமும், சமையல்செய்யும் வகை (பாகசாஸ்திரம்) ஆகிய இவைகளும், இவற்றைச்சேர்ந்த நல்ல ஜலம், நல்ல உணவு, நல்ல உடை, தேஹப் பயிற்சி, இளைப்பாறுதல் முதலானவற்றின் விவரங்களுமேயாம்.

இந்தச் சுகாதார விதிகளைக் கற்பதனாலாகும் நன்மை ஸ்திரீகளுக்கு ஒருவகையிலல்ல; அவர்கள் அடையும், அறிவு பற்பலவிதமான நிலைமைகளிலும் பலவாகப் பயன்படுகின்றது. பொதுவாய் ஸ்திரீகளென்கிற தன்மையில் மாத்திரமேயன்றி, மனையாட்டியாகவும், தாய்மாராகவும், யஜமானிகளாகவும், உபாத்திமார்களாகவும், தாதிமார்களாகவும், தொழிலாளிகளாகவும் அமைகின்ற பற்பல நிலைமைகளிலும் இக்கல்வி இன்றியமையாததேயாம்.

பொதுவாகப் பெண்களுக்கு இந்தக் கல்வி தமக்கும் பிறருக்கும் பயன்படுகிறதென்பது நிச்சயம். தன் விஷயத்தில் நோய்கள் அணுகவொட்டாமலும், தேஹத்தின் வலிவும் அழகும் குறையாமலும் காத்துக்கொண்டு நெடுநாள் ஜீவித்திருக்கும்படி செய்துகொள்ள ஏதுவாகிறதென்றால் இதைப்பார்க்கிலும் பெரிய லாபம் பிறிதென்னவேண்டும்.

எத்தனைபேர் நோய் முதலியவற்றால் பிடிக்கப் பட்டவர்களாகவும் எதற்கும் உபயோகமற்றவர்களாகவும் வருந்தித் தவிக்கிறார்கள்? அவர்கள் இந்தச் சுகாதார விதிகளைக் கற்றறிந்திருப்பார்களாயின் நல்ல திடகாத்திரர்களாகவும் பலர்க்கும் பயன்படுகின்றவர்களாயு மிருப்பார்களென்பது நிச்சயம். பிறருக்குப் பயன்படுவதைப்பற்றி ஒரு பெரும் பட்டியெழுதியிருப்பதாவது: "சுகாதார விஷயங்களைக் கற்காமையால் விளைந்த தீமைகள் இவ்வளவென்று எடுத்துச் சொல்ல எனக்கு வாய் வரவில்லை. இந்த நல்ல உபாயத்தை உணராமையால் என் குடும்பத்திலே என் அருமைப் பிள்ளைகளையும் பந்துக்களையும் பறிகொடுத்தேன். இந்த விதிகளை யறிந்திருந்தால் ஒரு அபாயமுமில்லாமல் அத்தனை பேரையும் காப்பாற்றி யிருக்கலாம். அத்தனையும் நம்மால் விலக்கக்கூடிய நோய்களே. இப்படியே எனக்குத் தெரிந்தவரையில் எத்தனையோ தாய்மார் துன்பப்பட்டுக்கொண்டிருக்கிறார்கள். இவ்விதமாகச் சுகாதார விஷயத்தில் பெருங் குருடர்களா யிருப்பவர்களுக்குக் கொஞ்சம் கண் திறந்து அவர்கள் சுகப்படும்படிசெய்தால் அதைப்போலப் பேருதவி வேறுண்டோ? தங்கள் அறியாமையைப் போக்கிக்கொள்வது மிகவும் எளிதென்றும், அப்படிப் போக்கிக்கொண்டால் பிறகு உண்டாகும் நன்மை இப்படிப்பட்டதென்றும் பிரஜைகளுக்குத் தெரிவித்துவிட்டால் பிறகு அவர்கள் தாமே கூட்டங்கூட்டமாக வந்து இவ்விதிகளைக் கற்றுக்கொள்ள முயலுவார்களென்பதற்குச்சந்தேஹமில்லை. சுகாதார விஷயங்கள் ஸ்திரீகளுக்கு நன்றாகத் தெரிந்திருந்தால் எவ்விடத்தில் எவ்விதமான அபாயம் நேரிட்டாலும் உடனே அதற்குத் தக்கபரிஹாரம் தேடிக்கொள்ள வகை உண்டாகும்; அன்றியும் வைத்தியர்கள் வந்து பார்த்து உபசாரம்செய்யும்போது அவர்களுக்குத் தம்மாலான உதவிசெய்யவும், வைத்தியர்கள் செய்யுஞ் சிகித்சையின் திறத்தைக் கண்டு ஆமோதிக்கவும், வைத்தியர்கள் சொல்லுகிறபடி நோயாளிகளுக்கு உபசாரம் செய்யவும் திறமையுண்டாகும்.

மனையாட்டிகளுக்கு இந்தச் சுசாதார சாஸ்திரப்பயிற்சி உபயோகப்படுவது எப்படியென்று பார்ப்போம். "தாய்க்குப் பின் தாரம்" என்கிற உலக வழக்கப்படி, ஆண்பிள்ளையொருவன் ஸம்ஸாரம் செய்துவரும் காலத்தில் ஒரு உபத்திரவமுமில்லாமல் அவனைப் போஷிக்கவேண்டிய கடமை இல்லாளைப்பொறுத்ததா யிருக்கின்றது. ஆனதுபற்றியே,

> "இல்லதெனில்லவண்மாண்பானுலுள்ளதென்
> இல்லவண்மாணுக்கடை."

எனக் கணவனுக்கு எல்லாச்செல்வமும் கற்புடைய இல்லாளே எனக் கூறியிருக்கிறார் நாயனாரும். ஒவ்வொரு குடும்பமும் அதற்குத் தலைவனாகிய புருஷனொருவனையே முக்கியமாக நம்பியிருக்கின்றது. அவனொருவனுக்கு ஏதேனும் கொஞ்சம் அசௌக்கியமுண்டாகி ஸம்பாத்தியமில்லாமற்போனால் அந்தக் குடும்பமெல்லாம் வயிற்றிற்கில்லாமல் வருந்தவேண்டியதுதானே. அப்படி ஒருகால் நேரிட்டுக் கடைசியில் தைவச்செயலாய் அவனுயிர்க்கே அபாயம் வந்துவிட்டால் பிறகு அந்தக் குடும்பம் என்ன பாடுபடவேண்டும். ஆதலால் அப்படி ஒருகாலும் நேரிடவொட்டாமல் பரிவுடன் புருஷனைப் பாதுகாப்பது இல்லாளைப்பொறுத்த கடமையேயாம். புருஷனுக்கு மனையாள் செய்யவேண்டிய முதன்மையான கடமையாவது, முதலில் வீட்டைப் பரிசுத்தமாக வைத்துக்கொண்டு ஆரோக்கியமான நல்ல உணவுகளைச் சமைத்துத் தகுந்தபடி உணவளித்துப் புருஷன் மனமகிழும்படி நடந்துகொள்ளவேண்டும். அவன் காலில்பட்டால் தன் கண்ணில்பட்டதுபோலெண்ணி உபசரிக்கவேண்டும். முக்கியமாய் அவனுக்கு வியாதி ஒன்றும் உண்டாகாதபடி கண்காணித்து வரவேண்டும். வந்தபின் அதற்குப் பரிஹாரம் தேடுவதினும் வருமுன்பே தடுத்துவிடுதல் மேலல்லவா? சுகாதாரவிதிகளைச் சிறிதுமுணராத மனையாளாயிருந்தால் இப்படிச்செய்ய அவளால் எப்படிமுடியும்? ஆதலால் மனையாட்டிகள் சுகாதார விதிகளைக் கற்றறிந்துகொள்வது அவர்கள் கடமைகளுள் ஒன்றாம்.

மனையாட்டிகளைப்பார்க்கிலும் தாய்மார்களுக்கு இது மிகவும் அவசியமானது. தாய்மார்களுடைய அறியாமையாலல்லவோ ஒவ்வொரு வீடுகளிலும் குழந்தைகள் அடிக்கடி இறந்துபோய்க்கொண்டே யிருக்கின்றன. அப்படியின்றித் தாய்மார்கள் சுகாதாரவிதிகளையுணர்ந்து அதன்படி குழந்தைகளைக் கருத்தாய்க் காப்பாற்றி வருவார்களானால் வெகு ஸௌக்கியமுண்டாகும். இதுமாத்திரமேயல்ல; இக்காலத்தில் குழந்தையாயிருப்பவர்கள் தாமே பிற்காலத்தில் பெரியவர்களாகிப் பெரிய குடும்பங்களை நிர்வஹிக்கத்தக்க புருஷர்களும் பெருமாட்டிகளுமாக வேண்டும். அதற்கேற்ற தேஹவலிவுடனும் புத்திவலிவுடனும் பிள்ளைகள் வளருதற்குத் தாய்மாரல்லவோ முதற் காரணம். அப்படி வளர்ப்பதற்கு வேண்டிய விதிகளையும் வழிகளையும் தாய்மார்கள் உணராதிருந்தால் அக்காரியம் அவர்களால் எப்படிச் செய்து முடிக்கக்கூடும்? குழந்தைகளை அவர்கள் சீராக வளர்க்காவிட்டால் பிற்காலத்தில் அத்தனைபேரும் வழிதுறை தெரியாமல் தவிக்கவேண்டுவதுதானே? இப்படிப்பட்ட பல தீமைகள் உண்டாகும்படி பெண்கள் சுகாதாரவிதிகளைக் கற்காமல் விட்டுவிடுகிறதென்றால் அதைப்பார்க்கிலும் பேதமை வேறுண்டோ?

யஜமானிகளைப்பற்றி யோசித்தால், சுகாதாரவிதிகளைக் கற்காதவர்கள் யஜமானி என்னும்பெயர் பெறுதற்கே தகுந்தவர்களல்லரென்று சொல்லவேண்டும். யஜமானியென்றால் வீட்டைப் பரிபாலிப்பவர்களல்லவா? வெளியேபோய் வேலைசெய்து வருகிற ஆண்பிள்ளைகளுக்கு வீட்டின் செய்தியென்ன தெரியும். வீட்டைப் பெண்டுகள் வசத்தில் ஒப்புவித்தல்லவோ அவர்கள் வீட்டுவிசாரமின்றி வெளிக்காரியத்தில் கண்ணாயிருக்கிறார்கள். அவ்வீட்டுப் பெண்களுக்குச் சுகாதாரவிதிகளொன்றும் தெரியாதிருந்தால் வீட்டைப்பரிபாலிக்க அவர்களால் எப்படியாகும்? வீட்டில் குப்பை கூளம், அழுக்குத்தண்ணீர், நல்ல காற்றில்லாமை முதலியனவும், அசுத்தமான உடை, தகாத உணவுமுதலியவும், அசௌக்கியத்திற்கு இடமானவையென்று அவர்களுக்குத் தெரிந்திருந்தாலல்லவோ அப்படி யொன்றுமில்லாமல் அவர்கள் வீட்டைச் சீர்ப்படுத்திக் கொண்டிருப்பார். ஆதலால் பெண்கள் கலியாணமாகிப் புருஷன் பக்கம்போய்ச் சேருவதன்முன்னமே சுகாதார சாஸ்திரத்தை அவர்களுக்கு நன்றாய்க் கற்பித்துவைப்பது பெற்றோர்களுடைய முதன்மையான கடமையாம்.

ஸ்திரீகள் உபாத்திமார்வேலை, தாதிவேலை முதலியவற்றில் அமர்ந்து அயலாருடைய பெண்களை ஆதரிக்கும்படி நேரிடுங்காலத்தில் அவர்களுக்குச் சுகாதாரசாஸ்திரப்பயிற்சி மிகவும் அவசியமாகும். இளமையில் சுகாதார சாஸ்திரத்தில் பயின்றிருப்பதே உபாத்தித்தொழில்முதலிய பெறுவதற்கு முதன்மையான யோக்கியதையென்று கொள்ளும்படியான காலம் வெகு சீக்கிரத்திலேயே வருமென்று உறுதியாக நம்புகிறோம். அவர்கள் செய்யவேண்டிய ஒவ்வொரு காரியத்திற்கும் இந்தச் சாஸ்திரப்பயிற்சி தேவையாயிருக்கின்றது. பிள்ளைகளின் வயதுக்கும் வலிவுக்கும் தக்கபடி படிக்கவேண்டியகாலம் இவ்வளவென்று தீர்மானிப்பது இதனாலேதான்; பாடசாலைக் கூடத்திலும் நோயாளிமுதலியோர் படுத்திருக்கும் அறைகளிலும் காற்று உலாவுதல், வெளிச்சம்முதலியன இவ்வளவு வேண்டுமென்று ஏற்படுத்துவது இதனாலேதான்: பிள்ளைகள் நிற்கவேண்டுவதும் உட்காரவேண்டுவதும் இன்னவிதமென்று ஒழுங்குபடுத்துவது இதனாலேதான்; பிள்ளைகளுக்கு தேஹப்பயிற்சியும் நித்திரையும் இளைப்பாறி யிருத்தலும் இவ்வளவு வேண்டுமென்று ஏற்படுத்துவது இதனாலேதான்; பிள்ளைகளுக்கு நோய்வருதற்கு முன்னமே நோய்காணுங்குறியைக் கண்டறிந்துகொண்டு அதற்குத்தக்க பரிஹாரம் தேடுவது இதனாலேதான்.

தாதிமார்களுக்கோ, குழந்தைகளுக்கு உணவு ஊட்டவேண்டிய விதம், நோய்கள் வரவொட்டாமல் காத்துக்கொள்ள வேண்டிய வழி முதலிய பலவற்றையும் சுகாதார சாஸ்திரமே தெரிவிக்கின்றது.

இவ்வாறே பலதொழில்களில் அமர்ந்திருக்கிற பெண்களுக்கு இந்தச்சுகாதார சாஸ்திரப் பயிற்சியிருந்தால் அவர்களுடைய தொழில்கள் இருமடங்காகச் சோபிக்கும். இந்த சாஸ்திரப்பயிற்சி ஸ்திரீகளுக்கு இப்படி இன்றியமையாதிருப்பதினாலேதான் இது முதலில் கல்விப்பயிற்சியுள்ள ஸ்திரீகளுக்குள்ளாயினும் பரவும்படி செய்வது அனைவருக்கும் முதன்மையான கடமையாயிருக்கின்றது. முதலில் கல்விப்பயிற்சியுள்ளவர்களிடம் பரவினால் அவர்களிடமிருந்து படிப்படியாய் மற்றவர்களிடத்திலும் தானே பரவும்படியாகும்.

கடைசியாகச் சுருக்கமாகச் சொல்லுகிறோம்: ஸ்திரீகள் மற்றெந்தக் கல்வியை உபேக்ஷைசெய்தாலும் சுகாதார விதிகள் கற்பதை மாத்திரம் சிறிதும் உபேக்ஷைசெய்யலாகாது. தங்கள் குழந்தைகளுக்காகவும், கணவனுக்காகவும், வேலைக்காரர்களுக்காகவும், உற்றுறவினருக்காகவும், அண்டையயலிலிருப்பவர்களுக்காகவும், முக்கியமாய்த் தமது தேஹஸௌக்கியத்திற்காகவும் பெண்பிள்ளைகளனைவரும் சுகாதாரவிதிகளை நன்றாகக் கற்றறிந்துகொள்ளவேண்டும். அப்படியே கற்றுத் தேர்ச்சிபெற்று யாவரும் நோயற்று நூறாண்டளவும் உடம்பு வலிமைகுன்றாமல் வாழ்ந்திருக்கும்படியான காலம் சீக்கிரமே வருமென்று எதிர்பார்க்கிறோம்.

"வைத்திய கலாநிதியில்" மாதந்தோறும் சுகாதார முறைகளைப்பற்றிய வியாஸங்களும் குறிப்புகளும் வெளியிடப்பட்டுவருகின்றன. அவை ஸாத்தியமான வரையில் எளிய நடையிலும், முற்றிலும் சாஸ்த்ரீய மார்க்கத்திலும் எழுதப்பட்டு வருகிறபடியால் இந்திய ஸ்த்ரீகள் அவற்றைக் கவனித்துப் படித்து விஷய தத்துவங்களை அறிந்து வருவார்கள் என்று நம்புகின்றேன்.

HEALTH OF CHILDREN.*

சிறுவர்களின் தேஹாரோக்கியம்.

Rao Bahadur,
Dr. C. B. RAMA RAO, B. A., M. D.

பாடசாலையில் படிக்கும் சிறுவர்களுடைய ஆரோக்கியமுறையை ஆராய்ந்துணர வேண்டுமானால், முதலில் அப்பிள்ளைகளின் பெற்றோர்களுடைய ஆரோக்கிய நிலைமைகளையும் ஒருவாறு அறிவது அவசியமாகும்; ஏனெனில், விஷயம் வெளிப்படையானதே. வியாதி க்ரஸ்தராயுள்ள தாய்தந்தையர்கள் எவ்வகையிலும் ஆரோக்கிய சீலர்களான குழந்தைகளைப் பெற்றெடுப்பது—அஃதிருக்கட்டும், வளர்ப்பதும் முடியாது. ஒரு குழந்தையின்தேஹம் அதிநுட்பமான உணர்ச்சியைப் பெற்று, வெளிப்புற உத்தீபநகாரிகளான விஷயங்களால் வெகு எளிதில் தூண்டப்படுவதற்கும் ஏற்றதாயிருக்கின்றது.

குழந்தைகளுக்கு ஊட்டப்படும் உணவு சிறந்ததாகவும், அளவில் ஏற்றத் தாழ்வில்லாததுமாயிருந்து, அது வஸிக்குமிடம் நாற்புறமும் நிர்மலமாகவும் இருந்துவருமானால், அவை வேண்டிய தேஹபலத்தைப்பெற்று வெகு உத்ஸாஹம் மேலிட்டு, மிகவும் துருதுருப்புடன் நன்றாக வளர்ந்துவரும். இவற்றிற்கு எதிரிடையான நிலைமைகள் ஏற்பட்டால், தேஹவளர்ச்சிக்கு இடைஞ்சலுண்டாய், வியாதிகள் ஸம்பவிப்பதற்கும் அவற்றின் உடல் இடங்கொடுக்கும். குழந்தைகளைப் பிறந்ததுமுதல் எடுத்து வளர்ப்பதும் விளையாடச்செய்வதும் தாயின் அதீனமானதால், அவளுக்கு ஆரோக்கியமார்க்கத்திற் சிறிதேனும் பரிசயமில்லாமற்போனால், குழந்தைகளை ஆரோக்கிய மார்க்கத்தில் பழக்குவது முற்று பெறமாட்டாது. பெற்றோர்கள் எவ்வளவு ஆரோக்கிய சாலிகளாயிருந்தபோதிலும், குழந்தைகள் ஜநிக்கும்போது மருத்துவச்சிகள் அஜாக்கிரதையாகவும், அசுத்தமானவர்களாகவும் இருந்தால், அப்பெற்றோர்கள் தமது குழந்தைகளின் ஆரோக்கியமும் க்ஷேமமும் சிறந்த நிலைமையிலிருக்குமென்று எதிர்பார்ப்பதற்கில்லாமற் போய்விடும். ஆரோக்கியமுறைகளைக் கவனிப்பதற்கு அவசியம் வேண்டிய முதற்கருவி கல்வியேயாகும். மிகவும் முன்னேற்றமடைந்த மேல் நாட்டாரது அடிச்சுவடுகளை முக்கியமான சில விஷயத்தில் பின்பற்றிச்செல்லும் முக்கிய ராஜயங்களான பரோடாவும், மைசூரும் ஆரம்பப்படிப்பை இப்பொழுது கட்டாயமுறையாக ஏற்படுத்திவிட்டன. கட்டாயப்படிப்பு முறையானது, சோம்பித்திரியாமல் மன ஊக்கத்தினாலும் தேஹவலிமையினாலும் பிள்ளைகளைக் கல்விகற்கப் புகுவதற்கு ஏற்றவர்களாயாக்க உயர்ந்த ஸாதனமாயாகின்றது. இராஜாங்கத்தார் இதனால் மேன்மேலும் பொறுப்புகள் புதிதாக வஹிக்கவேண்டி நேரிடுமென்பதற்குப் பதிலாக, கல்விப் பயிற்சியில்லாமலும், முடவன்களைப்போல் சரீரவன்மையின்றியும் தமது ராஜ்யத்தில் பிறருக்கு மிகப் பாரமயிருந்துவரும் ஜனங்களை இரக்ஷிப்பதற்கான பெரியதோர் கஷ்டம் நிவ்ருத்தியாகும். ஜப்பான் தேசத்தில், பள்ளிக்கூடக் கட்டடங்களை நல்ல காற்றோட்ட முள்ளவையாகவும், விசேஷ வெளிச்சத்தோடு கூடியவையாகவும், நிர்மலமாயிருப்பவையாகவும்செய்வதற்குஎவ்விதச்செலவும், எவ்வித முயற்சியும் பண்ணப்படவில்லை. மாணாக்கர்களுடைய சரீரவன்மையை மேன்மை படுத்துவதற்காகவே அத்தேசத்தியவர் பெரு முயற்சி யெடுத்துவருகினறனர்; அதாவது, இராணுவக்கவாத்து, நடந்தோடிப்பழகுதல், திறந்த மைதானங்களில் குதூஹலமுண்டாகுமாறு வேடிக்கையாக விளையாடுதல் என்னும் இவை ஒவ்வொரு பள்ளிக்கூடத்திலும் நியதமாக நிறைவேற்றப்பட்டு வருகின்றன. பாடசாலைகள்தோறும்—அது எவ்வளவு சிறிதானாலும் பெரிதானாலும்—ஒருதேர்ந்த வைத்தியரை பிள்ளைகளின் ஆரோக்கிய நிலைமைகளை அப்போதைக்கப்போது பரீக்ஷித்து வருவதற்கென்று நியமித்திருக்கின்றனர்.

ஸமீபத்தில், ஏழைப் பள்ளிக்கூடங்களில் படித்துவரும் சிறுவர்களைக் கிரமமாகப் பரீக்ஷித்து வரவேண்டுமென்று, சென்னை வைத்தியகலாசாலையில் உதவிபோதகாசிரியராயிருக்கும் எனது நண்பரான டாக்டர் ஸ்ரீநிவாஸமூர்த்தி அவர்களை, தியஸாபிகல் கல்விச்சங்கத்தின் காரியதர்சியான மிஸ்டர் வாடியா என்பவர் கேட்டுக்கொள்ள, அவரும் அவ்விதமே செய்து, மிகவும் உபயோகமான ஒரு ரிபோர்டையும் எழுதிவெளியிட்டது அநேகருக்குத் தெரிந்திருக்கும்.

இங்கிலாந்திலும், வேறுதேசங்கள் சிலவற்றிலும் இப்பொழுது, இராஜாங்கத்தார் ஏழைகளாயுள்ள பள்ளிக்கூடச் சிறுவர்களுக்கு இனமாக பகற்போஜனம் அளித்து வருவதற்கான ஏற்பாடுகளைச் செய்திருக்கின்றனர். விளையாடுவதற்கு விசாலமான திறந்த வெளியும், வியாயாமமென்னும் தேஹவுழைப்புக்கு ஏற்ற ஏற்பாடுகளும், அவற்றை நிறைவேற்றுவதற்கு அவசியமான உபகரணங்களும் வேண்டியவளவு இல்லாத பள்ளிக்கூடம் எதுவுமே முற்றிலும் நன்கு அமைந்ததென்று சொல்வதற்கில்லை. அபாயங்களில் பிரதம உதவி என்னும் விஷயத்தை உபாத்தியாயர்களுள் ஒருவராவது நன்றாகக் கற்று, அதற்கு அவசியமான ஸாதநங்களோடு பிள்ளைகளின் உபயோகத்திற்கு எப்பொழுதும் ஆயத்தமாயிருக்கவேண்டும்.

---

*An Extrac of a lecture delivered in K, S. High school at Tanjore.

வைத்திய கலாநிதி.
ராக்ஷஸ௵ மாசிமீ.

THE LOST AYURVEDIC LITERATURE.

நாம் இழந்துவிட்ட ஆயுர்வேத நூல்கள்.

முன்பு இந்தியாவுக்கு துஷ்காலம் நேரிட்ட ஸமயத்தில், மஹத்தான இரத்தினங்கள் எனத்தகும் சாஸ்திரங்களும் பொருள்களும் பலவாறு அழிவுற்றதுபோலவே ஆயுர்வேதத்திலும் உத்கிரந்தங்களாயிருந்தவை அநேகமாய் அழிவுற்றன. அறிவிலும் அநுபவத்திலும் தேர்ந்து, அளவிடக்கூடாத மஹிமை வாய்ந்த முற்காலத்திய ஆசிரியர்கள் இயற்றியதாக எமக்குத் தெரியவரும் அநேகம் மூலக்கிரந்தங்களின் பெயர்களும் சில பத்தியங்கள் அல்லது வாக்கியங்களும் மட்டும் தற்காலம் பிரசாரத்திலிருக்கிற ஆயுர்வேத நூல்களிலும், வியாக்யாநங்களிலும் கோட்பாடு செய்யப்பட்டிருக்கின்றனவேயன்றி, அப்புஸ்தகங்கள் இப்பொழுது கிடைக்கக் கூடியனவல்ல.

'ஆத்ரேய மஹர்ஷியை'த் தலைவராகக்கொண்ட ஆதிகாலத்திய ஆயுர்வேதாசார்யர்களாய் விளங்கிய அக்னிவேசர், பேளர், ஜதூகர்ணர், பராசரர், ஹாரீதர், க்ஷாரபாணி என்னும் ஆத்ரேயமுனியின் ஆறு சிஷ்யர்களால் அவரவருடைய பெயரைக்கொண்டு இயற்றப்பட்ட உத்தமமான ஸம்ஹிதைகள் அனைத்தும் அழிந்துவிட்டதாகவே நிச்சயிக்கப்படுகிறது; அது மாத்திரமா! விச்வாமித்ர ஸம்ஹிதை, காச்யப ஸம்ஹிதை, கபிலதந்த்ரம், கௌதமதந்த்ரம் என்று அந்தந்த மாமுனிகள் அவரவருடைய பெயரால் எழுதிய உயர்ந்த வைத்திய நூல்களையும் முற்றிலும் நாம் இழந்தவாயினும், அவற்றுள் 'அக்னிவேச ஸம்ஹிதை' என்கிற ஒரே ஒரு வைத்தியநூல் மாத்திரம் நமது

முன்னிலையில் ஒருவாறு தப்பிப்பிழைத்து இருந்துவருகிறது; அதிலும் அக்னிவேசர் எழுதிய மூலம்போய், அந்த மூலமே மூன்றுமுறை ஒவ்வொருவரால் தோன்றியவாறெல்லாம் திருத்தி யமைக்கப்பட்டு இப்பொழுது அஸ்த்திசேஷமான மனிதனைப்போல், அல்லது மூன்றுமுறை உருக்கிவார்க்கப்பட்ட உலோஹத்தைப் போல் இருந்துவருகிறது. ஏதோ ஒருபுதிய நூலைப்பற்றி இங்ஙனம் கூறுவதாகப் பிரமிக்க வேண்டாம்; ஆயுர்வேதம் என்றால் உடனே முதல்மொழியில் வரக்கூடிய மிகப் புகழ்பெற்ற 'சரகஸம்ஹிதையே' அக்னிவேச ஸம்ஹிதையென்று கூறப்படுகிறது. தஞ்ஜாவூர் அரண்மனைப் புஸ்தகசாலையில், 'ஹாரீதஸம்ஹிதை'யென்றும், 'பேளஸம்ஹிதை'யென்றும்போலிப் பெயரமைந்த இரண்டு புஸ்தகங்கங்கள் அறை குறையான நிலைமையில் இருப்பதாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டன.

காயசிகித்ஸாஸம்பந்தமான இக்கிரந்தங்கள் ஒருபுறமிருக்க, காசியில் ஆயுர்வேதக் கல்லூரியை ஆதியில் ஸ்த்தாபித்து, சல்யசிகித்ஸையென்னும் சஸ்திரசிகித்ஸைக்கு முதல் ஆசிரியனாயிருந்து காசிக்கு அரசனாய் விளங்கிய தன்வந்தரியினுடைய சிஷ்யர்களான ஸுச்ருதர், பௌஷ்கலாவதர், கோபுரரக்ஷிதர், போஜர், பாலுகி, கரவீர்யர், வைதரணர் என்பவர்கள் இயற்றிய மிகவும் ச்லாக்யமான சல்யசிகித்ஸா ப்ரதானமான கிரந்தங்கள் அக்காலத்தில் அற்புதமான பெருமை பெற்றிருந்தனவென்று, ஆங்காங்கு பிராசீன வியாக்யான நூல்களில் எடுத்து உதஹரிக்கப்பட்டுள்ள அவற்றின் சில அம்சங்களைக்கொண்டு இப்பொழுது நிர்த்தாரணம் செய்கிறோமேயன்றி, அவை இனி கிடைக்கக் கூடியவையாயில்லை. ஆனால் அவற்றுள் 'ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை' என்கிற கிரந்தம் ஒன்றுமாத்திரம், இதற்கு மூலக்கிரந்தமாயிருந்த வ்ருத்த ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையென்னும் மிகப் பெருமைவாய்ந்த நூல் ஒன்று இருந்து அழிந்துவிட்டதென்பதற்கு அறிகுறியாக இப்பொழுது இருந்துவருகிறது; இந்த ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையும், சரகத்தைப் போலவே பலவாறு திருத்தி சுருக்கமாக வரையப்பட்ட ஒரு ஸங்கிரஹக் கிரந்தமாகும். முதலில் தன்வந்தரி உபதேசித்த உத்க்ருஷ்டமான மிகவும் விஸ்தாரமாயிருந்த விஷயங்களை ஸுச்ருதர் ஒருவித ஒழுங்கான முறையில் ஸம்ஹிதையாகத் (வ்ருத்த ஸுச்ருதமாக) தொகுக்க, அது பிற்காலத்தில் சாஸ்திரதத்துவங்களில் போதுமாறு பரிசயம் பெறாத எவராலேயோ உருமாற்றியும் சுருக்கியும்—சிலவிடங்களில் தாறுமாறாகவும்—எழுதப்பட்டு இப்பொழுது ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிடம் ஆதிநூலுக்கிருந்த பெருமையை ஏதோ ஒருவாறு அடைந்துவிட்டது. இந்த ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையைத் தொகுத்துவரைந்தவர், விதேஹர் இயற்றிய சாலாக்ய தந்த்ரத்திலிருந்து* நேத்திரம், செவி, நாசி, தொண்டை இவற்றைப்பற்றிய வியாதிகளுடையவும், அவற்றின் சிகித்ஸைகளுடையவும் சில பாகங்களைக் கிரஹித்திருக்கிறார். பண்டைக்காலத்திய இன்னும் சில மிகப்பெரிய தந்திரங்களிலிருந்தும் சிற்சில அம்சங்கள் இதே விஷயமாகக் கிரஹிக்கப் பட்டனவென்றும் தெரியவருகிறது; அத் தந்த்ரங்களாவன:—நிமி தந்த்ரம், காங்காயநதந்த்ரம், கார்க்யதந்த்ரம், காலவதந்த்ரம், சக்ஷுஷ்யதந்த்ரம், ஸாத்யகி தந்த்ரம், சௌநகதந்த்ரம், கராளதந்த்ரம், க்ருஷ்ணாத்ரேய தந்த்ரம் முதலியனவாம்; இந்த தந்த்ரங்கள் என்னும் நூல்களின் பெயர்களும் சிற்சில வாக்கியங்களும் மட்டும் தற்காலத்தில் இருந்துவருகிற அந்தந்த ஆயுர்வேத நூல்களில் எடுத்து உதஹரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன; இவையெல்லாம் இப்பொழுது மறைந்துவிட்டன. குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வியாதிகளைப்போக்கி அவற்றைப் பரிபாலிக்கும் முறைகளைக்கூறும் கௌமாரப்ருத்யம்

* சாலாக்யதந்த்ரம்—கண், காது, மூக்கு, தொண்டை இவற்றைப்பற்றிய வியாதிகளையும் சிகித்ஸைகளையும் விளக்கும் நூல்.

என்கிற விஷயத்தையே ஆதாரமாகக் கொண்டு இயற்றப்பட்ட 'ஜீவகதந்த்ரம், பர்வதக தந்த்ரம், ஹிரண்யகேச தந்த்ரம் முதலியவை இதுவரையிலும் தேடிபிடிக்க முடியவில்லை. விஷசிகித்ஸையைக் கூறும் கிரந்தங்களான காச்யப ஸம்ஹிதையென்ன, அலம்பாயந ஸம்ஹிதையென்ன, ஸநக ஸம்ஹிதையென்ன, லாட்யாயந ஸம்ஹிதையென்ன இவற்றுள், காச்யபஸம்ஹிதை ஒன்று மாத்திரமே, தஞ்ஜாவூர் அரண்மனைப் புஸ்தகசாலையில் இருப்பதாகக் காணப்பட்டது; அதுவும் பூர்ணமாயில்லை; விஷசிகித்ஸா ஸம்பந்தமான மற்ற நூல்களோ இருந்தவிடம் தெரியாமற் போய்விட்டன. இரஸாயநம் வாஜீகரணம் என்கிற விஷயங்களைப்பிரதானமாகக்கொண்டு வரையப்பட்ட பதஞ்ஜலிதந்த்ரம், வ்யாடிதந்த்ரம், 'வாஸிஷ்டதந்த்ரம், மாண்டவ்யதந்த்ரம், நாகார்ஜுந தந்த்ரம் என்னும் அருமையான நூல்கள் சிற்சில வேறு ஆயுர்வேத நூல்களில் அவற்றின் பெயர்களைமாத்திரம் காணக்கூடிய நிலைமையை வீணாக அடைந்துவிட்டன.

பிரக்ருதத்தில் பிரமாணக் கிரந்தங்களாகக் கிடைக்கக்கூடிய ஆயுர்வேதநூல்கள் அனைத்தும், ஸந்தேஹமின்றி, சுமார் ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பாகத்தான் இயற்றப்பட்டனவென்று நிச்சயிப்பதற்கு அநேகம் ஆதாரங்களுண்டு. அவற்றையெல்லாம் இங்கு விவரித்தெழுத அவசியமும் அவகாசமும் இல்லை. ஒன்றுமாத்திரம் நாம் இந்த ஸந்தர்ப்பத்தில் குறிப்பிடவேண்டியிருக்கின்றது; அதாவது:—பௌத்தமதம் பலக்குறைவு அடைந்து ஹீனஸ்த்திதியைப் பெற்றதும், ஆயுர்வேதமுறை ஆதரிப்பாரின்றி நிலைகுலையத் தலைப்பட்டதும் சற்றேறக்குறைய ஒரே ஸமயத்திலென்பதேயாம். அக்காலத்தில் தக்ஷசிலையிலும், நளந்தாவிலும் ஸ்த்தாபிக்கப்பட்டிருந்த கல்லூரிகளில் ஹேதுசாஸ்திரம், வைத்தியசாஸ்திரம் என்கிற இரண்டுசாஸ்திர விஞ்ஞானங்கள் அநுபவமுறைகளையொட்டி மேதாவிகளான கல்விமான்களால் கற்பிக்கப்பட்டு வந்தன என்பதை பௌத்தமத ஸம்பந்தமான சரித்திரம் நன்கு விளக்கியிருக்கின்றது. கருணைபாராட்டல், தர்மசிந்தனையென்பது பௌத்தமதத்திற்கே அஸ்திவாரமாயேற்பட்டது; ஆகவே பிம்பிஸாரன், அசோகன் முதலிய பௌத்த சக்கிரவர்த்திகள் செங்கோற்செலுத்திய காலத்தில், தர்மவைத்தியசாலைகளும், தர்மவைத்திய கலாசாலைகளும் ஆங்காங்கு ஸ்த்தாபிக்கப் பட்டிருந்தனவென்பது சரித்திரம் அறிந்தவர்களுக்குத் தெரியாத விஷயமல்ல; அக்காலத்திலும் மனிதர்களுக்கு ஏற்பட்டிருந்ததுபோலவே குதிரை முதலிய மிருகங்களுக்கும் வைத்தியசாலைகள் அவ்வரசர்களால் ஸ்த்தாபிக்கப்படடிருந்தன; பிம்பிஸாரனுடைய ஸம்ஸ்த்தானத்தில், 'ஜீவகன்' என்கிற பிரஸித்தமான வைத்தியன் ஒருவன் இருந்ததாகவும், அவன் கொமாரபாச்சன் (பெரும்பாலும், குமாரப்ருத்யன்—accoucheur) என்கிற வேறு பெயரால் அழைக்கப்பட்டதுண்டென்றும் கேள்விப்படுகிறோம். இவனும், அக்காலத்தில் மஹா கௌரவம் வாய்ந்த இவனுடைய குருவான ஆத்ரேய பிக்ஷு என்பவனும், புத்ததேவனையும் அவருடைய அடியார்களையும் தொழுதுவந்ததாகவும் தெரியவருகிறது. பௌத்தமதத்திற்குத் தூண்போல் நின்று மிகப் பிரஸித்திபெற்றிருந்த நாகார்ஜுனன், பிரக்ருதத்திலுள்ள ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையைச் சுருக்கி, ஒருவாறு திருத்தியெழுதியவன் என்று நம்பப்படுகிறது. சரக-ஸுச்ருதர்களுக்கு அடுத்து ஆயுர்வேத நூல்களியற்றுவதற்கு அதிகாரம் வாய்ந்த வைத்திய ச்ரேஷ்டரான வாக்படாசார்யர்கூட பௌத்தமதத்தைச் சேர்ந்தவரேயாவர்; அவர் ஸிந்துதேசத்தில் பெரும்பாலும் ஐந்தாவது அல்லது ஆறாவது நூற்றாண்டில் ஜீவித்திருந்தவர். அவர் அஷ்டாங்கஸங்க்ரஹம், அஷ்டாங்கஹ்ருதயம் என்னும் ச்லாக்யமான இரண்டு கிரந்தங்களையியற்ற அவை இப்பொழுது ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு மிகவும் பிரயோஜனமுள்ளதாகக்கருதப்பட்டு வருகிறது. இவற்றையெல்லாம் கவனித்துவருகையில், ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்கள் அநேகம் பௌத்தாளுடைய காலத்திலேயே அழியத் தலைப்பட்டதாகக் கூற வேண்டியிருக்கின்றது. இரஸதந்த்ரங்கள் என்கிற இரஸாயனநூல்களில் பெரும்பான்மையான புஸ்தகங்களை எழுதிய மஹான்களும்

பௌத்தாளுடைய காலத்திலேயே விளங்கி வந்ததாகவும் தெரியவருகிறது.

இவ்வாறு நாம் குறிப்பிட்டுள்ள சுமார் ஐம்பது கிரந்தங்களில் ஏதோ நாலைந்தைத் தவிர மற்றவை, ஸாதாரண ஜனங்களுக்குமட்டுமேயல்ல, ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கும், ஆயுர்வேதத்தில் வேண்டியவளவு அறிவுள்ளவராகக் கருதப்பட்டுவரும் பண்டிதர்களுக்கும் — இக்கிரந்தங்களின் பெயர்கள்கூட—வெகு நூதனமாகவே இருக்கும்; இவ்விதமாய் அவற்றின் பெயரைக்கூட மறந்துவிடும்படியாக, அக்கிரந்தகள் அடியோடு அழிந்துவிட்டன. இதைக்கொண்டு, இன்னும் அநேகம் ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்கள், அவற்றின் பெயர்கூட நமது காதில் விழாதபடி மறைந்துவிட்டனவென்றே ஊஹிக்கவேண்டி வருகிறது. நமது மூத்தோர்களான ஆர்யர்கள் எவ்வளவோ சிரமப்பட்டு தமது அரிய அநுபவத்தையும் அறிவையும் கொண்டு இவ்வித நூல்களை இயற்றி, லோகோபகாரத்தின்பொருட்டு தமது வாழ்நாட்களில் உழைத்துவந்திருக்க, அவர்களுடைய மஹத்தான முயற்சியினலாகிய அச்சிறந்த நூல்களைப் பற்றி ஸாத்தியமானவரையில் ஆராய்ச்சிகள் செய்யவோ, ஏதேனும் சிலவற்றையாவது தேடிப்பார்த்துவரவோ பிரயத்தனப்படவேண்டுமென்பது அவர்களுடைய ஸந்ததியிற் பிறந்த நமது கடமையல்லவா? சீனதுருக்கிஸ்த்தானத்திலிருந்து லெப்டினெண்ட் பவெர் என்பவர் பிரஸித்திபெற்ற ஆயுர்வேத நூல்களின் சில அம்சங்களைக் (the Bower manuscript) கண்டுபிடித்ததும், இதற்காக விடாமுயற்சியோடு ஆக்ஸ் போர்டைச்சேர்ந்த டாக்டர் ஹொர்னல் என்பவர்செய்த மஹாபிரயத்தனமும் மிகப்பாராட்டத் தக்கவையாம். இந்தியா கவர்ன்மெண்டாரின் ஆதரணையின்பேரில், மத்திய ஆசியாவில் ஏட்டுப் பிரதிகளாயுள்ள புஸ்தகங்களை ஸம்பாதிப்பதற்காக, நீண்டதூரம் ஸஞ்சாரம்செய்து இப்பொழுது திரும்பி வந்திருக்கிற டாக்டர் ஸ்டெயின் (Dr. Stein) என்பவரால், பெயர்மாத்திரம் மிகுந்துள்ளதாக நாம் நினைத்துவருகிற அவ்வித ஆயுர்வேத நூல்களையும், மற்றும் இதர சாஸ்திர ஸம்பந்தமான கிரந்தங்களையும்—முற்றிலும் இல்லாவிட்டாலும் சில பாகங்களையாவது—நமது முன்னிலையில் பிரகாசப்படுத்தக் கூடுமென்று நம்பி எதிர்பார்க்கின்றோம்.

IS SUN-SHINE BENEFICIAL?

வெயில் விசேஷ குணந்தரக் கூடியதா?

வஸ்து தத்துவங்களை யுணர்ந்தவர்களிற் சிலர் வெயில் ஆரோக்கியத்தை விருத்தி செய்வதற்கு ஏற்றதாயிருக்கிறது என்றும், வேறு சிலர் வெயில் ஆரோக்கியத்திற்கு ஆகாதது என்றும் கூறக் கேள்விப்படுகிறோம். எதை நாம் நம்புவது?

ஸந்தேஹமேயில்லை. வெயில் ஆரோக்கிய விஷயத்தில் சிறந்ததுதான்—ஆனல் மிகுதியாக தேஹத்தில் தாக்கினல் அது விபரீத குணமுள்ளதாகும். ஒருவன் நல்ல வஸ்துவென்று சொல்லி, ஒன்றை மிகுதியாக உபயோகிக்கக்கூடும்—என்றல் மிதமிஞ்சிய ஜலம், மிதமிஞ்சிய உணவு, மிதமிஞ்சிய நித்திரை முதலியவையாம். "அமெரிக்கா தேசத்தியவர்கள் ஒருகால் வெயிலில் இருப்பது விசேஷமென்று நினைத்து, அதில் அளவின்றி இருந்து வரலாயினர்; அவர்கள் அவ்விதம் செய்ததானது, உடலை ஒடுக்கவல்ல வாதப்ருக்ருதி (Nervousness) என்னும் தன்மையைப் பெறுவதற்குக் காரணமாயாயிற்று." என்று கர்னல் உட்ரப் (Colonel Wood ruff) என்பவர் அநேக ஸமயங்களில் வற்புறுத்திக் கூறியிருக்கிறார்.

ஒரு காலத்தில் வெயிலை விசேஷமாயுபயோகித்து உடலில் உள்ளும் புறமுமுள்ள தோஷங்களைப் பரிஹரித்து விடலாம் என்று சில ஜனங்கள் நிச்சயித்து அவ்விதமே செய்து வந்ததுண்டு; புத்தி நுட்பமுள்ள சில அநுபவசாலிகள் இவ்விஷயத்தை மிகவும் ஊக்கத்துடன் கவனித்து வந்தார்கள்; அதனல் வெயிலானது நன்மை யுண்டாக்குவதுபோலவே தீமையையும் உண்டாக்குமென்று அறியப்பட்டது. வருஷந்தோறும் மற்ற மாஸங்களைவிட கோடைகாலத்தில் அல்லது அதிக வெயிற்காயும் மாஸங்களில் அகால மரணம் அதிகமாய் ஸம்பவிப்பதாகக் கருதப்படுகிறது; ஆகையினல் அமிதமான சூட்டினல் அதிக மரணம் அகாலத்தில் திடீரென்று நேரிடுவதாகத் தெரியவருகிறது.

வெயிலானது வாஸ்தவமாய் ஸூக்ஷ்மக்கிருமிகளைக் கொல்லுமியல்புடையதாகையால், அது நேராக இல்லாவிட்டாலும் ஏதோ குறுக்கடியிலாவது மனிதர்களுக்கு உபயோகமாயிருக்கின்றது. இது நேராக உயர்ந்த ஸ்த்தாவரவர்க்கங்களின் ஜீவசக்தியை நேராகத் தூண்டி வருவதும இயல்பு; மேலும் தகுந்த அளவில் மனிதர்களுடையவும் மற்றப் பிராணிகளுடையவும் ஜீவசக்தியை நேராக உத்தீபனம் செய்வதும் உண்டு. ஒருவர் இருட்டிலேயே இருந்து வந்தால், அவன் தகுந்தவாறு வளர்வதுமில்லை, ஆரோக்கிய திடகாத்திரனக இருப்பதுமில்லை. ஆனல் மிக்க அதிக வெயிலும், மிக்க அதிக அளவாக உபயோகிக்கப்படும் எந்த நல்ல வஸ்துவும் அவற்றின் நன்மையை இழந்து விடுகின்றன. அளவுக்கு மிஞ்சினல் அமுதமும் விஷமாமென்பதை அறியாதார் வெகுசிலரே. இவ்வாறு "லைப் அண்ட் ஹெல்த்"(Life and Health) என்னும் பத்திரிகை எழுதுகின்றது.

FIRST AID IN ACCIDENTS.

அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

ஸாதாரண மண்டல பந்தநம்:—[1] மண்டல பந்தநத்தைப் பிரயோகிப்பதற்கு முன்கூறப்பட்ட முறைப்படியே பந்தநவஸ்திரத்தைச் சுற்றி வரும்போது, சாகையின் கீழிருந்து மேற்பக்கமாக ஸாதாரண சுருளாக—அதாவது ஒரு சுற்றுக்குமேல் அதைத் தொடுத்தாற்போல மற்றொரு சுற்று வீதம்—திருப்பித் திருப்பிச் சுற்றி வரவேண்டும்; ஒவ்வொரு சுற்றினுடையவும் மேற்பாகம் அததற்கு மேலுள்ள சுருளால் நாலில் ஒருபாகம் மறைக்கப்பட்டு, ஒவ்வொரு சுருளும் ஒரு ஒழுங்காய் மண்டலாகாரமாக அமையும் விஷயத்தில், அதைப் பிரயோகிப்பவன் கவனம் செலுத்தவேண்டும்.

புறமாற்று மண்டலபந்தநம்:—[2] ஸாதாரண மண்டலபந்தநம் சுற்றப்படுமானல், சாகையின் மேடான பாகத்தினிடம் வருகையில், பந்தநத்துணியின் ஓரங்கள் அதன்பிறகு தொடுத்தாற்போல் ஒழுங்காக அமையக் கூடாமற்போய், அவயவத்தோடு ஒட்டிநிற்காமல், சுற்றுகளுக்கு இடையில் பிளவுகள் (gaps) ஏற்படும். ஆகவே பந்தநத்தை அப்பொழுது புறமாற்றி உபயோகிப்பது அவசியமாகிறது. புறமாற்றிக் கட்டுவதற்கு, சாகையின் வெளிப்புறத்தில், பந்தநத்தின் கீழோரத்தின்மேல் ஒரு பெருவிரலை அழுத்தி வைத்துக்கொண்டு, மற்றொரு கையிலுள்ள பந்தநச்சுருளை ஒருசிறிது தளர்த்திவிட்டுக் கீழ்ப்புறம் நோக்குமாறு அதை மடித்து மாற்றி, சாகைக்குப் பின்புறமாகக் கொண்டுபோய் மீண்டும் முன்புறத்திற் கொண்டுவந்து முன்போலவே மடித்துப் புறமாற்றவேண்டும்;இப்படி மாற்றிச் சுற்றும்போது, மேலுள்ள மடிப்பின் கீழ் ஓரமானது,அதற்குக் கீழுள்ள மண்டலத்தோடு அதற்கு ஸமரேகையில் ஒழுங்காய் அமையும்படி சுற்றவேண்டும். மேன்மேலும் சுற்றிவரும் பந்தநத்தைப் புறமாற்றி மடிக்கும்போது ஏற்படும் கோணங்கள் யாவும் ஒழுங்காக நேருக்குநேர் இருக்கும்படி அமைக்கப்படவேண்டும்.

எண்குறி மண்டலபந்தநம்:—[1] பந்தநத்தை அவயவஸந்திகளில் கொண்டுபோகும்போது, ஸாதாரணமான அல்லது புறமாற்றான மண்டலபந்தநங்கள் இரண்டில் எதுவுமே அவ்விடங்களில் ஒட்டிநிற்க மாட்டாவாகையால், எண்குறி மண்டலபந்தநமே பிரயோகிக்கக் கூடியதாகிறது. இந்த பந்தநத்தின் பெயரைக்கொண்டே, இதைப் பிரயோகிக்கும் வகை இவ்விதமென்று ஒருவாறு அறிந்துகொள்ளலாம். பந்தநச்சுருளை ஒருமாதிரி சாய்வாகச் செலுத்தியவாறு சுற்றவேண்டும்; அப்பொழுது ஒரு சுற்றை மேல்நோக்கியவாறும், திரும்பிவரும் மற்றொரு சுற்றைக் கீழ்நோக்கியவாறும் 8 என்கிற எண்ணைப்போல் அமைக்கவும்; அவ்வித எண்ணைப்போன்ற ஒவ்வொரு மண்டலாகாரமான சுற்றும் (மேலுள்ளது) அடிச்சுற்றின் மேல்பாகத்தில் நாலில் ஒருபங்கை மறைக்கும்படி மடித்துச் சுற்றுவது முறை. ஒவ்வொரு கட்டும் மற்றொன்றைக் குறுக்கிடும்போது, கீழுள்ள கட்டின் நேர் இரேகையில் புறமாற்றுக்கோணம் அமையும்படியாகச் செய்யவேண்டும்.

பந்தநத்தை அவிழ்க்கும் முறை:—பந்தநம் எவ்விடத்தில் முடிவுபெற்று கட்டப்பட்டிருக்கிறதோ, அவ்விடத்திலிருந்து பந்தநத்துணியின் முனையை அவிழ்த்துத் தளர்த்திக்கொண்டே கிரமமாகப் பந்துபோல் சுற்றிச்சேர்த்து, சாகையின் ஒரு புறத்திலிருந்து மற்றொரு புறமாக ஒரு கையிலிருந்து வேறொரு கைக்கு மாற்றிக்கொண்டே பிரித்து வரவேண்டும்.

அங்குளி பந்தநம்:—[2] மணிக்கட்டைச் சுற்றிலும் பந்தநவஸ்திரத்தின் முனையை இரண்டுமுறை சுற்றவும்; தாக்குண்டவிரலின் அடிப்புறம் வரையில் வஸ்திரத்தைப் பின்புறமாகக் கொண்டுபோய், அங்கிருந்து நேராக (மடிக்காமலே) விரலின் முனைக்குக் கொண்டுவந்து, அப்பால் முனையிலிருந்து அடிவரையில் கிட்டக் கிட்ட வஸ்திரத்தைச் சுற்றவும்; பிறகு கையின் முன்புறமாகத் துணியை மணிக்கட்டில் கொண்டுபோய் முன்போலவே இரண்டொரு சுற்றுகள் சுற்றி ஊசியிட்டுவிடவும்.

1. ஸாதாரண மண்டலபந்தநம்—ஸிம்புல் ஸ்பிரல் (Simple spiral); ஸாதாரண சுருள்கட்டு என்றும் கூறலாம்.

2. புறமாற்று மண்டலபந்தநம்—ரிவெர்ஸ் ஸ்பிரல் (Reverse spiral).

1. எண்குறி மண்டலபந்தநம்—பிகர் ஆப் எய்ட் (Figure of eight).

2. அங்குளிபந்தநம்—விரல்கட்டு என்றும் கூறலாம்;

பாதம் அல்லது கரதலத்தைக் கட்டுதல்:—மணிக்கட்டில் வஸ்திரத்தை இரண்டுமுறை சுற்றவும்; பிறகு பந்தநத்துணியைப் பாதத்தின் அல்லது கரதலத்தின் பின்புறமாகக் கொண்டுபோய், மறுபடி அதை முன்புறமாக வாங்கி, பாதம் அல்லது கரதலத்தின் குறுக்குவாட்டில் செலுத்தவும்; இது எண்குறி மண்டலபந்தநமாக அமையும். எத்தனைமுறை அவசியமோ அத்தனைமுறையும் இதைச் சுற்றிச்சுற்றிப் பிரயோகிக்கலாம்.

உரோபந்தநம்:—[1] இந்த அவயவத்தின் பந்தநத்திற்கு 6 அங்குல அகலமுள்ளதும், 6 முதல் 8 கஜம் வரையில் நீண்டதுமான மண்டலபந்தநவஸ்திரம் உபயோகிக்கப்படும். ஸாதாரணமண்டல பந்தநமுறையில் கீழிருந்து மேல்நோக்கி பந்தநத்தைப் பிரயோகிக்கவேண்டும்; மேல் சுற்றானது அதற்குக் கீழுள்ள சுற்றின் பாதி அம்சத்தை மறைக்கும்படி அமைக்கவேண்டும். கடைசிச் சுற்றை முடிக்கும்போது, சுமார் ஒன்றரை கஜநீளம் துணியைத் தொங்க விட்டுவிட்டு ஊசியிடவேண்டியது; இப்பந்தந வஸ்திரத்தின் முனையை ஒரு தோளின்மேல் இழுத்துக் கொண்டுவந்து, அங்கிருந்து மூலைவாட்டில் முன்புறமாகக் கீழ்நோக்கி பந்தநத்தின்மேலேயே அமையும்படி எடுத்துவந்து, மார்பில் எல்லாவற்றிற்கும் கீழேயுள்ள சுற்றில் மெதுவாக மாட்டி, அதன் முனையை மெல்லன இழுத்து மீண்டும் எல்லாவற்றிற்கும் மேலுள்ள சுற்றில் முடிந்துவிடவும்; இவ்விதம் செய்தால் பந்தநம் கீழே நழுவி விடாமல் இருக்கும்.

உதரபந்தநம்:—[2] வயிற்றிலும், மார்பில் பிரயோகித்தவாறே அதேவிதமான பந்தநத்தைக் கட்டவேண்டும்; ஆனால் இதில் பந்தநத்தைச் சுற்றுவதற்கு மேலேயிருந்து ஆரம்பித்து, கீழே முடிக்கவேண்டும்; மேலும் ஊசியிட்ட பிறகு, பின்னால் தொங்கவிடப்படும் முனையை இரண்டு தொடைகளுக்கும் இடையில் நுழைத்து முன்புறத்திற் கொண்டுவந்து, எல்லாவற்றிற்கும் மேலேயுள்ள சுற்றில் முடியிட்டு, அப்பால் எல்லாவற்றிற்கும் அடியிலுள்ள சுற்றில் முடிந்துவிடவேண்டும்.

சிரோபந்தநம்:—தலையில் உண்டாகும் ஏதேனும் விரணத்தின்மேல் ஒரு சுமட்டைத் தாங்கி நிற்பதற்காக, தலையைச்சுற்றிலும் இரண்டுமூன்று சுற்றுகளாக ஸாதாரண மண்டலபந்தநத்தைப் பிரயோகிப்பது போதுமானது.

துடையிடுக்கு, தோள், பெருவிரல் இவற்றின் பந்தநம்:—மண்டல பந்தநத்தைத் துடையின் இடுக்கிலாவது, தோளிலாவது, பெருவிரலிலாவது அடியில் குறிக்கப்படுமாறு பிரயோகிக்கவேண்டும்;—

பந்தநவஸ்திரத்தைக் கீழிருந்து மேலும், மேலிருந்து கீழுமாக மாற்றிமாற்றி எண்குறி மண்டலமுறையில் சுற்றவும், ஒருதலைச்சுருளைத்[1] துடையைச் சுற்றிலும் இரண்டுமுறை சுற்றவும்; அப்பால் துடையிடுக்கின் வெளிப்புறமிருந்து பந்தநத்துணியை வங்க்ஷணத்திற்கு[2] மேலாக இடுப்புக்குமேல் உயர்த்திக் கொண்டுபோய், பிறகு இடுப்பின் எதிர்ப் பக்கத்திற்கு இழுத்து, அதற்குப் பின்புறமாகக் கொண்டுபோய், முன்புறமாய் வயிற்றுப் பக்கமாகத் திருப்பி, துடையின் வெளிப்புறத்திலிருந்து அதற்கு உட்புறமாகச் செலுத்தி, மீண்டும் பின்பக்கம் கொண்டுபோய், அப்பால் முன்பக்கமாக வயிற்றின்மேல் கொண்டுவந்து துடைகளுக்கு இடையில் எண்குறி மண்டலமாக ஆகும்படி அதை முடிக்கவேண்டும். அந்தந்த நிலைமைகளுக்கு ஏற்றவண்ணம் சுற்றுகளை வேண்டியவளவு திருப்பித் திருப்பிப் பிரயோகிக்கலாம். இதேமாதிரி தோளிலும், பெருவிரல்களிலும் ஒருவாறு பந்தநம் பிரயோகிக்கப்படும். இவ்வாறு பிரயோகிக்கப்படும் பந்தநம் ஸ்வஸ்திக பந்தநம்[3] எனப்படும்.

(3) விசேஷ பந்தநங்கள்.[4]

கட்வாபந்தநம்:—[5] சுமார் 1½ கஜம் நீளமும், 3 அங்குலம் அகலமுமுள்ள பந்தநவஸ்திரத் துண்டு ஒன்றை எடுத்து, அதே அகலமும் ஒருகஜம் நீளமுமுள்ள மற்றொரு அதே மாதிரியான துண்டை மேற்கூறிய துணியின் இடையில் சேர்த்துத் தைக்கவும்; இவ்வாறு விசேஷமுறையில் தயார் செய்யப்படும் பந்த

1. உரோபந்தநம்—"மார்புக்கட்டு" என்றும் கூறலாம்.

2. உதரபந்தநம்—"வயிற்றுக்கட்டு" என்றும் கூறலாம்.

1. ஒரு தலைச்சுருள், இருதலைச்சுருள் என்பவற்றைப்பற்றி சென்ற ஸஞ்சிகையின் 139-வது பக்கத்தில் விவரம் காண்க.

2. வங்க்ஷணம்—துடையிடுக்கு.

3. ஸ்வஸ்திகபந்தநம்—இதை ஆங்கிலத்தில் ஸ்பைகா பாண்டேஜ் (Spica bandage) என்பார்கள்.

4. விசேஷபந்தநங்கள்—ஸ்பெஷல் பாண்டேஜஸ் (Special Bandages),

5. கட்வாபந்தநம்—இது ஆங்கிலத்தில் T என்னும் எழுத்தைப்போல் பிரயோகிக்கப்படுகிறது; ஆகவே இதை ஆங்கிலத்தில் T பாண்டேஜ் என்பார்கள்.

நவஸ்திரம் T என்னும் இங்கிலீஷ் எழுத்தைப்போல் அமையும். இதில் நீளமாயிருக்கும் துண்டை இடுப்பைச்சுற்றிலும் கட்டி, அத்துடன் இணைத்துள்ள மற்றொரு சிறிய துண்டு பின்பக்கத்தில் த்ரிகாஸ்த்தியிருக்குமிடத்திற்கு[1] நேரிலும் அமையும்படியாகச் செய்து, இடுப்பிற்சுற்றிய வஸ்திரத்தை முன்புறமாகக் கொண்டுவந்து ஊசியிட்டுவிடவும். சிறிய துண்டை இரு துடைகளுக்கும் நடுவில் பின் புறத்திலிருந்து எடுத்துவந்து, முன்பக்கத்தில் இடுப்பிற் சுற்றியுள்ள வஸ்திரத்தில் மெல்லெனச்சொருகி முடியிட்டுவிடவும். வங்க்ஷணம் அல்லது கால் இடுக்குகளில் சுமடு முதலானதைத் தாங்குவதற்காக இப்பந்தநம் பிரயோகிக்கப்படுவது வழக்கம்.

நான்கு வால்கட்டு:—[2] மண்டல பந்தநத்திற்கான வஸ்திரத்தில் 1½ கஜம் நீளமும் 3 அங்குலம் அகலமுமுள்ளதாய் துணியொன்றையெடுத்து, அதன் நடுவில் 3 அங்குலம் நீளமாக ஒரு பிளவு உண்டு பண்ணவேண்டும்; நடுவில் 6 அங்குலம் நீளம் விட்டுவிட்டு இரண்டு முனைகளையும் நீளத்தில் இரு பிளவுகளாகக் கிழிக்கவும். இப்பொழுது ஒவ்வொரு முனையும் இரண்டு வாலுள்ளவைகளாயிருப்பதால் இதற்கு "நான்கு வால்கட்டு" என்று பெயரிடப்பட்டது.

நான்கு வால்கட்டை உபயோகிக்கும் வகை:—இந்த பந்தநத்தின் நடுவில் பிளந்துள்ள பாகத்தை முகவாய்க் கட்டையின் முனையில் வைக்க, அப்பொழுது முகவாய்க்கட்டையின் உச்சி வஸ்திரத்திற்கு வெளியிற் பிதுங்கி நிற்கும்; பிறகு ஒவ்வொரு தலைப்பிலும் மேலேயுள்ள இரண்டு வால்களை மெதுவாக இழுத்துக் கழுத்தின் பின்புறத்திற் கட்டிவிடவும்; கீழேயுள்ள இரண்டு வால்களையும் தலையின் உச்சியில் முடிந்துவிடவேண்டும்; பிறகு கீழ்வால்களுடையவும், மேல்வால்களுடையவும் முனைகளை சிரஸ்ஸுக்குப் பின்னால் ஒன்றுசேர்த்துக் கட்டிவிடவேண்டும்; இல்லாவிடில் சிலஸமயம் இந்த பந்தநம் முன்புறமாக நழுவிவிடும். இவ்வளவொடு பந்தந முறைகளைப்பற்றிய விஷயம் முடிவுபெற்றது. இதன்பிறகு இரத்தப் பெருக்கும் அதைத்தடுக்கும் வழிகளும் விவரிக்கப்படும்.

1. த்ரிகாஸ்த்தி—இதைப்பற்றிய விவரங்களை கலாநிதியின் 40-வது பக்கம் பார்க்க.

2. நான்கு வால்கட்டு—தி போர் டைல்ட் பாண்டேஜ் (The four-taild baudage).

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

வசம்பு.

இச்செடி இந்தியாவில் சதுப்பாகவும் குளிர்ச்சியாகவுமுள்ள பிரதேசங்களில் பயிராக்கப்படுகின்றது; முழுச்செடியும் ஒருவித மணமுள்ளதாயிருக்கும்; ஆனால் வேர்மாத்திரம் உலர்ந்தபிறகு வாஸனையுடையது.

உலர்ந்தவேர் பல்யம் (tonic), தீபனம் என்கிற குணங்களில் விசேஷித்தது. (1) இதைக் கஷாயமாகக் காய்ச்சி உபயோகிப்பது நலம். ஒருபலம் வசம்புக்கு 1½ ஆழாக்கு அல்லது சுமார் 10 அவுன்ஸ் கொதிக்கும் ஜலம்சேர்த்துப் பக்குவம் செய்யவேண்டும்; கஷாயத்திற்கு வசம்பை நன்கு இடித்துப் போடவேண்டும். வேளைக்கு இரண்டு அவுன்ஸ் வீதம் தினத்திற்கு இரண்டு மூன்றுவேளை உட்கொண்டு வரலாம். (2) முறைக் காய்ச்சல்களில் ஸம அளவான நிலவேம்பையும் இத்துடன்சேர்த்து உபயோகிப்பது வழக்கம்; மேலும் முறைக்காய்ச்சலாவது, வேறு எந்த ஜ்வரமாவது வந்து நிவ்ருத்தியான பிறகு ஏற்படும் பலஹீனத்தில் வசம்பு, நிலவேம்பு இவ்விரண்டும் சேர்ந்த கஷாயம் மிகவும் பயன்தரக்கூடியது. இதே முறையானது அஜீர்ணத்திலும், (முக்கியமாய் வயிற்றுப் பொருமலுடன்கூடிய அஜீர்ணத்தில்) பசியின்மையிலும் மிக்க உபயோகமானது. (3) இத்தேசத்தில் பெரியவர்களுக்கும், விசேஷமாகச் சிறுவர்களுக்கும் சீதபேதியில் இச்சரக்கை அடியில் வரும் விதமாக உபயோகிப்பது முறை:—இரண்டு பலம் வசம்பைத் தூள்செய்யவும்; கொத்தமல்லி விதை வீசம் பலம், திப்பிலி அரைக்கால் பலம் இவற்றையும் சிறிது இடித்துக்கொள்ளவும்; பிறகு இவற்றை அரைப்படி ஜலத்தில்போட்டு ஒரு ஆழாக்காகக் காய்ச்சி அல்லது கமலாக்னியிட்டு அரைமணிநேரம் காய்ச்சி, அப்பால் ஆறவைக்கவும். இதை வடிகட்டி ஒரு குப்பியில்போட்டு வைத்துக்கொள்ளவும். பெரியவர்கள் இதைவேளைக்கு இரண்டு அவுன்ஸ்வீதம் தினம்

மூன்றுவேளையும், சிறுவர்களுக்கு வேளைக்கு $\frac{1}{4}$ முதல் $\frac{3}{4}$ அவுன்ஸ்வரையில் சிறிது சர்க்கரையைச் சேர்த்து தினம் ஒன்றுக்கு இரண்டு அல்லது மூன்றுவேளையும் உட்கொள்ளக் கொடுத்துவரலாம். (4) சீதபேதி கடுமையாயிருந்தால், மாதுளம் பழத்தோலையாவது, மாதுளந் தளிரையாவது, மற்றும் எதாவது துவர்ப்பான சரக்கையாவது இக்கஷாயத்துடன் தகுந்தவாறு உபயோகிக்கலாம். இக்கஷாயம் (துவர்ப்பு சேராதது), குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் இருமலில் உபயோகிக்க ஏற்ற ஔஷதமாகும். (5) வசம்பைத் தணலில் சுட்டுப்பொடித்து, சிறுவர்களுக்கு உண்டாகும் அதிஸாரத்தைத் தணிப்பதற்கு உபயோகிப்பதுண்டு. (6) இந்தவேர் புதிதாகவும், வாஸனை சிறிதும் குறையாமல் நல்ல நிலைமையிலும் இருந்தால், கொசு, ஈ, மற்றும் சிறிய பூச்சிகள் முதலியவற்றிற்கு சத்ருவாகவும், ஆகவே வியாதிக்ரஸ்தர்கள் படுத்திருக்கும் அறைகளில் இதை ஆங்காங்கு வைத்திருப்பது நலமென்றும் தற்காலத்திய பதார்த்த தத்துவஞ்ஞர்களும் அபிப்பிராயப் படுகிறார்கள். (7) மலபந்தம் அதிகமாயிருக்கும்போது, இதை ஒருவாறு சுட்டு, குதத்வாரத்தில் சில நிமிஷம் வைத்திருக்க, மலம் தானே வெளியாகும்.

பெருங்காயத்தின் விசேஷம்.

இதைப்பற்றி "மெடிகோ-ஸர்ஜிகல் ஜர்னல்" என்னும் வைத்தியப்பத்திரிகையின் சென்ற பிப்ரவரி ஸஞ்சிகையில் குறிப்பிட்டுள்ள விஷயத்தை நாம் இங்கு மொழிபெயர்த்து எழுதுகின்றோம்:—பெருங்காயம் சிறந்த ஔஷதச்சரக்கு; ஆனால் இதன் வாஸனையும் சுவையும் சிறிது கடுமையாயிருப்பதைக் கருதி பலர் இதை உபயோகிக்க விரும்புகிறார்களில்லை. வயிற்றுப்பொருமலைப் பரிஹரிக்கவும், சில அஜீர்ணங்களை உபசமநம் செய்யவும் இதைவிட மேலான ஔஷதச்சரக்கு நமக்குக் கிடைக்காது. சிசுக்களுக்கு ஸம்பவிக்கும் அஜீர்ணஸம்பந்தமான வயிற்றுவலியைத் தணிப்பதற்கு உபயோகமான ஔஷதங்களுள் பெருங்காயத்தின் பாவநத்ரம் (tinctuer), அல்லது அதன் மிச்ரத்ரவம் (micture) முக்கியமானதென்று மொழியலாம். பாலர்களுக்கு உண்டாகக்கூடிய ஆக்ஷேபகம் என்னும் இசிவில், பெருங்காயத்தை குதத்தின் மூலமாய் வஸ்தியாகப் (enema) பிரயோகிப்பது மிகவும் உபயோககரமான சிகித்ஸையாகும். ஸ்த்ரீகளுக்கு ஸம்பவிக்கும் ஆர்த்தவக் கோளாறு ஸம்பந்தமான மூர்ச்சை முதலியவற்றிலும் (hyste crits), பித்தவிகாரத்தினால் எப்பொழுதும் ஏதோ வியாதியினால் வருந்துவதாகப் பிரமிக்கும் சில நிலைமைகளிலும் பெருங்காயம் குறிப்பிடக்கூடிய சரக்காக இருக்கின்றது. இதற்காகப் பெருங்காயத்தையும், சீமை ஜடாமாம்ஸியையும் சேர்த்துத்தயார் செய்யப்பட்ட மாத்திரைகளை வெகு திருப்திகரமாய் உபயோகிக்கலாம். இதற்கு சமநம் என்பதோடு ஆக்ஷேபகஹரம் (antispasmodic) என்னும் குணம் இருப்பதால், இழுப்புடன்கூடிய இருமலில் பயன்படக் கூடுமென்றும் கருதப்படுகிறது. இதற்கு ஸ்ரம்ஸநம் (laxati-vce), ஸ்வேதஜநகம் (diaphoretic), ஆர்த்தவஜநகம் (emmenagogie), வ்ருஷ்யம் (aphrodisac), லேகநம் (expectorant), க்ருமிஹரம் என்கிற குணங்களும் உண்டென்று அறியப்படுகிறது.

சால்ஷியம் ஸல்பைட்.

இரத்ததோஷம் அதிகரித்து உண்டாகும் மஸூரிகா ஜ்வரத்தையும், ஸாதாரண பயறம்மையையும் (Scarlet fever and measles) வராமல் தடுப்பதற்குக் 'கால்ஷியம் ஸல்பைட்' (Calcium Sulphide) என்னும் சரக்கு வெகு நாட்களுக்குமுன்னமே சிறந்த ஔஷதமென்று புகழ்பெற்ற ஆங்கில வைத்தியர்களிலேயே சிலர் விஷயாராய்ச்சி செய்து சிபார்சுசெய்ததுண்டு. எமது வைத்தியநண்பர் சிலர்கூட அவ்வாறு அபிப்பிராயப் பட்டிருக்கின்றனர். உமது குடும்பத்தில், அல்லது உமது நண்பர்களுடைய வீடுகளில் முற்குறிப்பிட்டுள்ள வியாதிகள் வெகு வேகமாகச் சிறுவர்களிடம்பற்றி அவர்கள் அநாரோக்கியமாகப் போனால் இவ்வௌஷதச் சரக்கை உபயோகித்துப் பாருங்கள். இது வியாதிகளைத் தடுக்கச்செய்து, தேஹத்தை ஆரோக்கிய நிலைமைக்குக்கொண்டு வருவதைப்பார்த்து, நீங்கள்மிக்க ஆச்சரியப்படுவீர்கள்:— Practical Mdicine.

சர்க்கரை விக்கலைப் போக்கும்.

கட்டியான சர்க்கரைத்துண்டு ஒன்றைக் காடியில் (vinegar) தோய்த்து, உடனே வாயில் வைத்துக் கொண்டால், க்ஷணமே அது விக்கலை நிறுத்திவிடும்.

உணியெண்ணும் பருக்களுக்கு மருந்து.

இரவில் படுக்கைக்குப் போகுமுன், உணியென்னும் பருவை பஞ்சால் கட்டிவிடவும்; பிறகு டர்பண்டைன் தைலத்தினால் அப்பஞ்சை நனைக்கவும். இவ்வாறு நாலைந்துநாள் செய்துவந்தால் அப்பருக்கள் போய்விடுமென்று கூறப்படுகிறது.

வயிற்றுக்கிருமிகளுக்கு டர்பெண்டைன்.

பாலிலாவது, சர்க்கரையிலாவது 5 முதல் 10 துளிகள் வீதம் டர்பெண்டைன் தைலத்தைப்போட்டு வெறும் வயிற்றில் தொடர்ந்து 3 நாள் காலையில் சாப்பிட்டுவர, வயிற்றிலுள்ள கிருமிகள் செத்துப்போவது நிச்சயம்:—Practical Medicine.

QUESTIONS AND ANSWERS.
ஸந்தேஹ விநாவிடைகள்.

விநா 38. களகண்டம் என்னும் கிரந்தி.

"ஐயா, நாலைந்து வருஷகாலமாய் வலது பக்கத்துக்கழுத்தின் அடிப்பாகத்தில் ஒரு சிறிய முடிச்சுப் போன்ற ஒரு கட்டி (கிரந்தி) இருந்து வருகிறது; ஆனால், அதனால் எனக்குத் தொந்தரவு ஒன்றுமில்லை. அது ஏதாவது தீங்கு விளைவிக்குமென்று தங்களுக்குத் தோன்றுகிறதா? அப்படியானால் என்ன விதமான சிகித்ஸை செய்து கொள்ளலாமென்று தாங்கள் சிபார்சு செய்கிறீர்கள்? தயவு செய்து அறிவிக்கக் கோருகிறேன்." N. R. இராஜகோபால ஐயர்.

விடை:—அது ஒருவித கிரந்தி. அதனால் தீங்கு ஒன்றும் ஸம்பவிக்காது; பயப்படவேண்டாம். அவ்விதம் ஒரு சிறிய வீக்கம் இருப்பதாக அதில் மனதை ஒரு சிறிதும் செலுத்தாமல் அதை அப்படியே விட்டுவிடும். ஆனால் அது பருத்துவருவதற்கு ஆரம்பித்து, நன்றாக வெளியில் பிதுங்கின்று ஏதேனும் வலி முதலியது ஏற்படுமாயின், அப்பொழுது விஷயமுணர்ந்த ஒரு வைத்தியரிடம் சென்று, செய்யவேண்டியதைத் தெரிந்துகொண்டு அவாளிடம் சிகித்ஸை பெறவேண்டும். அவ்வித நிலைமைக்கு வராதவரையில், அதை முற்றிலும் மறந்து, தங்களுடைய காரியங்களில் கருத்தைச் செலுத்தி சிறிதும் கவலையற்றிருப்பதே முதலில் அநுஷ்டிக்கக்கூடிய சிகித்ஸையாகும். ப—ர்.

விநா 39. காக்கைவலி.

"ஐயா, அடியில் நான் கேட்கும் ஒரு முக்கியமான விஷயத்திற்கு "வைத்திய கலாநிதியின்" மூலமாய் தயவு செய்து, தாமாவது, தமது பத்திரிகையைப் படிக்கும் பிறராவது உபயோகமுள்ள வகையில் விடையளித்தால் மிகவும் உபகாரமாயிருக்கும். அதாவது:— எனக்கு 16-வயதில் ஒரு குமாரன் உண்டு. அவனுக்குச் சிறு பிராயம் முதல் (சுமார் 12-வருஷகாலமாய்) காக்கைவலி (அபஸ்மாரம்) வந்துகொண்டிருக்கிறது. இதற்கு நான் என்ன செய்யட்டும்? ஏதாவது குணமாக வழியுண்டா?" மா. சிதம்பர முதலியார்.

விடை:—நன்கு போஷிக்கத்தகுந்ததும், ஆனால் உத்தீபநம் செய்யாததும் (non-stimulating), அழற்சியைத் தராததுமான சிறந்த உணவுகளை உபயோகிக்கவேண்டும்; கூடுமானவரையில் சீக்கிரம் ஜீர்ணமாகக்கூடியவையாயிருப்பதோடு, மாம்ஸாதிஸம்பந்தமற்றவையாகவும் இருப்பது நலம். அதாவது நாம் குறிப்பிடுவது ஸாத்விகாஹாரம். காப்பி, தேயிலை முதலிய உத்தீபந வஸ்துக்களை முற்றிலும் விலக்கச் செய்யவேண்டும். தாஹத்திற்கு வேண்டியபோதும், காலை வேளைகளிலும் குளிர்ந்த நிர்மலமான ஜலத்தையும், அவசியமானால் குறித்த நேரங்களில் பாலையும் பருகச் செய்யவேண்டும். பிரதிதினமும் இரவில் சீக்கிரம் (9-மணிக்கு முன்பே) படுக்கச் சொல்லவும்; மூளை ஸம்பந்தமான வேலையாவது, சிந்தையாவது இல்லாமல் வேண்டியவளவு நன்றாக நித்திரையுறுவது இன்றியமையாததாகும். ஏதாவது வேலை அவசியம் செய்யவேண்டி நேரிட்டால், வீட்டுக்குள் அறைகளில் இருந்து செய்யச்சொல்லாமல், வெளிப்புறங்களில் பரிசுத்தமான வாயு ஸஞ்சாரமுள்ள பிரதேசத்தில் இருந்துகொண்டு வேலைகளை அமைதியாகச் செய்ய விடுவது விரும்பத்தக்கது. தோட்டக்கால்களில் இருந்துகொண்டு செடி கொடி முதலியவற்றைப் பயிர் செய்யும் வேலை இப்பிணியாளிகளுக்கு ஏற்றதாகும். வாரத்தில் மூன்று நான்கு தடவைக்குக் குறையாமல், படுக்கப்போவதற்கு முன் இளஞ்சூடான ஜலத்தில் ஸ்நாநம் செய்வது உத்தமம். இதனால் மூளையும் ஆகவே மனதும் தெளிவு பெற்று, மனங்குளிர அயர்ந்து நித்திரையுண்டாகும். இவையெல்லாம் இப்பிணியின் பலத்தைக் குறைத்து, பிணியாளிக்கு ஒருவாறு ஆரோக்கியத்தை விருத்தி பண்ணக்கூடியவைகளாம்.—ப-ர்.

விநா 40. காது வியாதிகளுக்கான புஸ்தகம்.

"அன்பார்ந்த ஐயா,

நான் தங்களுடைய பத்திரிகையின் ஒரு கையொப்பக்காரர். "வைத்திய கலாநிதியின்" பிப்ரவரிமாஸ ஸஞ்சிகையில் வெளியிட்டுள்ள ஒரு விஷயத்தைப் பற்றி நான் அறிய விரும்புகிறேன். அதில் காது வியாதி ஸம்பந்தமாக "The prevention of the Deafness and mortality from Aural Suppuration" என்கிற புஸ்தகத்திற்கு மதிப்புரை எழுதப்பட்டிருக்கிறது. தயவு செய்து அப்புஸ்தகம் கிடைக்குமிடத்தைத் தெரியப்படுத்தக் கோருகிறேன்."

பி. எதிராஜுலு நாயுடு.

விடை:—அதே ஸஞ்சிகையில், அந்த மதிப்புரையின் இறுதியில் (144-வது பக்கத்தில்) இங்கிலீஷில் அப்புஸ்தகம் கிடைக்குமிடம் குறிக்கப்பட்டிருக்கிறது. தயவுசெய்து மற்றொருமுறை அதைக் கவனிக்கவும். ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

புஸ்தக வரவு.

ஆயுர்வேத ஸம்மேளந பத்திரிகை:—இப்பெயர் கொண்ட வைத்தியப்பத்திரிகை யொன்று ஹிந்தி பாஷையில் ஆயுர்வேத மஹாமண்டல ஸபையோரால் புதிதாகப் பிரசுரிக்கப்பட்டு வருகிறது. நமதிடம் கிடைத்துள்ள ஸஞ்சிகைகளில் "வாத-பித்த கபங்கள்" "ஏழாவது மஹாமண்டல ஸம்மேளந விவரம்", "விஷூசி" யென்னும் வாந்திபேதி, "விஷமஜ்வர சிகித்ஸை" முதலிய சில வியாஸங்கள் சாஸ்த்ரீய முறையில் சிற்சில ஆராய்ச்சிகளோடு எழுதப்பட்டுள்ளன. ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தில் நடந்தேறும் விவஹாரங்கள் அப்போதைக்கப்போது இதில் பிரசுரிக்கப்படும். சாஸ்திரமறிந்த சிலர் ஸம்ஸ்கிருதத்திலும் இப்பத்திரிகையில் வியாஸம் எழுதிவருவது பாராட்டத்தக்கதாகும்.

ஸ்வதேச வைத்தியரத்தினம்:—நமது பார்வைக்கு அனுப்பப்பட்டுள்ள இப்புஸ்தகம் கும்பகோணம் மிஸ்டர் எஸ். சந்திரசேகரர் அவர்களால் வெளியிடப்பட்டதாகும். டி. வாஸுதேவ நாயுடு அவர்களால் தமிழில் இயற்றப்பட்டுள்ள குணபாட நூல் (Practitioners Materia medica) என்னும் நூலென்ன, ஜகந்நாத நாயுடு இயற்றியுள்ள சில வைத்திய நூல்களென்ன, நமது "வைத்திய கலாநிதி" யென்ன இவற்றிலிருந்து விஷயங்களை யெடுத்து இவ்வித புஸ்தகம் ஒன்று சிறிய அளவில் வெளியிடப்பட்டிருக்கிறது. இதிலடங்கிய விஷயங்களில் பெரும்பான்மையானவற்றைக் கவனித்தோம். இலக்கணப்பிழைகளையும் எழுத்துப்பிழைகளையும் அபரிமிதமாகக் கவனிக்காமல் விட்டிருந்தபோதிலும், சாஸ்த்ரீய விஷயங்களையாவது, வித்வான்கள் கண்டு ஆமோதிக்க வேண்டுமே யென்பதை மனதில் வைத்துக்கொண்டு, ஜாக்கிரதையாய் எழுதியிருந்தால் உசிதமாயிருந்திருக்கும். இரத்தக் குழாய்களையும் நரம்புகளையும் ஒரே பதார்த்தமென்றும், லெட் (Lead) என்பதை வங்கமென்றும், மூத்திரக் குண்டிக்காயில் கல்லடைப்பென்றும், நெல்லிக்காயை "பிரிங்காவனசம்" என்றும் கூறினால் சாஸ்திர முணர்ந்த வைத்தியர் எவரேனும் அங்கீகரிப்பரா? ஸம்ஸ்கிருத வைத்திய நூலாசிரியர்களுடைய பெயர்களின் வரிசையை (முகவுரையில் குறிப்பிட்டிருப்பதைக்) கவனித்தால், ஸம்ஸ்கிருத ஆயுர்வேத நூல்களையும் அவற்றின் சரித்திரங்களையும் கசடறக்கற்ற எவரும் இதென்ன நூதனப் பெயர்களாயிருக்கின்றனவே யென்றும், இவ்வளவு பிழைபடக் கூறப்பட்டிருக்கிறதேயென்றும் வாஸ்தவமாய் வியப்புறுவர். ஏதோ புஸ்தகம் வெளியிட விருப்பமிருந்தால், அவசியமான விஷயங்களை வேண்டியவளவு வித்வான்களிடம் தெரிந்துகொண்டு வெளியிட்டால் நன்றாயிருந்திருக்கும். இதிலடங்கிய தவறுதலான விஷயங்களை முற்றிலும் எடுத்துக் குறிப்பிட இடமில்லை. விசேஷமாக இப்புஸ்தகத்தைப் புகழ்ந்தெழுத முடியாமலிருப்பதைப்பற்றி மிஸ்டர் சந்திரசேகரவர்கள் எம்மை மன்னிப்பாராக. இப்புஸ்தகத்தின் விலை 2-8-0. ஷை சந்திரசேகரர் அவர்களிடம் இப்புஸ்தகம் கிடைக்கும்.

மதுபானிகளைப்பற்றிய ஒரு வினாவிடை.

டாக்டர் G. F. ரைன் ஹார்ட் என்பவர் "குட் ஹெல்த்" என்னும் பத்திரிகையில் எழுதியுள்ள ஒரு சிறிய பாடத்தை நாம் இதனடியில் மொழி பெயர்த்து எழுதுகின்றோம்:—

உத்தியோகம் வஹிப்பதற்கு உரித்தாகாத மனிதர்களுள் முக்கியமானவர் யார்?—குடிப்பவன்.

எப்பொழுதும் சோர்ந்து விழுந்து சோம்பித்திரிபவர் யார்? குடிப்பவன்.

விஸ்கி யென்னும் சாராயம் குளிர்காலத்தில் உடம்பைச் சூடான நிலைமையில் வைத்துக் காக்குமென்று கருதுபவர் யார்?—குடிப்பவன்.

அதே சாராயம் கோடை காலத்தில் தேஹத்தைக் குளிரச் செய்யுமென்று நம்பியிருப்பவர் யார்?—குடிப்பவன்.

நல்லது பொல்லாதது என்பவற்றிற்குள்ள பேதங்களைப் பகுத்தறிய வல்லமையற்றவர் யார்? குடிப்பவன்.

உருவத்திலும் வேஷத்திலும் கௌரவமாயிருக்க வேண்டிய விஷயத்தில் முற்றிலும் அலக்ஷியம் பாராட்டுபவர் யார்?—குடிப்பவன்.

பேச்சிலும் நடத்தையிலும் வெகு துணிகரமாயிருப்பவர் யார்?—குடிப்பவன்.

சாராயம் சுருட்டு முதலானவைகளுக்குக் கையில் பணங் கொடுத்து வாங்குபவனும், வீட்டுக்கு இன்றியமையாப் பண்டங்களான அன்ன வஸ்திராதிகளைக் கடனாக வாங்க விரும்புபவனும் யார்?—குடிப்பவன்.

வீண் செலவுகளில் தன் சொந்தப் பணத்திற்கும் பிறருடைய பணத்திற்கும் பேதம் பாராட்டாதவன் யார்?—குடிப்பவன்.

துன்மார்க்கங்களில் கூச்சமின்றி செல்பவனும், தன் குடும்பத்தைப் புறக்கணித்துத் தாழ்ந்த நிலைமையில் விட்டுவிடுபவனும் யார்?—குடிப்பவன்.

நன்றாக வெறியுண்டாய் விகாரமாகப் பிதற்றிக்கொள்ளும் நிலைமை வரும் வரையில் தன் மூளையை மேன்மேலும் மிகக் கடுமையாகத் தூண்டிக்கொள்பவன் யார்?—குடிப்பவன்.

பார்ச்வ வாயு வந்தவனைப்போல் தட்டுத் தடுமாறி நடந்துகொண்டு அதை ஓர் உயர்ந்த உத்தீபனச் செயலாகக் கூறிக்கொள்பவன் யார்?—குடிப்பவன்.

தன் தேஹம் புஷ்டியையும் பலத்தையும் பெற வேண்டுமென்று, விஷப்பெருளெனத் தகும் பான வகைகளால் உடலை நிரப்பிக்கொள்பவன் யார்?—குடிப்பவன்.

ஆரோக்கியத்திற் சீரழிந்தவர்களுள் முதன்மையாயிருந்தும், தன்னை வெகு பலசாலியாக நினைத்துக் கொண்டிருப்பவன் யார்?—குடிப்பவன்.

தனக்கும் உலகம் முழுமைக்கும் அதிபதியாகவும் ஆதிகர்த்தாவாகவுமுள்ள கடவுளின் சட்டங்களுக்கு உடன்பட்டு, தன்னுடைய தினக்கடன்களை நிறைவேற்றுவதில் முற்றிலும் தவறி, பாவத்திற்கு உள்ளாகும் மனிதன் யார்?—குடியன்.

சோர்வு அல்லது மூர்ச்சைக்கு சிகித்ஸை.

டாக்டர் ஸட்டன் என்பவர், மூர்ச்சையில் செய்ய வேண்டிய சிகித்ஸையைப்பற்றி "மெடிகல் டைம்ஸ்" என்னும் பத்திரிகையில் அடியில் வருமாறு எழுதியிருக்கிறார்:—(1) பிணியாளியை முதுகுப் பக்கம் கீழே படிந்திருக்குமாறு படுக்க வைக்கவேண்டும்; அப்பொழுது தலை மற்ற உடல்களைவிட தாழ்ந்து இருக்கவேண்டும். (2) உடுப்புகளுக்கு எங்கெங்கு முடியிடப்பட்டு அல்லது பொத்தான் இடப்பட்டிருக்கிறதோ அவற்றை அவிழ்த்துத் தளர்த்தி விடவும். (3) கூடுமானால் பிணியாளியின்மேல் அதிக வெளிச்சம் தாக்காதபடி காப்பது நலம். (4) ஜனங்களை அருகில் நெருக்கமாக இல்லாமல் விலக்கவேண்டும். (5) குளிர்ந்த ஜலத்தை முகத்தின்மேலும் மார்பின் மேலும் தெளிக்கவும். (6) கை கால்களைக் கீழிருந்து மேல்நோக்கியவாறு பிடித்துத் தேய்க்கவேண்டும். (7) உத்தீபநம் செய்தல்; இதற்கு அமோனியா (ammonia) என்னும் நவாசாரவாயுவை முகரச் செய்யலாம்; பிணியாளி அதிக சோர்வு மாத்திரம் அடைந்து நினைவு தடுமாற்றத்தை அதிகம் அடையாதவனாயிருந்தால், ஒரு கோப்பை வெந்நீரைப் பருகக் கொடுக்கலாம். (8) மூர்ச்சை பலமானதாயிருந்தால், பனிக்கட்டியால் முள்ளந் தண்டுக்கு நேராக முதுகில் தேய்க்கவும். (9) மார்பின் இடது பக்கத்தில் இருதயம் துடிக்குமிடத்தைச் சுற்றிலும் கடுகுப் பற்றிடுவது நலம்.

யூனோஸ் ப்ரூட் ஸால்டினால் ஏற்பட்ட செல்வம்.

உலகப் பிரஸித்திபெற்ற யூனோஸ் ப்ரூப் ஸால்ட் (Eno's friut Salt) என்னும் உப்புக்கு சொந்தக்காரராயிருந்து காலஞ்சென்ற மிஸ்டர் "யூனோ" என்பவரின் சொத்து 16,000,00 பவுன் அதாவது 24,000,000 ரூபாய் பெறுமானமுள்ளதென்று தெரிய வருகிறது. ஒருவாறு மலவிரேசனம் செய்யுமியல்புடைய ஸோடியம் பைகார்பனேட் (Sodium bicarbonate), டார்டாரிக் ஆஸிட் (tartaric acid), ஸிட்ரிக் ஆஸிட் (citric acid) என்னும் வெறு ஸாதாரண சரக்குகளின் சேர்க்கையாலான ஔஷதமொன்றல்லவோ இவ்வேராளமான செல்வத்திற்குக் காரணமாயிற்று? ஆனால் இவ்வௌஷதத்தின் குணங்களைப்பற்றி, அதற்காகச் செய்யப்பட்டிருக்கும் அளவற்ற விளம்பரங்களைத் தவிர்த்துக் குறிப்பிடக்கூடிய வேறு விசேஷ மஹிமை ஒன்றும் காணோம். இந்த உப்பு "ஆரோக்கியத்தைத் தரும், குளிர்ச்சியை யுண்டாக்கும், தாது போஷணையளிக்கும், வெகு எளிதாகவும் ஸுகமாகவும் அதன் வேலையைச் செய்யும், இரத்தத்தை சுத்தமான நிலைமையில் காக்கும்" என்று வெகு ஆடம்பரமாக விளம்பரம் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. இவ்வளவு பொருளையும் மிஸ்டர் யூனோஸ் தர்மவைத்தியசாலைகளுக்கும், மற்றும் அவை போன்ற வேறு தர்ம ஸ்தாபனங்களுக்கும் அளித்து விட்டார்.—State Journal of Medicine.

ஒடிந்த முகவாய்க்கட்டை யெலும்பைப் புதுப்பித்தல்.

"ப்ராக்டிகல் மெடிஸன்" என்னும் பத்திரிகையின் இம்மார்ச்சு மாஸத்திய ஸஞ்சிகையில் அடியில் வரும் விஷயம் எழுதப்பட்டிருக்கிறது:—கானடாதேசத்து

யுத்த வீரன் ஒருவன் யிப்ரஸ் நகரத்தில் போர்புரிகையில், அவனுடைய முகவாய்க்கட்டையில் ஒரு குண்டு தாக்கி, அவ்வவயவத்து எலும்பில் ஒரு பாகத்தைப் பிளந்து வீழ்த்திவிட்டது. அவனை ஸமீபத்தில் டோரொண்டோ என்னுமிடத்திலுள்ள தலைமை ஆஸ்பத்ரிக்குக் கொண்டு போனார்கள். அவனுடைய உடைந்த முகவாய்க்கட்டையெலும்புக்குப் பதிலாக அவ்விடத்தில் வேறொரு ஏதாவது எலும்பை அமைத்துவிட வேண்டுமென்று அவ்வாஸ்பத்திரியிலுள்ள சஸ்திர சிகித்ஸகர்கள் தீர்மானித்தார்கள். இதற்காக, அவ்வடியுண்ட மனிதனுடைய விலாவெலும்பில் ஒன்றை உபாயமாகப் பெயர்த்தெடுத்து, முகவாய்க்கட்டையில் எலும்பு உடைந்து விலகிப்போன விடத்தில் பொருந்தச் செய்துவிட்டார்கள். விலா எலும்பை யெடுத்த விடத்திலும், முகவாய்க்கட்டையிலும் ஏற்பட்ட இரணங்கள் ஆறி, அம்மனிதன் பழையபடி ஆரோக்கிய நிலைமையை அடைந்துவிட்டான்.

நமது கோடிய சத்ரு.

இப்பொழுது ஆயுதச்சாலைக்குத் தலைவராயுள்ள மிஸ்டர் லாய்ட் ஜார்ஜ் அவர்கள், தமக்கு ஜெர்மனி, ஆஸ்ட்ரியா, மதுபானம் என்கிற மூன்று சத்ருக்கள் உண்டென்றும், அவற்றுள் மதுபானமே மிகப் பிரபலமான சத்ருவென்றும் கூறுகிறார். நமது சக்கிரவர்த்தியான ஜார்ஜ் ப்ரபு லாகிரி பதார்த்தங்களைத் தாம் முற்றிலும் விலக்கி விட்டதானது தம் பிரஜைகளும் அவருடைய ஆசாரத்தை அநுஸரித்து நடக்கச்சொல்வதாகவே கருதக்கூடியதா யிருக்கிறதென்றும் குறிப்பிடுகிறார்:—Herald of Health.

மலேரியாவுக்கு ஏற்ற வயது.

பஞ்ஜாப்தேசத்து பிரதான மலேரியா ஆபீஸரான டாக்டர் C. A. பெண்ட்லி என்பவர் விஷமஜ்வர ஸம்பந்தமான விஷயங்களை விசாரிப்பதற்குக் கூடிய ஒரு ஸபையில் அடியில் வருமாறு கூறியிருக்கிறார்:—

விஷமஜ்வர ஸம்பந்தமான விஷமானது இளங் குழந்தைகளையும், வயதில்முதிர்ந்தவர்களையும் விசேஷமாய் பாதிக்கின்றது. பஞ்ஜாபில் 1908-ம் வருஷத்தில் பரவிய விஷமஜ்வரத்திற்கு மூன்றுகோடி ஜனங்கள் இரையானார்கள். இதனால் அதிக கேடுண்டவர்கள் சிறு குழந்தைகளும், 65-வயதுக்கு மேற்பட்ட கிழவர்களுமே யாவார்கள்.

பாதரஸமும் கர்ப்பிணியும்.

கர்ப்பிணிகளுக்கு, நாலைந்து மாஸங்களுக்குப் பிறகு, இரஸங்கலந்த ஔஷதங்களைப் பிரயோகிப்பதில் வைத்தியர்கள் மிகவும் ஜாக்கிரதையாயிருக்கவேண்டும். அது கர்ப்பஸ்ராவம் அல்லது கர்ப்பபாதம் (abortion) உண்டாவதற்கான காரணங்களைத் தூண்டலாம்; அல்லது கர்ப்பத்திலுள்ள சிசுவினிடம் விஷத்தன்மையைக் காட்டி அதற்கும் அதன் தாய்க்கும் இரஸ ஸம்பந்தமான தோஷங்களை யுண்டுபண்ணலாம். இவ்வாறு "ப்ராக்டிகல் மெடிஸின்" என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகை கூறுகிறது.

யுத்த முனைக்கு ஒரு ஹகீம்.

வடக்கே ஜாங் என்கிற ஊரில் யூனானி வைத்திய முறைப்படி தொழில் நடத்திவரும் லாலா ராஜ நாராயண என்கிறவர் யுத்த முனைக்குப்போய் வைத்திய ஊழியம் செய்ய விரும்பி, தான் அவ்விதம் போவதற்கு அனுமதி கொடுக்கவேண்டுமென்று கவர்ன்மெண்டாரைக் கேட்டுக்கொண்டதாக "ட்ரிப்யூன்" என்னும் பத்திரிகை அறிவிக்கின்றது. யுத்தம் செய்யும் வீரர்களுக்கு ஸம்பவிக்கும் இரண காயங்களைத் தவிர்த்து, மற்ற வியாதிகளை ஸ்வஸ்த்தம் செய்வதாகவும் அந்த ஹகீம் குறிப்பிட்டிருக்கிறாராம்.

ஒரு புத்திசாலியான வைத்திய மாணாக்கன்.

சுகாதாரப் பரீக்ஷை யொன்று நடக்கும்போது பரீக்ஷாபத்திரத்தில் அடியில் வருமாறு ஒரு கேள்வி கேட்கப்பட்டிருந்தது:—

கேள்வி—உன்னுடைய வாஸஸ்த்தலமான ஒரு அறையில் ஏற்றவாறு காற்றோட்டமும் வெளிச்சமும் இல்லாமல், அசுத்தங்களும் பலவாறு சேர்ந்திருந்தால் நீ என்ன செய்வாய்?

இதற்கு அங்கிருந்த மாணவர்களில் ஒருவன் விடையளித்ததாவது:—

விடை—நான் அவ்வறையை விட்டு வெளியிற் போய் விடுவேன்.

அவற்றுள் வாயுவானது எலும்பிலும், பித்தமானது ஸ்வேதம் இரத்தம் இவ்விரண்டிலும், மற்ற தாதுக்களில் கபமும் இருந்து வருகின்றன. ஆகையினால், ஆதாரமாகவும் ஆதேயமாகவு மிருக்கிற தாதுக்களென்ன, தோஷங்களென்ன இவற்றில் பரஸ்பரம் ஒன்றுக்கு விருத்தி ஹேதுவாகவோ க்ஷயஹேதுவாகவோ உள்ள ஔஷதமானது மற்றொன்றுக்கும் அவ்வாறே விருத்தி ஹேதுவாகவோ க்ஷயஹேதுவாகவோ ஆகும். ஆனால் அஸ்த்திக்கும் வாயுவுக்கும் இவ்விதி பொருத்தமாகாது; ஏனெனில்: விருத்தியானது பெரும்பாலும் தர்ப்பண சிகித்ஸையினால் உண்டாகக்கூடியது; அவ்வித விருத்தியானது கபத்தினால் அநுஸரிக்கப்பட்டே நடக்தேறும். க்ஷயமோ அதற்கு மாறாக லங்கந சிகித்ஸையினால் ஆகக்கூடியதா யிருப்பதால், அது பெரும்பாலும் வாயுவினால் அநுஸரிக்கப்படுகின்றது.[1] 26—27¾.

தோஷ-தாதுக்களுக்குள்ள ஸம்பந்தமும் அவற்றின் பரஸ்பர விருத்திக்ஷயமும்.

தத்துவம் இவ்வாறிருப்பதால், தோஷ-தாதுக்களின் விருத்தியினாலுண்டாகும் கோளாறுகளை லங்கந சிகித்ஸையினாலும், அவற்றின் க்ஷயத்தினாலுண்டாகிற கோளாறுகளை ப்ருஹ்மண சிகித்ஸையினாலும் போக்கி ரோகியை சீக்கிரம் ஸ்வஸ்த்தப்படுத்தவேண்டும். ஆனால் வாயு விஷயத்தில் அவ்வாறு செய்யக்கூடாது; அத்தோஷத்தினாலுண்டாகும் கோளாறுகளில்மட்டும் முற்கூறிய சிகித்ஸாக்ரமங்களையே மாற்றிப் பிரயோகிக்கவேண்டும்.[1] 28, 29.

தோஷ-தாதுக்களின்விருத்தி க்ஷயங்களாலான கோளாறுகளைப் பரிஹரித்தல்.

இதன் பிறகு சில விசேஷவிதிகள் கூறப்படுகின்றன; அவையாவன:— இரத்தம் விருத்தியாவதாலுண்டாகும் கோளாறுகளை ரக்தமோக்ஷணத்தினாலும்,[2] விரேசந சிகித்ஸைகளாலும் பரிஹரிக்க வேண்டும். மாம்ஸம் விருத்தியாய் உண்டாகும் வியாதிகளை சஸ்திரகர்மமென்ன,[3] க்ஷாரப்ரயோகமென்ன,[4] அக்னிப்ரயோகமென்ன[5] இச்சிகித்ஸைகளாலும், மலம் க்ஷயித்துப்போவதாலான ரோகங்களை வெள்ளாடு செம்மறியாடு இவற்றின் குடலிறைச்சியென்ன, காராமணியென்ன, யவதானியமென்ன, உளுந்தென்ன இவற்றைப் பிரயோகித்தும் மேதஸ் என்கிற கொழுப்பு விருத்தியா யுற்பத்தியாகும் வியாதிகளை ஸ்த்தூல தேஹிகளுக்குரிய சிகித்ஸையினாலும், அதன் க்ஷயத்தினாலான ரோகங்களை மிகவும்மெலிந்த தேஹிகளுக்கேற்ற சிகித்ஸையினாலும் உபசரிக்கவேண்டும். அஸ்த்திகள் மெலிவுறுவதால் ஏற்படும் பிணிகளை திக்தரஸமுள்ள வஸ்துக்களைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த பாலென்ன, கிருதமென்ன, வஸ்திப்ரயோகங்களென்ன இவற்றாலும், மலம் அமிதமாக விருத்தியாய் உண்டாகும் வியாதிகளை அதிஸார

தாதுக்களுடைய விருத்தி-க்ஷய சிகித்ஸைகளில் விசேஷ விதி.

1. தேஹத்தின் எவ்விதமான விருத்தியம்சமும் கபத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்டதென்றும், க்ஷயமெல்லாம் வாதத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்டதென்றும் கோட்பாடு.

1. வாத விருத்தியாலான கோளாறுகளை ப்ருஹ்மணத்தினாலும், வாதக்ஷயத்தினாலான கோளாறுகளை லங்கநத்தினாலும் சிகித்ஸிக்கவேண்டுமென்று கருத்து.

2. ரக்தமோக்ஷணம்—இரத்தத்தை வெளிப்படுத்துதல்.

3. சஸ்திர கர்மவிஷயங்கள் ஸூத்திர ஸ்த்தாநம் 26-வது 29-வது அத்தியாயங்களில் விவரிக்கப்படுகின்றன.

4. க்ஷாரப்ரயோக விஷயங்கள் 30-வது அத்தியாயத்தில் கூறப்படுகின்றன.

5. அக்னிப்ரயோகம் என்றால் சுடுதல்; இவ்விஷயமும் 30-வது அத்தியாயத்திலேயே கூறப்படுகிறது.

சிகித்ஸையினாலும், மலம் க்ஷயித்துப் போவதாலான ரோகங்களை வெள்ளாடு, செம்மறியாடு இவற்றின் குடலிறைச்சியென்ன, காராமணியென்ன, யவதானியமென்ன, உளுந்தென்ன மொச்சைப் பருப்பென்ன இவற்றாலும் பரிஹரிக்கவேண்டும். மூத்திரம் விருத்தியாவதாலுண்டாகும் வியாதிகளை பிரமேஹ சிகித்ஸையினாலும், மூத்திரம் க்ஷயிப்பதாலான வியாதிகளை மூத்திர க்ருச்சிர சிகித்ஸையினாலும், ஸ்வேதம் க்ஷயிப்பதால் ஸம்பவிக்கும் பிணிகளை வியாயாமமென்ன, அப்யங்கமென்ன, ஸ்வேதமுண்டாகச்செய்யும் வேது பிடித்தல் முதலிய செய்கையென்ன, மதபானமென்ன இவற்றாலும் உபசரித்துப் போக்கவேண்டும். 30—33.

உடற்சூட்டின் ஏற்றத்தாழ்வுக்கு ஏற்றவாறு தாதுக்களின் விருத்தி-க்ஷயம்.

தன்னுடைய ஸ்தானத்தில் இருந்துவருகிற உடற் சூட்டின்[1] ஸூக்ஷ்மமான அம்சங்கள் எல்லாத் தாதுக்களிலும்பரவியிருக்கின்றன. அந்த அம்சங்கள் இயற்கையினும் குறைவதால் தாதுக்கள் விருத்தியாகின்றன; அவை அதிகமாக விருத்தியானால் தாதுக்கள் க்ஷயிக்கத் தொடங்கும்.[2] 34.

தோஷ-தாது மலங்கள் ஒன்றோடொன்று கெட்டுப் போதல்.

முன்னுள்ள தாதுவானது விருத்தியானாலும் க்ஷீணித்தாலும் தனக்குப் பின்னுள்ள தாதுவையும் அதேவிதமாகச் செய்துவிடும். தோஷங்கள், தகாதவிதமாயுபயோகித்த உணவின் இரஸங்களால் கெட்டுப்போகும்; அவை கெட்டுப்போனால் தாதுக்களைத் தூஷிப்பிக்கும்; தோஷ-தாதுக்கள் இரண்டும் கெட்டால் மலங்களையும் அவை கோளாறடையச் செய்யும். 35.

மலமார்க்கங்களும் அவற்றின் கோளாறுகளும்.

கீழே இரண்டு[1] த்வாரங்களும், சிரஸில் ஏழு த்வாரங்களும்,[2] உடலெங்கும் வியாபித்துள்ள வியர்வை த்வாரங்களும் மலமார்க்கங்கள் அல்லது மலாயநங்கள் என்று வழங்கப்படும். கோளாறடைந்த மலங்கள் அம் மலமார்க்கங்களையும் தூஷிப்பிக்கும்; ஆகவே எந்தெந்த மலம் கோளாறடைகின்றதோ, அததற்குரித்தான மலாயநங்களிலும் வியாதிகள் ஸம்பவிக்கும். 36.

ஓஜோ தாதுவும் அதன் தன்மைகளும்.

ஓஜஸ் என்னும் தாதுவானது,[3] இரஸம் முதற்கொண்டு சுக்ரமீறாகவுள்ள தாதுக்களுடைய மஹாஸாரவத்தான தேஜஸ்ஸாக இருக்கின்றது. அது ஹ்ருதயத்தை முக்கிய ஸ்தானமாகப் பெற்றிருந்தாலும் உடலெங்கும் வியாபித்துளது; அது தேஹம் ஜீவித்து வாழ்வதற்குக் காரணமாகும்; அது ஸ்நிக்தமாகவும், மிகவும் சீதவீர்யமுடையதாகவும், மாசுமறுவில்லாததாகவும், சிறிது சிவந்த பொன்

1. உடற்சூடு—இது ஸம்ஸ்க்ருத மூலக்ரந்தத்தில் "காயாக்னி" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது; காயாக்னியென்றால் ஜாடராக்னி யென்று அருணதத்தன் அர்த்தம் எழுதுகிறான். உணவுகளைப் பக்குவம் செய்வதற்கான ஜாடராக்னி யென்னும் பித்தம் வேறு, இரத்தத்தைத் தனக்கு முக்கிய இருப்பிடமாகப்பெற்ற உடற்சூடு வேறு என்று பகுத்தறிந்தவர், காயாக்னி யென்பதற்கு ஜாடராக்னி யென்று பொருள்கூறுவது உசிதமென்று நினைக்கமாட்டார்.

2. சேஹச்சூடு அமிதமாய் விருத்தியாகத் தொடங்கினால் தாதுக்களை எரிக்க ஆரம்பிக்கும்; ஆகவே அப்பொழுது அவை மிகவும் க்ஷயமடையும்; தேஹச்சூடு குறைந்தால் எரிக்கப்படவேண்டிய அம்சங்கள் எரிக்கப்படாமல் அவை தோஷங்களாக உடலிற் சேர்ந்து தேஹம் பருத்துக் காணும்.

1. குதமும் மூத்திரமார்க்கமும் இதனால் குறிப்பிடப்படுகின்றன.

2. நேத்திரங்கள் இரண்டு, நாசியின் த்வாரங்கள் இரண்டு, செவிகள் இரண்டு, வாய் ஒன்று ஆக ஏழு த்வாரங்களாம்.

3. ஓஜஸ்ஸை ஏழு உபதாதுக்களில் ஒன்றாக ஆயுர்வேதமறிந்தவர் கூறுவர்.

நிறமுள்ளதாகவும் இருக்கும்; இந்த தாது அழிவுற்றால் தேஹமும் நிச்சயமாய் அழியும்; இது நல்ல நிலைமையில் இருந்துவந்தால் தேஹமும் ஆரோக்கியநிலைமையில் இருந்துவரும். தேஹத்தை ஆதாரமாகப் பெற்றுள்ள அநேகவிதமான விஷயங்களும் கார்யங்களும் இதனால் உண்டாகின்றன. 37—38½.

ஓஜஸ் க்ஷீணிப்பதும் அதற்குப் பரிஹாரமும்.

கோபம், பசி, சிந்தனை, மனத்துயரம், சிரமம் இவை முதலியவற்றால் ஓஜோதாது க்ஷயமடையும். அவ்வாறு ஓஜஸ் க்ஷீணித்துப் போனவன் பலஹீனமாயிருப்பான்; அஞ்சிநடுங்குந் தன்மையனாவான்; அடிக்கடியும் துன்பமுற்ற இந்த்ரியங்களோடு ஏதோ சிந்தித்தவண்ணம் நிற்பான்; அவனுடைய முகத்தில் பொலிவு இராது; மனம் நொந்து, ரூக்ஷதேஹியாய், மிகவும் இளைத்துப்போவான். அதில் ஜீவநீய கணத்தைச் சேர்ந்த ஔஷதங்களும், பாலும், மாம்ஸரஸமும், மற்றும் அவைபோன்ற வஸ்துக்களும் ஏற்ற ஔஷதங்களாம். 39—40½.

ஓஜோ விருத்தியின் குறிகள்.

ஓஜோதாது நன்றாக விருத்தியடைந்தால், தேஹத்திற்கு புஷ்டியுண்டாகும்; மனக்களிப்பு மேலிடும்; தேஹபலம் விருத்தியாகும். 41

தோஷங்களுடைய விருத்தி க்ஷயங்களுக்கு ஏற்ற உணவுகள்.

எவ்விதமான உணவு வெறுக்கப்படுகின்றதோ அதை விலக்கியும், எவ்வித உணவு விரும்பப்படுகிறதோ — அது தீங்குண்டு பண்ணாததா யிருக்குமானால்-- அதை உட்கொண்டும் வந்தால் தோஷங்களுடைய இயற்கைக்கு விரோதமான விருத்தியையும் க்ஷயத்தையும் முறையே பரிஹரித்து விடலாம். 42.

அந்தந்த பதார்த்தங்களிலுண்டாகும் விருப்பங்களை அநுஸரித்து தோஷங்களின் விருத்தி க்ஷயங்களை அறிதல்.

தோஷங்கள் விருத்தியானால், அவை அவற்றிற்கு எதிரிடையான குணங்களுள்ள பதார்த்தங்களில் விருப்பத்தையும், அவை க்ஷயமடைந்தால், அவற்றிற்கு ஸமானமான குணமுள்ள பதார்த்தங்களில் விருப்பத்தையும் பெரும்பாலும் உண்டுபண்ணுவது இயல்பு. விஷயமறியாதவர் இத்தத்துவத்தைக் குறிப்பிட்டுணர மாட்டார். 43.

இயற்கை அல்லது விகாரமடைந்த நிலைமையிலுள்ள தோஷங்களின் சுபாவங்கள்.

தோஷங்களில் ஏதேனும் விருத்தியானால் அந்தந்த தோஷமும் அதனதன் வன்மைக்கும் தன்மைக்கும் ஏற்றவாறு விசேஷமான ரூபங்களை உண்டுபண்ணும்; அவ்வாறே ஏதாவது க்ஷயமடைந்தால் அததற்குற்ற இலக்ஷணங்களை இழந்துவரும். அவை ஸமநிலைமையிலிருந்தால் அததற்குற்ற இயற்கை வேலைகளைச் செய்யும். 44.

தோஷங்கள் விஷமிக்காமல் அவற்றைக் காக்கவேண்டும்.

எந்த தோஷங்கள் ஸமநிலைமையி லிருக்குங்கால் தேஹத்தினுடைய விருத்திக்குக் காரணங்களாகின்றனவோ, அதேதோஷங்கள் ஏற்றக் குறைவடையும்போது சரீரத்திற்கு அபாயகரமாய் அமைகின்றனவாதலால், ஹிதமான காரியங்களைச் செய்துகொண்டே அவை விருத்தியாகாமல் இரக்ஷிக்கப்படுவதுபோல, க்ஷயமடையாமலும் அவற்றைக் காத்துவரவேண்டும். 45.

பன்னிரண்டாம் அத்தியாயம்.

பிறகு தோஷபேதீயம்[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகிறது:—

வாயுவின் ஸ்த்தாநங்கள்.

பக்வாசயம்,[2] இடுப்பு, துடைகள், செவிகள், எலும்புகள், பரிசேந்த்ரியம்[3] என்கிற இவ்வாறும் வாதத்திற்கு ஸ்த்தாநங்களாயிருக்கின்றன; இவற்றிலும் பக்வாசயமே அதற்கு முக்கிய ஸ்த்தாநமாகும். 1.

பித்தத்தின் ஸ்த்தாநங்கள்.

நாபி, இரப்பை, ஸ்வேதம், நிணநீர், இரத்தம், இரஸம், நேத்திரம், பரிசம் இவை பித்தத்திற்கு இருப்பிடமாகும்; இவற்றுள் நாபியே அதற்கு முக்கியமான ஸ்த்தாநமாயிருக்கிறது. 2.

கபத்தின் ஸ்த்தாநங்கள்.

மார்பு, தொண்டை, சிரஸ், க்லோமா,[4] தேஹத்தின் பூட்டுகள், இரைப்பை, இரஸம், கொழுப்பு, நாசி, நாக்கு இவை கபத்திற்கு ஸ்த்தாநங்களாகும்; இவற்றுள் மார்புதான் அதற்கு விசேஷித்த இருப்பிடமாம். 3.

பஞ்சவாயுக்கள்.

வாயுவானது, பிராணவாயு முதலிய பேதங்களைக்கொண்டு ஐந்துவிதமாகப் பிரிக்கப்படும். இவற்றுள் பிராணவாயுவானது சிரஸ்ஸை இருப்பிடமாகக் கொண்டது; மார்பு, தொண்டை இவற்றில் ஸஞ்சரிக்கும்; புத்தி, ஹ்ருதயம், இந்த்ரியங்கள், மனது இவற்றிற்கு ஆதாரமானது; சிந்தியுமிழ்தல், தும்மல், ஏப்பம், மூச்சுவிடுதல், உணவையுட்செலுத்தல் என்னும் இக்கார்யங்களைச் செய்யும். உதாநவாயுவுக்கு மார்பு இருப்பிடமாகும்; அது நாசி நாபி, தொண்டை இவற்றில் ஸஞ்சரிக்கும்; வாக்கின் பிரவ்ருத்தியென்ன, மற்றும் காரியங்களில் முயற்சியென்ன, உத்ஸாஹமென்ன, தேஹ வன்மையென்ன, ஞாபக சக்தியென்ன, நிறங்களென்ன இவற்றைத் தனது இயற்கைக் கார்யங்களாயுடையது. வியாநவாயுவுக்கு ஹ்ருதயம் ஸ்த்தாநமாகும்; சரீரமெங்கும் மஹா வேகத்துடன் ஸஞ்சரிக்குந் தன்மையது; ஸஞ்சாரம், அவயவங்களைக் கீழே இறக்குதல் அவற்றை உயரத் தள்ளுதல், கண்களை மூடுதல், அவற்றைத் திறத்தல் என்னும் இவை முதலிய பிராணிகளுடைய தேஹத்தில் நடைபெறும் எல்லாக் கார்யங்களும் பெரும்பாலும் இவ்வாயுவுக்கு அதீனமாய் அமைந்துள்ளன. ஸமாநவாயுவானது ஜாடராக்னிக்கு மிகவும் அருகிலுள்ளது;[1] குடலில் எல்லாவிடத்திலும் ஸஞ்சரிக்கும்; இது உணவைக் கிரஹிக்கின்றது; அதைப்பக்குவம் செய்கின்றது; இரஸம் வேறு கிப்பி வேறாக அதைப் பிரிக்கின்றது; மலமூத்திராதி கிப்பிகளை வெளியில் தள்ளுகின்றது. அபாநவாயுவானது மலாசயத்தை ஸ்த்தாநமாகப் பெற்றது; ச்ரோணி,[2] மூத்திரப்பை, ஆண்குறி அல்லது பெண்குறி, துடைகள் இவற்றில் நடமாடும் தன்மையது; சுக்ரம், ஆர்த்தவம்,[3] மலம், மூத்திரம், கர்ப்பம் இவ

1. தோஷங்களுக்குள் பரஸ்பரமுள்ள பேதங்களையும், மற்றும் பல விவரங்களையும் கூறும் அத்தியாயம் எனப் பொருள்.

2. பக்வாசயம்—53-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. பரிசேந்த்ரியம்—சர்மம்.

4. க்லோமா—பித்தநீரில் ஓர் அம்சத்தைச் சுரப்பிக்கும் நீண்டதோர் கிரந்தி. (Pancreas).

1. பக்வாசயம் அவ்வாயுவுக்கு ஸ்த்தாநம் எனக் கருத்து.

2. ச்ரோணி—இது பெரும்பாலும் இடுப்பைச் சேர்ந்த பாகம்; துடையிடுக்குகள் முதற்கொண்டு நாபிக்குக் கீழே இரு புறங்களையும் குறிப்பிடும்.

3. ஆர்த்தவம்—மாதவிடாயிலுண்டாகும் சோணிதம்.

ற்றை வெளிப்படுத்தும் கார்யமும் இதைச் சேர்ந்ததாம். 4—9.

பஞ்ச பித்தங்கள்.

பித்தம் ஐந்து வகைப்படும்; அவற்றுள் பாசகம் என்னும் பித்தமானது பக்வாசயத்திற்கும் ஆமாசயத்திற்கும்[1] இடையில் இருக்கின்றது; அது பஞ்சபூதமயமாயிருந்தும் தேஜோகுணம் விசேஷமாயுண்டாகையால் திரவத்தன்மையைவிட்டு பாகம் முதலிய கார்யங்களால் அக்னியென்று விவஹரிக்கப் படுகிறது; அது உணவைப் பக்குவம்செய்து இரஸத்தையும் கிப்பியையும் வெவ்வேறாகப் பிரிக்கின்றது; அங்கு இருந்துகொண்டே மற்றும் வேறுவித பித்தங்களுக்கும் பலத்தைக் கொடுத்து உதவிசெய்கின்றது. ஆமாசயத்திலடங்கிய பித்தமானது ஆஹார ரஸத்தை ஒருவாறு நிற மாற்றுவதால் அது ரஞ்ஜகம் என்று கூறப்படும். ஹ்ருதயத்திலுள்ள பித்தமானது புத்தியென்ன, மேதையென்ன, அபிமானமென்ன இவை முதலியவற்றால் இஷ்ட வேலையைச் செய்து முடிக்கும் இயல்புடையதாகையால் ஸாதகம் என்று சொல்லப்படும். கண்களின் மத்தியிலுள்ள பித்தமானது உருவங்களை நோக்கி விஷயமுணருமியல்புடையதுபற்றி ஆலோசகம் எனப்படுகிறது. சர்மத்திற்கு ஒருவித காந்தியைக் கொடுத்து அதைப் பிரகாசிக்கச் செய்வதால், அதிலுள்ள பித்தம் ப்ராஜகம் என்று வழங்கப்படும். 10—14.

பஞ்ச கபங்கள்.

கபமும் ஐந்து விதமாம். அவற்றுள் மார்பினுள் இருக்கும் கபமானது, தனது வீர்யத்தினால் பிடர் என்னும் பாகத்திற்கும், உணவின் வீர்யத்தினால் ஹ்ருதயத்திற்கும், அதே இடத்தில் இருந்துகொண்டு நீர்த்தன்மைக்குள்ள வேலையினால் மற்ற கபஸ்த்தாநங்களுக்கும் அவலம்பநத்தைக்[1] கொடுத்துவருவதால் அது அவலம்பகம் என்று கூறப்படுகிறது. யாதொரு கபம் ஆமாசயத்திலிருந்துகொண்டு ஒருமிக்கத் திரண்டுள்ள கெட்டியான உணவுகளை உடைத்து நீர்க்கச் செய்கிறதோ அது அக்காரணத்தினாலேயே க்லேதகம் என்று சொல்லப்படுகிறது. நாக்கிலுள்ள கபம் சுவைகளை யுணரச் செய்வதால் போதகம் எனப்படுகிறது. சிரஸ்ஸிலுள்ளது இந்த்ரியங்களைத் திருப்தியுறச் செய்வதால் தர்ப்பகம் என்று வழங்கப்படும் ஆங்காங்கு ஸந்திபந்தங்களில் இருந்துவரும் கபம் அப்பாகங்களை ஒன்றோடொன்றுச் சேர்ப்பித்து நெகிழவிடாமற் செய்யுமியல்புள்ளதாகையால் அது ச்லேஷகம் என்று கூறப்படும். 15—17½.

தோஷங்களுடைய ஸ்த்தாநங்களும் செயல்களும்.

இவ்வாறு மேற்கூறியவைகளே, கோளாறடையாது ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள தோஷங்களுக்கு—அவை தேஹமெங்கும் வியாபித்திருந்தபோதிலும்-பெரும்பாலும் தனித்தனியாய் அமைந்துள்ள ஸ்த்தாநங்களாகவும், செயல்களாகவும் இருக்கின்றனவென்று அறிக. 18½.

வாதம் சய-ப்ரகோப-சமங்களை அடைதல்.

ரூக்ஷம் முதலிய குணங்கள்[2] உஷ்ணத்துடன் சேர்ந்தால் வாயுவுக்கு சயாவஸ்த்தையை உண்டுபண்ணும்; சீதவீர்யவஸ்துக்களின் ஸம்பந்தத்தைப் பெற்றால் ப்ரகோபமடையும்; ஸ்நிக்த்தம் முதலிய குணங்கள்[3] உஷ்ண வீர்யத்தோடு கலந்தால் அதற்கு உபசமமும் உண்டாகும். 19½.

1. ஆமாசயம்—53-வது பக்கம் டிப்பணியில் பக்வாசயம் என்பதற்குப் பிறகு பார்க்கவும்.

1. அவலம்பநம்—ஆதாரம்.

2. முதல் அத்தியாயம் 11-வது ச்லோகத்தின் மொழிபெயர்ப்பில் வாததோஷத்திற்குக் கூறப்பட்டுள்ள குணங்கள் யாவும் "ரூக்ஷம் முதலிய" என்பதால் குறிப்பிடப்படுகின்றன.

3. முதல் அத்தியாயம் 12-வது ச்லோகத்தின் மொழி பெயர்ப்பில் கபத்திற்குக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள குணங்கள் யாவும் "ஸ்நிக்த்தம் முதலிய" என்பதால் குறிக்கப்படுகின்றன.

பித்தம் சய-ப்ரகோப-சமநங்களை அடைதல்.

தீக்ஷ்ணம் முதலிய குணங்கள்[1] சீதவீர்யமான பதார்த்தங்களுடன் அல்லது அவ்வித செய்கைகளுடன் கூடினல் பித்தத்திற்கு சயாவஸ்த்தையை யுண்டுபண்ணும்; அக்குணங்களே உஷ்ணத்தோடு கூடினல் அத்தோஷத்திற்கு ப்ரகோப முண்டாக்கும்; மந்தம் முதலிய குணங்கள்[2] சீதவீர்யத்தோடு கலந்தால் அதற்கு உபசமத்தைத் தரும். $20\frac{1}{2}$.

கபம் சய-ப்ரகோப-சமநங்களை அடைதல்.

ஸ்நிக்த்தம் முதலிய குணங்கள்,[3] சீதவீர்யத்தோடு கலந்தால் கபத்திற்கு சயாவஸ்த்தையை யுண்டு பண்ணும்; அதே குணங்கள் உஷ்ணத்தோடு கலந்தால் கபத்திற்கு ப்ரகோப முண்டாக்கும். ரூக்ஷம் முதலிய குணங்கள்[4] அவ்வுஷ்ணத்தோடு கூடினல் அதற்கு உபசமத்தைத் தரும். $21\frac{1}{2}$.

சயம் என்பதின் விவரம்.

தோஷமானது அதன் ஸ்த்தாநத்திலேயே விருத்தியடையுமானல், அது சயம் என்று வழங்கப்படும். அப்பொழுது அத்தோஷத்தின் விருத்திக்குக் காரணமானவற்றில் வெறுப்புண்டாகும்; அத்தோஷத்திற்கு எதிரிடையான குணங்களுள்ள பதார்த்தங்களில் விருப்பமும் ஏற்படும். $22\frac{1}{4}$.

1. முதல் அத்தியாயம் 11-வது ச்லோகத்து மொழிபெயர்ப்பில் பித்தத்திற்குக் கூறியுள்ள குணங்கள் "தீக்ஷ்ணம் முதலிய" என்பதால் குறிக்கப்படுகின்றன.

2. "மந்தம் முதலிய" என்பதால் கபத்தின் குணங்கள் குறிப்பிடப்படுகின்றன.

3. "ஸ்நிக்த்தம் முதலிய" என்பதால் கபத்தின் குணங்கள் யாவும் குறிக்கப்படுகின்றன.

4. "ரூக்ஷம் முதலிய" என்பதால் வாயுவின் குணங்கள் குறிக்கப்படுகின்றன.

ப்ரகோபம் என்பதின் விவரம்.

தோஷம் மிகவும் விருத்தி யடைந்து தன்னுடைய ஸ்த்தாநத்தையும் மீறி வேறு ஸ்த்தாநங்களில் பரவுமானல், அது ப்ரகோபம்[1] என்று கூறப்படும். அந்த நிலைமையில் தோஷங்கள் அவற்றின் குறிகளை யெல்லாம் காட்டத் தொடங்கும்; அமைதியின்மை யேற்பட்டு, வியாதியும் ஸம்பவிக்கும். 23.

மூன்று தோஷங்களுக்கும் சய-ப்ரகோப-உபசமாவஸத்தைகள் உண்டாகும் காலங்கள்.

க்ரீஷ்ம ருது முதற்கொண்டு மூன்று ருதுக்களில் வாயுவுக்கு சயம், ப்ரகோபம், உபசமம் இந்த நிலைமைகள் முறையே உண்டாகும். வர்ஷருதுமுதற்கொண்டு மூன்று ருதுக்களில் பித்தத்திற்கு முறையே சயம், ப்ரகோபம், உபசமம் என்கிற நிலைமைகள் ஏற்படும். சிசிரருது முதற்கொண்டு மூன்று ருதுக்களில் கபத்திற்கும் முறையே சய-ப்ரகோப-உபசமங்கள் ஸம்பவிக்கும். 24.

வாதத்தின் சயாதிகளைப்பற்றிய விசேஷம்.

க்ரீஷ்மருதுவில் இலகு-ரூக்ஷ குணங்களையுடைய ஔஷதிகளால் அதே குணங்களைப் பெற்ற வாயுவானது அவ்வித குணங்களுடன் கூடிய தேஹத்தில் சயாவஸத்தையை அடைகின்றது; ஆனல் காலத்திற்கு இயற்கையாயுள்ள உஷ்ணத்தன்மையினுல் அத்தோஷம் ப்ரகோபமடைவதில்லை. 25.

பித்தத்தின் சயாதிகளைப் பற்றிய விசேஷம்.

வர்ஷருதுவில் அம்லரஸமாக மாறிய ஜலத்தினுலும் ஔஷதிகளாலும் அவ்விதமேயுள்ள பித்தம் சயாவஸ்த்தையடையுமே யன்றி, காலம் குளிர்ச்சியாயிருப்பதால் ப்ரகோப நிலைமை யடைவதில்லை. 26.

1. ப்ரகோபும்—இதை கோபம் என்றும் கூறுவர்.

கபத்தின் சயாதிகளைப் பற்றிய விசேஷம்.

சிசிரருதுவில் ஸ்நிக்த்தமாகவும் சீதவீர்யமாகவுமுள்ள தண்ணீராலும் ஔஷதிகளாலும் அதே குணமுள்ள கபமானது சயாவஸ்த்தை யடைகின்றது; காலமும், பிராணி தேஹமும் அக் கபத்திற்கு ஸமான குணமுள்ளவையாயிருந்தும், கபத்திற்குத் தோய்ந்துவிடும் தன்மையிருப்பதால் அத்தோஷம் ப்ரகோபிப்பதில்லை. 27.

தோஷங்கள் அகாலத்தில் சயாதிகளையடைவதும் காலத்தில் அடையாமற் போவதும்.

இங்ஙனம் தோஷங்களுக்குக் காலஸ்வபாவத்தினல் ஏற்படும் பலவித நிலைமைகள் குறிக்கப்பட்டன. அப்பால் அவரவர்கள் உபயோகிக்கும் அஹாராதிகளின் தன்மைகளுக்கேற்றவாறு அத்தோஷங்கள் சயம் முதலிய அவஸ்த்தாபேதங்களை அந்தந்த காலங்களை எதிர் பார்க்காமலே உடனே அடையக்கூடும்; அதனதன் சயாதிகளுக்கு ஏற்றதென்று குறிக்கப்பட்டுள்ள காலத்தில் அவ்வித நிலைமைகளை அவை அடையாமலும் இருக்கலாம். 28.

ப்ரகோபித்த தோஷம் வேகமாகப் பரவுவதும் மெதுவாகக் குறைவதும்.

தோஷம், ப்ரகோபத்தையடைந்தால், உடனே ஜலப்ரவாஹம்போல் பாதம் முதல் சிரஸ்ஸு வரையில் தேஹமெங்கும் வெகு சீக்கிரமாகப் பரவிவிடும்; அவ்வாறு ப்ரகோபித்த பிறகு அத்தோஷம் சிறுகச் சிறுகவே அந் நிலைமையிலிருந்தும் திரும்புவதியல்பு.[1] 29.

1. ஜலத்தின் வெள்ளமானது கரைபுரண்டு வழிந்து வெளியில் ஓடிய பிறகு, அவ் வெள்ளத்தைத் தடுத்து மீண்டும் அதன் ஸ்த்தாநத்திற்குத் திருப்பிக் கொண்டுவருவது எவ்வளவு மெதுவாக ச்ரமத்தினல் ஸாதிக்கக்கூடியதோ, அவ்வளவு கஷ்டமாம், ப்ரகோபித்த தோஷத்தை இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டுவருவது.

தோஷங்களின் நிலைமாறுபாட்டின் விவரம் பொதுவாகக் கூறப்படும்.

தோஷங்கள் அநேகவிதமாகவும் எண்ணிறந்தவையுமாயுள்ள விகாரங்களால் ப்ரகோபமடைந்து தேஹத்தைத் துன்பப்படுத்தும்; ஆகையால் அவற்றின் ப்ரகோபத்திற்கான காரணங்களையும், இலக்ஷணங்களையும் தனித் தனியாகக் கூறுவது அஸாத்தியமாகும்; ஆகவே அவ் விஷயம் இங்கே பொதுவாக மொழியப்படுகின்றது. 30, $30\frac{1}{2}$.

தோஷங்களே எல்லா ரோகங்களுக்கும் காரணம்.

தோஷங்களே ஸகல ரோகங்களுக்கும் முக்கிய காரணமாம். எப்படியானல் ஒரு பக்ஷியானது பகற்காலமெல்லாம் எங்கும் ஓடியோடிப் பறந்தாலும் தனது நிழலைத் தனியாகவிட்டு விலகமுடியாததாயிருக்கின்றதோ, எப்படியானல் பலவிதமான உருவங்களாயமைந்த மூலப்ரக்ருதியின் விகாரமாயுள்ள உலக மனைத்தும் முக்குணங்களை[1] விலகியிருக்கவில்லையோ, அப்படியே அநேக வியாதிஸமூஹமும் அதற்கேற்ற தாதுக்களுடைய கோளாறுகளைக் காரணமாகக் கொண்டதென்றாலும், எப்பொழுதும் மூன்று தோஷங்களுடைய ஸம்பந்தத்திலிருந்து விலகியிருக்க முடியாது. 31—$33\frac{1}{2}$.

தோஷ ப்ரகோப காரணங்களும் அவற்றின் பேதங்களும்.

இந்த்ரியங்களுக்கு அஸாத்மியமான[2] விஷயங்களுடன்[3] உண்டாகும் சேர்க்கையும், காலமும், ஆரோக்கியத்திற்கும் ஆத்மாவுக்கும் தீங்கு விளைவிக்கும் கார்யமும் அத்தோஷங்களின் ப்ரகோபத்திற்குக் காரணமாகும். இக்காரணம் ஹீந

1. முக்குணங்கள்—ஸத்வம், ரஜஸ், தமஸ் என்பவை.

2. அஸாத்மியம்—21-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. விஷயங்கள்—சப்தம், பரிசம், ரூபம், இரஸம், கந்தம் என்பனவாம்.

யோகம், அதியோகம், மித்தியாயோகம்[1] என்கிற முறையில் மீண்டும் மூன்றுவிதமான பேதங்களையுடையதாகும். 34, 34½.

இந்த்ரிய விஷயங்களுக்கு ஹீநயோக-அதியோக-மித்தியாயோகங்களின் விவரம்.

இந்த்ரியங்களுக்கு அதனதன் விஷயத்தோடு சேர்க்கை சொற்பமாக ஆய்விட்டாலும், அல்லது முற்றிலும் ஸம்பந்தமொழிந்தாலும் அது ஹீநயோகம் என்று கூறப்படும். அவற்றிற்கு அதனதன் விஷயத்தோடு சேர்க்கை அதிகமாயேற்பட்டால், அது அதியோகம் என்று வழங்கப்படும்.[2] ஸாதாரணமான உருவமானது இயற்கைக்கு விரோதமாய் ஸூக்ஷ்மமாகவோ, மிகப் பிரகாசமாகவோ, பயங்கரமாகவோ, மிகவும் அருகிலிருப்பது போலவோ, அதிக தூரத்திலிருப்பதுபோலவோ, அருவருப்பைத் தரக்கூடியதாகவோ, அல்லது வேறு ஏதேனும் விகாரமான இலக்ஷணம் முதலியதையுடையதாகவோ நேத்திரத்தினால் பார்க்கப்படுமானால், அது அவ்விந்த்ரியத்திற்கு மித்தியாயோகம் என்று கூறப்படும்; அது இம்மூன்றில் வெகு கொடியதெனக் கருதப்படுகிறது; இவ்வாறே அதிக உயரமாகவும், அதிக துர்நாற்றமுள்ளதாகவும், மற்றும் பலவித இயற்கைக்கு மாறுபாடான நிலைமையில் அதனதற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட இந்த்ரியங்களால்

1. ஹீநயோகம்—இந்த்ரியம் முதலிய வற்றிற்கும் விஷயாதிகளுக்குமுள்ள ஸம்பந்தம் இயற்கையிலும் குறைதல்; அதியோகம்—அவ்விதமே அவற்றிற்குண்டாகும் அதிக ஸம்பந்தம்; மித்தியாயோகம்—இயற்கைக்கு நேர் எதிரிடையான ஸம்பந்தம்.

2. கண்ணின் பார்வையும், செவிக்குக் கேள்வியுறும் சக்தியும், நாசிக்கு முகரும் சக்தியும், நாக்குக்குச் சுவையறியும் சக்தியும், சர்மத்துக்குப் பரிசவுணர்ச்சியும் குறையுமானால் அவற்றிற்கு அது ஹீநயோகம் எனப்படும். அவ்வாறே ஒவ்வொரு இந்த்ரியமும் ஒவ்வொரு விஷயத்தையும் அவற்றின் இயற்கைக்கு மாறாக அதிக அளவாயிருப்பதுபோல் உணர்ந்தால் அது அதியோகமாகும்.

விஷயங்கள் உணரப்படுமானால் அவற்றையும் மித்தியாயோகம் என்று அறிக. 35—37.

காலங்களுக்குள்ள ஹீநயோக-அதியோக-மித்தியா யோகங்கள்.

காலமும்-சீதகாலம், உஷ்ணகாலம், வர்ஷாகாலம் என்று மூன்று வகைப்படும்; அவற்றுள் அந்தந்த காலத்திற்குள்ள சீதாதிகளில் ஏதேனும் இயற்கைத் தன்மை குறைவடையுமானால், அது அக்காலத்திற்கு ஹீநயோகம் என்றும்,[1] அச்சீதாதிகள் இயற்கையினும் அதிகமானால் அது அதியோகம் என்றும்,[2] அந்தந்த காலத்தின் இயற்கைக்கு எதிரிடையான இலக்ஷணங்கள் ஸம்பவித்தால் அவை மித்தியாயோகமென்றும்[3] கூறப்படும். 38, 38½.

கர்மங்களுக்குள்ள ஹீநயோக-அதியோக-மித்தியாயோகங்கள்.

கர்மத்தையும் சாயிககர்மம்[4] என்றும், வாசிககர்மம்[5] என்றும், மானஸிககர்மம் என்றும் மூன்று விதமாகப் பிரிக்கலாம். சரீரம் வாக், மனது இவற்றால் செய்யப்படும் வேலைகளுக்கு இயற்கையினும் குறைவான ப்ரவ்ருத்தியுண்டானால், அல்லது சிறிதும் ப்ரவ்ருத்தியே யில்லாமற் போனால் அதற்கு ஹீநயோகம் என்று பெயர்; இயற்கையினும் அதிக ப்ரவ்ருத்தியுண்டானால்[6] அது அதியோகம் எனப்படும்; வேகங்களை வலுவில் ப்ரவ்ருத்திக்கச் செய்வது, வேகங்களை அடக்குவது, ஒரு அவயவத்தால் செய்ய வேண்டிய வேலையைமற்றொரு அங்கத்தினால் செய்வது அல்லது விஷமமாகச் செய்ய முயல்

1. சீத காலத்தில் குளிர்ச்சி குறைவதும், உஷ்ண காலத்தில் உஷ்ணம் குறைவதும், வர்ஷா காலத்தில் மழை குறைவதும் காலங்களின் ஹீநயோகம்.

2. சீத-உஷ்ண-வர்ஷா காலங்களில் குளிர்ச்சி, உஷ்ணம், மழை இவை அதிகப்படுவது அதியோகம் என்று கூறப்படுகிறது.

3. சீத காலத்தில் உஷ்ணம் அல்லது மழையும், உஷ்ணகாலத்தில் மழை யல்லது குளிரும் தோன்றினால் காலங்களுக்கு அது மித்தியா யோகமாம்.

4. காயிகர்மம்—தேஹத்தை உழைத்துச் செய்யும் வேலை;

5. வாசிக கர்மம்—வாயினால் செய்யப்படும் பிரஸங்கம் முதலியது.

6. வேகங்கள்—25-வது பக்கம் பார்க்க.

வது, வீழ்தல், தடுக்குதல் முதலியது என்னும் இவையும், போஜநம் செய்யும்போது இடையில் பேசுதலும், விஷயவிருப்பமென்ன, த்வேஷமென்ன, பயமென்ன இவை முதலியவையும், ஜீவஹிம்ஸை முதலிய நிந்திக்கப்பட்ட பத்துவிதமான கார்யங்களும்[1] இவை யாவும்—இந்த ஜன்மத்திலோ அல்லது ஜன்மாந்தரத்திலோ செய்யப்பட்டவையா யிருந்தாலும் மித்தியாயோகம் என்றே கருதப்படும். 39—42.

தோஷங்கள் ப்ரகோபித்து வியாதிகளையுண்டு பண்ணும்.

தோஷங்கள் ப்ரகோபமடைவதற்கான காரணம் இங்ஙனம் தொகுத்துக் கூறப்பட்டது. அக்காரணங்களில் ஏதேனும் ஒன்றால் பலவாறு ப்ரகோபமடைந்த தோஷங்கள் வெவ்வேறு வகையான வியாதிகளை சாகைகளிலும், கோஷ்டத்திலும், அஸ்த்திகளிலும், ஸந்திகளிலும் உண்டுபண்ணுகின்றன. 43.

சாகைகளும் பாஹ்ய ரோகங்களும்.

இரத்தம் முதற்கொண்டுள்ள ஆறு தாதுக்களும்[2] சர்மமும் சாகைகள் என்று வழங்கப்படும்; அவை பாஹ்ய ரோகங்களுக்கு ஆச்ரயங்கள் ஆகும்; அவ்வாறு இவற்றை ஆச்ரயித்து ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளாவன:—மஷகம், வ்யங்கம், கண்டமாலை, அலஜீ, அர்புதம், அர்சஸ், குன்மம், சோகை முதலிய[3]வைகளாம்; இவை முதலிய பிணிகளே பாஹ்ய ரோகங்கள் எனப்படுகின்றன. 44, 44½.

1. பரிஹரிக்கவேண்டிய பத்துவித கார்யங்களின் விவரத்தை 14-வது பக்கத்தில் பார்க்க.

2. இரத்தம், மாம்ஸம், மேதஸ், அஸ்த்தி, மஜ்ஜை, சுக்ரம் என்பவை குறிக்கப்படுகின்றன.

3. மஷகம் முதலிய வியாதிகளின் விவரங்களை நிதாநஸ்த்தாநத்தில் பார்க்கலாம்.

கோஷ்டமும் ஆந்தர வியாதிகளும்.

உடலின் உட்புறத்தில் கோஷ்டம்[1] என்கிற அவயவம் இருக்கின்றது; அதற்கு அந்த்ரம்[2] என்றும், மஹாஸ்ரோதஸ்[3] என்றும் வேறு பெயர்களுண்டு; அது ஆமாசயம், பக்வாசயம் முதலியவற்றிற்கு ஆதாரமாகவும் இருக்கின்றது. சர்த்தியென்னும் வாந்தி, அதிஸாரம், காஸம், ச்வாஸம், மஹோதரம் அல்லது யக்ருத்தாலீ முதலிய உதரரோகங்கள், ஜ்வரம், சோகை, அர்சஸ், குன்மம், விஸர்ப்பம், வித்ரதி என்னும் இவை முதலிய வியாதிகளும் அக்கோஷ்டத்தை ஆச்ரயித்து ஸம்பவிக்கின்றன; இந்த ரோகங்கள் ஆந்தரவியாதிகள் என்று கூறப்படும். 45, 46.

மத்திம ரோகங்களும் அவற்றிற்கு ஆதாரமான அவயவாதிகளும்.

சிரஸ்,[4] ஹ்ருதயம், வஸ்தியென்னும் மூத்திரப்பை முதலிய மர்மங்களும், அஸ்த்திகளுடைய ஸந்திகளும், அவற்றிற் கட்டுண்ட ஸிரைகளென்ன,[5] ஸ்நாயுக்களென்ன,[6] கண்டரங்களென்ன[7] இவற்றை ஆச்ரயித்து மத்திமரோக மார்க்கங்கள் இருக்கின்றன; அம்மார்க்கங்களை

1. கோஷ்டம்—குடல்.

2. அந்த்ரம் என்பது குடலின் பெயர்களுள் ஒன்று; ஆனால் மூலத்தில் அந்த: என்று எழுதப்பட்டிருக்கிறது; ஆந்தர வியாதிகளுக்கு ஆச்ரயமாயிருப்பதால் "அந்த:" என்று கூறப்பட்டதென்று, கருதவேண்டியிருக்கிறது.

3. மஹாஸ்ரோதஸ்—ஸ்ரோதஸ் என்றால் குழாயைப்போன்ற அவயவம்; உடலினுள்ளிருக்கும் குழாய்களுள் குடலே மிகப் பெரிதாகையால் இப்பெயர் வந்தது.

4. சிரஸ் என்பதால், அதிலடங்கியுள்ள மர்மஸ்தாநமான அதிபம் (மூளையின் முக்கியமான பாகம்) குறிக்கப்பட்டதென்றறிக.

5. ஸிரை—சாரிரத்தக் குழாய்கள்.

6. ஸ்நாயு—அஸ்த்திகளை ஒன்றோடொன்று கட்டும் ஒருவித உரத்த ஜவ்வு.

7. கண்டரங்கள்—தசைநார்களை எலும்புகளுடன் கட்டும் நார்.

ஆச்ரயித்து உண்டாகும் வியாதிகள் அடியிற் குறிக்கப்படுகின்றன:—க்ஷயம், பார்ச்வவாயு, அர்திதம்,[1] சிரஸ்முதலான [2] மர்மங்களை ஆச்ரயித்து ஸம்பவிக்கக்கூடிய மற்றும் பல வியாதிகள், ஸந்திகள் அஸ்த்திகள் இவற்றின் சூலைகள் அவற்றின் பிடிப்புகள் என்னும் இவை முதலியனவாம். 47, 48.

வாயுவின் செயல்கள்.

நெகிழ்தல், விஸ்தாரப்படுத்தல், குடைத்தல், திமிர்த்தல், இளைத்தல், வலித்தல், குத்தல், பிளத்தல், சேர்த்தல், அங்கங்கள் சிதைவுறுதல், சுருங்கல், பிளுதல், சிலிர்த்தல், வறட்சி, நடுக்கல், க்ரூரமாதல், த்வாரங்கள் அல்லது இடைவெளிகளை யமைத்தல், உலர்தல், அசைதல், சுற்றுதல், அசைவற்றுப்போதல் என்கிற இச்செயல்களும், துவர்ப்பான சுவையும், வெண்கறுப்பு அல்லது சிவப்பான நிறமும் வாயுவைச் சேர்ந்தவையாகும். $49, 50\frac{1}{4}$.

பித்தத்தின் செயல்கள்.

எரித்தல், சூடு, சமைத்தல், சிவத்தல், வியர்த்தல், நீர்க் கசிதல், பெருகுதல், பதனழிதல், மெலிதல், மயக்கமுறுதல், வெறிபிடித்தல் என்னும் இச்செயல்களும், கடுரஸ அம்லரஸங்களும், வெண்மை வெண்சிவப்பு இவற்றைத் தவிர மற்ற வர்ணங்களும் பித்தத்திற்கு ஸம்பந்தப் பட்டனவாம். $51, 51\frac{1}{2}$.

கபத்தின் செயல்கள்.

எண்ணெய்ப் பசையுண்டுபண்ணுதல், வன்மை, தினவு, குளிர்ச்சி, கனத்தல், கட்டுதல், பூசுதல், அசைவற்றுப் போதல், சோகை, பக்குவமாகாமை, அதிநித்திரை என்னும் இச்செயல்களும், வெண்ணிறமும், இனிப்பு உப்பு என்னும் சுவைகளும், வெகு மந்தமாக வேலை செய்தலும் கபத்திற்கு ஸம்பந்தப் பட்டவையாம். 52, 53.

1. அர்திதம்—11-ம் பக்கம் பார்க்க.

2. "சிரஸ்முதலான" என்பதால் ஹ்ருதயம், வஸ்தி முதலான மர்மங்களும் க்ரஹிக்கப்படுகின்றன வென்றறிக.

தோஷ லக்ஷணம் வியாதிபேதம் முதலியதை யறிவது அவசியம்.

இவ்வாறு எல்லாப் பிணிகளிலும் ஸம்பந்தப்பட்டிருப்பதாகக் கூறப்படும் தோஷங்களுடைய இலக்ஷணத்தை தர்சநம் முதலிய பரீக்ஷாமுறைகளால்[1] ஜாக்கிரதையாக நன்கு உற்று நோக்கவேண்டும்; வியாதிகளால் பீடிக்கப்படுகிறவர்களை அடிக்கடியும் பார்த்து, பிணிகளின் பற்பல நிலைமைகளுக்குள்ள பேதங்களையறிந்து விஷயநிர்த்தாரணம் செய்யவேண்டும். $54, 54\frac{1}{2}$.

சிகித்ஸை

சிகித்ஸை ஸித்தி யடைவதற்கான அறிவுக்கு அப்யாஸம் அவசியம்.

வித்தியடையு மார்க்கத்தைத் தெளிவாக்கவல்ல அறிவானது அப்யாஸத்தினால் ஏற்படுகின்றது; இரத்தினம் முதலியவற்றில் நல்லது பொல்லாததென்கிற அறிவு அப்யாஸத்தினாலேயேயன்றி, சாஸ்திரத்தினால் மட்டும் உண்டாகமாட்டாது. $55\frac{1}{2}$.

வியாதி மூன்று விதம்.

இப்பிறப்பிற் செய்யப்பட்ட அஹிதமான கார்யங்களால் உண்டாவது ஒன்றும், முற்பிறப்பிற் செய்த தீவினைகளால் உண்டாவது மற்றொன்றும், அவ்விரண்டாலும் உண்டாவது வேறொன்றும் ஆக இங்ஙனம் வியாதி மூன்று விதமென்று நிர்ணயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இவை முறையே தோஷஜம்[2] என்றும், கர்மஜம்[3] என்றும், தோஷகர்மஜம்[4] என்றும் கூறப்படும். $56\frac{1}{2}$.

1. ஸ்பர்சநம், ப்ரச்நம் என்கிற மற்ற இரண்டு பரீக்ஷா முறைகளையும் குறிப்பிடுவதற்கு "தர்சநம் முதலிய" என்று கூறப்பட்டது.

2. தோஷஜம்—வாத-பித்த-கபங்களால் உண்டாவது.

3. கர்மஜம்—முன் ஜன்மத்திற் செய்த தீவினைகளால் ஆனது.

4. தோஷகர்மஜம்—வாத - பித்த - கபங்களாலும், தீவினைகளாலும் ஸம்பவிப்பது.

மூன்றுவித வியாதிகள் உண்டாகும் வகை.

தோஷங்களால் ஏற்படும் வியாதியானது, நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ள நிதாநம் முதலியவற்றை மீறாமல் கிரமப்படி யுண்டாகும்; முற்பிறப்பிற் செய்த கர்மங்களாலுண்டாவது காரணமின்றியே திடீரென்று வந்துதோன்றும்; தோஷ-கர்மங்களென்னும் இரண்டையும் காரணமாகக்கொண்ட வியாதியானது, காரணம் மிகவும் அற்பமாயிருக்க அதிக உக்கிரமாய் உண்டாகும். $57\frac{1}{2}$.

மூன்றுவித வியாதிகளுக்கும் ஏற்ற பரிஹார க்ரமம்.

இவற்றுள் முதலிற் கூறப்பட்ட வியாதி, அதுண்டாவதற்கான காரணத்திற்கு எதிரிடையான குணமுள்ள பதார்த்தாதிகளை உபயோகிப்பதாலும், கர்மஜமான வியாதி, அப்பிணியாளி கர்மத்தை அநுபவித்து அத்தீவினை முடிவடைவதாலும், இரண்டாலும் உண்டாவது தோஷ-கர்மங்கள் இரண்டும் ஒழிந்துவிட்ட பிறகும் நிவ்ருத்தியடையும். $58\frac{1}{2}$.

ஸ்வதந்த்ர-பரதந்த்ர ரோகங்கள்.

வியாதிகள் ஸ்வதந்த்ரங்கள் என்றும், பரதந்த்ரங்கள் என்றும் இருவகைப்படும். அவற்றுள் பிற்கூறப்பட்ட பரதந்த்ரவியாதிகள் பூர்வரூபங்கள் என்றும், உபத்திரவங்கள் என்றும் இரண்டாகப் பிரிக்கப்படும்; வியாதி யுண்டாவதற்கு முன்னதாய் ஏற்படும் சில விகாரங்கள் பூர்வரூபங்கள் எனவும், ஒரு வியாதி யுண்டானபின்பு அதைக் காரணமாகக்கொண்டு வேறு ஸம்பவிக்கும் வியாதிகள் உபத்திரவங்கள் எனவும் வழங்கப்படுகின்றன. ஸ்வதந்த்ரரோகங்கள், அதததற்குரித்தான கிரமப்படி உற்பத்தியாய், அவ்வாறே அதததற்குற்ற சிகித்ஸைகளால் உபசாந்தியடையுந் தன்மையன; மேலும் அவற்றின் இலக்ஷணங்களும் நன்கு வெளிப்படையாயிருக்கும். பாரதந்த்ர ரோகங்களோ உற்பத்தியாவதிலும், சமநமடைவதிலும், இலக்ஷணங்களிலும் ஸ்வதந்த்ர[1] ரோகங்களுக்கு நேர் எதிரிடையாயிருக்கும். $59—60\frac{1}{4}$.

தோஷங்களில் ஸ்வதந்த்ர - பரதந்த்ர பேதங்கள்.

வாதாதி தோஷங்களையும் இங்ஙனமே அவற்றின் ப்ரகோபாதி விஷயத்தில் ஸ்வதந்த்ரங்கள் என்றும், பாரதந்த்ரங்கள் என்றும் இருவகையாகப் பிரிக்கலாமென்று அறியவும்; ஒவ்வொரு வியாதியிலும் இத்தோஷங்கள் கோளாறடையும் வகைகளை வெகு ஊக்கத்துடன் கவனிக்கவேண்டும். 61.

ஸ்வதந்த்ர-பரதந்த்ர வியாதிகளைப் பரிஹரிக்கு முறை.

அந்த ஸ்வதந்த்ர-பாரந்த்ர வியாதிகளுள் பிரதானமான ஸ்வதந்த்ர வியாதி நிவ்ருத்தியானால் மற்றவை அத்துடன் தானே நிவ்ருத்தியடையும்; நிவ்ருத்தியாகாவிட்டால் பாரதந்த்ர வியாதிகளுக்கும் ஏற்ற சிகித்ஸை செய்யவேண்டும்; உபத்திரவம் பலமாயிருந்தால் அதற்கே முன்னதாகவாவது சிகித்ஸை செய்வது அவசியமாகும்; ஏனெனில், பிணியினால் ஏற்கனவே பீடிக்கப்பட்ட தேஹத்தையுடைய பிணியாளிக்கு, அதன்மேல் உண்டாகும் உபத்திரவமானது இன்னும் அதிகமான துன்பத்தை யல்லவோ விளைவிக்கும்? $62, 62\frac{1}{2}$.

1. வாத-பித்த-கபங்களில் ஏதேனும் ஒன்றோ இரண்டோ மூன்றுமோ கோளாறடைந்து, அதததற்குற்ற இலக்ஷணாதிகளோடு ஸம்பவித்து, அதததற்குக் கூறியுள்ள தகுந்த சிகித்ஸைகளால் நிவ்ருத்தியாகும் ரோகங்கள் ஸ்வதந்த்ரங்கள் என்றும், அவ்வாறின்றி, காரணம் இன்னதென்று அறியமுடியாமல், திடீரென்று வெவ்வேறு இலக்ஷணங்களோடு ஸம்பவித்து, கிரமமான சிகித்ஸை முறைகளால் நிவ்ருத்தியாகாத வியாதிகள் பாரதந்த்ரங்கள் என்றும் கூறப்படும்.

வியாதிகளின் நிலையில்லாத் தன்மையும் அவற்றின் பெயருக்குள்ள அவசியமின்மையும்.

ஒவ்வொரு ரோகத்தினுடையவும் பெயரை அறிய வல்லமையற்ற வைத்தியன் எப்பொழுதும் அதற்காக அச்சமுறவேண்டிய அவசியமில்லை; ஆம்; எல்லா வியாதிகளுக்கும் பெயரைக்கொண்டே நிச்சயமானதோர் நிலைமையை ஏற்படுத்துவது ஸாத்தியமில்லை; எந்த தோஷத்தினால் ஒருவியாதி உண்டாயிற்றோ, அதே தோஷம் பின்னும் வேறு காரணவிசேஷங்களால் ப்ரகோபமடைந்து, வெவ்வேறு ஸ்தானங்களில் பிரவேசித்து அநேகம் இதர வியாதிகளையும் உண்டுபண்ணும். 63—64½.

வியாதி நிர்த்தாரணத்திற்கும் சிகித்ஸையை நிச்சயிப்பதற்கும் கவனிக்கவேண்டிய அம்சங்கள்.

ஆகையால் வியாதிகளின் இயற்கையான தன்மைகளை அல்லது வாதாதி தோஷங்களையும், அவற்றிற்கு ஆதாரமான பலவேறு அவயவங்கள் அல்லது தாதுக்களையும், மற்றும் காரணவிசேஷங்களையும் அறிந்து துரிதமாக சிகித்ஸையை ஆரம்பித்துச் செய்யவேண்டும். தோஷங்களால் தாக்கப்பட்ட தாது, தேசம், பிணியாளியின் தேஹபலம், காலம், ஜாடராக்னியின் நிலைமை, பிணியாளியின் ப்ரக்ருதி, வயது, மனோநிலைமை, அவனுக்கு வழக்கமாகவும் ஹிதமாகவும் இருக்கும் வஸ்து அல்லது கார்யம், உணவின் தன்மை இவைகளுடைய மற்றும் மிகவும் நுட்பமான வெவ்வேறு வகையாயுள்ள அவஸ்தைகளை நன்றாகப் பரீக்ஷித்து, தோஷ ஸ்வரூபங்களையும் அவற்றைப் பரிஹரிப்பதற்கான ஔஷதங்களையும் எவனொருவன் நிர்த்தாரணம் செய்கின்றானோ, அவன் சிகித்ஸையை முறைப்படி நிறைவேற்றிப் பயன்பெறுவதில் ஒருபொழுதும் தவறமாட்டான். 65, 67½.

வியாதியின் பலமான நிலைமையும் அற்ப நிலைமையும் விபரீதமாகத் தோற்றல்.

வியாதியின் மஹத்தான நிலைமையும், சொற்பமான நிலைமையும் அவரவர்களுடைய மனோபாவத்திற்கும், தேஹத்தினுடைய பலாபலங்களுக்கும் ஏற்றவாறு நேர் விபரீதமாகவும் தோற்றுவதுண்டு;[1] அவ்விஷயங்களில் வைத்தியன் விசேஷ கவனம் செலுத்தவேண்டும். 68½.

பலமான ரோகத்தை இலகுவாகக் கருதுவதாலான தீமை.

பலமான வியாதியை பிரமையினால் அற்ப வியாதியென்று நினைக்கும் மூடவைத்தியன், அதன் காரணமான தோஷமும் அற்பமானதென்றே கருதி, அவனுக்குச் செய்யவேண்டிய ஹிதமான சிகித்ஸா விஷயத்தில் தவறிப்போவான். பிறகு அவ்வித பலமான வியாதியில் அற்ப அளவான அல்லது அற்ப வீர்யமுள்ள சோதந ஔஷதத்தைப்[2] பிரயோகித்தால், அது போதாமல் தேஹம் சுத்தியடையாதாகையால், அவ்வித சிகித்ஸையானது ரோகங்களை இன்னும் மேன்மேலும் கிளப்பிவிடும். 69—70½.

அற்ப வியாதியைப் பலமாகக் கருதுவதாலான தீமை.

அதற்கு மாறாக அற்பமான வியாதியில் அதிக அளவாக அல்லது மஹாவீர்யமுள்ள சோதநௌஷதம் பிரயோகிக்கப்படுமானால், அது மலங்களை மாத்திரம் வெளிப்படுத்துவதோடு நிற்காமல், சரீரத்திற்கே சிதைவை யுண்டுபண்ணும். 71½.

1. வியாதி மஹத்தானதாயிருந்தும், பிணியாளி இயற்கையிலேயே பலவானாயிருந்தால் அவனுடைய தேஹத்தில் அவ்வியாதி மஹத்தாகத் தோற்றாமல் சொற்ப வியாதியாகவே காணப்படும்; அற்பமான வியாதியும் துர்ப்பல சரீரத்தில் மஹத்தான வியாதியைப் போலத் தோற்றும். இவ்வித பிரமையுண்டாவது ஸஹஜமாகையால், இதில் வைத்தியர்கள் மிகவும் ஜாக்கிரதையாயிருக்க வேண்டுமென்று எச்சரிக்கை செய்யப்படுகிறது.

2. சோதந ஔஷதம்—வமநம், விரேசநம், வஸ்தி முதலிய சிகித்ஸைகளில் உபயோகிக்கப்படும் ஔஷதம்.

வியாதி நிர்த்தாரணத்திலும் சிகித்ஸையிலும் கருத்தாயிருப்பது அவசியம்.

ஆகையால் எப்பொழுதும் வைத்தியன் தத்துவங்களை யுணர்வதில் கண்ணுங்கருத்துமாயிருந்து, ஸகலத்தையும் ஸந்தேஹமற நன்றாய் ஆலோசித்து எவ்விதமாகில் ஔஷதம் நிச்சயமாய் ஆரோக்கிய முண்டுபண்ணுமோ, அவ்வாறு அதைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 72½.

தோஷங்களுக்கு விருத்தி க்ஷயங்களால் ஏற்படும் அறுபத்திமூன்று பேதங்கள்.

இதன் பிறகு தோஷங்கள் விருத்தியடைவதென்ன, க்ஷயமடைவதென்ன இவற்றின் பேதங்களுடைய எண்ணிக்கைகள் கூறப்படுகின்றன:—விருத்தியான தோஷங்களின் விவரம்: தனித்தனியே விருத்தியான தோஷங்கள் மூன்று[1] என்றறிக. விருத்தியான தோஷங்களுக்கு மூன்று வகையான ஸம்ஸர்க்கம் உண்டு. அவற்றுள் ஸமமாக விருத்தியடைந்த தோஷங்கள் மூன்று; ஒரு தோஷம் மட்டும் மற்றொன்றைவிட அதிகமாக விருத்தியானால், அந்த இனத்தில் ஆறு வகையுண்டு; ஆக ஸம்ஸர்க்கத்தினால் ஏற்படுவது ஒன்பதுவிதமாம்.[2] ஸந்நிபாத ரூபமாய் தோஷங்கள் விருத்தியானால், அதில் பதின்மூன்றுவித பேதங்கள் உண்டு; அதாவது: இரண்டு தோஷங்கள் அதிகமாய் விருத்தியாவதால் மூன்றும், ஒரு தோஷம்மட்டும் அதிகமாக விருத்தியாவதால் மூன்றும் ஆக ஆறு பேதங்களும், எல்லாம் ஒரே அளவாய் விருத்தியாவதால் ஒன்றும், தாரதம்ய கல்பனையினால் ஆறும் ஏற்படுகின்றன.[1] இவ்வாறு தோஷங்கள் விருத்தியாகும் முறையைக்கொண்டு இருபத்தைந்து விதமான பேதங்களுண்டு. தோஷங்கள் க்ஷயமடைந்தால் அவற்றிற்கும் இருபத்தைந்துவித பேதங்களைக் கல்பித்து[2], இதே கிரமத்தில் பகுத்துக்

1. (1) வாத வ்ருத்தி, (2) பித்த வ்ருத்தி, (3) கப வ்ருத்தி என்பதாம்.

2. (1) வாத-பித்தங்களின் வ்ருத்தி, (2) வாத-கபங்களின் விருத்தி, (3) பித்த-கபங்களின் வ்ருத்தி; (4) வாதம் வ்ருத்தம், பித்தம் வ்ருத்ததரம், (5) பித்தம் வ்ருத்தம், வாதம் வ்ருத்ததரம், (6) கபம் வ்ருத்தம், பித்தம் வ்ருத்ததரம், (7) பித்தம் வ்ருத்தம் கபம் வ்ருத்ததரம், (8) கபம் வ்ருத்தம், வாதம் வ்ருத்ததரம் (9) வாதம் வ்ருத்தம், கபம் வ்ருத்ததரம். இவ்வாறு ஒன்பது விதங்களாம். (ஸம்ஸர்க்கம் என்றால் கோளாறடைந்த இரண்டு தோஷங்களின் சேர்க்கை).

1. (1) கபம் வ்ருத்தம்-வாத பித்தங்கள் வ்ருத்ததரம், (2) பித்தம் வ்ருத்தம்-வாத கபங்கள் வ்ருத்ததரம், (3) வாதம் வ்ருத்தம்-பித்த கபங்கள் வ்ருத்ததரம், (4) பித்த கபங்கள் வ்ருத்தம்-வாதம் வ்ருத்ததரம், (5) வாத கபங்கள் வ்ருத்தம்-பித்தம் வ்ருத்ததரம், (6) வாதபித்தங்கள் வ்ருத்தம்-கபம் வ்ருத்ததரம், (7) வாத-பித்த-கபங்கள் ஸம அளவில் வ்ருத்தியாதல், (8) வாதம் வ்ருத்தம்-பித்தம் வ்ருத்ததரம்-கபம் வ்ருத்ததமம், (9) வாதம் வ்ருத்தம்-கபம் வ்ருத்ததரம்-பித்தம் வ்ருத்ததமம், (10) பித்தம் வ்ருத்தம்-கபம் வ்ருத்ததரம்-வாதம் வ்ருத்ததமம், (11) பித்தம் வ்ருத்தம்-வாதம் வ்ருத்ததரம்-கபம் வ்ருத்ததமம், (12) கபம் வ்ருத்தம்-வாதம் வ்ருத்ததரம்-பித்தம் வ்ருத்த தமம், (13) கபம் வ்ருத்தம்-பித்தம் வ்ருத்ததரம்-வாதம் வ்ருத்ததமம். ஸந்நிபாதத்தினால் இவ்வாறு 13 பேதங்கள் உண்டு. (ஸந்நிபாதம் என்பது கோளாறடைந்த மூன்று தோஷங்களின் சேர்க்கை.)

2. (1) வாதம் க்ஷீணம், (2) பித்தம் க்ஷீணம், (3) கபம் க்ஷீணம், (4) வாதபித்தங்கள் க்ஷீணம், (5) பித்த கபங்கள் க்ஷீணம், (6) வாத கபங்கள் க்ஷீணம்; (7) வாதம் க்ஷீணம்-பித்தம் க்ஷீணதரம், (8) பித்தம் க்ஷீணம்-வாதம் க்ஷீணதரம், (9) வாதம் க்ஷீணம்-கபம் க்ஷீணதரம், (10) கபம் க்ஷீணம்-வாதம் க்ஷீணதரம், (11) கபம் க்ஷீணம்-பித்தம் க்ஷீணதரம், (12) பித்தம் க்ஷீணம்-கபம் க்ஷீணதரம், (13) வாதம் க்ஷீணம்-பித்த கபங்கள் க்ஷீணதரம், (14) பித்தம் க்ஷீணம்-வாத கபங்கள் க்ஷீணதரம், (15) கபம் க்ஷீணம்-வாத-பித்தங்கள் க்ஷீணதரம்; (16) வாதபித்தங்கள் க்ஷீணம்-கபம் க்ஷீணதரம், (17) பித்த கபங்கள் க்ஷீணம்-வாதம் க்ஷீணதரம், (18) வாதகபங்கள் க்ஷீணம்-பித்தம் க்ஷீணதரம், (19) கபம் க்ஷீணம்-பித்தம் க்ஷீணதரம்-வாதம் க்ஷீணதமம், (20) வாதம் க்ஷீணம்-கபம் க்ஷீணதரம், பித்தம்-க்ஷீணதமம், (21) பித்தம் க்ஷீணம்-கபம் க்ஷீணதரம்-வாதம் க்ஷீணதமம், (22) கபம் க்ஷீணம்-வாதம் க்ஷீணதரம்-பித்தம் க்ஷீணதமம், (23) கபம் க்ஷீணம்-வாதம் க்ஷீணதரம்-பித்தம் க்ஷீணதமம், (24) வாதம் க்ஷீணம்-பித்தம் க்ஷீணதரம்-கபம் க்ஷீணதமம், (25) பித்தம் க்ஷீணம்-வாதம் க்ஷீணதரம்-கபம் க்ஷீணதமம். இவ்வாறு க்ஷீணதசையில் தோஷங்களின் சேர்க்கையிலுள்ள 25 பேதங்கள்.

கூட்டலாம். மேலும் மூன்று தோஷங்களுள் ஒன்று விருத்தியடைந்தும், ஒன்று ஸமநிலைமை மாறாமலும், மற்றொன்று க்ஷயமடைந்தும் இருந்தால் அப்பொழுது ஆறு பேதங்களைக் கல்பிக்கலாம்.[1] ஒரு தோஷம் க்ஷயமடைந்து, இரண்டு தோஷங்கள் ஸமமாயிருந்து, ஒரு தோஷம் விருத்தியாவதாலும் மீண்டும் ஆறு பேதங்களைக் கல்பனை செய்யலாம்.[2] இவ்விதமாய் அறுபத்திரண்டு பேதங்கள் குறிப்பிடப்பட்டன. அறுபத்திமூன்றாவது கல்பனையும் ஒன்றுண்டு; அது ஆரோக்கியத்திற்குக் காரணமாகும்.[3] 73—77.

தோஷ-தாதுக்களின் சேர்க்கையினாலுண்டாகும் பேதங்கள்.

இத்தோஷங்களுக்கு இரஸ-ரக்தாதிகளோடு வெவ்வேறு வகைகளில் சேர்க்கை யேற்படுவதாலும், அங்ஙனமே தோஷ-தாதுக்களுக்கு ஏற்படக்கூடிய க்ஷயமென்ன, ஸமநிலைமை யென்ன, விருத்தி யென்ன இவ்வித பேதங்களாலும், அவற்றிற்கே தர-தம விசேஷங்களைக் கல்பிப்பதாலும் அவை எண்ணிறந்தவையாகும்; வெகு ஊக்கத்துடன் மனதைச் செலுத்தி இவ்விவரங்களை அததற்குள்ள இலக்ஷணங்களை அநுஸரித்து அறியவேண்டும். 78.

பதின்மூன்றும் அத்தியாயம்.

இதன்பிறகு தோஷோபக்ரமணீயம்[4] என்கிற அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகிறது:—

1. (1) வாதம் வ்ருத்தம், பித்தம் ஸமம், கபம் க்ஷீணம்; (2) பித்தம் வ்ருத்தம், வாதம் ஸமம், கபம் க்ஷீணம்; (3) கபம் வ்ருத்தம், பித்தம் ஸமம், வாதம் க்ஷீணம்; (4) கபம் வ்ருத்தம், வாதம் ஸமம், பித்தம் க்ஷீணம்; (5) வாதம் வ்ருத்தம், கபம் ஸமம், பித்தம் க்ஷீணம்; (6) பித்தம் வ்ருத்தம், கபம் ஸமம், வாதம் க்ஷீணம்.

2. (1) வாதம் க்ஷீணம் பித்த கபங்கள் வ்ருத்தம் (2) பித்தம் க்ஷீணம், வாத கபங்கள் வ்ருத்தம், (3) கபம் க்ஷீணம், வாத பித்தங்கள் வ்ருத்தம்; (4) வாத பித்தங்கள் க்ஷீணம், கபம் வ்ருத்தம், (5) வாத கபங்கள் க்ஷீணம், பித்தம் வ்ருத்தம், (6) பித்த கபங்கள் க்ஷீணம், வாதம் வ்ருத்தம்.

3. அறுபத்தி மூன்றாவது, வாத-பித்த-கபங்களின் கோளாறடையாத ஸமநிலைமையைக் குறிப்பிடுவதால், அது ஆரோக்கியத்திற்குக் காரணமாகும் என்று கூறப்பட்டது.

4. தோஷங்களுக்கு (கோளாறடைந்த வாத-பித்த-கபங்களுக்கு) சிகித்ஸைசெய்யும் முறைகளைக் கூறுவதற்கான் அத்தியாயம் "தோஷோபக்ரமணீயம்" எனப்படுகிறது.

வாததோஷத்திற்கு ஏற்ற சிகித்ஸா முறைகள்.

வாததோஷத்திற்கு ஏற்ற சிகித்ஸாமுறை பின்வருமாறு: ஸ்நேஹவிதி, ஸ்வேதவிதி,[1] மிருதுவான சோதநவிதி, மதுரரஸமும், அம்லரஸமும், இலவணரஸமும், உஷ்ண வீர்யமும் பரிசமுமுள்ள பக்ஷ்யங்கள், அப்யங்கம், மர்த்தநம் செய்தல், மூழுக்குதல், திடீரென்று அச்சமுறச்செய்தல், கஷாயாதிகளால் ஸேகம்செய்தல்,[2] மாப்பண்டங்களாலும் வெல்லத்தினாலும் பக்குவமான மது வகைகளைப் பானம் செய்தல், ஸ்நிக்த்தமும் உஷ்ண வீர்யமுமுள்ள வஸ்திகள், முறைப்படி செய்யவேண்டிய வஸ்திவிதி, ஸுகங்களை அனுபவித்துக்கொண்டு காலங்கழித்தல், அநேக பதார்த்தங்களிலிருந்து உற்பத்தியாய் தீபநபாசந ஔஷதங்களால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஸ்நேஹவகைகள் என்பவையாம். சுத்தமான மாம்ஸம், மாம்ஸ ரஸம், தைலம், அநு

1. ஸ்நேஹவிதி, ஸ்வேதவிதி முதலியவற்றைப்பற்றி இதன்பின்னால் அததற்கென்று ஏற்பட்ட அத்தியாயங்களில் விவரம் காண்க.

2. ஸேகம்—பரிஷேகம் என்றும் கூறலாம்; கஷாயம் முதலிய திரவபதார்த்தங்களை சிரஸ் முதலானதின்மேல் ஊற்றுதல்.

வாஸநவஸ்தி[1] இவை விசேஷித்த சிகித்ஸைகளாம். 1—3.

பித்ததோஷ சிகித்ஸை என்னவென்றால்:—

பித்த தோஷத்திற்கு ஏற்ற சிகித்ஸா முறைகள்.

க்ருதபானம் செய்தல், மதுரமும் சீதவீர்யமுமுள்ள வஸ்துக்களால் விரேசநம் செய்வித்தல், இனிப்பு-கைப்பு-துவர்ப்பு இச்சுவைகளையுடைய ஆஹாரங்களும் ஔஷதங்களும் உபயோகித்தல், நறுமணமும் சீதளமும் மனதுக்கு இன்பமுமாயுள்ள ஸுகந்தங்களை உபயோகித்தல், மந்திரமோதி சக்திபெற்ற கயிறுகளையும் மற்றும் சிறந்த ஹாரங்களையும் கழுத்தில் தரித்தல், இரத்தினங்களை மார்பில் அணிதல், பச்சைக்கற்பூரம் – சந்தனம் – வெட்டிவேர் இவற்றை அரைத்து அடிக்கடியும் பூசிக்கொள்ளுதல் என்னும் இவையும், அந்திப்பொழுது, சந்திரன், அழகிய மாடிமாளிகை, மனோஹரமான ஸங்கீதம், குளிர்ந்த காற்று, நிர்ப்பந்தமின்றி தாராளமாகக் கூடிப்பழகும் மித்திரன், அழகழகாய் மழலைச் சொற்களைச் சொல்லும் குழந்தைப் பருவத்திலுள்ள புதல்வன், ப்ரியமுள்ளவராகவும், நல்ல சீலங்களைப் பெரியதோர் ஆபரணங்களாகப் பெற்றவராகவும், தனது மனப்போக்குகளைப் பின்பற்றி நடக்கு மியல்பினராகவுமுள்ள மனைவிகள், குளிர்ந்த நீர்த்தாரைகளைச் சொரியும் ஜலயந்திரங்களையுடைய மாளிகைகள், அழகிய சோலைகள், நடவாபிகள் இவற்றில் ஸுகாநுபவம்செய்வது, மிகவும் தெளிவான சிறந்த ஜலத்துடன்கூடிய விசாலமான மடுமுதலிய ஜலாசயத்தின் மணற்குன்றில், தாமரை யோடைகளுடன்கூடிய ஜலக்கரையின் ஓரத்தில், நிழல்தரும் மரங்களடர்ந்த பிரதேசத்தில் நிர்மிக்கப்பட்டதோர் பந்தலில் வாஸம் செய்வதும், சீதளமும் மனதுக்குப் பிரியமுமாயுள்ள மற்றுமுள்ள விஷயங்களும் பித்தஹரமானவையாகும். பாலையும், நெய்யையும், விரேசநத்தையும் உபயோகிப்பதும் இதில் விசேஷ சிகித்ஸையாகும். 4—9.

கபதோஷத்திற்கு ஏற்ற சிகித்ஸா முறைகள்.

கபதோஷ சிகித்ஸைகளாவன:—முறைப்படி தீக்ஷ்ணமான வமந-விரேசநங்களைப் பிரயோகித்தல், ரூக்ஷமாகவும், அளவிற்குறைந்து வீர்யத்திலும் பரிசத்திலும் உஷ்ணமாகவும், தீக்ஷ்ணகுண முடையதாகவும், கடுரஸம், திக்தரஸம், கஷாயரஸம் என்கிற சுவைகளுடன் கூடியதாகவும் இருக்கிற உணவு, வெகுநாட்கள் பழகிய மது, சிற்றின்பவிருப்பம், இரவுகளில் கண்விழித்தல், பலவிதமான தேஹவுழைப்பு, மனக்கவலை, எண்ணெய் முதலியதை உபயோகிக்காமலே தேஹத்தை மர்த்தநம் செய்தல் என்பவையாம். வமநசிகித்ஸை, யூஷம்,[1] தேன், கொழுப்பைக் குறைக்கும் ஔஷதம் இவற்றை யுபயோகிப்பதும், தூமபானம் செய்வதும், உபவாஸமிருப்பதும், கண்டூஷவிதியும்,[2] ஸுகங்களை விலக்குவதும் கபத்திற்கு விசேஷசிகித்ஸைகள் ஆகும். 10—12.

ஸம்ஸர்க்க-ஸந்நிபாத தோஷங்களுக்கேற்ற சிகித்ஸா முறை.

இங்ஙனம் ஒவ்வொரு தோஷத்திற்கும் தனித்தனியே யாதொரு சிகித்ஸாக்ரமம் கூறப்பட்டதோ, அந்த முறையையே ஸம்ஸர்க்க தோஷங்களிலும், ஸந்நிபாத தோஷங்களிலும்[3] அததற்குற்றவாறு பகுத்தறிந்து சேர்த்துப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 13.

1. அநுவாஸநவஸ்தி—வஸ்திவிதி அத்தியாயத்தில் விவரம் பார்க்க.

1 யூஷம்—23-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. கண்டூஷம்—"கண்டூஷாதி விதி" என்கிற 22-வது அத்தியாயத்தைப் பார்க்க.

3. ஸம்ஸர்க்கம், ஸந்நிபாதம் என்பவற்றைப்பற்றி 4-வது பக்கம் பார்க்க.

வாயு-பித்தம் இவ்விரண்டும் ஒருமிக்கக் கோளாறடைந்தால் க்ரீஷ்மருது சர்யையும், கபம்-வாயு இவ்விரண்டும் கோளாறடைந்தால் வஸந்தருது சர்யையும் பெரும்பாலும் அநுகூலமாயிருக்கும்; ஏனெனில் வாததோஷத்திற்கு யோகவாஹியென்னும்[1] விசேஷமானதோர் சக்தியுண்டல்லவா? கபம்-பித்தம் இவற்றின் கோளாறில் சரத்ருதுசர்யை பெரும்பாலும் யுக்தமாகும்.[2] 14.

ஸம்ஸர்க்க தோஷங்களில் விசேஷ சிகித்ஸாமுறை.

1. யோகவாஹீ—ஒரு வஸ்து வேறு பல வஸ்துக்களோடு தனித்தனியே சேரும்போது, அந்தந்த வஸ்துவின் குணங்களுக்கேற்ற தன்மைகளைப்பெறும் சக்தி. [க்ரீஷ்மருதுவில் முற்றிலும் சீதோபசாரம் அவசியமென்றும், வஸந்தருதுவில் தீக்ஷ்ணமான வமநநஸ்யாதிகளைப் பிரயோகிப்பது நலமென்றும் கூறப்பட்டிருக்கிறது; அவ்விரண்டும் வாதத்திற்கு விருத்தியையே உண்டுபண்ணும் என்கிற ஆக்ஷேபத்தைப் பரிஹரிப்பதற்கு, யோகவாஹியென்கிற சக்தி வாயுவுக்கு உண்டென்பது குறிக்கப்பட்டது; வாயுவானது பித்தத்தோடு சேரும்போது பித்தகுணம் விருத்தியாவதும், கபத்தோடு சேர்ந்தால் கபகுணம் விருத்தியாவதும் இயல்பு: ஆகவே வாயுவும் பித்தமும் சேரும்போது பித்தத்தைத் தணிப்பதற்கேற்றவாறு க்ரீஷ்மருது சர்யையும், அவ்வாயுவும் கபமும் சேரும்போது கபத்தைத் தணிப்பதற்கேற்றவாறு வஸந்தருது சர்யையும் யுக்தமென்று கூறப்பட்டதாய் அறிக.]

2. க்ரீஷ்மருது சர்யை, வஸந்தருது சர்யை, சரத்ருது சர்யை இவற்றின் விவரங்களை ருதுசர்யாத்தியாயத்தில் (20, 21, 23 இப்பக்கங்களில்) காண்க.

தோஷத்திற்கு சயாவஸ்த்தையிலேயே தகுந்த சிகித்ஸை செய்து அதைத் தணியச் செய்யவேண்டும்; ஒரு தோஷம் சயாவஸ்த்தையிலிருக்க, மற்றொன்று ப்ரகோபநிலைமை யடைந்திருந்தால், அப்பொழுது ப்ரகோபித்த தோஷத்தினால் தேஹத்திற்குக் கேடு நேரிடாவண்ணம் சயமடைந்த தோஷத்திற்குப் பரிஹாரம் செய்வதுமுறை[1]. எல்லாத் தோஷங்களும் ப்ரகோபித்திருந்தால், அப்பொழுது எது மிகவும் பலமாயிருக்குமோ அதற்குமட்டும் முதலில்—மற்றவைகளால் விரோத முண்டாகாமலிருக்குமாறு—சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். 15.

தோஷங்களுக்கு சிகித்ஸை செய்யத் தகுந்த நிலைமை.

எந்த சிகித்ஸாமுறையானது ஒரு குறிப்பிட்ட வியாதியைத் தணியச் செய்து, அடுத்தாற்போல் வேறு பல ரோகங்களைக் கிளப்பிவிடுமோ, அது தோஷமற்ற நல்ல சிகித்ஸாமுறையாகாது; ஆனால் எந்த சிகித்ஸை குறிப்பிட்ட ரோகத்தைப் பரிஹரித்து, வேறு எவ்வியாதியையும் புதிதா யுண்டுபண்ணாமலிருக்குமோ அதுவே சிறப்புற்றதாகும். 16.

சிறந்த சிகித்ஸாமுறை.

1. உதாரணம்: வாதம் சயாவஸ்த்தையடைந்து, பித்தம் ப்ரகோபா வஸ்த்தையிலிருந்தால், அந்த நிலைமையில் பித்தத்தினால் தேஹத்திற்கு அபாயம் நேரிடாமல் அதைத் தணியச்செய்ய ஏற்ற சிகித்ஸையைப் பிரயோகித்துக்கொண்டே, வாதத்தை சயாவஸ்த்தையிலிருந்து ப்ரகோபாவஸ்த்தை யடையாமலிருக்கும்படி அடக்குவதற்கு உபாயம் தேடவேண்டும்.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்:
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol. III. | ராக்ஷஸ வருஷ பங்குனிமீ—APRIL—1916. | ஸஞ்சிகை 8. No. 8.

ISTRAR OF

METHOD OF MEDICAL INSPECTION OF SCHOOLS.

பள்ளிக்கூடங்களில் மாணாக்கர்களின் தேஹ நிலைமைகளைப் பரிசோதித்தல்.

BY J. V. RAMASWAMI NAIDU, L.M. & S.,
Physician and Surgeon.
Hon. Secretary, *Sri Ramakrishna National Girls' School, Madras.*

சரீரப் பயிர்ச்சியென்று வழங்கப்படும் வியாயாம விஷயத்தில் நமது தேசத்தாரைவிட மேல் நாட்டார் அதிகமுயற்சி யெடுத்துக்கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. இந்தியர்களின் தேஹத்தில் படுத்வம் க்ஷீணிப்பதற்கு பல காரணங்கள் உண்டு. அவைகளை விவரமாக விஸ்தரித்துச் சொல்ல இங்கு இடமில்லை. மேல் நாட்டார் தேஹப்பயிர்ச்சி விஷயத்தில் செய்யும் முயற்சிகளில், பாடசாலைகளில் மாணாக்கர்களுடைய தேஹ நிலைமையைப் பரீக்ஷிப்பது ஒரு முக்கியமான பிரிவு. சிறுவர்கள் படித்துவருவதாலுண்டாகும் பிரயோஜனத்தைப் பூர்ணமாய் அடையவேண்டுமானால், அவ்விதம் படிப்பதற்கான சிரமத்தைத் தாங்குவதற்குத் தகுதியான தேஹ படுத்வம் உள்ளவர்களாய் இருக்கவேண்டும். பாடசாலைகளில் இருக்கும் சிறுவர்களைப் பரீக்ஷித்துப் பார்த்தால், அவர்களில் அநேகருக்கு அநேகவிதமான குறைகள் அவர்களுடைய தேஹங்களில் உண்டென்றும், அதனால் பாடசாலைகளில் கற்பிக்கும் படிப்புகளின் பிரயோஜனத்தை அச்சிறுவர்கள் அடைவதற்கு இடமில்லாமற் போய்விடுகிறது என்றும் தெரியவருகிறது.

2. அநேக குழந்தைகள் ஆஹாரப் போஷணைக்குறைவுக்கு உட்பட்டவர்களாயிருக்கிறார்கள். இப்பிள்ளைகள் வித்தியாப்யாஸ ச்ரமத்தைத் தாங்கமுடியாதவர்கள் என்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. பல குழந்தைகளுக்கு நேத்திரத்தின் சக்தி குறைவுபட்டிருக்கும். சிலருக்குக் காது மந்தமாயிருக்கும். சிலருக்குத் தொண்டையின் வாயிலில் இருபுறமுமிருக்கும் கிரந்திகள் (tonsils) வீங்கியிருக்கும். வேறு இடங்களிலும் கிரந்திகள் வீங்கியிருக்கும். க்ஷய ஸம்பந்தமான குறிகளும் தோன்றியிருக்கும். ஹ்ருதய ஸம்பந்தமான கோளாறுகளும், வேறு விதமான வியாதிகளும் இருக்கக்கூடும். இவ்வாறு வெவ்வேறு வகையில் வியாதிகொண்டிருக்கும் சிறுவர்களுடைய தேஹநிலைமையை அவர்களுடைய பெற்றோர்கள் கவனிக்காமலும் இருந்தார்களேயென்று பிரமிக்கவேண்டியிருக்கும்.

வைத்தியர்கள் அறிவிக்கும்வரையில், தமது குழந்தைகளுக்கு வியாதி யேதேனும் இருப்ப

தாக அவர்களுடைய பெற்றோர்கள் நினைத்திருக்கவே மாட்டார்கள். பள்ளிப்பிள்ளைகளுடைய தேஹங்களில் நீடித்திருக்கும் சில குறைவுகளை அவர்களுக்கு ஸஹஜமென்று நினைத்து பெற்றோர்கள் சும்மாயிருந்து விடுவது வழக்கம். மிகவும் கடுமையான வியாதிகளையே வீட்டிலுள்ளவர் கவனிப்பர். பாடசாலைகளில் நடத்தும் தேஹபரிசோதனைகளால் தெரிந்து கொள்ளப்படும் வியாதிகள் ஸாதாரணமாய் நீடித்த நாட்களாய்த் தொடர்ந்து வருபவையாகவே இருக்கும். இவ்வித நீடித்த வியாதிகளைப் பெற்றோர்களிடம் சொல்லும்போது, அவையெல்லாம் தமது குழந்தைகளுக்கு இயல்பானவை யென்றும், அவ்விஷயத்தில் கவலைப்படவேண்டிய அவசியமில்லை யென்றும் வெகு ஸாதாரணமாய் சொல்லிவிடுவார்கள். ஆயினும் இவ்வியாதிகள் நீடித்திருக்கும் வகைகளையும், காரணங்களையும், அவற்றை உடனே கவனிக்கவேண்டியது அவசியமென்பதையும் தாய்தந்தைகளுக்கு வற்புறுத்திச் சொல்லி ஏற்ற பரிஹாரமுறைகளை உபதேசிப்பது வைத்தியர்களுடைய கடமையாம்.

3. மேற்கண்ட விஷயம் எல்லாத் தேசங்களுக்கும் பொதுவானதே. இந்தியாவில் அதைப்பற்றிக் கேட்கவேவேண்டாம். இந்தியாவில் மாணாக்கர்களுடைய தேஹஸ்திதிகளைப் பரிசோதனை செய்யும் முறைகளைத் தீர்மானிக்க வேணுமானால், இதர தேசங்களில் அவ்வேலை எவ்வாறு நடத்தப்பட்டு வருகிற தென்பதைக் கவனிப்பதும் யுக்தமாகும. லண்டன் நகரத்தில் லண்டன் கௌண்டி கௌன்ஸிலைச் சேர்ந்த "எடுகேஷனல் கமிட்டி" யென்னும் கல்விச் சங்கத்தார் அனுஸரித்து வரும் முறைகள் இதனடியில் விவரிக்கப்படுகின்றன :—

4. மூன்றாவது வயதுமுதல் ஐந்தாவது வயது வரையில் குழந்தைகள் பாடசாலைகளில் பிரவேசித்து 14 அல்லது 15-வது வயது பர்யந்தம் ஸாதாரணமாய் வாசித்து வருவார்கள். இவ்வளவு காலத்திற்குள் ஒவ்வொரு மாணாக்கனும் மூன்று தடவை பரீக்ஷைக்கு உள்ளாக வேண்டுமென்று ஏற்பாடு செய்யப்படும். முதல் பரிசோதனையானது பாடசாலையில் சேர்ந்த சொற்பகாலத்திற்குள் நடத்தப்படும். இரண்டாவது பரிசோதனை 8-வயது ஆகும்போது நடத்தப்படும். மூன்றாவது பரிசோதனை 13-வது வயதில் நிறைவேற்றப்படும்.

5. லண்டன் கௌண்டியின் பரப்பளவை டிவிஷன்களாகப் பாகித்து, ஒவ்வொரு டிவிஷனுக்குள் இருக்கும் பாடசாலைகளின் மாணாக்கர்களைப் பரிசோதிக்கும்பொருட்டு ஒரு ஸ்திரீ வைத்தியரையாவது புருஷவைத்தியரையாவது நியமிப்பார்கள். பரிசோதிக்க வேண்டிய மாணாக்கர்களின் பட்டியை இவ்வைத்தியருக்கு அப்பாடசாலையின் தலைமை உபாத்தியாயர் அனுப்ப, வைத்தியர் குறிப்பிட்ட காலத்தில் பாடசாலைக்கு வந்து, காலையில் அல்லது மாலையில் குழந்தைகளைப் பரிசோதிப்பர். அந்த ஸமயத்தில் சிறுவர்களுடைய பெற்றோர்களைப் பாடசாலையில் வந்திருக்கும்படி உபாத்தியாயர்கள் ஏற்பாடு செய்வார்கள். ஸாதாரணமாய் நாளொன்றுக்கு இருபது குழந்தைகளையே பரீக்ஷிக்க முடியும். ஒவ்வொரு குழந்தையையும் பரிசோதிக்கும் கிரமம் ஒரே விதமாகத்தான் இருக்கும். ஒரு குழந்தைக்கு ஏதேனும் தேஹத்தில் குறைவு இருப்பதாகத் தெரிந்தால் அதை முக்கியமாய் வெகு கருத்துடன் கவனிப்பார்கள்.

6. பரிசோதனை செய்யும் வைத்தியர் வருவதற்குமுன், குழந்தைகளுடைய பெயர், விலாஸம், வயது, பிறந்ததேதி, படிக்கும் வகுப்பு முதலானவைகளை அதற்கென்று ஏற்பட்டுள்ள ஒரு பட்டியில் உபாத்தியாயரே குறிப்பிட்டு வைப்பார். பரீக்ஷிப்பவருக்கு ஸஹாயமாய் ஒரு தாதியானவள் (Nurse) குழந்தைகளுடைய உடைகளைக் கழற்றி தராசில் நிறுத்து, எடையையும் உயரத்தையும், அக்குழந்தைகளுடைய தாய் அல்லது தந்தைகளைக் கேட்டு அதற்குமுன் எந்தெந்த வியாதியினால் அவர்கள் பிடிக்கப்பட்டார்கள் என்று விசாரித்து அவ்விஷயங்களையும் அதற்கென்று ஏற்பட்ட சீட்டில் ஒரு பக்கத்தில் எழுதிவைப்பார்கள். தாதியே குழந்தைகளின் நேத்திரங்களையும் அடியிற் கண்டவாறு பரிசோதிப்பாள். ஸ்நேலன்ஸ் டெஸ்ட் டைப் (Sneken's test types) என்னும் எழுத்துக்கள் அடங்கிய படத்திற்கு 20 அடி தூரத்தில் குழந்தையை நிறுத்தி, ஒரு கண்ணை மூடிக்கொண்டு, மற்றொரு கண்ணினால் படத்திலுள்ள வாசிக்கக்கூடிய எழுத்துக்களை வாசிக்கச் சொல்லுவாள். இப்படத்தில் பலவேறு அளவுகளான எழுத்துக்கள் அச்சிடப்பட்டிருக்கும். இன்னின்ன அளவான எழுத்தை, ஸாதாரணமான த்ருஷ்டியுடையவர்கள் இவ்வளவிவ்வளவு தூரத்திலிருந்து பார்த்து வாசிக்கக் கூடுமென்று கணக்குண்டு. அப்படி வாசிக்க முடியாவிட்டால் த்ருஷ்டியில் ஏதோ குறைவு இருப்பதாக ஏற்படுகிறது. இவ்வாறே மற்றொரு கண்ணையும் பரீக்ஷித்து, அந்த நேத்திரத்தின் பார்வை சரியாயிருப்பதையும் குறைவாயிருப்பதையும் குறித்துவைப்பாள்.

7. தாதியானவள் இவ்வாறு செய்தபிறகு, குழந்தைகளை வைத்தியரிடம் அழைத்துவர, அவர் ச்வாஸாசயங்களையும், ஹ்ருதயத்தையும் பரிசோதிப்பார். வைத்தியர் பலவித பரிசோதனைகளைக் கொண்டு ஹ்ருதயம் முதலியதைப் பரீக்ஷித்துவிட்டு, பிறகு முள்ளெலும்பு இருக்கும் ஒழுங்கையும், மார்க்கூட்டின் உருவத்தையும், வயிற்றின் நிலைமையையும் கவனித்துப் பார்ப்பார். பிறகு வாயிலுள்ள பற்களைப் பரீக்ஷித்து அவற்றில் எந்தெந்த பல் எவ்வெவ்வாறு கோளாறடைந்திருக்கிறதென்பதையும் பட்டியில் ஓரிடத்தில் குறிப்பிட்டு வைப்பார். தொண்டையையும் நாக்கையும் உற்றுப் பார்த்து, அவற்றில் ஏதேனும் கோளாறு இருந்தால் அதையும் குறிப்பிடுவர். மூச்சுவிடும் மாதிரியைப் பரிசோதித்து, மூக்கினுள் சதை வளர்ச்சி முதலானது உண்டாயென்பதையும் கவனித்துக் குறித்துக்கொள்வர். கடைசியில் குழந்தைகளுடைய காதுகளையும் பரீக்ஷித்து அவற்றில் ஏதாவது குறைவு இருப்பது இல்லாததையும் எழுதிவிடுவர்.

8. தாதி ஏற்கனவே நேத்திரத்தைப் பரீக்ஷித்து, அதன் விஷயங்களைக் குறித்து வைத்திருப்பதால், அவள் எழுதிய பட்டியில் குறிப்பிட்ட குழந்தைக்கு த்ருஷ்டி ஏதேனும் ஒரு வகையில் கோளாறடைந்திருப்பதாக யோசித்து, அப்பிள்ளைகளின் கண்களை மீண்டும் வைத்தியர் பரிசோதிப்பர். மேற்கண்டவைகளைத் தவிர இன்னும் அடியிற் குறிப்பிடும் சில விஷயங்களையும் வைத்தியர் கவனித்துக் குறித்து வைப்பர் :—

(1) குழந்தை மந்தபுத்தி அல்லது ஸூக்ஷ்ம புத்தியாயிருப்பது.

(2) பயங்காலியாயிருப்பது அல்லது தைரியசாலியாயிருப்பது.

(3) படிப்பில் திறமையாயிருப்பதும் அதில் குறைவுபட்டிருப்பதும்.

(4) பேசும்போது நா தழுதழுத்துத் தெற்றுதல்.

(5) நிர்மலமாயிருப்பதும் அழுக்கடைந்திருப்பதும்.

9. இவ்விஷயங்களைப் பற்றியும், அச்சிறுவர்களின் வாஸஸ்தானங்களுடைய ஆரோக்கிய நிலைமைகளைப் பற்றியும், ஆஹாராதிகளைப் பற்றியும், குடும்பத்தில் பரம்பரையாய் இருந்துவரும் சில குறிப்பிட்ட வியாதிகளைப் பற்றியும் பெற்றோர்களையும் உபாத்தியாயர்களையும் விசாரித்து அறிந்துகொண்டு மேற்கூறிய பட்டியில் அததற்கென்று ஏற்பட்டிருக்கும் இடத்தில் அவ்விஷயங்களைப் பதிந்து விடுவர்.

விஷம் என்றால் என்ன ?

தேஹத்தின் உள்ளே சென்று இரக்தத்தில் பௌதிகரீதியாய் (chemically) முறை கேடான வேலையைச் செய்து உயிரைப்போக்குவதற்கு அல்லது மிகக் கடுமையான கெடுதியை உடலுக்கு அளிப்பதற்குக் காரணமான சக்தியை உடைய வஸ்து. உதாரணம்: அபினி, எட்டிக்கொட்டையின் ஸத்துவம், வெள்ளைப் பாஷாணம் முதலியது.

OUR ENEMY INTEMPERANCE.

மதுபானம் ஆகிய சத்துரு.

By M. S. AIYANGAR,
Ayurvedic Physician.

நாம் ராஜாக்களின் அரமனைகளைப் பார்த்தால் விசித்திரமான சிற்ப வேலைகளினால் அவைகள் அலங்கரிக்கப்பட்டிருக்கிறதைக் காணலாம். தனவான்கள் மெத்தை வீடுகள் கட்டி அவைகளில் சுகத்தோடு வஸிக்கிறார்கள். பறைச்சேரிகளைப் பார்த்தால் பறையர் குடிசைகள் கட்டி அவைகளில் வஸிக்கிறார்கள். அரமனையில் பறையனையும் பறைச்சேரியில் அரசனையும் நாம் பார்ப்போமா? அவரவர்கள் வீட்டைப் பார்க்கும்போது அவரவர்களுடைய ஸ்திதியை அறியலாம். ஆனால் ஒருவன் வஸிக்கும் வீட்டைப் பார்த்து அவன் குணம் அறிவது நம்மால் கூடாத காரியம். நம் எல்லாருக்கும் பேர் தெரிந்த ஒருவனிருக்கிறான். அவனுடைய வீடுகள் பல இடங்களில் பல விதமாய்க் கட்டப்பட்டிருக்கின்றன. இப்படி அவன் கட்டியிருக்கும் மாளிகைகளையும் கோபுரங்களையும் கோட்டைகளையும் குடிசைகளையும் பந்தர்களையும் நாம் பார்த்தால் அவன் இப்படிப்பட்டவன் என்று அறியக்கூடாதவர்களாய் ஏமாந்துபோகிறோம். சில பட்டணங்களில் போய் அவனுடைய வீடுகளை நாம் பார்த்தால் அவன் அலங்காரமான கட்டடங்களில் வஸிக்கிறவன், அவன் அதியோக்கியனாய் இருக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறோம். அந்த வீடுகள் பளிங்குக் கண்ணாடிகள் பதிந்தனவாயும் நாற்காலி மேஜை நிறைந்தனவாயும் இருக்கின்றன. அவ்வீடுகளில் உட்பிரவேசிக்கிறவர்களை அவனுடைய வேலைக்காரர் அதிக உபசாரத்தோடு ஏற்றுக்கொள்ளுகிறார்கள்.

ஆனால் அங்கிருந்து சற்றுத் தூரத்திலுள்ள கிராமத்தில் இருக்கிற இன்னொரு வீட்டைப் பார்த்தால் அது அதிக அசங்கியமாய்த் தோன்றும். முதல் வீட்டைப்போல அங்கே நாற்காலி மேஜை முதலியவைகள் இல்லை. அங்கே போகிறவர்களை உபசரிக்கிறவர்களும் இல்லை. அந்தக் குடிசையில் நாலுபக்கமும் குடங்கள்தான் உருண்டுகொண்டிருக்கும். அந்த வீட்டு யஜமானன் அந்த ஊரிலுள்ளோரை பெண்கள் பிள்ளைகள் முதலாய் உடுக்கக் கந்தையும் குடிக்கக் கஞ்சியும் இல்லாமல் செய்துபோடுகிறான். இரக்கமே இல்லாமல் அவ்வூராரின் கையில் ஒரு காசுதானும் விடாமல் அவர்களுக்குள்ள யாவற்றையும் அபஹரிக்கிறான். அப்படியிருக்க இது யாருடைய வீடு என்று கேட்டால் பட்டணத்தில் நாம் பார்த்த அலங்காரமான கட்டடத்தை யுடையவனுடைய வீடு என்று ஆச்சரியத்தோடு அறிய வருகிறோம்.

அதைவிட்டு இன்னொரு ஊருக்குப் போனால் அங்கே நாலுபக்கமும் உயர்ந்த மதில் சூழ்ந்த கோட்டை ஒன்றைப் பார்ப்போம். அதற்கு இருப்புக் கதவுகள் போட்டு வாசலில் துப்பாக்கி ஈட்டிகள் பிடித்தவர்கள் காவலாயிருப்பார்கள். மதில் தாண்டிப் போகாதபடி மேலே கூர்மையான கண்ணாடி ஓடுகள் வைத்துக் கட்டியிருக்கிறது. பிரயாசைப்பட்டு உத்தரவு பெற்று அந்தக் கோட்டைக்குள்ளே போய்ப் பார்ப்போமானால் எவ்வளவோ பயம் உண்டாகிறது. ஏனென்றால் அக்கோட்டையில் உள்ளவர்கள் கைகளிலும் கால்களிலும் சங்கிலிகள் மாட்டினவர்களாயும் கிலேசப்பட்டவர்களாயும் காணப்படுவார்கள். அக்கோட்டைக்குள் இன்னொரு பக்கத்தைப் பார்ப்போமானால் மனம் திகைத்து உடல் விறைத்து மயிர் சிலிர்த்துப் போகத்தக்க பயம் உண்டாகிறது. ஏனென்றால் இரு தூண்களின்மேலுள்ள விட்டத்திலிருந்து தொங்குகிற கயிற்றையும் அதற்குக் கீழே ஆழமாய்ப் போகும் குழியையும் பார்க்கிற எவனும் நடுநடுங்கத்தான் வேண்டும்.

இது என்னத்திற்காக வைத்திருக்கிறது என்று கேட்டால், ஒருவன் இன்னொருவனைக் கொலைசெய்தால் அவனைத் தூக்கும் மரம் இது தான் என்று சொல்லுவார்கள். அப்படியிருக்க இந்தப் பயங்கரமான கோட்டையில் இருக்கவும் இந்தச் சாவு சாகவும் ஏன் ஜனங்கள் வருகிறார்கள்? இப்படி வருகிறதற்கு நியாயமென்ன? இங்கே வரும்படி ஏவிவிடுகிற சண்டாளனும் உலகத்திலுண்டோ?' என்று விசாரிக்குமிடத்து, அந்தச் சண்டாளன் இன்னான் என்று அறிந்துகொள்ளுகிறோம். பட்டணத்தில் அலங்காரமான வீட்டிலும் கிராமத்தில் நாற்றமுள்ள குடிசையிலும் வஸிப்பவன்தான் இது எல்லாவற்றுக்கும் காரண கர்த்தா. இக்கோட்டையில் இருக்கிறவர்களில் முக்கால் வாசிப்பேர் அவனுடைய மயக்கு மருந்துண்டு வீழ்ந்த அவனுடைய அடிமைகள். இவன் பெயர் என்னவென்று கேட்டால் 'ஊரும் சொன்னேன் பேரும் சொன்னேன் கொள்ளடா மச்சான் கொள்ளு' என்றாற்போல் கள்ளுத்தான் இந்தச் சண்டாளன் என்பது வெளிப்படை. இவன் பொதுப்பெயர் மதுபானம். தேனைப்போலும் மதுரமுள்ளவன் எனச் சிறப்புப்பெயர் பூண்டவன். அவனுடைய காரணப் பெயர்களுக்கோ கணக்கில்லை. பல பெயர்களைத் தரித்து பல வேஷம் பூண்டு மனிதரை எப்பொழுதும் ஏமாற்றுவான்.

இவனுடைய தந்திரோபாயங்கள் பல. இருல் போட்டுச் சுருப் பிடிக்கிறவன். ஆரம்பத்திலே நான் உங்கள் ஸ்னேஹிதன், உங்களுக்குத் துக்கம் வந்தால் அதை ஆற்றுகிறவன் நான். நீங்கள் ஏழைகளாய் இருந்தால் பயப்படாதிருங்கள். வேலைசெய்ய உத்ஸாஹம் கொடுக்கிறவன் நான். வேலைசெய்து களைத்துப் போகும்போது நான் உங்களோடிருந்தால் போதும்; எந்தக் களைப்பும் பறந்துபோகும். மனங் குறைவிப்போனால் களிக்கச் செய்வேன். என் வீட்டுக்கு வந்தவர்கள் எந்த விசனத்தில் இருந்தாலும் பாட்டுப் பாடிக் கூத்தாடிக் கும்மியடித்துச் சந்தோஷமாய் இருப்பார்கள் என்று சொல்லி ஜனங்களை வசியப்படுத்திக் கொள்ளுகிறான்.

இவனுடைய பேச்சையும் காரியத்தையும் நம்பி எத்தனையோ பேர் நாசமாய்ப் போனார்கள். இன்னும் போய்க்கொண்டே இருக்கிறார்கள். இந்தத் துணிவு எவ்வளவு பயங்கரம். அவனுக்குட்பட்ட அடிமைகளை நாம் பார்த்தால் நாசக் குழிக்குச் சமீபமாய் வந்து விட்டார்கள் என்று அறிகிறோம். இவர்களுடைய குடும்பத்தைப் பார்த்தால் என்ன நிர்ப்பந்தம்! எங்கே பார்த்தாலும் குடியர்கள் வீட்டில் சண்டை சச்சரவு நடந்துகொண்டேயிருக்கிறது. குடிவெறியினால் மயங்கி அறிவு கெட்டுத் திரிவார்கள் அநேகர். சிறைச்சாலையில் அடைபட்டிருக்கிறவர்களில் அநேகர் குடிக்கு இரையானவர்கள் என அறிகிறோம். மதுபானமாகிய சண்டாளன் கையிலே அகப்படாமல் இருப்பதற்கும் அவனை ஜயிப்பதற்கும் பெரியோர்களுடைய ஸஹவாஸம் அவசியமானது. அவர் ஸஹாயத்தினால் சாராயபானம் விஷம் கலந்த புளித்த காடியாக இருக்கிறது என்று எண்ணி அதை முற்றிலும் வெறுப்போம்.

விஷம் என்பதைப்பற்றி 171-ம் பக்கத்தில் ஒரு சிறிய குறிப்பு எழுதப்பட்டிருக்கிறது; அவ்வித குணமுள்ள பதார்த்தங்களுள் கள்ளும் சாராயமுங்கூட சேர்ந்தவையே.

PREVENTION OF OLD AGE

கிழத்தனம் வராமல் காப்பது.

By V, KUPPUSWAMI NAIDU
Medical Practitioner.

நமது வாழ்நாளைச் சுகமாக அனுபவிக்க வேண்டுமேயொழிய எவ்விதத்திலும் வீணாக்கலாகாது. ஒருவனுடைய வாழ்நாள் அற்பவாழ்வா பெருவாழ்வா என்பதை அவன் வயதைக்கொண்டு நிதானியாமல், மற்றவர்கள் நன்மைக்காகவும் தன் சொந்தநலத்துக்காகவும் என்னென்ன செய்திருக்கிறானோ அதற்கேற்றபடி பெருமை சிறுமையைத் தீர்மானிக்கவேண்டும்.

நமக்கு முதுமைப்பருவத்தால் சற்றுத் தேஹத் தளர்ச்சி யுண்டாகுமேயொழிய மற்றைப்படி நமது வாழ்நாளைச் சரியாகக்கழித்தால், இருபதுவயதில் அனுபவித்த இன்பமும் மனத்திருப்தியும் 60-ம் வயதில் உண்டாவதற்குச் சந்தேஹமில்லை. அன்றியும் நமது தேஹதத்துவமானது அந்தந்தச் சந்தர்ப்பத்துக்கும் பருவத்துக்கும் ஏற்றபடி அமைந்திருக்கிறது.

பத்தொன்பது வயது வாலிபன் அறுபதுவயது கிழவனுடைய வேலைகளையும் இன்பத்தையும் நிந்திக்கிறான். தனக்கு முற்றும் பயனற்றதாகவும் அருவருப்பாகவும் காணப்படுகிற காரியங்கள், அறுபதுவயது கிழவனுக்கு எப்படி இஷ்டமாயிருக்கும் என்று ஆச்சரியப்படுகிறான். இதற்குக் காரணமென்னவெனில், கிழவனுடைய தேஹஸ்திதியும் மனநிலைமையும் இன்னவென்று ஒரு குமரனுக்குத் தெரியாது. மேலும் இருபதுவயதில் நமதுமனதுக்கு எது இசைந்திருந்ததோ அது 50-ம் வயதில் நமக்கு இஷ்டமாயிராதென்பது அவனுக்குத் தெரியாது.

நமது வாழ்நாளில் எல்லாப் பருவங்களிலும் இன்பமடையவேண்டுமென்று கருத்துக்கொண்டால் நமது காரியங்களை வயதுக்குத் தக்கபடி தெரிந்தெடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். இளம் பிராயத்துப் பராக்கிரமமும் முப்பதுவயது மனுஷனுடைய தீவிரமும் அறுபதாம் பிராயத்தில் நமக்கு வரவேண்டுமானால் வருமா? நமது தேஹக்கட்டுப்பாடு நமதுவயது ஏறஏற வேறுபடுகிறது.

ஒரு இளம்பிள்ளை, வார்த்திகனுடைய ஸ்திதி இன்னதென்றும், அவனது விருப்பங்கள் இப்படிப்பட்டதென்றும் தெரிந்துகொள்ளச் சாத்தியப்படாது. ஒரு கிழவனோ தன் வாலிபத்தைக் கொஞ்சமும் மறவாமல் அக்காலத்தில் தான் அறிவீனமாயிருந்ததையும், தான் எந்தெந்த விஷயங்களில் ஏமாந்து போனதையும், என்னென்ன பொருள்களிடத்தில் விருப்பங்கொண்டிருந்ததையும், தனக்கு என்னென்ன சுகதுக்கங்கள் நேர்ந்தனவென்பதையும் தப்பாமல் ஞாபகத்தில் வைத்திருப்பான். நமக்குப் பாலியத்தில் இருந்த ஆத்திர குணத்தையும் துடுக்கையும் வயதின் தோஷமென்று கண்டிக்காமல் விட்டு விட்டாலும், கிழவர்கள் ஏன் மந்தமாகவும் சிந்தனையுள்ளவர்களாகவும் இருக்கிறார்களென்று அதிசயப்படுவோம்.

ஆகவே நமது வயது செல்லச்செல்ல சுகாதார நடபடிக்கை மறவாதிருந்து அயலில் உள்ளவர்களுக்கிசைந்து நடந்தால் மூப்பின் வருத்தம் தோன்றாது. சுவபாவத்திலேயே நமக்கு வயது செல்லச்செல்ல நாம் இவ்விஷயங்களில் எச்சரிக்கையுடையவர்களாவோம். அப்படித் தவறினால் அதிக நஷ்டம் விளையுமென்று நமக்குத் தெரியும். நாம் ஏற்கனவே சுற்றுமுற்றும் விழிப்புள்ளவர்களாகவே இருக்கவேண்டும்.

நம்முடைய குணங்களும் ஆசைகளும் நமக்குத்தெரியாமலே மாறுகின்றன. நமக்கு முதுமைப்பருவம் வந்தகாலத்தில் நமது சக்தி ஒன்றும் குறையவில்லை என்று ஸந்தோஷமடைகிறோம். இளமைப் பருவங் கடந்து மூப்புவந்தால் எல்லாச்சக்திகளும் குறைந்து போமென்று ஜனங்கள் ஸாதாரணமாக நினைக்கிறார்கள். ஆனால் அதிக புத்திமான்களும் வயதின் பிரபாவத்தை யறிந்தவர்களும் அப்படி அபிப்பிராயப்படவில்லை. வயதானவர்களுக்குப் புத்தியாவது சுறுசுறுப்பாவது கொஞ்சமும் குறையாமல், அநேக பாலியர்கள் மேற்சட்டமாகக் கொள்ளத்தக்கதாய், தீவிரமும் மனோபலமும் அதிகரித்திருக்கிறது.

முதுமைப்பருவத்தில் அநேகர் மேலான மனோபலமடைகிறார்கள். அநேக கீர்த்திமான்களின் சரித்திரத்தை ஆராய்ந்து பார்த்தால் அவர்களுக்கு அதிக மூத்தவயது வரையில் மனோபலம் கொஞ்சமும் குறையவில்லையென்று தெரியவருகிறது.

நியாயாதிபதிகளுக்கும் குருக்கள்மார்களுக்கும் உபாத்திமார்களுக்கும் வயது அதிகப்பட புத்தி பரிபக்குவமாக வலிவுபெற்று வருகிறது.

ஸாதாரண ஜனங்களுடைய பாஷாஞ்ஞானம் எந்தப் பருவத்தில் அதிக விருத்தியடைந்திருக்கிறது என்று அறிவது எளிதல்ல. ஆனால் அவர்களுடைய நடக்கையை நன்றாய்ப் பரிசோதித்தால், அவர்கள் 45-ம் பிராயம் முதல் 55-ம் பிராயம் வரைக்கும் வாக்சாதுரியம் அவர்களுக்கு அதிகப்படுகிறதாகத் தீர்மானிக்கலாம்.

நன்றாகக் கற்றவர்களும் மூத்த வயதில் தான் அதிக மேன்மையடைந்ததாகத் தெரியவருகிறது. பேசுந்திறமையில் அதிக கீர்த்திபெற்ற டெமாஸ்தினிஸ் என்பவரின் பிரஸங்கங்களில் மிக்கச் சிறந்தது 50-ம் பிராயத்தில் செய்யப்பட்டது. பர்க்கு என்னும் புலவர் வாரன்ஹேஸ்டிங்ஸுக்கு விரோதமாகச் செய்த வியக்கத்தக்க பிரஸங்கம் 55-ம் பிராயத்துக்கு முன் செய்யப்படவில்லை. ப்ரைட் துரை முதலில் சற்றுக்கடுமையான பேச்சுள்ளவராயிருந்தும் அவருடைய 45-வது வயதில் செய்தப் பிரஸங்கம் அதிக திறமானது. இப்படியே டிஸ்ரேலி, புலவர் விட்டன், டார்ப்பி பிரபு முதலான பெரியோர்களும் பிரபலமான பிரஸங்கம் செய்தது 45-வது முதல் 55-வருஷத்துக்குள்ளாகத்தான். இதுவரையிலும் பேசுந்திறமையைக் குறித்துச் சொன்னோம். எழுதும் சக்தியைப் பார்த்தாலும் முதுமைப்பருவத்தில்தான் மேலான கிரந்தங்கள் எழுதப்பட்டனவென்று அறியலாம்.

கவனசக்தியும் முதுமைப் பருவத்தில் தான் பூர்ண ஸாமார்த்தியத்தை அடைகிறது. அருமையாகச் சில கவிகள் பாலியத்தில் உன்னததசையடைந்ததுண்டு. பொதுப்படப் பார்த்தால் மேலான கவிவாணர்களின் கிரந்தங்கள், அவர்களுடைய நடுவயதில் அல்லது முதுமைப்பருவத்தில் தான் எழுதப்பட்டன.

மஹாத்மாவான வால்மீகி, புத்துமூடிப்போகும்படி வெகுகாலம் தவம்செய்துகொண்டிருந்து இராமாயணம் பாடினாரென்றும், ஒரு யுகமெல்லாம் ஜீவதசையிலிருந்து வியாஸர் வேதத்தைச் சிக்கறுத்து வேதப் பொருள்களைப் பாரதச்செய்யுட்களாக இயற்றினாரென்றும் நமது நாட்டில் கேட்டிருக்கிறோமல்லவா? அதுபோலவே இக்காலத்தில் மேனாட்டிலிருந்த மில்தன் (Milton) கவிராயர் பாரடைஸ்லாஸ்ட் (Paradise Lost) என்பதை 57-வது வயதிலும், போப் (Pope) என்னும் கவிஞர் வர்ஜில் (Virgil) மொழிப்பெயர்ப்பை 66-வது வயதிலும், ஜான்ஸன் (Jhonson) வித்தியாபாரகர் கவிகள் சரித்திரத்தை (Life of the Poets) 72-வது வயதிலும் எழுதினார்களாம்.

ஐம்பது வயதுக்கு அதிகபட்ட இரண்டு பத்திராதிபர்கள் தங்களுடைய எழுதும் சக்தியும் மனோவேகமும் 20 வருஷங்களுக்கு முன் இருந்ததைக்காட்டிலும் இப்போது அதிகப்பட்டிருப்பதாகச் சொல்லியிருக்கிறார்கள். மேற்சொன்ன விஷயங்கள் அதிக முக்கியமானவை. வயது ஏற ஏற புத்தியின் சக்தி குறைவாகிறதென்பது லோக வதந்தியே யொழிய உண்மையானதல்ல. ஒவ்வொருவனுடைய மனோபலமும் அவனுடைய தேஹதத்துவத்துக்கு ஏற்றதாயிருக்கும். பலவீனப்பட்டிருக்கிறவன் மூளையிலேயிருந்த புத்தி வலிமையை எதிர்பார்க்கலாகாது. இப்பொழுது நாம் பிரஸ்தாபித்துவருகிற புத்திபலமானது ஏதோ காரணத்தால் வியாதிப்பட்டிருக்கிற மனிதருக்கு ஒவ்வாது. நாம் சொல்லுவதெல்லாங்கூடிகிரமமாக வியாதியில்லாமல் இருக்கிற விருத்தாப்பியத்தைக் குறித்தே. நமது ஜீவகாலத்தை வியாதி ஒன்றுமில்லாமல் ஆரம்பித்துக் கிரமப்படி செலவழித்துக் கொண்டுவந்தால் தேஹ உழைப்பும் மனவுழைப்பும் கொஞ்சமும் குறையாமல் விருத்தியாய் வரும்.

புத்திக்கு ஆதாரமாக நமது நெற்றிக்குப் பின்புறத்தில் மூளைமடல்கள் என்கிற உறுப்புகள் உண்டு. இந்த மடல்கள் ஸாதாரணமான மிருகங்களுக்குச் சிறியவையாயும், மனிதர்களுக்கு அதிக பூர்ணமாயுமிருக்கும். மனிதர்களுக்குள்ளும், அதிக புத்திக்கூர்மையுள்ளவர்களுக்கு மேற்கண்ட மடல்கள் மிகப்பெரியதாயிருக்கும்.

குரங்கின் தேஹத்தில் இந்த புத்திமடல்களை அழித்துப் பார்த்தாலும், மனிதருக்கு வியாதிமுதலானது நேரிட்டு அந்த மடல்கள் அழிந்துபோனாலும், அந்த ஜந்துவுக்கும் மனுஷனுக்கும் புத்தி குறைந்துபோகிறது. குணங்கள் ஸ்திரமில்லாமல் வேறுபட்டுப் போகிறது. இந்த மடல்களிலிருந்து மனிதனுடைய அநேக உயர்ந்த சக்திகள் உற்பத்தியாகின்றன. அவற்றின் சக்திகளையெல்லாம் இங்கே விவரிக்கச் சாத்தியப்படாவிட்டாலும் புத்திக்கும் பகுத்தறிவுக்கும் முற்கூறிய மடல்களே முக்கியமான ஆதாரமென்று நிச்சயமாகச் சொல்லலாம்.

யுக்தியும் பகுத்தறிவும் பேசுந்திறத்தைப்போல் நடுவயதில் உண்டாகிறதில்லை. அவை அபரவயதிலேயே விர்த்தியடைகின்றன. முக்கியமாக அவ்விரண்டு சக்திகளும் 55, 56-வது பிராயத்தில் தான் பூர்த்தியடைகின்றன. மனுஷனுக்கு வயது ஏற ஏற ஞானம் அதிகப்படுகிறதில்லை. ஆனாலும் வயதில் முதிர்ந்து அனுபவத்திற்றேர்ந்த பெரியவர்களுடைய புத்திமதிகளே விசேஷமாக எக்காலத்தும் யாவராலும் கொண்டாடப்பட்டுவருகிறது. எந்தக் கிரந்தங்கள் தேறித்தெளிந்த நியாயங்களடங்கினவையோ அந்தக் கிரந்தங்களெல்லாம் 55-வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களாலேயே எழுதப்பட்டிருக்கின்றன. எல்லாச்சாதியாருக்குள்ளும் அதிமுக்கியமான பெருத்த ராஜகாரியங்களெல்லாம் வயதில்மூத்த பெரியோர்கள் சேர்ந்த இராஜஸபைகளாலே தீர்மானிக்கப்படுகின்றன. ஆங்கி

லேய தேசத்தின் பேர்பெற்ற நியாயசாஸ்திரங்களாவும் 55-வயதுக்குமேல் 85-வயதுச்குட்பட்ட நியாயாதிபதிகளாலேயே எழுதப்பட்டிருக்கின்றன. ஒரு பெரியபண்டிதர் தன் 75-வதுவயதில் அடியில் வருமாறுஎழுதுகிறார்:—

"எனக்கு வயது ஏறுகிறது நன்றாய்த் தெரிகிறது. கிரஹிக்கிற சக்தி எனக்குச் சற்றே குறைந்திருக்கிறது. ஞாபகசக்தியும் அவ்வளவு பலமில்லை. முன்போலக் கோர்வை கோர்வையாக அநேகபதங்களை மனதில் நிறுத்தச்சாத்தியமில்லை. ஆகிலும் முன்னைக்காட்டிலும் யுக்தியும் உணர்கிற சக்தியும் அதிகமாயிருக்கிறது".

எது எப்படியானாலும் நாம் வார்த்திகத்தில் மனோபலத்திலும் தேஹபலத்திலும் குறைவில்லாமல் இருக்க வேண்டுமானால் நமது பாலியத்தைத் தக்கபடிச் செலவழிக்கவேண்டும். பணவிஷயத்தில் எப்படியோ அப்படியே நமது வாழ்நாளையும் பாலியத்தில் சரியாய் உபயோகியாத பக்ஷத்தில் அது நமக்கு முதுமையில் சுகமும் பலமும் உண்டாக்கமாட்டாது.

ஒரு பெரிய பிரபு சொல்லுகிறபடி நமது வாழ்நாளாகிய பிரயாணத்துக்குச் சீக்கிரத்தில் செல்லத்தக்க குறுக்குவழி யொன்றுமில்லை. அதைச் சரியாக நிறைவேற்ற நமது வாழ்நாள் முழுமையும் நாம் உழைக்க வேண்டும். வார்த்திக வயதில் சுகத்தையும் பலத்தையும் கொடுக்க வைத்தியரால் முடியாது. ஆனால் ஒன்று நிச்சயம். அதென்னவெனில், ஒருவன் வாலிபத்தில் எவ்வளவுக்கு சுகாதார விதிகளை அனுசரித்து மிதமான ஆஹாரமுடையவனாயிருக்கிறானோ, முதுமையில் அவ்வளவுக்கும் அவன் தீர்க்காயுள் உள்ளவனாகவும் சுகதேஹியாகவும் இருப்பான்.

இங்கே நாம் சொன்னது ஒன்றும் புதியவையல்ல. அநேக புத்திமான்கள் ஏற்கனவே வெளியிட்டிருச்கும் கருத்துகளே.

அவர்களுடைய முக்கிய அபிப்பிராயம் என்னவெனில் கிழவனைப் பாலியனாக்குவது அஸாத்தியமானாலும், நமது இளம்பிராயத்தை வீணாக்காமல் இருப்போமானால் உலகவாழ்க்கை வெகுநாள் நிலைநின்று நமக்கு தேஹஸௌகமும் மனத்திருபதியும் குறையாமல் இருக்கும் என்பதேயாம்.

A SHORT SKETCH OF ANCIENT MEDICAL WORKS.

ஆதி வைத்திய சாஸ்திரங்களின் சுருக்கமான வரலாறு.

BY HAKIM M. K. SYED MUHAMAD PULAVAR.

ஹேது-லிங்க-சிகித்ஸைக ளென்னும் முப்பொருளையும் விவரிக்கின்றதும், உபவேதம் நான்கில் ஒன்றாயிருப்பதுமான ஆதிவைத்தியசாஸ்திரமென்று அனைவராலும் அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ள ஆயுர்வேதத்தைச் சிவபெருமான் பார்வதி தேவிக்கு உபதேசித்தார் என்றும், அத்தேவியார் நந்திதேவருக்கும், அவர் தேவர்களுக்கும் முனிவர்களுக்கும் வசித்த புருஷர்களுக்கும் உபதேசித்ததாகவும் சரித்திரங்களைக் கொண்டு அறிகிறோம்.

"அசர வக்கரமென வனைத்துமாய் நின்ற
வமலன் வகுத்த வகில வேதத்துள்
அஃறிணை தவிர வுயர்திணைப் பகுதியு
ளறிவுறுமாக்கட்கே யாயுள்வேதத்தை
யறைந்தனரஃதே தரும்பிணிக்குழாத்தால்
அமைந்தராக்கைய ரென்றகங்கனிந்தாங்கே
அவ்வழித்தோன்று மத்தியாயத்தை யந்தரிநந்தி
களித்திடவன்றோ அண்டர்பண்டிதனுக்கருளின்."(?)

என்னும் தேரையர் காப்பியத்துச் சூத்திரங்களாலும், சிந்தாமணி முதலிய வடமொழி வைத்திய நூல்களாலும் மேற்கூறிய விஷயம் உண்மை யென்பதை நாம் நம்பவேண்டும்.

அவ்வாறு உபதேசம் பெற்றவர்களையும், அவர்களுடைய சிஷ்ய-புத்திரவர்க்கங்களையும், அவர்களால் ஸம்ஸ்கிருதம், தமிழ் இப்பாஷைகளில் இயற்றப்பட்டுள்ள நூல்களையும் தனியே விவரித்துக் கூறினால் விஷயம் மிகவும் விரியும். ஆதலால் வேண்டியவைகளை மட்டும் இவ்விடத்தில் சுருக்கமாகக் கூறுகிறேன்.

வடமொழி வைத்திய சாஸ்திரத்தின் ஆசிரியரானவர்:—தன்வந்தரி, அச்வனீ தேவர்கள், இந்திரன், அகஸ்தியர், ஜனகர், அக்னிவேசர், பேளர், ஸௌமியர், ஜதுகர்ணர், பராசரர், ஹாரீதர், ஆத்ரேயர், கௌதமர், காச்யபர், கார்க்யர், பரத்வாஜர், ஸுச்ருதர், அத்ரி, தக்ஷர், கபிலர், போஜர், கரநாதர், இராமதேவர், வாமதேவர், யோகானந்தர், ஆதிநாதர், சரகர், ஸ்ரீகண்டர், வாக்படர், கோரக்ஷிதர், க்ஷாரபாணி, மாதவகரர், பாவமிச்ரர், சக்ரதத்தர் முதலியவர்களாம்.

தமிழ் வைத்திய நூலாசிரியராவர்:—அகஸ்தியர், திருமூலர், தேரையர், தர்ம ஸௌமியர், காலாங்கிநாதர், யோகர், கொங்கணர், சட்டமுனிவர், இராமதேவர், மச்சமுனி, கமலமுனி, உரோமருஷி, கருவூரார், கோரக்கர், இடைக்காட்டார், சுந்தரானந்தர், பாம்பாட்டிச்சித்தர், அகப்பேய்ச்சித்தர் முதலியவர்களாவர்.

இவர்களுள் ஸம்ஸ்கிருதம் தமிழ் இரண்டிலும் நூலியவற்றியவர்களும் சிலருண்டு: அகஸ்தியர், தர்ம ஸௌமியர், கோரக்ஷிதர், இராமதேவர் முதலியவர்களாம்.

மேற்குறிப்பிட்ட மஹான்களால் இயற்றப்பட்டுள்ள ஸம்ஸ்கிருத வைத்திய நூல்களாவன:—ஆயுர்வேதம், நந்தீயம், ஆயுர்வேதோபதேசம், அச்வனீ ஸம்ஹிதை, ஐந்த்ரம், வைத்திய சூடாமணி, வைத்திய சிந்தாமணி, வைத்திய ஸாரம், வைத்திய ஸாரஸங்க்ரஹம், வைத்திய ரஸாயனம், வைத்திய முக்தாவளி, நிதானயோக ரத்நாவளி, யோக ரத்நாவளி, ஆரோக்கிய சிந்தாமணி, சரகம், குமாரதந்திரம், யோகாநந்தம், காச்யப ஸம்ஹிதை, யோகரத்நாகரம், ரஸரத்நஸமுச்சயம், ரஸநிகண்டு, ரஸகௌமுதி, ரஸஸாரஸங்கிரஹம், ரஸார்ணவம், ரஸவை சேஷிதம், ரஸப்ரதீபிகை, ரஸபேஷஜ கல்பம், விஷப்ரதிவிஷம், கல்பபேஷஜம், கல்பபூஷணம், அக்ரஸங்க்ரஹணீயம், நித்யநாதீயம், கோவிந்தபட்டீயம், நவபாஷாண வித்தி, வித்தநாகார்ஜுநம், சிகித்ஸாஸார ஸங்கிரஹம், அஷ்டகர்மாதிகாரம், ஜ்ஞாந பாஸ்கரம், அபிதாநரத்நமாலா, சதச்லோகி, மதநாதியோகம், சோதநாதி நிகண்டு, ஸாரஸங்கிரஹ நிகண்டு, தன்வந்தரிநிகண்டு, ராஜநிகண்டு, மதநபால நிகண்டு, பத்யாபத்யம், நாடீசக்ரம், நாடீதந்த்ராந்தரம், உத்பலபரிமளம், பஸவராஜீயம், காகேந்த்ரமணி தர்ப்பணம், கர்மவிபாகம், கருடகல்பம், சரகஸம்ஹிதை, ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை, அஷ்டாங்க ஹ்ருதய தந்திரம், வலபித்ஸம்ஹிதை, சாருசர்யா, பேளஸம்ஹிதை, வைதேஹதந்த்ரம், கச்யபஸம்ஹிதை, கரநாதஸம்ஹிதை, ஹஸ்தி ஆயுர்வேதம், அச்வாயுர்வேதம், கோசிகித்ஸை முதலியவைகளாம்.

தமிழ் வைத்திய நூல்களாவன:—அகஸ்தியர் பெருந்திரட்டு, ஆயுள்வேத பாஷ்யம், விரிநூல்மூவகைக் காண்டம், வைத்திய சிந்தாமணி, மணிநாலாயிரம், காவியம் வைத்தியக்கண்ணாடி, வைத்தியரத்நாகரம், வைத்திய மாயிரத்தைன்னூறு, வைத்திய மறுநூறு, கர்மவிபாகம், கரிசல், சிந்தூர முன்னூறு, பஸ்மமுறை இருநூறு, திருமூலர் திருமந்திரம், சௌமிய சாகரம், தேரையர் காப்பியம், சிகாமணி வெண்பா, மகா குணபாடம், பெருங்கரிசல், நீர்நிறக்குறி, நெய்க்குறி, தைலவர்க்கச்சுருக்கம், காலாங்கிநாதர் பெருந்திரட்டு, குறுந்திரட்டு, போகர் ஏழாயிரங்காண்டம், கற்பமெழுநூறு, சிகிச்சை வெண்பா, கொங்கணர் திரிகாண்டம், சட்டமுனிவர் திரிகாண்டம், சரக்கு வைப்பு, நவரத்தின வைப்பு, இராமதேவர் பெருநூல், மச்சமுனிவரெண்ணூறு, கமலமுனிவர் வைத்திய முன்னூறு, உரோமருஷி சூத்திரம், கருவூரார் திரட்டு, கோரக்கர் வைத்தியாங்கம், கற்பவிதானம், சுந்தரானந்தர் வைத்தியத்திரட்டு, இடைக்காட்டார் சாரீரம், பாம்பாட்டிச்சித்தர் கருஞானம், சித்தாரூடம், ஏற்றச்சித்தர் ஆரூதாரச் சூத்திரம், பரிபாடை நிகண்டு முதலியவைகளாம்.

இவைகளைக் குறித்துத் தொகை நூல்களாவன:—அகஸ்தியர் செய்த வாதசாஸ்திரம் ஒரு லக்ஷம், வைத்திய சாஸ்திரம் இரண்டு லக்ஷம், மற்றைய சித்துப் புருடர்கள் செய்த வைத்தியத்தோடு பற்பல விஷயங்களையும் சேர்த்துச் சொல்லிய சாஸ்திரம் ஒரு லக்ஷம். ஆகக் கூட்டுத் தமிழ் வைத்திய சாஸ்திரங்கள் நாலு லக்ஷங்கள் என்க.

மேற்கூறிய தமிழ் நூல்களன்றி, ஸம்ஸ்கிருத வைத்திய சாஸ்திரத்திற்கும் அநேக விதமான பிரிவுகளின் விவரங்களாவன:—

சாரீரம், நிதானம், ஸாமுத்ரிகம், தேஹபேதம், அஷ்டபரீக்ஷை, நாடீலக்ஷணம், தோஷபேதம், தாதுக்களின் பேதம், அரிஷ்டங்கள் முதலியவைகளைக் குறித்து இருபதினாயிரம் கிரந்தம். வாதாதிகளால் உண்டாகும் ரோகங்கள், த்வக்த்வரோகங்கள், ஸத்யோரோகங்கள், கிரஹரோகங்கள், விரணரோகங்கள், க்ருத்ரிம விஷரோகங்கள், ஸ்த்தாவர விஷரோகங்கள், ஸர்ப்பவிஷரோகம், கீடவிஷரோகம் முதலியவைகளைக் குறித்து முப்பதினாயிரம் கிரந்தங்கள் உண்டு. இவற்றின் சிகித்ஸைக்காகக் குறிப்பிட்டு இயற்றியவை அறுபதினாயிரம் கிரந்தங்கள். நிலவர்க்கம், நீர்வர்க்கம், விருக்ஷவர்க்கம், செடிகொடி முதலியவைகளைப்பற்றிய கிரந்தங்கள் இருபதினாயிரம், இவற்றின் சிகித்ஸைக்காகக் குறிப்பிட்டிருப்பது எழுபதினாயிரம். யானை குதிரை முதலியவற்றைப் பற்றியும், அவற்றின் வியாதிகளுக்குண்டான சிகித்ஸைகளைப் பற்றியும் முப்பதினாயிரம்; இவற்றின் சிகித்ஸைக்காக

விசேஷமாய் ஐம்பதினாயிரம்; வைத்தியாங்கம், பாகசாலை, போஜனம் முதலிய துணைக்கருவிகளையும், செய்பாகம், தீக்ஷாபாகம், சகுனாரூட தூதலக்ஷணம், மந்திரம், யந்திரம், அஷ்டகர்மம், சலாவித்தி முதலியவைகளையும்பற்றி நூற்றிருபதினாயிரம் கிரந்தங்களும் ஆக நாலு லக்ஷம் கிரந்தங்கள் இவ்வாறு வகுக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

இத்தகைய மஹத்தரமான கிரந்தங்கள் ஸம்ஸ்கிருத பாஷையில் இயற்றப்பட்டிருக்கின்றன; ஆகவே அப்பாஷையில் வல்லவர்களான பண்டிதர்களைத் தவிர மற்றையோர் அவற்றை அறிவது ஆகாத காரியம். ஆகிலும் இப்பொழுது "அகிலபார ஆயுர்வேத மஹா மண்டலம்" என்னும் பெயரால் ஆயுர்வேத வித்வான்களால் நடத்தப்பெற்றுவரும் மஹா ஸபையின் பெருமுயற்சியினால் அக்கிரந்தங்களிடம் நமது தேசத்தவருக்கு அபிமானம் விசேஷமாயுண்டாகியது. மேலும் நமது செந்தமிழ்ப்பாஷையிலும் ஸம்ஸ்கிருத பாஷையிலும் பூர்ண பாண்டித்ய முடையவர்களும், காதம்பரீ-மேகஸந்தேசம் முதலிய வடமொழிக் கிரந்தங்களைத் தமிழில் மொழிபெயர்த்தவருமாகிய, சென்னை ஆயுர்வேத வைத்திய சாலையில் உத்தியோகம் வஹித்துவரும் ஆயுர்வேத பூஷணம் எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார் அவர்களின் விடாமுயற்சியினால் பிரசுரிக்கப்பட்டுவரும் "வைத்திய கலாநிதியின்" மூலமாய் வடமொழியிலிருந்த சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை தமிழில் ஒழுங்காக மொழிபெயர்க்கப்பட்ட பிறகு, கேரள தேசம் என்னும் மலையாளம் முடிய அவர்களுக்குப் பெரும்புகழுண்டாயிற்று; அல்லாமலும் அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம் என்னும் பெரிய ஆயுர்வேதக் கிரந்தத்தைத் தமிழில் அழகிய நடையில் மொழிபெயர்த்து, இலை கவர்ந்த கனிபோல மறைந்திருந்த அரும்பொருளடங்கிய ஒவ்வொரு பதத்திற்கும் ஆங்காங்கு டிப்பணியும் வரைந்து அவர்கள் வெளியிட்டுவருவதையும், அசனாலான உபயோகங்களையும்பற்றி நான் மனதாறப்புகழ்ந்தெழுதாமலிருக்க முடியவில்லை.

[இந்த வியாஸத்தில் குறிக்கப்பட்டுள்ள கிரந்தங்களில் எதெது எவரெவரால் இயற்றப்பட்டதென்றும், அம்மஹான்கள் எக்காலத்தில் வஸித்தார்கள் என்றும் இன்னும் சிறிது விவரம் கூறியிருந்தால் சிறப்பாகும். ஆகிலும் ஒரு முகம்மதியர் ஆயுர்வேதத்தைப்பற்றி இவ்வளவு எழுதியது வியக்கத்தக்கதே. ப-ர்.]

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ௵ பங்குனி௴.

MEDICAL INSTRUCTION IN VERNACULARS.

தேசபாஷைகளில் வைத்தியம் கற்பித்தல்.

கனம் டாக்டர் எம். என். பானர்ஜி அவர்கள் இவ்வருஷம் சென்ற மார்ச்சுமாஸம் 9-ம் தேதிகூடிய இராஜ ப்ரதிநிதியின் சட்டஸபையில், வைத்தியசாஸ்திரங்களை அந்தந்த தேச பாஷைகளில் கற்பிப்பது அவசியமென்று ஒரு தீர்மானம் கொண்டுவந்து, அது ஸர் பர்டே லூகிஸ்ஸாலும், மற்றுமுள்ள ஆனரபுல் மெம்பர்களாலும் ஒருங்கே ஆமோதிக்கப்பட்டு ஸபையினால் அங்கீகரிக்கப்பட்டதென்னும் விஷயம் நமது நேயர்களுக்குத் தெரிந்திருக்கும். இப்பொழுது இந்தியா கவர்ன்மெண்டார் இது விஷயமாக மாகாணக் கவர்ன்மென்டாருடைய அபிப்பிராயங்களை அறிவதற்காகச் சுற்றுக் கடிதமொன்று வெளியிட்டிருக்கிறார்கள். அது மிகவும் நீண்ட கடிதமாகையால், இங்கு முற்றிலும் அதை மொழிபெபர்த்து வெளியிட நமக்கு இடமில்லையேயென்று சிந்திக்கிறோம். அக்கடிதம், இப்பொழுது ஆலோசனையிலுள்ள வைத்தியப்படிப்புக்கு ஸம்பந்தமான சரித்திரங்களை எடுத்துக்குறிப்பிடுகிறது. கிராமாந்தரங்களில் வஸிக்கும் ஜனங்களுடைய நன்மையைக் கருதி, தேசபாஷையில் வைத்தியப்படிப்பைக் கற்பித்துவருவது மிகவும் அவசியமென்று வங்காளக் கவர்ன்மெண்டார் வற்புறுத்திக் கூறியிருந்தும், 1901-ம் வருஷத்தில் இந்தியா கவர்ன்மெண்டார் அவ்விஷயத்தை ரத்து செய்துவிட்டனர். டாக்டர் பானர்ஜி அவர்கள், தேசபாஷைகளில் வைத்தியம் கற்பிக்கத்தகுந்த பாடசாலைகளை ஏற்படுத்தவேண்டுமென்று மாகாணக் கவர்ன்

மெண்டாரைக் கேட்டுக்கொள்ள வேணுமென்பதாக ஒரு தீர்மானம் கொண்டுவரவே, இது விஷயமாக சில வருஷங்களுக்குமுன் அநுஷ்டானத்திலிருந்துவந்த—முக்கியமாய் வங்காளத்தில் நடத்தப்பட்டுவந்த—முறையைப் பற்றி வாதம் நடத்தப்பட வேண்டியதாயிற்று. சென்னை மாகாணத்தில் "ட்ரெஸ்ஸர்கள்" என்றும், பம்பாய் மாகாணத்தில் "ஹாஸ்பிடல் அஸிஸ்டெண்டுகள்" என்றும், வங்காளத்தில் "நேடிவ்டாக்டர்கள்" என்றும் கூறப்பட்டுவந்த வைத்தியர்களுக்கு, முன்னால் அந்தந்த தேசபாஷைகளிலேயே விஷயங்கள் கற்பிக்கப்பட்டு வந்தன. அவ்வாறு அவ்வகுப்புகளில் படித்துவந்த மாணாக்கர்கள் படிப்பு விஷயத்தில் கீழ் நிலைமையிலேயே இருந்துவந்ததும், உபாத்தியாயர்கள் அவர்களுக்கு ஆங்கிலத்தைத்தவிர தேசபாஷைகளில் சாஸ்திர போதனைகளைச்செய்ய மிகவும் கஷ்டப்படவேண்டியிருந்ததுமே அந்த முறையை முற்றிலும் நிறுத்துவதற்கு ஹேதுக்களாயிருந்தனவென்று கருதப்படுகிறது; ஆகிலும் யோசிக்குமிடத்து இவை பரிஹரிக்கக்கூடாத அவ்வளவு பலமான ஹேதுக்களாகாவென்று நிச்சயமாகக் கூறலாம். ஆகவே இப்பொழுது வைத்தியசாஸ்திரங்களைக் கற்பித்துவரும் ஸ்தாபனங்களோடு ஸம்பந்தப்படாமல் பிரத்தியேகமாக ஆங்காங்கு தேசபாஷைகளைக் கொண்டு வைத்தியம் கற்பிப்பதற்கான ஸ்தாபனங்களை ஏற்படுத்துவது உசிதமென்று நினைத்து இந்தியா கவர்ன்மெண்டார் அப்பழைய முறையில் மீண்டும் அநுதாபங்காட்ட முன்வந்திருப்பது பாராட்டக் கூடியதாகும். இம்முயற்சியில் முக்கியமாக இராஜாங்கத்தாருக்கு ஒரு கொள்கையுண்டு; அதாவது — மேல்நாட்டாருடைய சாஸ்திரமுறைகளைக் கற்றுத்தேறிய வைத்தியர்களை, கிராமாந்தரங்களில் வஸிக்கும் ஏராளமான ஜனங்களுடைய தேவைக்குப் போதுமாறு உதவுவதற்கு முடியாமலிருப்பதும், தேசபாஷைகளில் வைத்தியங் கற்றவர்கள் மூடவைத்தியர்களினும்மேல் என்பதுமேயாம். இந்த ஸந்தர்ப்பத்தில் நாம் ஒன்றுமாத்திரம் வற்புறுத்திக் குறிப்பிடாமலிருக்கக் கூடவில்லை. தேசபாஷைகளில் வைத்தியம் கற்பிப்பதென்கிற முறை அநுஷ்டானத்திற்கு வருமாயின், அதற்காக ஏற்படுத்தப்படும் ஸ்தாபனங்களில் ஆயுர்வேத முறைகளிலுள்ள வைத்தியசாஸ்திரத்தைப் படிப்பிப்பதற்கும் போதுமான அவகாசங்களை அமைப்பது இன்றியமையாததாகும். இத்தேசத்திய சீதோஷ்ண நிலைமைகளுக்கும், ஜனங்களுடைய தேஹமனோ நிலைமைகளுக்கும், இந்துக்களுடைய ஆசார விவஹாரங்களுக்கும் ஏற்றவாறு அமைந்துள்ளது ஆயுர்வேத வைத்தியம். அச்சாஸ்திரத்தின் குணாதிசயங்களைப் பற்றி நாம் புதிதாக இங்கு விவரிக்கவேண்டிய விஷயம் விசேஷமாயில்லை. பதார்த்ததத்துவங்களையும், சரீரதத்துவங்களையும், மற்றுமுள்ள உலகதத்துவங்களையும் உள்ளபடியுணர்ந்த ஆர்யர்களான ஆதிகாலத்திய முனிவர்கள் வெளியிட்டுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியநூல்களையும், அம்முறையையும் புறக்கணிக்காமல் அவற்றினிடம் அபிமானம்வைத்து மீண்டும் அவை முன்னேற்றமடைவதற்கு நாம் மேற்கூறியவாறு ஏற்பாடு செய்யவேண்டுமென்று இராஜாங்கத்தாரை சுதேசவைத்தியர்களும் அவ்வைத்தியத்தில் அபிமானமுள்ளவரும் விடாமுயற்சியோடு கேட்டு வரவேண்டும்.

சென்றமுறை இம்மாகாணச்சட்ட ஸபை கூடியபோது, டாக்டர் பானர்ஜியின் தீர்மானத்திற் கண்டிருப்பதுபோலவே சில நியமங்களோடு ஒரு தீர்மானம் கொண்டுவர, அதற்கு விரோதமாக மாகாணகவர்ன்மெண்டார் தமது அபிப்பிராயத்தை வெளியிடவே, இப்பொழுது ஆங்கிலத்தில் நடத்திவரும் வைத்தியப் படிப்பை இன்னும் சிறிது ஸுலபமாகக் கற்பிக்கலாமென்று அத்தீர்மானம் ஒருவாறு ஸாமர்த்தியமாய் மாற்றப்பட்டு, கவர்ன்மெண்டாராலும் அது ஆமோதிக்கப்பட்டது. இப்

பொழுது ஆலோசனையிலிருக்கும் விஷயமாக வெளியிட்டுள்ள சுற்றுக்கடித விஷயத்தில் நமது மாகாணக்கவர்ன்மெண்டார் தாம் வெளியிடப்போகும் அபிப்பிராயத்தை ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறோம். ஆனால் பொதுஜனங்களின் கொள்கை இவ்விதமானதென்று வெளிப்படையாகத் தோன்றிவிட்டபின், இம்மாகாணக் கவர்ன்மெண்டார் தாம் முன்னால் தள்ளிவிட்ட இவ்விஷயத்தை ஒருமுறை புநராலோசனைசெய்து, வங்காளக் கவர்ன்மெண்டாரைப்போலவே பிரஸ்தாப தீர்மானத்திற்கு அனுகூலமான அபிப்பிராயமுள்ளவர்கள் என்று அறிவிப்பது நலம். வங்காளக் கவர்ன்மெண்டார் இவ்வித படிப்பு விஷயமாய் வெளியிட்டிருக்கும் அபிப்பிராயம் அடியில் வருமாறு.

"நாம் இப்பொழுது வைத்தியப் படிப்பைக் கற்றுக்கொடுத்துவரும் மாதிரியானது, மேலான யோக்யதையுடன் தேறியவர்களையே மிகவும் அதிகமாக்கி வருகின்றது; அவ்வைத்தியர்களோ பெரும்பான்மையான ஜனங்களுடைய சக்திக்கு மிஞ்சி கட்டணங்களை அபேக்ஷிக்கும் நிலைமையில் இருக்கிறார்கள். வங்காளத்து வைத்தியஸங்கத்தார், தேசபாஷைகளில் வைத்தியம் கற்பிப்பது பிசகென்று அவர்களுடைய இஷ்டப்படி ஒருமனதாய் கண்டித்துத் தீர்மானித்ததை (அப்பொழுது இருந்துவந்த) லெப்டினெண்ட் கவர்னர் அங்கீகரிக்கவில்லை. இப்பொழுது வைத்தியம் படித்துத் தேறி ஸொந்தத்தில் தொழில் நடத்திவரும் இவ்வைத்தியர்கள் அபரிமிதமான ஆசையுள்ளவர்களா யிருக்கிறார்கள். தேசபாபாஷைகளில் வைத்தியங்கற்றுத் தேறியவர்களுடைய படிப்பு முற்கூறியவர்களுடைய படிப்பினும் மலிவானதாகும்; பெரும்பான்மையான போது ஜனங்களுக்கு எளிதில் வைத்திய உதவி கிடைக்கும்படி செய்வதற்கு தேசபாஷைகளில் வைத்தியம் கற்றவர்களையே விசேஷமாய் ஏற்பாடுசெய்வது உத்தமம். இவ்வைத்தியர்கள் தமதிடம் சிகித்ஸைக்கு வருபவர்களைத் திருப்திசெய்விக்கப் போதுமான தொழிற் பயிற்சியில் அறிவுள்ளவர்களாகவும் இருந்து வருகிறார்கள். இவ்வித வைத்தியர்களைக் குறைப்பதற்கு ஏதேனும் செய்ய முயல்வதும், மிதமிஞ்சிய செலவுக்கு ஸாதாரண ஜனங்களை உட்படுத்தவதான முறையையே கையாள பிரயத்தினப்படுவதும் பிசகான காரியங்களாகும். மேலும் பொதுஜன ஸமூஹத்தில் கல்வியானது தற்காலத்தி லிருப்பதைவிட ஆங்கிலம்படித்து அவ்வித கல்வியும் மேன்மேலும் அபிவ்ருத்தியாய் வருமானால், அப்பொழுது கிரமமாக இவ்வித வைத்தியர்களுக்கு ஆங்கிலத்திலும் இன்னும் சிறிது படிப்புமுறையை அபிவ்ருத்திசெய்து, சாஸ்திரப் பயிற்சியையும் ஒருவாறு அதிகப்படுத்துவது யுக்தமாயிருக்கும்."

இந்தியா கவர்ன்மெண்டார் வெளியிட்டிருக்கும் சுற்றுக்கடிதம் எல்லா மாகாணக் கவர்ன்மெண்டாலும் ஒரேமனதாய் அங்கீகரிக்கப்பட்டு, பொதுஜனங்களுடைய க்ஷேமலாபங்களுக்கு ஏற்றவாறு தேசபாஷைகளில் வைத்தியங் கற்பிக்கும் முறை கூடிய சீக்கிரத்தில் அனுஷ்டானத்திற்கு வருமானால், அது இத்தொழிலுக்கு மாத்திரமல்ல, தேசபாஷைகளில் சாஸ்திரங்கள் வெளிவருவதற்கும் முக்கியமான தூண்டுதலாயிருக்கும்.

ஜ்வரம் ஒரு தனி வியாதியல்ல.

ஒரு பிணியாளி "ஜ்வரம்" என்று உங்களிடம் வந்தால், உடனே அந்த ஜ்வரத்தைக் குறைப்பதற்கு ஏதேனும் ஔஷதத்தைப் பிரயோகித்துவிடுவது சாஸ்திர முறையல்ல. முதலாவது பெரும்பான்மையான ஜ்வரங்களில் ஆரம்பத்திலேயே ஔஷதப்பிரயோகம் செய்யக்கூடாதென்று சாஸ்திரம் முறையிடுகின்றது. ஜ்வரம் ஆரம்பிக்கையில் தேஹத்தில் ஆமதோஷம் என்னும் ஒருவிதவிஷம் பரவியிருக்கும்; முக்கியமாய் அத்தோஷம் இரத்தத்திலும், குடல்களிலும் வியாபித்திருக்கும். அந்த ஆமதோஷத்தை நீக்கிய பிறகே, அவசியமிருந்தால், ஜ்வரம் உண்டாவதற்குக் காரணமாயுள்ள வியாதியை நிவ்ருத்திக்கவும் ஔஷதம் பிரயோகிக்கவேண்டும்; ஆமதோஷத்தை நீக்க லங்கநமே பரமௌஷதம். அநேகம் வியாதிகளில், உடற்சூடு அதிகரிப்பது இயல்பாகையால் அவ்வாறு மேலெழும் சூட்டை ஜ்வரம் என்கிறோம்; ஆகவே ஜ்வரம் ஒரு வியாதியல்ல; அது வியாதியின் குறிகளுள் ஒன்றாம். ஆகவே வியாதிக்கு ஔஷதம் கொடுப்பதைவிட்டு, வியாதியின் குறிக்கு ஔஷதம் கொடுப்பது விவேகமுள்ள வைத்தியனுடைய காரியமல்ல.

FIRST AID IN ACCIDENTS.
அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

இரத்தப் பெருக்குகளும் அவற்றைத்தடுக்கும் முறைகளும்.

இரத்தப்பெருக்கில் பலவகைகள்:—இரத்தக் குழாய்களில் ஏதேனும் ஒருபாகம் உடைந்துவிடும்போது இரத்தப்பெருக்கு உண்டாக ஆரம்பிக்கும். அப்படி உடைவது அல்லது சிதைவுறுவது தமனியாகவோ, ஸிரையாகவோ, கேசநாளங்களாகவோ இருக்கலாம்.[1]

தமனியின் இரத்தப்பெருக்கு:—[2] இதில் வெளியாகும் இரத்தம் நல்ல சிவந்த நிறமாயிருக்கும்; வேகமாய் அடிக்கடியும் கொப்புளிப்பதுபோல் பீரிட்டுக்கொண்டு வெளிவரும்; தமனிகளிலுண்டாகும் காயம் ஸிரையைவிட ஹ்ருதயத்திற்கு அருகில் இருக்கும்; அடியுண்ட இரத்தக்குழாயின் அளவிற்கு ஏற்றவாறு அதிலிருந்துவரும் இரத்தம் அளவில் அதிகமாகவோ சொற்பமாகவோ இருக்கும். தொடைகள், கழுத்து முதலான விடங்களில் உள்ளவைகளைப்போல் பெரிதாக இருக்கும் தமனிகள்[3] அடியுண்டால், அப்பொழுது உடனே அந்த இரத்தப் பெருக்கைத் தடுக்காமல் இருந்தால் சில நிமிஷங்களிலேயே பிராணாபாயம் நேரிடுவது ஸஹஜம்.

ஸிரைகளின் இரத்தப்பெருக்கு:—[4] இதில் வெளிப்படும் இரத்தம் ஒருவாறு கறுஞ்சிவப்பு நிறமானது; ஸிரைகள் தமனிகளைக்காட்டிலும் ஹ்ருதயத்திற்கு வெகு தூரத்திலிருப்பதால், இக்குழாய்களிலுண்டாகும் காயமும் ஹ்ருதயத்திற்கு வெகு தூரத்திலிருப்பதாகும்; இதிலிருந்து இரத்தம் மந்தவேகமாகவும் தொடர்ச்சியாகவும் வெளியாகும்.

கேசநாளங்களின் இரத்தப்பெருக்கு:—[1] தமனியாவது, ஸிரையாவது அடியுண்டால் அவற்றின் ஒரு குறிப்பிட்ட முனையிலிருந்து இரத்தம் வெளிவருவது போல் கேசநாளங்களிலிருந்து வருவதில்லை; மஹாஸூக்ஷ்மமான இக்குழாய்கள் தாக்குண்டால், அவ்வவயவத்தின் அகண்ட ப்ரதேசத்திலிருந்துதான் இரத்தம் கசியும்.

இரத்தக்குழாய்கள் தாக்கப்படுவதாலான அபாயங்களின் தாரதம்யம்:—ஸிரைகளின் இரத்தப்பெருக்கினும் தமனிகளின் இரத்தப்பெருக்கு வேகத்திலும் வலிவிலும் விசேஷித்து அதைத் தடுப்பது கஷ்ட ஸாத்தியமாயிருப்பது இயல்பானதால், தமனிகளின் இரத்தப்பெருக்கு அதிக அபாயகரமானது; அவ்விரண்டுகளைப் பார்க்கினும் கேசநாளங்களின் இரத்தப்பெருக்கு அபாயம் விளைவப்பதில் அவ்வளவு சக்தி யுடையதல்ல.

தமனியின் இரத்தப்பெருக்கைத் தற்காலம் நிறுத்துவதற்கான முறைகள்:—சஸ்திரசிகித்ஸை முதலானதில் தேற்சிபெற்ற சிகித்ஸகர் வருமளவும், தமனியிலிருந்து பெருகும் இரத்தத்தைத் தடுப்பதற்கு அடியில் குறிப்பிடப்படும் முறைகளை அனுஷ்டிக்க வேண்டும்:

இரத்தப்பெருக்குண்டாகும் இடத்தைக் குறிப்பிட்டு நேராக அழுத்துதல்; ஹ்ருதயத்திற்கும் காயத்திற்கும் இடையில் தமனியை இறுகப்பிடித்துக்கட்டல்; சாகையையே காயமுண்ட இடத்தின்மேல் மடித்து பலமாக அழுத்தல்.

தீவ்ரமான இரத்தப்பெருக்கு உண்டாயிருக்கையில், அவ்வாறு இரத்தம் வெளிப்படும் இடத்தைக் குறிப்பிட்டு விரல்களால் நன்கு அழுத்தவும், பிணியாளியைக் கீழே நன்றாகப் படுக்கவிடவும், பிரதான தமனியை விரல்களாலோ வேறு உபகரணங்களாலோ அழுத்திப் பிடிப்பதற்கும் ஒரு சிறிதுநேரமும் தாமதிக்கக்கூடாது. இரத்தப் பெருக்கைப் பற்றற நிறுத்துவதற்கான சிகித்ஸையைச் செய்யும்வரையிலும் அல்லது அவ்விதம் செய்யத்தகுந்த யோக்யதையுள்ள

---

1. தமனி, ஸிரை, கேசநாளங்கள் இவற்றின் விவரத்தை சென்ற டிசம்பர்மாஸத்து ஸஞ்சிகையின் 87-வது பக்கம் பார்க்க.

2. தமனியின் இரத்தப்பெருக்கு — ஆர்டீரியல் ஹெமரேஜ் (Arterial haemorrhage).

3. தொடையிலும், கழுத்திலுமுள்ள பெரிய தமனிகளுக்கு முறையே Femoral artery என்றும் Carotid artery என்றும் பெயர்.

4. ஸிரைகளின் இரத்தப்பெருக்கு—வீனஸ் ப்ளீடிங் (Venous bleeding.)

1. கேசநாளங்களின் இரத்தப்பெருக்கு—கெபிலரி ப்ளீடிங் (Capillary bleeding).

வைத்தியர் வரும் வரையிலும் மேற்கூறிய முறைகளைத் தொடர்ந்து செய்துவரவேண்டும்.

அடியுண்ட இரத்தக்குழாயை அழுத்துவதற்கு மற்றொரு உபாயம் செய்வதுண்டு:—ஒரு துண்டு நூற்சிலும்பை, ஒருவிரல் முனையளவில் கனமாக மடித்துக் கொள்ளவும்; இதை எந்த இடத்தில் விரல் அழுத்தப்பட்டிருக்கிறதோ அவ்விடத்தில் மெதுவாக விரலின் கீழேவிட்டு காயத்தின் வாயின்மேல் அழுந்தி நிற்கும்படி அதைப் பிடித்துக்கொள்ளவும்; அதைவிட இன்னும் கொஞ்சம் பெரிதாக மடித்த நூற்சிலும்பை அதன்மேல் முன்போலவே வைத்து அழுத்தவும்; அடிபட்ட விடத்தில் இவ்வாறு ஒன்றன்மேல் ஒன்றாக பல நூற் சிலும்பல்களை உயரமாகவைத்து, அதன்மேல் ஒரு பந்தநத்துணியால் கட்டிவிடவும். (162-வது பக்கத்தில் சிரோபந்தநம் செய்வதற்குக் கூறியபடி சுமட்டைவைத்துக் கட்டும்முறை இங்கு குறிக்கப்படுகிறதென்க.)

விரணத்திற்கும் ஹ்ருதயத்திற்கும் இடையில் அழுத்தல்:—தமனிகள் ஹ்ருதயத்திலிருந்து ஆரம்பித்து மற்ற அவயவங்களில் பரவி ஓடுகின்றன என்று உங்களுக்குத் தெரியும். அவ்விதம் ஓடுகிற தமனியில் அடிபட்டு காயமுண்டானால், அந்த அடியுண்ட விடத்திற்கும் ஹ்ருதயத்திற்கும் நடுவில் தகுந்த விடத்தில் விரல்களால் தமனியை நன்கு அழுத்தவேண்டும்; [1] அல்லது இரத்தம் ஓடுவதைத் தடுக்கும்படியான ஸ்தம்பந யந்த்ரத்தையாவது உபயோகித்துக் கட்டவேண்டும்; [2] ஆனால், தமனிகள் எந்த இடங்களில் எலும்பின்மேல் அடுத்தாற்போல் அமைந்திருக்குமோ அவ்விடங்களில் மட்டுமே இவ்வுபாயங்கள் ஸபலமாக நிறைவெறும்.

விரல்களால் அழுத்தி உதிரந்தடுத்தல்:—விரல்களால் அழுத்தி உதிரத்தைத் தடுக்கக்கூடிய தமனிகள் சில உண்டு; அவ்வித இரத்தக்குழாய்களும், அவ்வுபாயங்களும் பின்வருமாறு:—

கண்டமூலதமனியை [3] அழுத்தல்:—கண்ட மூல தமனியென்னும் கழுத்தின் பாரிசத்தில் ஓடும் செவ்விரத்தக்குழாயை முள்ளெலும்புக் கோவையின் பக்கமாய் பின்புறமாகவும் உட்புறமாகவும் (backwards and inwards) பெருவிரலால் அழுத்தவேண்டும்; காதுக்குப் பின்புறத்திலிருந்து மார்பெலும்பின் மத்தியபாகம் வரையில் சாய்வாக நீண்டுள்ள மாம்ஸபேசியின் வரம்பாகக் கழுத்தில் அமைந்துள்ள யாகத்திற்கும், ச்வாஸக்குழாய்க்கும் இடையில் கண்டமூல தமனியென்னும் இரத்தக்குழாயை விரல்களால் அழுத்திப் பரிசிக்கலாம்.

அக்ஷகதமனியை [1] விரல்களால் அழுத்தல்:—இந்த தமனியை அக்ஷகாஸ்த்தியின் மத்தியில் பிடித்துத் தோள்பக்கமாக அழுத்தினாற்போல் கெட்டியாக அமுக்கவேண்டும். முதல் பார்சுகாஸ்திக்கு எதிரிடையாக அக்ஷகாஸ்த்திக்கு அடியில் கீழ் நோக்கிப் பெருவிரலை அழுத்தினால், இந்த இரத்தக்குழாய் எளிதில் கைக்கு அகப்படும்.

சகக்ஷதமனியை [2] அழுத்தல்:—அக்குளின் பக்கமாக வரும் தமனியை அழுத்துவதற்கு, முதலிற் கையைத் தூக்கச்செய்து, அக்குளுக்குள் புஜாஸ்த்தியின் தலைப்புறம் நோக்கி விரல்களை விட்டு வலிவுடன் அழுத்தவேண்டும்.

புஜதமனியை [3] அழுத்தல் :—புஜாஸ்த்தியோடு சேர்ந்தாற்போல் அமைந்துள்ள தமனியை, புஜத்தின் மத்தியில் உட்புறமாக விரல்களை வைத்து அழுத்தவேண்டும்.

உதரத்தின் மஹாதமனியை [4] அழுத்தல் :—தொடைகளை வயிற்றின் மேல் சாய்த்து மடித்து நாபிக்கு நேராகப் பின்புறத்தில் முள்ளந்தண்டை நோக்கியவாறு வயிற்றை நன்றாக அழுத்தவும் ; நாபிக்குக் கொஞ்சம் இடது புறமாகக் குறிப்பிட்டு அழுத்தலாம்.

---

1. விரல்களால் அழுத்தி உதிரம் தடுத்தல்—டிஜிடல் கம்ப்ரெஷன் (Digital Conpression).

2. ஸ்தம்பநயந்த்ரம்—உதிரந்தடுக்கும் கருவியென்றுங் கூறலாம். ஆங்கிலத்தில் டர்னிகெட் (Tourniquet) என்று பெயர்.

3. கண்டமூலதமனீ—கொராடிட் ஆர்டரி (Carotid artery).

1. அக்ஷகதமனி—அக்ஷகாஸ்த்தி யென்னும் காறையெலும்பின் சார்பாய் ஓடும் செவ்விரத்தக்குழாய் ; ஸப்க்ளேவியன் ஆர்டரி (Subclaveian artery.)

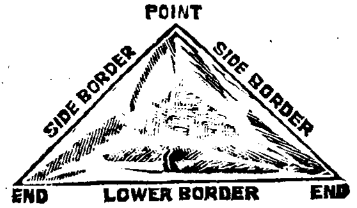
2. கக்ஷதமனி—ஆக்ஸிலரி ஆர்டரி (axillary artery.)

3. புஜதமனி—ப்ரேஹ்யல் ஆர்டரி (Brachial artery.)

4. உதரத்தின் மஹாதமனீ — அப்டாமினல் அயோர்டர் (Abdominal aorta.)

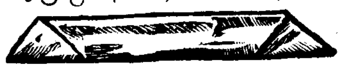
அபாயங்களில் பிரத உதவி யென்பதில் "பந்தநங்களும் பந்தந முறைகளும்" என்பதன் கீழ் கூறப்பட்டுள்ள பலவகையான கட்டுகளை நிரூபிக்கும் படங்கள் இங்கு காட்டப்படுகின்றன.

த்ரிகோண பந்தநங்கள்.

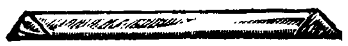


விரிவான கட்டு

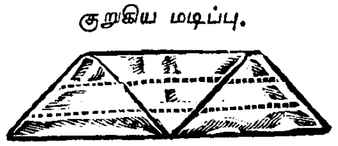
ஒரு முறை மடிக்கப்பட்டது



அகன்ற மடிப்பு.

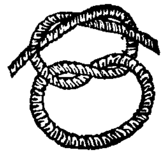


குறுகிய மடிப்பு.



மடிக்கும் பாகங்களைக் குறிப்பிடுவது.

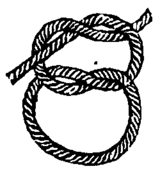
குழைச்சு முடி.



முடியும் வகை.

இறுக இழுக்கப்பட்ட முடி.

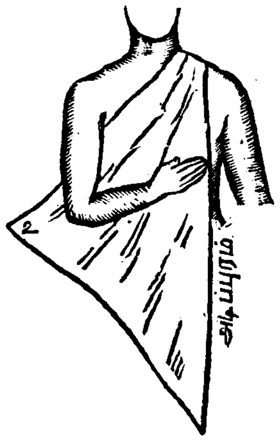
நெகிழ் முடி.



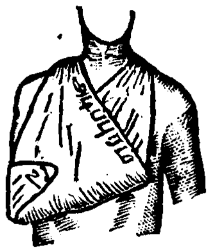
முடியும் வகை.

இறுக இழுக்கப்பட்ட வகை.

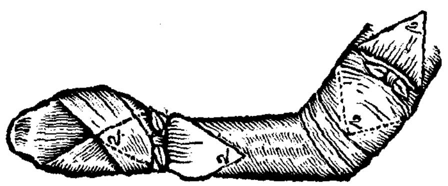
புஜத்தைத்தாங்கும் பெரிய ஏந்தானம்.



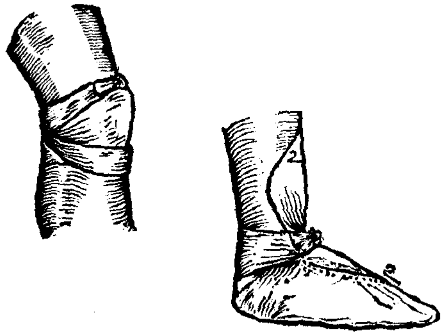
ஆரம்பம்.



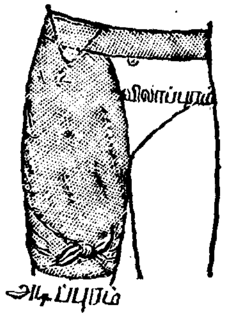
முடிவு.



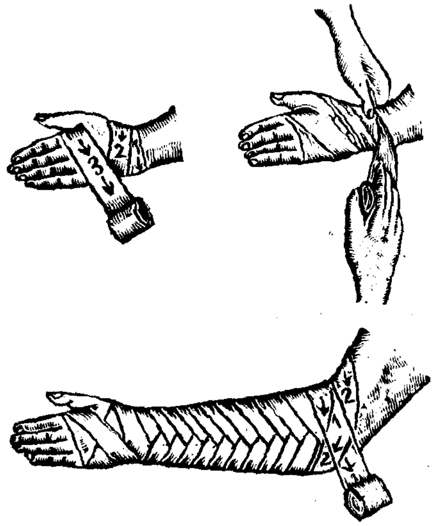
முழங்கையிலும், கரதலத்திலும் த்ரிகோணபந்தநம் இடும் முறை.



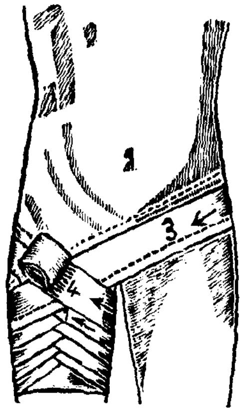
முழங்காலிலும் பாதத்திலும் த்ரிகோணபந்தநம் இடும் முறை.



ச்ரோணிபந்தநம் (த்ரிகோணம்).



புறமாற்று மண்டல பந்தநம் கையில் கட்டும் வகை.



எண் குறி மண்டல பந்தநம். தொடை யிடுக்கில் கட்டும் வகை.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

நாகதும்பி.

நாகதுன்பி யென்பது இயற்கையில் சிறியதான ஒரு மரம்போன்ற செடியின் ஸம்ஸ்கிருதப்பெயர். இதைத் தமிழில் 'பேய் வேலன்' என்று கூறுவதாய் அறிகிறோம். கன்னடத்தில் 'கஸ்தூரி ஜாலி' என் பார்கள். இதன் பூவின் சிகரங்கள் பந்துபோல் திரண்டுருண்டு அழகாய்க் காணப்படும்; அப்புஷ்பங்கள் மஞ்சள் நிறமானவை; ஒருவாறு நறுமணம் வீசும்.

(1) மிருதுவான இதன் இலைகளை ஒரு சிறிது ஜலம் விட்டு அரைத்து, வேளைக்குக் கால்பலம் வீதம் வெள்ளை யென்னும் சுக்லமேஹத்தினால் வருந்து பவருக்குக் கொடுத்துவர சீக்கிரத்தில் குணம் உண் டாவதாக அனுபவத்தினால் தெரிய வருகிறது. (2) இச்செடியின் தோலுக்கு ஸ்தம்பகம் (astringent) என்னும் குணம் உண்டு; ஆகவே அதைக் கஷாய மிட்டு (1-க்கு 10 பங்கு ஜலம் சேர்த்துப் பக் குவம் செய்து) சீதபேதி, அதிஸாரம் முதலியதில் உபயோகிக்கலாம். (3) இக்கஷாயம் இரத்தக்கசிவு களுடன் கூடிய விரணங்களைக் கழுவுவதற்கும் ஏற்ற தாகும். (4) இந்தச் செடியிலிருந்து ஏராளமாக ஒரு வித மெழுக்குக் கசிந்து வடியும்; இது கருவேலன் பிசினுக்குப் பதிலாய் உபயோகிக்கக்கூடியது. மாத் திரைகளாகச் செய்ய முடியாத சில சூர்ணங்களுக்குப் பசையை யுண்டுபண்ணி மாத்திரைகளாகச் செய் வதற்கு இது மிக்கப் பிரயோஜனமானது.

அயோடைனும் ப்ளேகும்.

ஸால்வேஷன் ஆர்மியைச் சேர்ந்த கமிஷனர் பூத் டக்கர் அவர்கள், "அயோடைன்" என்னும் ஔஷதம் ப்ளேக் வியாதியில் மிகப் பிரயோஜனகரமானதென்று மறுபடியும் சில பத்திரிகைகளுக்கு எழுதுகிறார். 705 கேஸுகளில் இவ்வௌஷதத்தைப் பிரயோகித்ததில், அவற்றுள் 573 கேஸுகள், அல்லது 100-க்கு 80 பிணியாளிகள் வீதம் ஸ்வஸ்த்தமாயினர் என்று அவர் கூறுகிறார். இவ்விஷயத்தைப் பஞ்ஜாப் கவர்ன் மெண்டார் ஒப்புக்கொள்ளலாமென்று அக்கவர்ன் மெண்டைச் சேர்ந்த சாஸ்திர நிபுணர்கள் அபிப் பிராயம் வெளியிட்டிருப்பதாகவும் அம்மாகாணத்தில் கவர்ன்மெண்ட் ஆர்டர் ஒன்று பிரசுரிக்கப்பட்டிருக் கிறது. அதில் அடியில் வரும் விஷயம் குறிப்பிடப் பட்டிருக்கிறது:—

1. விசாலமான அறையில், கதவுகளையெல்லாம் திறந்துவைத்து, ஒரு நல்ல படுக்கையில் பிணியாளி யைப் படுக்கச்செய்து, முற்றிலும் அவன் அசைவற்று அமைதியாகப் படுத்திருக்கும்படி கவனிக்கவேண்டும்; ஆகாயம் மழை காற்று முதலியது இல்லாமல் மனோ ஹரமாயிருந்தால், வீட்டுக்கு வெளியில் நிழலுள்ள பிரதேசத்திலும் படுக்கச்செய்யலாம்.

2. திரவமான உணவை உட்கொள்ளலாம்.

3. தாஹமாயிருக்கையில் சுத்தமான குளிர்ந்த ஜலத்தை வேண்டியவளவு பருகக் கொடுக்கலாம். நாவறட்சியுடன் வருந்தும் ஒரு ப்ளேக்பிணியாளிக்கு வேண்டியவளவு குளிர்ந்த நீரைக் கொடுக்காமலிருப் பது மிகப் பெரிய கொடுமையாகும்.

4. அரை அவுன்ஸ் ஜலத்தில் ஒரு துளி அயோ டைன் என்னும் ஔஷதத்தைச் சேர்த்து, இரண்டு மணிக்கு ஒரு முறை சாப்பிடவேணும்; நித்திரை போய்க்கொண்டிருந்தால், அந்த ஸமயங்களில் ஔஷ தம் கொடுக்கவேணுமென்று பிணியாளியை எழுப்பு வது பிசகு.

5. வீங்கியுள்ள கிரந்திகளின் மேல் "டிஞ்சர் அயோடைன்" என்னும் ஔஷதத்தைக் காலையிலும் மாலையிலும் தடவிவரவேண்டும். வேறு எவ்வித மருந்தும் கொடுக்கக்கூடாது. டிஞ்சர் அயோடைன் என்னும் ஔஷதம் ப்ளேக் வியாதியைத் தடுக்கும் பொருட்டு நியமிக்கப்பட்டுள்ள உத்தியோகஸ்தரிட மிருந்தோ, அல்லது இராஜாங்கத்தாருக்கு ஸம்பந் தப்பட்ட சிகித்ஸாசாலைகளிலிருந்தோ இலவசமாகப் பெறலாம்.

மேலும் இவ்வித சிகித்ஸையானது, ப்ளேக் முத லான வியாதி வராமலிருப்பதற்குச் செய்யப்படும் இனாகுலேஷனைப்போல் ஜனங்களால் அவமதிக்கப் படவில்லை என்றும் அவ்வறிக்கையில் கூறப்பட் டிருக்கிறது. இவ்விஷயமாக இதர மாகாணங்களி லுள்ள சாஸ்திர நிபுணர்கள் எவ்விதமான அபிப் பிராயம் வெளியிடுவார்களோ அதையும் நாம் அறிய ஆவலுள்ளவராயிருக்கிறோம்.

கால்தீரியா ச்வாஸகாஸத்திற்கு.

காலதீரியா என்னும் சீமையிலுண்டாகும் ஔஷதிக்கு ஆங்கிலத்தில் விண்டெர்க்ரீன் என்று மற்றொரு பெயருண்டு. இதிலிருந்து இறக்கப்படும் தைலம் ச்வாஸகாஸத்தில் அநேக வருஷங்களாக உபயோகிக்கப்பட்டு வருகிறது. நாட்பட்ட வியாதியில் இதை விடாமல் உபயோகித்து வரவேண்டும். இதை 3 முதல் 5 துளிகள் வரையில் தினமொன்றுக்கு 4 முறை வீதம் கொடுத்துவரவேண்டும். அல்லது காலதீரியாவின் பாவநத் திரவத்தை 15 துளிகள் வீதம் கொதித்த வெந்நீரில் சேர்த்துப் பருகலாம். இதனால் மெதுவாக குணந்தெரியும்; ஆனால் வியாதி பற்றறவே நிவ்ருத்தியாவதற்கு இதன் பாவநத் திரவமே மேலானது. யூரிக் ஆஸிட் (Uric acid) என்பது மூத்திரத்தில் விசேஷமாயிருப்பதாகத் தெரிந்தால், பாவநத்திரவம் நற்குணந்தரும்.—Ellingwoods Therapeutist.

அஜீர்ணபேதிக்குக் கைகண்ட ஔஷதம்.

வெட்பாலரிசியும், பெருங்காயமும் ஸம அளவாகப் பொடித்து உட்கொள்ள 5 அல்லது 6 வேளையில் அஜீர்ண பேதி நிவ்ருத்தியாகும்.

QUESTIONS AND ANSWERS.
ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

வினா-41. சில சரக்குகளை உபயோகிக்கும் வகை.

"அன்பார்ந்த ஐயா,

(1) தங்களுடைய 'வைத்திய கலாநிதி" ஆபீஸிலிருந்து வெளியாய் வரும் எல்லா ஸஞ்சிகைகளையும் படித்து வருகிறேன். அதன் ஆனந்தஸ தைமீ ஸஞ்சிகையினால் பூசுணிக்காய்க்கு "ஸ்தம்பந குணம்" உண்டென்று தெரியவருகிறது. அதை உபயோகிக்க வேண்டுமென்று யோசித்திருக்கிறேன். அது என்ன பூசுணிக்காய்? (2) ஷை ஸஞ்சிகையில் குறிப்பிட்டுள்ள மருதம்பட்டையை உபயோகப்படுத்தும் விதமும் அறிவிக்கவேண்டும். (3) ராக்ஷஸஸ வைகாசிமீ ஸஞ்சிகையில் கூறியுள்ள நாகமல்லி, பொன்னாலங்காய் இவற்றிற்கு ஸங்கோசந குணம் உண்டென்று எழுதியிருக்கிறீர்கள்; அப்படியானால் அவற்றை உபயோகப் படுத்துவது எப்படி! இவற்றிற்கு தயவு செய்து ஏற்றவாறு விடையளிக்கக் கோருகிறேன்"

U. V. ஸ்ரீநிவாஸன்.

விடை;—(1) ஸந்தோஷம். அந்த ஸஞ்சிகையில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது கல்யாணப் பூசுணி யென்னும் சாம்பர்ப்பூசுணி; ஔஷத முறைகளில் பூசுணி உபயோகிப்பதென்று எங்கேனும் பிரயோகமிருந்தால், அது சாம்பர்ப்பூசுணி யென்றும், வேறு இனமான பூசுணி உபயோகிக்கப்படுவதில்லை யென்றும் பெரும்பான்மையோர் அறிந்த விஷயம். பிறகு 2-வது, 3-வது கேள்விகளுக்கு நாம் விவரித்துக் கூறவேண்டிய விடை ஒன்றுமில்லை; அவற்றை உபயோகிக்கும் வகைகள் அந்த பதார்த்தங்களைப்பற்றிய விவரங்களைக் கூறும் இடங்களிலேயே கவனிக்க—ப-ர்.

வினா 42. மதுமேஹம்.

"ஐயா,

(1) மதுமேஹம் என்னும் வியாதிக்கு என்ன ஔஷதம் உபயோகிக்கத்தகுந்தது? அது நிவ்ருத்தி செய்யத்தகுந்த வியாதிதானே? (2) எவ்விதமானபழம் பிணியாளிக்குக் கொடுக்க உதவும்? (3) அதிக நேரம் தூங்குவது நல்லதா?"

கே. வி. ராகவாசாரி.

விடை:—(1) மதுமேஹம் அஸாத்தியமான வியாதியல்ல; அதற்கு சிகித்ஸைகள் உண்டு. அவ்வியாதிக்குச் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸாக்ரமங்களும், பத்திய வகைகளும் சிறிது விவரமாகச் சென்ற அக்டோபர் மாஸத்திய ஸஞ்சிகையில் "நீரிழிவு ரோகமும் அதன் சிகித்ஸையும்" என்னும் தலைப்பின்கீழ் கூறப்பட்டுள்ள வியாஸத்தைக் கவனித்து, அவ்வாறு நடத்துவது

விரும்பத்தக்கது. (2) புளிப்பான பழவகைகளில் எதையாவது ஸாதாரணமாய் உபயோகிக்கலாம். (3) அதிகநேரம் தூங்குவது நல்லதல்ல; இரவில் வேண்டுமானால் 9-மணிக்குப் படுத்து காலை 6-மணிவரையில் (இப்பிணியாளிகள்) தூங்கலாம். பகலில் தடுக்கக் கூடாமற்போனால் இரண்டொரு மணிஸாவகாசம் நடுப் பகலில் தூங்குவது தப்பல்ல. ப-ர்.

வினா 43. கழுத்துவலி.

"ஐயா,

(1) கழுத்தில் பின்புறமாக ஒரு பக்கத்தில் ஒரு இசிவும் வலியும் எனக்கு அப்போதைக்கப்போது உண்டாகிறது. அதன் காரணம் என்ன? (2) அதற்குப் பரிஹாரம் யாது? (3) வராமல் தடுக்குமுபாயம் என்ன?"

B. S. ராமஸ்வாமி ஐயர்.

விடை:—(1) ஜலதோஷம் பிடிப்பதாலும், பனி மழை அல்லது சாற்று இவைகளில் கழுத்தைத் திறந்து வைத்துக்கொள்வதாலும், மிக்க உயரத்திலோ பள்ளத்திலோ தலையை வைத்துக்கொண்டு வெகுநேரம் நித்திரைபோவதாலும் கழுத்தில் இசிவுடன் வலியும் உண்டாகும். (2) எவ்வளவு தாங்கக்கூடுமோ அவ்வளவு சூடான ஜலத்தைவிட்டு மெதுவாகத்தேய்த்து ஒற்றடம் கொடுக்கலாம். யாரையாவது மெதுவாக அவ்விடத்தைப் பிடித்து மர்த்தநம் செய்யச்சொல்லலாம். மிருதுவான அதிக உயரமில்லாத தலையணையின்மீது சிரஸ்ஸை வைத்துப் படுக்கவேண்டும். (3) காற்றிலும், குளிரிலும் நடமாடாமல் இருப்பதாலும், கழுத்தில் கம்பளம் முதலியதைச் சுற்றிக்கொள்வதாலும், நடுத்தர உயரமுள்ள தலையணையில் சிரஸ்ஸை வைத்துத் தூங்குவதாலும் இதைத் தடுக்கலாம். ப-ர்.

நிருப நேயர்களுக்கு அறிவிப்பு.

எஸ்.பி. பெருமாள்பிள்ளை—தங்களுடைய கேள்விகளுக்குக் கடிதத்தில் பதில் அறிவிக்கலாமேயன்றி பத்திரிகையில் விடையளிப்பது உசிதமாகத் தோற்றவில்லை. ஆகவே தயவு செய்து போஸ்டேஜ் ஸ்டாம்பு அனுப்பவும். ப-ர்.

எம். கே. முகம்மத் புலவர்—தாங்கள் குறிப்பிடும் குழந்தையின் வியாதியை நேரில் பரீக்ஷிக்கவேண்டும். ஆகவே தகுந்த வைத்தியரிடம் காட்டி வியாதி நிர்த்தாரணம் செய்யவும்; அல்லது எங்கேயாவது பெரிய ஆஸ்பத்ரிக்கு அக்குழந்தையை அனுப்பிவிடவும். ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

தொண்டையின் கிரந்தியில் ஒரு கிருமி.

"க்ளினிகல் ஜர்னல்" என்னும் வைத்தியப்பத்திரிகையில் A. B. மிடில்டன் என்பவர் அடியில் வருமாறு எழுதுகிறார்:—"சுமார் 8 வயதுள்ள ஒரு பெண் குழந்தை, இரண்டாவதுவயதில் பெரியம்மை பொட்டியது முதல் ஏதோ அஸௌக்கியமாயிருந்துவந்தது. அக்குழந்தை மிக்க வெளிறியும், இளைத்தும், வளர்ச்சியில்லாமலும், குரல்வளையில் ஒருவித வீக்கம் ஸம்பவித்தும் கஷ்டப்பட்டுவந்தது; ஆனால் தொண்டையில் புண்கள்மாத்திரம் எப்பொழுதும் கிடையாது. மூன்று வாரங்களுக்கு ஒருமுறை இரண்டுமூன்றுநாள் பித்தம் அதிகரித்து மயக்கம்போல் உண்டாகும். தொண்டையில் இரண்டுபக்கத்துக்கிரந்திகளும் (tonsils) வீங்கிக் கிடந்தன. வீங்கிய கிரந்திகளையும், உள்ளடங்கிய புரையையும் சேதித்து எடுத்துவிடுவதாகத் தீர்மானித்து, வலது பக்கத்துக் கிரந்தியில் சஸ்திரம் பிரயோகிக்கப்பட்டது; அதிலடங்கிய மூளை பிடிபடும் ஸமயத்தில் பொ... இனத்தைச்சேர்ந்த ஒரு சிலந்தி வெளிக்கிளம்பிற்று; அது $1\frac{1}{4}$ அங்குலம் நீளம் இருந்தது. கிரந்தியினுள் குழிஒன்று ஏற்பட்டிருந்தது; அக்குழி, மேற்படி சிலந்தி வருஷக்கணக்காய் பதுங்கிக்கிடந்ததால் ஏற்பட்டதென்று நிச்சயிக்கப்பட்டது. இவ்வாறு சஸ்திரசிகித்ஸை செய்துவிட்டபிறகு, முன்னால் அடிக்கடி வந்துகொண்டிருந்த பித்தவிகாரம் முற்றும் நிவ்ருத்தியாயிற்று; குழந்தையும் சிறுகச்சிறுக பலம்பெற்று நல்ல ஆரோக்கியநிலைமையை அடைந்துவிட்டது."

வைத்தியம் படிக்க விசேஷ ஏற்பாடு.

வைத்தியப்படிப்பை இப்பொழுதைவிட இன்னும் அதிகமாகப்பரவசெய்யவேண்டுமென்று சென்னைச் சட்டசபையில் தீர்மானம் செய்யப்பட, அதற்காகச் செய்யவேண்டிய முறைகளைபற்றி ஸர்ஜன் ஜெனரல் சில யோசனைகளை எடுத்துச்சாட்டவே, கவர்ன்மெண்டார் புதிதாக சில ஏற்பாடுகளைச்செய்ய முயன்றிருக்கின்றனர். ராயபுரம் வைத்தியபாடசாலையில் எப்போதையும்விட அதிகமாக 30 மாணாக்கர்களைச் சேர்க்கலாம என்றும், கள்ளிக்கோட்டையில் மேற்கு ஜில்லாக்களிலுள்ளமாணவர்களுக்காக ஒரு பாடசாலையை ஸ்தாபித்துவிடவேண்டுமென்றும், அவ்விரண்டு காரியங்களும ஜூலை முதல் தேதிமுதலாக ஆரம்பிக்கப்படுமென்றும ஏற்பாடாய்விட்டது. விசாகப்பட்டணத்திலும, தஞ்ஜாவூரிலும் உள்ள வைத்தியபாடசாலைகளில் அதிகமாணாக்கரைச் சேர்ப்பதற்கான ஏற்பாடுகளைச் செய்யலாமென்று ஸர்ஜன் ஜெனரல் சொல்லியயோசனைப்படி இந்த யுத்தஸமயத்தில் காரியம் நிறைவேற்றுவது ஸாத்தியமில்லையென்று கவர்ன்மெண்டார் சொல்லிவிட்டனர்.

மூர்ச்சையில் கவனிக்கத்தகுந்த சிகித்ஸை.

டாக்டர்Me. W. B. E, ஸட்டான் என்பவர் "மெடிகல் ஸம்மரி" என்னும் பத்திரிகையில் பின்வருமாறு எழுதுகிறார்:—மூர்ச்சை ஒருவனுக்கு உண்டானால் அதற்குக் காரணம் எதுவாயிருந்தபோதிலும் பொதுவாக அந்த ஸமயத்தில பிணியாளிக்குச் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸோபசாரம் சில உண்டு:—

1. பிணியாளியை நிமிர்ந்த வாக்கில், கைகால்களை விரித்து, தலை உடம்பினும் தாழ்ந்திருக்குமாறு படுக்கவைத்து விடுவது.

2. உடம்பிலுள்ள வஸ்திரம் முதலியவற்றின் எல்லாக் கட்டுகளையும் அவிழ்த்துத் தளர்த்திவிடுவது.

3. கூடுமானால் வெளிச்சம் பிணியாளியின் மேல் தாக்காதபடி நிழலை உண்டுபண்ணுதல்.

4. ரோகியின் அருகில் ஜனங்களை வராமல் செய்வது.

5. குளிர்ந்த ஜலத்தை முகத்தின் மேலும் மார்பிலும் தெளிப்பது.

6. கை-கால்களை ஹ்ருதயத்தை நோக்கியவாறு உருவிப்பிடித்து விடுதல்.

7. உத்தீபகம் செய்வித்தல்: இதில் நவாச்சார வாயுவை நாசியில் ஏற்றலாம்; பிணியாளிக்கு ஒருவாறு ஞாபகசக்தியிருந்தால், அமோனியாவை ஒரு ட்ராம் அளவில் எடுத்து இரண்டு அவுன்ஸ் ஜலம் சேர்த்து விளாவி, உட்கொள்ளச் சொல்லலாம்.

8. வியாதி ரொம்பவும் கடுமையாயிருக்குமானால்:—

(1) முன்னந்தண்டிற்கு நேராகப் பனிக்கட்டியால் தேய்ப்பது.

(2) ஹ்ருதயத்திற்கு நேராக மார்பின்மேல் கடுகுப் பொட்டலிகையைப் (mustard plaster) பிரயோகிப்பது.

(3) காப்பியைக் குழம்பாகக் காய்ச்சி பாலில்லாமல் உட்கொள்ளக் கொடுப்பது.

மாம்ஸ பேசிகளைப்பற்றிய ஆமவாத சிகித்ஸை.

டாக்டர் L. ப்ரீக்கர் என்பவர் மாம்ஸ பேசிகள் என்னும் தசை நார்களைப்பற்றிய ஆமவாத வியாதியில் வேறு ஔஷதங்கள் உபயோகப்படாமற் போயினவென்றும், இப்பொழுது ஒருவித சிகித்ஸை செய்ததில் அது நிவ்ருத்தியாய் விட்டதென்றும் கூறுகிறார். ஜலத்தைக் கொதிக்கவைத்து, அதிலிருந்து வரும ஆவியை ஒரு வாயகன்ற ரப்பர் முதலானதால் ஆகிய குழாயின் மூலமாய் வலியுள்ள இடங்களின் மேல் பிரயோகித்து வந்ததில் வெகு திருப்திகரமான குணம் காணப்பட்டது. இதில் இசதையால். (iechthyol) என்னும் மருந்தை மேலே பூசினாலும் குணமுண்டாவதாக அநுபவத்தில் தெரிய வருகிறது. ஒரு தடவை உஷ்ணஜலத்தினாலும் அடுத்தாற்போல குளிர்ந்த ஜலத்தினாலும் அடுத்தடுத்து ஒற்றடம் கொடுத்து வந்ததில் வலியெல்லாம் அடங்கி, பிணியாளி மனக்களிப்படைந்தான்.—New york Medical journai.

கர்ப்பகாலத்தில் ஜயதூண் எண்ணெய்.

"மெடிகல் வர்ல்ட்" (Medical world) என்னும் பத்திரிகையின் ஆசிரியர், ஒரு நிருபருடைய கடிதத்திற்குப் பதில் எழுதுகையில் அடியில் வருமாறு கூறியிருக்கிறார்:—கர்ப்பிணிகளுக்கு ஜயதூண் எண்ணெயின் (olive oil) உபயோகம் நன்றாக நிர்த்தாரணம் பண்ணப்பட்டிருக்கிறது. அநேக வைத்தியர்கள், தமதிடம் வரும் கர்ப்பிணிகளான வியாதி க்ரஸ்தர்களை ஜயதூண் எண்ணெயை விடாமல் உபயோகித்துவரச் சொல்வதுண்டு. அவர்களுடைய தாதுக்களில் கொழுப்பு சேர்ந்து வருவதால், பிரஸவ வேதனை ஒருவாறு குறைந்து வருகிறது. ஸ்த்ரீகளுக்கு ஜயதூண் எண்ணெய் ப்ரியமாய் விட்டால், அதை கர்ப்பகாலத்தில் நன்றாக உபயோகித்து வருவது ச்லாக்கியமே. மெடிடரேனியா என்னும் பிராந்தத்திலும், ஆசியா மைனரிலும் வஸிக்கும் ஸ்த்ரீகள் ஜயதூண் எண்ணெயை ஆஹாரங்களில் அதிகமாய் கலந்து உபயோகித்து வருவதால், பிரஸவகாலத்தில் அதிக கஷ்டம் அவர்களுக்கு இல்லை.

வியாயாமத்தினாலும்[1], உஷ்ணத்திற்குள்ள தீக்ஷ்ணத்தன்மையினாலும், அஹிதமான ஆஹாராசாரத்தினாலும்[2], வாயு மிகவும் நிலையில்லாத் தன்மையதாய் ஓடிக்கொண்டிருப்பதாலும் தோஷங்கள் கோஷ்டத்திலிருந்து[3] சாகைகளிலும்[4], எலும்புகளிலும், மர்மங்களிலும் இடம்விட்டுப் பெயர்ந்தோடுகின்றன. 17.

தோஷங்கள் கோஷ்டத்திலிருந்து சாகாதிகளை அடைதல்.

அவ்வாறே ஸ்ரோதஸ்ஸுகளுடைய முகங்களைச்[5] சுத்தம்செய்து, மலாதிகளால் அடைபடாமற் பண்ணுவதாலும், தோஷங்களை விருத்தி செய்வதாலும், அபிஷ்யந்தியென்னுங் குணமுள்ள[6] பதார்த்தங்களை யுபயோகிப்பதாலும், ஆமாவஸ்த்தையிலுள்ள தோஷங்களைப் பக்குவம் செய்வதாலும், வாயுவை அடக்கியாளுவதாலும் சாகாதிகளிலிருந்து தோஷங்கள் கோஷ்டத்தையடையும். 18.

தோஷங்கள் சாகாதிகளிலிருந்து கோஷ்டத்தையடைதல்.

அத்தோஷங்கள் அப்படியே கோஷ்டத்திலிருந்தவாறு இன்னும் தமது விருத்திக்குவேண்டிய காரணங்களை எதிர்பார்த்தவண்ணம் தாமதித்துவரும். அவை காலம்முதலியவற்றின்[1] பலத்தைப் பெற்று, இதர தோஷங்களுடைய ஸ்தாநங்களிலும் பரவி ப்ரகோபமடையும். 19.

தோஷங்கள் கோஷ்டத்திலிருந்து ப்ரகோபமடையும் வகை.

அத்தோஷங்களுள் ஏதாவது ஒன்றாவேறொரு தோஷத்திற்குரித்தான ஸ்தாநத்தில் வியாபித்திருந்து, அது அவ்விடத்தில் வேண்டியவளவு பலம்பெறாததாயிருந்தால், அந்த நிலைமையில் அந்த ஸ்தாநத்திற்குரித்தான தோஷத்திற்கே சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். அன்ய ஸ்தாநங்களிலுள்ள தோஷத்திற்குத் தகுந்த பலமிருந்து, அதனால் வேறு தோஷங்கள் தாக்கப்படுமானால், அவ்வித பலமான தோஷத்திற்கு உரித்தான சிகித்ஸையையே முதலிற் செய்யவேண்டும். 20.

அன்ய ஸ்தாநங்களிலுள்ள தோஷத்தின் பலாபலத்திற்குத் தகுந்த சிகித்ஸை.

கோபமடைந்த ஸ்தாநி தோஷத்திற்கு[2] முதலிற் பரிஹாரம் செய்து, அதன்பிறகாவது ஆகந்து தோஷத்திற்கு[3] ஏற்ற சிகித்ஸையைச் செய்யலாம். 20½.

ஸ்தாநி தோஷத்திற்கும் ஆகந்து தோஷத்திற்கும் சிகித்ஸை செய்யும் முறை.

1. வியாயாமம்—12-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. அஹிதமான ஆசாரங்களைப்பற்றி நான்காம் அத்தியாயத்தையும், அஹிதமான ஆஹாரங்களைப்பற்றி ஆறுவது அத்தியாயத்தையும் கவனித்துப் பார்க்கவும்.

3. கோஷ்டம்—105-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

4. சாகைகள்—105-வது பக்கம் மூலத்தைப் பார்க்க.

5. ஸ்ரோதஸ்ஸுகளின் முகங்கள்—கண், காது, வாய், நாசி, மேத்திரம், குதம் முதலியவை அந்தந்த இந்த்ரியமார்க்கத்திற்கு அல்லது அவயவத்திற்கு வாயிலைப்போல் இருப்பதால், அவற்றின் வாய்கள் ஸ்ரோதோமுகங்கள் எனப்படும். இரத்தக்குழாய் முதலியவற்றின் சுத்தியும் இதனால் குறிக்கப்படும். 39-வது பக்கம் பார்க்க.

6. அபிஷ்யந்தி—33-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

1. காலம் முதலிய—என்பதால் தேசம், தாதுக்கள், ப்ரக்ருதி, அபத்தியமான ஆஹாராதிகள் என்றிவைகளும் குறிக்கப்படுகின்றனவென்க

2 ஸ்தாநிதோஷம்—எந்த தோஷம் எந்த இடத்தில் இயற்கையில் இருப்பது வழக்கமோ, அந்த ஸ்தாநத்திலுள்ள அதே தோஷம் "ஸ்தாநிதோஷம்" எனப்படும்.

3. ஆகந்துதோஷம்—இயற்கையில் தனக்கு ஸம்பந்தமில்லாத ஸ்தாநத்தை (அதாவது மற்றொரு தோஷத்தின் ஸ்தாநத்தை) அடைந்துள்ள தோஷம் ஆகந்து தோஷமாகும்.

சாகைகளை ஆச்ரயித்துண்டாகும் தோஷக் கோளாறுகளுக்குப் பரிஹாரம்.

தோஷங்கள் ப்ரகோபமடைந்து சாகைகளை ஆச்ரயித்திருக்கும்நிலைமையில், பிணியாளிகளை நீடித்தகாலம் அவை பெரும்பாலும் அதிகமாக வருந்தச் செய்வதுண்டு; தேஹம், அக்னி இவற்றிற்குள்ள பலாபலங்களையறிந்த வைத்தியன், அக்கோளாறுகளில் துரிதமாக ஏதேனும் தோன்றியவாறு சிகித்ஸையைச் செய்துவிடமாட்டான். அவ்விதம் கோளாறடைந்த தோஷங்களை முறைப்படி சிகித்ஸா ப்ரயோகத்தினால் மெதுவாக சமநம்[1] செய்யலாம்; அல்லது சாகைகளிலிருந்து ஸுலபமாக கோஷ்டத்திற்காவது அதைக் கொண்டுவரலாம். தோஷங்கள் கோஷ்டத்தை வந்து அடைந்ததாகத் தெரிந்துகொண்ட பிறகு, எது ஸமீபமான மார்க்கமோ, அவ்வழியினால் அவற்றை வெளிப்படுத்தவேண்டும். 21—22½.

தோஷங்களின் ஆம பக்வாவஸ்தைகளின் குறிகள்.

ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் அடைபடுதல், பலங்குறைதல், தேஹம் பாரமாயிருப்பதாகத் தோற்றுதல், அபானவாயு வெளிப்படாமல் தடையுறுதல், சோம்பல், உணவு ஜீர்ணமாகாமலிருத்தல், கபம் முதலியதை அடிக்கடி உமிழ்ந்து வரும்படியிருத்தல், மலபந்தம், அரோசகம், உடல்வாட்டமுறுதல் என்னும் இவை[2] தோஷங்கள் ஆமாவஸ்தையிலிருப்பதைக் குறிப்பிடும் இலக்ஷணங்களாம்; மேற்கூறியவற்றிற்கு எதிரிடையான குறிகள் ஏற்பட்டால், அவை ஆமதோஷமில்லாத ஸாதாரண இயற்கை நிலைமையைக் குறிப்பிடுகின்றன. 23,24.

ஆமதோஷம்.

ஜாடராக்னி பலங்குன்றிப் போவதால் முதல் தாதுவான ஆஹாரரஸமானது பக்குவமாகாமல் பதனழிந்து ஆமாசயத்திலேயே தங்கி நிற்கும்; அவ்வித ரஸமே ஆமதோஷம் என்று கூறப்படுகிறது. மிகவும் கோளாறடைந்த வாதாதிதோஷங்கள் ஒன்றோடொன்று மிச்ரமாய்விடுவதால், அவற்றிலிருந்தே பதனழிந்த கோத்ரவதானியங்களிலிருந்து[1] ஒருவகை விஷம்போல, ஆமதோஷம் ஸம்பவிப்பதாக வேறு சில சாஸ்திரவல்லோர் சொல்வதுண்டு. 25,26.

ஆமதோஷஸஹிதமான தோஷ-தாது ரோகங்கள்.

அத்தகைய ஆமதோஷத்துடன் கலந்து விகாரமடைந்த வாதாதி தோஷங்களும், இரஸம் முதலிய தாதுக்களும் ஸாமங்கள்[2] என்று வழங்கப்படுகின்றன; ஆமஸஹிதமான அவ்வாதாதி தோஷங்களால் எந்த வியாதிகள் ஸம்பவிக்கின்றனவோ, அவையும் ஸாமங்கள் என்று கூறப்படும் 27.

ஸாமமான தோஷங்கள் உடலெங்கும் பரவியிருக்கையில் சிகித்ஸை செய்வதாலான தீமை.

தேஹமெங்கும் பரவி, தாதுக்களில் ஊடுருவிப்பற்றி நிற்பவையும், இடம் விட்டுப் பெயரமுடியாமலிருப்பவையுமான ஸாமதோஷங்களுக்கு[3] சோதந சிகித்ஸைகளால் பரிஹாரம்செய்ய முயலக்கூடாது; அவ்விதம் செய்வது மிகவும் கஷ்டஸாத்தியமானதால், முதிர்ச்சிபெறாத பசுங்காயிலிருந்து இரஸம் பிழிய முயலுவதுபோல, அக்கார்யம் ஆதாரமாயுள்ள வஸ்துவுக்கே[1] ஹானியையுண்டுபண்ணும். 28, 28½.

ஸாமமான தோஷாதிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்யுமுறை.

பாசநம் தீபநம்[2] என்கிற குணங்களைப் பெற்ற ஸ்நேஹங்களாலும், ஸ்வேதக்ரியைகளாலும் ஸாமமான தோஷங்களைப் பக்குவம்செய்து, அதன்பிறகு சோதநகுணமுள்ள சிகித்ஸா ப்ரயோகங்களால் ஏற்ற காலத்தில், எந்த மார்க்கம் ஸமீபமாயிருக்குமோ அம்மார்க்கத்தினால் அவற்றை வெளிப்படுத்தவேண்டும். 29½.

தேஹத்தினுள்ளிருந்து தோஷங்களை எளிதில் வெளிப்படுத்துவதற்கான மார்க்கங்கள்.

முகத்திலிட்டு உட்கொண்ட சோதந த்ரவ்யமானது, ஆமாசயத்திலுள்ள தோஷங்களை அதிசீக்கிரத்தில் வமனத்தின்மூலமாய் வெளிப்படுத்தும்; கழுத்திற்கு மேற்பட்ட அவயவங்களிலுண்டான தோஷங்களை நாசியின்மூலமாய் உபயோகித்த சோதந ஔஷதம் சீக்கிரம் வெளியாக்கிவிடும்; குதமார்க்கத்தினால் உபயோகித்த சோதந வஸ்து, பக்வாசய முதற்கொண்டு அதற்குக் கீழுள்ள அவயவங்களிலிருந்து தோஷங்களை எளிதில் வெளிப்படுத்துவதும் இயல்பு. 30½.

ஆமதோஷம் தானே வெளிவரும்போது செய்யக்கூடிய சிகித்ஸை.

கீழாகவோ மேலாகவோ கல்லிக்கொண்டு தானாகவே வெளிவரும் ஆமதோஷங்களை ஔஷத ப்ரயோகங்களால் தடுத்து அடக்கக்கூடாது; அவற்றைத் தடுத்தால், அவை ரோகங்களையுண்டுபண்ணும். ஆகையால் அவ்வாறு வெளிவரும் தோஷங்களை, முதலில் ஹிதமானவற்றை யுட்கொண்டு உபேக்ஷிக்கவேண்டும்; அப்பால் சிறிது தணிவடையுங்கால் அந்தந்த பாசந ஔஷதங்களால் உள்ளடங்கிய ஆமதோஷத்தைப் பக்குவம் செய்யலாம், அல்லது நன்கு வெளிப்படுத்தியும் விடலாம். 31—32½.

தோஷங்களுக்கு சோதநசிகித்ஸை செய்வதற்கேற்ற காலங்கள்.

கிரீஷ்மருதுவிலும், வர்ஷருதுவிலும், சிசிரருதுவிலும் சயமடைந்த வாதம் முதலிய தோஷங்களை[1] முறையே ஆவணி, கார்த்திகை, சித்திரை என்னும் ஸாதாரணமான மாஸங்களில்[2] தாமதமின்றி சோதந சிகித்ஸைகளால் வெளிப்படுத்தி விடவேண்டும். கிரீஷ்மருது மிகவும் உஷ்ணமானது; வர்ஷருதுவில் மழை மிகுதியாயிருக்கும்; சிசிரருதுவில் குளிர்ச்சி மிகவும் அதிகம்; ஆகையால் சயமடைந்த தோஷங்களை ஸாதாரணகாலம் எனப்படும்

---

1. சமநம்—5-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. இங்கு "विण्मूत्रनखदन्तत्वक्चक्षुषां पीतता + + +" என்றும், "शिरोरुज जायते तीव्रा + + +" என்றும் இரண்டு பத்தியங்கள் சில புஸ்தகங்களில் காணப்படுகின்றன; [மலம், மூத்திரம், நகம், பல், சர்மம், நேத்திரம் இவை பசுமை நிறங்கொள்ளும்; அல்லது அதிக சிவப்பாகவும், அதிக கருப்பாகவும் அவை காணப்படும்; முன்னெலும்புகளிலும், இடுப்பிலும், கணுக்களிலும் வலியுண்டாகும்; சிரோவேதனை அதிகமாயுண்டாகும்; நித்திரை அதிகரிக்கும்; வாயில் அருசியுண்டாகும்; தேஹத்தில் எங்கேயாவது வீக்கமும், ஜ்வரமும், அதிஸாரமும், மயிர்க்கூச்சலும் காணுவதுண்டு.—என்பது அவ்விரண்டு பத்தியங்களின் பொருள்.]

1. கோத்ரவம்—இதை வரகு என்னும் தான்யம் என்று சிலர் கூறுகிறார்கள்; அதைக்கொண்டே இங்கும் அவ்விதமே வழங்கப்படுகிறது.

2. ஸாமங்கள்—ஆமதோஷத்துடன் கூடியவை.

3. ஸாமதோஷங்கள்—ஆமம் எனகிற விஷத்துடன்கூடிய வாத-பித்த-கபங்கள்.

1. இங்கு பிராணிகளுடைய தேஹம் (அதற்கு உதாரணமாகக்கூறிய கனியாத காயும்) 'ஆதாரமாயுள்ள வஸ்து' என்று குறிப்பிடப்படுகின்றது.

2. பாசநம் என்பதைப்பற்றி 28-வது பக்கம் டிப்பணியிலும், தீபநம் என்பதைப்பற்றி 39-வது பக்கம் டிப்பணியிலும் விவரம் காண்க.

1. கிரீஷ்மருதுவில் வாயுவும், வர்ஷருதுவில் பித்தமும், சிசிரருதுவில் கபமும் சயம் அடைவது இயல்பு என்று முன்னமே கூறப்பட்டிருக்கிறது.

2. ஆவணிமாஸம் பிறந்ததும் கிரீஷ்மம் முடிவடைந்து வர்ஷருது பிறப்பதால் அப்பொழுது உஷ்ணம் ஒருவாறு தணிந்து மழை ஆரம்பிப்பதால் அது கோடைமாரிகாலங்களுக்கு ஸந்தியாகின்றது; அதனால் அது ஸாதாரணகாலம் எனப்படுகிறது. அதிக வெயிலுமில்லாமல் அதிக குளிர்ச்சி அல்லது அதிக மழையுமில்லாமல் நடுத்தரமாயிருப்பதால் அக்காலம் ஸாதாரணம் என்று கூறப்படுகிறது. இவ்விதமே கார்த்திகை-சித்திரைகளும் ஸாதாரண காலங்களில் சேர்க்கப்படுகின்றன.

அந்தந்த ருதுக்களின் ஸந்தியில் சோதநம் செய்யவேண்டும்.[1] 33—34½.

வியாதி நிலைமையில் தோஷ சோதநத்திற்கேற்ற கால ஸம்பந்தமான விசேஷவிதி.

முற்கூறிய விதியானது ஆரோக்கியநிலைமையிலிருப்பவரைக் குறித்து சொல்லப்பட்டதாகும்; வியாதி ஏதேனும் ஸம்பவித்திருந்தால், அப்பொழுது அந்தந்த வியாதியின் நிலைமைக்குத் தகுந்தவாறு எந்த ஸமயத்திலும் சிகித்ஸைகளைச் செய்யவேண்டும். 35.

குளிர்காலம் முதலியவற்றில் சிகித்ஸை செய்வதற்கான முறை.

குளிருக்கும், உஷ்ணத்திற்கும், மழைக்கும் அததற்கு ஏற்ற பரிஹாரத்தைச் செய்து,[2] அவ்வப்பொழுது நிறைவேற்றவேண்டிய சிகித்ஸையைச் செய்துவிடவேண்டும்; சிகித்ஸை செய்வதற்கு அவசியமாய் ஏற்பட்ட காலத்தை மாத்திரம் வீணிற் கழிக்கக்கூடாது. 36.

ஔஷத முபயோகிப்பதற்கான பத்துவித காலங்கள்.

ஔஷதம் உட்கொள்வதற்கான பல வேறு காலங்களாவன :—ஆஹாரமில்லாமலும், ஆஹாரத்திற்கு முன்னதாகவும், ஆஹாரத்திற்கு இடையிலும், ஆஹாரத்திற்குப் பின்பும், ஒருகபளத்திற்கும் மற்றொரு கபளத்திற்கும் இடையிலும், ஒவ்வொரு கபளத்திற்கலந்தும், அடிக்கடியும், எல்லா உணவிலும் கலந்தும், உணவுக்கு முன்னும் அதற்குப் பின்னும், இரவிலும் ஆகப் பத்துவகையான காலங்கள் ஔஷதமுபயோகிப்பதற்கென்று ஏற்பட்டுள்ளன. 37.

எந்தெந்த வியாதிகளில் எந்தெந்தகாலம் ஔஷத ப்ரயோகத்திற்கு ஏற்றதாகும்.

கபம் அதிகரித்துண்டான வியாதியில் அந்த வியாதியும் ரோகியும் பலமாயிருந்தால், ஆஹாரமில்லாமல் ஔஷதம் பிரயோகிக்கவேண்டும்; அபாநவாயு கோளாறடைந்தால் ஆஹாரத்திற்கு முந்தி ஔஷதமுபயோகிக்க வேண்டும்; ஸமாநவாயு விகாரமடைந்தால் ஆஹாரத்தின் இடையில் ஔஷதத்தையெடுத்துக்கொள்ளவும்; வ்யாநவாயுவின் கோளாறில் காலைப்போஜனமான பின்பும், உதாநவாயுவின் கோளாறில் மாலைப்போஜனத்திற்குப் பின்பும் ஔஷதம் உபயோகிப்பது நலம்; ப்ராணவாயு ப்ரகோபமடைந்தால் ஒவ்வொரு கபளத்திற் கலந்தும், ஒரு கபளத்திற்கும் மற்றொரு கபளத்திற்கும் நடுவிலும் ஔஷதமுட்கொள்ளலாம்; விஷம், வாந்தி, விக்கல், நாவறட்சி, ச்வாஸ-காஸம் இவ்வியாதிகளால் வருந்துபவர் அடிக்கடி ஔஷத முபயோகிப்பது அவசியமாகும். அரோசகத்தில், பலவகைப்பட்ட விசித்திரமான பக்ஷ்யங்களில் ஔஷதத்தை நன்றாகக் கலந்து ப்ரயோகிக்கவேண்டும்; நடுக்கம், ஆக்ஷேபகம் என்னும் இசிவு, விக்கல் இவற்றில் இலகுவான ஆஹாரங்களைப் புஜித்துக்கொண்டு ஔஷதத்தை ஆஹாரத்திற்கு முன்னும் அதற்குப் பிறகும் உபயோகிக்கவேண்டியது; கழுத்துக்கு மேற்பட்ட அவயவங்களிலுண்டான வியாதிகளில் இரவிற் படுக்கையில் ஔஷதமெடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். 38—41.

1. (1) கிரீஷ்மருதுவில் பிராணிகளின் தேஹம் ஆதாநகாலத்தின் (இதைப்பற்றி 17-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க) கடுமையினால் வாடியும், தீக்ஷ்ணமான வெயிலின் வெப்பத்தினால் தபிக்கப்பட்டும், நாவறட்சி-சிரமம் முதலியதால் சோர்வடைந்தும் விடுகின்றது; இந்த ஸமயத்தில் ஔஷதங்களும் சாலஸ்வபாவத்திற் கேற்க மிக்க உஷ்ணமாகவும் தீக்ஷ்ணமாகவும் பரிணமித்து அதியோகம் என்னும் தோஷத்தைப் பெற்று உடலுக்கு ஹாநி விளைவிக்கும். (2) மாரிகாலத்தில், மேகங்களால் ஆகாயம் மூடப்படுவதாலும், புதிய ஜலத்தை யுபயோகிக்க வேண்டியிருப்பதாலும் ஜாடராக்னி குறைவடைந்து, ஆதாநகாலத்தின் இறுதியிலுள்ள பலஹீனத்தன்மையும் தொடருமாகையாலும், ஔஷதிகளும் ஜலத்தில் அமிழ்ந்து வீர்யமிழந்து விடுவதாலும் அயோகம் என்னும் தோஷத்தைப் பெற்று ஹாநியுண்டாக்கக் கூடியதாம். சிசிரருதுவில், அபரிமிதமான குளிரால் வாதம் தேஹத்தில் கட்டுண்டு, அவயவங்கள் விறைத்துப் போய்விடுமாகையால் அதுவும் அயோகமாகவே ஆகின்றது.

2. குளிர் மழை இவற்றில் அதிக குளிர்ச்சியில்லாத உஷ்ணமான அறையில் படுத்திருக்கச்செய்வதும், மற்றவைகளுக்கும் ஏற்றவாறு ஏதாவது இவ்வித பரிஹாரம் செய்யவேண்டியதும் அவசியமென்று இதனால் குறிப்பிடப்பட்டதென்க.

பதினான்காம் அத்தியாயம்.

இனி த்விவிதோபக்ரமணீயம்[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரித்துக் கூறப்படுகிறது :—

இரண்டுவித சிகித்ஸா முறைகள்.

சிகித்ஸைசெய்யவேண்டியதற்கான பிணியாளி இரண்டுவிதமாக இருப்பதால், சிகித்ஸையையும் இரண்டுவிதமாகப் பிரிக்கவேண்டியிருக்கிறது. அச்சிகித்ஸைகளுள் ஒன்று ஸந்தர்ப்பணம்[2] என்றும், மற்றொன்று அபதர்ப்பணம் என்றும்[3] வழங்கப்படும்; அவற்றுள் ஸந்தர்ப்பணத்திற்கு ப்ருஹ்மணம் என்றும், அபதர்ப்பணத்திற்கு இலங்கநம் என்றும் வேறு பெயருமுண்டு. 1,1½.

ப்ருஹ்மண லங்கநங்களின் விவரம்.

தேஹத்திற்கு எது ப்ருஹத்வத்தை—என்றால் புஷ்டியைத் — தரக்கூடியதோ அது 'ப்ருஹ்மணம்' எனப்படும்; தேஹத்திற்கு எது இலாகவத்தை—என்றால் இலேசாயிருக்கக்கூடிய நிலைமையை—உண்டுபண்ணக்கூடியதோ அது 'இலங்கநம்' என்று வழங்கப்படும். அவற்றுள் முதலிற் கூறியது ப்ருதிவீ, அப் என்னும் இரண்டு பூதங்களின் அம்சங்களாலும், பின்னால் கூறப்பட்டது மற்ற பூதங்களின் அம்சங்களாலும் பெரும்பாலும் நிறைவேற்றப்படுகின்றன வென்றறிக[4]. 2-3

ஸ்நேஹந - ரூக்ஷணாதிகளும் ப்ருஹ்மண-இலங்கநங்களேயாம்.

மஹாபூதங்கள் ஸந்தர்ப்பண - அபதர்ப்பண ரூபமான இரண்டு குணங்களையே உடையவை யாகையால் ஸ்நேஹநம்,[1] ரூக்ஷணம்[2] என்னும் இவ்விரண்டு சிகித்ஸைகளென்ன, ஸ்வேதநம்[3], ஸ்தம்பநம்[4] என்பவை யென்ன ஆக இந்த நான்கும்கூட முற்கூறிய இரண்டுவிதமான சிகித்ஸையினும் வேறுபட்டவையல்ல. 3½.

இலங்கநம் இரண்டுவிதம்.

அவற்றுள் இலங்கந சிகித்ஸையானது சோதநம் என்றும், சமநம் என்றும் இருவகைப்படும். 4.

சோதந சிகித்ஸை.

தோஷங்களை உடலினின்றும் எது வெளிப்படுத்துமோ, அவ்வித சிகித்ஸையே சோதநம் என்று கூறப்படும். 4½.

சோதநசிகித்ஸை ஐந்துவிதம்.

சோதந சிகித்ஸை ஐந்துவிதமானது; அவையாவன:— வஸ்திசிகித்ஸை[5], வமநசிகித்ஸை, காயவிரேசநசிகித்ஸை[6], சிரோவிரேசந

1. இரண்டுவிதமான (ப்ருஹ்மணம் இலங்கநம் என்னும்) சிகித்ஸாவிசேஷங்களை முக்கியமாக விவரிக்கும் அத்தியாயம் "த்விவிதோபக்ரமணீயம்" எனப்படுகிறது.

2. ஸந்தர்ப்பணம் — தேஹத்திற்கும் மனத்துக்கும் த்ருப்தியையுண்டுபண்ணுவது எனப் பொருள்.

3. அபதர்ப்பணம்—க்லேசம்தரக்கூடிய சிகித்ஸை யென்று பொருள்.

4. ப்ருதிவீ, அப் இரண்டும் குருகுணமுள்ள பூதங்களாகையால், அதே குணந்தரக்கூடிய ப்ருஹ்மண சிகித்ஸைக்கும் அவை ஆதாரமாகின்றன; அங்ஙனமே தேஜஸ், வாயு, ஆகாயம் என்னும் மூன்று பூதங்களும் இலகுவாகையால் அதே குணமளிக்கும் இலங்கநசிகித்ஸைக்கு ஆதாரங்களாகின்றன என்றறிக.

1. ஸ்நேஹநம்—16-வது அத்தியாயத்தில் விவரம் காண்க.

2. ரூக்ஷணம்—ஸ்நேஹசிகித்ஸைக்கு எதிரிடையான குணமுள்ள சிகித்ஸை.

3. ஸ்வேதநம்—ஸ்வேதவிதியைக்கூறும் 17-வது அத்தியாயத்தில் விவரம் காண்க.

4. ஸ்தம்பநம் — ஸ்வேதசிகித்ஸைக்கு எதிரிடையான குணமுண்டுபண்ணும் சிகித்ஸை.

5. வஸ்திசிகித்ஸை — 19-வது அத்தியாயத்தில் விவரங்களைக் காண்க.

6 காயவிரேசநம்—ஸாதாரணமாய் குடலிலிருந்து மலத்தை வெளிப்படுத்தும் விரேக சிகித்ஸையே காயவிரேசநம் எனப்படுகிறது.

சிகித்ஸை [1], ரக்தமோக்ஷண சிகித்ஸை [2] என்பனவாம். 5.

சமந சிகித்ஸை

யாதொரு சிகித்ஸையினால் தோஷங்கள் வெளிப்படுத்தப்படாமலும், ஸமமான நிலைமையிலுள்ள அவை அதிகரித்து இடம் விட்டுப் பெயர்க்கப்படாமலும், கோளாறடைந்திருப்பவை ஸமமான நிலைமைக்குக் கொண்டுவரப்பட்டும் குறிப்பிட்ட வியாதி நிவ்ருத்திக்கப்படுமோ அதுதான் சமநம் என்று கூறப்படுகிறது. 6.

சமநசிகித்ஸை ஏழுவிதம்.

சமநசிகித்ஸை ஏழுவிதமானது; அது பின் வருமாறு:--பாசநம், தீபநம், [3] பசியை அடக்குதல், நாவறட்சியை அடக்குதல் [4], வ்யாயாமம் செய்தல், [5] வெயிலில் இருத்தல் [6], நல்ல காற்றோட்டமுள்ளவிடங்களில் வஸித்தல் [1] என்பவையாம். 6½.

ப்ருஹ்மண சிகித்ஸை.

வாததோஷமாவது, வாத-பித்தங்களாவது ப்ரகோபித்தால், அவற்றிற்கு ப்ருஹ்மண சிகித்ஸை செய்யவேண்டிவருகிறதல்லவா? அவ்வாறு செய்யப்படும் ப்ருஹ்மண சிகித்ஸையானது வாதத்திற்கும், வாத - பித்தங்களுக்கும் சமநசிகித்ஸையாகவே ஆகும் [2]. 7.

ப்ருஹ்மண சிகித்ஸைக்கு உரியவர்.

வெவ்வேறு வியாதிகளாலும், பலவித ஔஷதங்களையுபயோகித்ததாலும், மதுபானத்தினாலும், ஸ்த்ரீஸம்பந்தங்களில் ப்ரவ்ருத்தித்ததாலும், துயரத்தினாலும் எவர் இளைத்திருக்கின்றனரோ, அதிக சுமைகளைச் சுமந்ததாலும், வழி நடந்ததாலும், உரக்ஷதம் என்னும் வியாதியினாலும் எவர் க்ஷீணித்திருக்கின்றனரோ, எவர் ரூக்ஷமாகவும் துர்ப்பலமாகவும் வாததோஷம் மேலிட்டதாகவு

1. சிரோவிரேசநம்—தீக்ஷ்ணமான நஸ்யம், தூமபாநம், அஞ்ஜநம் முதலியவற்றால் சிரஸ்ஸில் சேர்ந்துள்ள தோஷங்களை வெளிப்படுத்தல்.

2. ரக்தமோக்ஷணம்— ஸிராவ்யத விதியென்னும் 27-வது அத்தியாயத்தில் விவரம் காண்க.

3. பாசநம், தீபநம் என்னும் இவ்விரண்டுவித சமந சிகித்ஸைகளும் ஔஷத ப்ரயோகத்தினாலேயே நிறைவேற்றப்படும் என்று அறிக; இவ்விஷயம் அடுத்தாற்போல் குறிக்கப்படும் பசியையடக்குதல் முதலிய க்ரியைகளால் நன்கு ஊஹிக்கக்கூடியது.

4. பசியையடக்குதல், நாவறட்சியை யடக்குதல் என்னும் இவ்விரண்டாலும் உபவாஸமுறை குறிப்பிடப்பட்டதென்றறிக.

5. வ்யாயாமம் என்பதால், முறைப்படி உடலையுழைத்து வேலைசெய்தே சில வியாதிகளைப் போக்கவேண்டும் என்பது அறிவிக்கப்படுகிறது.

6. வெயிலில் இருத்தல் என்பதால், இக்காலத்திய வைத்தியர்களாலும் ஆதரிக்கப்பட்டுவருகிற ஆதப சிகித்ஸை (Sun light treatment) குறிப்பிடப்பட்டதென்க.

1. காற்றில் வஸிப்பது என்பதால், எப்பொழுதும் வீட்டுக்குள்ளேயே அடைந்திராமல், வீட்டுக்கு வெளியில் இருந்துகொண்டு வருவதால் தானகவே சில வியாதிகள் நிவாரணமாகும்; அதாவது (open air treatment) என்பது குறிக்கப்பட்டதென்று அறிக.

2. பால்முதலிய ப்ருஹ்மண பதார்த்தங்களில் சில விரேசநாதி குணமுள்ளதாயிருப்பதால், அப்பொழுது அவ்வித ப்ருஹ்மணமும் இலங்கநசிகித்ஸையைப் போன்றதாய் விடுமென்பதைக் கருதி, அவ்வஸ்துக்கள், தேஹத்திற்கு வாட்டந்தரக்கூடிய வாதம், வாதபித்தங்கள் இவற்றைப்போக்கி, தேஹத்தைப் போஷிப்பிக்கும் என்பதைக் குறிப்பிடுவதற்காக இங்ஙனம் கூறப்பட்டதென்றறிக. ["बृंहणं शमनं त्वेव वायोः पित्तानिलस्य च" என்பதற்கு அடியில்வருமாறு பொருள்கூறுவது பொருந்தும்:—வாயுவையும், பித்த-வாதங்களையும் சமநம் செய்யக்கூடிய சிகித்ஸை யாதொன்றுண்டோ அதுவே ப்ருஹ்மணம் என்று கூறப்படும்.] ஸாதாரணமாய் வியாக்யாநப்படி மேலே மொழி பெயர்க்கப்பட்டது.

முள்ள நிலைமை யுடையவர்களோ அவர்களும், கர்ப்பிணியும், ப்ரஸவித்திருப்பவரும், பாலர்களும், வயது முதிர்ந்தவர்களும் ப்ருஹ்மண சிகித்ஸைக்கு ஏற்றவராகின்றனர்; மேலும் கிரீஷ்மருதுவில் மேற்கூறியவர்களைத் தவிர மற்றவர்களுக்கும் இச்சிகித்ஸையைச் செய்யலாம். 8, 8½.

ப்ருஹ்மண சிகித்ஸைக்கான வஸ்துக்களும் கார்யங்களும்.

மாம்ஸம், பால், சர்க்கரை, நெய் இவற்றாலும், மதுரரஸமும் ஸ்நிக்த்த குணமுமுள்ள பதார்த்தங்களால் செய்யப்படும் வஸ்திகர்மங்களாலும், நித்திரை, ஸாதாரணமாய் சயனித்திருத்தல், ஸுகமாக வாழ்தல், அப்யங்க ஸ்நானம் செய்தல், ஸாதாரணஸ்நானம், கவலையற்றிருத்தல், மனக்களிப் புறுவதற்கான கார்யம் இவைகளாலும் ப்ருஹ்மணசிகித்ஸையை நிறைவேற்றலாம். 9½.

இலங்கந சிகித்ஸைக்கு உரியவர்.

மேஹரோகம், ஆமதோஷம், மிதமிஞ்சிய ஸ்நேஹநம், ஜ்வரம், ஊருஸ்தம்பம், குஷ்டம், விஸர்ப்பம், வித்ரதி, ப்லீஹரோகம், சிரோரோகம், கண்டரோகம், நேத்திரரோகம் இவற்றால் பீடிக்கப்படுபவரும் [1], மிகவும் ஸ்த்தூலித்திருப்பவரும் இலங்கந சிகித்ஸைக்கு உரியவராகின்றனர்; மேலும் குளிர்காலங்களில் மேற்கூறியவர்களைத் தவிர மற்றவர்களுக்கும் இலங்கநசிகித்ஸையைச் செய்யலாம். 10,11.

பலவித இலங்கநசிகித்ஸைகளைச் செய்யுமுறை.

விசேஷமான உடலின் பருமன், தேஹபலம், பித்தம், கபம், ஆமதோஷம், ஜ்வரம், வாந்தி, அதிஸாரம், ஹ்ருதயத்தைப்பற்றிய வியாதிகள், மலபந்தம், குருகுணம், ஏப்பம், ஹ்ருல்லாஸம் என்னும்முறைகேடான ஹ்ருதயத்துடிப்பு முதலிய வியாதிகளில் எவற்றாலேனும் ஒன்றால் அதிகமாய் வருந்துபவருக்கு சோதநசிகித்ஸைகளைச் செய்யவேண்டும். உடற்பருமன் முதலிய விகாரங்கள் மத்திமநிலைமையில் இருந்தால் பெரும்பாலும் முதலில் தீபந-பாசந க்ரியைகளால் அப்பிணியாளிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்யலாம். தேஹம் ஸ்த்தூலித்திருத்தல் முதலான வியாதிகள் விசேஷ பலமில்லாதனவா யிருந்தால் அப்பிணியாளரைப் பசி-தாஹங்களை அடக்கச்செய்து ஸ்வஸ்த்தம் செய்யலாம். மத்திமபலமுள்ள வாதாதி தோஷங்களால் வருந்தும் பிணியாளிகள், இயற்கையில் தேஹபலமுள்ளவராயிருந்தால், அவர்களை வீட்டுக்கு வெளிப்புறத்திலிருக்கச்செய்து வாயுவாலும், வெயிலாலும், தேஹவுழைப்பைச் செய்விப்பதாலும் ஸ்வஸ்த்தம் பண்ணவேண்டும்; இயற்கையில் சரீரவன்மையுள்ளவர் அவ்வளவாய் பலம் பெறாத அதே தோஷங்களால் சிறிது வருந்த நேரிட்டால், அவர்களுக்கு வாயுவினாலும், வெயிலாலும், வ்யாயாமத்தினாலும் இலங்கந சிகித்ஸையைச் செய்யலாமென்பதைக் குறிப்பிடவேண்டிய அவசியமில்லையல்லவா? 12—14½.

இலங்கநத்திற்குரியவருக்கு ப்ருஹ்மணமும், ப்ருஹ்மணத்திற்குரியவருக்கு இலங்கநமும் மாற்றிச் செய்வது.

இலங்கநசிகித்ஸைக்கு உரியவர்களான பிணியாளிகளுக்கு ப்ருஹ்மண சிகித்ஸை செய்யக்கூடாது. ப்ருஹ்மண சிகித்ஸைக்கு உரியவர்களுக்கோ மிருதுவாக இலங்கநசிகித்ஸையையும் செய்யலாம்; அல்லது ஸந்தர்ப்பண- அபதர்ப்பண சிகித்ஸைகளை முறைப்படி கலந்தும் ப்ரயோகிக்கலாம். ஆனால் அவ்வாறு செய்யும்போது தேசம், காலம் முதலியவற்றின் பலாபலங்களைக் கவனித்து அப்பிணியாளிகளை உபசரிக்க வேண்டும். 15½.

1. இங்கு கூறப்பட்டுள்ள வியாதிகளின் விவரங்கள் நிதாந ஸ்த்தாநத்தில் விவரிக்கப்படும்.

ப்ருஹ்மணம் நிறைவேறியதன் குறிகள்.

ப்ருஹ்மணம் முறைப்படி நன்கு நிறைவேற்றப்படுமானால் தேஹத்தில் பலமும், புஷ்டியும், அச்சிகித்ஸையினால் பரிஹரிக்கக்கூடிய வியாதிக்கு நிவாரணமும் உண்டாகும். 16.

இலங்கனம் நிறைவேறியதன் குறிகள்.

இலங்கனசிகித்ஸை நன்றாக நிறைவேறியதற்கு அறிகுறிகளாவன:— இந்த்ரியங்கள் யாவும் தெளிவுற்றிருக்கும்; மலங்கள் தாராளமாய் வெளியாகும்; தேஹம் இலகுவாயிருப்பதாகத் தோற்றும்; நாக்கின் அரோசகம் நீங்கும்; பசியும் தாஹமும் ஒருமிக்க உண்டாகும்; ஏப்பம் தணியும்; ஹ்ருதயமும் தொண்டையும் சுத்தமாகும்; எந்த வியாதிக்காக இலங்கனம் செய்யப்பட்டதோ அவ்வியாதி தணிவடையும்; உத்ஸாஹம் மேவிடும்; சோம்பலும் ஒழியும். 17-17½.

அதி ப்ருஹ்மண - லங்கனங்களாலுண்டாகும் தீமைகள்.

ப்ருஹ்மண-லங்கனசிகித்ஸைகளை அளவுமீறி உபயோகித்தால் முறையே அதிஸ்த்தூலத்தன்மை முதலியவைகளையும், அதிக மெலிவு முதலிய விகாரங்களையும் அவை உண்டுபண்ணும்; அவற்றின் விவரமும், அவற்றிற்கான சிகித்ஸைகளும் இதன்கீழ் ஸங்கிரஹமாகக் கூறப்படுகின்றன. ப்ருஹ்மண சிகித்ஸையும் இலங்கன சிகித்ஸையும் மிதமிஞ்சி ப்ரயோகிக்கப்படுமாயின், அவற்றால் ஏற்படும் அதிஸ்த்தூலத்தன்மை முதலியவற்றாலும், அதிக இளைப்பு முதலியவற்றாலும் அதததற்குள்ள இலக்ஷணம் அறியக்கூடியதாம். 18, 19.

அதிப்ருஹ்மணத்தினாலான அவக்குறிகள்.

தேஹம் மிகவும் ஸ்த்தூலித்தல், அபசி, மேஹம், ஜ்வரம், உதர ரோகங்கள், பகந்தரம் என்னும் பிளவை, காஸம், ஸந்யாஸம் என்னும் ஒருவித மூர்ச்சை, மூத்திரக்ருச்சிரம் என்னும் நீர்ச்சுருக்கு, குஷ்டம் இவை முதலிய வியாதிகளை மிதமிஞ்சிய ப்ருஹ்மண சிகித்ஸை மிகக் கடுமையாயுண்டாக்கும். 20.

அதிப்ருஹ்மணத்தினாலான கோளாறுகளுக்கு சிகித்ஸை.

அவ்வாறு ஸம்பவிக்கும் மிகவும் ஸ்த்தூலித்துப்போதல் முதலிய விகாரங்களில் கொழுப்பு, வாயு, கபம் இவற்றைப் பரிஹரிப்பதற்கேற்ற அன்ன-பான-ஔஷதம் எல்லாம் பிரயோகிக்கத் தகுந்தவையென்று அறிக. அவையாவன:— கொள், ஜூர்ணம் என்னும் தானியம்,[1] சாமை, யவதானியம்,[2] பயறு, தேன் கலந்த ஜலம், மோர், அரிசி முதலியவற்றின் பாவு, நீர், மோர் இவற்றை உபயோகிக்கலாம்; மனக்கவலை, சோதநசிகித்ஸை, இரவிற் கண்விழித்தல் இவையும் அநுகூலம் செய்யும்; த்ரிபலாசூர்ணம்,[3] சீந்தில், கடுக்காய், கோரைக்கிழங்கு இவற்றில் எதையாவது தேனிற்கூட்டி உட்கொள்ளலாம்; ரஸாஞ்ஜநம்,[4] மஹாபஞ்சமூலம்,[5] மஹிஷாக்ஷி குக்குலு, சிலாஜது இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றை அக்னிமந்தத்தின் க்வாதத்துடன் கலந்து ப்ரயோகிப்பதும் ஹிதமானது. 21—23.

1. ஜூர்ணம் என்பதை சோளம் என்று பலர் கூறுவர்.

2. யவதானியம்—இதை வாற்கோதுமை யென்று இக்காலத்தில் வழங்குவர்.

3. த்ரிபலாசூர்ணம்—ஒரு பங்கு கடுக்காய், தான்றிக்காய் இரண்டு பங்கு, நெல்லிக்காய் நான்கு பங்கு ஆக இவற்றைச் சேர்த்து செய்த சூர்ணம்.

4. ரஸாஞ்ஜநம்—12-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

5. மஹாபஞ்சமூலம்—64-வது பக்கம் பார்க்க.

அதிஸ்த்தூலத்திற்கு விடங்காதி யோகம்.

வாய்விடங்கம், சுக்கு, யவக்ஷாரம், உருக்கிரும்பின் பஸ்மம், தேன், யவதானியம், நெல்லிக்கனி இவற்றின் சூர்ணம், ஆக இவ்வளைத்தையும் ஒருமிக்கக் கூட்ட அது விடங்காதியோகம் எனப்படுகிறது. இதை உட்கொண்டு வருவதால் அதிஸ்த்தூலத்தன்மை நீங்கும். 24.

அதிஸ்த்தூலாதிகளுக்கு வ்யோஷாதி யோகம்.

த்ரிகடு,[1] மணத்தக்காளி, த்ரிபலை,[2] முருங்கை, வாய்விடங்கம், அதிவிடயம், கோரைக்கிழங்கு, பெருங்காயம், வளையலுப்பு, ஜீரகம், குராஸாநியோமம், கொத்தமல்லிவிதை, சித்திரமூலம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், கண்டங்கத்திரி, சிறுவழுதுணை, கொட்டைக்கரந்தை, வட்டத்திருப்பி, கேம்புகத்தின் (?) வேர் இவற்றை ஸமயெடையில் எடுத்து, நுண்மையாய் சூர்ணம்செய்து, இவ்வளைத்துக்கும் ஸம அளவில் தேனையும், நெய்யையும், எண்ணெயையும் சேர்த்து, அச்சூர்ணத்திற்கு மொத்தத்தில் பதினாறு பங்கு வாற்கோதுமை மாவையும் கலந்து ஒருமிக்கக் கூட்டி உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்வௌஷதம் அதிஸ்த்தூலத்தன்மை முதலிய முற்கூறிய ரோகங்களை யெல்லாம் நிவ்ருத்திசெய்வதுடன், அவைபோன்ற வேறு ரோகங்களையும், அதாவது—ஹ்ருதயத்தைப்பற்றிய வியாதிகள், காமாலை, வெண்குஷ்டம், ச்வாஸம், காஸம், தொண்டைக்கட்டு இவைகளையும்—போக்கும்; புத்தியையும், மேதை யென்னும் விசேஷமான அறிவையும், ஞாபகசக்தியையும் தூண்டக்கூடியது; மந்தப்பட்டுள்ள ஜாடராக்னியையும் தீபநம் செய்யும். 25—28.

1. த்ரிகடு—64-வது பக்கம் பார்க்க. இதையே வ்யோஷம் என்றும் கூறுவர்.

2. த்ரிபலை—63-வது பக்கம் பார்க்க.

அதிலங்கனத்தினாலுண்டாகும் தீமைகள்.

மிதமிஞ்சி இலங்கனசிகித்ஸையைச் செய்வதால் உண்டாகும் தீமைகளாவன:—அதிக இளைப்பு, தலைச்சுற்றல், காஸம், அதிக நாவறட்சி, அரோசகம், ஸ்நிக்தத் தன்மைக்கும்-ஜாடராக்னிக்கும்-நித்திரைக்கும்-நேத்திரத்திற்கும்-செவிக்கும் - சுக்ரத்திற்கும்-ஓஜோதாதுவுக்கும்-[1] பசிக்கும் - குரலுக்கும் க்ஷயமுண்டாவது, வஸ்தியென்னும் மூத்திரப்பையிலும் - ஹ்ருதயத்திலும்-சிரஸ்ஸிலும் - காலிலும்-தொடையிலும்-இடுப்பின் பின்புறத்திலும் வலியேற்படுவது, ஜ்வரம், பேத்தல், பார்ச்வவாயு, உடல்வாட்டம், வாந்தி, ஸந்தியெலும்புகளைப் பிளப்பதுபோன்ற உணர்ச்சி, மல-மூத்திரங்களின் பந்தநம் இவை முதலான விகாரங்களாகும். 29—30½.

ஸ்த்தூலத் தன்மையினும் மெலிந்திருப்பதே மேல்.

அமிதமான ஸ்த்தூலத்தன்மையைக் காட்டிலும் ஒருவாறு மெலிந்திருப்பதே மேலாம்; ஏனெனில் அதிக ஸ்த்தூலமாயிருந்தால், அவனுக்கு ஔஷதமே அரிது; ஆம்; ப்ருஹ்மணம் செய்தால் அச்சிகித்ஸையினால் கொழுப்பு அதிகரிக்குமே யன்றி குறையாது; ஜாடராக்னியும் வாததோஷமும் க்ஷீணிக்கும்; இலங்கன சிகித்ஸையே கொழுப்பைக் குறைக்கும்; ஆனால் ஜாடராக்னியையும் வாததோஷத்தையும் தகுந்தவாறு குறைக்கமாட்டாது. மேலும் கார்ச்யம் என்னும் இளைப்பானது மதுரமாகவும், ஸ்நிக்தமாகவும் உள்ள பதார்த்தங்களாலும், ஸுகாநுபவங்களாலும் மிகவும் எளிதாக நிவ்ருத்தியாகும்; ஸ்த்தூலத் தன்மையோ அவற்றிற்கு நேர் எதிரிடையான பதார்த்தங்களாலும் கார்யங்களாலுமே பரிஹரிக்கக்கூடியதா யிருக்கிறது. 31—32½.

1. ஓஜோதாது—இதைப்பற்றி 88-வது 98-வது பக்கங்களில் டிப்பணியில் விவரம் காண்க.

அதிலங்கநத்திலான கோளாறுகளுக்கு சிகித்ஸை.

அவ்வாறு இலங்கந சிகித்ஸையினல் மெலிந்துபோனவருக்கு ப்ருஹ்மணகுணமுள்ள பானங்களென்ன, ஆஹாரங்களென்ன, ஔஷதங்களென்ன இவ்வனைத்தையும் முறைப்படி உபயோகிக்கவேண்டும். இளைத்திருப்பவன் சிந்தையற்றிருப்பதாலும், ஸந்தோஷத்தினலும், தர்ப்பணமென்னும் போஷண சிகித்ஸையினலும், வேண்டியவளவு நித்திரையுறுவதாலும் வராஹம்போல் விரைவில் புஷ்டியடைவான். 33,34.

மெலிந்தவருக்கு மாம்ஸமே புஷ்டிகரமானது.

மாம்ஸத்தைப்போல தேஹத்திற்கு புஷ்டியைத் தரக்கூடியது வேறென்றுமில்லை; இறைச்சியைத் தின்றுப் பிழைக்கும் பிராணிகளுடைய தேஹம் இறைச்சியினலேயே செழிக்குமாகையால், அப்பிராணிகளுடைய மாம்ஸம் விசேஷமாய் புஷ்டியுண்டாக்கக்கூடியதாம். 35.

ஸ்த்தூல தேஹிகளுக்கும் மெலிந்தவருக்கும் ஹிதமான சிகித்ஸைகளின் ஸங்கிரஹம்.

ஸ்த்தூலித்திருப்பவனுக்கு எது குருவாகவும், அபதார்ப்பணமாகவும்[1] இருக்குமோ அதுவே ஹிதமான சிகித்ஸையாம். மெலிந்திருப்பவனுக்கோ அவற்றிற்கு நேர் எதிரிடையான குணமுள்ள சிகித்ஸையே அநுகூலமானதாம்.[2] 35½.

1. அபத்ர்ப்பணம்—இலங்கநம். [குருகுணமுள்ள பதார்த்தங்கள் அவ்வளவு சீக்கிரம் ஜீர்ணமாவதில்லை; அபதர்ப்பணத்தினல் கொழுப்பும் குறைந்துவரும்; இலங்கநத்தோடு அடுத்தாற்போல் இலகுவான ஆஹாரமும் உபயோகிக்கப்படுமாளுல் தேஹம் மிகவும் பலஹீனப்பட்டுவிடும் எனக் கருதி இவ்வாறு செய்ய வேண்டுமென்று விதி யேற்பட்டது.]

2. முற்கூறியதற்கு எதிரிடையான குணங்கள்—இலகுவும் ஸந்தர்ப்பணமுமா யிருப்பவை. இலகுவான பதார்த்தம் எளிதில் ஜீர்ணமாகும்; தர்ப்பண சிகித்ஸை தேஹத்திற்கு விசேஷ் ஊட்டந்தரும்.

ஸ்த்தூல-க்ருசர்களுக்கு ஹிதமான ஆஹாரங்கள்.

ஸ்த்தூலதேஹிகளுக்கு யவதான்யமும், மெலிந்திருப்பவருக்கு கோதூம தான்யமும், அவரவருடைய ப்ரக்ருதிக்கு ஏற்றவாறு பக்குவம்செய்து உணவுகளாக உபயோகிக்கப்படவேண்டும். 36.

வியாதிகளும், சிகித்ஸைகளும் இரண்டு விதத்திற்கு மேலில்லை.

தோஷங்களுடைய பலவாறன போக்குகளை[1] அநுஸரித்து சிகித்ஸைகளும் க்ராஹீ[2] பேதீ[3] என்று பலவிதமான பேதங்களுள்ளவைகளாம்; ஆனல் அவை அவ்வாறு பலவித பேதங்களுள்ளவையென்றாலும், முக்கியமாய் வியாதிகளைப் போலவே[4] சிகித்ஸைகள் இரண்டுவிதமான பேதங்களினும் அதிகமாவதில்லை. 37.

1. வாத-பித்த-கபங்கள் தனித்தனியாகக் கோளாறடைவதாலும், ஸம்ஸர்க்க-ஸந்நிபாத ரூபமான சேர்க்கைகளால் ஏற்படும் கோளாறுகளாலும், அவற்றின் தாரதம்ய விகல்பநாரூபமான சேர்க்கைகளாலும் ஏற்படும் வெவ்வேறு விதமான போக்குகள் எனக் கருத்து.

2. க்ராஹீ—35-வது பக்கம் டிப்பணியில் விவரம் காண்க.

3. பேதீ-இதைபேதநம் என்றும் கூறுவர்; 55-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

4. வியாதிகள் ஜ்வரம் என்றும் அதிஸாரம் என்றும், அர்சஸ் என்றும், க்ஷயம் என்றும் எண்ணிறந்தவைகளாயிருக்கின்றன; ஆனல் அவை யாவும் ப்ருஹ்மண சிகித்ஸைக்கும் இலங்கந சிகித்ஸைக்கும் ஆக இவ்விரண்டுக்குத்தான்உட்பட்டிருக்கின்றன;அல்லது நிஜரோகங்கள் என்றும், ஆகந்துரோகங்கள் என்றும் இருவகைப்படும் என்றும் கூறலாம். (நிஜரோகங்கள், ஆகந்துகரோகங்கள் என்பவற்றைப்பற்றி 21-வது பக்கம் டிப்பணியில் விவரம் காண்க.)

பதினைந்தாம் அத்தியாயம்.

அப்பால் சோதநாதிகணஸங்க்ரஹம்[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரித்துக் கூறப்படுகிறது:—

வமநத்திற்கு மதநாதி கணம்.

மறுக்காரை, அதிமதுரம், பேய்ச்சுரை, வேம்பு, கோவை, பேய்த்துமட்டி, வெள்ளரி, வெட்பாலை, பெருங்குரும்பை, தேவதாளீ, வாய்விடங்கம், நீர்வஞ்சி, சித்திரமூலம், எலியால், பேய்ப்புடல், பேய்ப்பீர்க்கு, புங்கை, திப்பிலி, உப்பு, வசம்பு, ஏலம், கடுகு இச்சரக்குகள் சர்த்தநம் என்னும் வாந்தியை உண்டு பண்ணக்கூடியவை. 1.

விரேசநத்திற்கு நிகும்பாதி குணம்.

நேபாளம், சிவதை, த்ரிபலை, தும்மட்டி, கள்ளி, சங்கங்குப்பி, அவிரி, வெள்ளிலோத்தி, கொன்றை, செறுகம்புல், பிரம்மதண்டு, பால், மூத்திரம் இச்சரக்குகள் விரேசநகுணமுள்ளவையாம். 2.

நிரூஹணத்திற்கு மதநாதி கணம்.

மறுக்காரை, வெட்பாலை, கோஷ்டம், தேவதாளீ, அதிமதுரம், வசம்பு, தசமூலம்,[2] தேவதாரு, சிற்றரத்தை, யவதானியம், ஜடாமாம்ஸி, நாயுருவி, கொள், தேன், உப்பு, சிவதைவேர் இவ்வஸ்துக்கள் நிரூஹவஸ்தியில் உபயோகிக்கக் கூடியவைகள். 3.

சிரோ விரேசநத்திற்கு வேல்லாதி கணம்.

வாய்விடங்கம், நாயுருவி, த்ரிகடு, மரமஞ்சள், சிறந்த ஸர்ஜ வ்ருக்ஷத்தின் பிசின், காட்டுவாகையின் விதை, கண்டங்கத்திரி விதை, முருங்கவிதை, இலுப்பைப் பூவின் சாறு, இந்துப்பு, உயர்ந்த ரஸாஞ்ஜநம், ஏலம், சிற்றேலம், இங்குபத்ரீ இச்சரக்குகள் சிரஸ்ஸை சுத்திசெய்யுங் குணமுடையவை. 4.

1. சரீரத்திற் சேர்ந்துள்ள தோஷங்களை வெளிப்படுத்தும் பதார்த்தவகுப்புகளை ஸங்க்ரஹிக்கும் அத்தியாயம் என்றுபொருள்.

2. தசமூலம்—சிறுமல்லி, பெருமல்லி, கண்டங்கத்திரி, சிறுவழுதுணை, நெரிஞ்சி, பில்வம், தழுதாழை, பெருவாகை, குமிழன், பாதிரி.

வாதஹரமான பத்ரதார்வாதி கணம்.

தேவதாரு, தகரம், கோஷ்டம், தசமூலம், சிற்றாமுட்டி, பேராமுட்டி இவையும், விதார்யாதி கணமும்,[1] வீரதராதி கணமும்[2] வாதஹரமான சரக்குகளாம். 5.

பித்தஹரமான தூர்வாதி கணம்.

அருகு, பெரும்புல், வேம்பு, ஆடாதோடை, காஞ்சோறி, ஞாழல், தண்ணீர்விட்டான், சிற்றாமுட்டி, சாமை இவையும், ந்யக்ரோதாதி கணமும்,[3] பத்மகாதி கணமும்,[4] சிறுமல்லி, மேர்மல்லி, தாமரை, பெருங்கோரைக் கிழங்கு இவையும், சாரிபாதிகணமும்[5] பித்தஹரமான சரக்குகளாகும். 6.

கபஹரமான சரக்குகளின் ஏழு கணங்கள்.

ஆரக்வதாதிகணம், அர்க்காதிகணம், முஷ்ககாதிகணம், அஸநாதிகணம், ஸுரஸாதிகணம், முஸ்தாதிகணம், வத்ஸகாதிகணம் இவ்வேழுவிதமான வகுப்புகளினும் கூறப்படும் ஔஷதச்சரக்குகள் கபஹரமான குணங்களுள்ளவையாம்.[6] 7.

1. விதார்யாதிகணம்-பிறகுவருகிற 9-வது 10-வது பத்தியங்களின் மொழிபெயர்ப்பைப் பார்க்க.

2. வீரதராதிகணம்--24, 25 பத்தியங்களின் மொழிபெயர்ப்பைப் பார்க்க.

3. ந்யக்ரோதாதி கணம்—41, 42-வது பத்தியங்களின் மொழிபெயர்ப்பைப் பார்க்க.

4. பத்மகாதிகணம்—12-வது பத்தியத்தின் மொழிபெயர்ப்பைப் பார்க்க.

5. சாரிபாதிகணம்—11-வது பத்தியத்தின் மொழிபெயர்ப்பைப் பார்க்க.

6. இதிற் குறிப்பிட்டுள்ள கணங்களை அடுத்தாற்போல் விவரமாகக் காணலாம்.

ஜீவநீயகணமும் அதன் குணங்களும்.

ஜீவந்தீ, காகோலீ, மேதா, மஹாமேதா, முத்கபர்ணீ, ருஷபகம், ஜீவகம், மதுகம் என்கிற இச்சரக்குகளுக்கு ஜீவநீயம் என்கிற குணம் உண்டு; ஆகவே இவற்றின் கூட்டுக்குஜீவநீயகணம் என்று பெயர்.[1] 8.

விதார்யாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

நிலப்பனங்கிழங்கு, ஆமணக்கு, ஆடுதீண்டாப்பாளை, சாறடை, தேவதாரு, முத்கபர்ணீ, மாஷபர்ணீ,[2] காஞ்சோறி, ஜீவநபஞ்சமூலம்,[3] லகுபஞ்சமூலம்,[4] நன்னாரி, செருப்படை இது "விதார்யாதி கணம்" எனப்படும். இதற்கு ஹ்ருத்யம், ப்ருஹ்மணம், வாதஹரம், பித்தஹரம் என்னும் குணங்களும், க்ஷயம், குன்மம், உடலிலுண்டாகும் ஒருவிதமான வலி, ஊர்த்வச்வாஸம், காஸம் இவற்றைப் போக்குந்தன்மையும் உண்டு. 9, 10.

சாரிபாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

நன்னாரி, நெல்லி, குமுழன், இலுப்பை, வெண்சந்தநம், செஞ்சந்தநம், அதிமதுரம், பேரீச்சு இவை அழற்சியையும், பித்தத்தையும், இரத்த பித்தத்தையும், நாவறட்சியையும், ஜ்வரத்தையும் போக்கும். 11.

பத்மகாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

தாமரைக்கிழங்கு, வறள்தாமரை, ருத்தி, மூங்கிலுப்பு, வ்ருத்தி, சுக்கு, சீந்தில், ஜீவநீயகணத்தைச் சேர்ந்த பத்துவித சரக்குகள் என்னும் இவை முலைப்பாலை விருத்திசெய்யும்; வாதம், பித்தம் இவ்விரண்டின் கோளாறுகளையும் அகற்றும்; ப்ரீணநம்,[1] ஜீவநம்,[2] ப்ருஹ்மணம், வ்ருஷ்யம்[3] என்கிற குணங்களையும் உடையது. 12.

பருஷகாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

பேரீச்சு, த்ரிபலை, திராக்ஷை, தேக்கு, தேத்தாங்கொட்டை, கொன்றை, மாதளை, முருங்கை இவை நாவறட்சி, மூத்திரரோகம், வாதரோகம் இவ்வியாதிகளைப் போக்கும். 13.

அஞ்ஜநாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

ஸௌவீராஞ்ஜநம்,[1] ஞாழல், ஜடாமாம்ஸீ, தாமரை, நைதல், இரஸாஞ்ஜநம், ஏலம், அதிமதுரம், நாககேஸரம் இவை விஷத்தையும், உள் அழற்சியையும், பித்தத்தையும் போக்கும். 14.

படோலாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

பேய்ப்புடல், கடுகரோஹிணீ, வெண்சந்தநம், சிறுபாலை, சீந்தில், வட்டத்திருப்பி இவற்றின் சேர்க்கையாலாகிய சரக்குகளின் வகுப்பானது கபவிகாரம், பித்தவிகாரம், குஷ்டம், ஜ்வரம், விஷம், வாந்தி, அரோசகம், காமாலை இவற்றைப் பரிஹரிக்கும். 15.

---

1. ஜீவநீய கணத்திலுள்ள பதார்த்தங்களுக்குத் தேசபாஷைகளில் பெயர் கிடைப்பதில்லை.

2. முத்கபர்ணீ, மாஷபர்ணீ என்பவை ஜீவநீய கணத்தைச் சேர்ந்தவை.

3. ஜீவநபஞ்சமூலம்:—அபீரு, வீரா, ஜீவந்தீ, ஜீவகம், ருஷபகம் இவ்வைந்துக்கும் பொதுப்பெயர். [இவற்றிற்கு ஜீவநீய கணத்தைப்போலவே பெயர் கிடைப்பதில்லை.]

4. லகுபஞ்சமூலம்—கண்டங்கத்திரி, மல்லிகை, சிறுவழுதுணை, தழுதாழை, நெரிஞ்சி என்பவற்றின் கூட்டு.

1. ப்ரீணநம்—த்ருப்தி யுண்டாக்குங்குணம்.

2. ஜீவநம்—ஆயுளை விருத்திசெய்யுந் தன்மை.

3. வ்ருஷ்யம்—28-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க; 2 வது பக்கத்தில் வாஜீகரண சிகித்ஸை யென்பதையும் பார்க்க.

4. "அஞ்ஜநம் பலிநீ மாம்ஸீ + +" என்கிறவிடத்தில் 'அஞ்ஜநம்' என்பதால் ஸௌவீராஞ்ஜநம், ஸ்ரோதோஞ்ஜநம் இரண்டும் குறிக்கப்படுவதாய் ஸர்வாங்கஸுந்தரீயென்னும் வியாக்யாநத்தில் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது; அப்படியானால் அஞ்ஜநசப்தத்தை ஏகவசநத்தில் கூறாமல் "அஞ்ஜநே" என்று த்விவசநத்திலாவது கிரந்தகர்த்தா எழுதியிருக்கலாம். அப்படியெழுதாதவரையில் முக்கியமான ஒரு ஸௌவீராஞ்ஜநமே குறிக்கப்படுகிறதென்று அறியவேண்டும்.

குடூச்யாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

சீந்தில், அல்லிக்கிழங்கு, வேம்பு, கொத்துமல்லி, செஞ்சந்தநம் இவை பித்தம், கபம் இவற்றாலுண்டாகும் கோளாறுகளையும், ஜ்வரம், வாந்தி, அழற்சி, நாவறட்சி இவற்றையும் போக்கும்; ஜாடராக்னியையும் விருத்தி செய்யும். 16.

ஆரக்வதாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

கொன்றை, வெட்பாலரிசி, பாதிரி, நாயர்வேளை, வேம்பு, சீந்தில், பெருங்குரும்பை, நருமுருக்கை, வட்டத்திருப்பி, நிலவேம்பு, மருதோன்றி, பேய்ப்புடல், புங்கு, மணிப்புங்கு, ஏழிலம்பாலை, சித்திரமூலம், பாகல், மறுக்காரை, கறுங்குறிஞ்சி, கமுகு இவற்றின் கூட்டுக்கு "ஆரக்வதாதிகணம்" என்று பெயர். இவ்வகுப்பிலுள்ள சரக்குகளை உபயோகிப்பதால் வாந்தி, குஷ்டம், விஷம், ஜ்வரம், கபத்தின் கோளாறு, சொரி-சிறங்கு, ப்ரமேஹம் இவை நிவ்ருத்தியாகும்; இப்பதார்த்தங்கள் கெட்டுப்போன வ்ரணங்களையும் சுத்திசெய்யும். 17, 18.

அஸநாதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

வேங்கை, தினிசை, பூர்ஜம், மருதமரம், புங்கை, கருங்காலி, வெண்கருங்காலி, காட்டுவாகை, சிம்சபா, ஆடுதீண்டாப் பாளை, வெண்சந்தனம், செஞ்சந்தனம், மாமஞ்சள், பனை, முருக்கை, அகில், முருங்கை, ஆச்சாமரம், கமுகு, படுகரணை, வெட்பாலரிசி, யக்ஷதூபம் என்னும் ஒருவித பிசின், மராமரம் இச்சரக்குகளின் வகுப்புக்கு "அஸநாதிகணம்" என்று பெயர். இந்த அஸநாதிகணம் வெண்குஷ்டம், குஷ்டம், கபதோஷம், கிருமிரோகம், பாண்டுரோகம், பிரமேஹம், மேதஸ் என்னும் கொழுப்பு அதிகரிப்பதாலுண்டாகும் வியாதி இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும். 19, 20.

வரணாதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

மாவலிங்கை, செங்குறிஞ்சி, கறுங்குறிஞ்சி, தண்ணீர்விட்டான், சித்திரமூலம், பெருங்குரும்பை, பில்வம், ஆடு தீண்டாப்பாளை, கத்திரி, கண்டங்கத்திரி, புங்கை, மணிப்புங்கை, பெருங்கடுக்காய், பிஞ்சுக்கடுக்காய், முருங்கை, தர்ப்பம், கோஷ்டம் இவ்வகுப்பு "வரணாதிகணம்" எனப்படும். இவ்வகுப்பிற் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பதார்த்தங்களால் கபத்தின் கோளாறு, மேதோரோகம், அக்னிமாந்த்யம், அபாநவாயு, தலைவலி, குன்மம், அந்தர்வித்ரதி இவை நீங்கும். 21, 22.

ஊஷகாதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

முள்ளங்கி, மயில்துத்தம், பெருங்காயம். பாம்ஸுகாஸீஸம்[1], புஷ்பகாஸீஸம்[2], இந்துப்பு, சிலாஜது இச்சரக்குகள் மூத்திரக்ருச்சிரம் என்கிற நீர்ச்சுருக்கையும், மூத்திரமார்க்கத்திலுண்டாகும் கல்லடைப்பையும், குன்மத்தையும், மேதோரோகத்தையும், கபவிகாரங்களையும் அகற்றும் 23.

வீரதராதி கணமும் அதன் குணங்களும்.

வெட்டிவேர், அகில், ஈச்வரமல்லி, ஆடாதோடை, கல்லுருவி, நெரிஞ்சி, இத்கடம்[3] என்னும் பூண்டு, மருதோன்றி, கருங்குறிஞ்சி, ஞாழல், சீந்தில், கெட்டுக்கோரை, தர்ப்பம், பெரும்புல், காவட்டம்புல், மூங்கில், பெருவாகை, பெருங்குரும்பை, செங்குறிஞ்சி, உத்தாமணி, மருதை இவ்வகுப்புக்கு "வீரதராதிகணம்" எனப் பெயர். இக்கணத்திற் கூறிய பதார்த்தங்கள் வாதத்தினால் உண்டாகும் ரோகங்களையும், மூத்திரமார்க்கத்திற் கல்லடைப்பதையும், சர்க்கரை யென்னும் மூத்திரத்திலுண்டாகும் மணல்களைப்போன்ற

---

1. பாம்ஸுகாஸீஸம்—சிறிது கரும்பசுமை நிறமான அன்னபேதி; மணல்களைப்போல் உருவமுள்ளது.

2. புஷ்பகாஸீஸம்—சிறிது வெண்மையான அன்னபேதி.

3 இத்கடம் என்பதற்குப் பொருள் அறியப்படவில்லை.

கல்லுகளையுண்டுபண்ணும் மூத்திரவியாதியையும், நீர்ச்சுருக்கையும், மூத்திரங்கட்டிப்போவதையும் போக்குங்குணமுடையன. 24, 25.

ரோத்ராதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

வெள்ளிலோத்தி, உதியன், முருக்கன், கறுத்த இலவன், தேவதாரு, தேக்கு, கடம்பு, வாழை, அசோகன், சிற்றேலம், பெருங்கோரைக்கிழங்கு, இலவன் இவ்வகுப்பு "ரோத்ராதிகணம்" என்று வழங்கப்படுகிறது. இச்சரக்குகள் மேதோரோகம், கபரோகங்கள், யோனிதோஷங்கள், விஷவிகாரம் இவற்றைப் போக்கும்; ஸ்தம்பநம்[1], வர்ண்யம்[2] என்னும் குணங்களும் உண்டு. 26, 27.

அர்க்காதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

எருக்கு, அலரி, நாகதந்தீ[3], நீர்த்திப்பிலி, கண்டுபாரங்கி, சிற்றரத்தை, தேள்கொடுக்கு மரம், புங்கு, நாயுருவி, பிரம்மதண்டு, மணிப்புங்கு, சிவதை, கறுஞ்சிவதை, இங்குணமரம் இவற்றின் கூட்டுக்கு "அர்க்காதிகணம்" எனப் பெயர்; இச்சரக்குகள் கபரோகங்கள், விஷவிகாரங்கள், கிருமி, குஷ்டம் இவற்றைப் போக்கும்; முக்கியமாக விரணங்களைச் சுத்தி செய்யுங் குணமுடையவை. 28, 29.

ஸுரஸாதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

துளஸி, கறுந்துளஸி, கிடாரை, படுகரணை, வாய்விடங்கம், மறுக்காரை, எலி ஆல், தேக்கு, காஸமர்த்தம், மறுக்காரை, தும்புருபத்திரி, கண்டுபாரங்கி, புங்கு, மணத்தக்காளி, ஒருவித சுரை, எட்டி, புல், ஜடாமாம்ஸீ இவற்றின் கூட்டு "ஸுரஸாதிகணம்" என்று கூறப்படும். இவை கபரோகங்கள், மேதோரோகம், கிருமி, ப்ரதிச்யாயம், அரோசகம், ச்வாஸம், காஸம் இவற்றைப் போக்கும்; விரணங்களைச் சுத்தி செய்யவும் உதவும். 30, 31.

முஷ்க்ககாதிகணமும் அதன்குணங்களும்.

காட்டுப் பரித்தி, கள்ளி, த்ரிபலை, புலியுகிர் என்னும் பூண்டு, முருக்கன், கருங்காலி, சிம்சபா இவை குன்மம், மேஹம், மூத்திர மார்க்கத்தில் கல்லடைப்பு, பாண்டு, மேதோரோகம், அர்சஸ், கபரோகங்கள், சுக்லதோஷம் இவற்றைப் பரிஹரிக்கும். 32.

வத்ஸகாதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

வெட்பாலரிசி, பெருங்குரும்பை, கண்டுபாரங்கீ, கடுகரோஹிணீ, மிளகு, குணப்ரியை[1], கள்ளி, ஏலம், வட்டத்திருப்பி, ஜீரகம், பெருவாகை, ஓமம், வெண்கடுகு, வசம்பு, கருஞ்ஜீரகம், பெருங்காயம், வாய்விடங்கம், ஆடுதீண்டாப்பாளை, பஞ்சகோலம்[2] இவற்றின் சேர்க்கை "வத்ஸகாதிகணம்" என்று கூறப்படும்; இவை வாதரோகங்கள், கப ரோகங்கள், மேதோரோகம், பீநஸம், குன்மம், ஜ்வரங்கள், சூலம், அர்சஸ் என்னும் இவ்வியாதிகளைப் போக்கும். 33, 34.

வசாதிகணமும் ஹரித்ராதிகணமும் அவற்றின் குணங்களும்.

வசம்பு, கோரைக்கிழங்கு, தேவதாரு, சுக்கு, அதிவிடயம், கடுக்காய் இவ்வகுப்புக்கு "வசாதி கணம்" எனப் பெயர். மஞ்சள், மரமஞ்சள், அதிமதுரம், பெருமல்லிகை, வெட்பாலரிசி இவற்றின் கூட்டுக்கு "ஹரித்ராதிகணம்" என்று பெயர். இவ்விரண்டு கணங்களுக்கும் ஆமாதிஸாரத்தைப் போக்குங்குணமுண்டு; மேதோரோகம், கப

1. ஸ்தம்பநம்—வாதத்தை விருத்தி செய்யுங்குணம்.

2. வர்ண்யம்—வ்ரணஹரம் என்றும் சொல்லலாம்; 48-ம் பக்கம் பார்க்க.

3. நாகதந்தீ—இதற்கு இதரபாஷைகளில் பெயர் கிடைப்பது அரிது.

1. குணப்ரியை—இதற்கு வேறு பாஷைகளில் பெயர் கிடைப்பது அரிது.

2. பஞ்சகோலம்—திப்பிலி, மோடி, சவ்யம், சித்திரமூலம், சுக்கு இவற்றின் கூட்டுக்குப் பெயர்.

ரோகங்கள், ஊருஸ்தம்பம், முலைப்பால் ஸம்பந்தமான தோஷங்கள் இவற்றையும் பரிஹரிக்கும். 35, 36.

ப்ரியங்க்வாதிகணமும் அம்பஷ்டாதகணமும் அவற்றின் குணங்களும்.

ஞாழல், புஷ்பாஞ்ஜநம், ஸௌவீராஞ்ஜநம், ஓரிலைத்தாமரை, தாமரையின் தாது, மஞ்ஜிஷ்டி, அருகம்புல், இலவமரம், இலவம்பிசின், வறள்ச்சுண்டி, ஸுரப்புன்னை, சந்தனம், ஆரைப்பூ[1] இவ்வகுப்புக்கு "ப்ரியங்க்வாதிகணம்" எனப் பெயர். புளியாரை, அதிமதுரம், மஞ்ஜிஷ்டி, நந்தியாவர்த்தம், முருக்கை, காஞ்சோறி, வெள்ளிலோத்தி, ஆரை, பில்வப்பழத்தின் உட்சதை, பெருவாகை, தாமரைத்தாது இவற்றின் கூட்டுக்கு "அம்பஷ்டாதிகணம்" என்று பெயர். இவ்விரண்டு கணங்களில் அடங்கிய சரக்குகளும், ஆமநிலைமையிலிருந்து பக்குவ நிலைமையடைந்த அதிஸாரத்தைப் போக்கும், மலத்தைக் கட்டும்; பித்தத்தில் ஹிதமாயிருக்கும்; விரணங்களையும் சுத்தி செய்யும். 37—39.

முஸ்தாதிகணமும் அதன்குணங்களும்.

கோரைக்கிழங்கு, வசம்பு, சித்திரமூலம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், கடுகரோஹிணீ, நிலவேம்பு, சேங்கொட்டை, வட்டத்திருப்பி, த்ரிபலை, வெண்ணொச்சி, கோஷ்டம், வெண்ணொச்சி, வெண்வசம்பு இவ்வகுப்பிலுள்ள வஸ்துக்கள் யோனிரோகங்களையும், முலைப்பாலைப்பற்றிய தோஷங்களையும் பரிஹரிக்கும்; அபக்குவமான தோஷங்களையும் பக்குவமான நிலைமைக்குக் கொண்டுவரும். 40.

ந்யக்ரோதாதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

ஆல், அரசு, அத்தி, வெள்ளிலோத்தி, உதியன், சிறுநாவல், பெருநாவல், மருதமரம, நீர்வஞ்சி, வெண்கருங்காலி, கல்லால், மா, புளிவஞ்சி, முறளஞ்செடி, முருக்கன், நந்தியாவர்த்தம், இலந்தை, கடம்பு, தும்பை, அதிமதுரம், இலுப்பை இவற்றின் கூட்டுக்கு "ந்யக்ரோதாதிகணம்" என்று பெயர். இவற்றிற்கு வ்ரண்யம்,[1] க்ராஹீ,[2] பக்நஸந்தாநக்ருத்,[3] மேதோஹரம், பித்தஹரம், ரக்தபித்தஹரம், த்ருஷ்ணாஹரம் என்னும் குணங்களும், தேஹ அழற்சியையும், யோனி ரோகங்களையும் போக்குந் தன்மையும் உண்டு. 41, 42.

ஏலாதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

ஏலம், சிற்றேலம், மட்டிப்பால், கோஷ்டம், வாஸனைப்புல், ஜடாமாம்ஸீ, வெட்டிவேர், காவட்டம்புல், நாகப்பூ, கச்சோரம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப் பத்திரி, கிரந்திதகரம், சாமந்தி, கறிய போளம், புலியுகிர் என்னும் வாஸனைத்திரவ்யம், தேவதாரு, அகில், ஸரளவ்ருக்ஷம், குங்குமப்பூ, கருங்கச்சோரம், குங்கிலியம், ஸர்ஜரஸம், குந்துருகம் என்னும் வாஸனை வஸ்து, சரக்கொன்றை, நாககேஸரம் இவற்றிற்கு "ஏலாதிகணம்" எனப்பெயர். இது வாதகபங்களின் கோளாறுகளையும், வாதவிகாரத்தையும், விஷத்தையும் போக்கும்; தேஹ நிறத்தைத் தெளிவுறச் செய்யும்; சொறி, சிறு கட்டிகள், கோடம் என்னும் தழும்பு இவற்றையும் பரிஹரிக்கும். 43, 44.

ச்யாமாதிகணமும் அதன் குணங்களும்.

கருஞ்சிவதை, நேபாளம், எலியால் என்னும் மூலிகை, கமுகு, வெண்சிவதை, சங்கங்குப்பி, பொன்னைமரம், பிரம்மதண்டு, பேய்த்தும்மட்டி, நாயுருவி, மஞ்சள், சீந்தில், புங்கை, ஆடுதீண்டாப்பாளை, பச்சிலை, கரும்பு, ஊவக்காய் இவற்றின் வகுப்புக்கு "ச்யாமாதிகணம்" என்று பெயர்; இவ்வஸ்துக்கள் குன்மம், விஷம், அரோசகம்,

1. ஆரை யென்று இங்கு கூறப்படும் சரக்கைக் காட்டாத்தி யென்று கூறுவதும் வழக்கம்.

1. வ்ரண்யம்—ரணங்களை ஆற்றக்கூடியது,

2. க்ராஹீ — 35-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. பக்நஸந்தாநம்—ஒடிந்துபோன எலும்பு முதலியதை மீண்டும் ஒருமிக்கச் சேர்க்கும் குணம்.

கரவிகாரம், ஹ்ருதயத்தைப்பற்றிய ரோகங்கள், நீர்ச்சுருக்கு இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும். 45.

இங்ஙனம் முப்பத்திமூன்று விதமான ஔஷதச் சரக்குகளின் வகுப்புகள் கூறப்பட்டன; அவற்றுள் ஏதாவது ஒரு சரக்கு ஒரு வகுப்பில் கிடைக்காவிட்டால், அதற்கு ஏற்ற குணமுள்ள வேறொரு வஸ்துவைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்; ஔஷத முறைக்கான வகுப்பில் ஏதேனும் ஒன்று அநுசிதமாகத் தோற்றினால் அதையும் பரிஹரித்து விடவும். 46.

ஒரு கணத்தில் கிடைக்காத வஸ்துவுக்குப் பதில் சேர்ப்பதும் பரிஹரிப்பதும்.

இவ்வாறு மேற்கூறிய ஔஷதச் சரக்குகளின் வர்க்கங்களை தோஷங்களென்ன தாதுக்களென்ன இவற்றின் நிலைமைகளுக்கு ஏற்றவண்ணம் கல்கம், க்வாதம், ஸ்நேஹம், லேஹ்யம் முதலியவற்றுள் எந்த முறைப்படி யாவது பக்குவம் செய்து பாநம் செய்யவும், நஸ்யமிடவும், அநுவாஸந வஸ்தியைச் செய்யவும், பூசிக்கொண்டு அப்யங்கம் முதலியவற்றால் உள்ளும் புறமும் வேறு வகையில் உபயோகித்து வந்தால் மிகவும் கஷ்டஸாத்தியமான வியாதிகளையும் இக்கணங்களில் கூறியுள்ள பதார்த்தங்கள் போக்கிவிடுகின்றன. 47.

அவ்வௌஷத கணங்களை உபயோகிக்கு முறை.

பதினாறும் அத்தியாயம்.

இதன் பிறகு ஸ்நேஹவிதி அத்தியாயம்[1] கூறப்படுகிறது:—

குரு, சீதம், ஸரம், ஸ்நிக்த்தம், மந்தம், ஸூக்ஷ்மம், ம்ருது, த்ரவம்[2] இத்தகைய குணமுள்ள ஔஷதம் பெரும்பாலும் ஸ்நேஹநம்[3] என்னும் வேலையைச் செய்யுந் தன்மையது. இக்குணங்களுக்கு நேர் எதிரிடையான குணங்கள்[1] ரூக்ஷணம்[2] என்னும் வேலையைச்செய்யுந் தன்மையதாகும். 1.

ஸ்நேஹந ரூக்ஷண செய்கைகள்.

நெய், மஜ்ஜை, கொழுப்பு, தைலம் இவை ஸ்நேஹ பதார்த்தங்களுள் சிறந்தவையென்று கருதப்படுகின்றன. அவற்றிலும் பலவிதமான பாகங்களைக்கொண்டு பக்குவம் செய்த போதிலும் அப்பொழுதும் தனக்குள்ள குணங்களைப் பெற்றிருப்பது இயல்பாகையால்[3] க்ருதமே உத்தம ஸ்நேஹமாகும். 2.

ஸ்நேஹ பதார்த்தங்கள்.

1. க்ருதம் முதலியவற்றை உள்ளும்புறமும் தேஹத்தில் உபயோகித்து உடலை ஸ்நிக்த்தமாகச் செய்வதற்கான முறைகளைக்கூறும் அத்தியாயம் என்பது பொருள்.

2. இங்கு கூறப்பட்டுள்ள குரு, சீதம் முதலானவற்றின் பொருட்களை 5-வது பக்கம் டிப்பணியிற் காண்க.

3. ஸ்நேஹநம்—சரீரத்தை அநேகவிதமான எண்ணெய்ப் பசையுள்ள வஸ்துக்களின் பிரயோகத்தினால் ஸ்நிக்த்தமாகச் செய்தல்,

1. இலகு, உஷ்ணம், ஸ்த்திரம், தீக்ஷ்ணம், ஸ்த்தூலம், கடினம், கனம் இவை முறையே குருமுதலிய குணங்களுக்கு நேர் எதிரிடையானவையாம்.

2 ரூக்ஷணம்—வறட்சி யுண்டாகுமாறு செய்யப்படும் சிகித்ஸை.

3. க்ருதத்தை அநேகவிதமான ஔஷதிகளோடுசேர்த்து பக்குவம்செய்தால், அப்பொழுது அவ்வௌஷதிகளின் குணங்களைப் பெறுவதோடு அது தனக்குள்ள இயற்கையான சில குணங்களைவிடாமலே வைத்திருக்கு மியல்புடையதாகையால் இவ்வாறு கூறப்பட்டதென்க,

---

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்:
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol III. | நள ௵ சித்திரை ௴—MAY—1916. | ஸஞ்சிகை 9. No. 9.

ENLARGEMENT OF THE SPLEEN AND LIVER IN CHILDREN.

குழந்தைகளுக்கு வயிற்றிலுண்டாகும் கட்டிகள்.

By U. S. JAGADISA AIYAR,
Physician and Surgeon.

அநேகம் குழந்தைகள் வயிற்றில் கட்டியுண்டாய் மரணமடைந்துபோகின்றன வென்பது ஸாதாரணமாய் எல்லோருக்கும் தெரிந்த விஷயம். பொதுவாய் ஜனங்கள் குழந்தைகளுக்கு வயிற்றில் கட்டியுண்டாய்விட்டதே யென்று மிகவும் திகிலடைந்து சிகித்ஸை செய்ய முயலுகிறார்கள். சிலபேர் குழந்தைகளுக்கு வயிற்றில் புதிதாக ஏதோ கட்டிகள் உற்பத்தியாவதாகவும், அவற்றை "குலைக் கட்டி" யென்றும் "ஆமக்கட்டி" யென்றும், "பக்கக்கட்டி" யென்றும் பலவாறாய் சொல்லுகிறார்கள்.* இக்கொடிய வியாதியினால் அநேகம் குழந்தைகள் உயிரிழந்து விடுவதை நாம் பார்த்துவருகிறோம். இவற்றிற்கு வேண்டிய சிகித்ஸைகளையும் உடனே செய்கிறதில்லை. இக்கட்டிகள் என்னவென்றால்—வயிற்றுக்குள் ஏற்கனவே இரு புறங்களிலும் அமைந்துள்ள ப்லீஹம் அல்லது மண்ணீரல், யக்ருத் அல்லது கல்லீரல் என்னும் கிரந்தி ரூபமான (glands) அவயவங்கள் சில காரணங்களால் வீங்கிப்போவதாலுண்டான (Enlargement of the spleen & liver) வியாதியே யன்றி, வேறே நூதனமாய் வயிற்றில் ஏற்பட்ட கட்டிகள் அல்ல; குடலில் உண்டாகும் கட்டிகளுமல்ல.

இந்த வியாதி உண்டாய்விடுமோ யென்கிற பயம் பெரும்பாலும் ஒவ்வொரு குழந்தையின் தாயாரின் மனதிலும் குடிகொண்டிருப்பது வழக்கம். இதன் காரணங்களை உள்ளபடி அறியாமல் மூடத்தனத்தினால் அநேகம் பேர் வீணில் பயப்படுகின்றனர். வயிற்றில் கட்டியுண்டாய் விட்டால், குழந்தை பிழைக்க இனி ஹேது ஒன்றுமில்லை யென்று கைவிடுகிறார்கள்.

வயிற்றில் கட்டியுண்டாவதற்கான காரணங்களில் சில இதனடியில் குறிக்கப்படுகின்றன:-

1. ஜாக்கிரதைக்குறைவோடு குழந்தைகளுக்கு உணவளித்தல்.

2. ஆஹாரத்தை மிதமிஞ்சி ஊட்டுதல்.

3. கெட்டுப்போன உணவுகளை அளித்து வருதல்.

* "குலை" யென்றால் மார்புக்குக் கீழே நாபிக்கு மேலாக அடங்கியுள்ள உட்புறக்குழியான வயிற்றைக் குறிப்பிடுவதற்கு வழங்கும் பதம்; ஆகவே குலையிலடங்கிய கிரந்திகள் வீங்குவதால் "குலைக்கட்டி" யென்பார்கள். கல்லீரலுக்கே குலையென்றும் பெயர் என்று சிலர் கூறுவர். "ஆமம்" என்றால் அஜீர்ணம் அல்லது அக்னிமாந்த்யத்திற்குப் பெயர்; அவ்விதஆமதோஷத்தினால் உண்டாகும் கட்டி "ஆமக்கட்டி" (ஆமைக்கட்டியல்ல) என்று யக்ருத்வ்ருத்தியைக் கூறுவர்; அக்னிமந்தப்பட்டு ஏற்படுகிறதென்று கருதி மாந்தக்கட்டி யென்றும் வழங்குவர். ப்லீஹம் யக்ருத் இரண்டும் வயிற்றில் முறையே இடது பக்கத்திலும் வலது பக்கத்திலும் இருந்து வருவதாலும், வீங்கிய நிலைமையிலும் பக்கவாட்டிலேயே பெரும்பாலும் காணப்படுவதாலும் "பக்கக்கட்டிகள்" என்றும் கூறப்படலாம்.—ப-ர். வை. க.

4. மலேரியா என்று கூறப்படும் விஷமஜ்வரஸம்பந்தமான விஷக்கிருமிகள் பரவியிருக்கும் பிரதேசங்களில் வஸித்தல்.

5. மண், சாம்பர் முதலியவற்றைச் சாப்பிடுதல்.

6. எளிதில் ஜீர்ணமாகக்கூடாத குருத்துணமுள்ள உணவுப் பொருட்களைக் கொடுத்தல்.

7. ஆரோக்கிய முறைகளில் கவனம் செலுத்தாமல் குழந்தைகளை வளர்த்தல்.

8. மலச்சிக்கல். என்பவையாம்.

குழந்தைகளுடைய வயிற்றில் ப்லீஹமும் யக்ருத்தும் (அல்லது மண்ணீரலும் கல்லீரலும்) மிக மிருதுவாயிருக்கும். அவை கிரமமாக நாளடைவில் முதிர்ந்து கடினமாயாகி வரும். அழற்சி தரும் எவ்விதமான வஸ்துவும் மிருதுவான அவ்வவயவங்களுக்குப் போனால், அவற்றில் இரத்தவோட்டம் இயற்கையினும் அதிகமாவது வழக்கம். அதனால் அந்த அவயவங்கள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் பெருக்க ஆரம்பிக்கும். அப்பொழுது அவற்றிற்கு அருகிலுள்ள மற்ற அவயவங்களும் அதனால் ஒருவாறு கஷ்டத்திற்கு உள்ளாகின்றன.

வயிற்றில் கட்டியேற்பட்டால் கிரமமாகக் காணக்கூடிய குறிகளாவன:—

1. மலச்சிக்கல் உண்டாதல்.

2. வயிறு நாளுக்குநாள் கிரமமாகப் பெருத்துக்கொண்டு வருதல்.

3. வாந்தி ஏற்படுதல்.

4. காய்ச்சல் ஸம்பவித்தல்.

5. உட்கொண்ட உணவு வயிற்றில் தங்காமல் கக்கப்படுதல்.

6. இரண்டு விலாப்பக்கங்களிலும் அழுத்தினால் வலியுண்டாதல்.

7. தேஹம் பொதுவில் இளைத்துக்கொண்டு வருதல்.

8. உடல் வெளிறிப்போதல்.

9. நாடி நடை வெகு துரிதமாய் அடித்தல்.

10. நித்திரையுண்டாகாமல் எப்பொழுதும் அழுதல்.

இவற்றிற்கு ஸாதாரணமாய் செய்யக்கூடிய சிகித்ஸை பின்வருமாறு :—

குழந்தைகளுக்கு இந்த வியாதிகள் ஸம்பவித்தால், அநேகம் பேர் குழந்தை வைத்தியத்தில் பேர்போனவர்களென்று சொல்லப்படும் வைத்தியர்களிடம் சென்று அவற்றிற்கு சிகித்ஸை செய்வார்கள். பொதுப்பட ஏதோ கட்டி யெண்ணெய்* என்று சொல்லப்படுகிற மருந்தெண்ணெயைக் கொடுத்து வருவதால் அந்தக் கட்டிகள் கரைந்து, மலத்தோடு வெளிப்பட்டு விடுகிறதென்பது நமதுதேசத்தில் (தென்னிந்தியாவில்) பெரும்பான்மையான ஸாதாரண ஜனங்களுடைய கொள்கை. அந்த எண்ணெய்க்கு விரேசநம்—பேதநம் அல்லது பேதீ (Cathartic—Purgative) என்னும் செய்கைக்கு அவசியமான குணங்களுண்டே யொழிய வேறொன்றுமில்லை. அதனால் குழந்தைகள் சில ஸமயம் மிகவும் மெலிந்துவிடுகின்றன. ஆனால் வயிறு பருத்துப் பொருமலுடன் கூடியிருந்த நிலைமைமட்டும் கொஞ்சம் குறைந்திருப்பதாகக் காணக்கூடும்.

அநேகம் குழந்தைகளுக்குக் குலைக்கட்டி உண்டாயிருப்பதாகவும், அது (Enlargement of the Liver) அநுகூலமாகாதென்றும் கைவிடுகிறார்கள். வியாதியின் தத்துவத்தை ஆரம்பத்திலேயே நன்றாக ஆய்ந்தோய்ந்து கவனித்து, அதற்கு ஏற்ற ஔஷதங்களைக் கொடுத்துவரும்பக்ஷத்தில், அது சௌக்கியமாகாமற் போகாது. சிகித்ஸையை எவ்வளவு சீக்கிரத்தில் ஆரம்பிக்கக்கூடுமோ அவ்வளவு சீக்கிரத்தில் ஆரம்பித்துச் செய்வது உத்தமம். வியாதியை முற்றவிடும்பக்ஷத்தில் அது முடிவில் கெடுதலைத்தான் உண்டுபண்ணும்.

அயம், கொய்னா, நிலவேம்பு இவை முதலியவற்றை, மலச்சிக்கலை நிவ்ருத்திக்கக்கூடிய

* இவ்வித மருந்தெண்ணெயை "மாந்தயெண்ணெய்" என்று ஸாதாரணமாய் வழங்குகிறார்கள்.

மருந்துகளோடும், இரத்தத்தைச் சுத்திசெய்து ஜ்வரஹரமான குணங்களை யுண்டுபண்ணும் வேறு ஔஷதச் சரக்குகளோடும் கலந்து உபயோகித்துவந்தால் அநுகூலம் உண்டாகும்; அநுகூலமாகுமென்று நான் ஸாதாரணமாகச் சொல்லிவிடவில்லை; இப்பிணியுண்ட குழந்தைகளில் 100-க்கு 95-வீதம் சௌக்கியமடையும். "லிவரின்" (Liverine) என்னும் ஒரு மருந்து மேற்கண்ட சரக்குகளைச் சேர்த்துத் தயார்செய்யப்பட்டது. அதனால் இந்த வயிற்றுக்கட்டிகள் நிவ்ருத்தியாவதாக அநுபவத்தில் நன்றாக அறியப்பட்டிருக்கிறது.

இதில் குழந்தைகளின் பெற்றோர்கள் கவனிக்கவேண்டிய சில அம்சங்களை மீண்டும் குறிப்பிடுகின்றேன் :—

1. சுத்தமான ஆஹாரம், சுத்தமான வாயு இவை அவசியமானவை.

2. மிதமிஞ்சிய உணவு உதவாது.

3. மலச்சிக்கல் சிறிதும் ஏற்படாமல் கவனிக்கவேண்டும்.

4. எளிதில் ஜீர்ணமாகும் ஆஹாரங்களை ஊட்டிவரவேண்டும்.

5. ஆரோக்கியத்திற்கு ஆதாரமான முறைகளை எப்பொழுதும் கவனித்து வரவேண்டும்.

ஔஷதச்சரக்குகளின் பஞ்சம்.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும் கிடைப்பது மிகவும் அரிதாய்விட்டபடியால், அமெரிக்கா தேசத்து ஐக்கியமாகாணத்து ஜனங்கள் "ஆரோக்கிய நிலைமையைக் காப்பதற்கு" வெகு சிரத்தை யெடுத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். அம் மாகாணத்திற்கு தேவையான ஔஷதங்களில் 100-க்கு 75 பாகம் ஐரோப்பாவிலிருந்தே வந்துகொண்டிருந்தது; இப்பொழுது யுத்தத்தினால் அவ்வளவு சரக்குக் கிடைக்க வழியில்லை. வியாதிகளை ஸ்வஸ்த்தம் செய்வதற்கு ஔஷதங்களையேகதியென்று நம்பியிராமல், "ஆரோக்கிய முறைகளை ஒழுங்குதவறாமல் காத்துவருவது மிகவும் ச்லாக்யமான காரியம்" என்பதை அநுஸரித்து, கட்டாயமாய் அநேக முயற்சிகள் செய்யவேண்டி நேரிட்டது. யுத்தத்தினால் உண்டாகும் அநேகம் சிறிய நன்மைகளுள் இதுவும் ஒன்று.

GUINEA-WORM DISEASE.

நரம்புச் சிலந்தி வியாதி.

BY R. NARAYAN, L.M. & S.
Editor, "Practical Medicine."

"சிகாகோ மெடிகல் யூனிட்" என்னும் வைத்திய ஸ்தாபனத்தில் ஸர்ஜென்களாக நியமிக்கப்பட்டிருக்கும் டாக்டர் ஜி. ஜி. டேவிஸ் என்பவரும் டாக்டர் ஹில்டன் என்பவரும் நரம்புச் சிலந்தி வியாதியைப்பற்றி சில விவரங்களை வெளியிட்டிருக்கின்றனர். இவ்விஷயம் ஒரு ப்ரிடிஷ் போர்வீரனுடைய தேஹத்திலுண்டான மேற்கூறிய வியாதியைக் கவனித்து வெளியிடப்பட்டதாகும். இது ஸம்பந்தமாக அவர்கள் கூறும் விஷயங்களின் ஸாராம்சம் பின்வருமாறு:—

அப் போர்வீரன் இந்தியாவில் ஐந்து வருஷகாலம் வஸித்து வந்தான். அதுவரையில் அவனுடம்பில் இவ்வியாதியின் குறி ஒன்றும் காணப்படவில்லை. அப்பால் அவனுடைய இரண்டு பாதங்களிலும் கருக்குள்ள தக்கிக் கம்பிகள் தாக்கி சில காயங்கள் உண்டாயின. ஆரம்பத்தில் அவ்விரணங்கள் அவ்வளவு பெரியவைகளாயில்லை; பிறகு சீக்கிரத்தில் அயோடைன் (Iodine) என்னும் ஔஷதத்தை மட்டும் சிறிது தடவிவந்ததில் முற்றிலும் அவை ஆறிவிட்டதாகவும் காணப்பட்டன. பிறகு மூன்று வாரங்களுக்கெல்லாம், எப்படியோ, இடது பாதம் மிக மிருதுவாகவும், அப்பால் சிறிது புண்களுடன் கூடியதாகவும் காணப்பட்டது; கிரமமாக அது சீழ்க் கொள்ளவும் ஆரம்பித்தது.

இராணுவ சஸ்திரசிகித்ஸகர் அந்தச் சீழ்க் கட்டியை அறுத்து, முறைப்படி சுத்திசெய்து பந்தனம் செய்தார். அந்த விரணத்தில் சில பாகம் ஆறிவந்து, பிறகு மறுபடியும் வீக்கங் கண்டு விட்டது: அது மீண்டும் அறுத்து சிகித்ஸை செய்யப்பட்டது.

முதலில் தனக்கு சிறிது காயம் உண்டானபோது, அதே ஸமயத்தில் தன் இடது கையி

முழங்கைக்குக் கீழே உட்புறமாக வெளுத்துத் தடித்துள்ள ஒரு கொப்புளம் காணப்பட்டதாக அப்பிணியாளி கூறுகிறான். இந்தியாவில் தன்னுடன் ஸஹாயமாயிருந்து வந்த ஒரு நண்பன், கொப்புளத்தை உடைத்து, அதிலிருந்து வெளியான ஒரு கிருமியை ஜாக்கிரதையாக ஒரு பென்ஸிலில் சுற்றிவந்து, கிரமமாக வெளிப்படுத்திவிட்டதாகவும் சொல்லுகிறான். அந்தக் கிருமி இரண்டு அடி நீளம் இருந்ததாம். அப்பால் புண் ஆறிப்போயிற்று; புண் உண்டாயிருந்த இடத்தில் ஒரு நுண்ணிய காய்ப்பு போன்ற தடிப்பு மாத்திரம் இருந்து வந்தது.

பிணியாளி தனக்கு ஸ்த்ரீ ஸம்பந்தமான ஒரு வியாதியும் வந்ததில்லையென்றும், இந்தியாவில் இருக்கும்போது விஷமஜ்வரத்தினால் மட்டும் வருந்தியதுண்டென்றும் சொல்லுகிறான். சிறுவயதில் அவனுக்கு ஏதேனும் பலமான வியாதி வந்ததாகவும் தெரியவில்லையாம்; ஆனால் 1911-ம் வருஷத்தில் தொண்டையில் களகண்டி (Tonsilitis) என்னும் வியாதி வெகு மும்முரமாக வந்து அவன் கஷ்டப்பட்டதுண்டென்று சொல்லுகிறான். அவனுடைய குடும்பத்திலும் விசேஷமான வியாதியினால் வருந்தியவரும் இல்லையென்றே தெரியவருகிறது.

இடது பாதத்தில் கணுக்காலுக்கு ஸமீபத்தில் உண்டாயிருந்த புண் பலவாறு ஒழுங்கீனமான உருவத்தோடு கூடியதாகக் காணப்பட்டது; வலது பாதத்தில் சிறிது மாத்திரம் பிளவுபட்டு வீங்கிய வட்டத்துடன் கூடின புண் ஒன்று இருந்தது. வங்க்ஷணக் கிரந்திகள் (Inguinal glands), முக்கியமாய் இடது துடையிடுக்கின் கிரந்தி மிருதுவாகவும் வீங்கியும் இருந்தன. அவனுக்கு நாட்பட்ட குரல்வளை வீக்கமும், முதுகிலும் மார்பிலும் சில விஸர்ப்பங்களும் உண்டு. அவன் தேஹத்திலிருந்து அநேகம் கிருமிகள் வெளிப்படுத்தப்பட்டன; அவற்றுள் ஒன்று மாத்திரம் முழுமையாகவும், மற்றவை துண்டுதுண்டாகவும் வெளிவந்தன.

இவ்விஷயமாக இன்னும் விஸ்தாரமாய் அந்த ஸர்ஜன்கள் சில பரிசோதனைகளைச் செய்து வந்ததில், ஒருவனுடைய தேஹத்தில் இவ்வாறு முழுமையாகவும் துண்டங்களாகவும் அநேகம் சிலந்திக் கிருமிகள் விருத்தியாய் அடிக்கடி வெளிப்பட்டது ஒரு புதுமையென்றும், அவனுக்கு மற்றவருக்குண்டாகாத வெவ்வேறு குறிகள் வெவ்வேறு அவயவங்களில் தோன்றியது இன்னும் விநோதமென்றும் கூறுகிறார்கள். இப்போர்வீரனுக்கு இவ்வியாதி இந்தியாவிலேயே ஸம்பந்தித்திருக்கவேண்டுமென்றும், ஆனால் முட்கம்பிகள் தாக்கி விரணமுண்டான ஸமயத்திலேயே இவ்வியாதி தனக்கு நேர்ந்திருக்கிறதென்று பிணியாளி கூறுவதும், காயம்பட்டவிடத்தில் கிருமி வெளியில் காணப்பட்டதென்று சொல்வதும் குறிப்பிடக்கூடிய விஷயங்கள் என்றும் அந்த சஸ்திரசிகித்ஸகர்கள் கூறுகின்றனர். காயம்பட்ட ஸமயத்திலேயே இவ்வியாதியின் கூறுகள் தேஹத்தில் பற்றியதற்கு முகாந்தரங்களாகக் கூடுமாவென்பதும் ஒரு கேள்வியாகும். சீதளமான பிரதேசங்களில் இவ்வியாதி உண்டாவது அரிதென்பது அநுபவஸித்தமான விஷயம்; ஆகவே இவ்வியாதி நபது இப்பிணியாளிக்கு முட்கம்பி தாக்கியதால் அதே ஸமயத்தில் அப்பிரதேசத்தில் தேஹத்தில் பற்றியதா, அல்லது இந்தியாவில் வெகு நாட்களுக்கு முன்னமே பற்றி உடம்பில் ஊறிவந்ததா வென்று சிறிது யோசித்தாலே விளங்கும்.

COLD IN THE HEAD

ஜலதோஷம்.

BY, K. SUBRAHMANYA AIYAR,
Ayurvedic Physician.

ஜலதோஷம் பிடித்திருக்கும்பொழுது தொண்டை, தலை முதலிய பாகங்களில் மாத்திரம் நோவாயிருப்பதால் அவற்றிற்குமாத்திரம் மருந்துபோடுவது வழக்கம். இப்படிச் செய்வதால் தற்காலத்திற்கு அதைச்சாந்தி செய்யலாமெனினும் மறுபடி வரவொட்டாதபடி செய்யமுடியாது. ஜலதோஷமென்றால் சீதளம் அதிகப்பட்டிருக்கிறதென்றெண்ணுதல் பிழையாம். தேஹத்தில் எப்பொழுதும் உஷ்ணம் உண்டாகிக் கொண்டேயிருக்கின்றது. இதற்குக் காரணமாகிய இரத்த ஓட்டம் ச்வாஸம் முதலியவற்றில் ஏதோ பிசகிருப்பதனாற்றான் ஜலதோஷமுண்டாகும். சிலவேளையில் தேஹத்தில் உஷ்ணம் அதிகமாயுண்டாகும். அப்பொழுது அதிகமாயிருக்கும் உஷ்ணம் சர்மத்தின் வழியாக வேர்வைரூபமாகப் போய்விடும். தேஹத்தில் அதிகமாக உண்டாகும் உஷ்ணத்தை வேர்வைரூபமாக வெளியே போகச்செய்வதுதான் சர்மத்தின் முக்கியமான சக்தி. ஆகையால் ஜலதோஷம் வராமலிருக்கச்செய்ய சர்மத்தின் தொழில் சரிவர நடக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ளவேண்டியது. ஒன்றின்மேலொன்றாக அநேக உடுப்புகளைப் போட்டுக் கொள்ளுவதாலும், உள்ளே பட்டு—பருத்தி முதலிய வற்றாற்செய்த உடுப்புகளைப் போட்டுக் கொள்ளுவதாலும் வேர்வைக்குத் தடங்கலாகும். உரோமத்தாற் செய்யப்பட்ட ஆடைகளை உள்ளே போட்டுக்கொண்டால் வேர்வைக்குத் தடங்கலுண்டாகாது. கெட்டிக் கம்பளிகளைப் போட்டுக்கொள்வதைவிட மெலிதானவற்றைப் போட்டுக் கொள்ளுவது நலம். உள்ளே போட்டுக்கொள்ளும் சட்டைகள் வேர்வை தாராளமாக உண்டாவதைத் தடைசெய்யாதபடி மெல்லியதாகவும், வெளியே போட்டுக்கொள்ளும் சட்டைகள் காலத்துக்குத்தக்கபடி மெலிதாகவாவது கெட்டியாகவாவது இருக்கவேண்டும். அதிகமாக உடுப்புகளைப் போட்டுக் கொள்ளுகிறவர்களுக்கு ஜலதோஷம் விசேஷமாகப்பிடிக்கும். தலை, முகம், கழுத்து இம்மூன்றும் குளிருக்கு வாடிக்கைப்பட்டிருப்பதால் இவற்றை மூடுவது அவசியமல்ல. இவற்றை மூடினால் நோயுண்டாகும். தொண்டைக் கட்டிக்கொள்ளாதிருக்கச்செய்ய கழுத்துப்பட்டிகளைச் சுற்றிக் கொள்வது பிசகு. தேஹமுழுவதும் ஒரே சுமாராகப் போர்த்திருக்கவேண்டும்; ஒரு பாகத்தை அதிகமாகப் போர்த்துக் கொண்டிருந்தால் அதன்பாகம் பலமற்றுப்போம். வழக்கமாய் பிரதிதினமும் வெந்நீரில் ஸ்நாநம் செய்வதைவிட குளிர்ந்த ஜல ஸ்நாநம் செய்வதே மேலாம். ஜலதோஷம் உண்டாயிருக்கையில்மட்டும் தாங்கக்கூடிய சூடுள்ள ஜலத்தை ஸ்நாநபாநாதிகளுக்கு உபயோகிக்கவேண்டும்.

மனிதரின் ஜீவிதகால அளவு

சுமார் 3000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு மனிதர் சராசரி 20 வயதுக்கு அதிகமாக ஜீவித்திருந்ததில்லை. மரணவிகிதம் மிக்க அதிகமாயிருக்கையில் ஜனன விகிதமும் கூட வெகு அதிகமாகவே இருந்துவந்தது. நமக்குத் தெரிந்தவரையில் கொடுமையும் கொள்ளைநோயும் பரவி, பல்லாயிரக்கணக்காகப் பிரஜைகளின் உயிர்கள் சூறையாடப்பட்ட அப்பண்டைக்காலங்களில் தற்காலத்தில் நாம் வாழும் நாகரிகவாழ்வு மிகவும் துர்லபமாயிருந்தது. இப்பொழுது யுனைடெட் கிங்டம் என்னும் இவ்வைக்கிய ராஜ்யத்தில் ஜனங்களுடைய வயது சராசரி 40 வருஷகாலமாகும்; அல்லது முன்னிருந்ததைவிட இரட்டிப்பாக விருத்தியடைந்திருக்கிறது. இவ்வாறு மனிதருடைய ஜீவிதகால அளவு அதிகமானதற்கு ஆரோக்கியமார்க்கங்களை அநுஸரித்து இராஜாங்கத்தார் செய்துவரும் அநேகவிதமான சீர்திருத்தங்களே காரணமாகும்.—Good Health.

HOLIDAYS AND THEIR USES.

விடுமுறை நாட்களும் அவற்றின் உபயோகங்களும்.

BY M. S. AIYANGAR,
Ayurvedic Medical Practitioner.

இங்கிலாந்தில் தனவான்கள் மாத்திரமல்ல, ஸாதாரணமாக சற்று நல்ல ஸ்திதியிலிருப்பவர்கள் யாவரும் "விடுமுறைகாலம் வருகிறதே எங்கே போகலாம்" என்று விதம்விதமாக யோசனைசெய்வதுண்டு. பற்பல ஸௌக்கியங்களையும் அஸௌக்கியங்களையும் யோசித்துப் பார்த்து கடைசியாக ஒரு ஸ்தலத்தை மாத்திரம் நிச்சயிக்கிறார்கள். இவ்விஷயத்தில் அவரவர்களின் மனோநோக்கம் செல்லுகிறபடிக்கும், வெளியிடம் போகிறதற்குத்தக்கபடியும், செலவிற்குப்பணம் கிடைப்பதற்கு ஒத்ததாயும் ஏற்பாடு செய்துகொள்ளுகிறார்களே யன்றி விடுமுறைநாளின் முக்யமான கருத்து நிறைவேறுகிறதாவென்று பார்க்கிறதில்லை. விடுமுறைநாளின் உபயோகம் இப்படியாயிற்றேயென்று கவனிக்க மறந்துபோகிறார்கள். விடுமுறைநாள் ஒரு உபயோகத்துக்குச் சாதனமேயல்லாமல் சுயமாகவே ஒரு உபயோகமுடையதல்ல; இந்த ஸூக்ஷ்மத்தை மறந்தால் விடுமுறைகாலமானது நன்மைதருவது நீங்கி தீங்கைவிளைவிக்கும். மற்ற ஸௌக்கியங்களையும் அததற்குத் தக்கபடி யோசித்துக் கொள்ளவேண்டியது நியாயமே; ஆயினும் முக்கியமான கருத்தை மாத்திரம் தவிரவிடக்கூடாது.

2. நாம் இப்போது வேலைசெய்பவர்களைக்குறித்துப் பேசுகிறோம். ஒருவனுடைய அந்தஸ்து எதுவானாலும் சரி, அவன் செய்யுந்தொழிலானது எப்படியானாலும்சரி, சரீரப்பிரயாஸைப்பட்டு செய்யும் வேலையும், மனதினால் செய்யும்வேலையும் இரண்டும் வேலைதான். இப்படிப்பட்டவர்களுக்குத்தான் விடுமுறைநாள் என்பது. சோம்பேறிகளுக்கு விடுமுறை ஏன்? அவர்களுடைய ஆயுட்காலமே ஒரே விடுமுறையாயிருக்கிறது. விடுமுறையின் அருமையை அறிந்து அனுபவிப்பது வேலை செய்பவர்களேயாதலால் அவர்கள் தெரிந்துகொள்ளும்பொருட்டு விடுமுறையின் நியாயத்தையும் உபயோகத்தையும்பற்றிச் சுருக்கமாகச் சொல்லுகிறேன். விடுமுறை என்பது முற்காலத்தில் கிடையாதே, நூதன ஏற்பாடுதானே என்று சிலர் சொல்வதுண்டு; இது மிகவும் பிசகு. மனிதனுக்கு விடுமுறையில்லாமல் முடியாது; மனிதன் என்றைக்குப் பூமியில் தோன்றினானோ அது முதல் விடுமுறை என்பதுமுண்டு. ஆனால் இக்காலத்தில் நாம் விடுமுறைகொண்டாடுவது ஒருவிதம், முன்னவர்கள் நடத்தியது ஒருவிதம் இப்போது நாம் விடுமுறையை ஒரேகாலத்தில் மொத்தமாக வைத்துக்கொண்டு தூரதேசம்போய் புதுக்காற்றையும் புதுச்காட்சியையும் அனுபவிக்கிறோம்; அக்காலத்திலோ விடுமுறைகாலமானது ஒவ்வொருநாளாகச் சில்லரை சில்லரையாகப் பரவிக்கிடந்தமையால் அப்படிப்பட்ட குறுகிய ஓய்வு காலங்களில் வீட்டிலேயேயிருந்து ஆறுதல் அடைவதும் ஸமீபமான இடங்களுக்குப்போய் வருவதுமாயிருந்தார்கள். காலத்தின் சுபாவத்தினால் இந்த மாறுதல் உண்டாயிருக்கிறதல்லாமல் நியாயம் மாத்திரம் எப்போதும் ஒன்றுதான். வரவர இக்காலத்தில் நமது வேலையானது அதிக கடினமாகவும் அதிக மனக்கவலையுள்ளதாகவும் ஆகிவிட்டது; அன்றியும் அடர்ந்த நகரங்களில் மேன்மேலும் ஜனங்கள் போய்க்கூடி ஒருவர்மேலொருவர் இடித்துக்கொள்ளும்படியாக வந்துவிட்டது. புகைவண்டி கண்டுபிடித்த பிறகு யாத்திரைசெய்வதும் எளிதாகயிருக்கிறது. இவ்வளவு பேதங்கள் இருந்தாலும் வேலையினின்று ஓய்வு அடையவேணும் என்பது மட்டும் முன்னவர்களுக்கும் நமக்கும் சரிதான்.

3. விடுமுறையின் தாத்பரியத்தையும் காரியத்தையும் பிரயோஜனத்தையும் இரண்டுவார்த்தையில் சுருக்கிச்சொல்ல வேணுமானால் தளருகிற மனதை முன்போல உத்ஸாஹப்படுத்துவதுதான் என்று சொல்லிவிடலாம். மனதும் சரீரமும் ஒன்றுக்கொன்று அன்னியோன்னிய ஸம்பந்தமுள்ளதாய், இது அதைப்பற்றுவதும் அது இதைப்பற்றுவதுமாக யிருப்பதால், மனதுக்குத் தேர்ச்சியுண்டாகும்போதே சரீரமும் பலத்தையடையும். மனதானது வேலைசெய்யச் செய்ய அதனுடைய இருப்பிடமாகிய மூளையானது கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தேய்ந்துபோகும்; அதை அப்போதைக்கப்போது சீர்திருத்திக்கொள்வதுதான் விடுமுறையின் முக்கிய பிரயோஜனமென்பதை அனேகர் ஞாபகத்தில் வைப்பதில்லை. விடுமுறை காலம் கழித்து மறுபடி வேலைக்கு வரும்போது அவ்வேலையில் குதூஹலமாகப் புத்தி நுழையாமல் அருவருப்புண்டாகுமானால் விடுமுறையின் கருத்து நிறைவேறினதாக ஆகமாட்டாது.

4. விடுமுறையின் முக்கியமான பிரயோஜனம் இன்னதென்று மேற்கூறியபடி அறிந்துகொண்டால்

அதைச் சேர்ந்த மற்ற நியாயங்களையெல்லாம் எளிதில் தெரிந்துகொள்ளலாம். இவைகளில் முதன்மையானது யாதெனில், விடுமுறையென்கிற பதத்தில் ஓய்வு, அல்லது இளைப்பாறுதல் என்கிற அர்த்தம் பொருந்தியிருக்கிறது. கடவுளின் படைப்புகள் யாவற்றிலும் வேலைக்குப் பிறகு ஓய்வு அவசியம் என்கிற நியாயத்தைக் காணலாம்; நமது சரீரத்தின் ஒவ்வொரு நுட்பமான அவயவத்திலும் நரம்பிலும் இந்த நியாயம் தவறுகிறதில்லை. நாம் சாப்பிடும் ஆஹாரம் ஜீர்ணமானவுடனே ஜீர்ணக் கருவிகளாகிய குடலும் இரைப்பை முதலியவைகளும் சற்றுநேரம் ஓய்வை அபேக்ஷிக்கின்றன. மார்பு திடுதிடுவென்று அடித்துக்கொண்டபிறகும் மூச்சு எழும்பி இறங்கினவுடனேயும் இளைப்பாறவேண்டியிருக்கிறது. இவ்வாறு ஓய்வுகள் சற்றுநேரம் போதுமானவை; புத்தி பூர்வமாகவும் புத்தி பூர்வமல்லாமலும் மனதைச் செலுத்தி நாள்முழுவதும் வேலை செய்தபிறகோ அதிகமாக ஆறுதல் வேண்டும்; இதுதான் இரவில் தூங்கும் ஆரோக்கியமான தூக்கம். இவ்வாறே தினந்தோறும் ஒரே இடத்தில் ஒரே மனிதர்களுடன் ஒரே வேலையை ஒரேவிதமாகச் செய்துகொண்டிருந்தால் சரீரமும் மனதும் புத்தியும் தளர்ச்சியடைந்து அவ்வேலையினின்றும் ஓய்வைத் தேடுகின்றன.

5. ஓய்வு என்றால் மாறுதல். இக்காலத்திலுள்ள நமக்கோ நல்ல வேளையாய் ரெயில்வண்டியும் புகைக்கப்பலும் இருக்கின்றன. நினைத்தபோதே எவ்வளவுதூரம் வேணுமானாலும் சென்று, புதுதேசத்தையும் புது மனிதர்களையும் புதுக்காட்சிகளையும் காணலாம். உள்நாடு என்ன, கடற்கரை என்ன, மலையடிவாரமென்ன, அன்னியதேசமென்ன இவைகளெல்லாம் நாம் எளிதில் போய்ச் சேரக்கூடியவையாயிருக்கின்றன. புதிய காற்றும், புதிய சப்தங்களும், புதிய கண்காட்சிகளும், புது மனிதர்களும், அவர்களில் ஒவ்வொருவருடைய விதம்விதமான நடையுடை பாவனைகளும் நமக்கு நல்ல ஔஷதம்போலாகி மனதுக்கு நூதனமான உணவைக்கொடுத்துக் களிப்பை உண்டுபண்ணுகின்றன; சுகமான ஓய்வு என்றால் சோம்பேறித்தனம் என்பதல்ல; மற்றென்னெனில் வேலையின் வேறுபாடு என்று அறிக.

6. இன்னொரு விஷயமும் முக்கியமாகக் குறிப்பில் வைக்கவேண்டும்; அது யாதெனில் நாம் ஓய்வை உத்தேசித்து வேறு இடத்துக்குப் போகும்போது நம்முடைய வழக்கமான மனக்கவலைகளையும், பலவித ஸங்கடங்களையும் மூட்டை கட்டிக்கொண்டு போகாமல், ஊரிலேயே அவற்றை நிறுத்திவிட்டுப் போகவேண்டியது. அப்படியில்லையாயின் யாத்திரை செய்வோர் இடத்தை மட்டும் மாற்றுகிறார்களேயன்றி மனதை மாற்றுவதில்லையென்று வேடிக்கையாக ஒரு பெரியவர் சொன்னதுபோலாகும் யார் ஒருவன் தன் மனதிலிருந்து ஒருவிஷயத்தை முற்றிலும் அப்புறப்படுத்தி, மற்றொரு விஷயத்தில் மனதைச் செலுத்த வல்லவனோ அவனுக்குத்தான் ஸௌக்கியமும் ஆநந்தமும் மனத்துணிவும் உண்டு ஓய்வு நாளின்சுகத்தை நாம் அனுபவிக்கும்போது நம்முடைய மனதில் கவலையென்பது கொஞ்சமேனும் இருக்கக்கூடாது

7. ஓய்வு அல்லது விடுமுறைக்கு எது தகுந்தகாலம் என்று கேட்டால், எப்போது ஒருவன் தன்னுடைய வேலையைச் சுலபமாக நிறுத்திவிட்டுப்போகக்கூடுமோ அதுதான் சரியானகாலமென்று சொல்லவேணும். சொந்த ஊரைவிட்டு மற்ற எந்த ஊருக்காவது, அன்னிய தேசத்துக்காவது போவதற்கு வஸந்தகாலம் சிரேஷ்டமென்று யாவருக்கும் தெரிந்தவிஷயம்; ஆயினும் இது நிர்ப்பந்தமில்லை; எப்போது தேவையோ அப்போது ஓய்வை அனுபவிக்கலாம். வேலையின் நிர்ப்பந்தம் மனதில் உறைத்துக்கொண்டிருக்கும்போது பேருக்காகிலும் ஓய்வு அல்லது விடுமுறை பெறுதலால் பயனில்லை; கவலையிருக்கும்போது அனுபவிக்கும் சுகம் சுகமேயல்ல. வெகுதூரமான வெளியூரில் போயிருந்தாலும் தன்னுடைய நகரத்திலிருந்து நித்தியம் நித்தியம் தபால் கடிதங்கள் யாருக்கு வந்துகொண்டேயிருக்கின்றனவோ அவனுக்கு ஓய்வே கிடையாது. அன்றியும் ஒருவன் தன்னுடைய பெண்சாதி பிள்ளைகளை நகரத்தினின்று கொஞ்சந்தூரத்திலுள்ள வஸதியான ஒரு ஊரில் வைத்துவிட்டுத் தான்மாத்திரம் பிரதிதினமும் காலையிலும் மாலையிலும் நகரத்துக்கு வந்துகொண்டும் போய்க்கொண்டுமிருக்கலாம் என்று உத்தேசித்தால், அது இதைவிடக் கேடு.

8. இனி தீர்மானிக்கவேண்டிய விஷயம், ஓய்வுநாள் எவ்வளவு காலம்வரையில் நீடித்திருக்கவேணுமென்பது. அது அவரவர் ஸௌக்கியத்துக்குத் தக்கபடி எவ்வளவு அதிகமாயிருந்தாலும் இருக்கலாம்; ஆனால் குறைந்தபக்ஷம் 15 நாளாவது அன்னியதேசவாஸம் செய்யமுடியாதவனுக்கு ஓய்வுநாளின் சுகம் கிடைக்கமாட்டாது. மூன்றுவாரமானது சரியானகாலம்; ஒரு வாரம் காரிய கரமேயில்லை; சனிக்கிழமை ஞாயிற்றுக்கிழமைக்குள் ஓடிப்போய் ஓடிவருவது நிஷ்பிரயோ

ஜனம். எப்படியெனில், ஒரு அன்னிய ஊருக்குப் போவதானால் பிரயாணத்துக்கு வேண்டிய முன் ஏற்பாடுகள் செய்யவேண்டியிருக்கும்; பிரயாணமே ஒரு நாள் இரண்டுநாள் பிடிக்கும். புது ஊருக்குப் போனவுடனே அங்கே இடம் முதலானது புதிதாகையால் ஒரு நிதானத்துக்குவர ஒருநாள் பிடிக்கும்; ஆக எல்லாங்கூடி மூன்று நான்கு நாளாவது சென்றுவிடும்; பிறகுதான் சுகம் அனுபவிக்கத்தொடங்கி தேஹ ஆரோக்கியமும் மனக்களிப்பும் உண்டாகத் தொடங்கும். மறுபடியும் திரும்பிவரும்போது முன்போலவே இரண்டு மூன்றுநாள் அலைச்சலில் போய்விடும். ஆகையால் இடம் மாறுதலினால் நேரிடும் மாறுபாடுகளுக்கு இணங்க ஒருவாரம் போய்விட்டால், வாஸ்தவமான சுகம் பெறுவதற்கு மிகுதி இரண்டு வாரம்தான் தேறும். சனி ஞாயிறுகளில் செய்யும் அவசரப்பிரயாணமானது ஒய்வுநாளின் சுகத்தைத் தராவிட்டாலும் தேஹதிடமும், தெம்புமிருக்கிற உத்ஸாஹத்தைத் தரஹேதுவாகையால் அவர்களுக்கு அது மிகவும் பயன்படக்கூடியதுதான்.

9. ஒய்வுநாளை அனுபவிக்க அதிக ஆவல்கொண்டு அனேகர் அதனுடைய சுகங்களை இழப்பதுமன்றி மூடத்தனத்தால் கெடுதிகளையும் விளைவித்துக் கொள்ளுகிறார்கள். பிரயாணத்தினால் உண்டாகும் காற்று மாறுதலினால் முதலில் இரண்டு மூன்றுநாள் நமது ஜீர்ணக்கருவிகள் அதிக சிரமத்தை யடைந்திருக்கும்; முக்கியமானது ஸமுத்திரக் காற்றுப்பட்டால் இது அவசியம் நேரும், ஆகையால் புது இடம் ஒத்துக்கொள்ளும்வரையில் மிகவும் ஜாக்கிரதையா யிருக்க வேணும்; ஆஹாரம் மிதமாகவும் லேசாகவும் இருக்க வேண்டும். அவ்வூரில் கிடைக்கும் புதிய கறி காய் கிழங்குகளை ஜீர்ணம் பண்ணிக்கொள்ள சக்தியுண்டாகும்வரையில் சண்டபடி புஜிக்கக்கூடாது. புது ஊருக்குப் போனவுடனே விரேசனத்துக்காக ஏதாவது கொஞ்சம் லகுவான மருந்து சாப்பிடுவது நல்லது. இதுதவிர இன்னொருவிதமான கெடுதியும் ஸம்பவிக்கிறதுண்டு. புதிய காற்றை அனுபவிக்க இவ்வளவு தூரதேசம் வந்திருக்கிறோமேயென்று சிலர் பரபரப்பாக வெளியேபோய் உலாவுதல்முதலிய தேஹப்பயிற்சிகளை வாடிக்கைக்கு அதிகபாசச் செய்துவிடுகிறார்கள். வெளியிலே ஓடி அலைந்துதானா காற்றின் சுகத்தை அனுபவிக்கவேணும்? தேஹப்பயிற்சிகளில் அப்பியாஸமும் இளம் வயதும் உள்ளவர்களுக்கு இது சரியாகப்போகும். உட்கார்ந்த விடத்திலேயே வேலை பார்த்துக்கொண்டிருக்கிற வாடிக்கை யுள்ளவர்களாகவும் வயதும் சற்று முதிர்ந்து விட்டவர்களாகவுமிருந்தால், இது மிகுந்த கெடுதியை விளைவிக்கும்; இவர்கள் புது இடத்தில் அடைகிற லாபத்தைவிட தேஹத்திற்கும் மனதிற்கும் உண்டாகிற நஷ்டமானது மேலிட்டு ஊருக்குத் திரும்பிவரும்போது பலத்துடனேயும் வந்துசேராமல் வாடிவதங்கி முகம்சோர்ந்து தேஹம் இளைத்து முன்னிருந்ததைவிடக் கேடான நிலைமைக்கு வந்துவிடுவார்கள்.

10. விடுமுறைகாலத்தில் போகவேண்டிய இடங்கள் இப்படிப்பட்டவையென்று சொல்ல எத்தனிப்பது எளிதான காரியமல்ல. ஆரம்பத்தில் சொன்னபடியே அவரவர்களுடைய நோக்கங்களுக்கும் ஸௌக்கியங்களுக்கும் தக்கபடி பார்த்துக்கொள்ள வேண்டியதே தவிர இன்னின்னபடிதான் என்று சொல்லமுடியாது. ஆனால் பொதுவாக எந்த இடத்தில் யாருக்கு அதிக ஸௌக்கியம் கிடைக்குமோ அந்த இடத்துக்குப் போவது உசிதம். சிலருக்குக் கடற்காற்று அனுகூலமாயிருக்கும்: சிலருக்கு நாட்டுவாஸம் அனுகூலம் தரும்; இன்னும் சிலருக்கு ஸஞ்சாரமே பிரியமாயிருக்கும்; ஆனால் சிறு குழந்தைகளுக்குமாத்திரம் எப்போதும் கடற்கரைவாஸம் சிறந்தது; ஆகையால் சிறுவர்கள் வருஷந்தோறும் சிலநாள் கடற்கரையுள்ள ஸ்தலத்துக்குப் போய்வரும்படியான ஏற்பாட்டை அவர்களைப் பரிபாலிக்கும் தாய் தந்தையர்கள் செய்ய வேண்டியது. ஸஞ்சாரத்தில் ஊக்கமுடையவர்களும் நிதானமாகவும், ஸாவகாசமாகவும், ஸஞ்சாரம் செய்ய வேணுமேயல்லாது வண்டி ஏறுவதும், இறங்குவதும், மூட்டைகட்டுவதும், அவிழ்ப்பதும், இருப்புப்பாதை வண்டிவருகிற மணியையும் நிமிஷத்தையும் ஓயாமல் புஸ்தகத்தைப்பார்த்துக்கொண்டே ஓட்டமும் நடையுமாக அதிலும் திகிலுமாகப் பொழுதுபோக்குகிறவர்களுக்குச் சுகம் கொஞ்சமுங் கிடைக்கமாட்டாது.

11. மேற்கூறியவாறு சொல்லி யிருப்பதெல்லாம் நோயில்லாமல் ஸாதாரணமாகவும் கிரமமாகவும் தேஹ ஸௌக்கியம் பொருந்தியிருப்பவர்களுக்கேயென்று மனதில் வைக்கவேண்டும். பலங்குறைந்து மெலிவடைந்திருக்கிற நோயாளிகளுக்கோ ஒய்வுநாள் எவ்வளவு? அவர்கள் ஒழுங்கான வைத்திய முறையையல்லவோ நாடவேண்டும். அவர்கள் இருக்கவேண்டிய கிரமங்களையும் நடத்தவேண்டிய காரியங்களையும் பற்றி இங்கு சொல்லவில்லை; நல்ல தேஹஸ்திதியிலிருப்பவர்கள் கவனிக்கும்பொருட்டு சொல்லியிருப்பதால் அவர்கள் அவ்வாறே ஒய்வுநாளை வீணாகக் கழிக்காமல் சுகம் பெறும்வழியை நாடிச் செலவுசெய்து முன்னிலும் அதிக உத்ஸாஹத்துடனும் ஆவலுடனும் தம்தம் வேலைகளைச் செய்யும்படியான நிலைமையை அடைவார்களென்று நம்புகிறோம்.

12. நகரவாஸிகளாயிருக்கிறவர்கள் தங்கள் தங்கள் பெற்றோர் நாட்டுப்புறத்துக்குத் தம்மை அழைத்துக்கொண்டுபோக ஏற்பாடுசெய்திருக்கலாம். அவ்விடத்தில் நல்ல ஜலமும் நல்லகாற்றுமுள்ள தோப்பு, தோட்டம், ஆறு, ஏரி, குளம், கால்வாய், காடு, மலை, சோலை, சாலை இவைமுதலான இடங்களில் உலாவித் திரிந்து பல விதபக்ஷிகள் பறப்பதையும் பாடுவதையும் பார்த்துக் கேட்டுக் களிப்பார்கள். பக்ஷிக்கூடுகளையும் நானா வர்ண பூங்கொத்துகளையும் காய்கனிகளையும் தேடி சேகரித்துக்கொண்டுவந்து இருப்பிடத்தில் வைத்துப் பார்த்து ஒருத்தருக்கொருத்தர் தினந்தோறும் செய்து வருகிற விநோதங்களைச் சொல்லிக்கொண்டு ஸந்தோஷப்படுவார்கள். நாட்டுப்புறத்திலுள்ள பிள்ளைகள் கடலோரத்திலிருக்கும் பட்டணங்களுக்குச் சென்று கடலிற்காணும் காட்சியைப் பார்த்துப் பார்த்து வரும்பொது அவர்களுக் குண்டாகும் ஆச்சரியத்தையும் ஆநந்தத்தையும் இவ்வளவென்று அளவிட்டுச் சொல்ல யாரால் முடியும்?

13. நமது நாட்டுப்பிள்ளைகள் அப்போதைக்கப்போது விடுமுறைகாலத்தில் எங்கேபோயிருந்தாலும் பஞ்சேந்திரியங்களில் மூன்றை யாத்திரமாவது சுறுசுறுப்பாகக் கையாண்டு வருவார்களானால் அதைவிட உத்தமமான காரியம் ஒன்றுமில்லை. மெய், கண், செவியாகிய மூன்றை மாத்திரம் உபயோகிப்பார்களானால் பாடசாலைகளில் கற்றறிகின்ற புஸ்தகங்களுக்கெல்லாம் மேலான அற்புதமான புஸ்தகத்தைக் கண்ணுறப்பார்த்துப் பயனடைந்து வருவார்களல்லவா?

14. கலாநிதியைப்படிக்கும் நண்பர்களே! இந்த அற்புதமான புஸ்தகமாவது எதுவென்று ஆச்சரியத்துடன் கேட்கிறீர்களோ? அது இன்னதென்று விளங்கச் சொல்லுவோம் கேட்பீர்களாக. நாட்டுப்புறத்துக்குப் போயிருப்பீர்களானால் அந்த அருமையான புஸ்தகத்தில் ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் சித்திரவிசித்திரங்களைக் காண்பீர்கள். அந்தச் சித்திரப்படங்களில் பலவிதமான பசுமைநிறமே மூலவர்ணமாகத் தோன்றும். அப்புஸ்தகத்தில் கண்டறியத்தக்க விஷயங்களோ பாடசாலையில் கேட்டுவரும் பாடங்களைவிடப் புத்திக்குத் தெளிவாகவும் பிரத்தியக்ஷமாகவும் விளங்கக் காணுவீர்கள். அந்தப் புஸ்தகத்தைக் கண்டுதான் கவிராயர்கள் சற்பனைகளை உண்டாக்கிப் பாடிவருகிறார்கள். அதிலிருக்கும் சித்திரங்களை மேல்வரிச் சட்டமாக வைத்துக்கொண்டுதான் சிற்பி சித்திரக்காரர்கள் தங்கள் கைத்திறத்தைக் காட்டி காலத்தைக் கழிக்கிறார்கள். அதிலடங்கியிருக்கும் கதைகளோ உண்மையானகதைகளேயல்லாமல் கட்டுக்கதைகளல்ல. நிலத்திலும், நீரிலும், வானத்திலும் ஸஞ்சரிக்கின்ற மிருகங்கள், பக்ஷிகள், மீன்கள்முதலான பற்பல ஜீவராசிகளைப் பற்றிய அந்தக்கதைகளை ஆதியந்தமாக விவரித்துரைக்க யாவராலுமுடியாதே.

15. அந்த அற்புதங்கள் அடங்கிய புஸ்தகத்திற்குப் போர்வையாகிய மேற்கவசமோ சூரியகாந்திக் குற்றது போல் நிறங்கள் மாறிமாறி ஸர்வாலங்காரமாகவிருக்கும். பகற்காலத்தில் நீலவர்ணம் மேலிட்டுக் காட்டும்; இரவில் கறுப்புவர்ணப் பட்டில் பொன்நக்ஷத்திரங்கள் பதித்ததுபோலத் தோன்றும். நாம் சொல்லிக்காட்டாமல் நீங்களே இந்த அற்புதமான புஸ்தகத்தின்பேரின்னதென்று அறிந்துகொண்டிருக்கலாம். இதுதான் ஸர்வவல்லமையுள்ள கடவுள் கருணையால் படைத்து விளங்கக்காட்டிய ஸ்ருஷ்டிபுஸ்தகம்.

இராஜப்பிளவை உண்டாவதெப்படி?

“வியாதிகொண்ட ஆடுமாடுகள் குதிரை முதலியவற்றோடு பழகுவதால் ஜனங்களுக்கு இராஜப்பிளவை (authrax) உண்டாகின்றது; அல்லது வியாதிக்ரஸ்தமான மிருகங்களுடைய தோல், கம்பளம் (மயிர்கள்’ இவற்றின் ஸம்பந்தத்தாலும் இராஜப்பிளவை உண்டாகக்கூடும். அறிவிற்சிறந்த வைத்தியர்கள் இவ்விஷயத்தைப் பரிசோதித்துத் தெரிந்துகொள்வதற்கு முன்பு, இவ்வியாதியினால் மாண்டுபோன மிருகங்களுடைய சர்மங்களை பாதரக்ஷைகளாகத் தைத்து உபயோகித்து அநேகம் ஜனங்கள் இவ்வியாதிகண்டு வீணில் இறந்துபோனதுண்டு. இந்த ரோகத்திற்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்கள் எளிதில் அழிவதில்லை; இருபதுவருஷம் உலர்ந்தாலும் இவை சாவதில்லையாம்.’) இவ்வாறு “டாக்டர்” என்னும் அமெரிக்காதேசத்து வைத்தியப்பத்திரிகை ஒன்று கூறுகிறது.

வைத்திய கலாநிதி.

நள௵ சித்திரை௴.

HYGIENIC LIFE OF OUR PEOPLE.

நமது தேசத்துப் பிரஜைகளின் சுகவாழ்க்கை.

இந்துதேசத்திலுள்ள பிரஜைகள் ஆரோக்கியமாக வாழ்வதைப்பற்றி மிஸ் பிளாரென்ஸ் நைட்டிங்கேலும், புனா ஸர்வஜன ஸபையாரும் எழுதிய விஷயங்களையனுஸரித்து, பிரஜைகள் நோயில்லாமல் வாழ்வது இத்தன்மையதென்று இத்தேசத்தார் பலருக்கும் தெரியும்படியாக சில ஸமாசாரப் பத்திரிகைகளில் இந்த முக்கியமான விஷயம் பிரசுரம் செய்யப்பட்டுவருவது விரும்பக்கூடியதாகும். 1891-ம் வருஷம் சுகாதார விஷயத்தைப் பேசுவதற்காக நாநாதேசத்துப் பிரதிநிதிகளும்கூடி ஒரு ஸபை சேர்ந்தார்கள். அதற்குச் சிலமாதங்கள்முன்னே இந்த நைட்டிங்கேல் பெருமாட்டி, ஸபை கூடும்பொழுது இந்துதேச சுகாதாரவிஷயத்தை மிகவும் முக்கியமாக விசாரிக்கவேண்டிய விஷயத்தில் அவர்களாலானவரையில் ஸஹாயம் செய்யவேண்டுமென்று அந்தச் சபையின் காரியதர்சிகளுக்கு எழுதியனுப்பினாள். அவளுடைய பிரேரணையின்படியே அவர்கள் அதற்குவேண்டிய அருமையான சில பத்திரிகைகளை வரவழைத்து அவைகளை ஆதாரமாக வைத்துக்கொண்டு விசாரம் செய்தார்கள். அச்சபையில் இந்துதேசத்திற்காக ஏற்பட்டிருக்கும் உபசபையார் கடைசியில் எழுதிவைத்த விஷயமாவது:—இந்துதேசத்திலே முக்கியமாக நாட்டுப்புறங்களில் சுகாதாரவிஷயத்தைப் பார்த்தால் பிரஜைகளுக்கு மிகவும் அபாயகரமானதாக இருக்கின்றது. தேஹஸௌக்கியத்திற்கு விரோதமான தீமைகளைப் போக்குவதற்குப் போதுமான வழிகளை உடனே தேடவேண்டுமென்பதாம். அன்றியும் லோகல் போர்டாருடைய அபிப்பிராயப்படி செலவுசெய்யப்படுகிற கிராமவரும்படியின் சில பாகம் அதிகாரிகளின் அனுமதியின்மேல் அந்தந்த கிராமங்களின் சுகாதாரங்களுடைய அபிவிருத்திக்காக உபயோகப்படுத்தவேண்டுமென்கிற புனா ஸபையாருடைய அபிப்பிராயத்திற்கும் அவர்கள் உபபலமாகப் பேசினார்கள். நைட்டிங்கேல் பெருமாட்டி சீமையில் இந்துதேச ராஜாங்க காரியதர்சியவர்களுக்கு எழுதிய ஒரு பத்திரத்தில் இவ்விஷயத்தை மிகவும் உறுதியாகக் கண்டெழுதியிருக்கிறாள். அதை அந்தக் காரியதரிசி இந்தியா துரைத்தனத்தாருக்கும் பம்பாய் துரைத்தனத்தாருக்கும் ஆலோசனைக்காக அனுப்பினார். பம்பாயில் தேசஸௌக்கியத்திற்காக 1889-ம் ௵ ஒரு சட்டம் ஏற்பட்டிருந்தாலும், லோகல் போர்டார் கிராமவரும்படிகளை வேறுவிதமான காரியங்களுக்குச் செலவுசெய்துவிடுவதனால், தேசசுகாதாரவிஷயத்தில் மேற்படி சட்டத்தின் கருத்து நிறைவேறவில்லையென்பது அந்த விண்ணப்பத்தினால் தெரியவந்தது; ஆயின் அந்தச்சட்டமேற்படுத்தியதற்குக் கருத்துமாத்திரம் சுகாதாரங்களை விருத்திசெய்து கிராமங்களைச் சீர்திருத்த வேண்டுமென்பதேயாம். நைட்டிங்கேல் பெருமாட்டி சொல்லுகிறபடியே, கிராமங்களில் போக்குவரவுகளுக்கு அனுகூலமான இதரவிஷயங்களை விருத்திசெய்வதிலும், கொள்ளைநோய் முதலிய கொடுமைகள் உண்டாகவொட்டாமல் சுகாதாரங்களைத் தேடுவது மிகவும் முக்கியமானதல்லவா? இந்தியா துரைத்தனத்தார் இதுவரையிலுமே சுகாதாரங்களின் அபிவிருத்திக்காகவேண்டிய ஏற்பாடுகளைச் செய்திருந்தாலும், லோகல் போர்டார் இப்போ செலவு செய்வதிலும் இன்னும்

அதிகமான தொகை கிராமங்களின் ஸௌக்கியாபிவிருத்திக்காகச் செலவுசெய்யும்படி ஏற்பாடு செய்யலாகும்.

நைட்டிங்கேல் பெருமாட்டி புனா ஸர்வஜன ஸபையாருக்கு எழுதிய ஒரு கடிதத்தில், அந்தச்சபையாரும் மற்றும் கற்றுத்தேர்ந்த கனவான்களும் தேசஸௌக்கியத்தை விருத்திசெய்யும்படி சில கைதேர்ந்த உபாயங்களைக் கண்டிருக்கிறாள். சிறிய நகரங்களிலும் கிராமங்களிலும் விஷயங்களை விவரமாக எடுத்துக்காட்டி உபந்நியாஸங்கள் செய்யும்படி ஏற்பாடு செய்வது மிகவும் உத்தமமானது. அதற்கு ஆங்காங்குள்ள பாடசாலைக் கட்டடங்களே போதுமான விடமாம். தமது வீடுகளில் தமக்குவேண்டிய ஸௌக்கியங்களைத் தாமே தேடிக்கொள்வதற்குரிய ஸாதாரணமான விஷயங்களை அவரவர் தாமே தெரிந்துகொண்டு அதன்படி நடக்காவிட்டால், சட்டங்கள் ஏற்படுத்துவதனால் என்னகாரியம் செய்யமுடியும்? மிகுந்த பொருளினாலேதான் என்னகாரியம் செய்யமுடியும்? அறியாமையும் சில கெட்ட வழக்கங்களுமே தேசஸௌக்கியங்களை விருத்திசெய்வதற்குப் பெரிய இடையூறுகளாயிருக்கின்றன. அதற்காக இங்கிலாந்திலேயும் பாடசாலைகளில் சுகாதாரவிஷயங்களைக் கற்பிக்கும் பாடபுஸ்தகங்களை ஏற்படுத்திவைப்பது மிகவும் அவசியம் என்று நிச்சயித்து அவ்விதம் செய்துவருகிறார்கள்; அன்றியும், அந்தந்தப் பாடசாலை உபாத்தியாயர்களுக்குச் சுகாதாரவிஷயங்களில் உறுதியான நம்பிக்கை வேண்டும். மேலும் முனிஸிபாலிட்டியாரும், சுகாதார விசாரணைக்கர்த்தர்களும் நகரங்களிலும் கிராமங்களிலும் பஹிரங்கமாயிருக்கும் இடங்கள் மாத்திரமேயன்றி, சந்து பொந்து மூலைமுடக்குகளும் சீராயிருக்கும்படி கண்காணித்து வரவேண்டும்; சுகாதாரவிசாரணைக்காக அங்கங்கே உபஸபையார் ஏற்பட்டுக் காரியத்தை நன்றாகப் பரிபாலித்து வரவேண்டும்,

இதுவன்றியும், கற்றறிந்தவர் ஒவ்வொருவரும் அவரவர் வீட்டு யஜமானிகளுக்கு வீட்டுச்சௌக்கியத்திற்கு வேண்டியவிஷயங்களை நன்றாய்ப் பரிபாலித்துவரும்படி போதிப்பது மிகவும் அவசியமானதென்றும், குடும்பங்களின் சுகவாழ்க்கை முக்கியமாக ஸ்திரீகளைப் பொறுத்ததென்றும் நைட்டிங்கேல் பெருமாட்டி சொல்லுகிறாள். ஆயின் சில விஷயங்களில், வீட்டுக்காரர்கள் தமக்குக் காரியமிப்படிப்பட்டதென்று நன்றாய்த் தெரிந்திருந்தும், பெண்டுகளுடன் போராட இஷ்டமில்லாமல் உபேக்ஷயாக விட்டு விடுவதுண்டு. படித்தவர்களாகட்டும், படிக்காதவர்களாகட்டும் வீட்டுக்காரிய விஷயத்தில் ஸ்திரீகளே தலைவராக இருக்கவேண்டும். ஸ்திரீகளுக்கு முக்கியமாக மாதா பிதாக்களும் பர்த்தாவும் சுகாதாரத்திற்கு அவசியமான விஷயங்களைக் கற்பிக்கவேண்டுமென்பது நமது கோரிக்கை. பிறகு அந்த ஸ்திரீகள் மற்றப்பெண்களுக்கு வேண்டியவிஷயங்களைக் கற்பிக்கட்டும். இப்படிப்பட்ட விஷயங்களை முறைப்படி அறிந்து ஸ்திரீகளுக்கு ஸ்திரீகளே கற்பிப்பதுதான் சரியானது. அவர்களுக்கு நிர்ப்பந்தம்செய்து இவ்விஷயங்களைக் கற்பிக்கமுடியாது; தங்களுடைய ஸௌக்கியங்களையும் தங்கள் குழந்தைகளின் ஸௌக்கியங்களையும் சீராகப் பாதுகாக்கும் முறை யிப்படிப்பட்டதென்பது ஒவ்வொருவர் மனத்திலும் நன்றாய் ஊன்றிப் போகும்படியாகச் செய்யவேண்டும்.

சுகவாழ்க்கைக்கு வேண்டிய அநுகூலங்கள் இவையென நன்றாய்த் தெரிந்துகொள்வதற்கு இத்தேசத்தவர்கள் ஸநாதந தர்மங்களையும் நமது பெரியோர்கள் அநுஷ்டித்துவந்த ஒழுக்கங்களையும் அநுஸரித்துப் பழகுவது மிகவும் நலமானது.

சுகாதார விஷயமாகச் செய்துவரும் பல வகை ஏற்பாடுகளுள், சென்னையிலும் இதர-

பட்டணவாஸங்களிலும் தாழ்ந்த வகுப்புப் பாடசாலைகளுக்கு உபயோகித்துவரும் கட்டடங்கள் மிகவும் கேடுகெட்ட நிலைமையில் இருக்கின்றனவென்று அது விஷயத்தில் முனிஸிபல் அதிகாரிகள் சிலகாலமாக விசேஷமான கவனம் செலுத்திவருகிறார்கள். இப்பொழுது முனிசிபல்பாடசாலைகள் அநேகம் இருக்கின்றன. பம்பாயில் பாடசாலைக் கூட்டுச்சங்கத்துக் காரியதரிசியெழுதிய விளம்பரப் பத்திரிகையினால், அந்தப்பாடசாலைகள் இருக்குமிடம் ஏதோ இரண்டொன்றுதவிர மற்றவைகளெல்லாம் மிகவும் அசௌக்கியமான விடங்களாகவே யிருந்தனவென்று விசதமாகத் தெரியவருகின்றது. மிகவும் சிறியதாயும் இருட்டாயுமிருக்கும் அறைகளில் சிறுபிள்ளைகள் கூட்டங்கூட்டமாகப்போய் அடைவார்கள்; உபாத்தியாயர்களோ தம்மால் விலக்கக்கூடிய அசௌக்கியத்திற்கிடமான தீமைகளையும் விலக்காமல் உபேக்ஷையாயிருந்துவிடுவார்கள். பாடசாலை ஸ்தாபிக்க நல்ல கட்டடம் கிடைப்பது மிகவும் கடினமாயிருந்தது. சிறுவர் படிக்கும் பிராரம்ப பாடசாலைகளுக்கென்று கட்டப்பட்ட தனிக்கட்டடமொன்றும் அப்பொழுது கிடையாது. பம்பாயில் குடிக்கூலி மிகவும் அதிகம். பாடசாலைக்கு முதற்பணமாவது மிகுதியாயிருக்கிறதென்றாலோ இல்லை; அது மிகவும் கொஞ்சமாயிருக்கின்றது. அநுகூலமாயிருக்குமிடங்களில் பாடசாலை ஸ்தாபிக்கலாமென்றால் அதற்குமில்லை; தம் வீட்டைவிட்டு அதிகதூரத்திற்குப் பெற்றோர் பிள்ளைகளை அனுப்புவதில்லையாதலால் அதற்குத் தக்கபடியே கட்டடங்கள் ஏற்படுத்திக்கொள்ள வேண்டியிருந்தது. அந்தந்தக் கட்டடக்காரர்களுக்குக் கட்டடங்களைப் பழுதுபார்க்க வேண்டுமென்கிற கருத்தே கிடையாது. சில பாடசாலைகளைச் சிலகாலைக்குமுன் கொஞ்சம் நல்லவிடங்களில் மாற்றினார்கள்; இப்பொழுது அங்கும் அப்பாடசாலைகள் சுகாதார விஷயத்தில் ஒருவாறு சீர்திருத்தம் அடைந்து விட்டன. இங்கிலாந்தில் நடத்திவருவதுபோல அதற்கென்று தனியே கட்டடங்களும், அக்கட்டடங்களிலேயே பாடசாலைகளை ஸ்தாபிப்பதுந்தான் உத்தமமானது. சுகாதாரவிதிகளைச் சொற்பமாக ஏற்படுத்திச் சிறுவர்களுக்குப் பாடசாலைகளில் கல்வி கற்பிக்கும்படிச்செய்தால், மாணாக்கர்கள் உபாத்தியாயர்கள் இருவருக்கும் மிகவும் பயன்படுவதாகும். சுகாதாரக் குறைவால் துன்பங்கள் இந்தியாவில் மற்றவிடங்களிலும் அமிதமாயுண்டு. இப்படிச் சிறுவர்களை விஷவாயு சூழ்ந்திருக்கும் அடைப்பானவிடத்தில் பிரதிதினமும் வெகுநேரம் அடைத்துவைப்பதைப்பார்க்கிலும், தேசசௌக்கியத்திற்குக் கேடு உண்டாக்கத்தக்க கொடிய தீமை வேறொன்றுமில்லை. ஏனெனில், சுகவாழ்க்கைக்கு உணவு எப்படியோ அப்படியே சுத்தமான காற்றும் இன்றியமையாததாம்.

மதுமேஹத்தில் சுண்ணம்பு.

தேஹத்தில் வேண்டியவளவு சுண்ணக்கூறுகள் இல்லாமல், அவை க்ஷயித்துவரும்போது, மதுமேஹம் உண்டாவதாக அநேகம் பரிசோதனைகளால் தீர்மானிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இக்கோட்பாட்டின்படி, இவ்விஷயத்தைப் பரிசோதனைசெய்த சாஸ்திரவல்லோர், அமிதமாக மூத்திரத்தில் சர்க்கரை வெளிவந்துகொண்டு மிகவும் ஹீநஸ்திதியடைந்துவந்த பிணியாளிகளுக்கு சுண்ணவகைகளை விசேஷமாக உட்செலுத்தி சிகித்ஸை செய்துவந்ததில் இவ்வியாதி நிவர்த்தியாயிற்று என்று கூறப்படுகிறது. ஸமீபத்தில் ஒரு ஸ்த்ரீக்கு தினம்ஒன்றுக்கு சுமார் 115 க்ராம் சர்க்கரை மூத்திரத்தில் வெளி வந்துகொண்டிருக்க, இச்சிகித்ஸையினால் பத்துநாட்களில், தினத்திற்கு 10 க்ராமுக்குக் குறைவாகவே சர்க்கரை வெளியாயிற்று, என்று டாக்டர் எம். எச். கான் கூறிகிறார்:—American Medicine.

THE MILK AND ITS ADULTERATION

பாலும் அதன் கலப்பும்.

நாம் உட்கொள்ளும் பதார்த்தங்கள் ஒவ்வொன்றும் குற்றமற்றதாயிருக்கவேண்டு மல்லவா? ஆனால் அந்தந்த பதார்த்தங்களைச் செய்து விற்று ஜீவனம் பண்ணும் வியாபாரிகள் கொஞ்சம் அதிக லாபத்துக்காக ஆசைப்பட்டுப் பதார்த்தங்களைக் கெடுத்து விடுவது ஸாதாரணமா யிருக்கிறது. மூடத்தனத்தாலும் அஜாக்கிரதையாலும் பொருள்கள் கெட்டுப்போவதுமுண்டு. இவ்விதச் செய்கைகள் கூடாதென்று இந்தியன் பீனல் கோட் என்னும் நமது தேசத்துத்தண்டனைச் சட்டத்தில் ஒருவாறு நிபந்தனையேற்பட்டிருந்தும், அதற்கும் தப்பிக் கலப்புப் பதார்த்தங்கள் நிர்ப்பயமாக விற்கப்படுவதை நாம் காண்கிறோம். இங்கிலாந்தில் இதற்கென்றே ஒரு சட்டம் 1875-ம் வருஷத்தில் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது.

எல்லாப் பதார்த்தங்களிலும் ஸுலபமாகக் கலப்புச் செய்யக் கூடியது பால். 1875-ம் வருஷத்திய சட்டம் ஏற்படுவதற்குமுன் இங்கிலாந்தில் பால் என்று பேரிட்டு விற்கப்படுவதில் கிஞ்சித்துப் பாகம் உண்மையான பாலாக இருக்குமோ என்னவோ என்பது ஸந்தேஹமே. சட்டம் நடவடிக்கைக்கு வந்தபின் முக்கால் திட்டம் கெடுதி நின்றுபோய் விட்டது. ஆனால் இப்போதும் இன்னுங்கொஞ்சங்கொஞ்சம் கலப்பு நடந்துவருகிறதாம். பொதுவாகக் கலப்புக் குற்றத்தை அச்சட்டமானது இருவகையாகப் பிரித்துப் பேசுகின்றது. எப்படியெனில், விற்கப்படும் அல்லது விற்பனைக்காக உத்தேசிக்கப்படும் எந்த உணவு பதார்த்தத்துடனும் ஆரோக்கிய ஹானி யுண்டாக்கத்தக்க பொருள் எதுவாயினும் சேர்ப்பது குற்றமென்றும், அப்படிப்பட்ட பதார்த்தத்திலிருந்து ஏதாவது ஒருபாகத்தை எடுத்துவிட்டு அதனால் ஆரோக்கியக் குறைவு உண்டாகும்படி செய்வதும் குற்றமென்றும் விதிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆகையால் பாலில் தண்ணீரைச்சேர்த்து ஈடிப்புமாறுமலிருப்பதற்காகக் கொஞ்சம் சீமைச்சுண்ணம்பும் சேர்த்து விடுகிறது முதலிய பழைய தந்திரங்கள் முந்தின விதியாலும், பாலைக் காய்ச்சிச் சற்றுநேரம் வைத்திருந்து ஏடுபடிந்தவுடன் சிறிது ஏட்டையெடுத்து விடுவது முதலான தந்திரங்கள் பிந்தினவிதியாலும் தடைபட்டுப் போயின. என்றாலும், பாலில் நீர் சேர்ப்பது, பழைய பாலுடன் சேர்த்துப் புதிய பாலென்று விற்பது முதலியதும் மேற்கூறிய இருவிதிகளிலும் அடங்காததுமான சில தந்திரங்கள் இங்கிலாந்தில் இன்னமும் நடக்க ஏதுவாயிருப்பதால் அவைகளையும் நிறுத்திவிடும்படிக்கு இன்னொரு விதியும் தெளிவாக ஏற்படவேண்டும். பதார்த்தங்களின் தன்மையையும், ஸாரத்தையும், இயல்பையும் இவ்விதமாக மாற்றிவிற்பதும் குற்றமாகுமென்று ஒரு நிபந்தனையும் உண்டாகிவிட்டால் கலப்பென்பதே அற்றுப்போகும். இங்கிலாந்தில் நடந்தேறிவரும் மேற்சொல்லிய சட்டத்தின்படி, பால் விற்பனையாகிக் கொண்டிருக்கும்போது சட்டத்துக்கு விரோதமாக ஏதாவது கலப்பு நடந்திருக்குமென்று ஸந்தேஹிக்க இடங்கொடுக்குமாயின், உடனே அந்தப் பாலில் கொஞ்சம் மாதிரிக்குக் கொடுவென்று கேட்டு வாங்கிச் சோதனைசெய்யும் அதிகாரியிடம் அனுப்பிச் சோதித்துக் கலப்பு நடந்ததாக வெளியானால் நியாயாதிபதியிடம் குற்றவாளியைக் கொண்டுபோய்க் குற்றஞ்சாட்டும் அதிகாரம் வைத்திய சாஸ்திரிகளுக்கும், அதற்கென்றே யேற்பட்டிருக்கும் விசாரணைக்காரர்களுக்கும் உண்டு. பால் வாங்குபவர்களும் தாங்கள் வாங்கும் பாலானது சுத்தமானதல்லவென்று தெரிந்தால் வைத்திய சாஸ்திரிகளிடம் தெரிவித்துக்கொண்டால், மேற்சொல்லியபடி அதைச் சோதனை செய்வித்து நியாயம் தவறாமல் பார்ப்பார்கள்.

1892-ம் வருஷத்தில் தொற்றுவியாதிச்சட்டமென்று ஒரு சட்டம் புதிதாக ஏற்பட்டிருக்கிறது. தத்காலத்தில் இது லண்டன்நகரத்துக்குமட்டும் உரித்தானதா யிருக்கிறது. இதன்படி ஒரு வைத்திய சாஸ்திரியானவர் ஏதேனும் தொற்றுவியாதி ஸம்பவித்திருக்கும் ஒருவனுக்கு அந்தத் தொற்றுவியாதி பாலினுடைய ஸம்பந்தத்தால் நேரிட்டிருக்குமென்று நினைக்க இடமிருந்தாலும் சரி, ஏதேனும் ஒரு பாற்சாலையிலிருந்து கொடுக்கப்படும் பாலானது தொற்றுவியாதியை உண்டுபண்ணக் கூடியதென்று நினைக்க இடமிருந்தாலும்சரி, உடனே அந்தப் பாற்சாலைக்குப் போய்ப்பார்க்கும்படி நீதி அதிகாரியிடம் உத்தரவுபெற்றுக்கொண்டு ஒரு மாட்டு வைத்தியரையும்கூட அழைத்துக்கொண்டு பாற்சாலைக்குச்சென்று, மாடுகளைப் பரிசோதித்து இருக்கிற ஸ்திதியை மேலதிகாரிகளுக்கு அறிக்கைசெய்யவும்; அவ்வதிகாரிகளும் அப்

படியே அபிப்பிராயங்கொண்டால் பாற்சாலைக்காரனை நீ இவ்வளவுகாலம் வரையில் பால்விற்கக்கூடாதென்று சட்டளையிடவும் அதிகாரமுண்டு. இவ்வாறே இது விஷயத்தில் நமது தேசத்திலும் நியமங்கள் கடுமையாக ஏற்படுமாயின் அநுகூலமாயிருக்கும்.

சில குளிர்ச்சியான தேசங்களில் பாலின் ஏட்டைச் சேர்த்து அடைசெய்கிறார்கள். அந்தப்பாலடையின் சிறந்த உபயோகம் வெகு குடித்தனக்காரர்களுக்குத் தெரியாது. தேஹத்துக்குப் போஷணையைக் கொடுக்கும் சக்தி அதற்குண்டு; அதனுடைய ரஸமானது சரீரத்தில் அன்னாசயத்தில் சேர்ந்து ஜீர்ணகாரியாகும். நோயாளிகளுக்கும் பலவீனர்களுக்கும் இந்த அடை மிகச் சிறந்தது. வெண்ணெயைக்காட்டிலும் அடையில் நெய் அதிகமாதலால் அதைவிட இது மேன்மையானது. க்ஷயரோகிகளுக்கும், ஜீர்ணசக்திக்குறைவுள்ளவர்களுக்கும், விருத்தாப்பியர்களுக்கும், அசக்தர்களுக்கும் இரத்தம் குறைந்தவர்களுக்கும் பாலடையானது. உத்தமமான உணவு; வேறெந்த பதார்த்தமும் அவ்வளவு அனுகூலத்தைக் கொடுக்கமாட்டாது. ஆனால் பெரிய பட்டணங்களில் சுத்தியான பாலடையானது கிடைப்பது வருத்தம். பால் காய்ந்து ஏடு படிந்து சற்றுநேரமானவுடனே அவ்வேட்டைப் பால்போலக் குடிக்கலாம்; அப்படியல்லாமல் பழவர்க்கங்கள் பலகாரங்கள் முதலியவற்றிற்குச் சேர்த்துக் கொள்ளவேண்டுமானால், நன்றாய் ஏடு அடையாகப் படிந்து உறைந்தபின் உபயோகப்படுத்தவேண்டும். ஏடானது வெண்ணெயாவதற்குத்தான் உபயோகம், வேறு உபயோகமில்லையென்று நினைப்பது பிசகு.

FIRST AID IN ACCIDENTS.

அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

ஊருதமனியை[1] அழுத்தல்:—கீழே காலைநோக்கி வருகிற பெரிய தமனியானது, துடையிடுக்கில் அரை அங்குலம் உட்புறமாக வங்க்ஷணக்கிரந்தியின் மடிப்பின்மேல் பாய்ந்து துடையில் பிரவேசிக்கின்றது; இதற்கு 'ஊருதமனி' யென்று பெயர்; துடையிடுக்கிலுள்ள கிரந்திக்கு நேர்மடிப்பின்மேல் இந்த தமனியானது சர்மத்திற்கு அடுத்தாற்போல் மேலே வருகின்றது; அவ்விடத்தில் கையைவைத்துப் பார்த்தால், அதன் துடிப்பு நன்றாகத் தெரியவரும். மேற்குறிப்பிட்ட கிரந்திக்கு நேரிலுள்ள மடிப்பிலிருந்து முழங்காலின் பின்பக்கமாக அதுவரையில் உட்புறமாக ஒரு கோடு இழுத்தால் அந்த ரேகைக்கு நேர்வரியில் இந்த தமனி ஓடுகிறது; ஆனால் துடையிடுக்குக்குக் கீழே தமனி ஆழமான இடத்தில் பிரவேசித்து ஓடுவதால், துடையிடுக்கில் கைக்கு அதன் துடிப்புத் தோற்றுவதுபோல் மற்ற விடங்களில் (துடையில்) தெரிவதில்லை. துடையின்மேல், துடையிடுக்குக்கு நான்குவிரல் அகலம் கீழே பெருவிரலால் நன்கு அழுத்தவேண்டும். அல்லது அத்துடையிடுக்குக்குக் கீழே முற்கூறிய ரேகைக்கு நேராக ஸ்தம்பன யந்திரத்தை (tourniquet) வேண்டுமானாலும் பிரயோகிக்கலாம்.

சாகைகளின் மற்ற தமனிகளை அழுத்தல்:—கைகளிலாவது கால்களிலாவது வேறு எந்த தமனியிலிருந்து இரத்தப்பெருக்கு உண்டானபோதிலும், புஜதமனியிலாவது, ஊருதமனியிலாவது முற்கூறியவாறு பெருவிரல்களைவைத்து அழுத்தினால், இரத்தம் வெளிவருதல் தடைபடும். (ஏனெனில் கையில் அக்குளுக்குக் கீழேயும், காலில் துடையிடுக்குக்குக் கீழேயும் வியாபித்துள்ள எல்லா தமனிகளும் புஜதமனியினுடையவும், ஊருதமனியினுடையவும் கிளைகளாயிருக்கின்றன.)

ப்ரகோஷ்ட தமனிகளை[1] அழுத்துதல்:—"ப்ரகோஷ்டம்" என்றால் முழங்கைக்குக் கீழே கணுக்கை வரையிலுமுள்ள பாகம். அவ்விடத்தில் இரண்டு தமனிகள் உண்டு. முழங்கையை மடிக்குமிடத்திற்கு சுமார் ஒரு அங்குலம் கீழே "புஜதமனியானது" இரண்டாகப் பிரிகிறது; அவ்விரண்டுக்கும் "ப்ரகோஷ்ட தமனிகள்" என்று பொதுப்பெயர். அவற்றுள் ஒன்று சிறிது கீழ்முகமாயிறங்கி, கையின் வெளிப்புறமாகப்

1. ஊருதமனீ - பிமோரல் ஆர்டரி. (Femorel artery.)

1. ப்ரகோஷ்டதமனிகள்—Radial and ulnar Arteries. (கரதமனிகள் என்றும் கூறலாம்.)

பாய்ந்து, பெருவிரலின் அடிப்புறம்நோக்கி ஓடுகிறது; அங்கே கணுக்கையில் சர்மத்திற்கு அடுத்தாற்போல மேலே அதன் துடிப்புத் தெரியவரும்; இந்த தமனியைப் பிடித்து அழுத்தித்தான் நாடிநடையை வைத்தியர்கள் பரீக்ஷித்து வருகிறார்கள். இது கையின் வெளிப்புறமாக இருப்பதால் "வெளிப்ரகோஷ்டதமனி"[1] என்று வழங்கப்படும். மற்றொரு தமனியானது முழங்கையிலிருந்து கீழிறங்கி, கையின் உட்புறமாகப் பாய்ந்து, சுண்டுவிரலின் அடிப்புறம் நோக்கி ஓடுகிறது; கணுக்கையில் இந்த தமனி சர்மத்திற்கு அடுத்தாற்போல் இல்லாமல் ஆழத்தில் அமைந்திருப்பதால், இதன் துடிப்பு நமக்கு விளங்கத் தெரிவதில்லை; இது கையின் உட்புறமாய் அமைந்திருப்பதால் "உட்ப்ரகோஷ்டதமனி"[2] எனப்படும். இவ்விரண்டு தமனிகளும் கரதலத்தில் ஒன்றோடொன்று சேர்ந்து வளைவாக அமைந்துவிடுகின்றன.[3] அவற்றிலிருந்து அநேகம் சிறிய கிளைகள் பிரிந்து ஒவ்வொரு விரலிலும் பக்கத்திற்கு ஒன்றாக ஓடுகின்றன. நாடி துடிக்கும் இடத்திற்கு நேராக ப்ரகோஷ்டதமனிகளை நன்றாகப் பெருவிரலால் அழுத்தவேண்டும்.

ஜங்காதமனிகளை[4] அழுத்தும் வகை:—ஊருதமனியின் ஒருபாகமாகிய "பாப்லிடியல் ஆர்டரி"[5] என்னும் தமனியானது, முழங்கால் பூட்டுக்குக் கீழே பின்புறமாக இரண்டு கிளைகளாகப் பிரிகிறது; அவற்றுள் ஒன்றுக்கு "பூர்வஜங்காதமனீ"[6] என்று பெயர்; இது அங்குள்ள மாம்ஸபேசிகளில் ஊடுருவிச்சென்று, "ஜங்கா ஸ்திகள்" என்னும் கால் எலும்புகள் இரண்டுக்கும் இடையில் முன்புறம் நோக்கிச்சென்று, புறங்காலின் முன்புறமாய் ஓடி, பாதத்தின் மேற்பாகத்தில் பரவிப்பாய்ந்து, மீண்டும் அங்குள்ள மாம்ஸபேசிகளில் ஊடுருவிச்சென்று, பெருவிரலுக்கும் அதற்கு அடுத்த விரலுக்கும் இடையில் உள்ளங்காலை நோக்கிப் பிரவேசிக்கின்றது. இந்த தமனி புறங்காலின் அடிப்புறத்தில் அதன் துடிப்புகளால் பரிசித்தறியக்கூடியது. ஊருதமனியின் மற்றொரு கிளையானது "பச்சிம ஜங்காதமனீ"[1] என்று கூறப்படும். இது காலின் பின்புறமாக மாம்ஸ பேசிகளுக்கு அடியில் ஆழமான இடத்தில் பிரவேசித்து, கணுக்காலின் பின்பக்கத்தில் உட்புறமாகப் பாய்ந்து, உள்ளங்காலில் பிரவேசித்து, "பூர்வ ஜங்காதமனியின்" முனையோடு கூடிவிடுகின்றது; இந்த தமனியை, கணுக்காலின் பின்புறத்தில் அதன் துடிப்பைப் பரிசிப்பதன் மூலமாய் உணரலாம்.

பூர்வ ஜங்காதமனியும், பச்சிம ஜங்காதமனியும் துடிப்பதை காலில் எவ்விடத்தில் பரிசித்து உணருகிறோமோ, அவ்விடத்தில் அவற்றை அழுத்தவேண்டும். அதாவது—முதலிற்கூறியதைப் புறங்காலின் முன் புறத்திலும், பிற்கூறியதை கணுக்காலின் உட்புறத்திலும் பரிசித்தறியலாம்.

கபோலதமனியை[2] அழுத்தல்:—கபோலம் என்றால் கன்னம்; அவ்விடத்திலுள்ள தமனி "கபோலதமனி" எனப்படும். காதுக்கு அரை அங்குலம் முன்புறமாக இந்த தமனி அடித்துக்கொள்வதை பரிசித்து அறியலாம். இதற்கு அடியில் அடுத்தாற்போல் இருக்கும் எலும்பின்மேல் இதை எளிதில் அழுத்திப்பிடிக்கலாம். வெகுநேரம் வரையில் நீடித்து அழுத்தவேண்டி வந்தால், ஒரு சும்மாடும்[3] பந்தநமும்[4] உபயோகிப்பது அவசியமாகும். கைக்குட்டையிருந்தால், அதையெடுத்து, அநேக மடிப்பாக மடித்து, கெட்டியான சும்மாடாகச் செய்து, காயத்தின் மேல் வைத்து அழுத்தவும். த்ரிகோணபந்தநத் துணியைக் குறுகிய மடிப்பான பந்தநமாக மடித்து, அதன் மத்யபாகத்தைச் சிரஸ்ஸின் மற்றொருபுறத்தில் (காயம்பட்டுள்ள பாரிசத்திற்கு எதிர்பாரிசத்தில்) வைத்து, அதன் ஒரு முனையை நெற்றிக்குக் குறுக்காகக் கொண்டுவந்து, மற்றொரு முனையைப் பிற்கபாலவெலும்பின் கீழே மெல்லன இழுத்துக்கொண்டுவந்து, காதுக்கு மேற்புறமாகச் சும்மாட்டின்மேல் பந்தநத்தைக் கொண்டுவந்து, ஒரு தலைப்பை மற்றொரு தலைப்போடு மாட்டிப்பிடித்துக் கொள்ளவும்; பிறகு ஒரு முனையை முகவாய்க்கட்

1. வெளிப்ரகோஷ்டதமனி — Radial Artery. (வெளிக்கரதமனி யென்றும் கூறலாம்.)

2. உட்ப்ரகோஷ்டதமனி—Ulnar Artery. (உட்கரதமனி யென்றும் கூறலாம்.)

3. இவ்வாறு கரதலத்தில் வளைவாக மாறிய நிலைமையிலுள்ள தமனியை பாமார் ஆர்ச் (Palmar arch) என்பார்கள்.

4. ஜங்காதமனிகள்—Tibial Arteries.
5. பாப்லிடியல் ஆர்டரி—Popliteal artery.
6. பூர்வஜங்காதமனீ—Anterior Tibial artery.

1. பச்சிம ஜங்காதமனீ — Posterior Tibial artery.
2. கபோலதமனீ—Temporal artery.
3. சும்மாடு—A pad.
4. பந்தநம்—Bandage.

டைக்குக் கீழே கொண்டுவரவும்; மற்றொன்றை சிரஸ்ஸின் உச்சிப்பக்கமாக எடுத்துப்போய், தலையின் மற்றொரு பாரிசத்தில் இரு முனையையும் சேர்த்து முடிந்துவிடவும்.

பிற்கபால தமனியை [1] அழுத்தல்:—காதுக்குப் பின்னால் இரண்டுவிரல் அகலதூரத்தில் மேல்நோக்கியும் பின்புறம் நோக்கியும் (upwards and backwards) ஓடுகிறது "பிற்கபாலதமனியாம். காதுக்குப் பின்னால் இரண்டு அங்குலதூரத்தில் இந்த தமனி துடிப்பதைப் பரிசித்துணரலாம்; அவ்விடத்திலேயே அவசியமானபோது இதை அழுத்தவேண்டும். இதை வெகுநேரம் அழுத்திக்கொண்டிருக்கவேண்டி நேரிட்டால், சும்மாட்டையும் பந்தநத்தையும் 'கபோலதமனிக்கு"க் கட்டுவதற்குக் கூறப்பட்டிருப்பதுபோல் அமைக்கவேண்டும்.

முகதமனியை [2] அழுத்தல்:--முகவாய்க்கட்டையின் முன்பக்கத்து முனைக்கும் அதன் பின்புறமுள்ள கோணத்திற்கும் இடையில் விரல்களால் அழுத்திப்பார்த்தால் இந்த தமனி துடிப்பது தெரியவரும். இது முகவாய்க்கட்டைக்கும், உதடுகளுக்கும், தாடைகளுக்கும், மூக்கின் வெளிப்புறங்களுக்கும் இரத்தத்தைப் பரவச் செய்துவருகிறது. இவ்விடங்களிலுண்டாகும் இரத்தப் பெருக்கைத் தடுப்பதற்கு, மேற்குறிப்பிட்ட (இரத்தநாடி துடிக்கும்) இடத்தில் அழுத்தவேண்டும்; அல்லது உதடுகளையோ, தாடைகளையோ உள்ளும் வெளியும் விரல்களை வைத்து கெட்டியாகப் பிடித்துக்கொள்ள வேண்டும்; அப்பொழுது பெருவிரல் வெளியிலும், வேறு ஏதாவது வாட்டமான ஒரு விரலை உள்ளேயும் விட்டு அழுத்துவது ஸௌகர்யமானது.

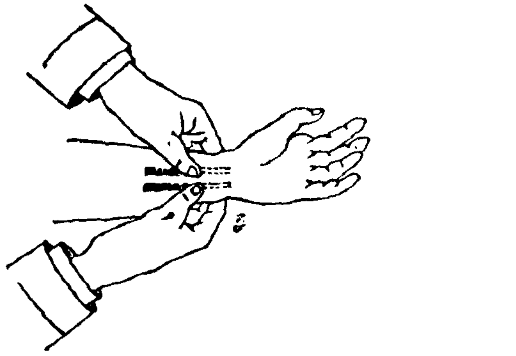
ஸ்தம்பந யந்த்ரங்கள். [3]

பெரிய தமனிகளிலிருந்து இரத்தம் வெளிவருவதைத் தடுப்பதற்கு இவை ஏற்ற உபாயங்களாம். அபாயங்கள் நேர்ந்தபோது உடனே செய்யவேண்டிய பரிஹாரங்களுக்கு அந்த ஸமயத்தில் கையில் தயாராயுள்ள ஏற்ற ஸாதநங்களையே உபயோகிக்கவேண்டுமேயன்றி, அதற்காக வேறு சாமான்களைத் தேடித்திரிவது விவேகமாகாது. இதில் தக்ஷணம் உபயோகிப்பதற்கு அவச்யமாயுள்ளவை எவையெனில்:—1. கைக்குட்டை, 2. வலித்துக்கட்டும் வார்கள், 3. கழுத்தில் கட்டிக்கொள்ளும் நாடாபோன்ற கச்சுகள், 4. இடைக்கச்சுகள், 5. அரைஞாண்கயிறு, 6. உத்தரீயம் என்னும் அங்கவஸ்திரம் முதலியவைகளாம். இவற்றை உபயோகிக்கும் விதம் பின்வருமாறு:—கைக்குட்டையையெடுத்து, அதன் நடுவில் ஒரு முடியிட்டு, முடிந்த பாகத்தை அழுத்துவதற்காக தமனியின்மேல் வைத்து, கைக்குட்டையை சாகையின் குறிப்பிட்ட இடத்தில் சுற்றிலும் சுட்டி ஒரு முடியிடவும். முடியை அழுத்தினாற்போல் சிறு கழியொன்றை கைக்குட்டையினுள் நுழைத்துக் கட்டவும். இப்பொழுது தமனியோடு சாகையையும் நன்கு அழுத்தி, வெளிவரும் இரத்தம் நிற்கும் வரையில் அக்கழியைத் திரும்பத் திரும்ப நன்றாகச் சுற்றவும்; இரத்தம் வெளிவருவது நின்றவுடனே கழியைச் சுற்றுவதையும் நிறுத்திவிட வேண்டும். பிறகு அக்கழியை அவ்வாறு கைக்குட்டையுடன் முறுக்கிய நிலைமையிலேயே துடை அல்லது புஜத்தின்மேல் வைத்து, அதையும் துடை அல்லது புஜத்தையும் சேர்த்து பந்தநத்துணியினால் கட்டிவிடவேண்டும். முடியானது சர்மத்தில் உறுத்தி அதை நசுக்காமல் இருப்பதற்காக, அந்த முடியின் கீழே ஒரு சிறிய காகிதத்துண்டை வைப்பது நலம். அரைமணிநேரம் கழித்ததும், மெதுவாக ஸ்தம்பந யந்த்ரத்தைச் சிறிதளவு தளர்த்தவும்; இரத்தப் பெருக்கு மறுபடியும் வராமலிருந்தால் ஸ்தம்பந யந்த்ரத்தை நன்றாகத் தளர்த்தவும்; ஆனால் உடனே முற்றிலும் அவிழ்த்து எடுத்துவிடக்கூடாது; இரத்தப் பெருக்கு மறுபடியும் உண்டானால், உடனே தாமதம் செய்யாமல் ஸ்தம்பந யந்த்ரத்தை மறுபடியும் இறுகக்கட்டிவிடவும்.

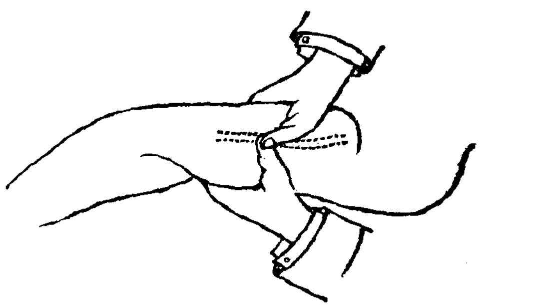
குறிப்பு:—ஸ்தம்பந யந்த்ரங்களைப் பிரயோகித்து வெகு நேரம் வரையில் அவற்றைக் கவனிக்காமல் அஜாக்கிரதையாயிருந்து விட்டால், இரத்தம் அவ்வவயவத்தில் ஓடுவது முற்றிலும் தடைபட்டு, அபாயகரமான தீங்கு ஸம்பவிக்கும். பிரயோகிக்கப்படும் ஸ்தம்பந யந்த்ரத்தின் நடுவிலுள்ள முடியானது அடியுண்ட தமனியின்மேல் குறிப்பாக நிற்காமல், அதன் பக்கத்தில் எங்கேயாவது நின்று அமையுமானால், அது உபயோக மற்றதென்று மாத்திரம் சொல்வதற்கில்லை, ஆனால் கெடுதியையும் விளைவிக்கும் தன்மையது.

இரத்த ஸ்தம்பநத்திற்காக, நெகிழ்ந்துழைக்கூடிய நாடாவையாவது (elastic bandage), அல்லது ரப்பர் குழாயையாவது இரத்தப் பெருக்கெடுத்த தமனியின்மேல் அழுத்திச் சுற்றிவிட்டாலும் இரத்தப் பெருக்கு நின்றுவிடும். வேறு ஏதாவது சிறந்த உபகரணங்கள் இதற்காகக் கிடைக்கும் டக்ஷத்தில், நெகிழ்ந்துழைக்கும் நாடாவும், ரப்பர்க் குழாயும் உபயோகிக்கத் தகுந்தவையல்ல; இவற்றைப் பிரயோகித்தால், கட்டிய இடத்திற்குக் கீழே இரத்த வோட்டம் முற்றிலும் அல்லது பெரும்பாலும் தடுக்கப்பட்டு மிகவும் கெடுதி நேரிடும்.

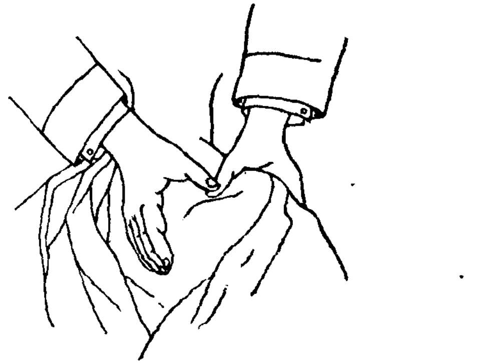
1. பிற்கபாலதமனி—Occipital artery.
2. முகதமனி—Facial Artery.
3. ஸ்தம்பந யந்த்ரங்கள்—Tourniquets.



ப்ரகோஷ்ட தமனிகளை அழுத்தல். அதாவது—கணுக்கையில் அல்லது அதற்குக் கீழே காயம் பட்டிருந்தால் அங்கு எந்த தமனிகளை (arteries) எவ்விதம் அழுத்தவேண்டும் என்பதை இப்படம் விளக்குகின்றது.



காலிலுண்டாகும் இரத்தப் பெருக்கைத் தடுப்பதற்காக ஊருதமனீ அல்லது பீமரல் ஆர்டரி என்னும் துடையிலுள்ள பெரிய தமனியை அழுத்தும் முறை.



கையிலுள்ள இரத்தக்குழாய்களுக்கு மூலமான அக்ஷக தமனியென்னும் ஸப்க்ளேவியன் ஆர்டரியை அழுத்தும் முறை இப்படத்தினால் காட்டப்படுகிறது.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

மஞ்சட் கடம்பு.

இந்தியாவில் சதுப்பான பிரதேசங்களில் விசேஷமாகப் பயிராயிருக்கும் ஒருவித பெரிய மரம். வைரத்தன்மையில்லாமையால் எளிதில் ஒடிந்துவிடக்கூடியது. மாரிகாலத்தில் விசேஷமாகப் புஷ்பிக்கும்.

(1) ஜலதோஷம், வாயு அல்லது நரம்பைப் பற்றிய கோளாறு முதலியவற்றால் ஸம்பவிக்கும் தலைவலியில் மஞ்சட்கடம்பின் மொக்கு சிறந்த குணந்தரக்கூடியது. இதன் சிறிய மொக்குகளை ஒரு கல்வத்தில் இட்டு, இரண்டுமூன்று மிளகையும் சேர்த்து அரைத்து, நாசியினுள் நஸ்யமாகப் பிழியவேண்டும். (2) சூடும் வலியும் அதிகரித்த இரத்தக் கட்டிகளின்மேல் மஞ்சட்கடம்பின் புஷ்பங்களை வைத்துக் கட்டினால், வேதனை நிவ்ருத்தியாவதோடு, கட்டியும் சீக்கிரம் பழுத்து உடையும்.

சிறு-பூலை.

இது ஒரு சிறிய பூண்டு இனத்தைச் சேர்ந்தது; இதையே கல்லுருவியென்றும், ஸம்ஸ்கிருதத்தில் அச்மபேதி யென்றும் வழங்குவதுண்டு. இப்பூண்டு பார்வைக்கு வெளுத்த தக்காளியின் சாயலாகத் தோற்றும். இலைகள் அதன் தண்டில் விட்டுவிட்டு விலகினாற்போல் இருக்கும். புஷ்பம் சிறந்த நறுமணமுள்ளது.

(1) இப்பூண்டுக்கு மூத்ரரேசகம் (diuretic) என்கிற குணம் உண்டென்றும், அச்மரி (lithiasis) என்கிற மூத்திர மார்க்கத்தில் உண்டாகும் கல் அடைப்பு வியாதியில் இது மிகச் சிறந்த குணந்தரக் கூடியதென்றும் சாஸ்திரத்திலும் அநுபவத்திலும் தெரிய வருகின்றது. (2) பாஷாண ஸம்பந்தமான விஷக் கோளாறுகளில், இதை முறிவாக உபயோகிக்கலாம் என்றும் அநேக கைதேர்ந்த வைத்தியர்களுடைய கொள்கை. (3) சிறு பூலாங்கிழங்கு சமனம், ஸ்நேஹநம் (demulcent) என்னும் செய்கையில் சிறந்ததென்றும், ஆகவே நீர்ச்சுருக்கில் உபயோகிக்கக்கூடிய சரக்கென்றும் தெரியவருகிறது.

சீமை மிளகாயும் நீரிழிவு ரோகமும்.

"ப்ராக்டிகல் மெடிஸின்" என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகையில் ஒருவர் சீமை மிளகாயைப்பற்றி எழுதியுள்ள விஷயத்தின் ஸாராம்சம் பின்வருமாறு:- "கவசமிட்ட குளிகைகளாகச் செய்த (Capsules) சீமை மிளகாயை தினத்திற்கு மூன்று வேளைவீதம் பெரிய அளவுகளில் நான் அதிகமாய் உபயோகித்து வந்ததில், சர்க்கரை அதிகரித்த மூத்திரத்தையும் அதிலிருந்த சர்க்கரையின் அளவையும் நன்றாகக் குறைத்து, வெகு சீக்கிரத்தில் ஸௌக்கியமுண்டாக்கியது. நான் ஒரு தினத்திற்கு ஒரு ட்ராம் அல்லது அதற்கும் மேலாக உபயோகித்து வந்தேன்; அவ்வாறு ஒரு ட்ராமுக்கு மேற்பட்ட அளவில் உபயோகித்தது சூர்ணம் செய்த மிளகாய். இருபத்திநாலு மணி நேரத்திற்கு $1\frac{1}{2}$ ட்ராம் வீதம் உபயோகித்தால், மூத்திரத்தில் அடங்கிய சர்க்கரை வெகு எளிதில் குறைந்து விடுமென்று என் அபிப்பிராயம்."

தேன் நீரிழிவில் குணந்தரக் கூடுமோ.

ஒரு ரஷ்யா தேசத்து வைத்தியர் தற்செயலாய் சில நீரிழிவு ரோகிகளுக்கு அவச்யமான பத்திய உணவுகளோடு தேனையும் (நற்சுவையின் பொருட்டு) கலந்து உபயோகிக்கச் செய்துவந்ததில், மூத்திரத்துடன் வெளியாகும் சர்க்கரை ஒரு சிறிதும் அதிகமாகவில்லையாம். இவ்வாறு தேன் ஒரு பிணியாளிக்கு மாத்திரமல்ல, அநேகம் நீரிழிவு ரோகிகளுக்கு உணவோடு கொடுக்கப்பட்டு வந்தது; அதனால், மூத்திர ஸம்பந்தமான சர்க்கரை கிஞ்சித்தும் விருத்தியாகவில்லையென்றும், சில பிணியாளிகளுக்கு உணவுடன் தேனை விசேஷமாகக் கலந்து வந்ததில் மூத்திரத்திலுண்டாகும் சர்க்கரை அளவில் குறையத் தலைப்பட்டதென்றும் இறுதியில் கண்டு பிடிக்கப் பட்டது.—Life and Health.

பஞ்ச வக்த்ர ரஸ மாத்திரை.

"இந்த குளிகையில் இரஸம், நாபி, வெண்காரம், கந்தகம், மிளகு இச்சரக்குகள் சேர்க்கப்படும். இது மிகவும் பிரஸித்திபெற்ற ஆயுர்வேத ஔஷதங்களில் ஒன்று. இது விஷமஜ்வரத்திலும், முக்கியமாய் ஸந்நிபாத ஜ்வரத்திலும் உபயோகிப்பதற்கு ஏற்றதென்று ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. அவ்வித ஜ்வரம் முதலியவற்றால் பித்த விகாரங்கள் மேலிட்டு, பிணியாளி பிதற்றிக் கொண்டிருக்கையிலும், பலமான ஜலதோஷத்திலும், தொண்டைப் புண்ணிலும், ச்வாஸ-காஸரோகத்திலும் உபயோகித்ததில் "பஞ்சவக்த்ர ரஸம்" மிகவும் ஆச்சர்யகரமான பயன் தருவதாகத் தெரியவந்தது." என்று "ப்ராக்டிகல் மெடிஸன்" என்னும் பத்திரிகை கூறுகின்றது. (இவ்வௌஷதத்தைத் தயார் செய்யும் முறையைப் பற்றிய விவரங்களை "வைத்திய கலாநிதி" ஆபீஸில் வெளியாயுள்ள சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 159-வது பக்கத்தில் காணலாம்.)

சுக்லஸ்கலநத்தைத் தடுக்கும் ஔஷதம்.

நன்றாக முதிர்ந்துபோன இரண்டு சுக்லஸ்கலந கேஸுகளில் க்ரோமியம் ஸல்பேட் குளிகைகளை (tablets of chromium Sulphate) ஆறுமணிக்கு ஒரு மாத்திரைவீதம் கொடுத்துவந்ததில் வெகு திருப்திகரமான பயன் உண்டாயிற்று என்று டாக்டர் டன்லே என்பவர் ஒரு வைத்தியப் பத்திரிகையில் எழுதுகிறார். அந்த மாத்திரை ஒவ்வொன்றும் 4-க்ரைன் அளவுக்குக் குறையாததாயிருக்கவேண்டும்.

கண்டமாலையில் வெந்நீர் சிறந்த ஔஷதம்.

தொண்டையில் தைராய்ட் க்ளாண்ட் (thyraid gland) என்னும் கிரந்தி ஒன்றுண்டு; அதனுள் வெந்நீரைக் குத்திப்பீச்சிட்டுவந்ததில், கண்டமாலை ஸ்வஸ்தமாய் விட்டதாக ஸமீபத்தில் ஒரு வைத்திய ஸங்கத்தார் வெளியிட்டிருக்கிறார்கள் :—Therapeutic Record.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ விஞவிடைகள்.

விஞ-44. துர்ப்பல ஹ்ருதயமும் ட்ராம் வண்டிப்பிரயாணமும்.

"ஐயா,

ஹ்ருதயம் துர்ப்பலமாயிருக்கையில், ட்ராம் வண்டியில் பிரயாணம் செய்வது உசிதமா? அல்லது அதனால் ஏதாவது கெடுதியுண்டா? நான் குறிப்பிடும் அப்பிணியாளிக்கு இப்பொழுது சுமார் 35 வயது. சில் வாயு வந்து ஜ்வரமடித்து, அப்பிணியாளியின் ஹ்ருதயத்திலுள்ள ஒரு கபாடம் (Valve) கோளாறடைந்திருப்பதாக வைத்தியர் சொல்லுகிறார். தயவுசெய்து "வைத்தியகலாநிதி" மூலமாய் விஷயத்தை அறிவிக்கும்படி வேண்டிக்கொள்கிறேன்."

C. ராகவையங்கார்.

விடை:—ஹ்ருதயம் துர்ப்பலமா யிருக்கையில் ட்ராம்வண்டியில் பிரயாணம் செய்வது கெடுதியல்ல. ஆனால் ட்ராம்வண்டிகளில் ஏறுவதற்கு வெகு ஆத்திரப்பட்டுக்கொண்டு ஓடுவதும், வேகமாய் நடப்பதும் கெடுதியேயாம். அப்பிணியாளி எப்பொழுதுமே மிக மெதுவாகவும் அமைதியாகவும் நடக்கவேண்டும்.-ப-ர்.

விஞ-45. செவி-சிரஸ்ஸுகளில் இரைத்தல்.

"ஐயா,

எனக்கு அடிக்கொருமுறை சிரஸ்ஸிலும் செவிகளிலும் ஒருவிதமான இரைத்தல் உண்டாகிறது; அது வரும்போது எனக்கு மனம் ஏதோ சஞ்சலமாய்விடுகிறது. தாங்கள் என்மேல் கருணைகூர்ந்து இந்தத் தலைவேதனைக்கு ஏற்றதான பரிஹாரத்தை அறிவிப்பீர்களா? எனக்கு இவ்வேதனை பதினாறு வருஷ காலமாய் இருந்துவருகிறது. விளம்பரத்திற்கண்ட எல்லா ஔஷதங்களையும் நான் உபயோகித்துவிட்டேன்; அதெல்லாம் குணமுண்டுபண்ணுவதுபோய் இன்னும் துர்க்குணத்தையே விசேஷமாய் உண்டாக்கின"

க. ந. வீ. ராமஸ்வாமி செட்டியார்.

விடை:—பிரதிதினமும் காலை 4-மணிக்கு எழுந்திருந்து ப்ருங்கராஜ தைலத்தைத் தேய்த்து வெந்நீரில் ஸ்நாநம் செய்துவிட்டு, உடனே ஏதாவது சூடான உணவைச்சாப்பிட்டு, காதுகளில் ஈரமில்லாமல் துடைத்து, பாலமூலாதி தைலத்தைப் பிணியுண்ட செவியினுள் சிறிது விட்டு, பஞ்சினால் காதை மூடிக்கொண்டு சுமார் இரண்டுமணி நேரம் நித்திரை செய்யவும். இவ்வாறு குறைந்தது எட்டு வாரங்கள் செய்துவருவது நலம். மேலும் ஸாத்தியமானவரையில் அவ்வாறு தலையில் ஒரு கோஷம் உண்டாவதைக் கவனிக்காமல் மறந்துவிட முயலவும். மனதை உத்ஸாஹமாக வெவ்வேறு காரியங்களிலும் விளையாட்டுகளிலும் செலுத்தி வருவது நல்லது. காற்றிலும், வெயிலிலும், மழையிலும் நடமாடக் கூடாது. இவ்வாறு விடாமல் செய்து வந்தால் நாளடைவில் ஏதாவது சிறிதேனும் குணம் உண்டாகலாம் என்பது எனது கொள்கை. இங்கு மேலே குறிக்கப்பட்டுள்ள "ப்ருங்கராஜ தைலமும்" "பாலமூலாதி தைலமும்" "வைத்திய கலாநிதி" ஆபீஸில் வெளியாயுள்ள சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் மத்ய கண்டம் ஒன்பதாம் அத்தியாயத்தில் காணக்கூடியன. ப-ர்.

விஞ 46. குழந்தைகளுக்கு ஏற்ற உணவு.

"அன்பார்ந்த ஐயா,

தயவு செய்து அடியில் குறிப்பிடும் எனது ஸந்தேஹங்களுக்கு ஏற்றவாறு விடையளிக்கும்படி வணக்கத்துடன் கேட்டுக்கொள்கிறேன்:—1. குழந்தைகளுக்கு ஒரு வயது நிறைவதற்கு முன்பு எவ்வித ஆஹாரத்தைக் கொடுத்து வரலாம்? 2. ஹார்லிக்ஸ், மெலின்ஸ், பெஞ்ஜர்ஸ் உணவுகளைக் கொடுத்து வருவதை தாங்கள் ஒப்புக்கொள்வீர்களா?

S. V. தாமோதர நம்பி.

விடை:—1. இளங்குழந்தைகளுக்கு சுத்தமாகக் காய்ச்சி யெடுத்த பசும்பால் மிகச் சிறந்த ஆஹாரமாகும். பிறந்த ஒரு மாஸம் வரையில், (சில ஸமயம் தாய்க்கு விசேஷமாக முலைப்பால் இருந்தால் மூன்று மாஸம் வரையிலும்) தாய்ப்பால் ஒன்றுதான் இயற்கையில் குழந்தையைப் போஷிக்கக்கூடிய உணவு. எட்டாவது அல்லது பத்தாவது மாதம் வரையில் பசும்பாலும் தாய்ப்பாலும் போதுமானவை. பிறகு நன்றாகப் பக்குவம் செய்த அன்னத்தை வெகு கொஞ்சமாகப் பாலில் கலந்து ஒருவேளை கொடுத்து வரலாம். 2. ஹார்லிக்ஸ், மெலின்ஸ், பெஞ்ஜர்ஸ் புட்டுகள் என்கிற செயற்கை உணவுகளை நமது குழந்தைகளுக்கு உபயோகிப்பதை நாம் முற்றிலும் மறுக்கிறோம். அவற்றின் குணதிசயங்களைப் பற்றிச் செய்யப்பட்டுள்ள விளம்பரங்களைக் கண்டு மதிமயங்கி நமது ஜனங்கள் அவ்வித செயற்கை உணவுகளை வாங்குவதும், அவற்றை நமது சிறு குழந்தைகளுக்கு ஊட்டுவதும் பகுத்தறிவுக்கு ஏற்றதல்லவென்றே கூறுவோம்.—ப. ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

வேங்கடரமண வைத்தியசாலை.

மைலாப்பூரில், காலஞ்சென்ற ஸ்ரீமான் வி. கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயர் அவர்களால் ஸ்தாபிக்கப்பட்டுள்ள இப்பெயர் கொண்ட ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலை சுமார் 10-வருஷகாலமாய் நல்ல வேலை செய்து வருகிறதென்கிற விஷயம் ஏற்கனவே நமது பத்திரிகையைப் படிப்பவரில் பெரும்பான்மைபோருக்குத் தெரிந்திருக்கும். அவ்வைத்தியசாலையின் பத்தாவது வருஷத்திய ரிர்வாஹ விஷயம் இப்பொழுது அச்சிட்டுப் பிரசுரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இதற்கு முந்திய வருஷங்களில் தினத்திற்கு சராசரி 123 பிணியாளிகள் வீதம் வைத்தியசாலைக்கு சிகித்சையின் பொருட்டு வந்துகொண்டிருந்ததாகவும், பிரஸ்தாப வருஷத்தில் அப்பிணியாளிகளின் எண்ணிக்கை சராசரி தினத்திற்கு 20 வீதம் (அதாவது 143 ஆக) அதிகரித்ததாகவும் அறிய ஸந்தோஷப்படுகிறோம். மேலும் இவ்வருஷாந்தத்தில் ஸாதாரணமாக எளிதில் செய்யக்கூடிய சஸ்திர சிகித்சைகளுக்காகவும் தகுந்த ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டிருப்பதாயும் குறித்துள்ள விஷயம் அவ்வைத்தியசாலையை விடாமுயற்சியுடன் நிர்வஹிக்கும் ராவ்பஹதூர் ஏ. கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயர் அவர்களுடைய உத்ஸாஹ விசேஷத்தை விளக்கக்கூடியதாயிருக்கிறது. ராஜயக்ஷ்மா (ச்வாஸாசயம் 56, வேறு அவயவங்கள் 85, இவற்றைப்பற்றிய க்ஷயம்) மொத்தம் 141, அபிந்யாஸ ஜ்வரம் (இதை கபவாத ஜ்வரம் என்று இவர்கள் கூறுகிறார்கள் போலும்; Pneumonia) 44, குஷ்டம் 4, மதுமேஹம் 33, ஹ்ருதயம் முதலிய இரத்த வழி மார்க்கங்களை ஆச்ரயித்த வியாதிகள் 335, மீண்டும் ச்வாஸாசயங்களைப்பற்றிய க்ஷயம் முதலிய வியாதிகளின் எண்ணிக்கை 1868 ஆக இவ்வாறு அஸாத்தியமென்றும் க்ருச்ச்ர ஸாத்தியமென்றும் கருதப்படுகிற வியாதிகள் அபூர்வமாய் சிகித்சை செய்யப்பட்டதாய் ரிபோர்டில் எழுதியிருப்பது வைத்திய சாஸ்திர வல்லோரால் குறிப்பிடத் தகுந்தது. இவ்வைத்திய சாலை பலவகையிலும் மேன்மேலும் செழித்தோங்கி எளிய பிணியாளிகளுக்கு நன்மை விளைவித்து வரவேண்டுமென்று மனதாரக் கோருகின்றோம்.

அக்னிவ்ரண சிகித்ஸை.

டாக்டர் ஹெர்மான் என்பவர் அடியில் வருமாறு கூறுகிறார்:—நெருப்புத்தாக்கி உண்டாகும் வ்ரணங்களின் மேல் விசேஷமான ஔஷதங்களைப் போடவும், பந்தனங்களைக் கட்டவும் வேண்டிய அவசியமில்லை. அவ்விதம் அக்னி ஸம்பந்தத்தினாலுண்டான வ்ரணத்தின் மேல் நன்றாகப் பொடித்த போரிக் பௌடரை முழுதும் பரப்பி, அதன்மேல் கட்டு முதலானதை யிடாமல் திறந்து வைத்திருக்க வேண்டும். அவசியமாயிருந்தால், வலியைக் குறைப்பதற்காக ஏதேனும் சமனௌஷதத்தை உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். இருபத்தினாலு மணி நேரத்தில் நரம்பு முனைகளின் மேல் பாகங்களில் (வ்ரணத்தின் மேலுள்ளவற்றில்) இரத்த நீர் (serum) வந்து சூழ்ந்து அவற்றை மூடிவிடும். அவ்விடத்தை முரட்டுத்தனமாகப் பிடித்துக் கஷ்டப்படுத்தாத வரையில், அவ்விரணத்தினால் விசேஷமான வலியுண்டாவதில்லை.—Practical Medicine.

93-வது வயதில் யௌவநம்.

"சுமார் 60-வருஷங்களுக்கு முன்னிருந்து நான் மாம்ஸத்தையாவது, வேறுவிதமான பிராணி ஸம்பந்தமான உணவையாவது தின்பதேயில்லை. அழுக்கும் துர்நாற்றமும் உள்ள அவ்வித உணவுகளை உபயோகியாமல் இருப்பதால் எனக்கு ஒரு கெடுதியும் தேஹத்தில் உண்டாகவில்லை. ஊசி உலர்ந்து உருமாறி விகாரங்கொண்ட பன்றிமாம்ஸத்தையும், கிடாவின் இறைச்சியையும் நினைக்க நினைக்க எல்லா ஆஹாரங்களிலுமே பகுத்தறிவுள்ள மனிதனுக்கு அருவருப்புண்டாகும். நான் காப்பியையாவது, தேயிலையையாவது, மதுவகைகளையாவது, புகையிலையையாவது பரிசிப்பதேயில்லை. கோதுமை, அரிசி, வாற்கோதுமை, வெண்ணெய், கிழங்குகள், கனிவர்க்கங்கள் இவற்றையே நான் உணவாக உபயோகித்து வருகிறேன்; வெயிலில் உலாவி வளர்ந்து வந்தேன். முன்னால் என்னுடைய புத்தியின் ஊக்கம் ஒருவாறு மந்தமாயிருந்தபோதிலும், இப்பொழுது நான் மதியூகத்திலும், மனவுத்ஸாஹத்திலும், ஸந்தோஷத்திலும் வெகு தேற்சியடைந்து ஆரோக்கிய ஸ்வாதந்திரமாய் இருந்து வருகிறேன். ஸாத்தியமானவரையில் இயற்கைக்கு விரோதமான எச்செயலையும் செய்வதில்லை, எப்பொருளையும் உபயோகிப்பதுமில்லை. இப்பொழுது 93-வது வயதை யௌவநப்பருவத்தைப்போல் சுறுசுறுப்புடன் கழித்துவருகிறேன்," என்று டாக்டர் ஜே. எம். பீபுல்ஸ் (Dr. J. M. Peebles) என்பவர் எழுதுகிறார்.—Health Culture.

ஒவ்வொரு தோஷபரிஹாரத்திற்கும் வேண்டிய சிறந்த ஸ்நேஹங்கள்.

முற்கூறிய நான்குவித ஸ்நேஹங்களுள் கடைசியிற் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளதிலிருந்து ஆரம்பித்து முறையே முன்னுள்ள ஒவ்வொன்றும் பித்தஹரமான குணத்திற் சிறந்தவையாம்;[1] அவ்வாறே முதலிலிருந்து மேன்மேலுமுள்ள ஒவ்வொரு ஸ்நேஹமும் முறையே மற்ற இரண்டு தோஷங்களையும் பரிஹரிப்பதிற் சிறந்தவையாகும்.[2] 2.

குருகுணத்திற் சிறந்த ஸ்நேஹங்கள்.

க்ருதத்தைவிட தைலமும், அதைவிட கொழுப்பும், கொழுப்பைவிட மஜ்ஜையும் குருகுணத்திற் சிறந்த ஸ்நேஹங்களாம். 2½.

யமகம், த்ரிவ்ருதம், மஹாஸ்நேஹம் என்பவை.

இரண்டுவித ஸ்நேஹங்கள் ஒருமிக்கச் சேர்ந்தால் அக்கூட்டுக்கு யமகம் என்றும், மூன்று ஸ்நேஹங்கள் சேர்ந்தால் த்ரிவ்ருதம் என்றும், நான்கு ஸ்நேஹங்களும் சேர்ந்தால் மஹாஸ்நேஹம் என்றும் பெயர் வழங்கப்படும். 3.

ஸ்நேஹ சிகித்ஸைக்கு ஏற்றவர்கள்.

ஸ்வேதசிகித்ஸைக்கு உரியவரும், சோதந சிகித்ஸைக்கு உரியவரும், மதுபானம் செய்பவரும், ஸ்த்ரீயின் பக்கம் பற்றுள்ளவரும், வியாயாமம் பண்ணுபவரும், சிந்தையுள்ளவரும், வயது முதிர்ந்தவர்களும், பாலர்களும், பலஹீனர்களும், சரீரம் மெலிவுற்றவரும், ரூக்ஷதேஹிகளும், இரத்தம் - சுக்லம் இவை க்ஷீணித்துப் போனவர்களும், வாதவியாதியால் வருந்துபவரும், அபிஷ்யந்தம்-திமிரம் என்னும் நேத்திரவியாதிகளால் பீடிக்கப்படுபவரும், சித்திரை செய்தபிறகு நேத்திரங்களைத் திறக்கமுடியாமல் மிகவும் துன்பமனுபவிப்பவரும் ஸ்நேஹ சிகித்ஸைக்குஏற்றவராவர். 4,5.

ஸ்நேஹ சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்கள்.

அக்னிமாந்த்யம், மிதமிஞ்சிய பசி, ஸ்தூலத்தன்மை, பலக்குறைவு இவற்றால் அதிகமாய் வருந்துபவரும், ஊருஸ்தம்பம், அதிஸாரம், ஆமதோஷம், தொண்டையைப்பற்றிய வியாதி, கரம் என்னும் கிரித்ரிமவிஷப்பற்று,[1] மஹோதரம் முதலிய வயிற்றைப்பற்றிய வியாதிகள், மூர்ச்சை, வாந்தி, அரோசகம், கபக்கோளாறு, நாவறட்சி, மதுபானத்தினாலான விகாரங்கள் இவற்றால் பீடிக்கப்படுபவரும், முறைகேடாகப் பிரஸவித்தவர்களும் ஸ்நேஹ சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்களாம்; மேலும் நஸ்யசிகித்ஸை, வஸ்திசிகித்ஸை, விரேசகசிகித்ஸை இவற்றைச் செய்துவருகையிலும் ஸ்நேஹ சிகித்ஸையைப் பிரயோகிப்பது பிசகு 6, 7.

க்ருதம் எவருக்கு ஹிதமானது?

அந்த ஸ்நேஹ வஸ்துக்களுள் க்ருதமானது புத்தி, ஸ்மரணம் என்னும் ஞாபகசக்தி, மேதையென்கிற புத்திவிசேஷம், ஜாடராக்னியின் விருத்தி இவற்றை விரும்புபவருக்கு ச்லாக்யமானதாகும். 7½.

தைலம் எவருக்கு ஹிதமானது?

கிரந்தி,[2] நாடீவ்ரணம்,[3] கிருமிரோகம், கபரோகம், கொழுப்பு அதிகரிப்பதாலான மேதோரோகம், வாதரோகம் இவற்றால் வருந்துபவருக்கும், சரீரத்தில் இலாகவம் உண்டாவது, திடத்தன்மை இவற்றை விரும்புபவருக்கும், கற்குடலுள்ளவருக்கும் தைலம் ஹிதமானதாகும். 8½.

---

1. தைலத்தினும் வஸையும், வஸையைவிட மஜ்ஜையும், அதைவிட க்ருதமும் பித்தஹரமான குணத்திற் சிறந்தவை யெனக் கருத்து.

2. க்ருதத்தினும் மஜ்ஜையும், மஜ்ஜையைவிட வஸையும், அதைவிட தைலமும் வாத-கபங்களைச் சமகம் செய்வதில் சிரேஷ்டமானவை.

1. கரவிஷம் என்னும் கிரித்ரிமவிஷத்தின் விவரத்தை 67-வது பக்கம் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் காண்க.

2. கிரந்தி—கழுத்து, அக்குள் முதலான இடங்களில் சிறிய உருண்டை வடிவமாயுள்ள அவயவங்கள் வீங்கியுண்டாகும் கட்டி.

3. நாடீவ்ரணம்—குழிப்புண்.

வாயுவாலும், வெயிலாலும், வழிநடப்பதாலும், சிற்றின்பத்தில் அதிகமாய் பிரவ்ருத்திப்பதாலும், வியாயாமம் விசேஷமாகச் செய்வதாலும் க்ஷீணித்துப் போன தாதுக்களை யுடையவர் எவரோ அவர்களுக்கும், ரூக்ஷமான தேஹமுள்ளவர்களுக்கும், க்லேசங்களைப் பொறுமையோடு தாங்குபவருக்கும், மிதமிஞ்சிய பசியுள்ளவருக்கும், வாயுவினால் அடைபட்ட ஸ்ரோதோ மார்க்கங்களைப் பெற்றவர்களுக்கும்[1] வஸை, மஜ்ஜை யென்னும் மற்ற இரண்டு ஸ்நேஹங்களும் அநுகூலமானவை. 9½.

வஸா-மஜ்ஜைகள் எவருக்கு ஹிதமானவை?

வஸை யென்னும் கொழுப்புக்கு வேறு சில விசேஷ குணங்களும் உண்டு. அவையாவன:—பூட்டுகள், எலும்புகள், மர்மஸ்தானங்கள்,[2] குடல்கள் இவற்றில் வலியுண்டானாலும், அக்னி முதலியதால் அழற்சியேற்பட்டாலும், அடியுண்டானாலும், யோனி நெகிழ்ந்துவிட்டாலும், செவியிலும் சிரஸிலும் நோவுண்டானாலும் அவ்வித நிலைமைகளிலும் வஸை யென்பது உபயோகிக்கத்தகுந்தது. 10½.

வஸையின் விசேஷ குணங்கள்.

வர்ஷ ருதுவில் தைலமும், சரத் ருதுவில் நெய்யும், வஸந்த ருதுவில் வஸை மஜ்ஜை யென்னும் மற்ற இரண்டு ஸ்நேஹங்களும் உபயோகிக்கத் தகுந்தவையாம். 11.

எந்தெந்த ஸ்நேஹத்தை எந்தெந்த ருதுவில் உபயோகிக்கலாம் என்பது.

ஸாதாரண ருதுக்களில்,[1] பகற்காலத்தில், ஸூர்யன் ப்ரகாசமாகக் காயும் பொழுது ஸ்நேஹப்ரயோகம் செய்வது நலம். தைலத்தை உபயோகிக்கவேண்டியது அவசியமாக நேரிட்டுவிடுமானால் அப்பொழுது அது ஹேமந்த-சிசிரருதுக்களாயிருந்தபோதிலும் அவற்றிலும் அதை உபயோகிக்கலாம்; அவ்வாறே க்ருதத்தை க்ரீஷ்ம ருதுவிலும் இராக்காலத்திலுங்கூட உபயோகிக்கலாம்; பித்தமாவது, வாயுவாவது, பித்தம் ஸம்பந்தப்பட்டுள்ள ஸம்ஸர்க்க தோஷங்களாவது[2] ஸம்பவித்திருந்தால் அப்பொழுது க்ருதத்தை இரவிலேயே உபயோகிக்கவேண்டும்; இவ்விதிகளுக்கு அந்யதாவாக க்ருதம் முதலானதை இரவில் உபயோகித்தால் வாத-கபங்களுடைய கோளாறுகளாலும், தைலம் முதலானதைப்பகலில் உபயோகித்தால் பித்தத்தினாலும் வியாதிகள் ஸம்பவிக்கும். 12—13.

ஸ்நேஹங்களை உபயோகிப்பதற்கான காலங்களைப்பற்றிய விசேஷ விதிகள்.

பலவகையான பக்ஷணங்கள், அன்னம், வஸ்திகர்மம், நஸ்யம், அப்யங்கஸ்நானம், கண்டூஷம் என்னும் வாய்க் கொப்புளித்தல், மூர்த்ததர்ப்பணம், கர்ணதர்ப்பணம், நேத்திரதர்ப்பணம் இவற்றின் மூலமாய்[3] ஸ்நேஹத்தை முறைப்படி ப்ரயோகிக்கலாம். 14.

ஸ்நேஹத்தைப் ப்ரயோகிப்பதற்கான உபாயங்கள்.

1. ஸ்ரோதஸ்—39, 45, 72, 105 இப்பக்கங்களில் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. மர்மங்கள்—8-வதுபக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

1. ஸாதாரண ருதுக்கள்—வஸந்தருது, சரத்ருது, சிசிரருது இவை ஸாதாரண ருதுக்கள் எனப்படும்.

2. ஸம்ஸர்க்க தோஷங்கள்—இரண்டிரண்டு தோஷங்கள் ஸம்பந்தப்பட்ட விகாரங்கள்; இங்கு வாத-பித்தம், பித்த-கபம் இரண்டும் குறிக்கப்படுகின்றன.

3. இங்கு குறிப்பிடப்பட்டுள்ள வஸ்திகர்மம் முதலாக நேத்திரதர்ப்பணம் ஈறாகவுள்ள சிகித்ஸா விசேஷங்களின் விவரங்களை இதன்பிறகு வரும் அதற்கென்று ஏற்பட்ட அத்தியாயங்களில் காண்க.

ஸ்நேஹத்திற்கு அறுசுவைகளின் அநேகவகையான சேர்க்கைகளைக் கொண்டும், ஒன்றோடும் சேராமல் தனியான நிலைமையைக் கொண்டும் அறுபத்திநாலுவிதமான கற்பனைகள் முறையே செய்யக்கூடுமென்று கருதப்படுகிறது; ஸ்நேஹத்தை வெவ்வேறு விதமான உணவுகளுடன் அல்லது அநேகவிதமான சுவையுள்ள வஸ்துக்களோடு கலந்தே உபயோகிக்க வேண்டியிருப்பதாலும், (மற்ற உணவுப் பொருட்களைப்போல் அதிகமாய் உபயோகிக்கமுடியாமல்) சொற்பமாகவே உபயோகிக்க வேண்டியிருப்பதாலும் அவ்விதமான கற்பனைகள் ஸம்யோக க்ரமங்களைக்கொண்டு ஏற்படுத்தப்பட்டன.[1] 15.

ஸ்நேஹத்திற்கும் இரஸங்களுக்குமுள்ள அறுபத்திநாலு வித கூட்டுமுறை.

வேறு பதார்த்தங்களோடு கலக்காமல் தனியாக உட்கொள்ளப்படும் ஸ்நேஹமானது, முறைப்படி மொழியப்பட்டுள்ள ஹேதுக்களைப் பெருமையால்[3] அதற்கு "விசாரணை" அல்லது "கூட்டுமுறை" என்னும் பெயர் கிடைக்கமாட்டாது. ஸ்நேஹசிகித்ஸைக்கான பலனை சீக்கிரத்தில் நிறைவேற்றுவதால் அவ்விதமான ஸ்நேஹமுறை உத்தமமானது. 16.

அச்ச பேயாவின் விசேஷம்.[2]

ஸ்நேஹத்தைப் ப்ரயோகிப்பதற்கு சிறிய மாத்திரை, மத்திமமாத்திரை, உத்தம மாத்திரையென்று அளவுகள் மூன்று உண்டு; அவற்றுள் இரண்டு யாமங்களில் ஜீர்ணமாகக்கூடிய அளவு சிறிய மாத்திரையென்றும், நான்கு யாமங்களில் ஜீர்ணமாவது மத்திம மாத்திரையென்றும், எட்டு யாமங்களில் ஜீர்ணமாவது உத்தம மாத்திரையென்றும் கூறப்படுகிறது. ஆனால், பிணியாளிகளுடைய தோஷங்கள் முதலானவற்றின் நிலைமைகளை உற்றுநோக்கி சிறிய அளவுக்குக் கூறப்பட்டதைவிட இன்னும் சிறிய அளவாகவே ஸ்நேஹத்தை முதலில் ப்ரயோகிக்க வேண்டும். 17, 17½.

ஸ்நேஹமூட்டிக்கொள்ளும் அளவுகள்.

வமன-விரேசனங்கள் என்னும் சோதனத்துக்காக ஸ்நேஹம் ஏதாவது உபயோகிக்கப் படவேண்டுமானால், "அச்ச பேயா" என்னும் ஸ்நேஹத்தையே உத்தமமாத்திரையெனப்படும் பெரிய அளவில், முதல் நாள் எடுத்துக்கொண்ட ஆஹாரம் நன்கு ஜீர்ணமாயிருக்கும்போது உபயோகிக்கவேண்டும். 18.

சோதன-அச்சபேயா.

சமநத்திற்காக[1] உபயோகிக்கவேண்டுமானால், "அச்ச பேயா" என்னும் ஸ்நேஹத்தை நன்கு பசியெடுத்திருக்கையில் உணவுடன் கலக்காமல் உபயோகிப்பது நலம். 18½.

சமன-அச்சபேயா.

"அச்ச பேயா" என்னும் ஸ்நேஹத்தை மாம்ஸரஸம், மத்யம் முதலானவைகளோடும், அன்னத்தோடும் குறைந்த அளவில் ப்ருஹ்மணத்திற்காக உபயோகிக்கலாம்; அவ்வாறு உபயோகிக்கப்படும் ஸ்நேஹமானது பாலர், வயது முதிர்ந்தவர், நாவறட்சியுள்ள

ப்ருஹ்மண-அச்சபேயா.

1. ரஸபேதீயாத்தியாயத்தில் (91, 92-ம் பக்கங்களில்) "ஆறுவிதமான இரஸங்களுக்கும் யோசங்களில் ஒன்றோடொன்று ++" என்று ஆரம்பித்துக் கூறப்பட்டுள்ளவாறு அறுபத்தி மூன்றுவித சேர்க்கையும், ஸ்நேஹத்தை மற்றொரு வஸ்துவோடு கலக்காமல் தனியாக உபயோகிப்பது ஒன்றும் ஆக அறுபத்திநான்கு கூட்டு முறையுண்டு.

2. அச்சபேயா—வேறு பதார்த்தங்களோடு கலக்காமல் ஸ்நேஹபானம் செய்யுமுறை.

3. வேறு பதார்த்தங்களோடு சேராமல் தனிப்பட உபயோகிக்கப்படுவதே அச்சபேயாவுக்கு விசாரணை என்னும் பெயர் வழங்கப்படாததற்கு முக்கிய ஹேது.

1. சமநம், சோதநம் முதலியவற்றின் விவரங்களை 5, 7 இப்பக்கங்களில் டிப்பணியிற் பார்க்க.

வருந்துபவர், ஸ்நேஹத்தினிடம் வெறுப்புள்ளவர், மதுபானம் செய்பவர், எம்பொழுதும் ஸ்திரீகளுடன் கூடிவருபவர், நினந்தோறும் ஸ்நேஹமுபயோகிப்பவர், அக்னிமாந்த்யமுள்ளவர், ஸாகிகள், க்லேசமனுபவிப்பவர், பயங்காலிகள்,மிருது கோஷ்டமுள்ளவர்,[1] தோஷங்களால் சொற்பமாகப் பீடிக்கப்படுபவர், மெலிந்த தேஹத்தையுடையவர் இவர்களுக்கு உபயோகிக்கவும், உஷ்ண காலத்திற் பிரயோகிக்கவும் ஏற்றதாகும். 19—20½.

ஸ்நேஹத்தை உபயோகிக்கும் தருணங்களும் பிரயோஜனங்களும்.

அந்த ஸ்நேஹம் ஆஹாரத்திற்கு முன்பாகவும், ஆஹாரத்தினிடையிலும், ஆஹாரத்திற்குப் பிறகும் உபயோகிக்கப்படுமானல், அது முறையே தேஹத்தின் கீழ் அவயவங்களின் வியாதிகளையும், மத்திம அவயவங்களிலுண்டாகும் வியாதிகளையும், தேஹத்தின்மேல் அவயவங்களிலுண்டாகும் வியாதிகளையும் போக்கும்; கிரமமாக அந்தந்த அவயவங்களுக்கு வன்மையையும் உண்டாக்கும். 21½.

அச்ச ஸ்நேஹத்திற்கு அநுபானமும் அதன் உபயோகமும்.

அச்ச ஸ்நேஹத்தை உட்கொள்ளும்போது, ஸ்நேஹம் எளிதில் நன்கு ஜீர்ணமாவதற்காகவும், வாயினுள் எண்ணெய்ப் பிசுக்கு விலகி முகம் சுத்தமாவதற்காகவும் வெந்நீரை அநுபானமாகப் பருகவேண்டும். ஆனல் நீரடிமுத்துத் தைலத்திற்காவது, சேங்கொட்டைத் தைலத்திற்காவது உஷ்ணஜலம் அநுபானமாக உபயோகிக்கத் தகுந்ததல்ல.[2] உட்கொண்ட ஸ்நேஹபதார்த்தம் ஜீர்ணமானதும் ஆகாததும் ஸந்தேஹமாயிருந்தால் அப்பொழுது மீண்டும் உஷ்ணஜலத்தைப் பானம் செய்யலாம்; அதனல் முன்வந்து கொண்டிருந்த ஏப்பம் நிவ்ருத்தியாகும்; அதன் பிறகு உடலுக்கு இலாகவமும், ஆஹாராதிகளில் ருசியும் விருப்பமும் உண்டாகும். 22—23½.

ஸ்நேஹ பானத்தில் உபசார க்ரமங்கள்.

நாளையதினம் ஸ்நேஹபானம் செய்யப் போகிறவனும், அன்றையதினம் பானம் செய்திருப்பவனும், ஏற்கனவே ஸ்நேஹபானம் நிறைவேற்றி யிருப்பவனும் பின்வருமாறு ஆஹாராசாரங்களை உபயோகிக்கத் தகுந்தவனாகிறான்:—திரவமாகவும், உஷ்ணமாகவும், அபிஷ்யந்தியென்னும்[1] குணத்தைப் பெறாததும், அதிக ஸ்நிக்த்தமல்லாததும், பத்தியமும் அபத்தியமுமான பலவகைப்பட்ட பதார்த்தங்கள் கலவாததுமான ஆஹாரம் புஜிக்கத்தகுந்தது; உஷ்ண ஜலத்தைக்கொண்டே எல்லாக் காரியங்களையும் நிறைவேற்றிக் கொள்ளவேண்டும்; பிரஹ்மசர்யவ்ரதமுடையவனாகவும், இரவில் உற்ற நேரத்திற்படுத்து நித்திரைசெய்து வருவதுடன் வேகங்களை அடக்காதவனாகவும் இருந்துவரவேண்டும்; வ்யாயாமம், கோபம், துயரம் இவற்றையும், பனி, வெயில், பெருங்காற்றுக்கு எதிரில் ஸஞ்சரிப்பது, வாஹநமேறுவது, வழிநடப்பது, அதிகமாகப்பேசுவது, அதிகநேரம் உட்கார்ந்திருப்பது, நிற்பது, மிக உயரமான அல்லது மிகத்தாழமான தலையணை யுபயோகிப்பது, பகலில் தூங்குவது, புகை, புழுதி இவற்றையும் ஸ்நேஹம் எவ்வளவு நாட்களளவும் உபயோகிக்கப் படுகின்றதோ அவ்வளவு நாட்களும் விலக்கவேண்டியதோடு, ஸ்நேஹத்தை நிறுத்தியபிறகும் அவ்வளவு

1. மிருது கோஷ்டம்—இதைப்பற்றி 3-வது பக்கம் டிப்பணியில் விவரம் காண்க.

2. நீரடி முத்துத்தைலமும், செங்கொட்டைத் தைலமும் விஷகுண முள்ளவைகளாதலால் உஷ்ணஜலம் ஆகாதென்று கூறப்பட்டதென்று அறிக.

1. அபிஷ்யந்தி—இதைப்பற்றி 33-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

நாட்கள் அவற்றை விலக்கிவிடவேண்டும்.[1] இந்த பத்தியமுறையானது ஸ்நேஹபானத்திற்கு மட்டுமல்ல, மற்றும் எல்லாச் சிகித்ஸைகளிலும், வியாதியினல் மெலிந்து பலஹீனமடைந்தவர்களுக்கும் பெரும்பாலும் அநுகூலமானது. 24—27½.

சமநஸ்நேஹோபசாரம்.

சமநஸ்நேஹத்தைப் பிரயோகிக்கும்போது, விரேகசிகித்ஸை செய்துகொண்டவனுக்கு எவ்வித உபசாரம் செய்யப்படுமோ அவ்விதமான உபசாரம் பண்ணவேண்டும்.[2] 28.

மிருது கோஷ்ட-க்ரூர கோஷ்டங்களுக்கு ஏற்ற ஸ்நேஹபான முறை.

மிருதுகோஷ்டமுள்ளவன் அச்சஸ்நேஹத்தை[3] மூன்று தினங்கள் உட்கொள்ளவேண்டும்; க்ரூரகோஷ்டமானல் ஏழு நாட்கள் அதை உட்கொள்வது அவசியம்; அல்லது எவ்வளவு நாட்கள் உபயோகித்தால் நன்றாக ஸ்நிக்த்தமாகக்கூடுமோ[4] அவ்வளவு நாட்களும் உட்கொண்டுவரலாம்; அதற்குமேல் ஸ்நேஹத்தை உபயோகித்தால் அது ஸாத்மியமாக[5] ஆய்விடும். 29.

ஸ்நிக்த்த-ரூக்ஷ-அதிஸ்நிக்த்தங்களின் குறிகள்.

வாதம் இயற்கையான நிலைமைக்கு வருவதும், ஜாடராக்னி உத்தீபநமாவதும், மலம் கெட்டியாயில்லாமல் இளகி எண்ணெய்ப் பசையோடு கூடியிருப்பதும், ஸ்நேஹத்தினிடம் வெறுப்புண்டாவதும், உடலில் வாட்டம் ஏற்படுவதும் நன்றாக ஸ்நிக்த்தமானதற்கு ஏற்ற அறிகுறிகளாம். ரூக்ஷமாயிருந்தால் இவற்றிற்கு நேர் எதிரிடையான குணங்கள் உண்டாயிருக்கும். அதிஸ்நிக்த்தமானல் உடல் வெளிறிவிடும்; மூக்கிலிருந்தும், வாயிலிருந்தும், குதத்திலிருந்தும் ஏதோ ஒருவிதமான துர்நீர் கசியும். 30, 30½.

ஸ்நேஹத்தை முறைகேடாயுபயோகிப்பதாலான கெடுதிகள்.

அளவுமீறியோ, அகாலத்திலோ உபயோகிக்கப்படும் ஸ்நேஹமும், எவனுக்கு எது ஆகாது என்று கூறப்பட்டிருக்கிறதோ அவ்வித ஸ்நேஹமும், பிரதிகூலமான ஆஹாரங்களோடும் ஆசாரத்தோடும்[1] உபயோகிக்கப்படும் ஸ்நேஹமும் பின்கூறப்படும் விகாரங்களை யுண்டுபண்ணும்; அவையாவன:—சோகை, அர்சஸ், சோம்பல், திமிர், மூர்ச்சை, சொரி, குஷ்டம், ஜ்வரம், குமட்டல், வயிற்றுவலி, வயிற்றுப்பொருமல், தலைச்சுற்றல் முதலியவையாம். 31,32.

முறைதவருன ஸ்நேஹப்ரயோகத்தாலான கோளாறுகளுக்குப்பரிஹாரம்.

முறைதவருக ஸ்நேஹத்தைப் பிரயோகிப்பதாலுண்டாகும் கோளாறுகளில் அடியில் வருமாறு பரிஹாரங்களைச்செய்யவேண்டும்: அவையாவன:—பசியையும் தாஹத்தையும் அடக்குதல், வாந்தி யுண்டாக்குதல்,ஸ்வேதசிகித்ஸை, ரூக்ஷகுணமுள்ள அன்ன-பான-ஔஷதங்களை உபயோகித்தல், மோர், அரிஷ்

1. சிகித்ஸை செய்து கொள்ளப்படும் நாட்களில் அநுஸரிக்கப்படும் பத்தியக்கிரமங்கள் யாவும் சிகித்ஸைக்குப் பிறகும் அவ்வளவு நாட்கள்வரையில் அநுஸரிக்கப்படுவது அஸாத்மியத்தைக் கிரமமாக விடுவதும், ஸாத்மியத்தைக் கிரமமாக உபயோகிப்பதுமான முற்கூறியுள்ள விதியை அநுஸரித்துக் கூறப்பட்டதாகும். இது மறுபத்தியம் என்று இப்பொழுது தமிழரால் வழங்கப்படுகிறது.

2. விரேசநத்தில் செய்யப்படும் உபசாரக்ரமங்களை 18-வது அத்தியாயத்தில் பார்க்க.

3. அச்சஸ்நேஹம்—அச்சபேயா; என்றல் மற்ற வேறு வஸ்துக்களின் கலப்பில்லாமலுபயோகிக்கப்படும் ஸ்நேஹம்.

4. நன்றாக ஸ்நிக்த்தமாதல் — அடுத்தாற்போல் கூறப்படும் ஸ்நிக்த்த லக்ஷணங்கள்.

5. ஸாத்மியம்—இதைப்பற்றி 69-வது 70-வது பக்கங்களைப் பார்க்க. [ஸ்நேஹம் ஸாத்மியமாய்விட்டால் மலத்தை வெளிப்படுத்தாது; அதிகமா யுபயோகித்ததாலான அவக்குறிகள் அநேகம் உண்டாகும் என்று அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்.]

1. இதற்குமுன் 24 முதல் 27-வது ச்லோக மொழிபெயர்ப்பு வரையிலும் விவரிக்கப்பட்டுள்ள ஆஹாராசாரங்களுக்கு ப்ரதிகூலமானவையென்று அறிக.

டங்கள், [1] கலம்-உத்தாலம் [2] வாற்கோதுமை-சாமை-வரகு என்னும் தான்யங்கள், திப்பிலி, த்ரிபலே, தேன், கடுக்காய், [3] பசுவின் மூத்திரம், மஹிஷாக்ஷி குக்குலு இவைகளேயாம்; மேலும் ஸ்நேஹத்தை முறைதவறாக உபயோகித்து உண்டாகும் வியாதி எவ்வெவ்விதமானதோ அந்தந்த வியாதிக்கு ஆங்காங்கு மொழியப்பட்டுள்ள சிகித்ஸையையும் செய்யலாம். 33, 34.

ரூக்ஷண சிகித்ஸையினாலுண்டாகும் குறிகள்.

ரூக்ஷணசிகித்ஸை [4] நன்றாக நிறைவேறியதிலும், அதை அதிக அளவாகச் செய்வதிலும் உண்டாகக்கூடிய குறிகள், நன்றாக நிறைவேற்றப்பட்ட அல்லது அதிக அளவாகச் செய்யப்பட்ட லங்கந சிகித்ஸைகளின் குறிகளுக்கு முறையே ஸமானமாயிருக்கும். [5] $34\frac{1}{2}$.

ஒருமுறை ஸ்நிக்த்தமானதும் செய்யக்கூடிய சிகித்ஸா க்ரமம்.

ஸ்நேஹ சிகித்ஸையினால் ஸ்நிக்த்தமானவன், பிறகு ஸ்நிக்த்தமாகவும் திரவமாகவும் பரிசத்திலும் வீர்யத்திலும் உஷ்ணமாகவுமுள்ள ஜாங்கலஜந்துவின் மாம்ஸரஸத்தை உட்கொண்டு ஸ்வேத சிகித்ஸையைச் செய்துகொள்ளவேண்டும்; அப்பால் மூன்றுநாட்கள் சும்மாயிருந்து விரேசநம் செய்துகொள்ளவேண்டும்; பின்பு மற்றொருதினம் பொறுத்திருந்து கபத்தை விருத்திசெய்யும் வஸ்துக்களையுபயோகித்து கபதோஷத்தைத் தூண்டிக்கொடுத்து வமநத்தை யுண்டுபண்ணவேண்டும். 35,36.

ஸ்நேஹ சிகித்ஸையினால் கெடுதி யுண்டாகாமற் செய்யுமுபாயம்.

சதை பெருத்தும், கொழுத்தும், அதிக கபத்துடன் கூடியும், ஜாடராக்னி விஷமித்தும் இருக்கிற மனிதர்களும், ஏற்கனவே ஸ்நேஹ சிகித்ஸையை அப்யஸித்திருப்பவர்களும், ஸ்நேஹ சிகித்ஸையைச் செய்துகொள்ளத் தகுந்தவராகவும் இருப்பவர் எவரோ அவர்களுக்கு முதலில் ரூக்ஷண சிகித்ஸையைச்செய்து, பிறகு நன்கு ஸ்நேஹ கிகித்ஸையையும் செய்து, அப்பால் சோதந சிகித்ஸையையும் பண்ணவேண்டும்; இவ்வாறு செய்தால் ஸ்நேஹ சிகித்ஸையினால் சில ஸமயம் ஸம்பவிக்கக்கூடிய கெடுதிகள்[1] நேரிடமாட்டா. 37, $37\frac{1}{2}$.

ஸ்நேஹம் அஸாத்மியமாவதாலான பயன்.

ஸ்நேஹம் அஸாத்மியமாக ஆய்விடுமானால்,[2] அது வாதாதி தோஷங்களையும் மலங்களையும் அதிகமாய் வெளிப்படுத்துவதற்குப் போதுமான சக்தியுடையதாகும். 38.

அச்ச ஸ்நேஹம் ஸஹியாதவருக்கு ஸத்ய ஸ்நேஹநமான உணவுகள்.

ஸ்நேஹத்தைப் பிரயோகித்து செய்யப்படும் சிகித்ஸையை ஸஹிக்கமுடியாதவரான பாலர்களுக்கும் கிழவர் முதலானவர்களுக்கும் உடனே ஸ்நேஹ காரியத்தை நிறைவேற்ற வல்லவையான அடியிற்கூறப்படும் யோகங்களைப் பிரயோகிக்க

1. அரிஷ்டம்—ஒருவித மது.

2. கலம் என்பதே கரம் என்றும் கூறப்படும். கரம், உத்தாலம் என்னும் தான்யங்களைப்பற்றி 44-வது பக்கத்தில் "மஹாவ்ரீஹி" வகுப்பைப் பார்க்க.

3. இங்கு ஏற்கனவே த்ரிபலேயென்று குறிக்கப்பட்டு அதில கடுக்காயும் சேர்ந்திருப்பதால் மறுபடியும் கடுக்காயைப் பிரயோகிக்க வேண்டுமென்று கூறுவதற்குக் காரணம், த்ரிபலேயையாவது அல்லது நெல்லிக்காய் தான்றிக்காய்களைத் தவிர்த்து கடுக்காயை மட்டுமாவது உபயோகிக்கலாமென்னும் கொள்கையேயாம்.

4. ரூக்ஷணசிகித்ஸை—முன்குறிப்பிட்ட பசி-தாஹம் முதலியதை அடக்குவதேயாம்.

5. லங்கந சிகித்ஸையின் குறிகள்—120, 121-வது பக்கங்களில் லங்கநம் நிறைவேறியது அதிலங்கநம் என்பவற்றின் குறிகளைப்பற்றி விவரம் காணலாம்.

1. ஸ்நேஹத்தினாலுண்டாகக்கூடிய கெடுதிகள் இதற்கு முன் 31, 32-வது பத்தியங்களின் மொழிபெயர்ப்பில் குறிப்பிடப்பட்டன.

2. ஸ்நேஹம் தேஹத்தில் பற்றுதலடையாமற்போவது அஸாத்மியம் என்பதால் குறிப்பிடப்பட்டதென்க.

லாம்: அவையாவன:—ஏராளமான மாம்ஸரஸங்கள், ஸ்நேஹ பதார்த்தங்களைச் சேர்த்துத் தாளித்த பேயா,[1] நெய் முதலிய ஸ்நேஹமும் கற்கண்டு அல்லது வெல்லப்பாகும் கூடிய எள்ளுப்பொடி, அவ்வாறே[2] பக்குவம் செய்த க்ருஸரா [3], க்ருதம் நிரம்பிய உஷ்ணமான பால் சேர்த்த பேயா [4], வெல்லம் சேர்த்த தயிரின் மேலுளள தெளிவு நீர், நெய்-எண்ணெய்-கொழுப்பு-வஸா-அரிசி ஒவ்வொன்றும் இரண்டிரண்டு பலம் சேர்த்துப் பக்குவம்செய்த பேயா என்கிற இவ்வேழுவிதமான ஸ்நேஹந குணமுள்ள உணவு வகைகளை வேண்டியவளவு உப்பையும் சேர்த்து உட்கொண்டால் அவை உடனே தேஹத்தில் ஸ்நிக்த்தகுணத்தை விருத்தி செய்யும்; ஆகவே ஸத்யஸ்நேஹநங்கள் என்றும் இவை வழங்கப்படும். இலவணமானது அபிஷ்யந்தியாகவும், ரூக்ஷகுணமற்றதாகவும், ஸூக்ஷ்மம்-உஷ்ணம்-வ்யவாயி என்னும் குணங்களுடையதாகவும் இருக்கிறதாகையால் ஸ்நேஹம் நிரம்பிய இவ்வேழு உணவுகளிலும் அதை விசேஷமாகச் சேர்க்கவேண்டுமென்று கூறப்பட்டது. 39—42.

குஷ்ட-ப்ரமேஹாதிகளில் உதவாத ஸ்நேஹங்கள்.

வெல்லம், அநூபமாம்ஸம்,[1] பால், எள், உளுந்து, ஸுரை,[2] தயிர் இவற்றை குஷ்டரோகத்திலும், சோகையிலும், பிரமேஹத்திலும் ஸ்நேஹ சிகித்ஸையின் பொருட்டு உபயோகிக்கக்கூடாது. 43.

குஷ்ட-ப்ரமேஹாதிகளில் உபயோகிக்கக்கூடிய ஸ்நேஹ முறைகள்.

த்ரிபலே, திப்பிலி, கடுக்காய்,[3] மஹிஷாக்ஷி குக்குலு முதலியவற்றால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஸ்நேஹங்களை குஷ்டம், சோகை, பிரமேஹம் என்னும் இவற்றில் அந்தந்த வியாதிக்குத் தகுந்தவாறு உபயோகிக்கவேண்டும். 44.

பிணிகளால் மெலிந்தவருக்கு ஏற்ற ஸ்நேஹநங்கள்.

வியாதிகளால் வருந்தி மெலிவடைந்து பலங்குன்றியிருப்பவருக்கு ஜாடராக்னியைத் தூண்டக்கூடியவையும், தேஹத்தைப் போஷிக்கத் தகுந்தவையுமான ஸ்நேஹங்களைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 45.

ஸ்நேஹ முபயோகிப்பதாலான பிரயோஜனங்கள்.

ஸ்நேஹத்தை அடிக்கடியும் தவறாமல் உபயோகித்துவரும் மனிதனுக்கு ஜாடராக்னி நன்கு உத்தீபனமாகும்; குடல்கள் சுத்தமாகும்; தாதுக்கள் யாவும் புஷ்டியடையாமல் செழிப்படையும்; தேஹத்தில் பலமும் நிறமும் இயற்கைக்கு

1. பேயா—இதைப்பற்றி 47-வது பக்கத்தில் விவரம் காண்க.

2. அவ்வாறே யென்பதால் வெல்லப்பாகு அல்லது கற்கண்டும், ஸ்நேஹமும் சேர்ந்தது எனப் பொருள்.

3. க்ருஸரா—அரிசி, பயறு, உளுந்து, எள் இவற்றில் எதையாவது பொடித்து, அதற்கு ஆறுபங்கு ஜலம் சேர்த்து, சிறுது குழம்பாகக் காய்ச்சிய ஒருவித கஞ்சி; இதையே யவாகூ என்றும் கூறுவர்.

4. "டால் சேர்த்த பேயா" என்றதால், முன் கூறப்பட்டது மோர் சேர்த்த பேயா என்று அறிக.

1. அநூபமாம்ஸம்—அநூபதேசத்தில் உண்டாய், அவ்விடத்திலேயே வளர்ந்து ஜீவித்துவரும் பிராணிகளுடைய மாம்ஸம். "அநூபம்" என்பதைப்பற்றி 7-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

2. ஸுரை—இதைப்பற்றி 40-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

3. இங்கு "த்ரிபலே" என்று கூறியதாலேயே கடுக்காயும் கிரஹிக்கப்பட்டிருக்க, மறுபடி "கடுக்காய்" என்று கூறியதால், த்ரிபலே யில்லாமல் கடுக்காயை மட்டும் தனியாகவும் இந்த யோகத்தில் உபயோகிக்கலாமென்பது குறிக்கப்பட்டதென்க.

ஏற்றவாறு விருத்தியடையும்; இந்த்ரியங்கள் பலங்கொள்ளும்; கிழத்தனம் எளிதில் வராதோடு வயது சென்றபிறகும் கிழத்தனக் குறிகள் அதிகமாத் தோன்ருது; நூருண்டு காலம் சுகவாழ்க்கை அநுபவிக்கும் நிலைமையுமுண்டாகும்.* 1 46.

பதினேழாவது அத்தியாயம்.

இவ்வத்தியாயத்தில் ஸ்வேதவிதி 2 யென்னும் விஷயம் விவரிக்கப்படுகிறது:—

ஸ்வேதம் நான்குவிதம்.

ஸ்வேதசிகித்ஸையானது தாபஸ்வேதம், உபநாஹஸ்வேதம், ஊஷ்மஸ்வேதம், திரவஸ்வேதம் என்று நான்கு பிரிவுகளாகப் பகுக்கப்பட்டிருக்கிறது. ½.

தாபஸ்வேதம்.

அக்னியினல் சூடுண்டாக்கப்பட்ட வஸ்திரத்தினலோ, ஏதேனும் ஓடுகளாலோ, கரத்தினலோ, அல்லது வேறு வஸ்துக்களாலோ ஒற்றடம் கொடுப்பது தாபஸ்வேதம் [1] எனப்படும். 1.

உபநாஹம் அல்லது ஸால்வண ஸ்வேதம்.

உபநாஹஸ்வேதத்தை மூன்று தோஷங்களில் மூன்றுவகையான முறைகளைக்கொண்டு நிறைவேற்றவேண்டும்; எப்படியெனில்:--

(1) வசம்பு, கிண்வம், [2] சதகுப்பி, தேவதாரு, மற்றும் பல தானியங்கள், ஸமஸ்தமான ஸுகந்த வஸ்துக்கள், [3] சிற்றரத்தை, ஆமணக்கு, ஜடாமாஂஸீ, இறைச்சி இவற்றில் விசேஷமாக உப்பைக் கலந்து, ஸ்நேஹத்தையும் சுக்ரத்தையும், [4] மோரையும் சேர்த்து நனைத்து வாததோஷத்தினல் மட்டும்

*1. இங்கு கூறப்பட்டுள்ள பலன்களின் வரிசையைக் கிரமமாக உற்றுப் பார்த்தால் அடியில் குறிப்பிடப்படும் அபிப்பிராயத்தைக் கொண்டு இங்ஙனம் கூறப்பட்டதாக அறியலாம்: அதாவது:—ஸ்நேஹத்தின் குணத்தினல் ஜாடராக்னி விருத்தியாகுமென்று கூறப்பட்டது. ஜாடராக்னி விருத்தியாய் உணவு நன்கு ஜீர்ணமானல், மலங்களும் தானே நன்ருக வெளியாய்விடும்; ஆகவே அடுத்தாற்போல் குடல் சுத்தி குறிப்பிடப்பட்டது. குடலில் பழையமலங்கள் சேராமல் ஆஹாரமும் நன்கு ஜீர்ணமானல் தாதுக்களும் செழித்துப் புதியவையாகும்; தாதுக்கள் செழிப்பதால் தேஹபலமும் நிறமும் விருத்தியாகும்; அதனல் இந்த்ரியங்களும் சுறுசுறுப்பாய் வன்மையடையவே கிழத்தனம் எளிதில் உண்டாகாது; கிழத்தனம் சீக்கிரம் நேரிடாமற்போகவே ஆயுளும் விருத்தியாகின்றது. இது கிரந்த கர்த்தாவின் கருத்தென்று அறிகிருேம்.

2. விடர்வையை உண்டாக்கி வியாதிகொண்ட அவயவங்களை அல்லது முழுதேஹத்தையும் ஸ்வஸ்த்த நிலைமைக்குக் கொண்டுவரும் சிகித்ஸா க்ரமங்களைக் கூறும் அத்தியாயம் "ஸ்வேதவிதி" என்று கூறப்படுகிறது.

1. தாபஸ்வேதம்—சூடுண்ட தவிடு ஓடு முதலியவற்ருல் தேஹத்தில் ஒற்றடம் கொடுப்பது.

2. கிண்வம்—ஸுரையென்னும் மதுவின் அடியில் தங்கி நிற்கும் திப்பிகள் கிண்வகம் எனப்படும்.

3. கோஷ்டம், அகில், சந்தனம் முதலிய ஸுகந்த வஸ்துக்கள்.

4. சுக்ரம்—ஒருவாறு பதனழிந்து நன்ருகப் புளித்துப்போன தேன் முதலிய இனிப்பான வஸ்துக்களாலான ஒருவித மது.

உண்டான விகாரங்களில் ஸ்வேதத்தின் பொருட்டுப் பிரயோகிக்கவேண்டும். கபத்துடன்கூடிய வாதத்தில் ஸுரஸாதிகணத்தில்[1] கூறியுள்ள சரக்குகளாலும், சிறிது பித்தத்துடன்கூடிய வாதத்தில்[2] பத்மகாதிகணத்திற் குறிப்பிட்டுள்ள சரக்குகளாலும்[3] உபநாஹம் செய்யவேண்டும்; இதற்கே ஸால்வண ஸ்வேதம் என்றும் மற்ருெரு பெயருண்டு. மேற்கூறிய வஸ்துக்களை இளஞ்சூடாகச் செய்து, அந்தந்த அவயவங்களில் பலமுறை ஒற்றடம் கொடுத்து, அவ்வஸ்துக்களால் அவற்றின் சாற்றையும் பூசி,[4] ஸ்நிக்த்தமாகவும், உஷ்ண வீர்யமுள்ளவையாகவும், மிருதுவாயிருப்பவையுமான துர்காற்றமுண்டாகாமல் பதன் செய்யப்பட்ட சர்மங்களால் அவ்வவயவங்களைக் கட்டவேண்டும்; அவ்வித தோல் இராவிட்டால், வாதஹரமான இலைகளாலோ, பட்டுவஸ்திரத்தினலோ, கம்பளத்தினலோ, ஸாதாரண வஸ்திரத்தினலோ அவ்வவயவங்களைச் சுற்றிக்கட்டலாம்; இராத்திரியில் இடப்படும் கட்டை மறுநாள் உதயத்திலும், பகலில் கட்டுவதை இரவிலும் அவிழ்த்துவிடவேண்டும். 2—5.

ஊஷ்ம ஸ்வேதம்.

உத்காரிகை,[1] மண்கட்டி, ஓடு, கல், மண், தழை, தானியம், வறட்டி, மணல், உமி இவற்றிற்கு அநேகவிதமான உபாயங்களால் சூடுண்டாக்கி, தேசகாலங்களை அநுஸரித்து ஊஷ்மஸ்வேதத்தைப் பிரயோகிக்கவேண்டும்.[2] 6, 6½.

திரவ ஸ்வேதம்.

முருங்கை, விளாமிச்சை, ஆமணக்கு, புங்கை, ஸர்ப்பாக்ஷீ யென்னும் ஓஷதி, வெள்ளைக் கஞ்சாங்கோரை, வாகை, ஆடாதோடை, மூங்கில், எருக்கு, ஜாதி யென்னும் ஜாஜி, பெருவாகை இவற்றின் இலைகளையும், வசாதிகணத்திற் குறிக்கப்பட்டுள்ள சரக்குகளையும்,[3] அநூபதேசத்திலும் ஜலத்திலும் உண்டான

1. ஸுரஸாதிகணம் — இதைப்பற்றி 126-வது பக்கம் பார்க்க.

2. "பித்தேந ஸம்ஸ்ருஷ்டே பவநே++" என்பதற்கு "பித்தத்துடன் வாயு கூடியிருக்கையில்" என்று பொருள் கூறவேண்டுமாகிலும், "வாயு பித்தங்கள் ஒன்ருகச் சேர்ந்து கோளாறடைந்தால் க்ரீஷ்மருது சர்யையைச் செய்யவேண்டும்" என்று கூறப்பட்டிருப்பதால் (112-வது பக்கம் 14-வது எண்ணிக்கையுள்ள பாகத்தைப் பார்க்க) இங்கு அதற்கு பாதகம் வருவதை உத்தேசித்து, "சிறிது பித்தத்துடன்கூடிய வாதம்" என்று எழுதப்பட்டதென்று அறிக.

3. பத்மகாதிகணம்—இதைப்பற்றி 124-வது பக்கம் பார்க்க.

4. "அந்தந்த அவயவங்களில் பலமுறை ஒற்றடம் கொடுத்து, சாற்றைப் பூசி" என்னும் விவரம் அஷ்டாங்க ஸங்க்ரஹத்தை அநுஸரித்து குறிப்பிடப்பட்டது.

1. உத்காரிகை—யவதானியம், உளுந்து, ஆமணக்கன் விதை முதலியவற்றை இடித்து வேகவைத்து எடுக்கப்படும் பிண்டம் போன்ற கல்கம்.

2. மண்கட்டி, ஓடு, கல் முதலானவற்றைப் பழுக்கக் காய்ச்சி, இடிக்கியாலெடுத்து, ஜலத்திலோ, காடியிலோ, கஷாயத்திலோ சேர்த்து, அதிலிருந்துவரும் ஆவியை சயநத்திற் படுத்திருக்கும் பிணியாளியின் தேஹத்தில் பரவச்செய்யலாம்; இதையே பாஷ்பஸ்வேதம் என்பார்கள். பசுவின் சாணம், அல்லது இடித்து கல்கமாகச் செய்த ஓஷதி முதலியது இவற்றை வெதுப்பி, வஸ்திரத்திற் கட்டி ஒற்றடம் கொடுக்கலாம்; இதற்கு பிண்டஸ்வேதம் என்று பெயர். ஆமணக்கிலை முதலியவற்ருேடு யவதானியாதிகளைக் கலந்து, காடி அல்லது அம்லவஸ்துக்களையும் கூட்டி, ஒரு பானையிலிட்டு வாயைமூடி வேகவைத்து, அதிக காற்றில்லாத அறையில் கனத்த வஸ்திரத்திற் பரப்பி, அதன்மேல் கம்பளங்களையோ வேறு கனத்த வஸ்திரங்களையோ விரித்து, அதில் பிணியாளியைப் படுக்கச்செய்து, மேலே வஸ்திரங்களால் போர்த்துவிடவும்; இந்த விதமாகச் செய்யப்படுவதற்கு ஸம்ஸ்தரஸ்வேதம் என்று பெயர். அல்லது முன்போல் ஸ்வேதனத்திற்கு உபயோகமான வஸ்துக்களைப் பெரியதோர் கலத்தில் சமைத்து எடுத்து, அதன் அருகில் பிணியாளியை உட்காரச்செய்து, கலத்தையும் பிணியாளியையும் சேர்த்து வஸ்திரத்தினல் போர்த்து வியர்வையுண்டாகச் செய்யலாம்; இவ்வாறு தோஷ-தாதுக்களின் கோளாறுகளால் ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளின் நிவாரணத்திற்காக திரவஸ்வேதம் அநேக முறைகளின்படி பிரயோகிக்கப்படும்.

3. வசாதிகணம்—இதைப்பற்றி 126-வது பக்கம் பார்க்க.

ஜந்துக்களுடைய மாம்ஸங்களையும், தசமூலத்தையும் அந்தந்த தோஷங்களுக்குத் தகுந்தவாறு வெவ்வேருகவோ ஒன்ருகச் சேர்த்தோ ஸ்நேஹத்தையும் கூட்டி, ஸௌவீரை, சுக்தம், ஜலம், பால் முதலியவற்ருல் பக்குவம்செய்து கொள்ளவும்; அவ்வித கஷாயத்தை ஏதேனும் கலயங்களிலாவது, திரவம்வடிக்கக்கூடிய குழாய்களையுடைய பாத்திரங்களிலாவது நிரப்பி, வியாதியினுல் பீடிக்கப்படும் அவயவத்தில் ஸ்நேஹம் ஏதாவது தடவி, வஸ்திரத்தினுல் மறைத்து, தாங்கக்கூடிய சூட்டுடன் அந்த திரவத்தினுல் ஒற்றடம் கொடுக்கவேண்டும்; அல்லது அவ்வவயவத்தின்மீது ஊற்றவேண்டும்.[1] தேஹமனைத்தையும் பற்றியுண்டாகும் வாதரோகத்திலும், அர்சஸ்-மூத்திரக்ருச்சிரம் என்னும் நீர்ச்சுருக்கு முதலான வியாதிகளிலும், பிணியாளி, முற்கூறிய அதே திரவபதார்த்தங்களை ஒரு கொப்பரையில் நிரப்பி, அதில் மூழ்கி வரவேண்டும்.[2] 7-11.

ஸ்வேதம் செய்துகொள்வதற்கான நிலைமையும் இடமும்.

உள்ளும் புறமும் நன்ருக ஸ்நிக்தமான பின்பு, அதற்கு முன்பு உட்கொண்ட உணவு நன்கு ஜீர்ணமானதும், காற்று வீசக்கூடாத விடத்தில் இருந்துகொண்டு ஸ்வேத சிகித்ஸையைச் செய்துகொள்ள வேண்டும். 11½.

வியாதி முதலானதின் நிலைமைகளுக்கேற்ற மூன்றுவித ஸ்வேதங்கள்.

வியாதியினுடையவும், பிணியாளியினுடையவும், வலிக்கும் இடத்தினுடையவும், ருதுவினுடையவும் தன்மைகளை அநுஸரித்து உத்தம ஸ்வேதம், மத்யம ஸ்வேதம், ஹீநஸ்வேதம் என்கிற இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 12.

கபத்திலும், கபவாதங்களிலும் செய்யக் கூடிய ஸ்வேதங்கள்.

கபத்தின் கோளாருல் பீடிக்கப்படுபவன் தேஹத்தை ரூக்ஷமாகச் செய்துகொண்டு, ரூக்ஷகுணமுள்ள பதார்த்தங்களைக் கொண்டே ஸ்வேத சிகித்ஸையைச் செய்துகொள்ள வேண்டும். கபத்தினுலும் வாயுவினுலும் வருந்துபவன் சில அவயவங்களில் ரூக்ஷமாகவும் வேறு சில அங்கங்களில் ஸ்நிக்தமாகவும் உள்ள ஸ்வேதத்தைப் பிரயோகிக்க வேண்டும். 12½.

வாதம் ஆமாசயத்திலும் கபம் பக்வாசயத்திலும் இருக்கும்போது செய்யக்கூடிய ஸ்வேதம்.

வாததோஷம் ஆமாசயத்தை யடைந்திருக்கையில் முதலில் ரூக்ஷகுணமுள்ள ஸ்வேதத்தைச் செய்து, பிறகு ஸ்நிக்தஸ்வேதம் பண்ணவேண்டும். கபதோஷம் பக்வாசயத்தை யடைந்தால் அப்பொழுது முதலில் ஸ்நிக்தகுணமுள்ள ஸ்வேதத்தையும் அப்பால் ரூக்ஷஸ்வேதத்தையும் செய்யவேண்டும். ஸ்வேத சிகித்ஸையை இவ்வாறு ஸ்த்தாந பேதங்களை அநுஸரித்து நிறைவேற்றுவது முறை[1]. 13½.

ஸ்வேதத்தைச் சொற்பமாகச் செய்யக் கூடிய அல்லது விலக்கக்கூடிய அவயவங்கள்.

வங்க்ஷணங்கள் என்னும் துடையிடுக்குகளில் ஸ்வேதத்தைச் சொற்ப அளவாகச் செய்யவேண்டும்; கண்கள், பீஜங்கள், ஹ்ருதயம் இவற்றில் மிகவும் சொற்பமாகச் செய்யவேண்டும்; அல்லது இம்மூன்று இடங்களிலும் ஸ்வேதம் செய்யாமலே இருக்கலாம். 14.

1. இவ்வாறு திரவபதார்த்தத்தை வியாதிகொண்ட அவயவங்களில் ஊற்றுவது என்னும் இவ்வித திரவஸ்வேதத்திற்கு பரிஷேகஸ்வேதம் என்று பெயர்.

2. பலவகையான சரக்குகளைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த கஷாயம் முதலிய சூடான திரவத்தில் மூழ்கச் செய்வது என்னும் இந்த திரவஸ்வேதத்திற்கு அவகாஹஸ்வேதம் என்று பெயர்.

1. வாததோஷத்திற்கு பக்வாசயமும் அதற்குக் கீழுள்ள பாகமும் ஸ்த்தானமென்றும், கபத்திற்கு ஆமாசயமும் அதற்கு மேலுள்ள பாகங்களும் ஸ்த்தானம் என்றும் ஏற்கனவே கூறப்பட்டிருக்கிறது; அவை அவ்வாறு இயற்கை ஸ்த்தானங்களைவிட்டு ஒன்றன் ஸ்த்தானத்தில் மற்றொன்று சேரும்போது தோஷத்தைப்பற்றியும் ஸ்த்தானத்தைப்பற்றியும் விகாரங்கள் ஸம்பவிப்பது இயல்பாகையால், அங்கு ஸ்த்தானத்தை அநுஸரித்தா, தோஷத்தை அநுஸரித்தா சிகித்ஸை செய்வது என்கிற ஸந்தேஹம் இதனுல் விலக்கப்பட்டது.

ஸ்வேதம் நிறைவேறியதன் குறிகள்.

உடம்பில் உண்டாயிருந்த குளிர் அல்லது சைத்தியமும் வலியும் நிவ்ருத்தியாய், அவயவங்கள் அனைத்தும் மிருதுத் தன்மையை அடைந்திருந்தால் அப்பொழுது ஸ்வேத சிகித்ஸை நன்கு நிறைவேறியதாகக் கருதவேண்டும். 14½.

ஸ்வேதம் நிறைவேறியதும் செய்ய வேண்டிய உபசாரம்.

பிறகு தேஹத்தை மெதுவாக மர்த்தநம் செய்வித்துக்கொண்டு, ஸ்நானம் பண்ணி, அப்பால் முறைப்படி ஸ்நேஹ சிகித்ஸையைப் பெறவேண்டும். 15.

மிதமிஞ்சிய ஸ்வேதத்தினுண்டாகும் தீங்குகளும் பரிஹாரமும்.

ஸ்வேதசிகித்ஸை மிதமிஞ்சிச் செய்யப்படுமானுல் அடியில் கூறப்படும் அவக்குறிகள் உண்டாகும்; அவையாவன:—இரக்தபித்தம் உண்டாய் விருத்தியாகும்; நாவறட்சி, மூர்ச்சை, குரல் கம்மிப்போதல், தேஹம் இளைத்துப்போதல், தலைச்சுற்றல், கீல்களில் வேதனை, ஜ்வரம், ஒருவாறு கறுத்தும் சிவந்துமுள்ள தழும்புகள் தோன்றுதல், வாந்தி இவைகளேயாம். இவ்விகாரங்கள் தோன்றினுல், அவற்றிற்கு ஸ்தம்பநகுணமுள்ள[1] ஔஷதத்தைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். விஷஸம்பந்தத்தினுலும், க்ஷார ப்ரயோகத்தினுலும், தாஹ சிகித்ஸையினுலும், அதிஸாரத்தினுலும், வாந்தியினுலும், மூர்ச்சையினுலும் வருந்துபவருக்கும் ஸ்தம்பநௌஷதம் கொடுப்பது நலம். 16,17.

ஸ்வேதந-ஸ்தம்பநங்களுக் குற்ற குண முள்ள வஸ்துக்கள்.

குருகுணமும், தீக்ஷ்ணத்தன்மையும், உஷ்ணவீர்யமும் உள்ள வஸ்து அல்லது கார்யம் பெரும்பாலும் ஸ்வேதநமாக இருக்கும்; இவற்றிற்கு நேர் எதிரிடையான குணமுள்ள பதார்த்தம் அல்லது கார்யம் ஸ்தம்பந சிகித்ஸைக்குத் தகுந்ததாம். மேலும் திரவம், ஸ்த்திரம், ஸரம், ஸ்நிக்தம், ரூக்ஷம், ஸூக்ஷ்மம் என்னும் இக்குணங்களையுடைய வஸ்து ஸ்வேதநமாக இருக்கும்; ச்லக்ஷ்ணம், ரூக்ஷம், ஸூக்ஷ்மம், ஸரம், திரவம் இக்குணங்களையுடையது ஸ்தம்பநமாகும்.[1] 18, 18½.

ஸ்தம்பந குணமுள்ள வஸ்துக்களின் சுருக்கம்.

கைப்பு, துவர்ப்பு, இனிப்பு என்னும் இச்சுவைகளையுடைய பதார்த்தங்கள் பெரும்பாலும் ஸ்தம்பந குணமுள்ளவையென்று சுருக்கமாகக் கூறலாம். 19.

ஸ்தம்பநம் முறைப்படி நிறைவேறியதன் குறிகள்.

தேஹத்திற்கு இயற்கையான பலம் ஏற்பட்டு, கூறப்பட்டுள்ள வியாதிகளும் நிவ்ருத்தியாய் விட்டால் அப்பொழுது "ஸ்தம்பநம்" என்னும் சிகித்ஸை நன்கு நிறைவேறியதென்று அறியலாம். 19½.

அதிஸ்தம்பநக் குறிகள்.

ஸ்தம்பநசிகித்ஸை அதிக அளவாகச் செய்யப்படுமானுல், அடியில் குறிப்பிடப்படும் விகாரங்கள் ஸம்பவிக்கும்: அவயவங்களை அசைக்க முடியாமற்போதல், சர்மமும் ஸ்நாயுவும் சுருக்கங்கொள்ளல், தேஹத்தில் நடுக்கம், மார்ப்பிடிப்பு, பேசமுடியாமற் போதல், முகவாய்க்கட்டைப் பிடிப்பு, பாதம்-உதடு-சர்மம்-கை இவை கறுத்துப்போதல் என்பவையாம். 20½.

ஸ்வேத சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்கள்.

அதிக ஸ்த்தூலதேஹிகள், ரூக்ஷமாயிருப்பவர், பலஹீனர்கள், மயக்கமுண்டவர், ஸ்தம்பநசிகித்ஸை செய்யக்கூடியவர், க்ஷதகாஸத்தினுல் வருந்துபவர், மெலிந்திருப்பவர், மதுபானம்செய்து அதனுலுண்டான விகாரங்களுடன் கூடியவர், திமிரம் என்

1. ஸ்தம்பநம்—117-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

1. இங்கு குறிப்பிட்டுள்ள குரு, தீக்ஷ்ணம், திரவம், ஸ்த்திரம், ஸரம், ஸ்நிக்த்தம் முதலிய குணவிஷயங்களைப்பற்றிய விவரங்களை 3-வது பக்கத்திலும், அதன் பிறகு அநேக விடங்களிலும் காணலாம்.

னும் கண்ணேயுள்ளவர், மஹோதரம் முதலிய வயிற்றைப்பற்றிய வியாதிகளாலும் விஸர்ப்பத்தினாலும்-குஷ்டத்தினாலும்-க்ஷயத்தினாலும் வாதரக்தத்தினாலும் வருந்துபவர், பால்-தயிர்-ஸ்நேஹம்-மது இவற்றைப்பானம் செய்தவர்கள், விரேசநம் செய்துகொண்டவர்கள், குதம் நெகிழ்ந்து வெளிப்பட்டோ அழற்சிகொண்டோ கஷ்டப்படுபவர், உடல் வாட்டமுற்றவர், கோபித்துக்கொண்டிருப்பவர், பயந்திருப்பவர், பசியினாலும் - தாஹத்தினாலும் காமாலையினாலும் - பாண்டு ரோகத்தினாலும்-மேஹ ரோகத்தினாலும் பித்த விகாரங்களாலும் பீடிக்கப்படுபவர், கர்ப்பிணிகள், மாதவிடாய் நேரிட்டிருப்பவர், பிரஸவித்திருப்பவர் என்னும் இவர்கள் யாவரும் ஸ்வேத சிகித்ஸைக்குத் தகாதவராவர். இவர்களுக்கு அபாயம் விளைவிக்கக்கூடிய வியாதி நேரிடுமாயின், அப்பொழுது மிருது ஸ்வேதம் வேண்டுமானால் செய்யலாம். 21-24.

ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்யக் கூடிய பிணியாளிகள்.

ச்வாஸம், காஸம், ப்ரதிச்யாயம் என்கிற நாசியைப்பற்றிய ஒருவித வியாதி, விக்கல், வயிற்றுப் பொருமல், மலச்சிக்கல், குரல் கம்மல், வாதரோகங்கள், கபரோகங்கள், ஆமதோஷத்தினாலான [1] கோளாறுகள், அவயவங்களின் பிடிப்பு, குருகுணம் மேலிட்டிருக்கும் நிலைமை, உடம்பெல்லாம் உண்டாகும் ஒருவித கடுப்பு, இடுப்பு-விலாப்புறம்-முதுகு- வயிறு-முகவாய்க்கட்டை இவற்றின் பிடிப்பு, பீஜங்கள் பெருத்துப்போதல், கல்லி யென்னும் வாதநோய், ஆயாமம் என்னும் வலிப்பு, வாதகண்டகம் என்கிற ஒருவித வாயுதோஷம், நீர்ச்சுருக்கு, அர்புதம், கிரந்தி, சுக்ரம் வெளிவராமல் தடையுறுதல், வாதரக்தம் இவ்வியாதிகளில், அந்தந்த ப்ரகரணத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளபடி [2] அததற்கு ஏற்ற ஔஷதங்களைப் பகுத்தறிந்துப் பிரயோகித்து ஸ்வேதசிகித்ஸையைச் செய்யலாம். 25—27.

அநாக்நேய ஸ்வேதமும் அதற்குரிய நிலைமையும்.

வாததோஷமானது மேதஸ் என்னும் கொழுப்பாலும் கபத்தினாலும் கவரப்படுமானால் (அல்லது சூழப்பப்படுமானால்) [1] அக்னி ஸம்பந்தமில்லாத ஸ்வேத சிகித்ஸை அநுகூலமானதாகும்; ஆகவே அவ்வித சிகித்ஸை அநாக்நேய ஸ்வேதம் எனப்படும். அதிக காற்றோட்டமில்லாத அறையில் இருத்தல், தேஹவுழைப்பு, கனமான வஸ்திரங்களால் போர்த்தல், திடீரென்று பயமுண்டுபண்ணுதல், வசம்பு கிண்வம் முதலியதைக்கொண்டு செய்யப்படும் உபநாஹ ஸ்வேதம், யுத்தம்செய்தல், கோபமுண்டாதல், பானவகைகளை அதிகமாகப் பருகுதல், பசி, வெயிலில் உலாவுதல் என்னும் இவை அக்னி ஸம்பந்தமில்லாமலே ஸ்வேதமுண்டாக்குவதற்கான உபாயங்களாம். 28, 28½.

ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்வதின் பயன்.

முதலில் ஸ்நேஹசிகித்ஸையினால் ஒருவாறு சதுப்பாகக்கசியும் நிலைமையையடைந்த தோஷங்கள் கோஷ்டத்திலிருந்தாலும், தாதுக்களைப்பற்றியிருந்தாலும், ஸ்ரோதஸ்ஸுகளில் மறைந்து வியாபித்திருந்தபோதிலும், கை கால்களில் சேர்ந்திருப்பினும், அஸ்திகளில் இருந்தாலும் அவற்றை ஸ்வேத சிகித்ஸையிற் கூறியுள்ள முறைகளால் திரவமாகச்செய்து, மீண்டும் கோஷ்டம் என்னும் குடலுக்குள் கொண்டுவரலாம். இவ்வாறு செய்தபின்பு சோதந சிகித்ஸைகளால் [2] நன்றாக அத்தோஷங்களை எளிதில் வெளிப்படுத்திவிடலாம். 29.

1. ஆமதோஷம்—33-வது பக்கம் பார்க்க.

2. அந்தந்த வியாதிக்கு ஏற்ற பரிஹார முறைகள் சிகித்ஸா ஸ்த்தானத்தில் விவரிக்கப்படும்.

1. ஒருதோஷத்தினால் அல்லது தாதுவினால் மற்றொரு தோஷம் கவரப்படுமானால் அவ்வாறு கவரப்பட்டது ஆவரணதோஷம் என்று வழங்கப்படும்.

2. சோதந சிகித்ஸை—அடுத்த அத்தியாயங்களில் விவரிக்கப்படப்போகிற வமந-விரேசந-வஸ்திகர்மங்கள் முதலியன.

பதினெட்டாவது அத்தியாயம்.

இனி வமந-விரேசநவிதி [1] யென்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படும்:—

வமந-விரேசநங்களுக்கு ஏற்ற நிலைமைகளைப் பற்றிய பொது விதிகள்.

கபதோஷம் கோளாறடைந்த நிலைமையிலாவது, கபம் அதிகரித்துள்ள ஸம்யோகதோஷங்களிலாவது [2] வமநம் செய்விக்கலாம். அவ்விதமே பித்தத்தில் விரேசநம் செய்விக்கலாம். [3] 3/4.

விசேஷித்து வமநம்செய்து கொள்வதற்கு ஏற்றவர்களைப் பற்றிய விசேஷ விதி.

அடியிற் குறிப்பிடப்படும் பிணிகளால் பீடிக்கப்படுகிறவர்கள் வமநசிகித்ஸைக்கு ஏற்றவராவர் அவையாவன:— நவஜ்வரம், [4] அதிஸாரம், கீழ்நோக்கும் இரத்தபித்தம், க்ஷயம், குஷ்டம், பிரமேஹம், அபசீ, கிரந்தி, [5] யானைக்கால், பித்துப்பிடித்தல், காஸம், ச்வாஸம், ஹ்ருதயத்தின் கோளாறடைந்த துடிப்பு, விஸர்ப்பம், ஸ்தன்யதோஷம், மார்புக்கு மேலுள்ள அவயவங்களில் உண்டாகும் ரோகங்கள் இவைகளேயாம். 1—2½.

வமந சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்கள்.

கர்ப்பிணி, ரூக்ஷதேஹமுள்ளவன், [1] பசித்தவன், எப்பொழுதும் மனத்துயரமுற்றவன், பாலர், கிழவர், மெலிந்த தேஹமுடையவர், ஸ்த்தூலித்திருப்பவர், ஹ்ருதயரோகமுள்ளவர், க்ஷதகாஸி, துர்ப்பலன், வாந்திசெய்து கொண்டிருப்பவன், ப்லீஹமென்னும் மண்ணீரல் வியாதியுடையவன், திமிரம் என்னும் நேத்திரரோகமுள்ளவன், குடலில் கிருமி சேர்ந்திருப்பவன், வாயுவும் இரத்தமும் மேல்நோக்கி வாயினால் அல்லது வேறு நாசி முதலியதால் வெளியாய்க் கொண்டிருக்கும் பிணியாளி, வஸ்திசிகித்ஸை செய்துகொண்டவன், தொண்டைக் கம்மலுள்ளவன், மூத்திரம் அடைபட்டவன், மஹோதரம் முதலிய வயிற்றைப்பற்றிய வியாதிகளால் வருந்துபவன், குன்மரோகி, வெகு கஷ்டப்பட்டு வமநம் செய்பவன், அதிக பசியுள்ளவன், அர்சோரோகி, உதாவர்த்தரோகி, தலைச்சுற்றலுள்ளவன், அஷ்டீலா என்னும் வாதரோகமுடையவன், பக்கச்சூலையினால் வருந்துபவன், வாதரோகங்களால் பீடிக்கப்படுபவன் என்னும் இவர்கள் வமநசிகித்ஸைக்குத் தகாதவராவர். ஆனால் மேற்குறிப்பிட்ட பிணியாளிகள் ஸாதாரணவிஷம், [2] கிருத்ரிமவிஷம், [3] அஜீர்ணம், விருத்தாஹாரம் [4] இவற்றால் பீடிக்கப்படுவார்களாயின், அப்பொழுது வமநசிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்கள் என்று விலக்குவது பிசகு. 3—6.

1. வமநம்—வாந்தியாவது; விரேசநம்—குதமார்க்கத்தினால் மலத்தை வெளிப்படுத்தல்; இவற்றிற்கு வேண்டிய சிகித்ஸா க்ரமங்களைக் கூறும் அத்தியாயம்.

2. ஸம்யோகம் என்பதால் ஸம்ஸர்க்க ஸந்நிபாதங்கள் கூறப்பட்டன. கபம் சேர்ந்த இரண்டு தோஷங்களோ மூன்று தோஷங்களோ விருத்தியாயிருந்தால், அவற்றுள் கபம் மற்றதைவிட அதிகமாக விருத்தியாயிருக்கும் நிலைமையில் வமநம் ஏற்றதாம்.

3. இங்கு அவ்விதமே யென்றதால்—பித்தக்கோளாறிலும், பித்தம் அதிகரித்த ஸம்யோகதோஷங்களிலும் விரேசநம் செய்விக்கவேண்டும் என்று அறிக.

4. நவஜ்வரம்—ஆரம்பஜ்வரம்; அல்லது ஆமஜ்வரம் என்றும் கூறலாம்; ஜ்வரம் உண்டான ஏழாவது நாள்வரையில் அது நவஜ்வரம் என்று விவஹரிக்கப்படும்.

5. அபசீ, கிரந்தி, இரத்தபித்தம் முதலிய வியாதிகளின் விவரம் நிதாநஸ்த்தாநத்தில் கூறப்படும்.

1. ரூக்ஷதேஹமுள்ளவன் என்றதால், ஸ்நேஹ சிகித்ஸையைச் செய்துகொள்ளாதவன் எனப்பொருள்.

2. ஸாதாரணவிஷம்—ஸர்ப்பவிஷம் முதலியது.

3. கிருத்ரிமவிஷம்—இதுவே கரவிஷம் என்று கூறப்படும். 35-வது பக்கம் மூலத்தையும் டிப்பணியையும் பார்க்க.

4. விருத்தாஹாரம்—இதன் விவரங்களை 69-வது பக்கத்தில் காண்க.

"வாந்தி செய்துகொண்டிருப்பவன்" என்பதற்கு முன்னால் குறிப்பிட்டுள்ள பிணியாளிகளும்,[1] ஆமஜ்வரத்தினால் வருந்துபவனும் பெரும்பாலும் "தூமபான விதி" வரையிலுமுள்ள சிகித்ஸைகளுக்கு விலக்கானவர்களாம்;[2] அஜீர்ண வியாதியுள்ளவர்களோ எல்லாச் சிகித்ஸைகளுக்குமே விலக்கானவராவர்.[3] 7.

வமனத்திற்கும் வேறு சிகித்ஸைகளுக்கும் தகாதவர்கள்.

விரேசன சிகித்ஸையினால் ஸ்வஸ்த்தம் செய்யக்கூடிய பிணிகளாவன:— குன்மம், அர்சஸ், கொப்புளங்கள், வியங்கம் என்னும் வங்கு, காமாலை, நாட்பட்ட ஜ்வரம், உதரரோகங்கள், கிருத்ரிம விஷப்பற்று, வாந்தியாதல், ப்லீஹரோகம், ஹலீமகம் என்னும் முதிர்ச்சியடைந்த காமாலை, வித்ரதி, திமிரம் என்கிற கண்ணோய், காசம் என்னும் கண்ணில் பூவிழுதல், கண்ணில் நீர்ப்பெருக்கு, பக்வாசயத்தில் வலி, யோனியையும் சுக்ரமுண்டாகும் மர்மஸ்த்தலங்களையும் பற்றிய வியாதிகள், குடலிலுண்டாகும் கிருமிகள், விரணங்கள், மேற்கிளம்பிவரும் வாதரக்த வியாதி, மூத்திரம் அடைபடுதல், மலச்சிக்கல் என்னும் இவையும், வமனசிகித்ஸைக்குத் தகுந்தவையென்று கூறப்பட்டுள்ள குஷ்டம்-மேஹம்முதலான[4] வியாதிகளுமாகும். 8-$9\frac{3}{4}$.

விரேசனத்திற்கு ஏற்ற பிணியாளிகள்.

நவஜ்வரரோகியும், அக்னிமாந்தியமுள்ளவனும், இரக்தபித்தம் கீழ் நோக்கிப் போகும் விகாரமுடையவனும், குதத்தில் அடியுண்டவனும், அதிஸாரரோகியும், தேஹத்தில் உட்புகுந்த சல்யமுடையவனும், ஆஸ்த்தாபனவஸ்தி செய்து கொண்டவனும்,[1] க்ரூரகோஷ்டமுள்ளவனும், அதிக ஸ்நிக்த்தமாக இருப்பவனும், க்ஷயரோகியும் விரேசன சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்கள். 10,11.

விரேசனத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

அப்பால் ஸாதாரண காலத்தில்,[2] முறை தவறாமல் ஸ்நேஹ சிகித்ஸையையும் செய்துகொண்டு, மறுநாள் வமனசிகித்ஸை செய்துகொள்வதற்குப் பிணியாளி விதத்தமாயிருக்கையில், மத்ஸ்யம்—உளுந்து—எள் முதலியவற்றால் கபத்தைக் கிளறிவிட்டு, இரவில் நன்றாக நித்திரைசெய்து உணவு நன்கு ஜீர்ணமானபின்பு, காலையில் மங்களகரமான க்ருத்யங்களைச் செய்துவைத்து, ஆஹாரமுட்கொள்ளாமல் இருக்கையில்—அல்லது பேயா என்னும் உணவோடு க்ருதத்தைப் பானம் செய்து, சிறிது ஸ்நிக்த்த நிலைமையடைந்த பிறகு — வமனசிகித்ஸையைச் செய்யலாம்; ஆனால் வயது முதிர்ந்தவர்கள், பாலர்கள், துர்ப்பலர்கள், நபும்ஸகர்கள், பயந்தவர்கள் இவர்களுக்கு ரோகங்களின் நிலைமைகளை அநுஸரித்து மது, பால், கருப்பஞ்சாறு, மாம்ஸரஸம் இவற்றை வேண்டியவளவு தொண்டைவரையில் பருகச்செய்வது நலம். அல்லது ரோகங்களின் தன்மைகளுக் கேற்றவாறு செய்யப்பட்டதும், தேன் இந்துப்பு இவற்றுடன்

வமனௌஷதத்தை உபயோகிக்கும் க்ரமம்.

1, இதனால் "வமன சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்கள்." என்னும் தலைப்பில் குறிப்பிட்டுள்ள கர்ப்பிணி முதல், துர்ப்பலன் வரையிலுமுள்ள பிணியாளிகள் கூறப்படுகின்றனர்.

2. தூமபானம் வரையிலும் என்பதால் ஸ்நேஹம், ஸ்வேதம், வமன-விரேசனங்கள், வஸ்தி, நஸ்யம், தூமபானம் என்பவை குறிப்பிடப்படுகின்றன.

3. "எல்லாச் சிகித்ஸைகளும்" என்பதால், ஆச்சியோதன-கண்டூஷாதிவிதி, தர்ப்பணவிதி முதலியவைகளாம்.

4. "குஷ்டம்-மேஹம் முதலான" என்பதால் 2-வது பத்தியத்தின் மொழிபெயர்ப்பில் கூறியுள்ள பிணியாளிகள் கிரஹிக்கப்படுகின்றனர்.

1. ஆஸ்த்தாபனவஸ்தி—இதற்கே நிரூஹவஸ்தியென்று பெயர்; ஸ்நேஹவஸ்தி யென்றும் கூறுவர்; இதற்கு அநுவாஸனவஸ்தியென்றும் ஸ்நேஹவஸ்தியென்றும் பெயருண்டு.

2. ஸாதாரணகாலம் என்றால்-ஸாதாரணருதுக்கள். இதன் விவரத்தை 130-வது பக்கம் டிப்பணியிற் காண்க.

கூடியதுமான ஔஷதத்தைக் குடலின் சுபாவங்களைப் பகுத்தறிவுடன் கவனித்து அளவுப்படி அடியில் கூறப்படும் மந்திரங்களை ஓதி உபயோகிக்கவேண்டும். 12—15.

"பிரம்மதேவன், தக்ஷப்ரஜாபதி, அச்வினீதேவர்கள், சிவபெருமான், இந்திரன், பூதேவி, சந்திரன், சூர்யன், வாயுதேவதை, அக்னிதேவதை, முனிவர்கள், திரளான ஔஷதிகள், பூதகணங்கள் இவர்கள் யாவரும் உம்மைக் காத்தருள்வாராக. இருஷிகளுக்கு இரஸாயனம்போலவும், தேவர்களுக்கு அமுதம்போலவும், உத்தமஜாதிகளான நாகங்களுக்கு ஸுதையென்னும் திவ்யான்னம் போலவும் உமக்கும் இவ்வௌஷதம் உபயோகமாகுக.[1]" என்று பிரார்த்தித்து, "ஓம் நமோ பகவதே பைஷஜ்ய குரவே வைதூர்ய ப்ரபாராஜாய ததாகதாய அர்ஹதே ஸம்யக் ஸம்புத்தாய; ஓம் பைஷஜ்யே பைஷஜ்யே மஹாபைஷஜ்யே ஸமுத்கதே ஸ்வாஹா" என்கிற மந்த்ரத்தையும் ஓதிக்கொண்டே, கிழக்கு முகமாயிருந்தவாறு ஔஷத்தைப் பருகச்செய்யவேண்டும். 16,17.

வமனௌஷதம் பிரயோகிப்பதற்கான மந்த்ரம்.

பிணியாளி முழங்காலுயரமுள்ள ஆஸனத்தினுட்கார்ந்துகொண்டு, உட்கொள்ளப்பட்ட ஔஷதத்திலேயே மனதைச் செலுத்தி, முகூர்த்தநேரம் அதனால் வாந்தியாகப் போகிறதென்று ஆவலுடன் எதிர்பார்த்தவண்ணம் இருக்கவேண்டும். அடுத்தாற்போல் ஹ்ருதயம் படபடத்துத் துடிக்க, வாயில் உமிழ்நீர் கசிய, வாந்தி செய்யவேண்டும். வாந்தி சரியாக வராவிட்டால், இரண்டு விரல்களையாவது, மிருதுவான கொடி முதலியவற்றையாவது குரல்வளையையும் உட்புறத்தவடைகளையும் தாக்கித் தொந்தரவுசெய்யாமல் தொண்டையினுள் பிரவேசிப்பித்து, தானே வெளிப்படாத வமனவேகங்களை வெளிப்படுத்துக; வெளிவரும் வேகங்களையும் தடுக்காமல் வெளிவரச் செய்யவேண்டும். 18—$19\frac{1}{2}$.

வமனம் செய்யு முறை.

பிணியாளி வமனம் செய்யும்போது அவனுடைய நெற்றிக்கட்டின் இரண்டு பாரிசங்களையும் கெட்டியாகப் பிடித்துக் கொள்ள வேண்டும்; மேலும் வாந்தியாகும் நேருக்கு எதிர்முகமாய் நாபியிலும் முதுகிலும் அழுத்தித் தடவவேண்டும். $20\frac{1}{2}$.

வாந்தியாகும் போது செய்யுமுபசாரம்.

கபரோகத்தில் தீக்ஷ்ணமும் கடுரஸமும் உஷ்ண வீர்யமுமுள்ள ஔஷதங்களாலும், பித்தத்தில் மதுரமும் சீதவீர்யமுமுள்ள வஸ்துக்களாலும், வாததோஷத்துடன் கூடிய கபரோகத்தில் ஸ்நிக்த்தமும் அம்லரஸமுமான சரக்குகளாலும் வமனம் செய்விக்க வேண்டும். வெளிவரும் வமனத்தில் பித்தம் தோன்றும் வரையிலுமாவது[1] கபம் முற்றிலும் பற்றற வெளியாய்விடும்வரையிலுமாவது வாந்திசெய்வது முறை. 21, 22.

அந்தந்த தோஷங்களுக்கேற்ற குணமுள்ள வமனௌஷதங்கள்.

வாந்தியானது வேண்டியவளவு ஆகாமற்போனால் அதற்கு ஹீனவேகம் எனப் பெயர். அத்தகைய பிணியாளியானவன் திப்பிலி, நெல்லிக்காய், வெண்கடுகு, உப்பு, ஜலம் இவற்றைப் பிரயோகித்து அடிக்கடி வமனம் செய்விக்கவேண்டும். $22\frac{3}{4}$.

வமனம் வேண்டியவளவு ஆகாவிடின் செய்யவேண்டிய உபாயம்.

1. அஷ்டாங்க ஹ்ருதயத்திற்கு ஆசிரியனான வாக்படாசார்யர் பௌத்தராயிருந்தும், பிரம்மா-சிவன்முதலான தேவதைகளை இங்கு கொண்டாடுவதற்குக் காரணம், வைத்திய சாஸ்திரத்தை உலகத்தில் வியாபிக்கச் செய்வதில் அவர்கள் ஆசார்யர்களாயிருந்தனர் என்பதேயாம். ஆனால் அடுத்துவரும் முக்கியமான மந்த்ரம்மட்டும் புத்ததேவனைக் குறித்ததே.

1. கபாசயத்திற்குக் கீழே பித்தாசயம்இருப்பதால், கபம் முற்றிலும் வெளியானபிறகே பித்தம் தோன்றும்; ஆகவே கபம் முற்றிலும் வெளியானதற்கு பித்தம் சிறிது வாந்தியில் தோன்றுவது முக்கியமான அறிகுறியாகும். வாததோஷத்தில் வமனம் செய்யக்கூடாதாகையால், கபம், பித்தம், வாத கபம் இவற்றிற்கு மாத்திரம் இச்சிகித்ஸை கூறப்பட்டதென்றறிக.

வமநத்திற்கு அயோகமும் அதன் குறிகளும்.

வமநவேகங்கள் உண்டாகாமற்போவதும், சிலபாகம் தடைபட்டு வெளி வருவதும், தோஷங்களின்றியே உட்கொண்ட ஔஷதம் மாத்திரம் வெளியாவதும் வமநத்திற்கு "அயோகம்"[1] எனப்படும். அதனால் உமிழ்நீர் அதிகமாகக் கசிதல், சொரி, கோடம் என்னும் தழும்புகள், ஜ்வரம் முதலியவை ஸம்பவிக்கும். 23, 24.

வமநத்திற்கு ஸம்யக் யோகமும் அதன் குறிகளும்.

வமநம் நன்றாக நிறைவேறுமானால் அது "ஸம்யக் யோகம்" எனப்படும். இதில் கபம், பித்தம், வாயு என்னும் தோஷங்கள் முறையே ஒன்றன்பின் ஒன்றாக ஒருவிததடையுமில்லாமல் வெளியாய் வரும். $24\frac{1}{2}$.

வமநத்திற்கு அதியோகமும் அதன் குறிகளும்.

வமநம் மிதமிஞ்சி செய்யப்படுமானால் அது வமநத்திற்கு "அதியோகம்" ஆகும். அப்பொழுது வமநத்தில் வரும் தோஷம் நுரைத்தும், சந்த்ரகங்கள் எனப்படும் மண்டலாகாரமான பற்பல நிறமுள்ள ரேகைகளுடையதாகவும், இரத்தத்துடன் கூடியதாகவும் இருக்கும். 25, 26.

வமநம் நிறைவேறிய பிறகு செய்யவேண்டிய உபசார முறை.

ஸம்யோக முறைப்படி வமநம் செய்விக்கப்பட்டவனை க்ஷணநேரம் ஆச்வாஸநம் செய்துவைத்து, மூன்று விதமான தூமங்களுள்[2] ஒன்றை உட்கொள்ளச் செய்து, பிறகு ஸ்நேஹ சிகித்ஸைக்கான உபசாரத்தை[3] அவனுக்குச் செய்விக்கவேண்டும். அப்பால் அந்தி நேரத்திலாவது, காலையிலாவது பசி உத்தீபநமாயிருக்கையில் ஸுகோஷ்ணமான ஜலத்தினால் ஸ்நாநம்செய்து, சிவப்புச்சம்பாவினாலான அன்னத்தைப் புஜித்துக்கொண்டு, பேயா முதலிய திரவான்னங்களையும் கிரமமாக உபயோகித்துவரலாம். 27, 28.

சுத்தியடைந்தவர்களுக்கு உபயோகிக்கக் கூடிய உணவு வகைகள்.

பிரதான சுத்தி, மத்திமசுத்தி, ஹீநசுத்தி என்று மேற்கூறப்படப்போகிற[1] இலக்ஷணங்களின்படி சுத்தியடைந்தவன் பேயா, விலேபி, பக்குவம் செய்யப்படாத யூஷம், பக்குவம் செய்யப்பட்ட யூஷம், மாம்ஸரஸம் இவற்றை அந்தந்த நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு முறையே மூன்று வேளையும், இரண்டு வேளையும், ஒரு வேளையும் உபயோகிக்கவேண்டும்.[2] 29.

1. அயோகம்—சிகித்ஸை நன்கு நிறைவேறாமை.

2. மூன்றுவிதமான தூமங்கள்—ஸ்நிக்த்த தூமம், மத்யம தூமம், தீக்ஷ்ண தூமம் என்பவையாம். இதைப் பற்றிய மற்ற விவரங்களை பிறகு வரும் தூமபாநவிதி அத்தியாயத்திற் காண்க.

3. ஸ்நேஹ சிகித்ஸையின் உபசாரம்—இதைப் பற்றி 132-வது பக்கத்தில் 24—$27\frac{1}{2}$ பத்தியங்களின் மொழிபெயர்ப்புகளைப் பார்க்க.

1. பிரதான, மத்திம, ஹீநசுத்திகளைப்பற்றிய விவரங்கள் அடுத்தாற்போல் 31-வது பத்தியத்தின் மொழிபெயர்ப்பில் கூறப்படுகின்றன.

2. பிரதான சுத்தியின்படி சுத்தமானவன் மூன்று வேளையும், மத்திம சுத்தியின்படி சுத்தமானவன் இரண்டு வேளையும், ஹீநசுத்தியின்படி சுத்தமானவன் ஒருவேளையும் கிரமமாக ஐந்துவிதமான "பேயா" முதலியவற்றை உபயோகிக்கவேண்டும். அதாவது:—தினத்திற்கு இரண்டுவேளை ஆஹாரமே சாஸ்த்ரத்தினால் ஒப்புக்கொள்ளப்பட்டது. (1) பிரதான சுத்தி முறைப்படி சுத்தமானவன் முதல் நாள் மாலையில் ஒருவேளை "பேயா" என்னும் உணவை உபயோகிக்கவேண்டும். இரண்டாவது தினத்திலும் இரண்டுவேளை அதையே உட்கொள்க; ஆக மூன்றுவேளை பேயா உட்கொள்ளப்பட்டது. பிறகு மூன்றாவது நாள் "விலேபியை" இரண்டு வேளையும் உபயோகிக்கவேண்டும்; நான்காவது நாள் காலையில் ஒருவேளையும் அதையே உட்கொள்ளவேண்டும்; ஆக இவ்வாறு "விலேபி" மூன்று வேளை உபயோகிக்கப்படுகிறது. (3) நான்காவது தினத்தில் மாலையில் ஒருவேளை பக்குவம் செய்யப்படாத யூஷத்தை உட்கொள்ளவும்; ஐந்தாவது தினம் இரண்டு வேளையிலும் அதேவிதமான யூஷத்தைப் பருகவேண்டும்; ஆக பக்குவம் செய்யப்படாத யூஷம் மூன்றுவேளை உபயோகிக்கப்பட்டதாகிறது. (4) ஆறுவது நாள் இரண்டுவேளை பக்குவம் செய்யப்பட்ட யூஷத்தை உபயோகிக்க; ஏழாவது தினம் காலையிலும் அதையே உட்கொள்க; ஆக பக்குவமான யூஷம் மூன்றுவேளை உபயோகிக்கப்பட்டது. (5) மாம்ஸரஸத்தை ஏழாவது நாள் மாலையிலும், எட்டாவது நாள் காலை-மாலை

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR: Pandit M. Duraiswami Aiyangar, *Ayurveda Bhushan.*

பத்திராதிபர்: பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், ஆயுர்வேத பூஷணர்.

புஸ்தகம் 3. Vol. III. | நளஞூ வைகாசிமீ—JUNE—1916. | இலக்கம் 10. No. 10.

161988

THE METHOD OF MEDICAL INSPECTION OF SCHOOLS.

பள்ளிக்கூடங்களில் மாணாக்கர்களின் தேஹநிலைமைகளைப் பரிசோதித்தல்.

BY J. V. RAMASWAMI NAIDU, L.M. & S.,
Physician and Surgeon
Hon. Secretary, S. R. N. Girls' School, Madras.

(பங்குனிமாஸ ஸஞ்சிகையின் தொடர்ச்சி.)

வைத்தியர் பரீக்ஷித்துத் தெரிந்துகொண்ட விஷயங்களைக் குறித்துவைக்கும் காகிதத்தை ஒரு முக்கியமான தஸ்தாவேஜாக பாவிக்கவேண்டும். இதைப் பின்னிட்டு காலாகாலத்தில் பார்க்கவேண்டியதாயிருக்கும். வைத்தியர் மறுதரம் குழந்தைகளை வரிசைக் கிரமமாகப் பரீக்ஷிக்கும்போது, முன் குறித்த விஷயங்களுடன் இக்காகிதத்தையும் ஒத்திட்டுப் பார்க்கவேண்டியதாயிருக்கும்.

லண்டன் நகரத்தில் இவ்விஷயங்களைக் குறிப்பிடுவதற்காக, பாலர்களுக்கு நீலவர்ணமுள்ள அட்டையை அல்லது காகிதத்தை உபயோகப்படுத்துகிறார்கள். பாலிகைகளுக்கு வெண்ணிறமுள்ள அட்டைமுதலியதை உபயோகப்படுத்துவார்கள். அட்டை அல்லது காகிதம் 5-அங்குலம் அகலமும், 8-அங்குலம் நீளமும் இருக்கும். முன்புறத்தில் மாணாக்கரின் பெயர், வகுப்பு, இருப்பிடம், ஜனனகாலம், பிறந்தது முதல் ஸம்பவித்த வியாதிகள், குடும்பத்திலுள்ள வியாதிகள் முதலியவை குறிப்பதற்குவேண்டிய வரிகள் அமைக்கப்பட்டு இருக்கும். பின் புறத்தில் வைத்தியரால் பரீக்ஷித்துத் தெரிந்துகொள்ளும் அம்சங்களுக்கு வேண்டிய வரிகள் இருக்கும். வைத்தியர் ஒரு குழந்தையை இரண்டாந்தரமோ மூன்றாந்தரமோ பரீக்ஷிக்க நேரிட்டால், அச்சமயங்களில் குறிக்கவேண்டிய விஷயங்களை எழுதுவதற்கு இடம்விடப்பட்டிருக்கும். வைத்தியரால் கவனிக்கப்பட்ட கோளாறுகளில் சிலவற்றிற்கு உடனே சிகித்ஸை செய்யவேண்டியதாயிருக்கும். மற்றக் கோளாறுகளுக்கு உடனே சிகித்ஸை செய்யவேண்டியது அவச்யமில்லாமல் இருந்தபோதிலும், அது விஷயமாக அக்குழந்தைகளைக் கவனித்து வருவது மாத்திரம் அவச்யமாயிருக்கும். சிகித்ஸைக்கு உட்படுத்தவேண்டிய குழந்தைகளின் குறிப்புச்சீட்டுகளையும், கவனித்துவரவேண்டிய அவச்யமில்லாத குழந்தைகளின் சீட்டுகளையும் தனித்தனியாய் வைத்திருக்கவேண்டும். சிகித்ஸைசெய்துகுணப்படுத்தவேண்டியகுழந்தைகளுக்குமஞ்சள் நிறமுள்ளவேறுஒரு சீட்டு உபயோகிக்கப்படும். இதில் குழந்தையின் பெயர், விலாஸம் முதலியவைகளும் தேஹ ஸ்திதியும், வாஸஸ்தலத்தின் ஆரோக்கிய நிலைமையும், சிகித்ஸைக்காக ஏற்படுத்திய ஏற்பாடுகளும், மற்றும் அவச்யமான விஷயங்களும் கண்டிருக்கும். இந்த சீட்டில் அக்குழந்தைக்கு நடந்துவரும் சிகித்ஸை விவரமாய் எழுதி

வைக்கப்படும். குழந்தைகளைப் பரீக்ஷிக்கும் போது அவர்கள் தாய் தந்தையர் யாராவது வந்திருப்பார்கள் என்று முன்னமே கூறியிருக்கிறோம். ஒரு குழந்தையைப் பரீக்ஷித்து, அதற்குள்ள குறைகளை ஒரு கடிதத்தில் எழுதி, தாய் தந்தையரிடம் கொடுக்கப்படும். இந்த சீட்டுடன் தாய் தந்தைகள் குழந்தைகளைக் குறிப்பிட்ட வைத்தியசாலைக்கு அழைத்துப் போனால் சிகித்ஸை கிடைக்கும். வைத்தியர் காலக்ரமத்தில் குழந்தைகளை மறுபடியும் பரீக்ஷிக்கும்போது, முன் குறிக்கப்பட்ட குழந்தைகளுக்கு சிகித்ஸை நடத்தப்படவில்லை என்று தெரிந்தால், உடனே தாய் தந்தையருக்கு எழுதி வற்புறுத்துவார்கள். இக்காரணத்தால் ஏகதேசமே எல்லாக் குழந்தைகளும் சிகித்ஸை அடைவார்கள்.

மேற்கூறியபடி பரீக்ஷிப்பதினால் தெரிய வரும் விஷயங்களைக் கவனித்து (I) பாடசாலையில் வாசிக்கத்தகாத பிள்ளைகள் இன்னாரென்றும், (II) வாசிக்கத் தகுந்தவர்கள் இன்னாரென்றும் பிரிக்கலாம். பாடசாலையில் வாசிக்கத்தகுந்தவர்களை (1) ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருப்பவர்களென்றும், (2) சிகித்ஸை பெற வேண்டியவர்களென்றும் இருவகையாகப்பிரிக்கலாம்.

கண் தெரியாதவர்களும், காது கேளாதவர்களும், இளம்பிள்ளைவாயு அல்லது க்ஷய ஸம்பந்தமான வியாதிகளால் கைகால்கள் இளைத்துப் பின்னப்பட்டிருப்பவர்களும், மந்த புத்தியுள்ளவர்களும் (அதாவது மூன்றுவரையிலும் கூட எண்ணுவதற்குச் சக்தியற்றவர்களும்), காக்கைவலிப்பு என்கிற அபஸ்மார வியாதியுள்ளவர்களும், ஹ்ருதயம் ச்வாஸகோசம் இவைகள் ஸம்பந்தமான கடுமையான வியாதியுள்ளவர்களும் பாடசாலையில் வாசிப்பதற்குத் தகாதவர்களில் கணிக்கப்படுவார்கள். பாடசாலையில் வாசிக்க அர்ஹதை உள்ளவர்களில் கண் மூக்கு செவி தொண்டை பற்கள் முதலியவைகள் ஸம்பந்தமான வியாதிகள் அதிகமாயிருக்குமானால், ஸாதாரணமாயுள்ள வைத்தியசாலைகள் இவ்வியாதிகளின் சிகித்ஸைக்குப் போதாமையால், இவர்களுக்கென்றே பிரத்தியேகமான சிகித்ஸா ஸாதநங்கள் ஏற்படுத்தியுள்ள வைத்தியசாலைகளில்சிகித்ஸை நடத்தப்படும்.

ஸாதாரண பாடசாலைகளில் வாசிக்க அர்ஹதை இல்லாத சிறுவர்கள், அவரவர்களுக்குள்ள கோளாறுகளுக்குத் தக்கபடி குருடர்களுக்குக் கற்பிக்கும் பாடசாலைகளுக்கோ, செவிடர்களுக்குக் கற்பிக்கும் பாடசாலைகளுக்கோ, மந்தபுத்தியுள்ளவர்களுக்குக் கற்பிக்கும் பாடசாலைகளுக்கோ அனுப்பப்படுவார்கள். இதரவிதமான கோளாறுகள் அல்லது வியாதிகள் உள்ள குழந்தைகளுக்குச் செய்ய வேண்டிய சிகித்ஸையும் மற்ற ஏற்பாடுகளும் அததற்கு ஏற்ற வைத்திய சாலைகளில் நடத்தப்படும். இது லண்டன் நகரில் நடத்தி வரும் முறை. இதை நம்ம தேசத்துக்குத் தக்கபடி அவச்யமான மாறுபாடுகள் செய்து கொண்டு அனுஷ்டித்துவந்தால் விசேஷ பலன் உண்டாகுமென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை.

வைத்தியர்களின் கடமைகள்.

வைத்தியர்கள் பிணிகளைப் போக்கவும், அவை உண்டாகாமல் தடுக்கவும் அவச்யமான உபாயங்களை வேண்டியவளவு கற்றறியவேண்டும்; தற்காலத்திய மேனாட்டு வைத்தியர்கள் அவ்வாறே கற்பிக்கப்பட்டும் வருகிறார்கள். இவ்வாறு இரண்டு விதமான கலைகளைக் கற்ற பிறகு, அவ்வைத்தியர்கள் தாம் அறிந்த விஷயங்களுள் ஒன்றை மாத்திரம் ஸாதாரணமாய் அநுபவத்தில் உபயோகித்துக்கொண்டு வருகின்றனர்; அதாவது தமது பிணியாளிகளுக்கு சிகித்ஸைசெய்து வியாதிநிவாரணம் செய்கிறார்கள். அத்துடன், தமதிடம்வரும் ஜனங்களுக்கு சுகவாழ்க்கை, ஆரோக்கிய மார்க்கம் இவற்றின் ஸம்பந்தமான சாஸ்த்ரீய முறைகளை அப்போதைக்கப்போது உபதேசித்து வருவதும் இவ்வைத்தியர்களுடைய கடமையாகும். பிணியாளிகளுக்கு சிகித்ஸைசெய்து மீண்டும் ஆரோக்கிய நிலைமையை உண்டு பண்ணுவதும், மற்ற ஸமயங்களில் தமதிடம் வருபவர்களுக்கு ஆரோக்கிய மார்க்கங்களை உபதேசித்து வியாதி வராதபடி சுகமாய் வாழ்வதற்கான உபாயங்களை அறிந்து நடக்கும்படியாகச் செய்வதும் வைத்தியர்களுடைய கடமையாகும்.—Good Health.

THE GOVERNMENT AND THE INDIGENOUS SYSTEMS OF MEDICINE.

சுதேச வைத்திய முறைகளும் துரைத்தனத்தாரும்.

By P. R. SARMA,
Medical Practitioner.

சென்ற மார்ச்சுமாதம் 3-ம் தேதி, இராஜப்பிரதிநிதியின் சட்ட ஸபையில் கனம் டாக்டர் M. N. பானர்ஜி அவர்களால் "தேசபாஷைகளில் வைத்தியம் கற்பிக்கவேண்டும்" என்று பிரேரணை செய்யப்பட்ட தீர்மானம் ஸபையோரால் ஒருமனதாய் அங்கீகரிக்கப்பட, இந்தியா கவர்ன்மெண்டார் அதை ஏற்றுக்கொண்டு, ஜூன்மீ 23-ம் தேதியன்று மாகாணக் கவர்ன்மெண்டாருக்கும், வேறு சில அதிகாரிகளுக்கும் அவரவருடைய அபிப்பிராயங்களை இது விஷயமாய் வெளியிட வேண்டுமென்று ஒரு சுற்றுக்கடிதம் அனுப்பியிருக்கிறார்கள். (1) தேச பாஷைகளில் கற்பிக்கப்படும் வைத்திய முறைகளின்படி படித்தவர்கள் இவ்வைத்தியத் தொழிலில் உபயோகப்படுவார்களா? (2) அவ்விதம் வைத்தியம் செய்பவர் ஜனங்களால் அங்கீகரிக்கப்படுவார்களா? (3) ஏற்றவாறு வேண்டியவளவு வைத்திய முறைகளை அவர்களுக்குக் கற்பித்து, அவர்களைத் திறமையுள்ளவர்களாகச் செய்யமுடியுமா? (4) இவ்வகையில் எவ்விதமான படிப்பு முறை அனுஸரிக்கப்படவேண்டும்? என்று அச்சுற்றுக் கடிதத்தில் கேள்விகள் சில கேட்கப்பட்டிருக்கின்றன.. இத்தீர்மானம் ஒரு முக்கியமான விஷயமாகும். இதை ஒரு முறைக்குப் பல முறையாக ஜனங்களும் முக்கியமாய் சாஸ்திரமறிந்தவரும் கவனித்து அபிப்பிராயங்களைக் குறிப்பிடுவது அவச்யம். இதைப்பற்றி நான் சிறிது கூறுகிறேன் :—

மேற்குறிப்பிட்ட தீர்மானத்தின் தன்மையைப் படிப்பவர், வைத்தியத் தொழிலை நடத்துவதற்கு வேறு நூதனமான வகுப்பாரை ஏற்படுத்துவதில் துரைத்தனத்தாருக்கு அபிப்பிராயம் இருப்பதாக நன்கு அறியக்கூடும்; அவ்வகுப்பைச் சேர்ந்தவர்கள் மேனாட்டாருடைய வைத்திய முறையைக் கற்று வருவர்; இவர்கள் கிராமாந்தரங்களில் ஸாதாரணமாய் கற்றுத் தேற்சி பெறாத வைத்தியர்களிடமும் ஹகீம்களிடமும் ஏதோ ஒருவாறு சிகித்ஸை செய்துகொள்ளவேண்டிய ஜனங்களுக்கு, அல்லது சிகித்ஸைக்கே வஸதியில்லாத நாட்டுப்புறங்களில் வஸிப்பவருக்கு வைத்திய உதவியைச் செய்வதற்காக நியமிக்கப்படலாம். தேசத்தின் க்ஷேமலாபங்களில் விருப்பமுள்ள ஒவ்வொருவரும் இவ்வாறு விசால நோக்கத்துடன் ஜனங்களுடைய ஆரோக்கியாபிவ்ருத்தி முதலிய நல்ல விஷயத்தில் வேண்டிய ஏற்பாடுகளைச் செய்ய முயலும் இராஜாங்கத்தாரிடம் நன்றி பாராட்ட வேண்டியதே; ஆனால் எனக்கு ஒரு கவலையுண்டு: இத்தருணத்தில் இதே விதமாக கவனிக்கக்கூடிய மற்றொரு விஷயமுண்டு; இந்த ஸமயத்தில் அது அலக்ஷியம் செய்யப்பட்டது விஸனிக்கத் தகுந்தது. அதாவது—கனம் கான் பஹதூர் மீர் அஸாத் ஆலி கான் அவர்கள், இதே ஸமயத்தில், இத்தேசத்திய பிராசீன வைத்திய முறைகளை சாஸ்த்ரீய தோரணியில் (on Scientific basis) விவஹரித்துப் பழகும்படி ஒரு சீரான நிலைமைக்குக் கொண்டுவந்து, அதன் உபயோகத்தை விருத்திசெய்ய வேண்டும் என்று மற்றொரு தீர்மானம் கொண்டுவர, ஸர் பர்டே லூகிஸ் அவர்கள் துரைத்தனத்தாரின் தரப்பில் அத்தீர்மானத்தை அநேக வகையில் கொண்டாடி ஆமோதித்தார். இந்த ஒரு தீர்மானம் நிறைவேற்றப்படுமாயின் இரண்டு கோரிக்கைகளும் ஒருமிக்க நற்பயன் விளைவிக்குமாறு எளிதில் நிறைவேற்றப்பட்டுப்போம்; அல்லது இத்தேசத்திய பிராசீன வைத்திய முறையை இக்காலத்திற்கு ஏற்றவாறு சீர்திருத்தும் வகையும், சரீரதத்துவம் சஸ்திர சிகித்

ஸை முதலியவற்றை இத்தேசத்திய வைத்திய முறையோடு ஒற்றுமையாகப் போதிப்பதையும்பற்றி இன்னும் மேலான அபிப்பிராயங்களை விளக்குவதில் ஜனங்களுக்கு ஸௌகர்யம் ஏற்படும். இவ்விஷயமாக இராஜாங்கத்தார் மனப்பூர்வமாகப் பிரவேசிக்க முன்வரும் இத்தருணத்திலேயே சுதேச வைத்திய முறைகளை நம்மவருக்குக் கற்பிக்கவும், அதை விருத்தி செய்து சீர்திருத்தவும் கவர்ன்மெண்டார் பிரவ்ருத்திக்கவேண்டும் ; குறைந்தது மேனாட்டு முறையை முன்னுக்குக் கொண்டு வருவதற்காக எவ்வளவு பிரயத்தினங்கள் செய்யப்பட்டிருக்கின்றனவோ அவ்வளவு தூரம் செய்வது இன்றியமையாத கார்யமாகும்; அல்லது அதிகமாக ஆதரிக்காவிட்டாலும், அந்த முறை அழியாமல் நிலைத்திருக்கும்படியாவது தகுந்த ஏற்பாடு செய்தால், பிறகு அதனுடைய குணங்களையும்உபயோகங்களையும்பார்த்துகாலக்ரமத்தில் இராஜாங்கத்தார் தமக்குத்தாமே அதன் விஷயத்தில் யுக்தப்படி விசேஷமான முயிற்சியெடுக்கும்படி நேரிடும். சுதேச வைத்திய முறையை நன்கு ஆதரிக்க வேண்டுவதற்குக் காரணங்கள் அநேகம் உண்டு :—(1) மேனாட்டு ஔஷதங்களைப் பார்க்கினும் இத்தேசத்திய ஔஷதங்களே இந்த நாட்டு ஜனங்களுடைய உடற் கூறுபாட்டுக்கும் ஆரோக்கிய முறைக்கும் ஏற்றதாயிருக்கிறது ; ( ) மேனாட்டாரின் ஔஷதங்களினும் இவை விலையில் மலிவானவை;(3)இத்தேசத்தியஜனஸமூஹத்தில்பெரும்பான்மையோர் சுதேச ஔஷதங்களையே அதிகமாக அபேக்ஷிக்கிறார்கள் ; (4) மதாசாரங்களில் பற்றுள்ளவர்கள் சுதேச வைத்தியத்தையேமுற்றிலும் நம்பியிருக்கிறார்கள்;(5)பண்டைக்காலம் முதல் பிரபல வைத்தியர்களால் கையாளப்பட்டும் மிக்க உபயோககரமாகவும் இருப்பதாய் அறியப்பட்டிருக்கிறது; (6)வைத்திய ஸம்பந்தமாக நடக்கும் சில இராஜ தந்திரங்களில் சீர்திருத்தங்களும் இதன் மூலமாய் ஏற்படவகையுண்டு;(7)அவ்வளவு புராதனமான காலத்தில் மஹாவித்வான்களும் இருஷீச்வரர்களும் இயற்றிய அவ்வித நூல்களை அழியும்படி பார்த்திருக்கக்கூடாதென்று லார்ட்ஹார்டிஞ்ஜ் அவர்கள் இரண்டொரு ஸமயங்களில் பிரஸங்கித்திருக்கிறார் ; இன்றைக்கும் தேசத்தில் சுமார் 100-க்கு 90 பேரும் இவ்வௌஷத முறைகளாலேயே வியாதியை ஸ்வஸ்த்தம் செய்துகொள்ளவேண்டிய நிலைமையில் இருக்கின்றனர் ; (8) அனுபவத்தில் சுதேசவைத்திய முறைகள் நன்கு பரிசோதிக்கப்பட்டு தகுந்த ஏற்பாட்டுடன் கூடியதென்றும் ஸர் பி. லூகிஸ் முதலான மஹா வியாபகரான வைத்தியாதிகாரிகளும் உண்மையில் புகழ்ந்திருக்கிறார்கள்.

மேற்கூறியவாறு அவ்வளவு பண்டைக் காலத்தில் ஏற்பட்டு, நன்கு பரீக்ஷகளால் ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டுள்ள சுதேச வைத்திய முறை உபயோககரமாயும், இத்தேசத்தவருக்கு ஏற்றவையாகவும், விலையில் மலிவானவையாகவும் இருக்கும்போது, அவற்றை நமது துரைத்தனத்தார் ஏன் அங்கீகரித்து விருத்தி செய்யாமல் இருக்கவேணும் என்று கேட்கக்கூடும். இது ஸம்பந்தமான உண்மைகளை வெளிப்படையாக இராஜாங்கத்தாரிடம் எடுத்துக் காட்ட ஒருவரும் முன்வராததே நமது வைத்தியம் துரைத்தனத்தாரால் அங்கீகரிக்கப்படாததற்கு முக்கிய காரணமாகும். மேனாட்டு வைத்தியர்களோ, தமது வைத்தியாபிவ்ருத்திக்காக இராஜாங்கத்தாரிடம் அடிக்கடி நெருங்கிப்பழகி அதிகாரங்களைப்பெற்றும் விட்டார்கள். ஆகவே இத்தேசத்தாருடைய மனோபாவங்களுக்கும், பொருளாதார முறைகளுக்கும், ஆசார விவஹாரங்களுக்கும், சீதோஷ்ண நிலைமைகளுக்கும் நேர் எதிரிடையான மேனாட்டு வைத்திய முறையே எங்கும் பிரபலமாகும்படி துரைத்தனத்தார் வலுவில் விசேஷ முயற்சிகளைச் செய்துவருகிறார்கள். இதனாலேயே நமது தேசத்தில் இப்பொழுது ஸ்தாபிக்கப்பட்டிருக்கும் பள்ளிக்கூடங்களும், கலாசாலைகளும், தர்மவைத்திய சாலைகளும் நமது பழக்க வழக்கங்களுக்கு எதிரிடையான மேனாட்டாருடைய முறையின்படியே நடத்தப்பட்டு வருகின்றன.

இப்பொழுது இவ்வித விஷயங்களில் அவரவருடைய கொள்கையை வற்புறுத்தி வெளியிடுவதற்காகப் பொதுநலப்பிரியமுள்ளவர்கள் கவர்ன்மெண்டாரால் கேட்டுக்கொள்ளப்படுவதால், இவர்கள் மேற்குறிப்பிட்ட காரணங்களை யெடுத்து விரிவாக இராஜங்கத்தார் முன்னிலையில் கூறிவரவேண்டியது அக்கனவான்களுடைய கடமை. அப்பொழுது தான், சுதேச வைத்திய முறைகளும் ஆங்காங்கு ஜனங்களுக்கு ஏற்றவாறு கற்பிக்கப்படுவதற்கும், பல வழிகளில் அதை விருத்திக்குக் கொண்டுவருவதற்கும் கவர்ன்மெண்டார் முன்வரக்கூடும் ; அப்படி சுதேச வைத்தியம் இராஜாங்கத்தாருடைய ஆதரணையைப்பெற்று விட்டால், மேனாட்டு வைத்தியத்தைப்போலவே பலவிதத்திலும் சீரடைந்து உலகத்துக்கு நன்மை விளைவிக்கும். இல்லாவிட்டால் இப்பொழுது ஏற்பட்டிருக்கும் வைத்தியப் பதிவு சட்டத்திற்குள்ள அபரிமிதமான செல்வாக்கினால் ஸ்தேசவைத்தியம் விருத்தியாகாமற் போய்விடும் என்று மட்டும் சொல்வதற்கில்லை, ஆனால் காலக்ரமத்தில் வீணில் இருந்தவிடம் தெரியாமல் க்ஷயத்தையும் அடையும். இது விஷயமாக ஜனப்பிரதிநிதிகளும், நமது தேசிய ஸபைகளும், வைத்திய ஸபைகளும் கவலையுடன் சீக்கிரம் அரும்பாடு படவேண்டுமென்பது என் உண்மையான கோரிக்கை.

செவிடருக்கும் த்ருஷ்டி மந்தப்பட்டவருக்கும்.

உங்களுடைய பிணியாளி ஒருவன் செவிடானால், ஸ்டெதஸ்கோப் என்னும் கருவியின் காதில்வைக்கும் முனையைப் பிணியாளியின் காதில் வைத்து, அதன் மார்பில் வைக்கும் முனையை உமது உதடுகளில் வைத்துக்கொண்டு பேசும்; சப்தம் வெகு எளிதாகச் செவிடரால் கேட்கப்படும். உம்முடைய மூக்குக்கண்ணாடியையில்லாதபோது, தர்மாமீட்டரையாவது, வேறு எதையாவது படிக்கவேண்டுமானால் விஸிடிங்கார்டு என்னும் காகிதத்தில் ஊசியினால் ஒரு சிறியத்வாரம் விட்டு, அதன் மூலமாய் சிறிய எழுத்துக்களையும் நீர் நன்றாகப் படிக்கலாம்.

THE USE OF FLOW OF TEARS.

கண்ணீர்விடுதலும் அதன் உபயோகமும்.

By K. RAMA SASTRI,
Ayurvedic Doctor.

அழும்போதும், சிரிக்கும்போதும், மிளகாய் முதலிய விறைப்பான பதார்த்தங்கள் நாவில் படும்போதும் யாவருக்கும் கண்ணீர் வருகிறதல்லவா? இது ஏனென்று சற்று விசாரிப்போம்.

ஜலத்தைவிட்டு முகத்தைக் கழுவுவது, அழுக்கைப் போக்கி முகத்தைச் சுத்தமாக வைத்துக்கொள்வதற்காகத்தானே ? ஆம். ஜலத்தில் இறங்கி மூழ்கி ஸ்நானஞ்செய்வது உடம்பின் அழுக்கைப் போக்குவதற்காகத் தானே? ஆம். இவ்விரண்டு காரியம் செய்யும் போதும் யாராவது கண்ணை விழித்துக்கொண்டிருப்பதுண்டாவென்றாலோ கிடையாது. ஆகையால் நாமாகக் கண்ணைக் கழுவுவதுமில்லை, அதன் அழுக்கைப் போக்குவதுமில்லை யல்லவா? அது மற்றெப்படி சுத்தமாகும்? இதற்காகத்தான் கண்ணீர் என்பதை உண்டுபண்ணி, அந்த ஜலத்தினால் கண் அப்போதைக்கப்போது சுத்தமாகும்படி கடவுள் அமைத்திருக்கிறார்.

அப்படியானால் கண் சுத்தமாவதற்காக இறந்துபோனவர்களை நினைத்துக்கொண்டு அழவாவது அழவேணும், தானிதற்குமுன் கண்ட ஆச்சரியங்களை எண்ணியெண்ணிச் சிரிக்கவாவது சிரிக்கவேணும், காரமாவது உறைக்கவேணுமோவென்றால் அது அவச்யமில்லை. இதை ஒட்டின ஒரு நுட்பமான விஷயம் சொல்லவேண்டியிருக்கிறது; அதைச் சொல்லிவிட்டால் விஷயம் தெளிவாகிவிடும். அதாவது: நமது கண்கள் எப்போதும் இடைவிடாமல் சுத்தம் செய்விக்கப்பட்டே வருகின்றன. நல்ல நித்திரையில் கண்கள் அசைவற்றிருக்கும்போதுமாத்திரம் என்னமோ தெரியாது,

மற்றக் காலம்முழுவதும் ஒவ்வொரு நிமிஷமும் கண்கள் சுத்தியடைந்து வருகின்றன. நான் இந்த விஷயத்தைப்பற்றி எழுதிக்கொண்டிருக்கிற இந்தச் சமயத்திலும் என்னுடைய கண்களின் மேல்ரெப்பையானது ஒவ்வொரு தரம் அசைவுபெற்று மூடித்திறக்கும்போதெல்லாம் கண்கள் சுத்தியடைகின்றன. கலாநிதியைப் படிக்கும் நேயர்களே! நீங்கள் இதைப் படிக்கும்போதும் உங்களுடைய கண்களும் அவ்வாறே சுத்தியானாலன்றி படிக்க முடியாது. ஆகையால் நம்முடைய பிரயத்தனமின்றியே ஒவ்வொருநாளும் ஒவ்வொருநாழிகையும் ஒவ்வொருவிநாடியும் நமது கண்கள் சுத்தப்படுத்தப்பட்டு வருகின்றனவாம்.

வேணுமானால் ஒரு பரீக்ஷை பாருங்கள். புருவங்களின் இரண்டு வெளிக்கோடியிலும் விரலைவைத்துப் பாருங்கள்; கெட்டியான எலும்பு தட்டுப்படுகிறதல்லவா? அந்த எலும்பின் கீழ்ப்பக்கமாகக் கண்ணுக்கும் அவ்வெலும்புக்கும் மத்தியில் பைபோல் மெல்லியதாகக் கொஞ்சம் இடம் இருக்கிறதல்லவா? கண்களை அலம்புவதற்கு வேண்டிய நீரை இந்தப் பையானது சேர்த்து வைத்துக்கொள்வதால் இதை ஒரு நீர்ப்பை அல்லது ஒரு சிறு நீர்த்தொட்டியென்று சொல்லலாம். இப்படியாக ஒவ்வொரு கண்ணுக்கும் ஒவ்வொரு நீர்ப்பை உண்டு. இந்த நீர்ப்பையிலிருந்து கண்ணுக்குக் குறுக்கே ஜலத்தைக் கொண்டுபோவதற்காக ஏழு எட்டு சன்னமான நீர்க்குழல்கள் இருக்கின்றன. இக்குழல்களின் வழியாய் கண்ணீரானது இடைவிடாமல் ஓடிக்கொண்டே மெதுவாகக் கண்ணை சுத்தம் செய்துகொண்டிருக்கிறது. குறுக்காக அந்நீரானது ஓடி தான் எங்கே போகிறதென்றால், கண்ணுக்குள்ளேயிருக்கும் ஒரு பையில் போய் விழுந்து, அதன்வழியாக மூக்கில் இறங்கிவிடுகிறது. மூக்கு எப்படி சுத்தியாகுமென்றாலோ அது நாம் செய்துகொள்ளவேண்டிய காரியம்.

கண்ணீர் என்பது இப்படிப்பட்டதாயினும் அது கண்ணைவிட்டு வெளியேறி சொட்டுச் சொட்டாகக் கீழே விழுகிறவரையில், அதைக் கண்ணீர்விடுதல் என்று வழங்குவதில்லை. அழும்போதும் சிரிக்கும்போதும் நாக்கில் காரம் உறைக்கும்போதும்தான் கண்ணீர் விடுதல் உண்டாகும். இதற்கு என்ன காரணம் என்றால்—சிரிப்பும், அழுகையும் மனவெழுச்சியை உண்டுபண்ணுகின்றன; மனவெழுச்சி உண்டானவுடனே கண்களின் நீர்ப்பைகளிலிருந்து நீர் அதிகமாகப் பெருகுகின்றது; இந்த அதிக நீரைக்கொண்டுபோக நீர்க்குழல்களுக்குச் சக்தியில்லாமையால் மிகுந்த நீரானது கண்களிலிருந்து நேராகக் கீழே விழுகின்றது.

நல்லது இருக்கட்டும்; மிளகாய் ரஸம் நாவில் பட்டவுடனே கண்ணீர் விடுகிறோமே அப்போது என்ன கிளர்ச்சி உண்டாகிறது என்று கேட்பீர்கள். இதற்கு ஒரு யுக்தியிருக்கிறது கேளுங்கள். மிளகாய் சாப்பிடும்போது கண்ணைக் கெட்டியாக மூடிக்கொண்டால் கண்ணீர் வருகிறதா பாருங்கள்; இல்லையல்லவா? இதனால் என்ன அறியவேண்டியிருக்கிறதெனில், மிளகாயின் பரமாணுக்கள் கண்ணுக்குள் செல்ல, கண்ணை அவைகளினின்று காப்பாற்றுவதற்காக நீர்ப்பையிலிருந்து அதிக நீர் ஓடி வருகிறதென்பதே. இதற்கு ஒரு திருஷ்டாந்தம்பார்க்கலாம்; அதுயாதெனில்—கண்ணில்ஏதாவது ஒருசிறிய வஸ்து—மண்ணாவது தூசியாவது விழுந்தவுடனே, கண்ணில் ஜலம் தளும்புகிறது என்பது யாவருக்கும் பிரத்தியக்ஷமாகத் தெரிந்திருக்கிறது. கண்களை எப்போதும் சுத்தஞ்செய்வதற்காகக் கடவுள் செய்திருக்கிற ஆச்சரியமான ஏற்பாடுகளாக்கும் இவையெல்லாம்.

மேலும் மூக்கினால் நடக்கிற காரியமும் கொஞ்சமுண்டு. காரம் சாப்பிடும்போது கண்ணைக் கெட்டியாக மூடிக்கொண்டாலும் மூக்கு மாத்திரம் மூடாமல் இருக்குமாயின் அவ்வஸ்துவின் சில பரமாணுக்களாவது கண்ணுக்குள் போய்ச் சேராமலிரா. அது ஏன் என்றால், கண்ணிலிருந்து மூக்கின் வழியால் கீழ்த்வாரம்இருக்கிறதென்பது எப்படி நிச்சயமோ, அப்படியே மூக்கிலிருந்து கண்ணுக்கு மேல்த்வாரம் உண்டென்பதற்குச்சந்தேஹமென்ன? இந்த அநுபவம் மூக்குத்தூள் உபயோகிப்பவர்களுக்குப் பிரத்தியக்ஷமாயிருக்கும் (ஆனால் இதற்காகப் புகையிலைப்பொடி போட்டுப் பார்க்கவேண்டாம்). இன்னொரு திருஷ்டாந்தம் வேணுமானால், கடுகை சற்று அதிகமாகச் சாப்பிட்டவுடன் வாயின் பின் பக்கமாக மூக்கிலேறிக் கண்ணிலிருந்து கண்ணீர் உண்டாவதில் இவ்வுண்மையைக் காணலாம்.

ஆனதுபற்றி ஸந்தோஷம் துக்கம் இவைகளினால் உண்டாகும் கண்ணீருக்கும், காரம் சாப்பிடுவதினால் உண்டாகும் கண்ணீருக்கும் பேதமுண்டு. பின்னது தூசி கண்ணில் விழுந்தால் எப்படியோ அதுபோல, மிளகாயின் பரமாணுக்கள் கண்ணுக்குள் புக, அவைகளால் கண்ணுக்குத் தீங்குவராமலிருக்கும்பொருட்டு கண்ணீர் ஓடிவருகிறது. முன்கூறியதோ, சுகதுக்கங்களினால் மனது தாபமடைந்து உணர்ச்சிமேலிட்டு அதனால் நீர்ப்பெருக்கு உண்டாகி நீர்க்குழல்களின் வழியாகச் செல்லக்கூடிய ஜலம்போக மிகுதியாக நிற்பது கீழே விழுகின்றது. இலஜ்ஜை உண்டாகும் வேளையில் அதனுடைய உணர்ச்சியானது, இரத்தாசயத்தைத் தாக்கி, இரத்தத்தை முகத்தினுள் ஓடிவரும்படி செய்து, முகம் சிவப்பதும், பயம் தோன்றும்போது முகத்திலுள்ள இரத்தத்தைப் போக்கடித்து முகம் வெளுத்துப்போவதும் நாம் கண்டிருக்கிறோமல்லவா? இவ்வாறாகவே சுகதுக்கங்களினால் உண்டாகும் உணர்ச்சியானது தலைக்கொண்டு கண்ணீர் அதிகமாக மாறி, நீர்க்குழல்கள் கொள்ளுமளவு போக, மிச்சமுள்ளது கன்னத்தில் வழிந்தோடும்.

இன்னொரு திருஷ்டாந்தமும் பார்க்கலாம். மிதம் மிஞ்சின அடங்காத துக்கம் ஸம்பவிக்கும்போது, சற்றுநேரம் அழக்கூட ஸாத்தியப்படாமல் கண்களில் நீர்தளும்பி,முகமும் மூஞ்சியும் துறுதுறுத்துப்போய், ஸஹிக்கக்கூடாமற் போய்விடுகிறது; ஒரு க்ஷணம் கழித்து, அழுகைவந்து கண்ணீர்விட்டபிறகு தான் ஆறுதல் உண்டாகிறது. ஆகையால் உணர்ச்சிகள் அளவுக்கதிகமாக மேலோடும்போது கண்ணீர்விடுதல் நமக்கு இயற்கையானதே. இப்படி மனது அதாவது ஹ்ருதயம் காரணமாக உற்பத்தியாகும் கண்ணீருக்கு ஒரு விசேஷ தாத்பரியமும் உண்டு. வாய் வார்த்தையால் வெளியிடக்கூடாத உணர்ச்சிகளை வெளியிடுவது கண்ணீராதலால், கண்களை சிரேஷ்டமான பாஷையென்று சொல்வதுண்டு. குறள்.—“கண்ணொடு கண்ணிணை நோக்கொக்கின் வாய்ச்சொற்கள் என்ன பயனுமில்.” இதைக் குறித்து ஒரு பெரியவர் விவரிப்பதாவது.—“அன்பினாலும் ஸ்நேஹத்தினாலும் மனது உருகும்போது உதட்டினால் நன்றாய் நகைப்பதானது நம்பத்தக்கதல்ல; கண்ணீரே உண்மையான குறி. வஞ்சகனும் தன் வஞ்சகத்தை மூடும்பொருட்டு நகைப்பான்; உண்மையானவனோ பெருமூச்சுடன் கண்ணீர்விடுவான்.” “அகத்தினழகு முகத்திற்காட்டும்.”

வாத ப்ரக்ருதிகள்.

வாதப்ரக்ருதியுள்ள (nervous) ஜனங்கள் இயற்கையாகவே எக்கார்யத்தையும் மிதமிஞ்சி செய்யும் நோக்கமுள்ளவர்கள். அவர்களுடைய தேஹத்திலுள்ள உட்கருவிகளும் எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்பாயிருக்கும். அவர்களுடைய இரைப்பையில் அம்லரஸமுள்ள ஆமாசயத்ரவமும் அதிகமாய் சுரக்கும். ஆகவே அவர்களுக்குப் பசியும் விசேஷமாயிருந்துவரும்:—The old quarterly Therapeutics.

THE SOLDIERS' TEMPERANCE LEAGUE.

போர்சேவகர்கள் மதுபானத்தை விலக்கச்செய்யும் ஸபையார்.

BY V. KANNAN NAMBIYAR,
Medical Practitioner.

சுமார் 23-வருஷங்களுக்குமுன் (1892-ல்) இத்தேசத்திற்கு ஸர் ஜார்ஜ் ஒயிட்டு என்னும் கனவான், ஸேனாதிபதியாக வந்தார். வந்த சில நாளுக்குள்ளே ஸேனைகளில் மதுபானத்தை விலக்கும்பொருட்டுச் சேர்ந்திருக்கும் ஸபையார், அவ்வருஷம் மேமீ 4உ அவரை ஓர் விருந்திற்கு அழைக்கவே, அவர் ஆகட்டுமென்று விஜயஞ்செய்தார்; அவருக்கு விருந்தளிக்கும் தளகர்த்தரான கர்னல் டிலாந்தோர் என்பவர் எழுந்திருந்து, அவரைப் புகழ்ந்து வந்தனம் செய்தார். அப்பொழுது ஸேனாபதி சுதேசப்படை வீரர் தெரிந்துகொள்ளும்படி பிரதியாகச் சொன்ன சுபவசனத்தையும் புத்திமதியையும் இதனடியில் சுருக்கமாகச் சொல்லுகிறேன்:—

" படையாட்களே! கேளுங்கள்! நான் இத்தேசத்துக்கு ஸேனாதிபதியாகவந்தவுடனே முதல் முதல் இங்கே தங்கியிருக்கும் பட்டாளத்தின் மத்தியில், நான் வந்திருக்கும் இந்த நாளை நல்லநாளாகக் கொண்டாடுகிறேன்; நானாவர்ண நூல்களால் பட்டைதீர்த்த உடுபாவனைகளை உடுத்திக்கொண்டு இங்கு நாற்புறத்திலும் நிற்கின்ற வீரர்களைப் பார்க்கும்போது, தகப்பன் பிள்ளைகளுக்குச் சொல்லும் நற்புத்திகளைப்போல் சிலமொழிகளைச் சொல்லப் பிரியப்படுகிறேன். நீங்கள் கூட்டங்கூடி நல்ல தீர்மானஞ்செய்துகொண்ட ஸன்மார்க்க ஸபைக்கு நான் அக்கிராஸனாதிபதியாக இருக்கச் சம்மதித்திருக்கிறேன். உங்கள் முயற்சியை ஒப்புணர்ந்தவனாக இருக்கிறேன். நான் ஜலபானம் தவிர வேறு ஒன்றையும் தொடுகிறதில்லையென்று ஸாதித்துச் சொல்லமாட்டேன். ஆகிலும், நானாவர்ண உடைதரித்து மதுபானத்தை விலக்கக் கங்கணம் கட்டிக்கொண்டிருக்கும் உங்களைப் பார்க்கப் பார்க்க நமக்கு ஆநந்தம் பெரிகிக்கொண்டிருக்கிறது. பழைய பட்டாளத்தாருடன் நான் வெகுகாலம் கஷ்டப்பட்டு உடலை உழைத்து வந்தவன். எனக்கு முன்னிருந்தவர்களுடைய நேசம் கிட்டாமலிருந்தால் நான் இப்போது பெற்றிருக்கும் உயர்ந்த உத்தியோகத்திற்கு வந்திருக்கவேமாட்டேன். காலாட்களே! உங்களுக்கு ஸமயபோதகர்போல் பிரஸங்கம் செய்ய வந்தவனல்ல; அதற்குத் தக்கவர்கள் வேறே யிருக்கிறார்கள். ஆகிலும், நான் ஒரு உண்மையைக் கண்டிருக்கிறேன். ஸேனையைச் சேர்ந்து உழைத்த காலமாகிய சென்ற 30-வருஷங்களில் நான் கண்டிருந்த குற்றங்களெல்லாவற்றிற்கும் மதுபானம் ஒன்றே முக்கிய காரணமாயிருந்ததென்றறிந்திருக்கிறேன். பட்டாளத்தில் சிலருக்கு மாத்திரமே வழிதப்பி நடந்தவர்களென்று பதிப்புப் புஸ்தகத்தில் சிவப்புக் குறியிட்டிருக்கும். அப்படி குறிப்பிடும்படி நேர்ந்த குற்றவாளிகள் உணவிலும் பானத்திலும் மிதமாகவே இருப்பாராக! அவர்கள் செய்த சிற்சில குற்றங்களுக்கு மூலம் என்னவென்று சற்று விசாரித்தால், குடியென்றும் கொடியபாதகமே துணைக்காரணமாயிருந்ததென்று விளங்குகின்றது. நற்குணமுள்ள பலரும் மாசற்ற மனதுடனேகூடி ஸொந்த புத்தியுள்ளவர்களாயிருந்தும் சிலவேளைகளில் மேலதிகாரிகளுக்குக் கீழ்ப்படியாமை என்னும் குற்றத்திற்கு ஆளாகிவிடுகிறார்கள். இப்படி கெடுவதற்கு ஹேதுஎன்னவென்றால், மதுபானமயக்கம் மேலிட்டபோது தமக்கு முன்னொரு தருணத்தில் விரோதம் செய்திருந்த மேலதிகாரியை நினைத்துக்கொண்டு அவரைக் கைநீண்டவும் பழிக்கவும் ஆரம்பிக்கிறார்கள்.

நான் இந்த விஷயத்தைப்பற்றி நீடித்துப் பேச நேரமில்லை. இந்தத் தேசத்தில் வந்திறங்கின உடனே முதல் முதல் காலாட்களுடைய ஸபையில் வந்திருந்த இந்த நல்லநாளை இனி ஒருக்காலும் மறவேன்."

நேயர்களே! இக்கனவான் கூறிய புத்திமதியை உற்றுக் கவனித்து நடப்பீர்களாக. இந்தப் பிரஸங்கத்தைக் கேட்ட காலாட்கள் யாவரும் ஸபாமண்டபத்திலிருந்து ஸேனாதிபதி புறப்படும்போது தீவ்ரமாய் முன்சென்று, இருபுறமும் அணிவகுத்துநின்று, அந்த நீதிமானுடைய முகவிலாஸத்தை வணங்கி வணங்கி நன்றாய்ப்பார்த்துக் கைகொட்டி ஸந்தோஷப்பட்டார்கள்.

"கொடிய மதுபானம் பொல்லாது-அதையிப்
படியில்உண்போரிட வாழ்வு கில்லாது"

என்று நமது மூதாதைகளான பெரியோர் கூறின நீதிவாக்கியத்தையும் மறவாதிருப்பீர்களாக. மதுவானது, குடித்தவனையும், அவனை அடுத்தவனையும், அதையெடுத்தவனையும் இம்மூவரையும் கெடுக்கும். ஆகையால் அக்கேடுகெட்ட வஸ்துவை விலக்கினவர்தாம் சுயபுத்தியுள்ளவர்களாகித் தங்களைக் காத்துக்கொள்வார்கள். அப்படி சித்தத்தில் ஸ்வாதீனம் உள்ளவர்களே, தாம் செய்யும் நல்ல காரியங்களுக்கு இடையூறு வந்த தருணத்தில் உதவிசெய்யத் தக்க சிறந்தவர்களென்று நம்பலாம்.

வைத்தியகலாநிதியின் சந்தாதாரருக்கு ஒரு இலாபம்:—பிராசீன ஸம்ஸ்கிருத ஆயுர்வேதக் கிரந்தத்தின் முதல் மொழிபெயர்ப்பான பிரஸித்திபெற்ற மிகப் பிரயோஜனகரமான சார்ங்கதரஸம்ஹிதைக்கு செப்டம்பர்மீ 30உக்குள் ஆர்டர் அனுப்பும் சந்தாதாரர் அதை தபால் சார்ஜ் உள்பட ரூபா 2-5-0 க்குப் பெறுவார்கள். உடனே "வைத்தியகலாநிதி" ஆபீஸ் வேப்பேரி, சென்னை என்கிற விலாஸத்திற்கு எழுதவும். இதைப்பற்றிய மற்ற விவரங்களை விளம்பரப் பத்தியில் முதற் பக்கத்திற் காணலாம்.

வைத்திய கலாநிதி.
நள௵ வைகாசிமீ.

THE PRESENT STATE OF AYURVEDA AND THE NEED FOR REFORM.

ஆயுர்வேதத்தின் நிகழ்கால நிலைமையும் அதற்கு அவச்யமான சீர்திருத்தமும்.

ஆயுர்வேதத்தின் சீரும் பெருமையும் சென்ற நூற்றாண்டுகளில் எவ்விதமாக இருந்தபோதிலும், இப்பொழுதும் அச்சாஸ்திரதீபம் திடமான அஸ்திவாரத்தின்மேல் எழுப்பிய ஒழுங்காயமைந்த உன்னத ஜயஸ்தம்பத்தின்மீது அசைவற்று நின்று ஓங்கிப் பிரகாசிப்பதாகக் கருதுவதானது நம் வைத்தியர்களுடைய கபடத்தனத்தையோ, விஷயவிசாரம்செய்து உண்மையறிவதில் விசாலமான பிரவ்ருத்தியில்லாமையையோ விளக்குகின்றது. இவ்விஷயம் நமது துரத்ருஷ்ட வசத்தினால் நேர் விபரீத நிலைமையில் நிற்கின்றது. இந்தியாவில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் என்று சொல்லிக்கொண்டு ஏதோ ஒருவாறு தொழில் நடத்திவருபவர் அணியணியாகப் படைவகுக்கக்கூடியவளவு மிதமிஞ்சியிருந்தும், பண்டைக்காலத்திய நமது அரிய வைத்திய சாஸ்திரத்தைக் கசடறக்கற்று நிஷ்களங்கமான அறிவுள்ள வைத்தியர் அத்தொகுதியில் வெகுபேர் இருக்கமாட்டார்.

நமது தேசத்து வைத்தியர்களில் சிலரிடம் அபூர்வமான சில வைத்திய நூல்களும், அருமையான சிற்சில வைத்திய முறைகளும் உண்டென்று பல மூகாந்தரங்களைக்கொண்டு நாம் அறிவோம்; ஆனால் அவற்றை அவ்வைத்தியர்களும் அவரது குடும்பத்தாரும் வெகு ரஹஸ்யமாக வைத்து உலகத்திற்கு உபயோகமாகா

வண்ணம் இறுதியில் கறையானுக்கு இரையாக்குகின்றனர்; விசாலமான அறிவையும் கொள்கையையும் பரப்பக்கூடிய ஆயுர்வேத ஸம்பிரதாயத்திற்கு, இவ்வாறு ஒளித்துவைப்பதென்னும் குறுகிய செயலானது எதிரிடையானதாம். முதலில் நமது வைத்தியர்கள் இக்குறுகிய வழியை ஒழித்துவிட வேண்டும்.

மிகவும் சிறப்புற்ற பிராசீன வைத்திய நூல்களில் எண்ணிறந்தவை இருந்தவிடம் தெரியாமற்போயின; இப்பொழுதும் நூற்றுக்கணக்கான ஆயுர்வேத நூல்கள் இருப்பதை நாம் அறிவோம்; ஆனால் நாம் இழந்துவிட்ட நூல்களோ தற்காலத்தில் இருப்பவைகளினும் எண்ணிக்கையில் சற்றேறக்குறைய பத்துமடங்கு அதிகமானவை. இப்பொழுது கிடைக்கும் வைத்திய நூல்களையே முற்றிலும் படித்தவர் ஒருவருமில்லை; சிலர் ஏதேனும் சிலவற்றைப் படித்தபோதிலும், சாஸ்திரமர்மம் இன்னதென்று புரியாமல் ஏதோ நுனிப்புல் மேய்ந்து வயிறு நிரம்பிவிட்டதாகக் கருதுகின்றனர். உண்மையில் ஆயுர்வேத நூல்களில் அடங்கிய எல்லா விஷயங்களையும் படித்து மர்மங்களை உணர்ந்த வைத்தியர்கள் அரிதென்றே கூறுவோம். ஆனால் அவ்வைத்திய நூல்களோ முற்காலத்தியவரால் கொண்டாடப்பட்டதுபோலவே தற்காலத்திய சாஸ்திரவல்லோராலும் பல வகையிலும் புகழப்பட்டிருக்கின்றன. கால தேசாதிகளுக்கு ஏற்றவாறு பயனளிக்கக்கூடிய ஔஷத முறைகளும், வியாதிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்வதற்கான முறைகளும் மற்றும் ஏற்பாடுகளும் சிறந்த வகையில் அமைந்திராவிட்டால், ஆயுர்வேத வைத்தியமே இவ்வளவு நாட்களில் நசித்துப்போயிருக்கும். ஆனால் ஆயுர்வேதம் இதே நிலைமையில் இன்னும் சிறிது காலமிருந்தால், செல்வாக்கிற் சிறந்த மேனாட்டு வைத்திய முறையோடு போராடமுடியாமல் அதற்கு முழுமோசம் வந்துவிடும். ஆகவே, ஆயுர்வேத வைத்திய முறையை இனி சீர்திருத்தும் விஷயத்தில் ஒரு சிறிதும் நாம் தாமதம் செய்யாமல் அவரவரால் இயன்றவளவு ஏதேனும் முயற்சி செய்யப்படவேண்டும்.

நமது வைத்தியசாஸ்திரத்தைச் சேர்ந்த சரீரதத்துவநூல்கள் ஒரு காலத்தில் விஸ்தாரமாய் இருந்ததாக நமக்குத் தெரிந்தபோதிலும், இப்பொழுதுள்ள ஸ்திதியில் அந்த பாகத்தில் சிலவற்றைக் கழித்துத் தள்ளுவதும், பிரத்தியக்ஷ பரீக்ஷைகளால் அறியப்படும் சில அம்சங்களைச் சேர்ப்பதும் அவச்யமாகும்; அப்பொழுதுதான் நமது சாரீர சாஸ்திரபாகம் ஸந்தேஹமற நமது மனதுக்குப் புரியும். நம்முடைய இரஸாயநநூல்களென்ன, வநௌஷதி சாஸ்திரமென்ன, பதார்த்த குணபாடமென்ன இவைகள் ஒருகாலத்தில் இவ்விஷயங்களை மேனாட்டார் கற்றறிவதற்கு உபயோகமாயிருந்தன; ஆனால் இப்பொழுது பலவகையிலும் மேன்மையடைந்துள்ள மேனாட்டாருடைய அவ்விஷயமான நூல்களைக் கொண்டு நமது அச்சாஸ்திரங்களை ஒழுங்குபடுத்தவேண்டும். முன் ஒரு ஸமயம் சஸ்திர சிகித்ஸையில் நம் சாஸ்திரஞ்ஞர்கள் விசேஷ ஸாமர்த்தியம் வாய்ந்து விளங்கினதுண்டு; ஆனால் இன்றைக்கு நாம் அவ்விஷயங்களில் கொஞ்சமல்ல—வெகுதூரம் பின் தங்கிவிட்டோம் என்று குறிப்பிட மிகவும் துயருறுகிறோம். "ஸுச்ருதம்" முதலான நமது சாஸ்திரத்தில் போதுமாறு சஸ்திர சிகித்ஸை விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறதென்றாலும், மேனாட்டு வைத்தியங் கற்றவர்களுடைய உதவியின்றி அதைக்கொண்டே அநுபவத்தில் நாம் சிறிதும் முன் வரமுடியாது. முற்காலத்தில் நமது படிப்பு முறைகள் எவ்விதத்திலும் ஒழுங்கான வழிகளில் நடத்தப்பட்டு வந்திருப்பதாக (ஸுச்ருத ஸூத்திரஸ்தாநம் சரக-ஸூத்

திரஸ்தாநம் முதலியவற்றிலுள்ள விஷயங்களைக்கொண்டு) நாம் அறிவோம்; இப்பொழுதோ வைத்தியர்கள் என்றும் ஹகீம் என்றும் சொல்லிக்கொள்கிறவர்கள் பரம்பரா பாத்யதை யொன்றையே ஆதாரமாகக் கூறிக்கொண்டு, ஏதோ தோன்றியவாறு தொழில் நடத்துகிறார்கள் என்றும், அவ்விதம் செய்வதை இனி காலக்ரமத்தில் நிறுத்திவிட்டு, வைத்திய பாடசாலைகளை ஸ்தாபித்து அவற்றில் தகுந்தவாறு வைத்தியக்கல்வியைப் பயின்றுவரும்படி செய்யவேண்டும் என்றும் நாம் வற்புறுத்த வேண்டியிருக்கிறது. மேலும் ஔஷதங்களைத் தயார்செய்வதிலும், ஔஷதசாலைகளை ஏற்படுத்துவதிலும் நமது தற்காலத்து வைத்தியர்கள் ஒருவித ஒழுங்கையும் அநுஸரித்தவரல்லர்; சாஸ்திரத்தில் குறிப்பிட்டுள்ளபடி ஔஷதங்களை ஒரு வரிசைக் கிரமத்தில் தயார்செய்து, அவற்றைக்கொண்டு ஒரே சீராக தேசமெங்கும் ஔஷதசாலைகளை ஸ்தாபிப்பதற்காக சில செல்வான்கள் சேர்ந்து கூட்டு வியாபாரத்தொழிலை விடாமுயற்சியுடன் செய்ய முயலவேண்டும்; அவ்வாறு பெருந்தொகை செலவு செய்து ஸ்தாபிக்கப்படும் ஔஷதசாலைகளில், ஔஷதங்களை ஒரே சீராகச் செய்யவும், உபயோகிக்கவும், அவற்றின் குணாகுணங்களை அறியவும் வேண்டிய வெவ்வேறு வகையான ஆராய்ச்சிகள் செய்ய வஸதிகள் ஏற்படுத்துவது அவசியம். ஒழுங்கீனமாகத் தொழில் நடத்துபவரே, நமது வைத்தியமுறை இவ்வளவு ஒழுங்கீனமென்று பிறர் கூறக்கூடிய நிலைமையைப் பெறுதற்கு உத்தரவாதிகள் என்றும், சாஸ்திரமென்னமோ இன்றைக்கும் பிரயோஜனப்படாதென்று முற்றிலும் கைவிடக்கூடிய ஸ்திதியில் இல்லாமல் சீர்திருத்தம் செய்ய வேண்டிய நிலைமையில் இருக்கின்றதென்றும் தைரியமாகக் கூறுவோம். நாம் ஏதோ தோன்றியவாறு கூறுவதாக நமது நண்பர்கள் நினைக்கலாகாது; ஸமயம் நேரிட்டால், தக்க செல்வவான்கள் வேண்டியவளவு செலவுசெய்ய முன் வருவார்களானால் நாமே அவ்விதம் செய்ய வேண்டிய சீர்திருத்தங்களில் பலவற்றை நிறைவேற்ற ஆயத்தமாயிருக்கிறோம் என்பதை நமது சுதேச வைத்தியாபிவ்ருத்தியில் கவலையும் கருத்துமுள்ள கனவான்கள் கவனிப்பாராக.

மேனாட்டாருடைய வைத்திய முறையிலும், ஔஷதக் கூறுகளிலுங்கூட ஊழல் ஒன்றும் இல்லாமற் போகவில்லை. நம்முடைய வழியை நாம் சீர்திருத்திக்கொண்டு ஸுகமாகவும் லோகோபகாரமாகவும் ஒழுங்காகவும் தொழில் நடத்த வேண்டுமேயன்றி, இதர வைத்திய முறைகளிலுள்ள குறைகளைப்பற்றி நாம் விசாரம் செய்வது அவச்யமில்லை, அவ்வித செல்வாக்குள்ளவர்களாகவும் நாம் இப்பொழுது இல்லை. தீவ்ரமான வியாதிகளால் பிடிக்கப்படும் பிணியாளிகளில் பலர் மேனாட்டு முறையினால் சிறிதும் பயன்பெற முடியாமல், ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிடமுள்ள மஹா ச்லாக்யமான ஔஷதங்களால் நற்குணமடைவதுண்டென்று நாமே அநேக ஸமயங்களில் நேரில் பார்த்திருக்கிறோம்; அவ்விதமான அபூர்வ ஔஷதமுறைகளும், அத்தகைய சிகித்ஸா க்ரமங்களும் மாசுபடர்ந்து இருளடைந்த நிலைமையில் இல்லாமல் வெளிப்படையாய் எல்லா வைத்தியர்களும் கையாளும்படி அநுபவத்தில் எளிதாய் விடவேண்டும்; மேலும் அவ்வித ஔஷதங்களும் சிகித்ஸைகளும் சாஸ்த்ரீயமான அஸ்திவாரங்கள் உள்ளவைகளாயிருக்கும்படி கவனிப்பது உத்தமம். இறுதியில் நாம் இன்னுமொரு விஷயத்தைக் குறிப்பிடுவோம். மேனாட்டு வைத்திய முறையில் அவர்களுடைய வாகடநூல்களில் (Pharmacopoeia) ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் உபயோகிக்கும் ஔஷதங்களை அல்லது ஔஷதச் சரக்குகளை வேண்டியவளவு தாராளமாய் சேர்த்துக்கொண்டுவந்து, அவற்றை அவ்வைத்தியர்கள் தம்முடைய ஔஷதங்கள் என்று பாத்தியதை கொண்டாடும்போது, மேனாட்டார் உபயோகிக்கும் ஔஷதங்கள் அல்லது ஔஷதச் சரக்குகளிலும் அவசியமான சிலவற்றை நமது வாகடநூல்களிலும் நாம் ஏன் சேர்த்துக் கொண்டு நம்முடைய ஔஷத முறைகளையும் கால தேசாதிகளுக்கு ஏற்றவாறு சீர்திருத்திக் கொள்ளக்கூடாது? வைத்திய சாஸ்திரம் முன்னுக்கு வரவேண்டுமானால் இவ்வித சீர்திருத்தங்கள் ஒருவிதத்திலும் குற்றமாகாது.

CATECHISM ON HYGIENE.

சுகாதார வினாவிடை.

அசுத்தங்கள்.

மிஸ்டர் வி. டி. எச். ஜான்ஸன் என்பவர் பொது ஜனங்களுடையவும் முக்கியமாய் வித்யார்த்திகளுடையவும் உபயோகத்திற்காக எழுதியுள்ள விஷயத்தை நாம் இதனடியில் நமது நேயர்களுக்கு உதவும்பொருட்டு விவரித்துப் பிரசுரம் செய்கிறோம்:—

வியாதி உண்டாவதற்கு முக்கிய காரணம் என்ன ?

அதற்கு முக்கிய காரணம் அழுக்கு அல்லது குப்பை.

அது ஏன் அப்படி ?

ஏனென்றால், அனேக வியாதிகள் மூளைக்கிருமிகளினால் உண்டாகின்றன ; இந்தக் கிருமிகள் அழுக்கு அல்லது குப்பையில் உற்பத்தியாகி விருத்தியாகின்றன.

மூளைக்கிருமிகள் என்றால் என்ன ?

மூளைக்கிருமிகளைச் சிறு பூச்சிகளென்று சொல்லலாம் ; இந்தப் பூச்சிகள் கொஞ்சங்கூட கண்ணுக்குத் தெரியாதபடி அவ்வளவு சிறியவைகளாக இருக்கின்றன ; ஆயினும், அவைகள் தேஹத்திற்கு அதிக கெடுதி உண்டாக்கக்கூடியவைகளாய் இருக்கின்றன.

அவைகளால் கெடுதி உண்டாவதெப்படி ?

விஷபேதியென்னும் வாந்திபேதிக்குக் காரணமான மூளைக்கிருமிகள் குடலில் சீக்கிரமாய் விருத்தியாகி, கொதிப்பையும் வயிற்றுவலியையும் உண்டாக்குகின்றன; மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரத்துக்குக் காரணமான மூளைக்கிருமிகள் இரத்தத்தில் பிரவேசித்து, சிவப்பு அணுக்களைத் தின்றுவிடுகின்றன ; ஆகவே, இரத்தம் விஷத்தன்மையை யடைந்து ஜ்வரம் உண்டாகிறது ; வேறே மூளைக்கிருமிகள் வேறு விதமாய் வேலை செய்கின்றன ; ஆனால், எல்லாக் கிருமிகளினாலும்கெடுதி உண்டாவதோடுங்கூட அனேகமாய் மரணமும் நேரிடுகின்றது.

சரிதான்; ஆனால், அழுக்கு அல்லது குப்பையினால் வியாதி ஏன் உண்டாகிறது?

இந்த மூளைக்கிருமிகள் அழுக்கு அல்லது குப்பையில் மறைந்திருந்து விருத்தியாகின்றன ; ஆகவே, உடம்பின் மேலாவது வீட்டிலாவது அழுக்கு அல்லது குப்பை இருந்தால், மேற்படி கிருமிகள் சுலபமாய் உடம்பிற்குள் பிரவேசித்து வியாதியை உண்டாக்குகின்றன.

அழுக்கு அல்லது குப்பை சேராமல் தடுப்பதற்கான உபாயங்களில் மிகவும் சிறந்த உபாயங்கள் எவை?

உடுப்புகளையும் உடம்பையும் சுத்தமான ஜலத்தில் அடிக்கடி கழுவவேண்டும்.

சுத்தமான ஜலம் கிடைக்காவிட்டால் என்ன செய்யவேண்டும்?

ஜலத்தைப்பொங்கக்காய்ச்சி, பிறகு உபயோகிக்கவேண்டும்.

பொங்கக் காச்சுவதனால் உண்டாகிற பிரயோஜனமென்ன ?

ஜலத்தைப் பொங்கக்காச்சுவதனால் அதில் இருக்கும் மூளைக்கிருமிகளெல்லாம் செத்துப்போகின்றன.

ஜலத்தை சூடாக்குவதுமட்டும் போதுமா ?

போதவே போதாது; அந்தப்படி செய்வதனால் பிரயோஜனமுமுண்டாகிறதில்லை, கெடுதியும் உண்டாறதுகி.

ஏன் ?

ஏனென்றால் ஜலத்தை இளஞ்சூடாக்குவதனால் அதிலுள்ள பூச்சிகளுக்கும் மூளைக்கிருமிகளுக்கும் இளஞ்சூடான நீரிலே ஸ்நானம் செய்விப்பதுபோலாகிறது. இதனால், இளஞ்சூடான நீரில் ஸ்நானம்செய்யும் மனிதனுக்கு இளைப்பு நீங்கி உற்ஸாஹம் உண்டாவதுபோலவே, மேற்படி பூச்சிகளுக்கும் கிருமிகளுக்கும் அதிகசக்தியும் உத்ஸாஹமும் உண்டாகிறதேயொழிய வேறொன்றும் உண்டாவதில்லை.

சரிதான் ; ஆனால், பொங்கக் காய்ச்சுவதனால் உண்டாகிற பிரயோஜனம் என்ன ?

பொங்கக் காய்ச்சின ஜலத்தில் ஸ்நாநம் செய்யும் மனிதன் சாவதைப்போலவே, தண்ணீரைப் பொங்கக் காய்ச்சுவதனால் மேற்படி பூச்சிகளும் கிருமிகளும் வெந்து சாகின்றன.

வீட்டிலும் புழக்கடையிலுமுள்ள குப்பையை நீக்குவதற்குச் சிறந்த உபாயம் என்ன ?

கொளுத்திவிடக்கூடிய குப்பையையெல்லாம் கொளுத்திவிடவேண்டும் ; ஆனால், அக்கம்பக்கத்திலுள்ளவர்களுக்குத் தொந்தரை உண்டாகாமலிருக்கும்பொருட்டு மேற்படி குப்பையை வீடுகளிலிருந்து தூரமாகக் கொண்போய்க் கொளுத்தவேண்டும்.

கொளுத்திவிடமுடியாத குப்பையை என்ன செய்யவேண்டும் ?

அந்தக் குப்பையை வீடுகளிலிருந்து தூரமாகவுள்ள ஈரமில்லாத ஒரு நிலத்துக்குக் கொண்டுபோய், சுமார் ஒரு அடி ஆழமுள்ள குழிகளில் புதைத்து, பிறகு மண்ணைக்கொண்டு மூடிவிடவேண்டும்.

இதனால் அந்த நிலம் கெட்டுப்போகாதா ?

கெட்டுப்போகாது; கெட்டுப்போவதற்குப் பதிலாக, இதனால் அந்த நிலம் செழிப்பாகி அதில் விசேஷ விளைவும் உண்டாகும்.

ஆனால், மண்ணும் அதிலுண்டாகும் விளைபொருள்களும் அசுத்தமாயிருக்காதா ?

இருக்கவே இருக்காது ; அப்படி யிருப்பதற்குப் பதிலாகக் குப்பையானது மண்ணோடு சேர்ந்து அதை விருத்திசெய்து, நல்ல மண்ணாய்விடும்.

ஆனால் குப்பையினால் எவ்வித பிரயோஜனமாகிலும் உண்டாவதெப்படி ?

எப்படியென்றால், உண்மையைப் பார்ப்போமானால் இருக்கவேண்டிய ஸ்தானத்திலிராத பொருளுக்கே குப்பையென்று பெயராகையால், அது சரியான ஸ்தானத்துக்கு வந்துவிட்டால், குப்பை டென்னும் பெயர் போய்விடுகிறது.

இதைத் தயவுசெய்து விவரமாய்ச் சொல்லவேண்டும்.

சொல்லுகிறேன் கேளுங்கள் ; மணலானது ஒரு பையனுடைய நகங்களின் சந்திலாவது அவனுடைய மயிரிலாவது இருப்பதாகக் காணப்பட்டால், அது அழுக்காகும் ; ஆகவே, நாம் அதை அழுக்கென்று சொல்லுகிறோம் ; ஆனால் அது கலவைச்சுண்ணாம்பில் இருக்கும்போது நல்ல வஸ்துவாகும் ; ஆகவே, அது கலவைச்சுண்ணாம்பில் சேர்க்கப்படும்போது, அழுக்காகமாட்டாது.

வாந்திபேதி.

வாந்திபேதி எதனால் உண்டாகிறது ?

வாந்திபேதி மூளைக்கிருமிகளினால் உண்டாகிறது ; இந்தக் கிருமிகள் நாம் சாப்பிடும் ஆஹாரம் அல்லது குடிக்கும் ஜலத்தின் மூலமாய்க் குடலுக்குள்போய், அங்கே கொதிப்பையும் வயிற்றுவலியையும் உண்டாக்கி, மரணத்தையும் உண்டாக்குகின்றன.

இந்தக் கிருமிகள் வருவதெப்படி ?

இந்தக் கிருமிகள் ஸாதாரணமாய் ஜலத்தின் மூலமாக நமக்கு வருகின்றன ; முதல்வெள்ளம் வரும்போதும் முதல்மழை பெய்யும்போதும் முக்கியமாய் அந்தப்படி வருகின்றன.

அது ஏன் அப்படி ?

ஏனென்றால், வறட்சி காலத்திலே நம்முடைய தேசத்திலுள்ள ஆறுகள் ஏரிகள் ஆகிய இவைகளின் அடித்தரையைச் சகல விதமான அசுத்தகாரியங்களுக்காகவும் உபயோகித்து வருகிறார்கள் ; ஆகவே, மழை பெய்யும்போதும் வெள்ளம் வரும்போதும் மேற்படி அடித்தரையிலுள்ள அழுக்கு அல்லது குப்பையானது தண்ணீரோடு கலந்துவிடுகிறது ; இந்த அழுக்கு அல்லது குப்பையில்தான் வாந்திபேதிக்குக் காரணமான மூளைக்கிருமிகள் ஜீவித்திருக்கின்றன.

சரிதான் ; ஆனால், இந்தக் காலங்களிலே வாந்திபேதி வரவொட்டாதபடி தடுப்பதற்காக நாம் என்ன செய்யலாம்?

ஜலத்தை நாம் உபயோகிப்பதற்கு முன் அதைப் பொங்கக் காய்ச்சியே உபயோகிக்கவேண்டும். அல்லாமலும்; பொங்கக் காய்ச்சாத பாலையும் சமைக்காத ஆஹாரத்தையும் சாப்பிடுவதைக் காட்டிலும் பாலைப் பொங்கக் காய்ச்சி உபயோகிப்பதும் சமைத்த ஆஹாரத்தையே சாப்பிடுவதும் மிகவும் நல்லது.

இது ஏன் அப்படி ?

மேலேகண்டபடி செய்வதனால், எந்த மூளைக்கிருமிகளாகிலும் நாம் குடிக்கும் பாலிலாவது சாப்பிடும் ஆஹாரத்திலாவது வந்திருக்கிற பக்ஷத்திலே, அவைகள் நம்முடைய வயிற்றிற்குள் போவதற்கு முன்னமே மேற்படி பாலைப் பொங்கக்காய்ச்சுவதனாலும் ஆஹாரத்தைச் சமைப்பதனாலும் அவைகள் சாகின்றன.

வாந்திபேதி ஒரு கிராமத்தில் காணும்போது முன்னெச்சரிக்கையாக என்ன ஏற்பாடுகள் செய்யவேண்டும் ?

வீடுகளையும் புழக்கடைகளை சுத்தமாக வைத்திருக்கவேண்டும் ? குப்பைகளையெல்லாம் தூரத்தில் கொண்டுபோய்க் கொளுத்தி அல்லது புதைத்துவிடவேண்டும். சமைத்த ஆஹாரத்தையே சாப்பிடவேண்டும் ; பொங்கக் காய்ச்சின ஜலத்தையே உபயோகிக்கவேண்டும் ; நம்மில் யாருக்காவது பேதிகண்டால் அதை நிறுத்துவதற்காக ஏதாகிலும் மருந்து சாப்பிடலாம்.

என்ன மருந்து ?

தேற்சி பெற்று யோக்யதையுள்ள வைத்தியர்களால் கொடுக்கப்படும் அல்லது ஸர்க்காரால் அனுப்பப்படும் மருந்தை சாப்பிடுவது மிகவும் நல்லது.

ஆனல் அது கிடைக்காவிட்டால் நாம் என்ன செய்யலாம் ?

காடியிலே மிளகாய் சேர்த்து, அந்தக் காடியில் ஒருவாய் காடியைச் சாப்பிடுவது பேதியைத் தடுப்பதற்கேற்ற பரிஹாரமாகும் ; ஆயினும், அதைச் சிறு குழந்தைகளுக்காவது பல ஈனர்களுக்காவது கொடுக்கக்கூடாது.

ஏன் அவர்களுக்குக் கொடுக்கக்கூடாது ?

அதனல் அவர்களுக்கு மரணம் நேரிடலாம்.

வாந்திபேதி கண்டிருக்குங் காலங்களிலே மேலே சொன்னதைத் தவிர செய்யவேண்டிய காரியம் வேறே ஏதாகிலும் இருக்கிறதா ?

இருக்கிறது ; நீங்கள் பயப்படாமலும் உத்ஸாஹம் குறைவுபடாமலும் இருப்பது எல்லாவற்றிலும் முக்கியமானது. ஒரு மனிதன் ஸந்தோஷத்தோடே இருந்து தைரியமாய்த் தன்னுடைய வேலையைப் பார்த்து வருகிற பக்ஷத்திலே, வாந்திபேதிக்குக் காரணமான மூளைக்கிருமி அவனை வெகுசாய்ச் சேராது.

மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரம

மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரம் எதனல் உண்டாகிறது ?

அது மூளைக்கிருமிகளால் உண்டாகிறது ; இந்தக் கிருமிகள் கொசுக்கள் மூலமாக நம்முடைய இரத்தத்தில் கொண்டுவந்து விடப்படுகின்றன.

இதை எப்படி தடுக்கலாம் ?

கொசுக்களையும் அவைகளின் புழுக்களையும் கொல்வதனல் தடுக்கலாம்.

புழுக்கள் என்றால் என்ன ?

ஒரு சிறு கொசுவானது முட்டையைவிட்டு வெளிவந்தபிறகு, அது பூர்த்தியாய் வளர்ந்த கொசுவாக உடனே ஆய்விடுகிறதில்லை ; ஆனல், அது ஒரு விதமான புழுவாக மாறி ஜலத்தில் வஸிக்கிறது.

இதை எப்படி கொல்லலாம் ?

குடியிருப்பு வீடுகளுக்கு ஸமீபத்திலே தண்ணீர் தேங்கியிருக்கும் ஸகல குட்டைகளிலும் குழிகளிலுமுள்ள தண்ணீரை வடிப்பதனலும், வீடுகளின் சுற்றுப்பக்கங்களையெல்லாம் ஈரமில்லாமலும் துர்நாற்றமில்லாமலும் சுத்தமாகவும் வைத்திருப்பதனலும் அந்தப் புழுவைக் கொல்லலாம்.

அப்படி செய்வதனல் என்ன நன்மை உண்டாகும் ?

புழுக்கள் தண்ணீர் தேங்கியிருக்கும் குட்டைகளிலும் குழிகளிலுந்தான் இருக்கக்கூடுமாகையால் (மேலேகண்டபடி செய்கிறபக்ஷத்திலே) அந்தப் புழுக்கள் இருப்பதற்கு வேறேஇடம் கிடைக்காது; மேலும், கொசுக்கள் மறைந்திருப்பதற்கு இருட்டாகவும் அசுத்தமாகவும் உள்ள இடங்கள் கிடைக்கமாட்டா ; ஆகவே, அவைகள் இருக்காமற் போய்விடும்.

மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரத்திற்குச் சிறந்த மருந்து எது ?

சிறந்த மருந்து கொய்னு இது 5-க்ரெய்ன் கொண்ட அளவாக எல்லாத் தபாலாபீஸுகளிலும்விற்கப்படுகிறது.

அதை எப்படி சாப்பிடவேண்டும் ?

ஜ்வரம்தணிகிற வரையில் பிரதிதினமும் 5-க்ரெய்ன் கொண்ட அளவாக அதை ஜலத்திலே சாப்பிடவேண்டும். பிள்ளைகள் இதைக்காட்டிலும் சிறிய அளவாகச் சாப்பிடவேண்டும்.

கொய்னவால் உண்டாகிற பிரயோஜனமென்ன ?

அதனல் இரத்தத்துக்கு ஒருவிதமான குணவிசேஷம் ஏற்படுகிறபடியால், மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரத்துக்குக் காரணமான மூளைக்கிருமி அந்த இரத்தத்திலே நிற்க முடியாது.

வயிற்றுவலி, பேதி, சீதபேதி முதலியவை.

குடல், இரைப்பை- ஆகிய இவைகள் ஸம்பந்தமான வியாதிகள் உண்டாவதற்கு முக்கியகாரணமென்ன ?

அப்படிப்பட்ட வியாதிகளுக்கு முக்கிய காரணம் சாப்பிடத்தகாத ஆஹாரத்தைச் சாப்பிடுவதே.

அதற்கு என்ன பரிஹாரம் செய்யவேண்டும் ?

நாம் மறுபடியும் ஸௌக்கியப்படுகிறவரையிலே பல தினங்களுக்கு வெறும் சாதம், கஞ்சி, பால் ஆகிய இவைகளைப்போன்ற சுலபமாய் ஜீர்ணிக்கத்தக்க ஆஹாரத்தையே சாப்பிடவேண்டும்.

நாம் கறிபதார்த்தத்தையாவது நெய்யையாவது சேர்த்துக்கொள்ளலாமா ?

சேர்த்துக்கொள்ளவே கூடாது ? அப்படிப்பட்ட காலங்களில் அவை விஷத்துக்குச் சமானமானவையென்றே சொல்லலாம்.

சரிதான் ; ஆனல், ருசி கொடுக்கத்தக்க என்ன பொருள்களைச் சேர்த்துக்கொள்ளலாம் ?

தேஹம் மறுபடியும் ஸுகப்படுகிற வரையிலே உப்பு தவிர வேறெதையும் சேர்த்துக்கொள்ளவேகூடாது; வெறும் சாதம், பால், கஞ்சி ஆகிய இவைகளையே சேர்த்துக்கொள்ளவேண்டும்.

ஆனல், ருசிகொடுக்கத்தக்க பொருள்களில்லாமல் ஒருவன் ஆஹாரத்தை உண்ணமுடியாமற்போனல் என்னசெய்கிறது ?

எதுவரையிலும் அவன் பட்டினியாயிருக்கக்கூடுமோ அதுவரையிலும் பட்டினியாயிருப்பது அவனுக்கு நன்மையைச்செய்யும்.

அப்படிப்பட்ட விஷயங்களிலே ஏதாகிலும் மருந்து சாப்பிடவேண்டுமா ?

ஆஹாரத்தின் விஷயமாக மேலேசொன்ன விதிகளின்படி ஒருவன் நடந்துகொள்ளுகிற வரையிலே ஸாதாரணமாய் ஒரு மருந்தும் சாப்பிடவேண்டியதில்லை.

வெட்டுகாயமும், இரணமும், புண்ணும்

வெட்டுகாயத்துக்கும் இரணத்துக்கும் புண்ணுக்கும் வைத்தியம் செய்யும்போது மிகவும் முக்கியமாய்க் கவனிக்கவேண்டியவிஷய மென்ன ?

அவைகளைச் சுத்தமாய் வைத்திருப்பதே.

அது ஏன் அப்படி ?

ஏனென்றால், மேற்படி காயம் முதலியவைகளைச் சுத்தமாக வைத்திருந்தால் அவை தாமாகவே வெகு சீக்கிரத்தில் ஆறிப்போய்விடும்.

ஆனல், சில இரணங்கள் ஆறுமல் ஏன் விருத்தியடைகின்றன ?

அவைகள் சுத்தமாக வைக்கப்பட்டிராததனலேதான் அப்படி விர்த்தியாகின்றன ? ஆகவே, திறந்திருக்கும் இரணத்தின் மூலமாக மூளைக்கிருமிகள் உடம்புக்குள் போய்த் தொந்தரை உண்டாயிருக்கின்றன.

சரிதான் ; ஆனல், வெட்டுகாயங்களுக்கும் இரணங்களுக்கும் வைத்தியம் பண்ணும்போது என்னசெய்வதில் ஜாக்கிரதையாயிருக்கவேண்டும் ?

அவைகளைச் சுத்தமான ஜலத்தைக்கொண்டு கழுவி சுத்தமான துணிகளைக்கொண்டு கட்டவேண்டும்.

நமக்குச் சுத்தமான ஜலம் கிடைப்பதெப்படி ?

ஜலத்தைச் சுத்தமான துணியில் ஊற்றி வடிக்கட்டி, பிறகு அதைப் பொங்கக் காய்ச்சுவதனல் கிடைக்கும்.

ஜலத்தை வடிக்கட்டுவது போதுமா ?

போதவே போதாது ; அதைப் பொங்கக் காய்ச்சவும் வேண்டும்.

ஏன் ?

மூளைக்கிருமிகளைக் கொல்வதற்காக.

இரணத்துக்குக் கட்டுவதற்காக நமக்குச் சுத்தமான துணி கிடைப்பதெப்படி ?

துணியைத் தண்ணீரில் போட்டுப் பொங்கக்காய்ச்சி, உலருவதற்காக மேலே மாட்டி வெயிலில் தொங்கவிடுவதனல் கிடைக்கும் உலருவதற்காக அவைகளை நாம் தரையில் போடக்கூடாதா?

போடவே கூடாது.

ஏன்?

ஏனென்றால், பூமியில் அனேக கிருமிகள் இருக்கின்றன; அவை துணியில் ஒட்டிக்கொண்டு, இரணத்துக்குள் போய்த் தொந்தரை உண்டாக்கலாம்.

வேறே ஏதாகிலும் பரிகாரம் செய்யவேண்டுமா?

இரணத்தின்மேல் துணி படுவதனல் எரிச்சல் உண்டாகாதிருப் பதற்காக அந்த இரணத்தின்மேல் கொஞ்சம் நல்லெண்ணெய் தடவலாம் ; ஆனல் அந்த எண்ணெய் சுத்தமானதாயிருக்கவேண்டும்.

அது சுத்தமாயிருக்கிறதென்று நாம் எப்படி உறுதியாய்ச் சொல்லக்கூடும் ?

நாம் அந்தப்படி ஒருபோதும் உறுதியாய்ச் சொல்ல முடியாது ; ஆனல், எண்ணெயை முதலில் வடிக்கட்டி, பிறகு பொங்கக்காய்ச்சி ஒரு புட்டியில் வார்த்து ஆறவைத்தால், அதனல் கெடுதி உண்டாகாதிருக்கலாம்.

ஆகவே, இரணங்களுக்கும் புண்ணுக்கும் வைத்தியம் செய்வதற்காக என்னென்னவேண்டும் ?

சுத்தமான ஜலமும், சுத்தமான துணியும், சுத்தமான எண்ணெயும்.

வியாதிகளைத் தடுப்பது.

எந்த வியாதியையும் வரவொட்டாதபடி தடுப்பதற்கான உபாயங்களில் மிகவும் மேலான உபாயம் எது ?

பரிசுத்தம்.

உடம்பைச் சுத்தமாய் வைத்திருப்பது போதுமா ?

போதாது ; வீட்டையும் புழைக்கடையையும்கூட

உடம்பைப் போலவே சுத்தமாக வைத்திருப்பது மிகவும் முக்கியம்.

நம்முடைய வீட்டையும் புழக்கடையையும் சுத்தமாய் வைத்திருந்தால் போதுமா ?

போதாது ; அதைவிட இன்னும் முக்கியமான விஷயம் ஒன்று இருக்கிறது.

அது என்ன ?

நாம் குடிக்கும் ஜலம்.

ஏன் ?

ஏனென்றால், அனேக வியாதிகள் அசுத்தமான ஜலத்தினால் உண்டாகின்றன.

அதற்கு நாம் என்ன செய்யலாம் ?

நாம் குடிக்கும் தண்ணீர் எந்தக்குளம் அல்லது கிணற்றிலிருந்து எடுக்கப்படுகிறதோ அந்தக்குளம் அல்லது கிணற்றைச் சுத்தமாய் வைத்திருக்கும்படிக்கு, அதில் எவரும் ஸ்நானம் செய்யாமலும் துணி தோய்க்காமலும் இருக்கும்படிக்கும், அதற்குச் சமீபமாய் எவரும் எச்சில் உமியாமலும் வேறே அசங்கியம் பண்ணாமலும் இருக்கும்படிக்கும் நாம் பார்த்துக் கொள்ளலாம்.

அது போதுமா ?

இந்தக்காரியங்களில் எதையும் நாமே செய்யாதபடி நாம் இன்னும் ஜாக்கிரதையாக இருக்கவேண்டும்.

ஆனால், தொந்தரைக்கிடமான முன்னெச் சரிக்கையான ஏற்பாடுகளையெல்லாம் செய்வதனால் உண்டாகிற பிரயோஜனமென்ன ?

பிரயோஜனமென்ன வென்றாலோ, —இப்போது இந்தியாவிலே வாந்திபேதியும் மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரமும் எவ்வளவு ஸாதாரணமாய் இருக்கின்றனவோ அவ்வளவு ஸாதாரணமாக அந்த வியாதிகள் சுமார் 60 அல்லது 70 வருஷத்துக்கு முன்னமே இங்கிலாந்தில் கண்டிருந்தன.

இப்போது அந்த மாதிரி காணுவதுண்டா ?

இல்லை ; வாந்திபேதியும் மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரமும் இப்போது இங்கிலாந்தில் வெகுவாய்க் காணுகிறதேயில்லை.

அதற்குக் காரணம் என்ன ?

இங்கிலாந்திலுள்ள ஜனங்கள் - தங்களுடைய கிராமங்களில் சாக்கடைகள் மூலமாய் ஜலத்தை நீக்குவதைப்பற்றியும் அவைகளைச் சுத்தமாக வைத்திருப்பதைப்பற்றியும் தாங்கள் குடிக்கும் தண்ணீரைச் சுத்தப் படுத்துவதைப்பற்றியுமுள்ள சுகாதாரவிதிகளின்படி நடக்கக் கற்றுக்கொண்டு விட்டார்கள்.

நம்முடைய தேசத்திலும் அதே மாதிரி நடக்குமென்று நாம் எதிர் பார்க்கலாமா ?

ஆம், ஸந்தேஹமில்லாமல் எதிர்பார்க்கலாம் ; ஆனால், வெறும்பேச்சு பேசுவதிலும் (சுகாதார) வினாவிடையை உருப்போடுவதிலும் திருப்தியடையாமல் நீங்கள் அவ்விதம் செய்யவும் கஷ்டமெடுத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

நாம் என்னசெய்யவேண்டும் ?

நாம் மேலே கண்ட விதிகளின்படி நடக்கவேண்டும் ; முக்கியமாய், நம்முடைய வீடுகளையும் கிராமங்களையும் ஈரமில்லாமலும் சுத்தமாகவும் துர்நாற்றமில்லாமலும் வைத்திருக்கவேண்டும் ; மேலும், நாம் குடிக்கும் தண்ணீர் சுத்தமானதாயிருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ளுவதில் ஜாக்கிரதையாயிருக்கவேண்டும்.

மூக்குக்கண்ணாடி செய்யும் நன்மை.

மூக்குக் கண்ணாடிகள் இரண்டாயிரம் வருஷங்களுக்கு முன்புங் கூட உபயோகப் படுத்தப்பட்டுவந்தனவென்றால் அனேகர் ஆச்சரியப்படினும் படலாம். சுமார் 1800வருஷங்களுக்கு முன்னேயிருந்த உரோமச் சக்கரவர்த்தியாகிய நீரோவென்பவர் அவரது திருஷ்டி மிகவும் மந்தமாயிருந்ததால், நாடகம் கூத்து முதலியவைகளைப் பார்க்குங்காலத்தில் கண்ணாடிபோட்டுக் கொண்டு பார்ப்பது வழக்கம். இக்காலத்திலும் சிற்றெழுத்துப் புத்தகங்களைப் படிக்கிறதற்கென்று சிலருபயோகப்படுத்தும் ஒற்றைக்கண்ணாடிகள் ; 13-ம் நூற்றாண்டிற்கு முன்பே வழக்கத்திலிருந்தன. 1209-ம் வருஷத்திலோன், இரண்டுகண்களுக்கும் போட்டுக் கொள்ளும்படியான இரட்டைக் கண்ணாடிகள் கண்டு பிடிக்கப்பட்டன. இக்கண்ணாடிகளுக்கு பதிலாக ஒருவிதமான கோபேதகத்தை சூழாங்கல்லுகளாயிருக்கிற ஸ்படிகக் கல்லுகளையும் உபயோகிப்பதுண்டு. முதல் முதல் மூக்குக்கண்ணாடிகள் இத்தாலியாதேசத்தில் செய்துவந்தார்களென்று தெரிகிறது. தற்காலத்தில் கண்ணாடிபோடுவது ஒரு வழக்கத்தின்கீழ்வந்து விட்டது. கண்ணுக்கு வேண்டியிருந்தாலும் இராவிட்டாலும் இக்கண்ணாடிகளை யாவரும் உபயோகப்படுத்துகிறார்கள். இவ்வாறு மந்ததிருஷ்டிருக்கு மாத்திரமேயல்லாமல் வீண்டம்பத்திற்காகவும் கண்ணாடி போட்டுக் கொள்ளும் வழக்கம் ஸ்பெயின் சிலநாட்டுகளில் விசேஷம்.

FIRST AID IN ACCIDENTS.

அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

ஸிரைகளின் இரத்தப் பெருக்கை[1] த் தடுத்தல்:—ஏதேனும் ஸிரையிலிருந்து இரத்தப் பெருக்கு ஸம்பவித்தால், அதை நிறுத்துவதற்காக அப்பிணியாளியைப் படுக்கச் செய்து, கை கால்களில் உடுப்பு முதலிய தடைகள் இருந்தால் அவற்றை விலக்கிவிட்டு, சாகையை உயர்த்தி வைத்து, கம்பாட்டை வைத்து உற்றவாறு பந்தனமிடவேண்டும். ஸிரைகளிலிருந்து வரும் இரத்தப் பெருக்கானது தமனிகளிலிருந்து வருவதைப்போல் அவ்வளவு வேகமாயிராதாகையால், இதைத் தடுப்பதற்கு ஸ்தம்பன யந்திரம் முதலிய விசேஷமான உபகரணங்கள் தேவையிராது.

கேசநாளங்களின் இரத்தப் பெருக்கை[2] த் தடுத்தல்:—கேசநாளங்கள் என்னும் இரத்தக் கால்களிலிருந்து இரத்தம் வெளியானால் அதைத் தடுப்பதற்கு அவ்விடத்தில் குளிர்ந்த ஜலத்தை வார்க்கவேண்டும் ; பிறகு விரணத்தின்மேல் (அவசியமாயிருந்தால் ஒரு கம்பாட்டை வைத்து) கெட்டியாக பந்தனம் செய்யவேண்டும்.

நாசியிலிருந்து வரும் இரத்தப் பெருக்கைத் தடுத்தல்:—மூக்கிலிருந்து இரத்தம் பெருகுமானால், அப்பிணியாளியை உட்காரவைத்து, கழுத்தின் பின்புறத்தில் குளிர்ந்த ஜலத்தை விடவும் ; இவ்விதம் செய்து வரும்போது இரத்தம் தொண்டையினுள் சென்று அதைப் பிணியாளி விழுங்கி விடாமல் இருக்கிறாரா என்று அறிந்து, பிறகு திருப்திகரமாயிருக்குமானால் ஜலம் விடுவதை நிறுத்தி விடவேண்டும்.

புப்புஸங்களிலிருந்தோ இரைப்பையிலிருந்தோ இரத்தம் வெளிவருதல் — புப்புஸங்களிலிருந்தாகிலும், இரைப்பையிலிருந்தாகிலும் இரத்தம் வெளிவருமானால், முதலில் பிணியாளியைப் படுக்கச் செய்யவேண்டும் ; தலையணை முதலியதை வைத்து சிரஸ்ஸை உயர்த்தி வைக்கவும் ; பிணியாளி சிறிதும் அசையாமல் வெகு அமைதியாயிருக்கவேண்டும். பிறகு சிறிய பனிக்கட்டித் துண்டுகளை வாயிலிட்டு, அவற்றைச் சப்பவோ விழுங்கவோ சொல்லவும். ச்வாஸப் பைகளிலிருந்து வரும் இரத்தம்[1] நல்ல சென்னிறமாயிருக்கும் ; அதுவே இரைப்பையிலிருந்து வரும்போது[2] ஒருவாறு கருப்பாயிருக்கும். (அதாவது காப்பித்தூள் நிறமாயிருக்கும்.)

---

1. ஸிரைகளின் இரத்தப் பெருக்கு — வீனஸ் ப்ளீடிங் (Veouns bleeding.)

2. கேசநாளங்களின் இரத்தப் பெருக்கு-கேபிலெரி ப்ளீடிங் (Capillary bleeding.)

3. ச்வாஸப் பைகளிலிருந்து வரும் இரத்தப் பெருக்கு க்ஷதகாசம் (Haemoptysis) எனப்படும்.

4. இரைப்பையிலிருந்து வரும் இரத்தப் பெருக்கு ரக்தவமனம் (Haemalemesis) எனப்படும்.

அஸ்த்திபங்கங்களும்[1] அவற்றின் சிகித்ஸைகளும்.

அஸ்த்திபங்கத்தின் அர்த்த நிருபணமும் காரணங்களும்:—ஏதேனும் எலும்பு ஒடிந்துபோனால் அது "அஸ்த்திபங்கம்" என்று வழங்கப்படும். (1) வெளியில் ஏதாவது பலமான அபிகாதம் அல்லது அடிபடுவதால் அஸ்த்திபங்கம் உண்டாகக்கூடும் ; இந்த அபிகாதம் நேருக்கு நேராகவோ, மற்றொன்றின் மூலமாகவோ ஏற்படலாம் ; தப்பாக்கி ரவை முதலியது பாய்ந்தோ, சக்கிரம் முதலியது மேலேறியோ அபிகாதமுண்டான இடத்திலுள்ள எலும்பு சிதைவுண்டு ஒடிந்துபோனால் அது நேராக உண்டான அபிகாதம் என்று கூறப்படும் ; ஒரு கனமான வஸ்து திடீரென்று ஏதேனும் ஒரு அவயவத்தின்மேல் தாக்க, அவ்விடத்தில் நேராக அடிபட்டு எலும்பு முறிந்து, அதற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட பக்கத்து எலும்பு ஏதாவது ஒடிந்து போதல் ; அதாவது—புஜ எலும்பின்மேல் அபிகாதம் நேரில் உண்டாயிற்று ; அந்த அபிகாதத்தின் வேகத்தினால் அதற்கு ஸம்பந்தப்பட்டுள்ள அக்ஷகாஸ்த்தியும் ஒடிந்து விடலாம் ; இங்கு அக்ஷகாஸ்த்தி (Collar bone) ஒடிந்ததற்கு அதன்மேல் நேராக அடிபடாமலே, மற்றொரு அஸ்த்திக்கு உண்டான பலமான அபிகாதமே அதிர்ச்சியின் மூலமாய் காரணமாயிற்று. (2) மாம்ஸ பேசிகள் என்னும் தசைநார்களின் செயலாலும் அஸ்த்திபங்கம் ஸம்பவிக்கக்கூடும் ; திடீரென்று ஒரு மாம்ஸபேசி பலமாகச் சுருங்கினால், அது ஒரு எலும்பு முறிவதற்குக் காரணமாவதுண்டு ; ஒருவன் எழும்பிக் குதிக்கும்போது, வேகமாக மாம்ஸ பேசிகள் தற்செயலாய்ச் சுருங்குவதால், எலும்பு முறிந்துவிடக்கூடும் ஜாநுவஸ்த்தியென்னும் முழங்கால் எலும்பு உடைந்துபோவது இதற்கு திருஷ்டாந்தமாகலாம்.

பலவகையான அஸ்த்திபங்கங்கள்:—(1) ஸாதாரண அஸ்த்திபங்கம், (2) ஸங்கிபாதாஸ்த்திபங்கம், (3) துண்டுகளான அஸ்த்திபங்கம், (4) சிக்கலான அஸ்த்திபங்கம், (5) ஆர்த்ராஸ்த்திபங்கம், (6) விஷமாஸ்த்திபங்கம் என்று ஆறு வகைப்படும்.

(1) ஸாதாரண அஸ்த்திபங்கம்[2]:—அஸ்த்திபங்கம் ஸாதாரணமானதாயிருந்தால், அதில் ஒரு எலும்பு இரண்டாக ஒடிந்திருக்கும் ; ஒடிந்த முனைகளால் சுற்றுப்பக்கத்திலுள்ள எப்பாகத்துக்கும் எவ்வித கெடுதியும் ஸம்பவித்திராது.

---

1. அஸ்த்திபங்கம்—Fracture.

2. ஸாதாரண அஸ்த்திபங்கம்—ஸிம்புள் ப்ராக்சர் (Simple fracture.)

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

யானைக்கற்றாழை.

இச்செடி இந்தியா முடியவும் அனைவருக்கும் தெரிந்தது. இதை ராகாசி என்றும் கூறுவதுண்டு. இது வெகு வேகமாகவும் விஸ்தாரமாகவும் எங்கும் செழித்து வளரும்.

இதன் வேர் மூத்திரரேசகம் (diuretic), சமரம் (alterative) என்னும் குணங்களையுடையது. (1) இதை கஷாயம் காய்ச்சி அவ்வித செய்கைகளுக்காக உபயோகிப்பதுண்டு; அரைப்படி ஜலத்திற்கு நான்கு பலம் வேர் வீதம் சேர்த்து, நான்கில் ஒரு பங்காக வற்றும்படி கஷாயம் காய்ச்சியெடுக்கவும். முதிர்ந்து போன உபதம்சரோகத்தில் (Syphilis) இக்கஷாயத்தை உபயோகிக்கலாம். (2) ராகாசி மட்டையை மெல்லிய செதில்களாக அறுத்து, சூடும் வலியும் அதிகரித்த வீக்கங்களின்மேல் போட்டலிகையாக (Poultice)க் கட்டி வருவதால், பிணியாளிக்கு மிகவும் ஸௌகர்யம் உண்டாகும்; சில ஸமயம் ஸாதாரண சுளுக்கு முதலிய வீக்கங்கள், இதை நாலைந்து முறை உபயோகித்ததும், முற்றிலும் நிவர்த்தியானதாகக் காணப்பட்டிருக்கிறது.

சேமைக்கிழங்கு.

இது இந்தியாவிலேயே விசேஷமாய் ஆற்றோரங்களில் பயிராகும் ஒரு பூண்டு. இதற்கு மரங்களைப் போலாவது, வேறு செடிகளைப்போலாவது கனமான அடித்தண்டு கிடையாது. இதன் இலைகள் செழித்துப் பெரிதாக வளரும்; சிறிது நசுக்கினால் கையில் ஒட்டிக்கொள்ளும்.

(1) இதன் தாள்களை இடித்துப் பிழிந்தெடுக்கும் சாற்றுக்குத் துவர்ப்பான கஷாயரஸம் விசேஷமாயுண்டு; ஆகவே, பெரிய இரத்தக் குழாய்களிலிருந்து ஸம்பவிக்கும் இரத்தப் பெருக்கைத் தடுக்க இதை உபயோகிப்பார்கள். (2) சில விரணங்கள், இதை ஒரு முறை மேலே பிரயோகிப்பதாலேயே ஆறிவிடும் என்றும் சில அநுபவசாலிகள் கூறுகின்றனர். (3) காதில் சீழ்வடிந்தாலும், குத்தல் வலியுண்டானாலும் இதன் சாற்றை ஊற்றுவதும் நலம். (4) சில கிரந்திகளின் வீக்கத்தில் சேமைத்தாளையாவது, கிழங்கையாவது சிறிது உப்பையும் சேர்த்து அரைத்துக்கட்டினால், அவ்வீக்கம் சீக்கிரம் கரைந்து விடுவதுண்டு; அதாவது வெள்ளை மேஹத்திலும், தொடையிடுக்கிலுண்டாகும் கிரந்திகளின் வீக்கத்திலும், கண்டமாலை முதலியதிலும் இதை உபயோகிக்கலாம். (5) இதன் தண்டை சமையல் செய்து சாப்பிட்டுவந்தால், பல ஹீனர்களுக்கு நல்ல போஷணையுண்டுபண்ணும்.

காஸீஸாதி தைலம்.

அன்னபேதியை முக்கியமாயுடைய தைலம் "காஸீஸாதி தைலம்" என்று சொல்லப்படும். இதில் அன்னபேதி, நீர்த்திப்பிலி, திப்பிலி, அலரிவேர், கோஷ்டம், சுக்கு, மனச்சிலை, சித்திர மூலம், வாய்விடங்கம், இந்துப்பு, சேபானம், பீர்க்கம் விதை, தாளகம், நாக கேஸரம், ஆடாதோடை என்னும் இச்சரக்குகள் சேருகின்றன. இத்தைலத்தை மூல முளைகளில் தடவி வந்தால், அவை நிவர்த்தியாவதாகக் கூறப்பட்டிருக்கிறது. சில அர்சோரோகிகளுக்கு (மூலரோகிகள்) இதை அவ்விதம் செய்து வந்ததில் நல்ல குணமுண்டாயிற்று. இத்தைலத்தில் அலரி, மனச்சிலை தாளகம் இம்மூன்றையும் விலக்கி மற்றவைகளைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்தால், உள்ளுக்கும் கொடுக்கலாம். எட்டு துளிகள் வெந்நீரிலேயில் விட்டு மடித்து மென்றுவிடலாம். தினத்திற்கு இரண்டு மூன்று வேளை உட்கொள்வதோடு, மூல முளைகளிலும் தடவி வருவதால் சீக்கிரம் குணமுண்டாகும். இத்தைலத்தைப் பக்குவம் செய்யும் முறை முதலியவற்றின் விவரத்தை, "வைத்திய கலாநிதி" ஆபீஸில் தமிழில் வெளியாயுள்ள சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் காணலாம்.

வெள்ளரியும் பொட்டிலுப்பும்.

கொண்ட ஸமுத்திரத்திலிருந்து மிஸ்டர் இராகவேந்திரராவ் என்னும் வைத்தியர் அடியில் வருமாறு நமக்கு எழுதுகிறார்:—

சுமார் 42-வயதுள்ள ஒரு சோகைப் பிணியாளி சென்ற மாஸத்தில் (ஜூன்) என்னிடம் சிகித்சைக்கு வந்தான். அவன் கைகால்கள் ரொம்பவும் வீங்கியிருந்தன; வயிறு தளதள வென்று வீங்கி அசைந்துகொண்டிருந்தது; தாடைகள் அதைத்துத் தொங்கிக்கொண்டும், மார் எலும்புகள் மட்டும் வெளிப்படையாகத் தெரிந்துகொண்டும் இருந்தன. ஜலம் நன்கு இறங்காமல் இவ்வாறு அவஸ்தைப் பட்டுக்கொண்டிருந்தான். இவனுக்கு மண்டூரம் கொடுத்து வந்தேன்; அப்போதைக்கப்போது வாளம் சேர்ந்த மருந்தை விரேசநத்திற்காகவும் உபயோகித்து வந்தேன். இவற்றில் குணம் ஒன்றும் உண்டாகவில்லை. நாளுக்கு நாள் அவனுக்கு பலஹீநம் மாத்திரம் அதிகரித்து வந்தது. பிறகு எனது குரு ஒருவர் சொல்லிக் கொடுத்திருந்த ஸாதாரண முறையை உபயோகித்துப் பார்ப்போம் என்று ஆரம்பித்தேன். வெள்ளரி விதையை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து வைத்துக்கொண்டு, அதில் சுமார் கால்பலம் எடை யெடுத்து, அத்துடன் பெட்டிலுப்பை நாலில் ஒரு பங்காகச் சேர்த்து, தினம் ஒன்றுக்கு ஐந்தாறு தடவை வீதம் கொடுத்து வந்தேன். உப்பும், புளிப்பும் உணவுகளில் சேர்க்காமல், பால், மோர் முதலியவற்றைச்சேர்த்துக்கொண்டு அன்னத்தைத் திரவமாக உபயோகித்து வரச்செய்தேன். இவ்வாறு செய்து வந்ததில் இருபது நாளில் பிணியாளியின் வீக்கங்கள் வாடின. பிரதிதினமும் ஜலம் வெகு தாராளமாய் இறங்கி வந்தது. பிறகு பலம் வருவதற்காகவும், இரத்தம் விருத்தியாவதற்காகவும் மண்டூர வடிநரமும், பில்வாதி லேஹ்யமும் கொடுத்து வந்தேன். பிணியாளி ஒருவாறு ஸௌக்கிய மடைந்திருக்கிறான்.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ விஞவிடைகள்.

விஞ - 47. அடிக்கடி ஜலம் இறங்குதல்.

"ஐயா,

இறவில் 6, 8, அல்லது 10 தடவை எனக்கு ஜலம் இரங்குகிறது. அது, மர்மஸ்தாநத்தின் ஆரம்ப பாகத்தில் உட்புறமாயுள்ள ஒருவித கிரந்தியின் (Prostate gland) வீக்கத்தினால் உண்டான கோளாறு என்று சில வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயப் படுகிறார்கள்; ஆகவே சஸ்திர சிகித்ஸை செய்து அந்தக் கிரந்தியை எடுத்து விடவேண்டும் என்கிறார்கள். எனக்கு மர்மஸ்தானத்திலாகட்டும், அதன் சுற்றுப்புறத்திலாகட்டும் ஒருவித வலியாவது, நீரடைப்பாவது சிறிதும் இல்லை. இரண்டு மணிக்கு ஒரு தடவையோ, சில ஸமயம் ஒரு மணிக்கு ஒரு தடவையோ படுக்கையிலிருந்து எழுந்து விடவேண்டியிருக்கிறது. தகுந்த நித்திரையும் இல்லாமல், அடிக்கடி விழித்துக்கொண்டு வெளியில் போய் வருவது, இராக்காலங்களில் மிக்க அஸௌகர்யமாயிருக்கிறது. இதற்கு நான் என்ன செய்யலாம் என்பதை தயவு செய்து வைத்திய கலாநிதியின் மூலமாய் அறிவிக்கும் படி கேட்டுக்கொள்கிறேன்."

J. பராங்குசம்.

விடை:—மர்மஸ்தானத்தின் மூலக்கிரந்தி வீங்குவதால் ஜலம் அதிகம் இறங்கக்கூடு மென்பது வாஸ்தவமே; ஆனால் அதைவிட, முக்கியமாக வாதவிகாரத்தினால் (nervousness) ஏற்ற போஷணையின்மையினால் உண்டாகக்கூடிய கோளாறுகளால் ஜலம் அடிக்கடியும் இறங்குவது ஸஹஜமே. சஸ்திர சிகித்ஸையினால் இவ்வியாதி அரிதாய் நிவ்ருத்தியாகலாம்; ஆனால், கிரந்தி வீங்கியிருக்கு மென்று பிராந்தியினாலும் சிலர் யோசனையின்றி கிரந்தியை (அது இயற்கை நிலைமையிலிருந்தும்) சஸ்திரத்தினால் அப்புறப்படுத்தி விடலாம் என்றும் கூறுவர். ஸாதாரணமாய் வாத தோஷம் மேலிட்ட மனிதருக்கு, வ்ருக்கங்களில் (Kidneys) ஒருவித அழற்சியும் ஸம்பவிப்பதுண்டு. மாம்ஸாஹாரம் சிறிதும் உபயோகிக்காமலும், காப்பி முதலிய பானவகைகளில் எதையும் மிதமிஞ்சி உபயோகிக்காமலும் சாகாஹாரங்களை வேளை தவறாமல் யுக்தமான அளவில் சாப்பிட்டுவர வேண்டும். ப-ர்.

விஞ-48. கழுத்துவலி.

"ஐயா,

(1) கழுத்துப் பின்புறத்தில் ஒரு பாரிசத்திலோ, சில ஸமயம் இரண்டு பாரிசத்திலுமோ வலிப்பு உண்டாய், கழுத்தை மடக்கவும் முடியாமல், நிமிர்த்தவும் முடியாமல் கஷ்டப்பட வேண்டி நேரிடுகிறது; அதற்குக் காரணம் என்ன? (2) அதற்கு என்ன பரிஹாரம்?"

R. S. ஹரிஹர ஐயர்.

விடை:—(1) மிகவும் உயரமான தலையணையிலாவது, அதிக தாழத்திலாவது சிரஸ்ஸை வைத்துக்கொண்டு படுப்பது, சீதளமான காற்றில் உடம்பை மூடாமலே ஸஞ்சரிப்பது, பளுவான சுமைகளை முரட்டுத்தனமாகத் தூக்கிச் சுமந்துபோவது, ஜலதோஷம் கடுமையாகப் பிடிப்பது, வாயு என்னும் நரம்பு ஸம்பந்தமான கோளாறு இவைகளில் ஏதாவது ஒன்று கழுத்துச் சுளுக்கு அல்லது வலிப்புக்குக் காரணமாகும்; (இதற்கு மந்யாஸ்தம்பம் என்று பெயர்.) (2) சிகித்ஸை:—கழுத்திலுள்ள மாம்ஸ பேசிகளில் (muscles) இரத்தம் நன்கு பரவும்படி அவ்விடத்தில் உஷ்ண ஜலத்தை விட்டுத் தேய்த்துப்பிடிக்கவும்; மேலே நாம் குறிப்பிட்டுள்ள காரணங்களை விலக்கி விடவும்; ஏதாவது கம்பிளியினாலோ, கனமான வஸ்திரத்தினாலோ கழுத்தைச் சுற்றி வைக்கவும். வலிப்பு நிவ்ருத்தியாகும் வரையில் குளிர்ந்துபோன எவ்வுணவையும் உபயோகிக்கக்கூடாது.—ப. ர்.

விஞ-49. விடங்காரிஷ்டம்.

'ஐயா,

(1) "விடங்காரிஷ்டம்" என்னும் ஔஷதத்தில் என்னென்ன வஸ்துக்கள் எவ்வளவு பிரமாணத்தில் சேர்க்கவேண்டும்? (2) இது மேஹரோகங்களில் உபயோகிக்கக்கூடிய சிறந்த ஔஷதம் என்று ஒருவர் சொன்னார்? அது வாஸ்தவந்தானா?"

கே. சிவசுப்ரம்மண்ய சாஸ்த்ரி.

விடை:—(1) வாய்விடங்கம், கிரந்திதகரம், சிற்றரத்தை, வெட்பாலரிசி, இலவங்கப்பட்டை, ஜாதிக்காய், வட்டத்திருப்பி, சிற்றேலம், நெல்லிக்கனி இவை ஒவ்வொன்றும் 5 பலம்; 16-படி ஜலத்தில் இவற்றைச் சேர்த்து கஷாயமிடவேண்டும்; எட்டில் ஒரு பங்காகச் சுண்டவைத்து, ஆறிய பின்பு, 300-பலம் தேன், 20-பலம் ஆரைப்பூ, 2-பலம் த்ரிஜாதகம் (அதாவது ஏலக்காய், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி), ஞாழல்-நாககேஸரம், வெள்ளிலோத்தி ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பலம், த்ரிகடு தனித்தனி எட்டு பலம் இச்சரக்குகளை சூர்ணம் செய்து கல்கமாகச் சேர்க்கவேண்டும். (2) மேஹரோகங்களில் விடங்காரிஷ்டம் குணந்தரக்கூடியதே. அதாவது அச்மரீ யென்னும் மூத்திரமார்க்கத்திலுண்டாகும் கல்போன்ற வஸ்து அடைபடுதல், அதிக அளவாக மூத்திரம் இறங்குதல் இவற்றில் உபயோகிக்கக்கூடியதே; குதத்திலுண்டாகும் பகந்தரம் என்னும் பிளவையிலும் இதை உட்கொண்டு வருவதுண்டு; வித்ரதி யென்னும் சீழ்க்கட்டியினாலும், கண்டமாலையினாலும் துன்பப்படுபவருக்கும் விடங்காரிஷ்டம் உபயோகிக்கத்தகுந்தது.—ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

வெயிலுக்குள்ள வியாதி நிவாரண சக்தி.

சூர்ய ரச்மி அநேகம் வியாதிகளை நிவாரணம் செய்யக்கூடியது என்று வெகுநாட்களாகவேநமது தேசத்து சாஸ்திரஞ்ஞரும் கூறிவருகின்றனர். அது கண்களுக்குப்பிரயோகிக்கப் படுவதென்னும் விஷயம் பட்டும் முற்றிலும் நூதனமானது. நேத்திர சிகித்ஸையில நிபுணரான நியூயார்க் நகரத்து சாஸ்திரஞ்ஞர் சிலர், சூர்யகிரணங்களை திருஷ்டியனுள் செலுத்தி சில வியாதிகளைப்போக்கியதாக டாக்டர் லாய்மெக் ஆபீ (Dr. Loy Mc Afee) என்பவர் "பிஸிகஸ் கல்சர்" என்னும்பத்திரிகையில் ஒருவியாஸம்எழுதியிருக்கிறார். இதைப் பிரயோகித்துக்கொள்ளும் பிணியாளிக்கு மட்டும் நல்ல மனோதைர்யம் வேண்டும். திருஷ்டியில் குறைவு நேரிட்டிருந்த ஒரு ஸ்த்ரீக்கு, சூர்யகிரணங்களை ஒரு கேந்தரத்தில் சேர்த்து, நேத்திரத்தினுள் செலுத்தியதில் இரண்டுமணிநேரம் அந்த ஸ்த்ரீ முற்றிலும் குருடாக இருந்தாள். பிறகு அவளுக்கு கிரமமாக திருஷ்டியின் சக்தி விருத்தியாய் வந்தது; பிறகு குறிப்பிடக்கூடியவாறு விசேஷ ஸௌக்கியம் உண்டாகவில்லை. ஆகிலும் அவள் பயப்படாமல் மறுநாள் மீண்டும் அதைப் பிரயோகித்துக்கொண்டாள்; கண் பார்வை முதல்நாள் இருந்ததைவிட விருத்திமுகம் காட்டிற்று. அவ்வாறே சில வாரங்கள் சூர்ய ரச்மிகளை நேத்திரத்தினுள் உபயோகித்து வந்ததில், கண்ணிலிருந்த குறைகள் யாவும் நீங்கிவிட்டன. என்று அந்த டாக்டர் விஸ்தாரமாய் எழுதியிருக்கிறார்.

பற்களில் இணைத்து எழுதும் கருவி.

பெர்லின் நகரத்திலுள்ள மிஸ்டர் J. க்ருயென்பெர்க் (J. Gruenberg) என்பவர் மிகவும் ஸாமர்த்தியமாக ஓர் எழுதுங்கருவியைக் கண்டுபிடித்திருக்கிறார். பார்சவவாயுவினால் கை ஸ்வாதீனமில்லாமற் போனவர்களும், கை அறுப்பட்டவர்களும் எழுத வேண்டுமானால் இக்கருவி அவர்களுக்கு மிகவும் உபயோககரமாயிருக்கும். இக்கருவியை கீழ்வாய்ப்பற்களில் இணைத்து ஒரு வடத்தினால் தலையிலும் பிணைத்துக் கட்டிவிட்டால், கீழ்வாயையும் தலையையும் அசைத்துக்கொண்டே எழுதிவரலாம். கொஞ்சம் திறமையுள்ளவர்கள் இதைக்கொண்டு வெகு சீக்கிரத்தில் விஷயங்களை நன்றாக எழுதிவிடலாம். இவ்வாறு "ப்ராக்டிகல் மெடிஸின்" என்னும் பத்திரிகை கூறுகிறது.

வாழைச்சாற்றால் ஸர்ப்பந் தீண்டியவன் ஸுகமடைந்தான்.

ஸர்ப்பவிஷத்திற்கு வாழைச்சாறு சிறந்தௌஷதம் என்று ஏற்கனவே "வைத்திய கலாநிதியில்" இரண்டொரு முறை கூறியிருக்கிறோம். இப்பொழுது ஸமீபத்தில் ஸிராம்பூரில் நெசவுக்கலாசாலையின் ப்ரின்ஸிபாலான மிஸ்டர் E. ஹாஜ்வெர்ப் என்பவருடைய வேலைக்காரனுடைய காலில் ஒரு ஸர்ப்பந் தீண்ட, இவ்விஷயம் அந்த ப்ரின்ஸிபாலுக்குத் தெரியவந்தது. அவர் தன்னுடைய அவ்வேலைக்காரனை வரவழைத்து, காலில் கடித்த விடத்திற்கு எட்டு அங்குலம்மேலே திடமாக நூற்கயிற்றால் கட்டி, கடித்த விடத்தைக் கீண்டு இரத்தம் தாராளமாகக் கசிந்து வெளியாகும்படி, பொடாஸியம் பெர்மாங்கனேட் என்னும் சரக்கைக்கொட்டு நன்றாகக் கழுவினார். பிறகு வாழைமரச் சாற்றை ஒரு கோப்பை நிரம்பவும் பிழிந்தெடுத்து அவனைக் குடிக்கச்செய்தார். அப்பால் சிறிது தூரம் நடந்துவரச் செய்ததில் ஸர்ப்பந் தீண்டியதாலுண்டாகும் கெடுதிகள் ஒன்றும் ஸம்பவிக்கவில்லை. அவன் இப்பொழுது ஆரோக்கியநிலைமையில் இருந்துவருகிறான்—Practical Medicine.

காடிக்காரமும் சிரங்கும்.

வென்னீர் தண்ணீர் கசியும் ஸாதாரண சிரங்கின் மேல் (அதிக இடத்தில் பரவாதிருந்தால்) காடிக்காரத் திராவகத்தைத் தடவினால் வெகு சீக்கிரத்தில் சிரங்கு நிவிருத்தியாகும் என்று ஒரு வைத்தியப்பத்திரிகை கூறுகிறது.

பருக்களுக்கு எளிதான ஔஷதம்.

பருக்களை வேருடன்களைவதற்கு அவற்றின்மேல் உபயோகிப்பதற்கு கந்தகம் மிகவும் நல்ல பயன்தரக்கூடிய ஔஷதம். அதை சூர்ணம் செய்தும், களிம்பாகச் செய்தும், ஜயநீராகப் பக்குவம்செய்தும் எவ்வித முறையிலாவது பிரயோகிக்கலாம்.

ஜப்பானியர் அம்மைகுத்தும் முறை.

இன்றைக்கு 40-வருஷம் முதற்கொண்டே ஜப்பானியர்கள் கையில் அம்மைகுத்தும் வழக்கத்தைப் பின்பற்றுகின்றனர். அதற்கு முன்பெல்லாம் மூக்கு மூலையிலேயே அம்மைகுத்துவது வழக்கமாம்.

களகண்டத்திற்கு சிகித்ஸை.

புட்டாளம்மை என்று சொல்லப்படும் களகண்ட ரோகத்தில் ஐந்து க்ரைன் ஸோடியம் பைகார்பனேட் ஐந்து க்ரைன் ஸோடா ஸலிஸிலேட் இவற்றைக் கலந்து, தினத்திற்கு மூன்றுவேளை வீதம் உட்கொள்ளக் கொடுத்து வரலாம்.—The od quarterly Therapeutics.

பேயா முதலிய இலகுவான உணவுகளை உபயோகிப்பதாலான பயன்.

மிகவும் ஸூக்ஷ்மமான நெருப்பானது உலர்ந்த சிறிய புற்களாலும், உலர்ந்த சாணங்களாலும் மற்றும் விராகு முதலியவற்றாலும் தூண்டப்பட்டு விருத்தியாய் பெரியதாகவும், நிலைநின்று ஜ்வாலைவிட்டு எரியக்கூடியதாகவும், எல்லாப் பொருட்களையும் எரித்துவிடத் தகுந்தவாறு அவ்வளவு மஹத்தாகவும் கிரமமாக ஆய்விடுவது போலவே, வமநாதிகளால் சுத்தியான மனிதனுடைய மந்தநிலைமையிலுள்ள ஜாடராக்னியும் பேயா முதலிய உணவுவகைகளால் கிரமமாகப்பெரிதும் விருத்தியாய், ஸ்த்திரப்பட்டு, அப்பால் எவ்வித உணவையும் ஜீர்ணம்செய்யக் கூடியவாறு அவ்வளவு விசேஷமான பலத்தையும் பெற்றுவிடும். 30.

வமந விரேகங்களில் உத்தம-மத்திம-ஹீந யோகங்கள்.

வமந சிகித்ஸையில் நான்குமுறை வாந்தியானால் அது 'ஹீநவேகம்' என்றும், ஆறுமுறை வாந்தியானால் அது 'மத்திமவேகம்' என்றும், எட்டுமுறை வாந்தியானால் 'உத்தமவேகம்' என்றும் கருதப்படும். விரேசநத்தில் பத்துமுறை மலங்கழிந்தால் 'ஹீநவேகம்' என்றும், இருபது முறையானால் 'மத்திமவேகம்' என்றும், முப்பது முறையானால் 'உத்தமவேகம்' என்றும் கருதப்படும். மேலும் வமநத்தில் வெளிவரும் தோஷம் ஒரு ப்ரஸ்த்தம்[1] கொண்டதானால் அது 'ஹீநயோகம்' என்றும், இரண்டு ப்ரஸ்த்தமானால் 'மத்திம யோகம்' என்றும், நான்கு ப்ரஸ்த்தமானால் 'உத்தம யோகம்' என்றும் கூறப்படும். விரேகத்திலும் இந்த அளவு இவ்விதமானதே. 31.

வமந-விரேசந யோகங்களின் அளவுகளைப் பற்றிய விசேஷ விதி.

வமந சிகித்ஸையைச் செய்துவருகையில் பித்தம் எப்பொழுது வெளியாகிறதோ, அதையே வமநத்திற்கு முடிவாகக் கூறுவர்; மேலும் அளவிலும் விரேசநத்தில் வெளியாகும் தோஷத்திலும் வமநத்தில் வெளிவருவது அரைப்பங்குதான் இருக்கவேண்டும்.[2] விரேகத்திலோ கபம் வெளியாவதே அதன் முடிவைத் தெரிவிப்பதாகும். 31½.

விரேக-வமநங்களில் முதலில் சில வேகங்களுக்கு எண்ணிக்கையிலிருந்து விலக்கு.

விரேகத்தில் மலத்துடன் கூடிய இரண்டு மூன்று வேகங்களை விலக்கி,[3] அதற்குமேல் உண்டாகும் வேகங்கள் முதற்கொண்டு எண்ண வேண்டும். வமநத்திலோ, வாந்தியாவதற்காக உட்கொண்ட ஔஷதம் முற்றிலும் வெளியாகும் வரையில் வேகங்களை எண்ணாமல், அதற்குப் பிறகு வெளியாகும் வேகம் முதற்கொண்டே எண்ணவேண்டும். 32.

இரண்டு வேளைகளிலும் உபயோகிக்கவேண்டும்; இவ்வாறு மாம்ஸரஸமும் மூன்று வேளை உபயோகிக்கப்பட்டதாகிறது. பிரதானசுத்தி முறைப்படி சுத்தியடைந்தவனுக்கு பேயாமுதலியவைகளை தனித்தனியே மூன்று வேளை கொடுக்கும் வகை இவ்வாறு விவரிக்கப்பட்டது மத்தியசுத்தி முறைப்படி சுத்தமானவன் அதே கிரமமாக பேயா முதலிய ஐந்துவிதமான ஆஹாரங்களையும் இரண்டு இரண்டு வேளை வீதம் எடுத்துவரவேண்டும். ஹீநசுத்தி முறைப்படி சுத்தமானவன் பேயாதிகளை ஒவ்வொரு வேளையும் உபயோகிக்கவேண்டும். [பேயா, விலேபீ இவ்விரண்டையும்பற்றிய விவரங்களை 47-வது பக்கத்தில் டிப்பணியில் பார்க்க. அரிசி முதலிய சிலவற்றையெடுத்து, பதினான்கு பங்கு ஜலத்தில் சேர்த்து பக்குவம் செய்து குழம்புபோல் வந்தபிறகு எடுத்துக்கொள்ளவும்; இவ்வாறு தயாரான கஞ்சி "யூஷம்" எனப்படும். இந்த யூஷத்திலேயே சுக்கு முதலியதைப் பொடித்துச் சேர்த்து பக்குவம் செய்தால் அது "பக்வ யூஷம்" அல்லது "ஸம்ஸ்கிருத யூஷம்" எனப்படும்.]

1. ப்ரஸ்த்தம்—பதினாறு பலங்கொண்ட ஓர் அளவு.

2. இங்கு முதலிற் கூறியது வேக எண்ணிக்கையையும், இரண்டாவது கூறியது வெளியாகும் தோஷங்களின் அளவையும் குறிப்பிடுகின்றன.

3. மலத்துடன்கூடிய விரேகம் என்பதால் முதலில் வெளியாவது சுத்த நீராக இல்லாமல் மலத்துடன் கூடியிருப்பது இயல்பென்று கூறியிருப்பதால் பிறகு வெளியாவது மல ஸம்பந்தமில்லாமல் திரவமான தோஷங்களாயிருக்குமென்று அறிக.

வமநத்தின் பின் விரேகம் செய்ய வேண்டிய முறை.

அப்பால் முறைப்படி இவ்வாறு நன்கு வாந்தி செய்வித்தவனுக்கு, மறுபடியும் ஸ்நேஹ சிகித்ஸை-ஸ்வேத சிகித்ஸைகளால் ஸம்ஸ்காரம் செய்துவைத்து, கபம் விருத்தியாவதற்கு அநுகூலமான காலம் கழிந்துவிட்டதும், பிணியாளியின் குடலுக்குள்ள சக்தியைப் பகுத்தறிந்து யுக்தப்படி நன்றாக விரேக சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும். 33.

மிருது கோஷ்டமும் அதன் தன்மையும்.

பித்தம் அதிகரித்திருந்தால், அது மிருது கோஷ்டம் எனப்படும். அவ்வித குடலுள்ளவர் பாலைப் பருகினாலும் விரேசநம் எளிதில் ஆய்விடும். $33\frac{1}{2}$.

க்ரூர கோஷ்டமும் அதன் தன்மையும்.

வாயு குடலில் அதிகரித்திருந்தால் அது க்ரூர கோஷ்டம் என்று சொல்லப்படும்; சிவதைவேர் முதலானவைகளாலும் அவனுக்கு விரேசநம் ஆவது வெகு கஷ்டம். 34.

வாத-பித்த-கபங்களில் விரேசங்களில் விரேசகுணமுள்ள வஸ்துக்கள்.

பித்த ஸம்பந்தமான வியாதியில் துவர்ப்பும் இனிப்பும் உள்ள வஸ்துக்களாலும், கபரோகத்தில் கடுரஸமுள்ளவைகளாலும், வாதரோகத்தில் ஸ்நிக்தமும் உஷ்ண வீர்யமும் இவணரஸமும் அடங்கிய பதார்த்தங்களாலும் விரேசநம் செய்விக்கவேண்டும். $34\frac{3}{4}$.

ஔஷதமுபயோகித்தும் விரேசநம் ஆகாவிட்டால் செய்யுமுபாயம்.

விரேசநத்திற்காக ஔஷதங்களை உபயோகித்தும் விரேசநம் ஆகாமற்போனால், வெந்நீரை உட்கொள்ளச் செய்யவேண்டும்; கையில் சூட்டை யுண்டாக்கி, அச்சூட்டுடன்கூடிய கையினால்வயிற்றின்மேல் ஒற்றடம் கொடுக்கவும். 35, $35\frac{1}{2}$.

விரேசநம் அற்பமாயிருந்தால் மீண்டும் செய்யவேண்டிய உபாயம்.

விரேசநத்திற்காக ஔஷதப் பிரயோகம் செய்த தினத்தில், விரேசநம் சொற்பமாக ஆனால், அன்றையதினம் உணவைப் புஜித்து, மறுநாள் மீண்டும் விரேசநத்திற்காக ஔஷதமுட்கொள்ளவேண்டும். 36.

கோஷ்டம் நன்கு ஸ்நிக்தமாகாத நிலைமையில் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை.

குடல் நன்றாக ஸ்நிக்தமாகாத பிணியாளியானவன், ஸ்வேதங்களாலும், ஸ்நேஹங்களாலும் தேஹத்திற்கு ஸம்ஸ்காரம் செய்துகொண்டு, பத்து நாட்கள் கழித்து, முன்னால் கூறப்பட்டுள்ள கிரமத்தை அனுஸரித்து[1] நன்கு ஆலோசனைசெய்து முறைப்படி தயார்செய்த விரேக ஔஷதத்தை உட்கொள்ளவேண்டும். 37, $37\frac{1}{2}$.

விரேகத்தின் அயோகக் குறிகள்.[2]

மார்பினுள்ளும் வயிற்றினுள்ளும் நன்கு சுத்தியாகாத உணர்ச்சி, அரோசகம், கபம், பித்தம் இவை கிளர்ச்சியடைதல், அரிப்பு, அழற்சி, கட்டிகள், பீநஸம், வயிற்றில் வாயுவும் மலமும் கட்டிப்போதல் என்னும் இவை விரேகம் நன்றாக நிறைவேறாததன் அறிகுறிகளாம். 38, $38\frac{3}{4}$.

விரேசநத்தின் ஸம்யக்யோக லக்ஷணங்கள்.[3]

முற்கூறிய அயோக லக்ஷணங்களுக்கு நேர் எதிரிடையான குறிகள் தோன்றினால் அவை விரேசநம் நன்கு நிறைவேறியதன் லக்ஷணங்களாகும். 39.

1. 142-வது பக்கத்தில் "விரேசநத்திற்கு ஏற்ற பிணியாளிகள்" என்பது முதலாக, 144-வது பக்கம் வரையிலும் கூறப்பட்டுள்ள வமந சிகித்ஸைக்குக் குறிப்பிட்டுள்ள நியமங்கள்.

2. அயோகம்—என்றால் சிகித்ஸை நன்கு நிறைவேறாமை; இதுவே ஹீநயோகம் எனப்படும்.

3. ஸம்யக்யோகம்—நன்கு முறைப்படி சிகித்ஸை நிறைவேறுதல்.

விரேசநத்தின் அதியோகக் குறிகள்.[1]

முதலில் மலமும், அதன்பின் பித்தமும், அதன்பிறகு வாயுவும் கிரமமாக வெளியான பின்பு, கப பித்தங்களுடைய ஸம்பந்தமில்லாத ஜலம்போன்ற நீர்ப்பொருள் வெளியாகும்; அந்தத் திரவம் வெளுப்பாகவோ, கறுப்பாகவோ, செந்நிறமாகவோ, இறைச்சி கழுவிய நீருக்கு ஸமானமாகவோ, கொழுப்பின் கட்டிகளைப்போலவோ காணப்படும்; பிறகு குடல் வெளியில் தள்ளப்படும்; நாவறட்சியும், தலைச்சுற்றலும், கண் ஆழத்தில் விழுவதும் காணும்; இவை மிதமிஞ்சிய விரேகக் குறிகளாம்; மேலும் அதிவமநத்திற்குண்டாவதாகக் கூறப்பட்டுள்ள குறிகள் இதிலும் ஸம்பவிக்கும். 40—$41\frac{1}{2}$.

விரேசநம் நிறைவேறிய பின்பு செய்யும் உபசாரம்.

விரேகம் நன்கு முறைப்படி நிறைவேறிய பிணியாளிக்கு வமந சிகித்ஸைக்குக் கூறியுள்ள உபசாரங்களையும் பத்தியக் கிரமங்களையும் செய்விக்கவேண்டும்; ஆனால் தூமபாநம் மாத்திரம் விலக்கத் தக்கதாகும். $42\frac{1}{4}$.

விரேகத்தில் பத்தியாஹாரம்.

பிறகு, வமந சிகித்ஸையில் செய்வது போலவே, கிரமமாக பத்தியமான உணவுகளைப் புஜித்து, அப்பால் எப்பொழுதும் வழக்கமாயுள்ள ஆஹாரத்தை உட்கொள்ளவேண்டும். 43.

விரேகத்தில் லங்கநத்திற்கு ஏற்ற நிலைமைகளும் அதன் உபயோகமும்.

விரேகத்திற்கு ஔஷதம் உட்கொண்ட பிறகு ஜாடராக்னி மந்தப்பட்டவனுக்கும், நன்கு சோதந சிகித்ஸை நிறைவேறாதவனுக்கும், இளைப்பு உண்டாகாதவனுக்கும், வாதாதிதோஷங்களால் பலஹீநமடைந்தவனுக்கும், உணவு ஜீர்ணமாவதற்காக குறிகள் உண்டாகாதவனுக்கும் லங்கநம் செய்விக்கவேண்டும். இவ்விதம்

1. அதியோகம்—அளவு மீறிய சிகித்ஸை.

செய்வதால் ஸ்நேஹம், ஸ்வேதம், விரேசௌஷதம் இவற்றின் பிரயோகத்தினால் தோஷக் கிளர்ச்சியின் ஸம்பந்தமான கெடுதிகள் ஸம்பவிப்பதில்லை. 44, $44\frac{1}{2}$.

சோதநாதி சிகித்ஸைகளுக்குப்பிறகு பேயாதிகளை உபயோகிப்பதன் ஹேதுக்கள்.

வமந-விரேசநங்கள் என்னும் சோதந சிகித்ஸைகளாலும், ரக்த மோக்ஷணத்தினாலும், ஸ்நேஹப் பிரயோகத்தினாலும், லங்கந சிகித்ஸையினாலும் ஜாடராக்னியானது மந்தப்பட்டுப்போம்; ஆகையால் பேயா முதலிய இலகுவான ஆஹாரங்களை[1] உபயோகித்துவர வேண்டும். $45\frac{1}{2}$.

விரேகத்தில் தர்ப்பணாதி க்ரமத்திற்கு ஏற்றவர்கள்.

பித்தமும் கபமும் சொற்பமாய் வெளியாயிருப்பவனுக்கும், மதுபாநம் செய்பவனுக்கும், வாத-பித்தங்கள் அதிகரித்திருப்பவனுக்கும் பேயாதிகளை உட்கொள்ளக் கொடுக்கக்கூடாது; அவர்களுக்கு தர்ப்பணம் முதலிய ஆஹாரக்கிரமம்[2] ஹிதமாயிருக்கும். $46\frac{1}{2}$.

வமந-விரேசநங்களில் ஔஷதம் குடலில் பக்குவமாவதையும் பக்குவமாகாததையும் எதிர்பார்த்தல்.

உட்கொள்ளப்பட்ட வமநௌஷதமானது குடலில் சென்று பக்குவமாகாமலே தோஷங்களை வெளிப்படுத்தும்; விரேசநௌஷதமோ குடலில் பக்குவமாய்க்கொண்டே தோஷங்களை வெளிப்படுத்தும்; ஆகையால் வமநௌஷதம் உட்கொண்ட பிறகு, அது பக்குவமாகவேண்டுமே யென்பதை எதிர்பார்க்கக்கூடாது. $47\frac{1}{2}$.

1. பேயா, விலேபீ, பக்வமான யூஷம், அபக்வமான யூஷம், மாம்ஸ ரஸம் முதலிய முன்னால் வமந ப்ரகரணத்தில் கூறப்பட்டவையே இங்கும் குறிக்கப்படுகின்றன.

2. முதல் ஆஹார வேளையில் நெற்பொரிமாவாலாகிய கஞ்சி, இரண்டாவது ஆஹார வேளையில் மாம்ஸ ரஸம் என்கிற முறையில் செய்யப்படும் உபசாரக்ரமம் இங்கு குறிப்பிடப்படுகிறது.

துர்ப்பலனுக்கும் தோஷம் அதிகரித்தவனுக்கும் செய்யக்கூடிய விரேசந சிகித்ஸை.

எவனொருவன் பலஹீனனும், தோஷங்கள் அதிகரித்தவனும் இருந்து ஆகவே தோஷங்கள் பக்குவமாவதால் தனக்குத் தானே விரேசமாகும் நிலைமையைப் பெறுகிறானோ அவனுக்கு பேதந[1] குணமுள்ள ஆஹாரங்களாலேயே விரேசநத்தை உண்டு பண்ணி சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். 48½.

துர்ப்பலன் முதலியவர் விரேகத்திற்காக உபயோகிக்கவேண்டிய ஔஷதப் பிரமாணம்.

பலங்குன்றியவனும், முன்னால் ஏற்கனவே சோதந சிகித்ஸை செய்து கொண்டவனும், தோஷம் சொற்பமாயிருப்பவனும், மெலிந்த தேஹமுள்ளவனும், குடல் இவ்விதமானது என்று அறியப்படாதவனும் முதலில் மிருதுவாகவும் அளவிற் குறைந்ததாகவுமுள்ள ஔஷதத்தை உட்கொள்ளவேண்டும். விரேசந ஔஷதத்தை ஆத்தகைய நிலைமையிலிருப்பவர் அடிக்கடி உட்கொள்வதே நலம்; அப்படிக்கின்றி பெரிய அளவுகளில் உபயோகித்தால் அது நன்மையை விளைவித்தாலும் விளைவிக்கும், தீமையை உண்டுபண்ணுலும் உண்டுபண்ணும்; அடிக்கடி அற்ப அளவில் உபயோகிக்கும் ஔஷதமோ வயிற்றில் சேர்ந்துள்ள அதிக தோஷங்களையும் கிளப்பிவிட்டு, சிறுகச் சிறுக அவற்றையெல்லாம் நீக்கிவிடும். 49-50½.

துர்ப்பலனுக்கு மிருது த்ரவ்யத்தினால் விரேசநம் செய்ய வேண்டிய ஆவச்யகதை.

தேஹத்தில் பலமில்லாதவனுக்கு அற்பமாகச் சேர்ந்துள்ள தோஷங்களையும் மிருதுவான ஔஷதங்களை பிரயோகித்து சமந சிகித்ஸையைக் கொண்டே வெளிப்படுத்திவிடவேண்டும்; அவ்வாறு செய்யாவிட்டால் அத்தோஷங்கள் வெகு நாளளவும் க்லேசமுண்டுபண்ணிவரும், அல்லது தேஹத்திற்கு ஹானியை யுண்டுபண்ணும். 51½.

அக்னி மாந்த்யமும் க்ரூர கோஷ்டமுமுள்ளவனுக்கு விரேசநம் செய்விக்கு முறை.

அக்னிமாந்த்யமுள்ளவனுக்கும், க்ரூர கோஷ்டனுக்கும் க்ஷாரமும், இலவணமும் கூட்டி பக்குவஞ்செய்த க்ருத வகைகளால் அக்னியைத் தூண்டி, கபத்தையும் வாதத்தையும் போக்கி அப்பால் சோதநம் செய்யவேண்டும். 52.

ரூக்ஷ தேஹி முதலியவருக்கு விரேசநம் செய்விக்கு முறை.

ரூக்ஷ தேஹிகளுக்கும், வாததோஷம் அதிகமாய் சேர்ந்துள்ளவருக்கும், க்ரூர கோஷ்டமுள்ளவருக்கும், அதிக வியாயாமம் செய்பவருக்கும், ஜாடராக்னி அதிகரித்தவருக்கும் உட்கொண்ட ஔஷதம் விரேசநமுண்டுபண்ணுமலே ஜீர்ணமாய்விடும். அவர்களுக்கு முதலில் வஸ்தி ப்ரயோகம்செய்து, அதன் பிறகு ஸ்நிக்த்தமான விரேக வஸ்துவைக் கொடுக்கவேண்டும்; அல்லது முதலில் தீக்ஷ்ண வீர்யமுள்ள மருக்காரை முதலியவற்றால் செய்த வர்த்திகளை குதத்தினுள் பிரயோகித்து சிறிது மலத்தை வெளிப்படுத்தி, அதன் பிறகாவது விரேசநம் செய்விக்கலாம். ஒருவாறு மலம் சிறிது வெளிவர ஆரம்பித்ததும் அப்பால் ஸ்நிக்த்தமான விரேசந ஔஷதத்தைக் கொடுத்தால், அது எளிதில் மலத்தை வெளிப்படுத்தும். 53—55.

ஸ்நேஹ சிகித்ஸையின்றியே விரேகம் செய்விக்கவேண்டியவர்.

விஷப்பற்றுள்ளவருக்கும், அபிகாதப்பட்டவருக்கும், பிடகைகள் என்னும் கட்டிகள் உண்டானவருக்கும், குஷ்டரோகிக்கும், யனத்துயரமுள்ளவருக்கும், விஸர்ப்பரோகிக்கும், காமாலையென்ன-பாண்டுவென்ன-மேஹரோகமென்ன இவற்றால் வருந்துபவருக்கும் அதிக ஸ்நேஹ சிகித்ஸையைச் செய்யாமலே விரேக சிகித்ஸையை நிறைவேற்றவேண்டும். 56.

1. பேதநம்—கடினமான மலங்களை உடைக்குங் குணம்.

ஸ்நேஹ விரேகமும் ரூக்ஷ விரேகமும் செய்விக்கத் தகுந்தவர்கள்.

விஷப்பற்றுள்ளவர் முதலிய முற்கூறிய பிணியாளிகளுக்கும், மற்றவருக்கும் ஆக அனைவருக்குமே ஸ்நிக்த்தமான ஔஷதங்களால் விரேகம் செய்விக்கலாம். ஸ்நேஹ சிகித்ஸையினால் ஏற்கனவே ஸம்ஸ்காரம் செய்யப்பட்டவர்களுக்கு ரூக்ஷ குணமுள்ள வஸ்துக்களால் விரேசநம் செய்விக்கவேண்டும். 56½.

வமநாதி சிகித்ஸைகளில் இடையிடையே ஸ்நேஹ-ஸ்வேதங்களைச் செய்வது.

வமநம் முதலிய சிகித்ஸைகளைச் செய்து வருகையில் மீண்டும் அடிக்கடியும் இடையிடையில் ஸ்நேஹ சிகித்ஸையையும் ஸ்வேத சிகித்ஸையையும் பிரயோகிக்கவேண்டும்; வமநாதி சிகித்ஸைகள் நன்கு நிறைவேறிய பிறகு முடிவில் தேஹத்திற்கு வன்மையின்பொருட்டு ஒருமுறை ஸ்நேஹ சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும். வஸ்திரத்திற் பற்றியுள்ள அழுக்கை எண்ணெய்ப் பொருட்களாலும், ஸ்வேதமென்னும் ஆவியில் வைப்பதாலும் கசக்கி விலக்குவதுபோலவே, தேஹத்திற் பற்றியுள்ள மலங்களும் ஸ்நேஹ-ஸ்வேதங்களால் கிளப்பப்பட்டு சோதந சிகித்ஸையினால் வெளிப்படுத்தப்படுகின்றன. 57-58½.

ஸ்நேஹ-ஸ்வேதமின்றி சோதந சிகித்ஸை செய்வதாலான தீங்கு.

ஸ்நேஹ சிகித்ஸையும் ஸ்வேத சிகித்ஸையும் செய்யாமலே சோதந சிகித்ஸையை யாதொருவன் செய்துகொள்கிறானோ, அவனுடைய தேஹம், இருமுனைகளையும் பிடித்து வளைக்கப்படும் உலர்ந்த கழியைப்போல் எளிதில் விரிந்துவிடும். 59½.

சோதந சிகித்ஸை நன்கு நிறைவேறியதன் பயன்.

சோதந சிகித்ஸை நன்கு முறைதவறுது அப்யஸிக்கப்படுமானுல், புத்திக்குத் தெளிவும், இந்த்ரியங்களுக்கு வன்மையும், தாதுக்களுக்கு தார்ட்யமும் ஜாடராக்னிக்கு விருத்தியும் உண்டாகும்; வயதும் நீடித்தகாலம் முதிர்ச்சிபெருமலிருந்து ஆரோக்கியம் விருத்தியடையும். 60.

பத்தொன்பதாம் அத்தியாயம்.

அப்பால் வஸ்தி விதி[1] யென்னும் அத்தியாயம் விவரித்துக் கூறப்படுகிறது:—

வஸ்தியின் மேன்மையும் அதன் மூன்று பேதங்களும்.

தோஷங்கள் அநேகம் கோளாறடைந்திருக்கையில் அவற்றுள் வாத தோஷம் அதிகமாக மேலோங்கியிருந்தாலும், அல்லது வாதம் மட்டும் பிரகோபித்திருந்தாலும் வஸ்தி சிகித்ஸை செய்யலாமென்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. எல்லாச் சிகித்ஸைகளிலும் வஸ்தியே உபயோகத்தில் முதன்மையானது. அது "நிரூஹவஸ்தி" என்றும், "அநுவாஸந வஸ்தி" என்றும், "உத்தர வஸ்தி" என்றும் மூன்றுவிதமானது. 1½.

நிரூஹ வஸ்தியால் நிவ்ருத்திக்கக்கூடிய கோளாறுகள்.

குன்மம், வயிற்றுப்பொருமல், ஆமவாதம் என்னும் கீல்வாயு, ப்லீஹரோகம், இரத்தம், சீதம் முதலியவற்றின் கலப்பில்லாத அதிஸாரம், வயிற்றுவலி, நாள்

1. வஸ்தி விதி—வஸ்தியென்றால் மூத்திரப் பைக்குப் பெயர்; மூத்திரப்பையைக் கருவியாகவைத்துச் செய்யப்படும் சிகித்ஸையும் வஸ்தி என்று கூறப்படுகிறது; அதை விவரிக்கும் அத்தியாயம் "வஸ்தி விதி" எனப்படுகிறது.

பட்ட ஜ்வரம், ப்ரதிச்யாயம், சுக்ரம் ஸ்தம்பித்துப்போதல், அபாநவாயு தடைபடுதல், மலச்சிக்கல், குடலிறக்கம், அச்மரீயென்னும் மூத்திரத்தில் கல்லடைத்தல், மாதவிடாய் நின்றுபோதல் என்னும் இவற்றையும் தீவ்ரமான வாதரோகங்களையும் நிரூஹவஸ்தியினால் பரிஹரிக்கலாம். 2, 3.

நிரூஹவஸ்திக்குத் தகாதவர்கள்.

மிதமிஞ்சி ஸ்நிக்தமானவன், உரக்ஷதரோகி, மிகவும் இளைத்திருப்பவன், ஆமாதிஸாரமுள்ளவன், வாந்திசெய்பவன், சோதந சிகித்ஸை செய்துகொண்டவன், நஸ்யம் செய்துகொண்டவன், காஸரோகி, ச்வாஸரோகி, பிரமேஹரோகி, அர்சோரோகி, விக்கலுள்ளவன், பொருமலோடும் மலம் நன்கு வெளிப்படாமலும் துன்பமநுபவிப்பவன், குதம் வீங்கியிருப்பவன், உணவு உண்டவன், குதம் அடைபட்டவன், குடலில் த்வாரம் விழுந்தவன், ஜலோதரமுள்ளவன், குஷ்டரோகி, மதுமேஹரோகி, ஏழு மாதத்திய கர்ப்பிணி இவர்கள் நிரூஹவஸ்திக்குத் தகாதவர்கள். 4, 5.

அநுவாஸந வஸ்திக்குத் தகுந்தவர்கள்.

ஆஸ்த்தாபந வஸ்திக்குத்[1] தகுந்தவர்களே அநுவாஸநமும் செய்யக் கூடியவராவர்; விசேஷமாக ஜாடராக்னி அதிகரித்தவர்களும், ரூக்ஷதேஹிகளும், வாததோஷத்தினால் மட்டும் பீடிக்கப்படுபவரும் அநுவாஸநவஸ்த்திற்குத்[2] தகுந்தவர்களாம். $6\frac{1}{4}$.

அநுவாஸநத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

ஆஸ்த்தாபநவஸ்திக்குத் தகாதவர் எவரோ அவர்களே அநுவாஸநத்திற்கும் உரியவராகார்; மேலும் பாண்டுரோகம், காமாலை, மேஹரோகம், பீநஸம், இலங்கநம், ப்லீஹரோகம், மலக்கழிவு, கோஷ்டம் குருவாயிருத்தல், கபதோஷக் கோளாறு, மஹோதரம், அபிஷ்யந்தம் என்னும் கண்ணோய், தேஹ இளைப்பு, தேஹம் ஸ்த்தூலித்தல், குடலில் கிருமிசேருதல், ஊருஸ்தம்பம் என்னும் வாயு, ஏதேனும் விஷம் உட்கொண்டுவிடுதல்,[1] க்ருத்ரிமவிஷப்பற்று,[2] அபசீ என்னும் ஒருவித கிரந்தி வ்ரணம், யானைக்கால், களகண்டம் என்னும் கழுத்திலுண்டாகும் நோய் இவற்றுள் எதனாலாவது பீடிக்கப்படுபவர் அநுவாஸநவஸ்திக்கு உரியவரல்லர். 7, $8\frac{1}{2}$.

நேத்திரத்திற்கு ஏற்ற வஸ்துக்களும் அதன் உருவமும்.

நிரூஹவஸ்தியும் அநுவாஸந வஸ்தியும் செய்வதற்கான கருவிக்கு அவச்யமான நேத்திரத்தை[3] பொன் முதலிய தாதுப்பொருட்களாலாவது, மரத்தினாலாவது, எலும்பினாலாவது, மூங்கிலாலாவது செய்யலாம்; பசுவின் வால்போல அடி பருத்து நுனி சிறுத்து, பக்கங்களில் த்வாரம் இல்லாமலே, மேடுபள்ளமில்லாமல் நயப்பாகவும், ஒழுங்காகவும், அதன் முனை கூர்மையாயில்லாமல் குளிகையைப்போல் உருண்ட வடிவமாகவும் இருக்கவேண்டும். $9\frac{1}{2}$.

வயதுக்குத் தகுந்தவாறு நேத்திரத்தின் பிரமாணங்கள்.

ஒருவயதுக்கு உட்பட்ட குழந்தைகளுக்குப் பிரயோகிக்கப்படும் நேத்திரம் ஐந்து அங்குலம் நீளமாகவும், ஐந்து வயது நிறைந்து ஏழாவது வயது வரையில் ஆறு அங்குலம் நீளமாகவும், ஏழாவது வயது முடியவும் ஏழு அங்குலமும், பன்னிரண்டாவது

1 ஆஸ்த்தாபநவஸ்தி — நிரூஹவஸ்திக்கே மற்றொரு பெயர்; நிரூஹமானது கஷாயவகைகளைக் கொண்டு செய்யப்படுவதால், இதை கஷாயவஸ்தியென்றும் கூறுவர்.

2. அநுவாஸநவஸ்தி—ஸ்நேஹவஸ்துக்களால் செய்யப்படுவதால் அநுவாஸந வஸ்தியை ஸ்நேஹவஸ்தி யென்றும் கூறுவர்.

1. விஷம் என்பதால் ஸாதாரணமான அலரி, பாஷாணம் முதலிய இயற்கை விஷங்கள் குறிப்பிடப்படுகின்றன.

2. க்ருத்ரிமவிஷம்—செயற்கை விஷம்; இதை கரவிஷம் என்றும் கூறுவர்; 67-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

3. நேத்திரம்—வஸ்தியென்னும் கருவியில் இணைக்கப்பட்டு, குதத்தில் உட்செலுத்தி, மருந்துகளைப் பீச்சிடுவதற்கு உபயோகமான குழல்.

வயதில் எட்டு அங்குலம் நீளமாகவும், பிறகு பதினாறுவது வயதில் ஒன்பது அங்குலமும், பிறகு இருபது வயதுக்குமேல் எல்லா வயதினருக்கும் பன்னிரண்டு அங்குல நீளமுமாகவே தயார் செய்யப்படவேண்டும். முற்கூறிய வயதுகளுக்கு இடையிலுள்ள மற்ற வயதுகளிலும் அவரவருடைய பிராயம், தேஹபலம், சரீரப்ராக்ருதி இவற்றைப் பார்த்து அதற்கு ஏற்றவாறு நேத்திரத்தின் அளவை விருத்தி செய்துகொள்ளலாம். அதன் பருமன் அடியில் அவரவருடைய பெருவிரலுக்கு ஸமானமாகவும், முனையில் சுண்டுவிரலுக்கு ஸமானமாகவும் இருக்கவேண்டும். நேத்திரத்தின் அடிப்புறத்து த்வாரம் ஒரு வயது நிரம்பியவருக்கு ஒரு அங்குலம் விசாலமுள்ளதாய் அமைக்கப்படவேண்டும்; அதன் பிறகு கால் கால் அங்குலமாகப் பெரிதாகச்செய்து கொண்டுவந்து, மூன்று அங்குலத்தோடு[1] நிறுத்திக் கொள்ளவேண்டும். நேத்திரத்தின் முனையிலுள்ள த்வாரமோ முதல் வயதில் பயறு புகும்படியாகவும், ஏழு வயது வரையில் உளுந்து புகும்படியும், பன்னிரண்டாவது வயது வரையில் சிறுகடலை புகும்படியாகவும், பதினாறுவது வயது வரையில் ஜலத்தில் ஊறிய சிறுகடலைப் பிரவேசிக்கும்படியும், இருபது வயதுக்குமேற் பட்டவருக்கு சிறு இலந்தங்கொட்டை நுழையும்படியும் கிரமமாக நிர்மாணம் செய்யப்படவேண்டும். அடிப்புறத்து த்வாரத்திற்கு ஸமானமான அளவில் கர்ணிகை யென்னும் வரம்பு ஒன்றை இடையில் அமைக்கவும்; மற்றொரு வரம்பையும் அதனதன் அளவுக்குத் தகுந்தவாறு மற்றொருபுறத்தில் நிர்மாணம் செய்யவேண்டும்.[1] இவ்விரண்டு வரம்புகளுக்கும் மத்தியில் இரண்டு அங்குலப் பிரமாணம் இடைவெளி இருக்கவேண்டும். இதன் முனையிலுள்ள த்வாரத்திற்கு ஒரு வர்த்தியினால் மூடியிடவேண்டும். 10—15.

வஸ்தி யென்னும் கருவிக்கு உபயோகமான வஸ்துக்கள்.

வெள்ளாடு, செம்மறியாடு, எருமை முதலியவற்றின் வஸ்தி யென்னும் மூத்திரப்பை ஒன்று இதற்கு வேண்டும்; அது திடமாகவும், நன்கு மர்த்தநம் செய்யப்பட்டு பதனிடப்பட்டதாகவும், கஷாய வஸ்துக்களின் சேர்க்கையால் ஒருவாறு சிவந்தும், குறிப்பிட்ட இடந்தவிர மற்ற விடங்களில் த்வாரமாவது, கிரந்தியாவது, ஸிரைகள் என்னும் நாளங்களாவது இல்லாததாகவும், நாற்றமற்றதாகவும், அதிக பருமனல்லாததாகவும் இருக்கவேண்டும்; மேலும் ஔஷதங்களை எளிதில் நிரப்புவதற்கு ஏற்றதாகவும், நூலால் நன்கு நேத்திரத்துடன் இணைத்துக்கட்டப்பட்டதாகவும் இருக்கவேண்டும். இதற்காக மூத்திரப்பை கிடைக்காவிட்டால் மிருகங்களுடைய குடல் முதலியவற்றிற்குப் போர்வையாயமைந்துள்ள சவ்வு எனப்படும் சர்மத்தையாவது, கனமான வஸ்திரத்தையாவது இதற்காக உபயோகிக்கலாம். 16, 17.

வயதுக்குத் தகுந்தவாறு நிரூஹத் திரவ்யத்தின் அளவுகள்.

முதல் வயதில் நிரூஹவஸ்திக்கு வேண்டிய திரவ வஸ்துவின் அளவு ஒரு பலம்; ஒரு வயதுக்குமேல் ஒவ்வொரு வருஷமும் ஒவ்வொரு பலம் வீதம் பன்னிரண்டு பலம் ஆகும்வரையில் விருத்திசெய்துகொண்டுவரவும்; பன்னிரண்டு வயது முதல்

1. நேத்திரத்தின் அடி த்வாரம், முதல்வருஷத்தில் ஒரு அங்குலம் விசாலமாகவும், ஏழாவது வயதில் $1\frac{1}{4}$-அங்குலமும், பன்னிரண்டாவது வயதில் $1\frac{1}{2}$-அங்குலமும், பதினாறுவது வயதில் $1\frac{3}{4}$-அங்குலமும், பதினேழாவதில் இரண்டு அங்குலமும், பதினெட்டாவதில் $2\frac{1}{4}$-அங்குலமும், பத்தொன்பதில் $2\frac{1}{2}$-அங்குலமும், இருபதாவது வயதில் $2\frac{3}{4}$-அங்குலமும், இருபதுக்கு மேற்பட்டால் 3-அங்குலமும் இருக்கவேண்டும் என்பது கருத்து.

1. நேத்திரத்தில் கர்ணிகைகள் (வரம்புகள்) இரண்டு ஏற்படுத்துவதற்குக் காரணம்:—நேத்திரத்தின் அடிப்பாகம் வஸ்தியில் அளவுக்கு மிஞ்சி நுழையாமலிருப்பதற்கும், நேத்திரத்தின் முனை குதத்தினுள் வேண்டியதைத் தவிர அதிக அளவாகப் பிரவேசிக்காமலிருப்பதற்கும் இரண்டு முனைக்கும் சற்றுத் தூரத்தில் வரம்புகள் அமைக்கப்படுகின்றன.

பதினெட்டாவது வயது வரையில் இரண்டு பலம் விதம் வஸ்திக்குவேண்டிய திரவ வஸ்துவை கிரமமாக விருத்திசெய்து வரவேண்டும்; எழுபதாவது வயதுவரையில் இந்த அளவுதான் உபயோகிக்கப் படவேண்டும்; அதற்குமேற்பட்ட வயதினருக்கு இருபது பலம் அளவே போதுமானது. 18, 19.

வயதுக்குத் தகுந்தவாறு அநுவாஸந த்ரவ்யத்தின் அளவு.

நிரூஹவஸ்தியில் அந்தந்த வயதுக்குத் தகுந்தவாறு உபயோகிக்கப்படும் வஸ்துக்களின் அளவில் கால் பாகமே அநுவாஸநவஸ்தியில் பிரயோகிக்கப் படவேண்டும். 19½.

அநுவாஸநத்திற்கு ஏற்ற நிலைமைகளும் காலங்களும்.

ஆஸ்த்தாபநவஸ்தி செய்ய வேண்டியவனுக்கு முதலில் ஸ்நேஹசிகித்ஸையும், பிறகு ஸ்வேதசிகித்ஸையும், வமந-விரேக சிகித்ஸைகளும் செய்துவைத்து, மீண்டும் தேஹத்தில் பலம் வந்தபிறகு, அநுவாஸநவஸ்திக்குத் தகுந்த நிலைமையுண்டாயிற்று என்று அறிந்துகொண்டு, நிரூஹவஸ்திக்கு முன்பே அநுவாஸநவஸ்தியைச் செய்யவேண்டும். ஹேமந்தருதுவிலும், சிசிரருதுவிலும், வஸந்தருதுவிலும் அநுவாஸந வஸ்தியைச் செய்யலாம்; அவற்றிலும் பகல் வேளையில் செய்யவேண்டும். அவற்றைத்தவிர மற்ற ருதுக்களில் இரவில் செய்யலாம் என்று சிலர். அப்யங்கம்பண்ணி ஸ்நாநம் செய்தபின்பு, இலகுவாகவும் ஸ்நிக்தமல்லாமலும் ரூக்ஷமில்லாததும் ஆகவே நடுத்தரமான குணமுள்ளதுமான உணவை வழக்கமாய் உபயோகிக்கப்படுவதினும் கால்பங்கு குறைவாகவே திரவரூபமாக அநுபானத்துடன் உட்கொண்டு, இங்குமங்குமாக உலாத்திவந்து, மலமூத்திரவிஸர்க்கம் செய்து இத்தகைய நிலைமைகளைப்பெற்றுள்ள பிணியாளியை, அதிக உயரமல்லாததும் மிக மேலெழுந்த தலையணையுடையாததும்-ஸுகந்தரக்கூடியதுமான சயனத்தில் இடதுபுறமாக, வலதுகாலை மடக்கிக்கொண்டு, இடது காலை நீட்டியவாறு படுக்கச் செய்யவேண்டும். 20—23½.

அநுவாஸநம் செய்யவேண்டிய கிரமம்.

பிறகு குதத்தினுள் ஸ்நேஹ வஸ்துவைத் தடவி, நேத்திரத்தின் முனையையும் ஸ்நிக்தமாகச்செய்து, அதை குதத்தினுள் மெதுவாகப் பிரவேசிப்பிக்கவேண்டும்; வஸ்தியென்னும் துருத்தியின் வாயை முகத்தினால் ஊதி விசாலப்படுத்தி இறுகக்கட்டியானதும், கை நடுங்காமல் முள்ளந்தண்டை நோக்கினாற்போல அதை அழுத்திப் பிழியவேண்டும்; அதிக துரிதமாகவும் இல்லாமல், அதிக மெதுவாகவும் இல்லாமல், வீண் தாமதங்களுக்கு இடங்கொடுக்காமல் ஒரே முறையில் அதை அழுத்தவேண்டும். அவ்வஸ்தியினுள் சிறிது திரவ த்ரவ்யம் மிச்சமிருக்கும்படி செய்யவும்; ஏனெனில், மிகுந்துள்ள பாகத்தில் வாயு தங்கியிருக்கும். 24, 26.

அநுவாஸநத்தைப் பிரயோகித்ததும் செய்ய வேண்டிய சிகித்ஸை.

அநுவாஸநம் பிரயோகிக்கப்பட்டதும், பிணியாளியை நிமிர்ந்தட்டாரச்செய்து, கையினால் இடுப்புக்குக் கீழே இருபுறங்களிலும் நன்றாகத் தட்டிக்கொடுக்கவும்; மேலும் பிணியாளியானவன் தனது குதிகால்களாலும் ப்ருஷ்ட பாகத்தை அடித்துக்கொள்ளவும்; பாதங்களால் படுக்கையை மிதித்துக்கொண்டவாறு மூன்று முறை எழும்பி யெழும்பி சயனிக்கச் செய்யவேண்டும். அதன் பிறகு அங்கங்களை நீட்டி, தலையணையின்மேல் தலைவைத்துப் படுத்துக்கொண்ட ரோகி தன் குதிகால்களாலும் முஷ்டியினாலும் ப்ருஷ்டபாகத்தைக் குத்தவேண்டும்; வேதனை மேலிட்டு வருந்தும் தேஹத்தில் ஸ்நேஹவஸ்து எதையாவது தகுந்தவாறு தடவி அதை நன்கு மர்த்தநம் செய்வது நலம்; இவ்வாறு செய்தால் வஸ்தியினால் உட்செலுத்திய ஸ்நேஹமானது

சீக்ரம் வெளிவராது; சீக்ரம் வெளிவந்துவிட்டால் மறுபடி வேறொரு வஸ்திப் பிரயோகம் செய்யவேண்டும்; ஏனெனில், ஸ்நேஹம் சில நேரமாவது உள்ளே தங்கியிராவிட்டால் அதைப் பிரயோகித்ததால் பயனுண்டாவதில்லை. 27—29.

அநுவாஸநத்தில் போஜநம் செய்விக்கும் நிலைமை.

ஜாடராக்னி நன்கு உத்தீபநமாய், ஸ்நேஹமும் தேஹத்தில் நன்றாகப் பற்றி உடல் ஸ்நிக்தமானவனுக்கு அன்றைய தினம் மாலையில் இலகுவான ஆஹாரத்தைக் கொடுத்து போஜனம் செய்விக்கலாம். 29½.

அநுவாஸநத்தில் ஸ்நேஹம் வெளியாகும் நேரமும், வெளியாகாவிட்டால் செய்யவேண்டிய பரிஹாரமும்.

உட்செலுத்திய ஸ்நேஹம் வெளியாவதற்கு, அதிக நேரம் வேண்டுமென்றால், மூன்று யாமகாலம் போதுமானது; அதன் பிறகும் ஓர் இராப்பகல் முழுதும் ஸ்நேஹம் வெளியாகிறதாவென்று எதிர்பார்த்துக்கொண்டு சும்மாயிருக்கலாம்; அதற்குள்ளேயும் வெளிவராவிட்டால் மருக்காரை முதலிய கனிகளால் செய்யப்பட்ட குதவர்த்திகளைப் பிரயோகித்தாவது, தீக்ஷ்ண வீர்யமுள்ள வேறுவித வஸ்திகளைச் செய்தாவது ஸ்நேஹத்தை வெளிப்படுத்த முயலவேண்டும். உடல் மிகவும் ரூக்ஷமாயிருந்து ஸ்நேஹம் வெளிவராமற் போகும்போது, அதனால் தேஹத்தில் திமிர் அக்னிமாந்த்யம் முதலான தோஷங்கள் ஸம்பவிக்காமலிருக்கும்வரையில், அது விஷயமாக கவனம் செலுத்தாமலே சும்மாயிருக்கலாம்; அப்பொழுது இரவில் ஒன்றும் போஜனம் செய்யாமலிருந்து, மறுநாட்காலையில் சுக்கையும் கொத்துமல்லிவிதையையும் சேர்த்துக்காய்ச்சிய ஜலத்தை இளஞ்சூடாகப் பருகவும், அல்லது ஸாதாரண உஷ்ண ஜலத்தையாவது உட்கொள்ளலாம். 30—32½.

அநுவாஸநத்தை மறுமுறைகளில் பிரயோகிக்கும் கிரமம்.

அப்பிணியாளிக்கு மறுபடியும் மூன்றாவது தினத்திலாவது, ஐந்தாவது தினத்திலாவது, அல்லது உட்செலுத்திய ஸ்நேஹம்குடலில் பக்குவமாய் தேஹத்தில் ஊறுவதற்குத் தகுந்த விதமாயாவது அநுவாஸநம் செய்விக்கலாம். ஆகவே வாயு மிகவும் அதிகரித்தவர்களுக்கும், தினந்தோறும் வியாயாமம் செய்துவருபவருக்கும், ஜாடராக்னி விசேஷமாய் விருத்தியடைந்திருப்பவருக்கும், ரூக்ஷதேஹிகளுக்கும் பிரதிதினமும் அநுவாஸநம் பிரயோகிக்கலாம். 33, 34.

அநுவாஸநத்தினால் ஸ்நிக்தமானவனுக்கும் ஆகாதவனுக்கும் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை.

இவ்வாறு மூன்று நான்குமுறை அநுவாஸநம் செய்து அதனால் தேஹம் ஸ்நிக்தமாய் விட்டதும், ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் சுத்தமாவதற்காக சோதநகுணமுள்ள நிரூஹவஸ்தியைப் பிரயோகிக்கவேண்டும்; ஸ்நிக்தமாகாவிட்டால், தேஹத்திற்கு ஸாதாரணமாய் ஸ்நேஹசிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும். 35.

நிரூஹவஸ்தியைப் பிரயோகிக்கும் காலமும் நிலைமையும் முறையும்.

அப்பால் ஐந்தாவது தினத்திலோ, அல்லது மூன்றாவது தினத்திலோ, சுபமான வேளையில், பகற்பொழுது சிறிது கழிந்தபிறகு, பூஜைமுதலிய மங்களகரமான விதிகளை நிறைவேற்றியதும் நிரூஹவஸ்தியைப் பிரயோகிப்பதற்கு முயலவேண்டும்; அதற்குமுன் பிணியாளி அப்யங்கம் செய்துகொண்டு, ஸ்வேதசிகித்ஸையும் பண்ணிக்கொண்டு, மலவிஸர்க்கம் செய்து அதிக பசியில்லாதவனாயிருக்கக்கண்டு, அவனுடைய தேஹத்திற் கோளாறடைந்துள்ள தோஷங்களையும், உபயோகிக்கப்போகிற ஒளஷதங்களையும் சிரத்தையோடு நன்கு பரீக்ஷித்துப் பார்த்து, வைத்தியன் வஸ்திப்பிரயோகாதி

களில் அறிவும் அநுபவமும் வாய்ந்த வேறு சில வைத்தியர்களையும் உதவியாக வைத்துக்கொண்டு நிரூஹத்தைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 36—37½.

நிரூஹத்திற்கான க்வாத கல்பனை.

நிரூஹவஸ்திக்கு வேண்டிய கஷாயத்தின் பொருட்டு திரவ்யங்களை[1] இருபது பலம் சேர்த்து, மருக்காரையின் எட்டுக் கனிகளையும் சேர்த்து க்வாதமி[2] செய்யவேண்டும். வாதம் பிரகோபித்திருப்பவருக்காக பக்குவம் செய்யப்படும் க்வாதத்தில் காலில் ஒரு பங்கு ஸ்நேஹ பதார்த்தமும், பித்தம் பிரகோபித்தவனுக்கும் ஆரோக்கிய நிலைமையிலிருப்பவனுக்கும் ஆறில் ஒரு பங்கு ஸ்நேஹமும், கபம் அதிகரித்தவனுக்கு எட்டில் ஒரு பங்கு ஸ்நேஹமும் சேர்த்து கஷாயத்தைப் பக்குவம் செய்யவேண்டும். எல்லா நிலைமையிலும்[3] கல்கத்தை க்வாதத்தினும் எட்டில் ஒருபங்காகச் சேர்க்கவேண்டும்; வஸ்தியி லுபயோகிக்கப்படும் க்வாதம் அதிக தடிப்பாகவும் இல்லாமல் அதிக தெளிவாகவும் இல்லாமல் நடுத்தரமாயிருக்கும்படி பக்குவம் செய்யப்படவேண்டும். வெல்லம் ஒரு பலமும், தேன்-இந்துப்பு முதலிய மற்றும் அவசியமாயுள்ள வஸ்துக்களை[4] எவ்வித அளவில் சேர்த்தால் முறைப்படி ஒன்றாகச் சேரக்கூடுமோ அவ்வாறும் சேர்க்கவேண்டும். 38—40¼.

நிரூஹ க்வாதத்தின் தன்மையும் அவை வஸ்தியில் பிரயோகிப்பதும்.

முற்கூறிய எல்லாவற்றையும் ஒரு மிக்கச் சேர்த்து, உஷ்ண ஜலம் நிரம்பியகுடத்திலிருந்து எழும்பும் ஆவியினால் சூடாக்கி, துடுப்பினால் கிளறி, அப்பால் வஸ்தியில் அதை நிரப்பி, இளஞ்சூடாக குதத்தினுள் நேத்திரத்தின் மூலமாய் பிரயோகிக்கவேண்டும்; அந்தத் திரவத்திரவ்யம் அதிக ஸ்நிக்த்தமாகவும் இருக்கக்கூடாது; அதிக ரூக்ஷமாகவும் இருக்கலாகாது; அதிக தீக்ஷ்ண வீர்யமுள்ளதாகவும் அதிக மிருதுவாகவும் இருக்கக்கூடாது; அதிக தடிப்பாகவும் இல்லாமல் அதிக தெளிவாகவுமில்லாமல், அளவில் மிதமிஞ்சியுமில்லாமல் குறைவாகவுமில்லாமல், அதிக இலவண ரஸமுமில்லாமல் இலவண ரஸம் குறைவாகவும் இல்லாமல், அவ்விதமே அம்ல ரஸத்திலும் நடுத்தரமாகவும் அக்கஷாயம் பக்குவம் செய்யப்பட்டிருக்கவேண்டும். 41—42¾.

நிரூஹ க்வாதத்தில் சேர்க்கக்கூடிய வஸ்துக்களின் அளவைப் பற்றிய மதபேதம்.

வஸ்திவிதியில் நிபுணரான வேறு சிலர் கூறுவதாவது:—ஸ்நேஹம், தேன் இவ்விரண்டையும் தனித்தனியே மும்மூன்று பலம் அளவில் சேர்க்கலாம்; இந்துப்பு அரைக்கால் பலமும், கல்கம் இரண்டு பலமும், மற்ற திரவ பதார்த்தங்கள் எல்லாம் பத்து பலமும் சேர்க்கவேண்டும். ஆரோக்கிய நிலைமையிலிருப்பவருக்கு இது ஏற்ற முறையாம். 43—44½.

நிரூஹ வஸ்துக்களை ஒன்றோடொன்று சேர்த்துக் கலக்கும் முறை.

நிரூஹத்திற்கான திரவம் செய்யுமுறை பின்வருமாறு:—முதலில் பாத்திரத்தில் தேனை வார்த்து அதன் மேல் இந்துப்பைப் பொடித்துச் சேர்த்து ஒருமிக்க இரண்டையும் கலக்கவும்; பிறகு அவற்றோடு ஸ்நேஹ வஸ்துவையும், அதன்

1. நிரூஹத்திற்கு வேண்டிய கஷாயத் திரவ்யங்கள் இன்னவையென்று கல்பஸ்தானத்தில் கூறப்பட்டிருக்கின்றன; அவையாவன—சிற்றாமுட்டி, சீந்தில், த்ரிபலை, சிற்றரத்தை, தசமூலம் முதலியவை.

2. க்வாதம் என்பது ஐந்துவித கஷாயங்களில் ஒன்று.

3. வாத-பித்த-கபங்கள் கோளாறடைந்த நிலைமையிலும், ஆரோக்கிய நிலைமையிலும் எனக் கருத்து.

4. ஸாரை, ஆஸவம், மாம்ஸ ரஸம், காடி முதலானவைகள் மற்றவை யென்பதால் குறிக்கப்படுகின்றன.

மேல் கல்கத்தையும், அப்பால் கஷாயத்தையும் வார்த்து அனைத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்துவிடவும். 45, 45½.

நிரூஹம் பிரயோகித்ததும் இருக்கவேண்டிய நிலைமை.

நிரூஹவஸ்தியைப் பிரயோகித்ததும், அப்பிணியாளி தலை நிமிர்ந்து அதே மனதாய் படுத்துக்கொண்டு தலையணையில் சாய்ந்தவாறு, மலம் வெளிவருவதற்கான வேகம் உண்டாகையில் முக்கி முக்கி அதை வெளியிடவேண்டும். 46½.

நிரூஹத்தில் பிரயோகித்த திரவம் முதலியது சரியான காலத்தில் வெளிவராவிடின் செய்யவேண்டிய உபாயம்.

குடலிற் செலுத்திய நிரூஹத்திரவ்யம் திரும்பவும் வெளிவருவதற்கு முகூர்த்தநேரமே பரமாவதியான காலமாம்; அதற்குமேல் அப்பதார்த்தம் உள் தங்கியிருந்தால் பிராணாபாயம் விளைவிக்கக் கூடியதாயிருக்கும். அவ்வித நிலைமையில் ஸ்நேஹம், க்ஷாரம், கோமூத்திரம், காடி இவற்றின் சேர்க்கையாலானதும், ஸ்நிக்த்த குணமும் தீக்ஷ்ணத்தன்மையும் உஷ்ணவீர்யமுமுள்ளதும், ஆகவே அநுலோமந குணமுடையதுமான[1] வேறொரு வஸ்தியை துரிதமாய் குதத்தினுள் பீச்சிடவேண்டும்; அல்லது பலவர்த்தியையாவது பிரயோகிக்கவேண்டும்; ஸ்வேதநம் என்னும் ஒற்றடமாவது கொடுக்கலாம்; திடுக்கிடும்படியாவது விரட்டலாம்; மற்றும் ஏதேனும் உபாயத்தினாலாவது மலம் முதலியவற்றை வெளிப்படுத்த முயலலாம். 47—48½.

நிரூஹம் தானே வெளியாய் விட்டால் பிறகு செய்யவேண்டிய கிரமம்.

பிரயோகித்த நிரூஹம் தனக்குத் தானே வெளியாய்விட்டால் இரண்டாவது வஸ்தியும் பிரயோகிக்கலாம்; அவசியமானால் மூன்றாவது முறையும், நான்காம் முறையுங்கூட வஸ்தியைப் பீச்சிடலாம்; அல்லது எத்தனை முறை பிரயோகித்தால் நிரூஹ சிகித்ஸை நன்கு நிறைவேறியதாக அறியப்படுமோ அத்தனை முறையும் அதைச் செய்யலாம். 49½.

நிரூஹத்தின் ஸம்யக் யோகாதி லக்ஷணங்கள்.

நிரூஹம் நன்கு நிறைவேறுவதாலும், மிதமிஞ்சி செய்யப்படுவதாலும், குறைவாகச் செய்யப்படுவதாலும் உண்டாகும் ஸம்யக்யோக-அதியோக-ஹீநயோக லக்ஷணங்கள் விரேசக சிகித்ஸையில் நிரூபிக்கப்பட்டுள்ள[2] மாதிரியே இருக்குமென்று அறிக. 49¾.

நிரூஹவஸ்தி நிறைவேறியதும் செய்யவேண்டிய பத்தியம்.

நிரூஹவஸ்தி நன்கு நிறைவேறியதும், பிணியாளி இளஞ்சூடான ஜலத்தில் ஸ்நாநம்செய்து, ஜாங்கலபூமியைச்சேர்ந்த ஜந்துக்களுடைய மாம்ஸரஸங்கலந்த இலகுவான அன்னத்தை புஜிக்கலாம். 50, 50½.

நிரூஹத்தினால் சஞ்சலமான தோஷங்களுக்கு ஏற்ற பரிஹாரம்.

நிரூஹ சிகித்ஸை செய்ததும் மிகவும் பலமற்ற நிலைமையிலுள்ள தோஷங்களால் எக்கோளாறுகள் ஸம்பவிக்கின்றனவோ, அவை இளஞ்சூடான ஜலத்தில் குளித்து ஆஹாரமும் உட்கொண்ட பின்பு தானே நிவ்ருத்தியாகும். 51½.

1. அநுலோமநம்—குடலுக்குள்ள இயற்கையான அசைவைத் தூண்டி மலத்தை வெளிப்படுத்தல்.

2. விரேசநத்தின் ஸம்யக்யோகாதிவிவரங்களை 146, 147-வது பக்கங்களில் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் காண்க.

1. இதைப் பற்றிய விவரங்களை ஸ்நேஹவிதி அத்தியாயத்திற் காண்க.

நிரூஹத்தினால் பிரகோபித்த வாதத்திற்கு பரிஹாரம்.

நிரூஹம் செய்தபிறகு பிரகோபமடைந்த வாதத்தினால் பீடிக்கப்படும் பிணியாளிக்கு மீண்டும் உடனே அநுவாஸந வஸ்தியைச் செய்யவேண்டும். 52.

அநுவாஸநத்தில் ஸம்யக்-ஹீந-அதியோகக் குறிகள்.

அநுவாஸந வஸ்தி செய்துகொண்டவனுக்கு ஸம்யக்யோகமென்ன, ஹீநயோகமென்ன, அதியோகமென்ன இவை, ஸ்நேஹபாநம் செய்தவனுக்கு எவ்வித குறிகளுடன் கூடியனவாயிருக்குமென்று கூறப்பட்டிருக்கின்றனவோ[1] அவ்விதமாகவே இருக்கும். 52½.

அநுவாஸநம் நன்கு நிறைவேறியதன் குறிகள்.

அநுவாஸந வஸ்தி முறையில் பீச்சிடப்பட்ட யாதொரு ஸ்நேஹமானது சிறிது நேரம் குடலில் தங்கியிருந்து மலத்துடன் வெளியாகின்றதோ, எத்துடன் அபாநவாயுவும் கிரமப்படி கீழ்நோக்கி வருகின்றதோ அது நன்கு முறைப்படி நிறைவேறிய அநுவாஸநமாகும். 53½.

வாத-பித்த-கபங்களில் அநுவாஸந க்ரமம்.

கபம் அதிகரித்திருக்கும் வியாதியில் ஒரு ஸ்நேஹவஸ்தியோ அல்லது மூன்று ஸ்நேஹவஸ்தியோ பிரயோகிக்கலாம். பித்தம் அதிக்ரித்த ரோகத்தில் ஐந்து அல்லது ஏழு வஸ்திகளைச் செய்யலாம். வாததோஷம் மேலிட்ட வியாதியில் ஒன்பது அல்லது பதினொரு வஸ்திகளைப் பிரயோகிக்கலாம். ஒவ்வொரு தோஷத்திலும் இவ்வாறாக அநுவாஸநம் செய்தும் நல்ல பலன் உண்டாகாவிட்டால், கூறப்பட்டதற்கு மேல் ஒற்றையான எண்ணிக்கையில் இன்னும் அதிக அநுவாஸநங்களைச் செய்யலாம்; மேலும் அவற்றைச் செய்த பிறகு ஆஸ்த்தாபந வஸ்தியையும் பிரயோகித்துவரவேண்டும். 54, 55.

அநுவாஸநத்திற்குப் பிறகு உபயோகிக்கத் தகுந்த பத்தியம்.

கபம் பிரகோபித்துண்டான வியாதியில் யூஷம்[1] என்கிற கஞ்சியும், பித்த வியாதியில் பாலும், வாதரோகத்தில் மாம்ஸ ரஸமும் உணவாக உபயோகிக்கத் தகுந்தவையாம். 55½.

வாத விகாரங்களில் நிரூஹ க்ரமம்.

வாதரோகத்தில் சிவதைவேர் - இந்துப்பு இவற்றுடன் கூடியதும், வாதஹரமான ஔஷதச் சரக்குகளால் பக்குவம் செய்யப்பட்டதும்,[2] மதுர ரஸமும் அம்ல ரஸமும் கலந்து உஷ்ணமாயிருப்பதுமான ஸ்நிக்த்த குணமுள்ள கஷாயத்தினால் ஒரு வஸ்தியைப் பிரயோகிக்கலாம். 55½.

பித்த விகாரங்களில் நிரூஹ க்ரமம்.

இலவங்கப்பத்திரி, சர்க்கரை முதலியவையும், நெய்யும், பாலும், கருப்பஞ்சாறும், தேனும் கலந்து, மதுர ரஸமும் குளிர்ச்சியும் பொருந்திய ந்யக்ரோதாதி கணத்தின்[3] கஷாயத்தைக்கொண்டு இரண்டு ஆஸ்த்தாபந வஸ்திகளை பித்த விகாரத்தில் பிரயோகிக்கலாம். 57½.

ஆரக்வதாதிகணம்,[4] வத்ஸகாதிகணம்[5] இவற்றால் கபவிகாரங்களில் நிரூஹக்ரமம், பக்குவமான கஷாயத்தில் தேனையும் கோமூத்திரத்தையும் கலந்து, தீக்ஷ்ண குணமும் உஷ்ண வீர்யமும் கடுரஸமும் ரூக்ஷத்தன்மையும் பொருந்தியிருக்குமாறு தயார்செய்து, அக்கஷா-

1. யூஷம்—23-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. வாதஹரமான ஔஷதச் சரக்குகள்—தசமூலம் முதலியவை (தசமூலத்தைப்பற்றி 123-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க.); வாதஹரமான சரக்குகளின் வகுப்பு 123-வது பக்கத்தில் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

3. ந்யக்ரோதாதிகணம்—127-வது பக்கம் பார்க்க.

4. ஆரக்வதாதிகணம்—இதைப்பற்றி 125-வது பக்கம் பார்க்க.

5. வத்ஸகாதிகணம்—இதைப்பற்றி 126-வது பக்கம் பார்க்க.

யத்தினால் கபவிகாரத்தில் மூன்று முறை நிரூஹவஸ்தியைப் பீச்சிடலாம். 58½.

ஸந்நிபாத விகாரங்களில் நிரூஹ க்ரமம்.

ஸந்நிபாத விகாரங்களிலும் நிரூஹ வஸ்தியை மூன்று முறையே பிரயோகிக்கவேண்டும்; ஏனெனில், மூன்று முறை செய்யப்படும் நிரூஹமானது முறையே மூன்று தோஷங்களாலுண்டான கோளாறுகளையும் நிவ்ருத்திசெய்யக்கூடியவைகளாயிருக்கின்றன. 59.

மூன்று முறைக்குமேல் நிரூஹம் பிரயோகியாததற்குக் காரணம்.

ஆகவே வேறு சில வைத்தியர்களும் நிரூஹ வஸ்தியை மூன்று தடவைக்குமேல் பிரயோகிப்பதை அங்கீகரிக்கவில்லை; ஏனெனில் அவ்வாறு மூன்று முறைக்குமேல் நிரூஹம் பிரயோகித்து நிவ்ருத்திசெய்யக்கூடிய நான்காவது தோஷம் ஒன்று கிடையாதல்லவா? 60.

நிரூஹம் மூன்றுமுறையும் மூன்றுவிதமாயிருக்கவேண்டுமென்பது சிலரது கொள்கை.

நிரூஹவஸ்தியைப் பிரயோகிக்கையில் முதல் வஸ்தியை தோஷங்கள் உத்க்லேசமாவதற்காகவும், இரண்டாவது வஸ்தியை தோஷங்கள் சுத்தியாவதற்காகவும், மூன்றாவது வஸதியை தோஷங்களுடைய சமநத்திற்காகவும்—இவ்வாறு மூன்றுவிதமாக நிரூஹத்தைச் செய்யவேண்டுமென்று—வேறு சில வைத்தியர்களும் கூறுகின்றனர். 61.

நிரூஹம் நிறைவேறுவதற்கான பொதுப் பிரமாணம்.

தோஷங்களுடைய பலத்தையும், ஔஷதங்களின் தன்மையையும், பிணியாளியின் பிரக்ருதி முதலியவற்றையும் நன்கு ஆலோசித்து, இதையெல்லாம் சிகித்ஸையில் பிரமாணமாகக் கொள்ளவேண்டும். எது எவ்வாறாயினும், நிரூஹம் நன்கு நிறைவேறியதற்கான குறிகள் முற்றிலும் உண்டாகாத வரையில் அவ்வஸ்திப் பிரயோகித்து வருவதை நிறுத்திவிடக்கூடாது. 62.

கர்மவஸ்தி.

முதலில் ஒரு ஸ்நேஹவஸ்தியைச் செய்யவேண்டும்; பிறகு பன்னிரண்டு நிரூஹவஸ்தியும், பன்னிரண்டு அநுவாஸநவஸ்தியும் ஒன்று மாற்றி ஒன்றாகச் செய்யவும்; இறுதியில் ஐந்து ஸ்நேஹவஸ்தியையும் வரிசையாகப் பிரயோகிக்கவேண்டும். இவ்வாறு முப்பது வஸ்திகள் பிரயோகிக்கப்படுமானால் அது கர்மவஸ்தி என்று கூறப்படும். 63.

காலவஸ்தி.

முதலில் ஒரு ஸ்நேஹவஸ்தியைச் செய்யவும்; பிறகு ஆறு ஸ்நேஹ வஸ்திகளைப் பிரயோகிக்கவும்; இந்த ஆறு ஸ்நேஹவஸ்திகளுக்கும் இடையிடையே ஒவ்வொரு கஷாயவஸ்தி விதம் ஐந்து நிரூஹங்களைப் பிரயோகித்து வரவும்; இறுதியில் வரிசையாக மூன்று அநுவாஸநங்களைச் செய்யவேண்டும். ஆக பதினைந்து வஸ்திகளாயின. இந்த முறையில் நிறைவேற்றப்படும் வஸ்திசிகித்ஸைக்கு காலவஸ்தி என்று பெயர். 63¾.

யோகவஸ்தி.

முதலில் இரண்டு ஸ்நேஹவஸ்திகளைப் பிரயோகிக்கவும்; பிறகு மூன்று நிரூஹவஸ்திகளையும், மூன்று அநுவாஸநவஸ்திகளையும் மாற்றி மாற்றிப் பிரயோகிக்கவும்; அப்பால் முடிவில் இரண்டு ஸ்நேஹவஸ்திகளைச் செய்யவேண்டும்; ஆக எட்டு வஸ்திகளாயின. இந்த முறைக்கு யோகவஸ்தி என்று பெயர். 64½.

அநுவாஸந-நிரூஹங்களை மாற்றி மாற்றிப் பிரயோகிப்பதன் ஆவச்யகதை.

அநுவாஸநவஸ்தியையாவது நிரூஹவஸ்தியையாவது தனியாக ஒன்றையே அதிகமாய் உபயோகிக்கக்கூடாது; அநுவாஸநத்தை அதிகமாய் உபயோகித்து வந்தால் தோஷங்கள் மேன்மேலும் கிளறப்பட்டு, அக்னிமாந்த்யமும் ஸம்பவிக்கும்; நிரூஹ

வஸ்தி அதிகமானால் வாததோஷம் பிரகோபித்து அதனால் ஆரோக்கியஹானி உண்டாகும். ஆகையால் நிரூஹவஸ்தியினால் சிகித்ஸை செய்யப்பட்டவன் அநுவாஸநவஸ்தியையும் அடுத்தாற்போல் செய்துகொள்ள வேண்டியவனாகிறான்; அங்ஙனமே அநுவாஸநம் செய்துகொண்டவன் நிரூஹ சிகித்ஸையைச் செய்துகொள்வதும் அவச்யம். 65, 66.

வஸ்தி சிகித்ஸை த்ரிதோஷஹரம்.

இவ்வாறு வஸ்தி சிகித்ஸையானது சரீரத்திற்கு ஸ்நிக்த்தத்தன்மையை விருத்தி செய்வதென்ன, தோஷங்களை வெளிப்படுத்தி சோதநம் செய்வதென்ன இவ்விதமான யுக்தியினால் இச்சிகித்ஸை மூன்று தோஷங்களின் கோளாறுகளையும் அகற்றி ஆரோக்கியமளிக்க வல்லது. 66½.

மாத்ராவஸ்தி.

ஸ்நேஹபாநத்திற்கு எது குறைந்த அளவாகக் கூறப்பட்டிருக்கிறதோ அதே அளவில்[1] ஸ்நேஹ வஸ்தியைப் பிரயோகித்தால் அது மாத்ராவஸ்தி என்று வழங்கப்படும்.[2] 67¼.

அந்த வஸ்தியானது தோஷஹரமாகவும், மாத்ரா வஸ்தியின் மேன்மை. இதைப் பிரயோகிப்பதில் எவ்வித நிர்ப்பந்தமும் கிடையாதாகையால் பயமின்றி பிரயோகிக்கத் தகுந்ததாகவும், பல்யமாகவும், மலத்தை மெதுவாக வெளிப்படுத்தக் கூடியதாகவும், ஆகவே ஸுகமான சிகித்ஸையாகவும் இருப்பதால் பாலர், வயது முதிர்ந்தவர், வழிநடந்தும் சுமையெடுத்தும் வியாயாமம் செய்தும் மனக்கவலை கொண்டும் சிரமப்பட்டவர், வாததோஷத்தினால் பலங்குன்றியவர், அக்னி மாந்த்யமுள்ளவர், அரசர், செல்வவான்கள், ஸுகமாக ஜீவிப்பவர் இவர்களால் இந்த மாத்ராவஸ்தி எப்பொழுதும் உபயோகிக்கத்தகுந்ததாகும். 68, 69.

உத்தரவஸ்தியின் பிரயோஜநம்.

வஸ்தியை ஆச்ரயித்து உண்டாகும் ரோகங்களிலும், ஸ்த்ரீகளுக்கு யோநியையும் கருப்பையையும் பற்றியுண்டாகும் வியாதிகளிலும், இரண்டு மூன்று நிரூஹவஸ்திகளைப் பிரயோகித்து சோதநம் செய்து உத்தரவஸ்தியைப் பிரயோகிக்க வேண்டும். 70.

உத்தரவஸ்திக்கான நேத்திரமும் வஸ்தியும்.

உத்தரவஸ்தியில் இணைக்கக்கூடிய நேத்திரமானது பிணியாளியினுடைய அங்குலியின் அளவுப்படி பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமாகவும், திரண்டு கோபுச்சம்போல் அடி பெருத்து நுனி சிறுத்து, அடியிலும் இடையிலும் கர்ணிகை யென்னும வரம்புகள் அமைக்கப்பட்டு, ஒரு வெண்கடுகு நுழையும்படியான முனைத்வாரத்தை யுடையதாய், வழுவழுப்பாக... மூண்டு, பொன் முதலிய லோஹத்தினால் ஆக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும்; மேலும் அதன் முனை, கூர்மையாயில்லாமல் முல்லை மொட்டு, அலரிப்பூ இவற்றின் பூந்தாது போன்றதாகவும் திடமாகவும் அமைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும். இந்த நேத்திரத்தில் சேர்க்கப்படவேண்டிய வஸ்தியானது மிருதுவாகவும், இலகுவாகவும், அரைப்பலம் அல்லது அந்தந்த நிலைமைகளுக்கு ஏற்ற அளவாக ஔஷதம் கொள்ளும்படியாகவும் இருக்கவேண்டும். 71-72½.

உத்தரவஸ்தியைப் பிரயோகித்தல்.

பிணியாளியானவன், அநுவாஸநவஸ்திக்கு விதிக்கப்பட்டபடி ஸ்நாநம் செய்து, ஆஹாரமுட்கொண்டு, முழங்காலுயரமுள்ள மிருதுவான ஆஸநத்தின்மேல் உடம்பு அசையாமல் நிமிர்ந்து ஸுகமாக

1. இரண்டு யாமங்களில் ஜீர்ணமாகக் கூடிய அளவில் யாதொரு ஸ்நேஹம் உட்கொள்ளப்படுமோ அந்த அளவு என்று அறிக.

2. ஆறுபலம் உத்தமமாத்ரை, மூன்றுபலம் மத்தமமாத்ரை, ஒன்றரை பலம் அற்பமாத்ரை இவ்வாறு மாத்ராவஸ்தியின் அளவு வேறு விதமாகவும் கூறப்படுகிறது.

உட்கார்ந்தபின்பு, ரோக நீண்ட ஆண்குறியில் த்வாரம் சுத்தமாவதற்காக மெதுவாய் ஸூக்ஷ்மமான சலாகையை உட்செலுத்தவேண்டும்; அதனால் த்வாரம் நேரக சுத்தமானதும், ஸேவநீ யென்னும் ஆண்குறியின் கீழ் நேரக தையலைப்போன்ற குறி எந்த வாட்டத்தில் அமைந்திருக்கிறதோ அந்த வாட்டமாக ஆண்குறியின் உள்ளே அதன் முடிவுவரையில் குதத்தினுள் செலுத்தியது போல் நேத்திரத்தை நுழைக்கவேண்டும்; பிறகு வஸ்தி யென்னும் பையினுள் அடங்கிய ஸ்நேஹத்தைப் பீச்சிடவும்; அடுத்தாற்போல் ஸ்நேஹ வஸ்திக்குக் கூறப்பட்டுள்ள உபசார க்ரமத்தைச் செய்வது ஹிதமாயிருக்கும். இந்த விதமாக உத்தரவஸ்தியை மூன்று நான்கு முறை பிரயோகிக்கலாம்; மற்ற பத்தியாதி க்ரமங்களை யெல்லாவற்றையுமே அநுவாஸநத்திற் செய்தது போலவே நிறைவேற்றிவிடலாம். 73-76½.

ஸ்த்ரீகளுக்கு உத்தரவஸ்திக்கு ஏற்ற நிலைமைகள்.

ஸ்த்ரீகளுக்கு ருதுகாலத்தில் மர்மஸ்தலமானது நன்கு விசாலிக்குமாகையால் அந்த ஸமயத்தில் பிரயோகிக்கப்படும் வஸ்தியை அவ்வவயவம் நன்றாகக் கிரஹிக்கும்; ஆகவே அந்த ஸமயத்தால் உத்தரவஸ்தியைச் செய்யவேண்டும்; யோநி நெழுகிவிடுதல், யோநியில் வலி, இரத்தப் பெரும்பாடு, மற்றுமுள்ள யோநி ஸம்பந்தமான கோளாறுகள் இவ்விதமான அபாயகரமான நிலைமைகள் ஸம்பவிக்கும்போது ருதுவில்லாத இதர ஸ்மயங்களிலும் ஸ்த்ரீகளுக்கு உத்தரவஸ்தியைச் செய்யலாம். 77, 78.

ஸ்த்ரீகளுக்கு உத்தரவஸ்தியில் நேத்திரப்பிரமாணம் முதலியது.

கருப்பையில் உபயோகிக்கவேண்டிய நேத்திரம் பத்து அங்குலம் நீளமாகவும், ஒரு பயறு நுழையக் கூடிய த்வாரமுள்ளதாகவும் இருக்கவேண்டும்; அதில் நாலு அங்குலம் கர்ப்பாசயத்தினுள் வஸ்திப்ரயோகம் செய்கையில் செலுத்தலாம். மூத்திரமார்க்கத்தில் இரண்டு அங்குலம் செலுத்தலாம். மூத்ரக்ருச்ச்ரம் என்னும் நீர்ச்சுருக்கு முதலான விகாரங்களில் பாலர்களுக்கு ஒரு அங்குலம் உட்செலுத்தலாம். 79, 79½.

உத்தரவஸ்தியில் ஔஷத அளவு.

ஸ்த்ரீகளுக்குப் பிரயோகிக்கப்படும் உத்தரவஸ்தியில் பொதுவாக ஒரு பலம் ஔஷதம் மத்திமமாத்திரையாகும். சிறுவர்களுக்கோ அரைக்கால்பலல் மத்திம மாத்திரையாம். 80.

ஸ்த்ரீகளுக்கு உத்தரவஸ்தி பிரயோகிக்கும் முறை.

உத்திரவஸ்தி செய்துகொள்பவள், துடைகளிரண்டையும் நன்றாக மடக்கிக்கொண்டு, முழங்கால் உயர்ந்து நிற்க நிமிர்ந்து சயனித்துக்கொள்ளவும்; பிறகு தினம் ஒன்றுக்கு மூன்று நான்கு முறை உத்தரவஸ்தியைப் பிரயோகிக்கலாம்; இவ்வாறு மூன்று நாள் உத்தரவஸ்தி செய்வது முறை; ஒவ்வொரு நாளும் உத்தரவஸ்திக்கு அவச்யமான ஸ்நேஹத்தை அளவில் கிரமமாக விருத்திசெய்து வரவும்.[1] இங்ஙனம் செய்ததும் மூன்றுநாட்கள் விட்டு மறுபடியும் மூன்றுநாள் முன்போலவே பிரயோகிக்க வேண்டும். 81,82.

1. முதல்நாள் அரைக்கால் பலமும், இரண்டாவதுநாள் கால்பலமும், மூன்றுவது நாள் அரைப்பலமும் பிரயோகிக்கவேண்டும். பிறகு மூன்றுநாள் இடையில்விட்டு மீண்டும் மூன்று நாள் உத்தரவஸ்தியைச் செய்யும்போது முதல்நாள் அரைப்பலமும், இரண்டாவது நாள் முக்கால் பலமும், மூன்றுவதுநாள் ஒரு பலமும், பிரயோகிக்கவேண்டும்.

வமந-விரேக-வஸ்திகளுக்கு இடையில் இருக்கவேண்டிய கால அளவு.

வமநசிகித்ஸையைச் செய்தபிறகு ஒரு பக்ஷம் கழித்து விரேகம் செய்விக்கவேண்டும்; பிறகு ஒரு பக்ஷம் கழித்து நிரூஹவஸ்தியைப் பிரயோகிக்கலாம்; நிரூஹசிகித்ஸையைச் செய்துகொண்டவன் உடனே அநுவாஸநம் செய்துகொள்ளவேண்டும்; விரேக சிகித்ஸை செய்துகொண்டவனோ ஒரு வாரத்தில் அநுவாஸநம்செய்துகொள்ளவேண்டும். 83.

வஸ்திசிகித்ஸையினால் தோஷங்கள் பரிஹரிக்கப்படுவதற்கு திருஷ்டாந்தம்.

குஸும்பம் முதலிய நிறப்பொருட்களைக் கரைத்த ஜலத்திலிருந்து வஸ்திரமானது வர்ணத்தைக் கிரஹிப்பதுபோலவே, வமநவிரேகாதிகளுக்குரிய ஔஷதப்பிரயோகங்களால் இளகிய தேஹத்திலிருந்து ஸ்வதியானது தோஷங்களைப் பிரித்து வெளிப்படுத்தும் இயல்புடையதாம். 84.

வாதத்திற்குள்ள விசேஷ பலமும் அதற்குப் பரிஹாரமான வஸ்தியின் மேன்மையும்.

கை-கால்களைப்பற்றியும், கோஷ்டம்என்னும் குடலைப்பற்றியும், மர்மஸ்தானங்களென்ன-சிரஸ்என்ன-மற்றுமுள்ள அகில அங்கங்களென்ன இவற்றை ஆச்ரயித்தும் எந்தரோகங்கள் உண்டாகின்றனவோ அவையெல்லாம் உற்பத்தியாவதற்கு வாயுவைத்தவிர வேறு காரணம் ஒன்றுமில்லை. வாயுவானது சயாவஸ்த்தையடைந்த மலம், கபம், பித்தம் முதலிய தோஷங்களை ஆகர்ஷித்தும் தேஹமெங்கும் பரப்பியும் கோளாறுகளையுண்டுபண்ணும் சக்தியுடையதாகையால், அதிகமாய் விருத்தியடைந்த அவ்வாத தோஷத்தை சமநம்செய்வதற்கு வஸ்தியைத்தவிர்த்து வேறொரு ஔஷதமும் கிடையாது. ஆகையால் பலவிதமாயுள்ள சிகித்ஸைகள் யாவும் ஒரு பாகமாகவும், வஸ்திசிகித்ஸை ஒன்றுமாத்திரம் ஒரு பாகமாகவும் சிலவைத்தியநிபுணர்களால் கூறப்படுவதுண்டு [1] அங்ஙனமே நிஜரோகங்களுக்கும் [2] ஆகந்துகரோகங்களுக்கும் [3] ஆச்ரயமாயுள்ள இரத்தத்திற்கு[4] ஸிராவ்யதையும்[5] பிரதானமான அரைவாசி சிகித்ஸையாகக் கருதப்படுகிறது. 85-87.

---

1. வாதத்தினால் 80-வித வியாதிகளும், பித்தத்தால் 40-வித வியாதிகளும், கபத்தால் 20-வித வியாதிகளும் உண்டாவதால், பெரும்பான்மையான வியாதிகளுக்கு வாததோஷமே காரணமாகவும், அதைப் பரிஹரிக்கக் கூடியதாயிருப்பதால் வஸ்தி சிகித்ஸை மற்றெல்லாவற்றினும் சிகித்ஸையில் அதிக உபயோகமுள்ளதென்றும் கருதி இங்ஙனம் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

2. நிஜரோகங்கள்—வாத-பித்த-கபங்களால் உண்டாகும் வியாதிகள்; பாண்டுரோகம், காமாலை, அதிஸாரம் முதலியவை.

3. ஆகந்துகரோகங்கள்—விஷப்பற்றி, அபிகாதம் முதலியவெளிக் காரணங்களால் உண்டாகும் வியாதிகள்.

4. இங்கு இரத்தம் என்பதால் அசுத்தமான இரத்தம் குறிப்பிடப்படுவதாய் அறிக.

5. ஸிராவ்யதை—ஸிரை யென்னும் காரிரத்தக் குழாயைக் கீண்டு அசுத்தரத்தத்தை வெளிப்படுத்தும் சிகித்ஸை.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்:
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol. III. | நளவருஷ ஆனிமீ—JULY—1916. | ஸஞ்சிகை 11. No. 11.

REGISTRAR ... 15 NOV 1916 ...

HOW TO USE COW'S MILK FOR CHILDREN.

தாய்ப்பால் இல்லாத குழந்தைகளுக்கு பசும்பால் உபயோகிக்கும் முறை.

BY J. V. RAMASWAMI NAIDU, L.M. & S,
Physician & Surgeon.

---

1. நமது தேசத்தில் பிறக்கும் குழந்தைகளில் சுமார் நாலில் ஒருபங்கு, முதல் வருஷத்திற்குள்ளேயே இறந்துபோகின்றன. இதற்குக் காரணங்கள் அநேகம் உண்டு. அவைகளில் முக்கியமானதும் சுலபமாய் தடுக்கக் கூடியதுமான காரணம் சிசுக்களின் ஆஹாரத்தைப்பற்றியதே ஆகையால், குழந்தைகளின் ஆஹார விஷயமாய் அடியிற்கண்ட சிலஸங்கதிகளை வெளிப்படுத்துவதினால் நன்மை உண்டாகுமென்று நம்புகிறேன். சிசுக்கள் பிறந்த 9-மாதம் வரையிலும் அவற்றிற்குத் தக்க ஆஹாரம் அவற்றின் தாய்ப்பாலேயாம். இதை முதல் இரண்டு மாதங்களில் பகலில் இரண்டு மணி நேரத்திற்கு ஒரு தரமும், மூன்றாவது மாதத்தில் $2\frac{1}{2}$-மணி நேரத்திற்கு ஒரு தரமும், அதன்பின் பால் நிறுத்துகிறவரையிலும் மூன்றுமணி நேரத்திற்கு ஒருதரமும் ஊட்டவேண்டும். இராக்காலத்தில் அதாவது 10-மணிமுதல் காலை 6-மணிக்குள்ளாக இரண்டு தடவை ஊட்டவேண்டும். இதைவிட அதிகமாய் ஊட்டுவதினால் தாய்க்கு நித்திரை தடைபட்டு ஆரோக்கியக் குறைவு உண்டாகும். சிசுவுக்கு பால் ஊட்டுவதற்கு முன்னும் பின்னும் தாயானவள் தன் ஸ்தனங்களின் காம்புகளையும் குழந்தையின் வாயையும் சுத்தம்பண்ணவேண்டும். இப்படிச் செய்வதினால் காம்புகளில், வெடிப்பு, இரணம், கட்டி முதலியவைகள் உண்டாகமாட்டா. பால் கொடுக்கவேண்டிய ஸமயத்தில் குழந்தை நித்திரை செய்துகொண்டிருந்தால் குழந்தையை எழுப்பி பால் ஊட்டவேண்டும். ஸாதாரணமாய் இப்படிச் செய்வது தாய்களுக்கு இஷ்டம் இராது. ஆனபோதிலும் சரியான காலத்தில் குழந்தைகளுக்கு ஊட்டுவதே நன்மை. குழந்தைக்குப் போதுமான பால் தாயாரிடம் இல்லாவிட்டால் தக்க ஆஹார போஷணையினால் தாயின் பால் அதிகரிக்கும்படி செய்து கொள்ளவேண்டும்.

2. எக்காரணத்தினாலாவது குழந்தைக்குப் போதுமான பால் தாயாரால் கொடுக்க ஸாத்தியப்படாவிட்டால், குழந்தைக்குப் பால் கொடுப்பதை நிறுத்திவிடாமல், தன் பாலுடன் பசும்பாலை தக்கப்படி ஜலம் சேர்த்துக்கொடுத்துவரவேண்டும். குழந்தைகளுக்குப் பசும்பால் தான் சிறந்தது இது அநேக குழந்தைகளுக்கு ஒத்துக்கொள்ளும். அப்படி ஒத்துக்கொள்ளாத சில குழந்தைகளுக்கு வெள்ளாட்டுப்பால் கொடுக்கலாம். வெள்ளாட்டுப்பாலில் ஒருவிதமான வாஸனை இருந்தபோதிலும் சிசுக்களுக்கு ஆக்கிராண சக்தி குறைவாய் இருப்பதினால் இது ஒரு பொருட்டல்ல. குழந்தைகளுக்குப் பால் ஊட்டவேண்டிய கிரமத்தைக் குறிப்பிடும் ஓர் அட்டவணை இதனடியில் சேர்க்கப்பட்டிருக்கிறது. நேயர்கள் அதைக் கவனிப்பது மிக்க உபயோக கரமாயிருக்கும்:—

சிசுவின் வயது.	24-மணி நேரத்திற்குள் எத்தனை தரம் பால் கொடுக்க வேண்டுமென்பது.	எத்தனை பங்கு பாலுக்கு எத்தனை பங்கு ஜலம் அல்லது பாலரிசி ஜலம் சேர்க்க வேண்டுமென்பது.		ஒவ்வொரு தரம் ஜலம் சேர்ந்த பால் எவ்வளவு கொடுக்க வேண்டுமென்பது.	24-மணி நேரத்திற்குள் ஜலம் சேர்ந்த பசும்பால் எவ்வளவு கொடுக்கவேண்டுமென்பது.
		பால்.	ஜலம். அல்லது பார்லிவாடர்.		
1-மாதம்.	10	1	2	1-அவுன்ஸ் முதல் $2\frac{1}{2}$-அவுன்ஸ் வரையிலும் கிரமக் கிரமமாய் அதிகப்படுத்திக் கொண்டுவர வேண்டும்.	4-அவுன்ஸ் முதல் 10-அவுன்ஸ் வரையிலும்.
2-3-மாதம்.	10-முறையிலிருந்து 8-க்கு கிரமமாகக் குறைக்கவேண்டும்.	1	1	$2\frac{1}{2}$-அவுன்ஸ் முதல் கொண்டு $4\frac{1}{2}$-அவுன்ஸ் வரையிலும்.	10-அவுன்ஸ் முதல் கொண்டு 15-அவுன்ஸ் வரையிலும்.
4-மாதம் முதல் 6-மாதம் வரையிலும்.	ஒரு நாளைக்கு 7-தடவை.	2	1	ஒரு வேளைக்கு $4\frac{1}{2}$-அவுன்ஸ் முதல் கொண்டு $7\frac{1}{2}$-அவுன்ஸ் வரையிலும்.	20-அவுன்ஸ் முதல் கொண்டு 30-அவுன்ஸ் வரையிலும்.
7-முதல் 9-மாதம் வரையிலும்.	ஒரு தினத்திற்கு 6-தடவை.	3	1	7-அவுன்ஸ் முதல் கொண்டு 10-அவுன்ஸ் வரை.	30-அவுன்ஸ் முதல் கொண்டு 40-அவுன்ஸ் வரை.

HABITS AND THEIR EFFECTS.

பழக்கத்தின் பயன்.

BY T. A. AGASTYA SARMA,
Physician and Surgeon.

முன்னுரை.

உலக வியவஹாரத்தில் உயர்வும் தாழ்வும் அவரவருடைய பழக்கங்களினாலேயே ஏற்படுகின்றன. ஒருவன் எந்தக் காரியம் செய்வதற்குத் தன் தேஹத்தையும் மனத்தையும் பழக்கப்படுத்திக்கொள்கிறானோ அந்தக் காரியத்தையே அவன் அடிக்கடி செய்கிறவனாவான். அந்தச் செய்கையினால் வரும் லாப நஷ்டங்களும் ஸுக துக்கங்களும் அவனையே சார்கின்றன. லாபமும் ஸுகமும் அதிகமானால் அதை நற்பழக்கமென்றும், நஷ்டமும் துக்கமும் அதிகமானால் அதைத் தீப்பழக்கமென்றும் சொல்லுகிறோம். பழக்கங்கள் நல்லவையென்பதும் கெட்டவை யென்பதும் அவைகளின் பயன்களினால் விளங்குகின்றன.

சில பழக்கங்கள் நல்லவை யென்றும், சில தீயவை யென்றும், சில அவசியமானவையென்றும், சில அனாவசியகமென்றும் நம்முன்னோர்கள் அனுபவத்தினால் தெரிந்து அவைகளை நமக்கு விவரமாய் எடுத்துச் சொல்லியிருக்கிறார்கள். அப்படிப் பெரியோர்கள் நமக்கு வழி காட்டும்பொருட்டு எழுதிவைத்திருக்கும் நூல்கள் சாஸ்திரங்கள் எனப்படும். சாஸ்திரங்களில் அடங்கிய விஷயங்களிற் சில விதிகளாகவும், வேறு சில விலக்குகளாகவும் இருக்கும்.

விதிகளென்பவை நம் நன்மையின் பொருட்டு நாம் அவசியமாய்ச் செய்யவேண்டுமென்று கூறும் வாக்கியங்களாம். விலக்குகளென்பவை நாம் நமது நன்மையின் பொருட்டுச் செய்யாதொழிக்க வேண்டிய காரியங்கள் இன்னவையென்று கூறும் வாக்கியங்களாம். இவ்விடத்தில் நாம் எடுத்துரைக்க மேற்கொண்ட விஷயங்கள் சாஸ்திரங்களின் இரண்டாம் பகுதியாகிய விலக்குகளைப் பற்றியேயாம். அந்த விலக்குகளிலும் இக்காலத்தில் நமது நாட்டாருக்கு மிகுந்த

துன்பத்தை விளைக்கும் சில விஷயங்களைப்பற்றி மாத்திரமே கூறுவோம்.

மேற் சொல்லியபடி துன்பம் விளைக்கும் விஷயங்கள் நம்மவர் மேற் கொண்டிருக்கும் கெட்ட வழக்கங்களினாலேயே நேர்ந்திருப்பதனால், அந்த வழக்கங்களைப் போக்கடிக்கும் பொருட்டு அவைகளின் குணாகுணங்களை ஆராய்ந்து பார்ப்போம். பலவகைத் துன்பங்களுக்கும் காரணமாயிருக்கும் கெட்ட பழக்கங்களுள் முக்கியமாய்க் கருதப்படுபவை ஆரோக்கியத்தையும் ஐச்வரியத்தையும் அழிக்கத்தக்க லாகிரி வஸ்துக்களையும், அவற்றின் இனத்தைச் சேர்ந்தவைகளையும் உபயோகிக்கும் வழக்கங்களாம்.

லாகிரி வஸ்துக்கள் முதலியன.

லாகிரி வஸ்துக்களாவன: மயக்கந்தரத்தக்க பொருள்கள். மயக்கமாவது மெய்ம்மறதியும் புலன் தடுமாற்றமும் புத்திக்கேடுமாம். இந்தக் காரியங்களை நேரே செய்பவை லாகிரி வஸ்துக்களெனப்படும். நேரே அவ்வளவு தீமையையும் செய்யாமல் ஒருவாறு சீர்குலைப்பவைகளை லாகிரி வஸ்துக்களின் இனத்தைச் சேர்ந்தவைகளெனக் கூறுவோம். இப்படித் தீமை பயக்கும் பழக்கங்களுக்கு இடந்தரும் வஸ்துவிசேஷங்களாவன:—1. புகையிலை, 2. கஞ்சா, 3. அபின், 4. சாராயம் என்பனவாம். இவை ஒவ்வொன்றையும் பற்றிச் சிறிது விவரமாய்க் கூறுவோம்.

புகையிலை.

புகையிலையின் ஆதி வரலாறு:—புகையிலை யென்பது பிறநாட்டினின்று நமது தேசத்திற்குக் கொண்டு வந்து பயிர் செய்யப்பட்ட செடியாகும். ஆதலின், அதற்கு நமது முற்காலத்து நூல்களில் பெயரும் விவரமும் கிடையா. நவீனமாய் இக்காலத்தில் உபயோகிக்கும் உருளைக்கிழங்குக்கு அதன் வடிவத்தைக் கொண்டு பெயரிட்டிருப்பதுபோல, புகையிலைச் செடிக்கும் அதன் முக்கியமான குணத்தைப்பற்றிப் புகையிலைச் செடி என்னும் காரணப் பெயர் வழங்குகின்றோம்.

இது அங்கிலேயரால் நமது நாட்டுக்குக் கொண்டு வரப்பட்ட சரக்காகும். அவ்வளவு நவீனமாய் நமது நாட்டுக்கு வந்ததாயினும், அது எல்லா ஊர்களிலும், மூலைமுடுக்குகளிலும் விலக்கின்றி ஆட்டக் கடுதாசிகளைப்போல் (Playing Cards.) வியாபித்திருக்கின்றது.

இது அங்கில நாட்டுச் செடியுமன்று; அவர்களும் மற்றொரு தேசத்திலிருந்து கொண்டுவந்து பயிர் செய்தார்கள். எலிஜபத்ராணியின் காலம் வரைக்கும் பிரிட்டானியா முதலிய தேசங்களில் புகையிலையைப்பற்றி ஒருவருக்கும் ஒரு விஷயமும் தெரியாது. அந்த ராணியின் காலத்தில் ஸர் வால்டர் ராலி என்பவர் பரிவாரங்களுடன் அமெரிக்காவிலுள்ள வர்ஜீனியா என்னும் இடத்திற்குப் போயிருந்தார். அவ்விடத்துக் குடிகள் புகையிலையை அதிகமாய் உபயோகிப்பதை அவர் கண்டார். அவர் அதை அங்கே உபயோகித்துப் பார்த்துத் தம் தேசத்திற்கும் கொண்டு வந்து வியாபகப்படுத்தினார். அவர் கொண்டுவந்தது 1586-ஆம் வருஷத்திலாகும். அதன் குணங்களை எடுத்தோதுமளவில், அது அஜீர்ணத்தைக் கண்டிக்குமென்று அவர் எல்லாருக்கும் தெரிவித்தார். ஆதியில் அது விஸ்தாரமாய்ப் பயிரிடப்படாமையால் அதன் விலை அதிகமாயிருந்தது. அப்பொழுது செல்வவான்கள் மாத்திரமே அதிக பணங்கொடுத்துப் பெருவாழ்வுக் குறியாகப் புகையிலையை வாங்கி அருமையாய் உபயோகித்து ஆனந்தித்து வந்தார்கள். 1607-ஆம் வருஷத்தில் பிரிட்டானியா தேசத்தவர் வர்ஜீனியாவிலுள்ள ஜேம்ஸ்டன் என்னும் பட்டணத்திற்குப் போய்க் குடியேறி அதனைத் தங்கள் ஸ்வாதீனப்படுத்திக்கொண்டார்கள். இந்தப் பட்டணமானது புகையிலை விளைவதற்குத் தக்க பூமியாக விருந்தது. அதனால் அதை அவ்விடத்தில் நன்றாய்ப் பயிரிட்டுத் தங்கள் தேசத்திற்கு ஏராளமாய் அனுப்பிக்கொண்டு வந்தார்கள். அதுமுதல் அதன் விலை குறைந்தது; அனைவரும் அதனை அதிகமாய் உபயோகிக்கத் தலைப்பட்டார்கள்.

எலிஜபத்தின் காலம் 1603-ஆம் வருஷத்தில் முடிவுபெற்றது. அதற்குப் பிறகு பிரதம ஜேம்ஸ் என்பவர் அங்கிலப்பட்டத்திற்கு வந்தார். அவருடைய காலத்திலே அங்கிலேயர் அமெரிக்காவிலுள்ள ஜேம்ஸ்டன் என்னும் பிரதேசத்தைக் கைப்பற்றினார்கள். தீய வழக்கம் அதிதீவிரமாய்ப் பரவுமாதலின், புகையிலையை உபயோகிக்கும் வழக்கம் அங்கில நாடெங்கும் விரைவில் வியாபித்தது. அதன் கொடுமையைக் கண்டு பிரதம ஜேம்ஸ் என்னும் மன்னர் அதன் வியாபகத்தைத் தடுக்கும்பொருட்டுப் பலவகையான நிர்ப்பந்தங்கள் ஏற்படுத்தினார். அதற்கெனச் சில சட்டங்கள் அமைத்தார். புகையிலையோ அவைகளுக்கடங்காமல் மேம்பட்டு விளங்கி அனைவரையும் தனக்கு அடிமையராக்கிக்கொண்டது.

தொடக்கத்தில் அது புகைபிடிப்பதற்கு ஏற்ற இலையாக உபயோகப்பட்டு வந்தது. புகையிலை அதிகமாய்ப் பரவவொட்டாமற் செய்ய வேண்டுமென்று

பிரதம ஜேம்ஸ் மன்னர் பிரயத்தனப்பட்டார் என்று சொன்னோம். அவர் 1625-ஆம் வருஷம் வரையில் அரசு செலுத்திவந்தார். அவருடைய காலத்தில் 1624-ஆம் ஆண்டில், தேவாலயங்களுக்குள் புகைகுடிப்பவர்களை ஜாதிக்கட்டினின்றும் விலக்கிவைப்போமென்று அவர்களுடைய மதகுருவாகிய போப் என்பவர் வைதிகச் சட்டம் ஏற்படுத்திப் பிரசடித்தார்.

பிறகு, அது புகைகுடிப்பதற்கு மாத்திரமேயல்லாமல் மூக்குப் பொடியாய் உறிஞ்சுவதற்கும் உபயோகப்பட்டுவந்தது. நாளடைவில் மூக்குப்பொடி வியாபாரம் அதிகரிக்க, புகையிலைச் சுருட்டு வியாபாரம் மட்டுப்பட்டது. பிரதம சார்ல்ஸ் என்னும் அரசருடைய காலத்தில் (1625-1649) புகையிலை வியாபாரம் நமது நாட்டில், உப்பு, கஞ்சா, அபின் என்னும் சரக்குகள் இப்பொழுது இருப்பதுபோலத் துரைத்தனத்தாருடைய அதீனத்திலேயே இருந்தது. சிறிது காலத்திற்குப் பிறகு அந்தத் தலைமையுரிமையை துரைத்தனத்தார் கைவிட்டார்கள். அதற்குப் பிறகு புகையிலையென்பது பொது வியாபாரச் சரக்காயிற்று. மற்றொரு காலத்தில் மூக்குப் பொடியின் பெருமை குன்றிப் புகைச் சுருட்டே பிரபலமாயிற்று. சிறிது காலத்திற்குப் பிறகு மூன்றாம் ஜார்ஜ் என்பவரின் அரசாட்சியில் (1760-1820) மூக்குப்பொடிக்கு மஹாத்துவம் அதிகரித்தது. இப்பொழுது ஐரோப்பாக் கண்டத்தில் மூக்குப்பொடியைவிடப் புகையிலைச் சுருட்டே நாகரிகப் பாங்காக வழங்குகின்றது.

1617-ஆம் ஆண்டில் அமெரிக்கா தேசத்திலுள்ள பிரேஸீல் (Brazil) மாகாணத்தினின்று புகையிலை முதன்முதலில் இந்தியாவுக்கு வந்தது. இங்கிருந்து அது ஸியாம், சீனா முதலிய நாடுகளுக்குப் பரவியது.

இப்பொழுது நாம் புகையிலையை மூக்குப் பொடியாகவும், பெரிய புகைச் சுருட்டாகவும், சிறிய புகைச் சுருட்டாகவும், புகைச் சுங்கானுக்குத் தூளாகவும், வாயிலடக்கிக்கொள்ளும் கார இலையாகவும் உபயோகித்து வருகிறோம். இவைகளுள் ஏதாவது ஒரு வகையில் புகையிலையை யுபயோகியாதவர்கள் நமது நாட்டில் மிகவும் சொற்பம்.

புகையிலையில் அடங்கிய அம்சங்கள்:— புகையிலையில் அமைந்திருக்கும் ஸத்துக்களுள் முக்கியமானவை இரண்டாகும். அவை நிகோடீன் (Nicotine), பைரிடீன் (Pyridine) என்பனவாம். இவ்விரண்டினுள் நிகோடீன் என்பதே பிரபலமானது. பைரிடீன் என்பது வாயின் உட்புறத்திலும், மூச்சுக்குழல்களின் உட்புறத்திலும் அமைந்திருக்கும் மெல்லிய சவ்வுகளை வறட்டி அழற்சி யுண்டாக்குகின்றது.

மற்றொரு ஸத்தாகிய நிகோடீன் என்பது மேற்சொல்லிய பைரிடீனைவிட அதிகமாய்ப் புகையிலையில் அமைந்திருக்கின்றது.

ஏறக்குறைய $3\frac{1}{2}$ அவுன்ஸ் புகையிலையை உபயோகிக்கும் அளவில் 410 க்யூபிக் ஸெண்டிமீடர்ஸ் (Cubic centimetres) * அளவுள்ள கார்பன் மானக்ஸைட்(Carbon Monoxide) என்னும் வாயு உண்டாகின்றது. இது மிகக் கொடிய விஷவாயுவாகும். புகையிலையில் ஏற்கெனவே நிகோடீன் என்னும் விஷம் சேர்ந்திருக்கிறதென்று சொல்லியிருக்கிறோமல்லவா? இலையிலுள்ள நிகோடீன் விஷத்தில் ஏறக்குறைய சரிபாதி அந்த இலையின் புகையிலும் அகப்படுகின்றது. புகையிற் காணப்படும் நிகோடீன் விஷத்தின் அளவு அந்தப் புகையிலைக்கும் குடிக்கிறவனுடைய வாய்க்கும் உள்ள தூரத்தைப் பொருத்திருக்கின்றது; அதாவது சுங்கான் குழாயின் நீளத்திற்குத் தக்கபடியும், ஸிகரெட் சொருகும் குழலின் நீளத்திற்குத் தக்கபடியும், புகைச்சுருட்டின் நீளத்திற்குத் தக்கபடியும் புகையிலுள்ள நிகோடீனின் அளவு மாறுபடுகின்றது.

புகையிலை பொல்லாப் பழக்கச் சரக்கு:— புகையிலை யென்பது ஒரு விஷம். அதுபோலவே மதுஸாரமும் (Alcohol), அபினியும், கோகெயினும் (Cocaine) விஷங்களாம். அது மாத்திரமேயன்றி, மதுஸாரம், அபினி, கோகெயின் என்பவைகளைப் போலவே புகையிலையும் ஒரு மருந்துச் சரக்காகும். மேற்சொல்லிய மற்ற மூன்று சரக்குகளைப் போலவே புகையிலையும் ஒருகால் பழக்கமாகிவிட்டால் பிறகு அது தவிர்க்க முடியாத பழக்கத்திற் கிடமாகின்றது.

புகையிலை யென்பது எக்காலத்தும் விஷமே. மானிட தேஹத்தில் அது விஷமாகவே பாய்கின்றது. அந்த விஷத்தின் கொடுமை உட்கொள்ளும் புகையிலையின் அளவுக்கும், உட்கொள்பவனுடைய உடற் கூற்றிற்கும் தக்கபடி மாறிக்காணும். ஆனால், மூளை, நரம்பு ஜாலங்கள், இருதயம், இரத்தக்குழாய்கள், சுவாஸகோசங்கள் ஆகிய இவைகளின் மீதும், மற்றுமுள்ள உறுப்புக்களின் மீதும் இந்தச் சரக்கு செய்யும் வேலை மிக வஞ்சகமானது. முதன் முதலில் அதனை உட்கொண்ட மாத்திரத்திலேயே அது தேஹத்திற் கொடிய விஷத்தைப் புகட்டுகின்றது. அந்த விஷத்தின் கொடுமையைப் பொருட்படுத்தாமல் மேலும் மேலும் அதை உபயோகிக்குமளவில் அது வழக்கத்தினால் விஷமில்லாததுபோல் தோன்றுகின்றதாயினும் தேஹத்தை உள்ளூறக் கெடுக்கின்றது. அவ்வாறு நெடுங்காலம், அனேக ஆண்டுகள், மனிதனை ஏமாற்றும். தீமை முதிர்ந்துபோகும் வரையில், அதாவது விரந்தரமான கெடுதி செய்கிற வரையில் அது தன்னுடைய தன்மை தெரியவொட்டாமல் காத்துக்கொள்கின்றது.

* மீடர் என்பது மூன்றேகால் அடி அல்லது சுமார் 39 அங்குலம் நீளமுள்ள அளவு. ஸெண்டிமீடர் என்றால் $\frac{1}{100}$ மீடர் எனப் பொருள். க்யூபிக் ஸெண்டிமீடர் என்றால் $\frac{1}{100}$ கன மீடர் அளவு.—ப.ர.

அதிகமாயாவது கொஞ்சமாயாவது புகையிலையை வழக்கமாய் உபயோகிப்பதனால் ஆரோக்கிய முண்டாகின்றதென்றேனும், பலம் அதிகரிக்கின்றதென்றேனும், ஆயுள் நீடிக்கின்றதென்றேனும், வேறு எவ்வகையிலாவது மானிட தேஹத்திற்கு அனுகூலம் ஏற்படுகின்றதென்றேனும் உண்மையில் எவரும் ஸாதிக்க முடியாது. புகையிலையானது நன்மையும் செய்யாது தீமையும் செய்யாது என்று நினைக்கவேண்டாம்; அதன் பயன் நன்மையாயிராவிட்டாலும் தீமையாய்ப் பரிணமிக்காதென்றெண்ண வேண்டாம். அது மானிடதேஹத்தில் நன்றாய் வேலை செய்கின்றது; அதன் பயன் எப்பொழுதும் தீமையே. அந்தத் தீமையின் அளவுமாத்திரம் மேற்சொல்லியபடி மாறக்கூடும். தொடக்கத்தில் அதன் தீமை புலப்படாதிருக்கலாம். அதனால் அது தீயதன்றென்று எண்ணி ஏமாறக்கூடாது.

நிகோடீன் என்பது நரம்புகளைக் கெடுப்பதற்கேற்ற பிரஸித்தமான விஷம்; சிலநாட் பழக்கத்திலேனும், பலநாட் பழக்கத்திலேனும் மூளையிலுள்ள நரம்பு விலங்களையும் (Nerve cells), நரம்பிழைகளையும் (Nerve fibres) அது தாக்குகின்றது. அப்படியே தேஹத்தின் மற்ற உறுப்புக்களையும் ஐம்புலன்களையும் தாக்குகின்றது.

THE SUPERIORITY OF HUMANITY AND ITS PRESERVATION.

மானிட தேஹத்தின் உயர்வும் அதன் பாதுகாப்பும்.*

By Mr. RAJAGOPALA AIYAR, M.A.,
Professor, Government College, Kumbakonam.

இவ்வுலகில் நாம் காண்கின்ற மிருகங்கள் பறவைகள் முதலிய எல்லா ஜீவவர்க்கங்களைவிட மானிட வர்க்கம் மிக உயர்வுடையதென்று பொதுவாய் யாவராலும் உணரப்பெற்றிருப்பினும், அவ்வுயர்வைச் சில சாஸ்திரப் பிரமாணங்களாலும் யுக்திகளாலும் நன்கு விளங்குமாறு இங்கு விரித்துக் கூறுகிறேன்.

பிரம்ம ஸ்ருஷ்டியிலடங்கிய ஜீவவர்க்கங்களின் தொகை எண்பத்துநான்கு லக்ஷம் என்றும், அவற்றுள் மானிடவர்க்கம் மிக உயர்வு பெற்றதென்றும் மஹர்ஷிகள் நமது சாஸ்திரங்களிற் கூறியிருக்கின்றார்கள்.

चत्वार्यशीतिर्लक्षाणि संख्याता जीवराशयः ।
ब्रह्मसृष्टिगता राजन् उत्तमास्तेषु मानवाः ॥

ஜீவவர்க்கங்களின் உயர்வு அவற்றின் ஞானசக்தியையும் கிரியாசக்தியையும் பொறுத்திருக்கின்றது. கடவுள் எல்லாப் பிராணிகளுக்கும் இவ்விரண்டு சக்திகளையும் அளித்திருக்கின்றனர். ஈக்கள், எறும்புகள், கொசுக்கள் முதலிய அற்பப் பிராணிகளிடத்திலும் இவ்விரண்டு சக்திகளையுங் காண்கின்றோமல்லவா? ஆயினும், எல்லாப்பிராணிகளும் மானிடரைப்போல ஞானேந்திரியங்களெனக் கூறப்படும் கண், காது, மூக்கு, நாக்கு, தோல் என்ற ஐவகை ஞானக் கருவிகளையும், கர்மேந்திரியங்களென வழங்கப்படும் வாக்கு, பாணி, பாதம், வாயு, உபஸ்தம் என்ற ஐவகைச் செய்கைக் கருவிகளையும் பெற்றிருக்கவில்லை. சில ஓரறிவு பெற்ற பிராணிகளாகவும், சில ஈரறிவுள்ளனவாகவும், சில மூவறிவு கொண்டனவாகவும், சில நான்கறிவமைந்தனவாகவும், சில ஐந்தறிவுடைய பிராணிகளாகவும் இருப்பதை நாம் ஒவ்வொரு பிராணிவர்க்கத்தையும் உற்று நோக்குங்கால் எளிதில் உணரலாம். இப்படியே செய்கைக் கருவிகளிலும் எல்லாவற்றையும் எல்லாப் பிராணிகளும் பெற்றிருக்கவில்லை. மானிடரோ இவ்விருவகைக் கருவிகளை முற்றிலும் பெற்றிருக்கின்றார்கள். மேலும், மானிடர் ஞானக் கருவிகளாலும் செய்

* கும்பகோணம் இந்திய ப்ராசீனவைத்திய ஸமாஜத்தில் செய்த உபந்யாஸம்; வைத்தியாபிமானியான மிஸ்டர் நா. ஸதாசிவம்பிள்ளை அவர்களால் "வைத்திய கலாநிதிக்காக" அனுப்பப்பட்டது.

கைக் கருவிகளாலும் எவ்வளவுதூரம் விஷயங்களை அறியவும் செய்கைகளைச் செய்யவும் கூடுமோ அவ்வளவுதூரம் அவற்றை அறியவும் செய்யவும் பிற பிராணிகளாற் கூடாதென்பது யாவராலும் உணரத்தக்கது. சிறக, மானிடர் இவ்விருவகைக் கருவிகளுக்கும் அதிபதியாயும், மனஸ், புத்தி, சித்தம், அஹங்காரம் என்றும் நான்கு வகைப்பட்டதாயுமுள்ள அந்தக்கரணம் என்னும் சிறந்த உட்கருவியைப் பெற்றிருப்பதுபோல பிற ஜீவவர்க்கங்கள் அதனைப் பெற்றிருக்கவில்லை. இவ்வுட்கருவியே பிறவர்க்கங்களினின்று மானிடரைப்பிரிக்கும் விவேகசக்தியை அவருக்களித்திருக்கிறது.

आहारनिद्राभयमैचुनं च
सामान्यमेतत्पशुभिर्नराणाम्।
विवेक एषामधिको विशेष:
विवेकहीन: पशुभि: समान:॥

மிருகங்கள் பறவைகள் முதலிய பிராணிகளை மானிடவகுப்பார் வசப்படுத்தித் தமது இஷ்டம்போலாட்டிவைக்கக்கூடும். மானிடரை அவ்விதம் வசமாக்கி ஆட்டிவைக்க அவற்றால் முடியாதல்லவா? இதனாலேயே மானிடர் பெற்றிருக்கிற ஞானக்கிரியாசக்திகளின் உயர்வு நன்கு அறியப்படலாகும். இவ்வுண்மையை உணர்ந்தே மஹர்ஷிகள் எண்பத்துநான்குலக்ஷம் வகைப்பட்ட ஜீவவர்க்கங்களுள் மானிடவர்க்கத்தை மிக மேன்மை பெற்றதாகக் கூறியிருக்கின்றார்களெனக் கொள்ளவேண்டும்.

தர்மம், அர்த்தம், காமம், மோக்ஷம் என்ற நான்குவகைப் புருஷார்த்தங்களுக்கும் இன்றியமையாச் சாதனங்களான விதி நிஷேதங்களைப் போதிக்கும் வேதங்களும் உபநிஷத்துக்களும், அவற்றை நேரிலேகண்ட எல்லாமறிந்த மஹர்ஷிகளால் எழுதப்பெற்ற ஸ்மிருதிகள் இதிஹாஸங்கள் புராணங்கள் முதலிய எண்ணிறந்த சாஸ்திரநூல்களும் இம்மானிடரையே அதிகாரியாய்க்கொண்டிருக்கின்றன. விதி-நிஷேத சாஸ்திரங்களை நன்றாய்க் கற்றுணரவும் உணர்ந்தபடி நடக்கவும் மானிடர் கடமைப்பட்டிருக்கின்றனர். 'கற்கக் கசடறக் கற்பவை கற்றபின், நிற்க வதற்குத் தக' என்றார் நாயனாரும். ஓர் மனிதன் பிராமணனைக்கொன்றால் பிரம்மஹத்தி என்னும் தோஷம் அவனைச் சாரும். இத்தோஷம் அறிந்து செய்தவனுக்கும் அறியாமற் செய்தவனுக்கும் ஸமமே. மனிதன் ஒவ்வொன்றனையுந் தெரிந்துசெய்யக் கடமைப்பட்டிருக்கின்றானல்லவா? சிங்கமுதலிய மிருகங்கள் ஓர் பிராமணனைக்கொன்றால் அத்தோஷம் அவற்றைச் சேருமோ? சேராதல்லவா? இவ்வுண்மையை பதஞ்ஜலி பகவானது மஹாபாஷ்யத்தின் உரையாசிரியராகிய 'கையடா' என்னும் ஆசிரியர் நன்கு விளக்கியுள்ளார். ஆகவே, மானிடரையே அதிகாரியாகக் கொண்ட எண்ணிறந்த விதி-நிஷேத சாஸ்திரங்களே மானிட ஜன்மத்தின் மேன்மையை நன்கு விளக்குகின்றன.

அநாதியான கர்மவாஸனையால் பல்லாயிரம் ஜன்மங்களை எடுத்துச் ஸம்ஸாரஸாகரத்தில் உழன்றுகொண்டிருக்கும் ஒவ்வொரு ஆத்மாவுக்கும் முடிவு கடவுளுடன் இரண்டறக் கலத்தலாகிய மோக்ஷ நிலையென்று அவ்வுண்மையை அறிந்த ஆத்மஞானிகள் தாங்கள் இயற்றிய ஞானநூல்களிற் கூறியுள்ளார். அத்தகைய மோக்ஷ நிலையைப் பெறுவதற்குச் சாதனமாயுள்ளது இம்மானிட சரீரமே. இதனால், பிற ஜன்மங்களால் உழன்றுகொண்டிருக்கும், ஜீவகோடிகளும் பின் மானிட ஜன்மமெடுத்தே நாளடைவில் முடிவு நிலையாகிய வீட்டை அடையவேண்டுமென்றேற்படுகிறது. இத்தகைய கருத்தைக்கொண்டே ஸ்ரீமத் பகவத்பாதாள் தாம் "இயற்றிய சிவானந்தலஹரீ" என்னும் நூலில், "जन्तूनां नरजन्म दुर्लभम्" என்று கூறியிருக்கின்றார். ஜீவன்முக்தி விதேஹமுக்தி என்று வழங்கப்படும் இருவகை முக்திகளும் இம்மானிட தேஹத்திலேயே ஏற்படுகின்றனவென்பதை விளக்கவும் வேண்டுமோ?

ஒரு ஞானியார் தமது சீடனுக்கு உபதேசிக்கும்பொழுது "ஏராளமான புண்ணியம் என்னும் பொருளையீந்து இவ்வரிய உடலாகிய படகு இப்பிறவிக் கடலைக் கடக்கும்பொருட்டு உன்னால் அடையப்பட்டிருக்கிறது. ஆகையால் இவ்வுடற்படகு உடைந்து போவதற்குமுன் பிறவிக் கடலைக்கடக்க முயல்வாயாக" என்று கூறுகின்றனர்:—

महता पुण्यपण्येन क्रीतेयं कायनौस्त्वया।
पारं दु:खोदधेर्गन्तुं तर यावन् न भिद्यते॥

இக்கூற்றால் இம்மானிடவுடல் மிகுந்த புண்ணியங்களாற் கிடைக்கப்பெற்றதென்பதும் இஃதொன்றே முக்தி ஸாதனமென்பதும் தெள்ளென விளங்கலாகும்.

பரமசிவனைக் கணவனாக அடையவிரும்பிக் கடுந்தவம்புரியும் பார்வதி அம்மையைச் சோதிக்கவெண்ணிய அப்பரமசிவன் ஓர் வயதுசென்ற கிழவராய் உருவெடுத்துப் பார்வதியின் ஆச்ரமத்திற்கேகி, அவ்வம்மையுடன் உரையாடுகையில் "பெண்ணே! உனது

தவம் இடையூறின்றி நடைபெற்று வருகிறதா? தவத்திற்குவேண்டிய ஸாதனங்களை நன்கு பெற்றிருக்கின்றனையா? உனது சரீரத்தின் சக்திக்குத் தக்கவாறு தவம் புரிந்து வருகின்றனையா? பலவகைப்பட்ட தர்மஸாதனங்களுள் இச்சரீரம் முதன்மையதாயிற்றே' என வினவுகின்றனர்:

अपि क्रियार्थं सुलभं समित्कुशं
जलान्यपि स्नानविधिक्षमाणि ते।
अपि स्वशक्त्या तपसि प्रवर्तसे.
शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्॥

இதனாலும் ஸ்வர்க்கம் மோக்ஷம் இரண்டையும் அளிக்கும் கர்மம் ஞானம் ஆகிய இவ்விரண்டையும் அனுஷ்டிக்கத் தேவையான பலஸாதனங்களுள் இவ்வுடம்பே மிகப்பிரதானமானதென்று விளங்குகின்றது. சித்திரம் வரைவதற்குத் தேவையான ஸாதனங்களுள் சுவர் முதன்மையானதன்றோ?

உலகில் நாம் நமதனுபவத்திற் கண்டவரையிற் புண்ணியப் பிறவிகளின் தொகைமிகச் சொற்பமானதென்றும், பாபிகளின் தொகை அதனைவிடப் பன்மடங்கு அதிகப்பட்டதென்றும் நிச்சயமாகச் சொல்லலாம். மானிடவர்க்கத்திலேயே இம்மாதிரியான தொகையின் வித்தியாஸம் ஏற்பட்டிருக்கிறது. இனி, பிரம்மஸ்ருஷ்டியில் அடங்கிய எல்லாப்பிராணி வர்க்கங்களினும் மேலானதாகக் கொள்ளப்படும் ஒரு வர்க்கத்திலிருந்து கீழ்வர்க்கங்களைப் போகப்போகக் கவனிக்குமிடத்து அவற்றின் தொகை மேலான வர்க்கத்தின் தொகையைவிட பலகோடி மடங்கு அதிகமென்றாவது அல்லது எண்ணிறந்தனவென்றாவது நாம் தெரிந்துகொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. உலகிலுள்ள மானிடரைக் கணக்கிடலாம். அவ்விதம் மிருகங்களையாவது பறவைகளையாவது அவற்றிற்குங் கீழ்ப்பட்ட பிராணி வர்க்கங்களையாவது கணக்கிடுவது ஸாத்தியமாகுமா? மானிடரின் தொகை அவ்விதம் ஏன் கணக்கிடச் சாத்தியமாயிருக்கிறதென வினவினால் அதற்கு, இம்மானிடஜன்மம் புண்ணிய ஜன்மமென்பதும், அனந்தகோடி ஜீவாத்மாக்களுள் சில ஆத்மாக்களுக்கே அந்த ஜன்மம் சுலபமானதென்பதும், அதுபற்றியே அவர்களின் தொகை கணக்கிடக் கூடியதாயிருக்கிறதென்பதும் விடையாகுமல்லவா? ஆகவே யுக்திகளாலும் இம்மானிட யாக்கையின் உயர்வு வெளியாகின்றது.

அசோகவனத்தில் இராவணனால் அடைக்கப்பெற்றிருந்த ஸீதாபிராட்டியார் இராவணனாலும், தமக்குக் காவலாக அவனால் நியமிக்கப்பட்டிருந்த இராக்ஷஸர்களாலும் பலவித துன்பங்களை அனுபவிக்குங்கால் அவற்றைத் தாங்கமுடியாமற் பலஸமயங்களில் உயிர்துறந்து விடலாமென்று நினைத்துப் பிறகு விவேகத்தால் அவ்விதம்செய்வது பிழையாதமென்றும், எவ்விதமேனும் உயிரை வைத்திருந்தால் ஒரு ஸமயம் ஸ்ரீராமபிரானைக் காணும் பாக்கியத்தைப் பெறலாமென்றும், சுகமுந்துக்கமும் மாறிமாறி வருகின்றமையால் துக்கதசையிலிருப்பவர்களுக்கு அதன்முடிவில் சுகதசையும் வரலாமென்றும் தெளிந்து உயிர் வைத்திருந்தார். அவரது விவேகத்திற் கேற்பப் பின் ஹனுமான் வரக்கண்டதும், அவ்வம்மை மிகக்களிப்படைந்து இனி ராமபிரானைக்காண்பது நிச்சயமென்றும், அவரைக்கண்டேவிட்டதாகவும் உணர்ந்து, தாம் முன்பு உயிர்துறக்காமல் சரீரத்தை வைத்திருந்த விவேகச்செயலை மகிழ்ந்து தமது அனுபவத்தை உலகமெல்லாம் உணரும்படி அவ்வாஞ்ஜனேயரைநோக்கி "மிகுந்த கஷ்ட தசையை அனுபவிக்கும் ஒருவன் எப்படியாலது அதைச்சகித்து உயிர்துறக்காமல் தேஹத்தை வைத்திருந்தால் நூறுவருஷங்கடந்தாலும் கஷ்டதசையின் முடிவில் சுகதசை தானாகவே அந்த ஜீவனை வந்துசேரும்" என்ற பழமொழி தம் விஷயத்தில் மெய்யாயிற்றெனக் கூறுகின்றார்.

कल्याणी बत गाथेयं लौकिकी प्रतिभाति मे।
एति जीवन्तमानन्दो नरं वर्षशतादपि॥

இதனால், எப்படிப்பட்ட கஷ்டதசையிலிருந்தாலும் ஒருவர் சரீரத்தை இழத்தலாகாதென்றும், இழந்துவிட்டால் திரும்பவும் அத்தகைய உடலைப்பெறுதல் அரிதென்றும் ஏற்படுகின்றது. இக்கருத்தைக்கொண்டே மனையாளை இழந்தவன் திரும்பவும் வேறு ஒருமனையாளைப் பெறலாமென்றும், பொருளை இழந்தவன் திரும்பவும் அப்பொருளைத் தேடலாமென்றும் சரீரத்தை இழந்துவிட்டால் அம்மாதிரி சரீரத்தை அடைதலரிதென்றும் ஆன்றோர் கூறுகின்றனர்.

पुनर्जाया पुनर्वित्तं शरीरं न पुन: पुन:।

யோகசாஸ்திரங்களிலும், யோகத்திலிருப்பவர்கள் சரீரத்தின் சக்திக்குத் தக்கபடி யோகத்தை அனுஷ்டிக்க வேண்டுமென்றும், கடுமையான யோகத்தினால்

சரீரத்தைக் கெடுத்துக்கொள்ளக் கூடாதென்றும், சரீரக்காப்பில் அவர்கள் கண்ணுங்கருத்துமா யிருக்க வேண்டுமென்றும் ஆங்காங்கு கூறப்பட்டுள்ளது.

கர்மபூமியாகிய இப்பூவுலகில் புண்ணிய கர்மவசத்திஞல் மானிட ஜன்மத்தை யடைந்து விதிநிஷேத சாஸ்திரங்களுக்குக் கட்டுப்பட்டு விலக்கத் தக்கவைகளை விலக்கியும் செய்யத்தக்கவைகளைச் செய்தும் முடிவில் ஸ்வர்க்கத்தை யடைந்து தேவ சரீரத்தைப் பெற்ற ஒரு ஆத்மாவும் அங்குப் புண்ணியபலத்தை அனுபவித்து அப்புண்ணியம் முடிவு பெற்றதும் திரும்பவும் பூமியில் மானிட ஜன்மமெடுத்தே ஞான யோகத்திஞல் முக்தியை அடையத் தகுதியுள்ளதாயிருக்கிறது. ஜீவாத்மாக்களின் முடிவு கடவுளுடன் இரண்டறக் கலத்தலாகிய மோக்ஷ நிலையென்று முன்னமே கூறப்பட்டுள்ளது. தேவ சரீரத்தைப் பெற்றவர்கள் ஸ்வர்க்கத்திலிருந்தே ஞானயோகத்தை அப்பியஸித்து முக்தியை அடையலாமென்பதற்குச் சாஸ்திரங்களில் ஆதாரமில்லை.

प्राप्यान्तं कर्मणस्तस्य यत्किंचहे करोत्ययम्।
तस्माल्लोकात्पुनुरेत्यस्मै लोकाय कर्मणे ॥ (?)

இதஞல் புண்ணியபாப மிச்ரசரீரமாகிய மானிட சரீரத்தைக் காட்டிலும் கேவலம் புண்ணிய சரீரமாகிய தேவ சரீரம் உயர்ந்ததெனக் கருதப்படினும், அத்தேவ சரீரம் நித்தியானந்த ரூபமான முக்திக்குச் சாதனமாகாதென்றும், மானிடதேஹமொன்றே அதற்குச் சாதன மென்றும் கொள்ளவேண்டியதாயிருக்கிறது.

ஆகையால், இம்மானிட சரீரம் ஞானக்கிரியா சக்திகளை மிகுதியாகப் பெற்றிருத்தலாலும், எல்லா ஜீவாத்மாக்களுக்குங் கிடைக்க அரிதாயிருத்தலாலும், பல ஜன்மங்களிற் செய்த புண்ணியங்களின் மிகுதியாற் கிடைப்பதாயிருப்பதாலும், விதிநிஷேத சாஸ்திரங்களுக்கு அதிகாரியாயிருத்தலாலும், தர்மம், அர்த்தம், காமம், மோக்ஷம் ஆகிய நான்கு புருஷார்த்தங்களுக்கு பாத்திரமாயிருப்பதாலும், நம்மால் உயர்வாகக் கருதப்படுகிற தேவ சரீரத்தைக் காட்டிலும் முக்தி ஸாதனமாகிய மேன்மையைப் பெற்றிருப்பதாலும் எல்லா சரீரங்களைக் காட்டிலும் மேலானதென்றும், இதிலும் மேலான சரீரம் இல்லையென்றும் ஏற்படுகிறது.

இனி, இத்தகைய உயர்வு பெற்ற சரீரத்தைப் பாதுகாத்தல் அவசியமென்று நிரூபிக்க வேண்டியதாயிருக்கிறது. இங்கு எவற்றினின்றுங் காத்தல் என்றும், எவ்விதம் பாதுகாத்தல் என்றும் கேள்விகள் பிறக்கலாகும். அவற்றிற்கு விடை வருமாறு :—

ஆத்யாத்மிகம், ஆதிபௌதிகம், ஆதிதைவிகம் என மூன்று வகைப்பட்ட துக்கங்களும் இம்மானிடரை வருத்துகின்றன. அவற்றுள் ஆத்யாத்மிகம் என்பது தேஹத்தில் வாதபித்த கபங்களின் ஏற்றத் தாழ்வுகளாய் உண்டான பலவித நோய்களால் ஏற்படுவது. ஆதிபௌதிகமென்பது சிங்கம் புலி முதலிய துஷ்ட ஜந்துக்களாலும் பகைவர் திருடர் முதலானவராலும் ஏற்படுவது. ஆதி தைவிகம் என்பது தேவர் அக்கினி முதலானவராலும் பசடி, ராக்ஷஸ பிசாசாதிகளாலும் ஏற்படுவது. ஆதி தைவிகத்தை மணி மந்திராதிகளாலும், ஆதி பௌதிகத்தை நீதி சாஸ்திராப்பியாஸம் முதலியவற்ருலும், ஆத்யாத்மிகத்தை ரஸாயனமுதலிய ஔஷதங்களாலும் பரிஹரித்துக் கொள்ளாமென்று சாஸ்திரங்களிற் கூறப்பட்டிருக்கிறது இங்கு ஆத்யாத்மிக துக்கத்திற்கு ஹேதுவான பலவகைப்பட்ட நோய்கள் சரீரத்தை அணுகாமற் காத்துக்கொள்ள வேண்டிய முறைமைகளையும், அணுகிஞற் பிறகு காக்கவேண்டிய முறைமைகளையும் பற்றி மாத்திரம் கூறுவேன்.

अत्यम्बुपानादतिसंगमाच्च
स्वापाद्दिवा जागरणाच्च रात्रौ।
निरोधनान्मूत्रपुरीषयोश्च
षड्भिः प्रकारैः प्रभवन्ति रोगाः॥
मिताहारः कालभोजी व्यायामी नियतासनः।
शुद्धवायुजलावासः सुखीभवति पूरुषः॥
अग्निमूलं बलं पुंसां रेतोमूलं च जीवितम्।
तस्मात्सर्वप्रयत्नेन वह्निं शुक्रं च रक्षयत्॥

திரவாஹாரங்களை மிகுதியாய்க் கொள்வதாலும், அதிகப் புணர்ச்சியாலும், பகலிலே தூங்குவதாலும், இரவிலே கண்விழிப்பதாலும், மல ஜலங்களைக் கழிக்கவேண்டிய காலத்திற் கழிக்காமல் அடக்குவதாலும் ஆகிய ஆறுவகைகளால் ரோகங்கள் உண்டாவதாகச் சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. ஆகையால் நோய் அணுகாமற் காக்க திரவாஹாரங்களை மிகுதியாய்க் கொள்ளக் கூடாது. புணர்ச்சியில் மிதமாயிருக்க வேண்டும். பகல் நித்திரை இராவிழிப்புகளை நீக்கவேண்டும்.

மலஜலங்களை அடக்காமல் அடிக்கடி கழிக்கவேண்டும். மிதமாக ஆஹாரத்தைக் கொள்ளவேண்டும். கடின பாகம் மிகுதியாகவும் திரவ பாகங் குறைவாகவும் இருக்கவேண்டும். தாஹம் உள்ளபொழுது கணக்காய் நீர் பருகவேண்டும். காலத்தில் போஜனம் பண்ணவேண்டும். அகால போஜனங் கூடாது. ஏதாகிலும் ஒருவித தேஹப்பயிற்சி வேண்டும். ஆஹாரத்தில் நியமம் வேண்டும். அதாவது, கண்ட ஆஹாரங்களைப் புஜிக்கக்கூடாது. பதார்த்தங்களைப் பத்தியங்கள் அபத்தியங்கள் என இருவகையாய்ப் பிரிக்கலாம். ஒரு தேஹத்திற்குப் பத்தியமாயிருப்பன மற்ருெரு தேஹத்திற்கு அபத்தியமாயிருக்கலாம். ஆகையால் ஒவ்வொருவரும் யுக்தி கலந்த அனுபவத்திஞல் தெளிந்து பத்தியமான பதார்த்தங்களையே உட்கொள்ள வேண்டும். அசுத்தமான காற்று, அசுத்த ஜலம், அசுத்த இடம் ஆகிய இவை கூடாதவை. அன்றியும், அக்னிபலமே தேஹபலத்திற்கு ஆதாரமென்றும், சுக்லபலமே நீடித்த வாழ்க்கைக்கு ஆதாரமென்றும் வைத்திய நூல்கள் கூறுகின்றமையால், அக்னி மந்தப்படாமல் காப்பதுடன் இந்திரியத்தையும் காக்கவேண்டியது அவசியமாயிருக்கிறது. இவ்விதம் வைத்திய நூல்களிற் கூறப்பெற்ற வழிகளை நாம் கூடியவரையில் அனுஸரித்தோமாஞல் பெரும்பாலும் நோய்கள் அணுகாவென்பது நிச்சயம்.

இனி, அவ்வழிகளைப் பின்பற்ருமையாலோ வேறு எக்காரணங்களாலோ நோய்கள் அணுகிவிட்டால் உடனே அவற்றிற்குத் தகுந்த ஔஷதங்களாற் பரிஹாரந் தேடவேண்டும். எந்த நோயும் ஆரம்பத்தில் அற்பமாயிருந்து காலக்கிரமத்தில் விருத்தியடைந்து பலவித துன்பங்களை விளைவிக்கச் சக்தியுள்ளதாகின்றதென்றும், ஆகையால் ஆரம்பத்திலேயே அதை உணர்ந்து ஔஷதங்களால் பரிஹரிக்கவேண்டுமென்றும், பெருகிய பின்னர்ப் பரிஹரிப்பது கஷ்டஸாத்தியமாகுமென்றும், ஒருவேளை அஸாத்தியமாஞலும் ஆகலாமென்றும் யோகரத்ஞகராசிரியர் கூறுகின்ருர். எந்த நோயும் ஆரம்பத்தில் அணுவாயிருந்து காலக்கிரமத்தில் பெருகி வேரூன்றி புத்தியீன மனிதனுடைய பலம் ஆயுள் ஆகிய இரண்டையும் கொண்டுபோய் விடுகின்றது என்கிருர் ஆத்திரேயர் சரகஸம்ஹிதையில். சத்துருவை ஆரம்பத்தில் அலக்ஷியஞ் செய்தவன் எவ்வித தீங்கைப் பின்னர் அடைவனே அவ்விதத் தீங்கை வியாதியை அலக்ஷியஞ் செய்தவன் அடைவானென்று பல நூல்களை கூறுகின்றன. ஆகையால் ஆரம்பத்திலேயே நோய்களுக்குப் பரிஹாரம் தேடுவது உத்தமம். பெரும்பாலும் மனிதர் அறிவின்மையால் நோயை ஆரம்பத்தில் உணர்வதில்லையென்றும், மிகுந்த துன்பத்தை விளைவிக்குமளவு முதிர்ந்த பிறகே அதனை உணர்ந்து பரிஹரிக்க முயலுகிருர்களென்றும், ஆத்திரேயர் கூறியிருப்பதற் கேற்பத்தற்கால அனுபவமும் மனிதர்களிடத்திற் பெரும்பாலும் இருந்துவருகிறதுண்மையே. ஆஞல் அப்படியிருத்தல் கூடாது. நகத்தாற்கிள்ளியெறியக் கூடிய ஓர் சிறிய கன்றை முதிர விட்டாற் பின்னர்க்கோடரி கொண்டல்லவோ வெட்டவேண்டிவரும் ?

இனி நோய் பெருகிய பிறகாவது பலமான ஔஷதங்களாலும் பத்தியங்களாலும் அதைப் பரிஹரிக்க வேண்டியதவசியம். ரோகத்திஞல் கஷ்டப்பட்டு உயிருடனிருப்பதைக் காட்டிலும் உயிரை இழப்பதே மேலானதென்ருர் ஒரு மஹான். பரமதரித்திரஞயிருந்தாலும் ஆரோக்கியமுள்ளவன் எவ்வித இன்பத்தை அனுபவிடபாஞே அவ்வின்பத்தின் சதாம்சத்தைக் கூட நோயாளியான சக்கிரவர்த்தியும் அடையமாட்டானென்ருர் பிறிதொரு மஹான்.

रोगी चिरप्रवासी परान्नभोजी परावसथवासी।
यज्जीवति तन्मरणं यन्मरणं सोऽस्य हि श्रेयः॥
निःस्वोऽप्यरुग्णदेहो यत्किंचित्सुखमिहाश्नुते पुरुषः।
नलभेतास्य शतांशं रुग्णाङ्गः सार्वभौमोऽपि॥

ஆகையால் வியாதியாற் பல துன்பங்களை அனுபவித்துக்கொண்டு அதற்குப் பரிஹாரம் தேடாமலிருப்பது பேதைமையிலும் பேதைமையாகும். உயிர் போகுந்தறுவாயிலிருக்கும் பொழுதகூட வைத்தியஞ் செய்தே தீரவேண்டுமென்ருர் யோகரத்ஞகராசிரியர்.

" यावत्कण्ठगतप्राणास्तावत्कार्या प्रतिक्रिया "

நோயற்ற வாழ்வுங் குறைவற்ற செல்வமும் வேண்டுமென்று ஒரு பக்தர் கடவுளைப் பிரார்த்திக்கின்ருர். அவரும் செல்வத்தை முதலில் விரும்பவில்லை. நோய்க் கிடங்கொடேல்! "நோயற்ற வாழ்வே வாழ்வு: நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்:" என்ற ஆன்ருேர் கூற்றுக்களும் ஆரோக்கியத்தையே மிக உயர்வாய்க் கொண்டாடுகின்றன. ஆகையால், யாவரும் எவ்வித நோய்களும் தம்மை அணுகாவண்ணம் காக்கவேண்டிய தவசியம். அது கூடாது போயின், அணுகிய பின்னர் இளமையிலேயே அவற்றைப் பரிஹரிக்கத் தக்க வழிகளைத் தேடி ஆரோக்கியத்தைக் காக்கவேண்டியது அவசியம்.

வைத்திய கலாநிதி.

நளஹு ஆனிமீ.

A BRIEF HISTORICAL SURVEY OF AYURVEDIC LITERATURE.

ஆயுர்வேதத்தின் சுருக்கமானவரலாறு.

இக்காலத்திய சரித்திரநூல்கள் இதுவிஷயமாக ஏதேதோ தோன்றியவாறெல்லாம் வரலாறுகளைக் கூறியபோதிலும், ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான சரித்திரம் எங்கு ஆரம்பிக்கிறதென்றும் எங்கு முடிவு பெறுகின்றதென்றும் சிறிது விசாரிப்போம். புத்தன் அவதரித்த ஸமயமாவது அல்லது அசோகமஹாசக்கிரவர்த்தி அரசாண்ட காலமாவது இந்தியா மஹத்தான பெருமையைப் பெற்றதற்கு ஆரம்ப காலமாயிருந்ததென்று சிலர்கூறுவது வீண் பிரமையாம். இந்தியாவில் பிறந்துவளர்ந்த மஹான்கள் செய்துள்ள அருஞ்செயல்களைப்பற்றிய உண்மையான சரித்திரம் புத்தாதிகளுக்கு இன்னும் முன்னமே ஆரம்பமாயிற்று என்பது நிச்சயம். மேலே குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு அநேகம் நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்னமே இந்துக்களுடைய மற்ற சாஸ்திரங்களென்ன, காவ்யங்களென்ன, இதிஹாஸ—புராணங்களென்ன இவைகளைப்போலவே வைத்தியசாஸ்திரமும் விசேஷமாக இங்குப் பிரகாசித்துக்கொண்டு, தனது நிழலை இஜிப்ட், க்ரீஸ், ரோம், அரேபியா என்னும் இத்தேசங்களில் பரவச்செய்தும்வந்தது. அசோகசக்கிரவர்த்தி முதலியவர் ஜீவித்திருந்ததற்கு அநேகம் நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்பே இந்தியர்கள் இஜிப்டில் குடியேறி வந்தனர் என்பதற்கு பண்டைக்காலத்திய சரித்திரக்காரர்கள் அநேகம் அத்தாட்சிகளைக் குறிப்பிடாமற் போகவில்லை. இஜிப்டுக்கு ஸம்ஸ்கிருதத்தில் கூறப்படும் "மிச்ரதேசம்" என்கிற பெயரும், அங்கு மிகப் புராதனமாக வஸித்துவந்தவர்களுடைய நடையுடை பாவனைகளும் ஒருமிக்க அதே தீர்மானத்தை பலப்படுத்துவதற்கு ஆதாரமாகின்றன. க்ரீஸ்தேசம் ஆதியில் நாகரிகத் தன்மைகளையும் சாஸ்திராப்யாஸ முறைகளையும் இந்தியாவினிடமிருந்து கைப்பற்றியதற்காக இந்தியாவினிடம் அத்தேசம் நன்றிபாராட்டக் கடமைப்பட்டிருப்பதாக மிஸ்டர் போகாக் (Mr. Pocock) என்பவர் "இந்தியா இன் க்ரீஸ்" (India in Grece) என்னும் சிறப்புற்றநூலில் எழுதியிருப்பதுமல்லாமல், அத்தேசத்தில் எழுதப்பட்டுள்ள புராணநூல்களும், ஸம்ஸ்கிருக் கிரந்தங்களிலிருந்துக் கைப்பற்றப்பட்டுள்ள பழைய பெயர்களும் இவ்வபிப்பிராயத்திற்கு முற்றிலும் சார்பாகவே இருக்கின்றன. ரோம் தேசத்தினது நாகரிகம் இந்தியாவின்நாகரிகத்திற்குப் பிந்திய யுகங்களில் ஏற்பட்டது; க்ரீஸ், ரோம் இவ்விரண்டுதேசமும் அசோக சக்கிரவர்த்தியாலும் இதரபௌத்த ராஜாக்களாலும் அனுப்பப்பட்ட பௌத்த மதத்தைச்சார்ந்த பிரஸங்கிகளால் நாகரிகத்தில் விருத்தியானவையாகையால், அத்தேசங்கள் இத்தேசத்திய பௌத்த மதத்தினருக்கு மிகவும் கடமைப்பட்டவையாம். ரோம்தேசத்தில் பண்டைக்காலத்தில் வஸித்த ஜனங்களுடைய உடைகளும் ஆசாரவிவஹாரங்களும் பண்டைக்காலத்திய இந்தியர்களுடைய உடைகளையும் ஆசாராதிகளையும் ஒத்திருந்தன. அரேபியாவானது வெகுநாட்கள் பிற்பட்டே நாகரிகம் இன்னதென்று தெரிந்துகொண்டது; அல்பெரூனி (Alberuni) முதலியவர்களைப்போன்ற அரேபியாதேசத்து சரித்திரக்காரர்களே இந்தியாவினால் தமதுதேசம் அறிவில் முன்சென்றது என்று அங்கீகரித்திருக்கின்றனர். ஆனால் அக்காலத்தில் ஈஜிப்டுதேசத்திய ஜனங்

கள் காடுகளில் திரிந்துகொண்டு சிறு குடிசைகளிலும் புதர்களின் இடைகளிலும் வஸித்துக்கொண்டிருந்ததால் அப்பொழுதுநாகரிகமடைந்த க்ரீஸ், ரோம் இத்தேசத்தியவர்களினும் பலவகையிலும் பிரிவுபட்டிருந்தனர்; ஆகவே ஈஜிப்டு தேசத்தியவரால் க்ரீஸ், ரோம் இவ்விரு தேசத்தியவருக்கு அநேகவிதத்தில் ஒற்றுமையில்லாமல் பகைமை மேலிட்டுவந்தது. இப்பொழுது படிப்பிலும் இராஜரீகத்திலும் மஹா வியாபகர்கள் என்று பெயர்பெற்றிருக்கிற ஐரோப்பாவின் மற்றப்பாதியில் வஸித்துவந்தவர் இவ்விரோதத்திற்கு இடையில் தலையிடாமலிருந்திருப்பாரானால் க்ரீஸும் ரோமும் பழைய நாகரிகத்தை முற்றிலும் மறந்திருக்கும். இந்தியாவின் மிகப் பிராசீனமான நாகரிகமும் அறிவின் மேம்பாடும்—முன்னால் பலவகையிலும் அன்னிய ஜாதியைச்சார்ந்த அரசர் முதலியவர்களால் பெரிதும் பாழாக்கப்பட்டிருந்தும்—அப்பொழுது சிறு கிராமங்களில் வஸித்துவந்த ஸாதாரண பண்டிதர்கள்வசம் தப்பிப்பிழைத்திருந்த சில கிரந்தங்களால் இக்காலத்தியவர் கண்டு ஆச்சரியப்படும்படியாய் இருக்கிறது. இந்துக்களுடைய வைத்திய சாஸ்திரமானது, இப்பொழுதும் அதற்கு விரோதக் கக்ஷிபலமாய் ஏற்பட்டிருந்தும், தனக்குள்ள மேன்மையைக் கண்டு அவ்விரோதபாவமுள்ள கக்ஷியைச் சேர்ந்தவர்களே அநேக ஸமயங்களில் ஆச்சரியப்படும்படி அமைந்துளது. இந்துக்களுடைய வைத்தியமுறையானது தோன்றியவாறு எழுதப்படாமல், ரோகிகளுடைய அருகில் இருந்துகொண்டே விஷயங்களை நன்கு ஆராய்ச்சிசெய்து, கனமான அஸ்திவாரத்தின்மேல் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது; அவ்வைத்திய சாஸ்திரத்தின் பெருமை இப்பொழுது எவ்வாறு சீர்குலைக்கப்பட்டிருந்தும், இந்நூல்களை நன்றாகப்படித்து விஷயமுணர்ந்த இக்காலத்திய நாகரிக வித்வான்களால் மிகவும் புகழப்பட்டிருப்பதாக நாம் நன்கு அறிவோம்.

இந்தியாவின்மேல் க்ரேக்கர் படையெடுத்து வந்த (கி. மு. 327.) காலத்திற்கு முன்பு இந்தியாவானது செல்வத்திலும் அநேக வகையான சாஸ்திரப்படிப்பிலும் முக்கியமாய் வைத்திய சாஸ்திரத்திலும் எவரும் அதிசயிக்கும்படியாய் அவ்வளவு மேலோங்கியிருந்து, மற்றெல்லாத் தேசங்களினும் மிக்க உயர்வு பெற்றிருந்தது; அவ்வளவு செல்வமும் சாஸ்திரமும் ஸகலவிதத்திலும் இவ்வாறு சீர்குலைந்து விடுமோவென்றும், அவ்வளவு கடுமையான தொந்தரவுகள் நேரிட்டும் நமது பிராசீன நாகரிகம் அற்றுப்போகாமல் இன்னும் இவ்வளவாவது உயிர்தப்பி யிருக்கிறதேயென்றும் படித்தவகுப்பார் வியப்படைகின்றனர். மஹா அலெக்ஸாண்டெர் படையெடுத்துவந்து திரும்பியபிறகு யவனர்கள் வந்து, நூற்றுக்கணக்கான வருஷங்களளவும் எண்ணிறந்த உயிர்களை அழித்து, செல்வங்களைக் கொள்ளையடித்து, அருமையான சாஸ்திரங்களை அழித்துவிட்டனர். இந்த இருளடைந்த காலத்திலேயே பெரும்பான்மையான சாஸ்திரநூல்கள் அழிக்கப்பட்டு, இந்தியாவின்பெருமை உருக்குலைந்துவந்தது. பிறகு யசோதர ராமதேவ விக்ரமாதித்யன் அரசாண்ட காலத்திலும் கொடுஞ்செயல் புரிந்துவந்த ஷாகரியென்பவனாலும் மற்ற யவனர்களாலும் (கி. பி. 5-வது நூற்றாண்டில்) நாகரிகச் சின்னங்கள் வெகுவாய் அழிக்கப்படவே, இந்தியாவில் மிகவும் சொற்பமான கிரந்தங்களே ஆங்காங்கு தப்பிப்பிழைத்தன. பிறகு இந்தியாவுக்கு இன்னும் கேடான நிலைமை ஸம்பவித்தது. முகம்மத் கஸ்னி என்பவன் நகரங்களையும் கிராமங்களையும் இடித்தும் எரித்தும் பாழாக்கி வரவே (கி. பி. 5-வது நூற்றாண்டில்) நமது சாஸ்திரக்கிரந்தங்களில் எவ்வளவு மிச்சமிருந்

திருக்கவேண்டுமோ அதை இவ்வியாஸத்தைப் படிப்பவரே யோசித்துக்கொள்ளலாம். இத்தகைய மஹாபயங்கரமான அபாயங்களிலிருந்து தப்பிப்பிழைத்தவட்டுச்சுவடிகள்மிகவும் சொற்பமென்றால் அதுவே ஆச்சரியமன்றோ? பிறகு அக்பர், ஜிஹாங்கிர், ஷாஜஹான் இவர்கள் அரசாளத் தொடங்கியதும் தேசத்தில் அமைதியேற்பட்டு, மிகுந்திருந்த சாஸ்திரநூல்களும் காப்பாற்றப்பட்டன; இவ்வரசர்களுக்கு சாஸ்திரங்களைச் சீர்திருத்தி அமைப்பதிலும் விருத்திசெய்வதிலும் சிரத்தைவிசேஷமாயிருந்து வந்தானது இத்தேசத்திய ஒருசிறு புண்ணியமேயாம். ஆனால் பிறகு ஔரங்கஜீப் அரசாட்சி செய்யுங்காலத்தில், அவன் இந்துக்களை வெறுத்து, அவர்களுடைய சாஸ்திரங்களையும் சீரழியச் செய்துவந்தான். இப்பொழுது பெஜில்யத்திலுள்ள மிகப்பெரிதான சில புஸ்தகசாலைகளில் நமது வைத்திய சாஸ்திரத்தினுடைய சிற்சில அபூர்வமான பிரதிகளும் சரித்திர விஷயங்களடங்கிய சில அருமையான நூல்களும் உண்டென்று அறிகிறோம்.

இவ்வாறு அன்னியர்கள் இந்தியாவின்மீது படையெடுத்துவந்த அப்பண்டைக் காலங்களில், மற்றத் தேசங்களில் வைத்தியசாஸ்திரம் என்பது இன்னதென்றே தெரியாமலிருந்தால் மற்ற நூல்கள் அழிக்கப்பட, வைத்தியநூல்களில் மாத்திரம் அநேகபாகங்கள் அவ்வரசர்களால் அபஹரிக்கப்பட்டு அவரவருடைய தேசங்களுக்குக் கொண்டுபோகப்பட்டன. முதலில் க்ரேக்கர் ஆர்யவைத்தியநூல்களைக் கொண்டுபோய் அவற்றைத் தமது தேசபாஷைகளில் மொழிபெயர்த்து எழுதிக்கொண்டனர். இப்பொழுது உலகெங்கும் வியாபித்து மிகச் செல்வாக்கு வாய்ந்துள்ள மேனாட்டுவைத்திய முறையானது முதலில் க்ரேக்கருடைய வைத்திய சாஸ்திரத்தை ஆதாரமாகக் கொண்டு, பிறகு அநேகம் சீர்திருத்தங்களால் இப்பொழுதுள்ளநிலைமையைப்பெற்றிருக்கின்றது. ஆதியிலிருந்தே ஆயுர்வேத நூல்கள் அனைத்தும் அழிவுறாமல் வந்திருந்தால், ஆங்கில வைத்தியத்தில் ஏதோ புதிது புதிதாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டதாகக் கூறும் வைத்யுத வைத்தியமென்ன (Electric treatment), ஸூசிகாபரண முறையென்ன (System of Injection), தேஜஸ்ஸை ஊடுருவப்பாய்ச்சி (XRays) பரிசோதனைசெய்யும் முறையென்ன, சஸ்திர சிகித்ஸையென்ன இவை முதலியவையாவும் இத்தேசத்தியவருக்கு நூதனமாகத் தோன்றா. இத்தேசத்தில் ஆயுர்வேதமுறை விருத்தியடைந்து வந்ததையும், அது அழியத் தலைப்பட்டதையும், அதிலடங்கிய அரிய விஷயங்களையும்பற்றி ஏற்கனவே நாம் அநேகமுறை முந்திய ஸஞ்சிகைகளில் விவரங்கள் கூறியிருக்கின்றோம். இனியும் அப்போதைக்கப்போது இது விஷயமாக சில முக்கியமான அம்சங்களை எழுதிவருவோம்.

PREVENTION OF TYPHOID FEVER.

ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தைத் தடுக்கும் முறை.

ஆகஸ்டு, செப்டம்பர், அக்டோபர் இம்மாதங்கள் குடலைப்பற்றிய கோளாறுகள் (என்றால் அதிஸாரம், சீதபேதி முதலியவை) வெகு மும்முரமாய் உண்டாவதற்கு ஏற்ற காலங்களாயிருக்கின்றன. அநேகம் உயிர்களுக்கு அபாயம் விளைவிக்குந் தன்மையுள்ளதும் குடலைப்பற்றி யுண்டாவதுமான ஸந்நிபாதஜ்வரமும் செப்டம்பரிலும் அக்டோபரிலுந்தான் ஸாதாரணமாய் ஸம்பவிக்கின்றது. ஸந்நிபாதஜ்வரம் அல்லது விடாக்காய்ச்சலானது நுண்ணியிர்களால் உண்டாகும் ஒரு வகையான அழற்சிதரும் வீக்கம்; அவ்வீக்கமும் பெரும்பாலும் சிறுகுடலிலேயே உண்டாவது வழக்கம். இந்த நுண்ணுயிர்களுக்கு ஸந்நிபாத ஜ்வரக்கிருமிகள் (typhoid bacillii) என்று பெயர். கிருமிகளால் உண்டாவதால் இது தொற்றுவியாதியாகும். இந்த நுண்ணுயிர்கள் உணவின் மூலமாகவோ குடிஜலத்தின் மூலமாகவோ தேஹத்தினுள் நுழைந்துவிடுகின்றன. இந்த ஜ்வரத்தை ஸாதாரணமாய் அழுக்கு வியாதியென்று பொருள்படும்படி டர்ட் டிஸீஸ் (dirt disease) என்று ஆங்கிலத்தில் கூறுவர்.

ஸந்நிபாத ஜ்வரம் என்கிற கொள்ளை நோயானது பெரும்பாலும் ஜல ஸப்ளையையே காரணமாய் உடையது. இப்பொழுது சிலகாலமாக இங்கிலாந்து, ப்ரான்ஸு, ஜெர்மனி முதலிய மேல்நாடுகளில் குடிஜலம் வெகு ஜாக்கிரதையாகச் சுத்தம் செய்யப்பட்டு ஸப்ளை செய்யப்படுவதால், அவ்விடங்களில் ஸந்நிபாத ஜ்வரம் என்பது மிகவும் சொற்பம்; ஏதாவது அப்படி உண்டானால் பொது ஜனங்களுக்கு ஸப்ளை செய்யப்படும் ஜலத்திலிருந்தே உண்டானதாக அத்தேசத்திய சாஸ்திர வல்லோர் பரிசோதித்து நிச்சயித்திருக்கின்றனர். பிரத்தியேகமாக அவரவருடைய கிணற்றிலிருந்து எடுத்து உபயோகிக்கப்படும் ஜலத்தில் அழுக்குகள் சேருவது எளிது; அதிலும் கிணறு ஆழமில்லாததாய் இருந்துவிட்டால் அதன் ஜலத்தின் அசுத்தத்தைப்பற்றி விவரிக்கவேண்டிய அவசியமேயில்லை. அவ்வித ஜலத்தைக் குடிப்பதில் மிகவும் முன் ஜாக்கிரதை வேண்டும்.

ஏதாவது நுண்ணுயிர்களோ வேறு அழுக்குகளோ சேர்ந்திருப்பதாக ஸந்தேஹிக்கக்கூடிய எந்த ஜலத்தையும் சுத்தம் செய்வதற்கு மிகவும் சுலபமான ஒரு வழியுண்டு; அது ஜலத்தைக் கொதிக்கவைப்பதேயாம். சுமார் இருபது நிமிஷம் கொதித்துக்கொண்டிருந்த ஜலத்தை நிர்மலமான பாத்திரத்தில் எடுத்து ஆறி உடனே பருகிவந்தால் தொற்று வியாதிக்குக் காரணமான எக் கிருமிகளும் அதில் சேர்ந்திருக்குமோ வென்கிற பயத்திற்கு ஆஸ்பதமேயிராது.

பொது ஜனங்களுக்கு ஸப்ளை செய்யப்படும் பால் அசுத்தமாயிருந்தால், அதன் மூலமாகவும் ஸந்நிபாத ஜ்வரக்கிருமிகள் ஒரு ஜில்லா முடியவும் பரவக்கூடும். பசுக்கள் ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தினால் வருந்துவதால் இவ்வாறு நேரிடுகிறதென்று மாத்திரம் நினைக்கவேண்டாம்; அவ்விஷயம் இன்னும் பரிசோதனைகளினால் நிரூபிக்கப்படவில்லை; ஆனால் கறவைப்பசுக்கள் குடிப்பதற்கு உபயோகிக்கப்படும் ஜலம் ஸந்நிபாதக் கிருமிகள் சேர்ந்ததாயிருக்கலாம்; அல்லது பாலைக் கையாளும் மனிதர்களுடைய உடம்பிலிருந்தும் பாலில் அக்கிருமிகள் பற்றியிருக்கலாம். ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தினால் வருந்திக்கொண்டிருப்பவனையாவது, அல்லது இரண்டொரு வருஷங்களுக்குமுன் அவ்வியாதியினால் வருந்தியவனையாவது பசுக்கள் கட்டியிருக்குமிடங்களுக்கு அருகில் வஸிக்கச் செய்யக்கூடாது. ஒருவன் ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தில் இரண்டு வருஷங்களுக்குமுன் வருந்தி ஸ்வஸ்தப்பட்டிருக்கலாம்; அவனுடைய உடம்பில் அக்கிருமிகள் மாத்திரம் இரண்டு மூன்று வருஷங்கள் வரையில் பற்றியிருக்கக்கூடும்; அவனுக்கு ஏற்கனவே ஒருமுறை அவ்வியாதி வந்திருப்பதால், அவனுடைய தேஹத்திலேயே பற்றியிருந்தும் அக்கிருமிகள் பெரும்பாலும் அவனுக்கு அதிககெடுதி விளைவிப்பதில்லை, அவன் மூலமாக பிறரிடம் அக்கிருமிகள் வியாபித்தால் அவர்களுக்கு இவ்வியாதி ஸம்பவிக்கும். இக்காரணத்தைக் கவனித்து எவ்வித பாலையும் முன்சொன்னதுபோல இருபது நிமிஷம் வரையில் கொதிக்கவைத்து உட்கொள்ள வேண்டும். பால் 160 டிக்ரி உஷ்ணமுடையதாக ஆனால் நன்றாகக் கொதித்ததென்று அறியலாம்.

சமையற்காரனாவது பரிசாரகனாவது ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தினால் வருந்தியவனாயிருந்தால் அவன் தேஹத்திலிருந்து அவனால் பரிசிக்கப்படும் எவ்வித உணவுகளிலும் இக்கிருமிகள் ஸம்பந்தித்து மற்றவரிடம் பரவுவதும் உண்டு. சமையற்காரனோ, பரிசாரகனோ, அல்லது சமையலறையில் நடமாடும் வேறு எவராவது சிலநாட்களுக்குமுன் இந்த ஜ்வரத்தினால் பீடிக்கப்பட்டதாகத் தெரிந்தால், அவர்களுடைய தேஹத்தையும் உடைகளையும் நன்கு பரிசோதனைசெய்து, அவ்வாறு ஸந்தேஹிக்க இடமில்லையென்று தெரிந்துகொண்டே அவர்களை உள்ளே சேர்க்கவேண்டும். ஜனங்கள் நிர்மலமாயிருப்பதாக நினைத்துக்கொண்டிருக்கும் எவ்விதமான பாலும், வெண்ணெயும், மற்றுமுள்ள உணவுப் பொருட்களும் பரிசோதிக்கப் படுங்கால் வியாதிக்கு ஹேதுவான பல்லாயிரம் நுண்ணுயிர்கள் அடங்கியதாகத் தெரியவரும்.

இறைச்சியுண்பவர்கள் முக்கியமாக மத்ஸியங்களை உபயோகிக்கையில் இது விஷயமாக முன் ஜாக்கிரதையுடையவராயிருப்பது அத்தியாவசியகம். அநேக மத்ஸியங்கள் குளம் குட்டைகளிலும் கடல்களிலும் மலின வஸ்துக்களைத் தின்றே பிழைக்கின்றன என்பது யாவரும் அறிந்தவிஷயமே. இவைகளிடம் ஸந்நிபாத விஷக்கிருமிகள் உண்டென்றும், அவற்றின் மூலமாய் அக்கிருமிகள் அவற்றைஉபயோகிப்பவரிடம் ஏராளமாகப் பரவக்கூடுமென்றும் பரீக்ஷிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆகவே மத்ஸியங்கள் எப்பொழுதும் இவ்விஷயமாக ஸந்தேஹிக்கக்கூடியவையாயிருக்கின்றன.

ஸந்நிபாதக் கிருமிகளின் ஸம்பந்தமுள்ள நீர்ப்பாசன பூமிகளில் பயிராகும் கீரைகளும் சில காய்கறி வகைகளும் இவ்வபாயகரமான ரோகம் பரவுவதற்கு மற்றொரு ஹேதுவாக இருக்கின்றன. காய்கறிகளின் ஜலத்தில் சேர்த்துக் கொதிக்கவைத்து உபயோகிப்பதால் கெடுதி ஏற்படாது; ஆனால் சில காய்கறிகளை அவ்வாறு பக்குவம் செய்யாமல் பச்சடியாகவோ துவையலாகவோ செய்து உபயோகித்தால், அக்கிருமிகள் அழிவதில்லை; அதனால்தான் அக்கீரை முதலியவைகளும் இவ்வபாயத்திற்கு ஆதாரமாகின்றன.

FIRST AID IN ACCIDENTS.
அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

(1) ஸந்நிபாதாஸ்த்திபங்கம்[1] :—இதில் எலும்பின் ஒடிந்துபோன பாகங்களால், அவ்வெலும்பைச் சூழ்ந்துள்ள மிருதுவான மாம்ஸபேசி முதலிய பாகங்கள் கிழிக்கப்பட்டு, அதன் மூலமாய் வெளிப்படையாக சர்மத்திலும் சிதைவு ஏற்பட்டு, வெளியிலுள்ள வாயுவும் அசுத்தங்களும் இரத்தத்துடன் கலந்து விடும்படி நேரிடும்.

(2) துண்டுகளான அஸ்த்திபங்கம்[2] :—எலும்பு அநேகம் துண்டுகளாக ஒடிந்துவிட்டால் அது இப்பெயரால் வழங்கப்படும்.

(3) சிக்கலான அஸ்த்திபங்கம்[3] :—எலும்பு முறிந்துபோய், அதோடு முக்கியமான ஏதேனும் அவயவத்திற்கோ, இரத்தக் குழாய்களுக்கோ சிதைவு உண்டானாலும், அல்லது அந்த முறிவானது ஸந்திகள் என்னும் பூட்டுகள் வரையில் எட்டினாலும், அப்பொழுது அவ்வாறு ஸம்பவித்த சிதைவானது "சிக்கலான அஸ்த்திபங்கம்" எனப்படும்.

(4) ஆர்த்ராஸ்த்திபங்கம் [4]:—இதில் எலும்பு முற்றிலும் ஒடிந்து போவதில்லை; எலும்பு சிறிது சிதைவுறக்கூடும், அல்லது வளைந்து விடும். இவ்விதமான அஸ்த்திபங்கம் குழந்தைகளுக்கே ஸம்பவிக்கும்; குழந்தைகளுடைய எலும்புகள் முதிர்ந்து கெட்டியாயிராமல், மரத்தின் பச்சைக் கிளைபோல் வளையக்கூடியவையாயிருப்பதால், அவை முற்றிலும் ஒடிவது அரிது.

(5) விஷமாஸ்த்தி பங்கம் [1]:—எலும்பில் ஒடிந்துபோன பாகத்திலுள்ள முனைகளில் ஏதேனும் ஒன்று, பலாத்காரமாய் வலிக்கப்பட்டு, அதற்குற்றதல்லாத வேறு முனையோடு சேர்ந்துகொண்டு விட்டால் அது விஷமாஸ்த்திபங்கம்" என்று வழங்கப்படும்.

அஸ்த்திபங்கத்தின் குறிகள்:— (1) சரீரத்தில் ஏதேனும் ஒரு எலும்பு முறிந்திருந்தால், அதே மாதிரி எலும்பு அடங்கிய மற்றொரு பக்கத்தைப் பார்க்கிலும் அஸ்த்திபங்கம் நேரிட்ட பாகம் இயற்கையினும் உருவத்தில் மாறுபட்டிருக்கும்; எலும்பின் ஒடிந்துபோன முனைகள் ஒன்றோடொன்று சேராமல் ஏற்றத்தாழ்வு அடைந்து விடுவதால் இவ்வித மாறுபாடு அவயவத்திற்கு ஸம்பவிக்கிறது. இவ்விதம் எலும்பின் ஒடிந்துபோன முனைகள் ஏற்றத்தாழ்வான மாறுபட்ட நிலைமையைப் பெறுவதற்கு வலுவான அடியின் வேகமோ (இது சிரக்கபாலத்தில் விசேஷமாய் நேரிடக்கூடியது), அல்லது மாம்ஸ பேசிகள் சுருங்குவதால் ஏற்படும் ஒருவித வலிப்போ காரணமாகும்.

(2) இயற்கைக்கு விரோதமான அசைவு; என்றால்—அதேவிதமான மற்றொரு பூட்டு அல்லது ஸந்தி எவ்வாறு அசைந்து வேலை செய்யக்கூடுமோ அவ்விதமான அசைவுக்கு அவ்வவயவம் திறமையற்றுப்போகும்.

(3) ஒருவித கடுகடுப்பான உணர்ச்சியும் அபிகாதம் ஸம்பவித்த இடத்தில் உண்டாகும்; அவ்விடத்தில் நரநர என்கிற ஒருவித சலநமும் காணும்; எலும்பின் ஒடிந்த முனைகள் ஒன்றன்மேல் ஒன்றாக அசையும்போது, அவ்விடத்தில் கையை வைத்துப் பிடித்துப் பார்த்தால் இவ்வுணர்ச்சியும் அசைவும் இருப்பது நன்றாகத் தெரியவரும்; ஆனால் இவ்வித பரிசோதனையைச் செய்து பார்ப்பதற்கு சஸ்திர சிகித்சை முதலியதில் கைதேர்ந்த வைத்தியரைத் தவிர்த்து மற்றவர் முயலக்கூடாது.

---

1. ஸந்நிபாதாஸ்த்திபங்கம்—காம்பௌண்ட் ப்ராக்சர் (Compound fracture.)

2. துண்டுகளான அஸ்த்திபங்கம்—Comminuted fracture.

3. சிக்கலான அஸ்த்திபங்கம் — Complicated fracture.

4. ஆர்த்ராஸ்த்திபங்கம்—ஆர்த்ராஸ்த்தி என்றால் முதிர்ச்சியடையாத எலும்பு என்று பொருள்; அவ்வித எலும்பு முறிவடைந்தால் இப்பெயர் கூறப்படுகிறது; Green-stick fracture.

1. விஷமாஸ்த்திபங்கம்—ஏற்றக்குறைவாக அஸ்த்திகள் ஒடிந்து சேர்ந்தால் இப்பெயர் கூறப்படும்—Impactid fracture.

(4) இயற்கையான வேலை செய்யும் சக்தி அவ்வவயவத்திற்குப் போய்விடும். பிணியாளி, தனது எலும்பு சிதைவுற்ற அவயவத்தை எப்போதும்போல் உபயோகப்படுத்த முடியாதவனாய் விடுவன்.

(5) எந்த இடத்தில் அபிகாதம் ஏற்பட்டதோ அவ்விடத்தில் வலி இருக்கும்.

குறிப்பு:—ஸாதாரண சுளுக்காவது, சதைக்கு வேறு விதமான சிறிய சிதைவாவது ஸம்பவித்தால், அதிலும் இறுதியிற் கூறப்பட்ட இரண்டு குறிகள் ஸம்பவிக்கும். கைதேர்ந்த வைத்தியர்களிடம் காட்டினால் அது சுளுக்கு என்பதையும் அல்லது அஸ்த்திபங்கம் என்பதையும் நிச்சயித்து அறிவர்.

அஸ்த்திபங்க சிகித்சை:—எலும்பின் ஒடிந்துபோன முனைகளிலும் அதைச்சுற்றிலும் மிருதுவான காலஸ் (callus) என்னும் தாதுப்பொருள் சிதைந்துவிடுகின்றது; அப்பொழுது அந்த முனைகள் ரூக்ஷமாகவும் கடினமாகவும் இருப்பதால் ஒன்றோடொன்று சேராமல் பிரிவுபட்டிருக்கும்; முறிவால் ஏற்பட்ட முனைகளில் சிதைந்துபோன காலஸ் என்னும் தாதுவை மறுபடியும் வளரச்செய்தால், ஒடிந்துபோன பாகங்கள் ஒன்றோடொன்று சேர்ந்துகொள்ளும். இவ்வாறு புதிதாக வளர்ந்து வரும் புதிய தாதுப்பொருளானது முதலில் மிருதுவாகவும், பிறகு நாலைந்து வாரங்களில் எலும்பின் தன்மையை அடைந்து கடினப்பொருளாகவும் மாறிவிடுகிறது. ஆகவே அவ்வளவு நாட்கள் வரையில் எலும்பின் ஒடிந்த முனைகளை ஒழுங்காகச் சேர்த்து அசைவின்றி அமைதியாக வைத்துக் காத்து வந்தால், அந்த பாகங்கள் ஒன்றோடொன்று சேர்ந்து இயற்கைத் தன்மையை அடையும்.

அஸ்த்திபங்கத்தில் உடனே செய்யவேண்டிய க்ரியை:—வாஸ்தவமாகவே எலும்பு ஒடிந்திருப்பதாகத் தெரிந்தாலும், ஒடிந்ததாக ஸந்தேஹகப்படக்கூடிய நிலைமையிலிருந்தாலும் அவ்வவயவத்தை வெகு ஜாக்கிரதையாகத் தாங்கி சிறிதும், அதை அசைக்காமல் அமைதியாக வைக்கவேண்டும்; முரட்டுத்தனமாக அவ்வவயவத்தைப் பிடிக்கும் பக்ஷத்தில் ஸாதாரண அஸ்த்திபங்கமானது வெகு பலமான ஸந்நிபாதாஸ்த்திபங்கமாகவாவது, சிக்கலான அஸ்த்திபங்கமாகவாவது மாறி அபாயம் வெகு கடுமையானதாய் மாறிவிடும். அபிகாதப்பட்ட சதையைச் சுற்றிலும் சிராய்களை ஒழுங்காக ஏற்றவாறு வைத்துக் கட்டிவிட்டால் ஒடிந்த எலும்பின் முனைகள் இங்குமங்குமாய் அசையாமல் ஒன்றோடொன்று ஒருவாறு கூடும்.

சிராய்கள் [1] :—ஒடிந்துபோன பாகங்களில் மேன்மேலும் சிதைவுகள் ஸம்பவிக்காவண்ணம் அவற்றைத் தாங்குவதற்காக வளைந்து நெகிழக்கூடாத சில கழிகளால்—ஸாதாரணமாய் மரக்கழிகளால் — சிராய்கள் தயார்செய்யப்படும். சிராயின் நீளமும், அகலமும், உருவமும் அதை வைத்துக் கட்டவேண்டிய அவயவத்தின் நீளம் முதலியவற்றிற்கு ஏற்றவாறு நிர்மிக்கப்படலாம். இதை அவயவத்தில் வைத்துக் கட்டுவதற்கு முன்பு, சிராயின் கடினமான பாகங்கள் எந்த அவயவத்தில் அணைத்துக் கட்டப்படுகிறதோ அவ்விடத்தில் சிதைவு நேரிடாமலிருப்பதற்காக, மிருதுவான வஸ்திரம் முதலியதை அச்சிராயில் கீழும் மேலும் முனைகளிலும் கனமாக இடையில் வைக்கவேண்டும்; இவ்விதம் செய்வதால் சிராய் உடம்போடு சேர்ந்தாற்போல் அமைக்க அனுகூலமாயிருப்பதுடன் பந்தனங்களைக் கட்டுவதற்கும் சௌளகரியம் ஏற்படும்; சிராயைக்கட்டிய பிறகு, அது அவ்வவயவத்திலிருந்து நழுவி விழுந்துவிடாமல் தகுந்த நிலைமையில் கட்டிய விடத்திலேயே நிற்கும்.

அஸ்த்திபங்கத்தினால்வருந்துபவனை எடுத்து-விடுதல்:—அவ்வாறு வருந்துபவனை ஓரிடத்திலிருந்து மற்றோரிடத்திற்கு எடுக்கும்போது ஒடிந்துபோன அவயவத்திற்கு எவ்வித தொந்தரவும் கொடுக்காதபடி ஸாத்தியமானவரையில் வெகு ஜாக்கிரதையாக ஏந்தவேண்டும் கைகளில் அஸ்த்திபங்கம் நேரிட்டால் அவற்றில் சிராய்களை வைத்துக்கட்டி, கைக்குஏந்தானமும் இடவேண்டும். கால்களில் அஸ்த்திபங்கம் உண்டாயிருந்தால் சிராயை நெடுகவைத்து, முழங்காலிலும் கணுக்காலிலும் பந்தனமிடவேண்டும்.

அஸ்த்திபங்கம் நேர்ந்ததாகத் தோன்றியவுடனே செய்யவேண்டிய ஸாதாரண சிகித்ஸாக்கிரமம் இவ்வாறு குறிப்பிடப்பட்டது; இதில் ஒடிந்துள்ள எலும்பு முனைகளை ஒன்றோடொன்று நன்கு சேர்ப்பதற்கு முதலில் சிரமமெடுத்துக்கொள்ள வேண்டிய அவசியமில்லை; முதல்தடவை ஒருவாறு எலும்பு முனைகளை சரிப்படுத்திவைத்து சிராய்களைக்கட்டியபிறகு செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை பின்வருமாறு:—அடுத்தாற்போல் செய்யவேண்டியது என்னவென்றால்: எலும்பின் ஒடிந்துபோன முனைகளை சிறிதும் ஏற்றத்தாழ்வின்றி அதற்கு முன்னிருந்த நிலைமையில் நன்றாக அமைத்து, சிராய்களையும் வைத்துக் கட்டிவிடவேண்டும். இரண்டாந்தடவையில் செய்யப்படும் இவ்வேலையை சஸ்திரசிகித்ஸையில் பரிசயமுள்ள ஒருவர் செய்வது உத்தமம்.

இதன்கீழ் வெவ்வேறு வகையான அஸ்த்திபங்கங்களின் சிகித்ஸைகளுக்கு ஏற்ற பலவிதமான கருவிகள் அல்லது ஸாதனங்கள் விவரிக்கப்படும். அக்கருவிகளை அல்லது ஸாதனங்களை நிர்மாணம் செய்யும் வகைகளையும், அவற்றின் உருவங்களும் அளவுகளும் அநேகவிதமாக அமைக்கப்படுவதற்கான ஹேதுக்களையும் இவ்விஷயங்களுக்கு ஆசிரியனாயுள்ளவன் பிரத்யக்ஷமாகச் செய்து காட்டவேண்டும்.

---

1. சிராய்—ஒடிந்துபோன எலும்பு முதலியதை அசையவிடாமல் கீழும் மேலும்வைத்துக் கட்டுவதற்கான பலகையைப்போன்ற ஓர் கழி.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

சதகுப்பி.

சதகுப்பியை தைலம் இறக்குவதற்கு வைத்தியர் விசேஷமாய் உபயோகிப்பது வழக்கம். இதை காம்பும் தழையுமாகக் கடைகளில் சிறு கட்டுகளாகக் கட்டிவிற்கின்றனர். சதகுப்பியின் விதையிலிருந்து தைலம் இறக்கப்படும். இத்தைலம் சிறியவர்களுக்கு வயதினருக்கும் உண்டாகும் வயிற்றுவலி, வயிற்றுப்பொருமல், மற்றும் பலவிதமான வயிற்றுக்கோளாறுகள் இவற்றில் வேதநாசாந்தி (Corminative) ஔஷதமாக உபயோகிக்கலாம், சதகுப்பியை வாலையிலிட்டு இறக்கிய ஸாதாரண அர்க்கத்தையும் (Distilled water of dill) இதே வேலைக்காக உபயோகிப்பதுண்டு. மேலும் இதன் விதைகளைக் கஷாயமிட்டு (½ பைண்டு வெந்நீருக்கு 3 ட்ராம்விதை வீதம்), சிறிதளவு சர்க்கரை கலந்து குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கலாம்; இதைக்கொடுக்கும் அளவு 2-முதல் 4-தேக்கரண்டியாகும். விரேசனௌஷதங்களுக்குள்ள வயிற்றைக்கிளரும் குணத்தை இது குறைக்கின்றது. இவ்வௌஷதத்துடன் ஒரு தேக்கரண்டியளவு எலுமிச்சம்பழ ரஸத்தைச்சேர்த்து உபயோகித்தால் இதன் குணம் இன்னும் அதிகரிக்கும். நன்றாகச் சிதைத்த விதைகளை ஜலத்தில்சேர்த்துக் கொதிக்கவைத்து ஆமவாதரோகத்தினால் (Rheumatic Swellings) உண்டாகும் வலியுடன்கூடிய முட்டு வீக்கங்களில் ஒற்றடம் கொடுப்பது நலம். தைலத்தை ½ முதல் 3 துளிகள் வரையில் சிறுவர்களுக்கும் பெரியோருக்கும் உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம். ஸ்திரீகள் பிரஸவித்தபிறகு அவர்களுக்கு உத்ஸாஹத்தையும் பலத்தையும்கொடுத்து ஸ்தன்ய விருத்தியாவதற்காகவும் அவர்களுக்குக் கொடுப்பதுண்டு. அத்திப்பாலுடன் இதன் வித்துகளை இடித்து அரைத்து உபயோகிக்க அதிஸாரம் நிவிருத்தியாகும். வித்துகளை 10 முதல் 30 நெல்லடைவரையில் ஸாதாரணமாய் பெரியவர்களுக்குக் கொடுக்கலாம்—Practical Medicine.

சோம்பு.

வட இந்தியாவில் சோம்பு ஏராளமாகப் பயிரிடப்படுகிறது, குளிர்காலத்தில் விதைகள் விதைக்கப்பட்டு, கோடைகாலத்தின் இறுதியில் கனியீன்றுவிடும். காய்கள் நன்றாகக் கனிந்தவுடனே பயிரின் விளைவு முடிவுபெறும். ப்ரிடிஷ்பாரம கோபியாவின் முறைப்படி ஒருவித அர்க்கம் (Agua anisi) தயார் செய்யப்படுகிறது; இதை ஆங்கிலவைத்தியர்கள் விசேஷமாய் உபயோகிக்கிறார்கள். இதன் கனியானது நிறத்தில் சாம்பல் வர்ணமாகவும், நறுமணமுள்ளதாகவும், சிறந்த மதுர ரஸமுடையதாகவும் இருக்கும். இதில் ஒருவித வாஸனைத்தைலம் முக்கியமாய் அடங்கியிருக்கிறது. இதர சமனௌஷதங்களோடும் சேர்த்து இதை வைத்தியர்கள் உபயோகிப்பார்கள். இது மூத்திரத்தையும் வியர்வையையும் அதிகமாகச் சுரப்பிக்கும். வயிற்றுக் குமட்டலையும் வயிற்றுவலியையும் நிவிருத்திசெய்ய இதை உட்கொள்வதுண்டு. ஸ்திரீகளுக்கு ஸம்பவிக்கும் கர்ப்பாசயவலிகளில் சோம்புக்கஷாயத்தை உஷ்ணமாகக் கொடுக்கலாம். இதற்கு ஸ்தன்யவர்த்தககுணம் (Lactagogue) இருப்பதால், முலைப்பாலை அதிகமாகச் சுரப்பிக்க அவசியமான ஸமயங்களில் சிலநாட்கள் தொடர்ந்து கொடுத்துவரலாம். இதை இடித்துத் துவையலாகச் செய்து (அவசியமானால் குளிர்ந்த ஜலத்தில் கரைத்து, சிறிதளவு சர்க்கரையும் கலந்து) ஜ்வரத்தில் தாபோபசாந்தியாகக் குடிக்கலாம்; இதையே மூத்திரம் கலங்கலாக இருக்கையில் அதைத் தெளியச்செய்யவும் உட்கொள்ளலாம். விருத்தா ஜாஜ்யர்க்கம் (Aqua.anisi) என்னும் சோம்பின் ஆவி நீரை வேதநாசாந்தி ஔஷதமாக இத்தேசத்திய வைத்தியர்கள் வெகு ஸாதாரணமாய் உபயோகிக்கிறார்கள். வித்துகளை ½ ட்ராம் அளவிலும், தைலத்தை 5 முதல் 10 துளி அளவிலும் உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். வெகு நாட்பட்ட சர்மவியாதிகளில் அடியிற் குறிப்பிடப்படும் முறை மிகவும் பயன்தரக் கூடியதென்று தெரியவருகிறது:—

சோம்பு	பங்கு	5
சர்க்கரை	,,	6
புளி (உலர்ந்தது)	,,	4
கிராம்பு	,,	2

இவற்றைக்கலந்து சூர்ணம் செய்யவும்; இவ்வௌஷதத்தை 10 முதல் 20 நெல்லெடை வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம்.

ஸால்வார்ஸன் என்பதற்குப் பதிலாக ஒரு நூதன ஔஷதம்.

ஜெர்மனியிலிருந்துவரும் மிகவும் சிலாக்கியமான ஔஷதங்களுள் ஸால்வார்ஸன் என்பது எவ்வகையிலும் முதலில் எண்ணக்கூடிய மஹிமையுடையதென்று தற்காலத்திய நாகரிக வைத்தியர்களுக்குத் தெரிந்தவிஷயம். அதற்கு "606" என்று எண்குறிப்பெயர் வழங்கப்படுகிறது. அவ்வௌஷதம் இந்த மஹா யுத்தத்தினால் ஜெர்மனியிலிருந்துவரவகையில்லையாகையால், அவ்வௌஷதம் கிடைக்காமல் ஆங்கிலவைத்தியர் அநேக ஸமயங்களில் தொழில் விஷயத்தில் கஷ்டப்படுகின்றனர். அதை ஸாதாரணமாக அநேகவகையான மேஹரோகங்களிலும், சர்மவியாதிகளிலும் ஸூசிகாபரண யந்திரத்தினால் (Hyrodermic inejction) சர்மத்தில் வெகுசொற்ப அளவில் குத்திச்செலுத்துவார்கள். இவ்வௌஷதம் கிடைக்காமற்போகவே, அதற்குப்பதிலாக வேறொரு ஔஷதம் அவ்விதமாகக் கண்டு பிடிக்கப்படவேண்டியது அவசியமாயிற்று. ப்ரான்ஸில் ஓரிடத்தில் அகாடெமி டெஸ் ஸயென்ஸ் (Acadεmy des Science) என்கிற சாஸ்திரஸங்கம் சென்ற மார்ச்சுமீ 20௳ கூடியபோது, மிகப் பிரஸித்திபெற்ற சாஸ்திர வல்லோரான லெவரன் என்பவர் தாம் ஆராய்ச்சிசெய்து கண்டுபிடித்த "102" என்று பெயரிடப்பெற்ற ஔஷதத்தைப்பற்றி ஓர் உபந்யாஸம் செய்தார். இந்த ஔஷதம் "606" க்குப் பதிலாக அதைப்போலவே வேலை செய்யக்கூடியது என்று வெகு பலமான வியாதிகளில் பிரயோகித்து விஷயம் நிச்சயிக்கப்பட்டது என்று அவர் நிரூபித்தார். இது வெள்ளைப்பாஷாணம், நீலாஞ்ஜனம், வெள்ளி இவற்றைச்சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்பட்டது. பாஸ்டர் இன்ஸ்டிட்யூட் என்னும் சாஸ்திராராய்ச்சிச் சாலையிலும் இதன் உபயோகம் பரிசோதிக்கப்பட்டது. மிகவும் ஸூக்ஷ்மமான அளவில் இதை உபயோகித்தும் வெகு சீக்கிரமாக நற்குணங்களை உண்டு பண்ணியதாம்.

போடாஸியம் பேர்மாங்கனேட்.

யுத்தத்தின் காரணமாக பொடாஸியம் பெர்மாங்கனேட் என்னும் சரக்கு மிகவும் விலையுயர்ந்துவிட்டது. முன்னால் இச்சரக்கு மிகவும் மலிவாகக்கிடைத்து வந்ததுடன், அசுத்தமான குளம் கிணறு முதலிடவைகளையும் சுத்தம் செய்வதற்கு மிகவும் பிரயோஜனகரமாயிருந்துவந்தது. காலரா முதலிய தொற்றுவியாதிகள் வியாபிக்கும் ஸமயங்களில் இதன் உபயோகம் பாராட்டக்கூடியது. இதன் விலை ஏறிவிட்டதால் முன்போல் ஏராளமாக இதை உபயோகிப்பது தற்காலம் ஸாத்தியமில்லை. இதற்குப் பதிலாக சுண்ணாம்பு நன்கு அவ்விஷயங்களில் உபயோகிக்கக் கூடியதாகும்.

வினீகர் என்னும் காடி ஜ்வரத்தைக் குறைக்கும்.

மது ஸாரத்திற்குப் (alcohol) பதிலாக காடியை (Vinegar) ஜ்வரத்தில் பஞ்சால் நனைத்து ரோகியின் உடம்பில் முடியவும் தடவிவரலாம். தாப ஜ்வரத்தைத் தணியச் செய்வதற்கு இவ்வாறு காடியை உபயோகிப்பது நலமென்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது:—The Doctor.

ஆமணக்கெண்ணெயின் வாஸனையை மறைக்கும் வகை.

ஆமணக்கெண்ணெய்க்குள்ள துர்வாஸனை பலருக்கும் மனவெறுப்பை யுண்டுபண்ணுகின்றது. இவ்வாஸனையை அடக்குவதற்குத் தகுந்த உபாயத்தை "தி நர்ஸ்" (The Nurse) என்னும் பத்திரிகை இங்ஙனம் கூறுகின்றது. ஒரு டோஸ் ஆமணக்கெண்ணெயில் அதற்கு ஸமான அளவில் பாலைக்கலந்து, வாஸனைக்காக மிளகுப்பொடியும் உப்பும் சேர்த்து உட்கொண்டால் துர்வாஸனையே தெரியாது. எண்ணெயில் பாலை சூடாகச் சேர்க்கவேண்டும். ஆமணக்கெண்ணெயை வெறுப்பவர் இவ்வாறு செய்தால் அவர்கள் எண்ணெயைப் பருகுவதாகவே உணரமாட்டார். எலுமிச்சம் பழச்சாற்றை இவ்வெண்ணெயில் சேர்த்து உட்கொண்டால் நல்லவாஸனையாகவும் ருசியாகவும் இருக்கும்.

கற்பூரத் தைலம்.

தலையிலும் வஸ்திரத்திலும் உண்டாகிற பேன்களை அழிப்பதற்கு இப்பொழுது நாகரிகவைத்தியர்கள் கற்பூரத்தைலத்தை தாராளமாய் உபயோகிக்கின்றனர். பேன்களை மாத்திரமல்ல ஈறுகளையும் சிறிய முட்டைகளாக ஆகக்கூடிய நுண்ணிய ஜீவாணுக்களையும் அழிப்பதற்கு இத்தைலம் மிகவும் சிறந்தது. இதை உபயோகித்தால் எவ்வித கெடுதியும் (சர்மத்திற்காவது மயிர்களுக்காவது) உண்டாக்குவதில்லை. பேன்களும் ஈறுகளும் சுயமாகவே சரீரத்திற்குக் கெடுதியையுண்டுபண்ணுவதுடன், சில வியாதிக்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்களையும் ஒருவரிடமிருந்து மற்றவரிடத்திற்குத் தொற்றவைப்பதால், அப்பூச்சிகளை ஒழிப்பதற்கு இத்தைலத்தை நமது வைத்திய நண்பர்களும் உபயோகித்துப்பார்த்து, அதன்பலனை கலாநிதிக்கு எழுதியனுப்புவார்களாக.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

வினா 50-பீஜவிக்கத்திற்கு சிகித்ஸை.

"ஐயா,

தாங்கள் பிரசுரித்துவரும் "அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம்" ஸூத்திர ஸ்த்தானம், 140-வது பக்கத்தில் பீஜங்கள் பருத்துப்போவதற்கு ஸ்வேத சிகித்ஸை உபயோக முள்ளது என்று குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது. அதற்கு உபயோகிக்கும் ஔஷதம் வேறு எதேனும் இருந்தால் தயவுசெய்து கலாநிதியின் மூலமாய் வெளியிடும்படியாய் கேட்டுக்கொள்கிறேன்'.'

K. S. ரங்கப்ப நாயகர்.

விடை:—பீஜம் பருத்துப்போவதற்கு அநேக காரணங்களுண்டு; காரணங்களின் வேற்றுமைக்குத் தகுந்தவாறு வீக்கத்திலும் வித்தியாஸமிருக்கும். தாங்கள் குறிப்பிட்டுக்கேட்கிற வீக்கத்திற்குக் காரணத்தையாவது அதன் இலக்ஷணங்களையாவது விவரித்து அறிவிக்கவில்லை. இந்த நிலைமையில் நாம் விஷயவிபாகம் செய்து சிகித்ஸையின் வகைகளை குறிப்பிட்டு எழுதுவது ஸாத்தியமில்லை. ஆகிலும் அஷ்டாங்க ஹ்ருதயத்தின் எமது மொழிபெயர்ப்பில் 137, 138 இப்பக்கங்களில் விவரிக்கப்பட்டுள்ள "திரவ ஸ்வேதம்" என்னும் முறையைப் பிரயோகிப்பது நலம் என்று மட்டும் பொதுவாகக் கூறுவோம், அந்த ஸ்வேதத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள அநூப தேசத்து மாம்ஸங்களை உபயோகிக்கவேண்டும் என்கிற அவசியமில்லை. சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 109-வது பக்கத்தில் விவரிக்கப்பட்டுள்ள "சந்திரப்ரபா குடிகை" என்னும் ஔஷதத்தை உள்ளுக்கு உபயோகிக்கலாம்.—ப-ர்.

வினா 51-இருதய வியாதி.

"ஐயா,

நான் அடியில் குறிப்பிடும் கேள்விகளுக்கு வைத்திய கலாநிதியில் சிறிது இடம் கொடுக்கவேண்டுமென்றும், அவற்றிற்கு அவசியமான ஸமாதானங்களை வெளியிடவேண்டுமென்றும் வணக்கமாய்ப் பிரார்த்திக்கிறேன். எனக்கு சில நாட்களாய் இருதயம் பலஹீனப்பட்டு வியாதிகொண்டிருக்கிறது. அதை இருதய கபாடவியாதி (Valvular heart disease) என்று டாக்டர் ஒருதடவை சொல்லியிருக்கிறார். (1) நான் மாம்ஸபோஜனம் செய்யலாமா? (2) நான் தினந்தோறும் எதாவது வியாயாமம் செய்யலாமா? (3) நான் ஒரு வேலையில் உத்தியோகஸ்தன்; வெளியில்போய் அதிகமாய் அலைந்து வேலைசெய்ய வேண்டியிருப்பதால் எனக்கு எந்த அபாயகரமான நிலைமை உண்டாய்விடுமோ என்று அஞ்சுகிறேன்; ஆகவே நான் இத்தொல்லைக்குக் காரணமான வேலையை விட்டுவிடலாமா என்றும் யோசிக்கிறேன். (4) அல்லது இருதய வியாதியில் நிபுணரான ஒருவரிடம் சிகித்ஸைக்குப் போகலாமா?"

G. S. S.

விடை:—(1) மாம்ஸ போஜனம் கூடாது. பால், பாலாடை, வெண்ணெய் கனிகள், மற்றும் எளிதில் ஜீர்ணமாகக்கூடிய சாகாஹாரங்களையே உபயோகிக்கவேண்டும். (2) தினந்தோறும் வெயிலுக்குமுன் குளிர்ந்த வேளையில் சிறிது தூரம் நடந்து வரலாம்; அதைத்தவிர்த்து பலமான வியாயாமம் ஒன்றும் தங்களுக்கு உதவாது. (3) தாங்கள் உத்தியோகத்திலிருந்து விலகுவது தேஹாரோக்கியத்தைப்பற்றிய மட்டிலும் நலமென்று சொல்லக்கூடுமாயினும், அது விஷயமாக மற்ற ஸௌகர்யங்களை யோசித்துத் தாங்களே ஒரு முடிவுக்கு வரலாம்; நீண்ட நாள் இராஜா வாங்கிக்கொள்வது உசிதமென்று சொல்வோம். (4) ஆம்; அப்படியே செய்வது உத்தமம்.—ப-ர்.

வினா 52-நீடித்த வயிற்றுவலி.

"ஐயா,

நான் ஐந்தாறு வருஷகாலமாய் வயிற்றில் நாபிக்கு மேல் வலது புறமாக ஒருவித வலி ஏற்பட்டு அதனால் வருந்திவருகிறேன். நான் ஒரு வைத்தியராயிருந்தும் என்னால் அது நிவர்த்திக்கமுடியவில்லை. இரண்டு மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறை விலாப்புறத்தில் வலி ஆரம்பித்து மார்புக்குக்கீழோடே வந்து நின்று சுமார் நாலைந்துமணி ஸாவகாசம் தொந்தரவு கொடுக்கிறது. ஒருவேளை பட்டினியிருந்தால் வலி குறையும்; பட்டினியிருந்தே நான் ரொம்ப பலஹீனமாய்விட்டேன். இதற்கு என்ன பரிஹாரம் செய்யலாம்? மலம் இறுகிக்கருத்துப்போகிறது. தயவுசெய்து கூடிய சீக்கிரம் விடையளிக்கக்கோருகிறேன்."

டி. கே. லக்ஷ்மண ஐயர்.

விடை:—தாங்கள் கூறுவதைப்பார்த்தால் பித்தம் சரியாகச் சுரக்காமல் அல்லது வெளிவராமல், மலமும் நன்றாக வெளிவராமல் வயிற்றுவலி ஏற்பட்டிருப்பதாய் ஊஹிக்கிறோம். பரிணாமசூலையாகவும் மாறியிருப்பதாய்த் தோன்றுகிறது. அதிக காரம் புளிப்பு இவற்றை ஒழித்துவிடவும்; சிலநாள் வரையில் மிதமாகவும் சீக்கிரம் ஜீரணமாகக்கூடியதாகவும் உள்ள ஆஹாரங்களைப் புஜித்துவரவும். பத்து அல்லது பதினைந்து நாட்களுக்கு ஒருமுறை "அபயாமோதகத்தை" விரேசனத்திற்காக உட்கொள்ளவும். தினந்தோறும் மூன்று வேளையும் "பாஸ்கரலவணம்" என்னும் சூர்ணத்தைச் சாப்பிட்டுவரலாம். அபயாமோதகத்தை 187 வது. பக்கத்திலும், பாஸ்கரலவணத்தை 104-வது பக்கத்திலும் சார்ங்தர ஸம்ஹிதையில் பார்க்கலாம்.—ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

ரோக பரீக்ஷைக்குப் புலன்களே மேலான கருவிகள்.

டாக்டர் எல்மெர்லீ, M. D. என்பவர் அடியில் வருமாறு கூறுகிறார்:—எவ்விதமான நிலைமையிலும் பிணியாளிகளுக்கு நான் தெர்மாமீட்டரை உபயோகிப்பது அரிது. வேண்டியவளவு அநுபவமும் சாஸ்திர அறிவுமுள்ள வைத்தியர் பிணியாளியின் தேஹ நிலைமைகளில் பெரும்பான்மையானவற்றைத்தமது கண்ணோக்கத்தைக் கொண்டே ஸாதாரணமாய் அறிந்துவிடுவர். நன்கு விஷயங்களைக் கருத்துடன் பார்த்துத் தத்துவமறிந்த கண்களும், மற்றப் புலன்களும் ரோகங்களைப் பரீக்ஷிப்பதற்கான மற்றெல்லாக் கருவிகளினும் சிறந்த கருவிகளாகும். இப்பொழுது பிணியாளிகளைப் பரீக்ஷிப்பதற்கு அநேகவிதமான கருவிகளை உபயோகிப்பதெல்லாம், நமது இந்திரியங்களுடைய சக்தியை விருத்திசெய்துகொள்ளாத அநாகரிகத்தனமென்கிற குறையையே விளக்கக்கூடியவைகளாயிருக்கின்றன என்பது எனது கருத்து.—Health Culure.

வைத்திய சாஸ்திர ஆராய்ச்சிக்கு ஐம்பதினாயிரம் டாலர்கள்.

அமெரிக்காவிலுள்ள நியூயார்க் நகரத்தில் சிசுமரணம் அமிதமாய்விட்டது. சிசுக்களுக்கு ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளின் கூறுபாடுகளையும் அவற்றின் சுரூபங்களையும் பரிசோதித்தறிவதற்கு அங்குள்ள வைத்திய ச்ரேஷ்டர்கள் பெரு முயற்சிசெய்து அவ்வியாதிகளைத் தொலைக்க முயன்றுவருகின்றனர். ஹெல்த் டிபார்ட்மெண்டோடு "அகாடெமி ஆப் மெடிஸின்" என்னும் வைத்தியஸங்கம் கலந்து ஆலோசிக்க இம்மாதம் 14உ ஒரு ஸபை கூடிற்று. குழந்தைகளைக் கொள்ளையிடும் வியாதிகள் பலவுள இருப்பதால், எவ்வெவ்வியாதிகள் எவ்வெவ்வாறு ஒரு குழந்தையினிடமிருந்து மற்றொரு குழந்தையினிடம் ஸம்பந்திக்கின்றன என்று தான் முதலில் ஆராய்ச்சி செய்யவேண்டியிருந்தது. குழந்தைகள் ஒன்றோடொன்று தொட்டு விளையாடுவதால் பெரும்பான்மையான வியாதிகள் ஒன்றினிடமிருந்து மற்றொன்றுக்குப் பரவுவதாக ஒருவாறு தீர்மானிக்கப்பட்டது. இதற்காக ராக் பெல்லர் பௌண்டேஷன் என்கிற ஸ்த்தாபனம் ஏற்பட்டது முதற்கொண்டு இதுவரையில் 50,000 டாலர்கள் செலவாயிற்று. நகரத்திலுள்ள பொதுஜனங்கள் அதிகாரிகளோடு ஒற்றுமைத்துவந்தால் இவ்வியாதிகளைத் தடுப்பது ஸாத்தியம் என்றும் அக்கூட்டத்தாரால் தீர்மானிக்கப்பட்டது.

குழந்தைகளுக்கு சில வியாதிகளின் முக்கியமான குறிகள்.

டாக்டர் H. C. ஹியூலியர், M. D. என்பவர் ஒரு வைத்தியப் பத்திரிகையில் அடியில் வருமாறு சில குறிப்புகளை எழுதுகிறார்:—

சந்நிரமல்: குழந்தை திடீரென்று வாயை நன்கு திறந்து வீறிட்டு அழும்;

வயிற்றுவலி: கால்களை வயிற்றுப்பக்கமாக அடிக்கடி மடக்கிக்கொண்டு மீண்டும் நீட்டி நீட்டி அழும்; முகம் சிவந்திருக்கும்; அழுகை வெகு பலமாயிருக்கும்; முகம் சுருங்கி வெறுப்புடையதாகத் தோற்றும்.

அபிந்யாஸ ஜ்வரம். (Pneumonia): அடிக்கடி துரிதமாகப் பக்கவாட்டில் சாய்ந்துபடுக்கும்; இரண்டு கால்களையும் ஒன்றாகத் தூக்கிப்போடும்; முகம் கடுகடுப்பாயிருக்கும்.

ஈழை: முகம் ஒருவாறு மினுக்கங்கொண்டு வெறுப்புக்குறியுடன் கூடியதாயிருக்கும்; விலாப்பக்கத்து மாம்ஸபேசிகள் இழுக்கப்பட்டு முரண்பட்டிருக்கும்.

இருதய வியாதி: முகத்தில் தெம்பில்லாமல் கவலை மேலிட்டிருப்பதாகத் தோற்றும்; கண்கள் விரிந்து ஏக்கமுற்றிருப்பதாகக் காணும்; முகத்தின் மாம்ஸபேசிகள் ஒருவாறு நீண்டு முகத்தை நீளமாகச் செய்திருப்பதுபோல் தோற்றும்.

மூளை வியாதிகள்: முகத்தில் இயற்கைக்கு விரோதமான ஏதேதோ விகாரங்கள் தோன்றும்; கண்கள் மூடியிருக்கும்; தலைசாய்ந்து நிற்கும்; உதடுகள் ஒன்றோடொன்று சேர்ந்துகொண்டு வாய் எளிதில் திறக்க முடியாமற் போய்விடும்.

நீடித்த அஜீர்ணம்: வாந்தியும் குமட்டலும் அடிக்கடி யுண்டாகும்; இத்துடன் வயிற்றுவலிக்குக் கூறிய குறிகளும் காணப்படும்.

வைத்திய கலாநிதியின் 2-வது வால்யம்.

இரண்டாவது வருஷத்தில் வெளியான "வைத்திய கலாநிதியின்" 12-ஸஞ்சிகைகளும் ஒரு புஸ்தகமாக பைண்ட் செய்யப்பட்டிருக்கின்றன. மிகவும் வியாபகர்களால் எழுதப்பட்ட அதிக உபயோகமுள்ள நூற்றுக்கணக்கான வியாஸங்களும், விசேஷமாக வைத்தியத் தொழில் புரிபவருக்கு மிகப் பிரயோஜனப்படக்கூடிய அருமையான வைத்திய முறைகளைப்பற்றிய குறிப்புகளும் அடங்கியிருக்கின்றன. அக்டோபர் 31-ம் தேதிக்குள் ஆர்டர் அனுப்பும் சந்தாதாரர்களுக்கு விலை ரூ. 3-12-0 (ஸாதாரணமாய் விற்கப்படும் விலை ரூ. 4-4-0) தபால்சார்ஜ் பிரத்யேகம். சொற்ப காபிகளே கையிருப்பு. இதில் அடங்கிய அருமையான விஷயங்களை நமது நேயர்கள் வேறு எங்கும் பார்த்திருக்கமாட்டார்கள். இலாபகரமான இத்தருணத்தைக் கைவிடாதீர்கள்,

ஒருவர் பிறந்த நாள் கிழமைகளைக் கண்டறியும் வகை.

(நடக்கும் நூற்றாண்டில் அங்கிலேய வருஷ இன்னமாதம் இத்தனையாவது தேதிக்குக் கிழமை என்னதென்று கண்டறியும் வகை.)

கி. பி. 1801-ஆமுதல் 1900-வரையிலுள்ள வருஷங்கள்.											ஜனவரி 31	பிப்ரவரி 28	மார்ச் 31	ஏப்ரல் 30	மே 31	ஜூன் 30	ஜூலை 31	ஆகஸ்டு 31	செப்டம்பர் 30	அக்டோபர் 31	நவம்பர் 30	டிசம்பர் 31
1801	1807	1818	1829	1835	1846	1857	1874	1874	1885	1891	4	7	7	3	5	1	3	6	2	4	7	2
1802	1813	1819	1830	1841	1847	1858	1869	1875	1886	1897	5	1	1	4	6	2	4	7	3	5	1	3
1803	1814	1825	1831	1842	1853	1859	1870	1881	1887	1898	6	2	2	5	7	3	5	1	4	6	2	4
1805	1811	1822	1833	1839	1850	1861	1867	1878	1889	1895	2	5	5	1	3	6	1	4	7	2	5	7
1806	1817	1823	1834	1845	1851	1862	1873	1879	1890	...	3	6	6	2	4	7	2	5	1	3	6	1
1809	1815	1826	1837	1843	1854	1865	1871	1882	1893	1899	7	3	3	6	1	4	6	2	5	7	3	5
1810	1821	1827	1838	1849	1855	1866	1877	1883	1894	1900	1	4	4	7	2	5	7	3	6	1	4	6
லீப் வருஷங்கள்.											...	29	...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
1804	1832	1860	1888								7	3	4	7	2	5	7	3	6	1	4	6
1808	1836	1864	1892								5	1	2	5	7	3	5	1	4	6	2	4
1812	1840	1868	1896								3	6	7	3	5	1	3	6	2	4	7	2
1816	1844	1872	...								1	4	5	1	3	6	1	4	7	2	5	7
1820	1848	1876	...								6	2	3	6	1	4	6	2	5	7	3	5
1824	1852	1880	...								4	7	1	4	6	2	4	7	3	5	1	3
1828	1856	1884	...								2	5	6	2	4	7	2	5	1	3	6	1

குறிப்பு:—அடியில் ஏழு வரிசையாக மாதம் 31 தேதிக்கும், கிழமைகள் குறிக்கப்பட்டிருக்கின்றனவல்லவா? அதைப் பார்த்து இத்தனையாவது தேதி இன்னகிழமை என்று அறிந்து கொள்ளவேண்டும். எந்தவருஷம் எந்தமாதத்திற்கு எத்தனையாவது வரிசையில் பார்க்கிறதென்றால், இந்த 19-வது நூற்றாண்டாகிய 1801-முதல், 1900 வரையிலுள்ள வருஷங்களுக்குள் எந்த வருஷம் எந்த மாதத்து தேதிக்குக் கிழமை கண்டறிய வேண்டுமோ அந்த வருஷம், மேலே குறித்த வருஷ அட்டவணையில் எந்த வரியிலிருக்கிறதென்று முதலில் பார்த்துக் கொண்டு, அதே வரியில் தலைப்பில் குறித்தமாதத்தின் கீழ், என்ன எண் காணப்படுகிறதோ அத்தனையாவது வரிசையில் பார்த்துத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

எப்படியெனில் சென்ற 1892-ம் வருஷ டிசெம்பர் 15உ என்னகிழமை யென்று பார்ப்போம். வருஷ அட்டவணையில் 1892 (லீப்வருஷமாதலால்) லீப்வருஷம் 2-வது வரியிலிருக்கிறது; அதே வரியில் டிசெம்பர் மாதத்தின் கீழுள்ள எண் 4; கிழமைகளைக்காட்டும் 4-ம் வரிசையில் பார்த்தால் 15உ வியாழக்கிழமை என்று காட்டுகிறது. இப்படியே அவரவர்க்கு இஷ்டமான தேதிகளுக்குப் பார்த்தறிந்துகொள்ளலாம்.

1	2	3	4	5	6	7
திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு
செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்
புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்
வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்
வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்
சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி
ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி
திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு
செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்
புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்
வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்
வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்
சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி
ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி
திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு
செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்
புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்
வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்
வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்
சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி
ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி
திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு
செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்
புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்
வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்
வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்
சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி
ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி
திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு
செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்
புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி	ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்

இருபதாவது அத்தியாயம்.

இனி நஸ்யவிதி[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரித்துக்கூறப்படும்:—

நஸ்யம் சிரோ வியாதிகளில் நன்மை செய்யும்.

தோளுக்குமேற்பட்ட அவயவங்களைப்பற்றியுண்டாகும் வியாதிகளில் விசேஷமாக நஸ்யம் பிரயோகிக்கலாம் என்று விதிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஏனெனில், நாசிதான் சிரஸ்ஸுக்கு வாயிற்படி யெனத்தகும் த்வாரமாய் அமைந்திருக்கின்றது; நஸ்யமானது அந்த த்வாரத்தினால் சிரஸ்வரிற் பரவி அதைச் சார்ந்த வியாதிகளைப் போக்குகின்றது. 1.

நஸ்யம் மூன்று விதம்.

அந்த நஸ்ய சிகித்ஸையானது 'விரேசந நஸ்யம்' என்றும், 'பிருஹ்மண நஸ்யம்' என்றும், 'சமந நஸ்யம்' என்றும் மூன்று வகைப்படும். 1½.

விரேசந நஸ்யம் உபயோகிப்பதற்கான வியாதிகள்.

தலைவலி, திமிர், கண்ணோய், தொண்டையைப்பற்றிய வியாதிகள், வீக்கம், கண்டம் என்னும் கட்டி, கிருமி ஸம்பந்தமான வியாதி, கிரந்தி, குஷ்டம், அபஸ்மாரம், பீநஸம் இவற்றில் 'விரேசந நஸ்யம்' உபயோகமானது. 2½.

பிருஹ்மண நஸ்யம் உபயோகிப்பதற்கான வியாதிகள்.

வாதத்தினால் உண்டாகும் வலி, ஸூர்யாவர்த்தம்,[2] தொண்டைக் கம்மல், நாசி உலர்ந்துபோதல், நாக்கு உலர்தல், வாய் பேசமுடியாமற்போதல், நித்திரையிலிருந்து கண்விழிக்க கஷ்டப்படுதல், அபபாஹுகம்[1] என்னும் இக்கோளாறுகளில் 'பிருஹ்மண நஸ்யம்' உபயோகமானது. 3½.

சமந நஸ்யம் உபயோகிப்பதற்கான வியாதிகள்.

நீலிகா என்னும் ஒருவித பிறவிமறு, வியங்கம் என்கிற ஒரு வகையான தேமல், தலைமயிர் உதிர்தல், நேத்திரத்தில் உண்டாகும் கொடிபோன்ற தார்மாம்ஸ வளர்ச்சி என்னும் இக்கோளாறுகளில் "சமந நஸ்யம்" உபயோகிக்கத் தகுந்ததாம். 4.

விரேசந நஸ்யத்திற்கான ஔஷதச்சரக்குகள்.

அந்த வியாதி முதலியவற்றைப் பரிஹரிப்பதற்கு ஏற்ற ஔஷதச் சரக்குகளால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஔஷத முறைகளுக்கு அநுகூலமான ஸ்நேஹ பதார்த்தங்களாலும், கல்கம் - க்வாதம்-தேன்-இந்துப்பு-ஆஸவம் என்னும் மதுவகை இவை முதலியவற்றாலும் அந்தந்த நிலைமைகளுக்குத் தகுந்தவாறு முதலிற் கூறிய "விரேசந நஸ்யத்தை"ப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 5.

பிருஹ்மண நஸ்யத்திற்கான ஔஷதச் சரக்குகள்.

ஜாங்கல பூமியில் வஸிக்கும் பிராணிகளுடைய மாம்ஸத்திலிருந்து கிரஹிக்கப்பட்ட ரஸத்தினாலும், இரத்தத்தினாலும், அபுரம் என்னும் ஒருவித குக்குலியத் தைலத்தாலும் பிருஹ்மண நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கலாம்.[2] 5½.

---

1. நாஸிகையின் மூலமாய் பிரயோகிக்கப்படும் ஔஷதம் "நஸ்யம்" எனப்படுகிறது; அவ்விஷயமான நியமங்களைக்கூறும் அத்தியாயம் "நஸ்ய விதி" என்று சொல்லப்படுகிறது.

2. ஸூர்யாவர்த்தம்—காலையிலிருந்து நடுப்பகல் வரையில் அதிகரித்து, அதன் பிறகு கிரமமாகக் குறைந்துவரும் ஒருவித கடுமையான தலைவலி.

1. அபபாஹுகம்—கையில் உண்டாகும் வாத நோய்.

2. ஜாங்கல மாம்ஸ ரஸாதிகளைப்போல தீக்ஷ்ணத் தன்மையற்ற ஸ்நேஹம் முதலியவற்றாலும் பிருஹ்மண நஸ்யத்தை நிறைவேற்றலாம் என்பது கருத்து.

சமந நஸ்யத்திற்கான ஔஷதச் சரக்குகள்.

தீக்ஷ்ண குணமில்லாமல் பக்குவம் செய்த முற்கூறிய ஸ்நேஹ வஸ்துக்களாலும், மாம்ஸரஸம் முதலியவற்றாலும், பாலாலும், ஜலத்தினாலும் சமந நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கலாம். 6.

மர்ச - பிரதிமர்ச நஸ்யங்கள்.

இச்சிகித்ஸையில் உபயோகிப்பதற்கான ஸ்நேஹ நஸ்யமே அந்தந்த அளவின் பேதத்தைக் கொண்டு "மர்சம்" என்றும், "பிரதிமர்சம்" என்றும் இரண்டு விதமாக விவஹரிக்கப்படும்.[1] $6\frac{1}{2}$.

அவபீட நஸ்யம்.

தீக்ஷ்ண குணமுள்ள கல்கம் முதலியவற்றால் "அவபீட நஸ்யம்"[2] பிரயோகிக்கப்படும்; இதுவே "மூர்த்தவிரேசந நஸ்யம்"[3] என்றும் கூறப்படும். 7.

த்மாந நஸ்யம்.

தோஷங்களை வெளிப்படுத்துவதற்காக நாசியினுள் உபயோகிக்கப்படும் சூர்ண ரூபமான ஔஷதமானது "த்மாநம்" என்று வழங்கப்படும். $7\frac{1}{4}$.

த்மாநாதியும் அந்த நஸ்யம் பிரயோகிக்கும் வகையும்.

அந்த சூர்ண நஸ்யத்தை அடியிற் கூறப்படும் வகையில் பிரயோகிக்கவேண்டும்;—ஆறு அங்குலம் நீளமுடையதும், இரண்டு முகங்களையுடையதுமான ஒரு குழாய் நிர்மாணம்செய்து, அதனுள் ஔஷதம் நிரப்பி, அவ்விரு முனைகளையும் நாசியின் இரண்டு த்வாரங்களிலும் வைத்து, குழாயின் அடிப்புறத்து த்வாரத்தில் வைத்தியன் தனது வாயை வைத்து ஊதவேண்டும்; அவ்வாறு உட்செலுத்தப்படும் ஔஷதமானது சூர்ண ரூபமாயிருப்பதால், பெரும்பான்மையான தோஷத்தையும் ஆகர்ஷித்துப் போக்வல்லது. 8, $8\frac{1}{2}$.

மர்ச நஸ்ய-கல்க நஸ்யங்களுக்கு ஔஷதப் பிரமாணங்கள்.

ஆள்காட்டி விரலை இரண்டு கணுக்கள் வரையில் ஒரு திரவத்தில் அமிழ்த்தி யெடுத்தால் அதிலிருந்து, சொட்டும் துளியானது எவ்வளவு இருக்குமோ அது ஒரு பிந்து என்று கூறப்படுகிறது; அவ்வாறு பத்து பிந்துக்கள் பிரயோகிக்கப்படுமானல் அது மர்சத்திற்கு உத்தம மாத்திரை யென்றும், எட்டு பிந்துக்களானல் மர்சத்திற்கு அது மத்திம மாத்திரை யென்றும், ஆறு பிந்துக்களானல் மர்சத்திற்கு அது ஹீநமாத்திரை யென்றும் கருதப்படும். ஸ்நேஹங்களைத் தவிர கல்கம் முதலியவற்றால் நஸ்யமிடுவதானல், மர்சத்திற்குக் குறிப்பிட்ட அளவுகளில் இரண்டிரண்டு பிந்துக்களைக் குறைத்து உத்தம-மத்திம-ஹீநமாத்திரைகளைப் பிரயோகிக்கவேண்டும்.[1] 9—$10\frac{1}{4}$.

நஸ்யத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

அப்பொழுதே தண்ணீர் அருந்தியவர், மதுபானம் செய்தவர், விஷமுண்டவர், ஸ்நேஹபானம் செய்தவர், தண்ணீர் மது முதலியதை அருந்தப்போகிறவர், ஆஹாரம் புஜித்தவர், சிரஸ்நானம் செய்தவர், ஸ்நாநம் செய்யப்போகிறவர், ரக்தமோக்ஷணம் செய்துகொண்டவர்,[2] புதிதாக பீநஸரோகத்தினல் வருந்துபவர், மல மூத்திராதி விஸர்க்கம் செய்யும் தருவாயிலிருப்பவர், பிரஸவித்திருப்பவள்,

1. மர்ச நஸ்யத்தில் ஸ்நேஹம் வீசம் பலமும், பிரதி மர்சத்தில் இரண்டு பிந்துக்களும் பிரயோகிப்பார்கள்.

2. அவபீட நஸ்யம்—இந்த நஸ்யத்தைப் பிரயோகித்ததும் நாசியை அழுத்தி நன்றாகச் சிந்தவேண்டியிருப்பதால் இப்பெயர் வந்தது.

3. மூர்த்த விரேசந நஸ்யம்—அவபீட நஸ்யம் செய்வதால், சிரஸ்ஸிலுள்ள தோஷங்கள் வெளிப்படுவதால் இப்பெயர் அதற்குக் கூறப்படுகிறது.

1. கல்க நஸ்யத்தில் எட்டு பிந்துக்கள் உத்தம மாத்திரையும், ஆறு பிந்துக்கள் மத்திம மாத்திரையும், நான்கு பிந்துக்கள் ஹீநமாத்திரையும் ஆம் என்றறிக.

2. ரக்தமோக்ஷணம்—இதுவே ஸிராவ்யதை யென்றும் கூறப்படும்; இதைப்பற்றிய விவரங்களை அடுத்த 27-வது அத்தியாயத்தில் பார்க்க.

ச்வாஸரோகிகள், காஸரோகிகள், சோதந சிகித்ஸை செய்துகொண்டவர், வஸ்தி சிகித்ஸை செய்துகொண்டவர் இவர்களுக்கு நஸ்யம் பிரயோகிக்கக்கூடாது. அகாலத்தில் மழை பெய்கையிலும் நஸ்யமிடத்தகாது; ஆனல் அபாயகாமான ஸம்பவங்களில் தவிர மற்ற ஸமயங்களில்தான் இவ்விதி கவனிக்கத் தக்கதாகும். 11—$12\frac{3}{4}$.

வாதாதி தோஷங்களுக்கேற்ற நஸ்யமிடும் காலங்கள்.

விடியற்காலத்தில் கபக்கோளாறுகளுக்கும், பகலில் பித்தக்கோளாறுகளுக்கும், மாலையிலும் இரவிலும் வாததோஷக் கோளாறுகளுக்கும் நஸ்யமிடலாம். ஆரோக்கிய நிலைமையிலிருப்பவனுக்கு சரத்ருது வஸந்த ருதுக்களில் முற்பகலிலும், குளிர்காலத்தில் நடுப்பகலிலும், கிரீஷ்மருதுவில் மாலைப்பொழுதிலும், வர்ஷருதுவில் வெயில்காயும்போதும் நஸ்யம் பிரயோகிக்கவேண்டும். 13—$14\frac{1}{2}$.

அந்தந்த வியாதிகளுக்கேற்ற நஸ்யமிடுங்காலங்கள்.

சிரஸ் வாததோஷத்தினல் பீடிக்கப்படுகையிலும், விக்கலிலும், அபதாநகம் என்கிற வாதரோகத்திலும்,[1] மந்யாஸ்தம்பத்திலும்[2], தொண்டைக்கம்மலிலும் நஸ்யப் பிரயோகத்தை தினந்தோறும் காலை மாலைகளில் இரண்டுவேளைகளிலும் செய்யவேண்டும்; வேறு வியாதிகளானல் ஒருநாள் இடையே விட்டுவிட்டுப்பிரயோகிக்கவேண்டும். இவ்வாறு வரிசையாக ஏழுநாட்கள் நஸ்யமிடலாம். 15, 16.

நஸ்யமிடுவதற்கு முன்பு நிறைவேற்ற வேண்டிய சிகித்ஸை.

சிரஸ்ஸுக்கு ஸ்நேஹ சிகித்ஸையையும் ஸ்வேத சிகித்ஸையையும் செய்துகொண்டுள்ள பிணியாளி மலவிஸர்க்கம் முதலிய அவச்யகார்யங்களை முன்னதாக முடித்துக்கொண்ட பிறகு, அவனை விசேஷ காற்றோட்டமில்லாத அறையில் சயநத்திற படுக்கச்செய்து, தோளுக்குமேற்பட்ட அவயவங்களை மீண்டும் ஸ்வேதநம் செய்யவேண்டும். 17.

நஸ்யமிடும் வகை.

பிறகு பிணியாளியானவன் நிமிர்ந்து நேர்மையாக உடம்பை நிறுத்திக்கொண்டு கைகால்களை நன்கு நீட்டிக் கொள்ளவேண்டும்; கால் சிறிது உயரத்திலும், தலை சிறிது பின்பக்கமாகச்சாய்ந்தும் இருக்கவேண்டும். அப்பால் உஷ்ணஜலத்தில் வைத்துக்காய்ச்சிய ஔஷதத்தை [1]ஒரு சிறிய குழாய்போன்ற கருவியினலாவது, பிசுவினலாவது[2] எடுத்து, நாசியின் வலது த்வாரத்தை மூடிக்கொண்டு இடது த்வாரத்திலும், இடது த்வாரத்தை மூடி வலது நாசியிலும் மாற்றி மாற்றி நஸ்யத்தைப் பிழியவும். 18, 19.

நஸ்யமிட்டதும் செய்யவேண்டிய காரியம்.

நஸ்யம் பிரயோகித்தானதும், பாதங்களையும், கைகளையும், தோள்களையும், மற்றுமுள்ள அவச்யமான அவயவங்களையும் ஸுகமாக மர்த்தநம் செய்யவேண்டும். அப்பால் நாசியின் இரண்டு பக்கங்களையும் மெதுவாகப் பிடித்துச் சிந்தவும். 20.

நஸ்யமிடும் அளவு.

எவ்வளவு ஔஷதம் நஸ்யமிடவேண்டுமோ அவ்வளவையும் ஒரேதடவையில் பிரயோகிக்க முடியாதாகையால், அவ்வளவு ஔஷதமும் செலவழியும் வரையில் இரண்டு தடவையோ மூன்றுதடவையோ முற்கூறியவிதமாகப் பிரயோகிக்கவேண்டும். $20\frac{1}{2}$.

1. அபதாநகம்—அபஸ்மாரம் போன்ற ஒருவித வாதரோய்.

2. மந்யாஸ்தம்பம்—கழுத்து நரம்புச்சுளுக்கு.

1. நஸ்யௌஷதம்அடங்கிய பாத்திரத்தை ஜலமுள்ள மற்றொரு பாத்திரத்தினுள் வைத்து நன்றாகக் கொதிவரும்படியாகக் காய்ச்சவேண்டும். இவ்விதம் செய்வதால் அவ்வௌஷதம் நஸ்யமிடுவதற்குற்ற வாறு பக்குவமாகும்.

2. பிசு—ஒற்றடம் கொடுப்பதற்கும், திரவவஸ்துக்களை நனைத்து குறிப்பிட்ட இடங்களில் பிழிவதற்கும் ஏற்ற பஞ்சு அல்லது அதுபோன்ற ம்ருதுவான வஸ்து.

நஸ்யமிடுகையில் மூர்ச்சையுண்டானால் செய்யவேண்டிய பரிஹாரம்.

நஸ்யம் பிரயோகிக்கையில் மூர்ச்சையுண்டானால், பிணியாளியின்மேல் குளிர்ந்த ஜலத்தைத் தெளிக்கவும்; ஆனால் சிரஸ்ஸின் உச்சியில் மட்டும் குளிர்ந்த ஜலத்தை விடக்கூடாது. 21.

விரேசந நஸ்யத்தற்குப் பின் ஸ்நேஹநஸ்ய மிடுதல்.

விரேசந நஸ்யம் பிரயோகித்து முடிந்ததும், அவரவருடைய தோஷங்கள், பிரக்ருதி, தேசகாலங்கள் முதலியவற்றின் நிலைமைகளை அநுஸரித்து ஸ்நேஹ நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கலாம். 21½.

நஸ்யம் நிறைவேறியதும் செய்யும உபசாரம்.

நஸ்யம் முடிவு பெற்றதும் நூறு மாத்திரா காலம்[1] நிமிர்ந்த நிலைமையில் பிணியாளி படுத்திருக்கவேண்டும். பிறகு தூமபாநம் செய்து, தொண்டை சுத்தியாவதற்காக இளஞ்சூடான ஜலத்தை வாய் நிரம்ப விட்டு சில நிமிஷம் வைத்துக்கொண்டிருந்து கொப்பளித்துவரவும். 22½.

நஸ்யத்தினால் நன்கு ஸ்நிக்த்தமானதன் குறிகள்.

நஸ்யத்தினால் சிரஸ் நன்றாக ஸ்நிக்த்தமானால், பிணியாளி ஸுகமாக ச்வாஸம் விடுவான்; நன்கு நித்திரையுறுவன்; தகுந்த காலத்தில நன்கு நித்திரையிலிருந்து விழித்துக்கொள்வன்; புலன்கள் படுவாகும். 23.

நஸ்யத்தினால் ஸ்நிக்த்தமாகாமல் ரூக்ஷமாயிருப்பதின் குறிகள்.

சிரஸ் நஸ்யத்தினால் ஸ்நிக்த்தமாகாமல் ரூக்ஷ நிலைமையடைந்திருந்தால் கண்கள் விழித்துப் பார்க்க முடியாமல் ஸ்தம்பிக்கும்; நாஸி வாய இவை சுஷ்கிக்கும்; சிரஸ ஶூன்யமாயிருப்பதாகத் தோற்றும். 23½.

நஸ்யத்தினால் அதிஸ்நிக்த்தமானதன் குறிகள்.

சிரஸ் மிதமிஞ்சி ஸ்நிக்த்தமானால் தலையில் தினவும், பாரமாயிருப்பது போன்ற உணர்ச்சியும், வாயில் அதிகமாக உமிழ்நீர் ஊறுவதும், அரோசகமும், பீநஸமும் உண்டாகும். 24.

விரேசந நஸ்யம் நன்கு நிறைவேறியதன் குறிகள்.

சிரஸ் விரேசந நஸ்யத்தினால் நன்கு சுத்தமானால் நேத்திரங்களில் குருத்தன்மை மாறி இலகுவான உணர்ச்சியுண்டாகும்; குரல் சுத்தமாகும்; முகமும் நிர்மலமாகும். 24½.

முறைதவறின விரேசந நஸ்யத்தினால் உண்டாகும குறிகள்.

விரேசந நஸ்யத்தினால் தோஷம் வேண்டிய வளவு வெளியாகாவிட்டால் முன் இருந்த வியாதியே விருத்தியாகும். மிதமிஞ்சி வெளியானால் மிகவும் இளைப்பும் பலஹீனமும் ஸம்பவிக்கும். 25.

பிரதிமர்ச நஸ்யத்திற்கு உரியவர்கள்.

பிரதிமர்சநஸ்யமானது உரக்ஷதரோகிகளுக்கும், இளைத்து பலஹீனமாயிருப்பவருக்கும், பாலருக்கும், வயது முதிர்ந்தவருக்கும், ஸுகஸ்திரீகளுக்கும் பிரயோகிக்கத்தகுந்தது; இதை அகால மழை பெய்கையிலும் உபயோகிக்கலாம்.[1] 25½.

பிரதிமர்ச நஸ்யத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

கெட்டுப்போன பீநஸரோகத்தில் பிரதிமர்சம் தகாததாகும்; மேலும் மதுபாநம் செய்தவன், செவி மந்தப்பட்டவன், தலையில் கிருமிகளுண்டாய் வருந்துபவன், மிகவும் பிரகோபித்த தோஷங்களையுடையவன், இடம்விட்டுக் கிளர்ச்சியடைந்த தோஷங்களுடன் கூடியவன் இவர்களுக்கும் பிரதிமர்சம் உதவாது; பிரதிமர்சம் அளவில்

1. மாத்திராகாலம் -அதிகவேகமில்லாமலும் அதிக மெதுவாகவுமில்லாமல் நூறு எண்கள் எண்ணுவதற்கு வேண்டிய கால அளவு.

1. பிரதிமர்ச நஸ்யம் வெகு சிறிய அளவில் மிருதுவான ஔஷதங்களால் செய்யப்படுவதால் இத்தகைய நிலைமையிலும் பிரயோகிக்கலாம் என்பதை அடுத்த வாக்கியத்தினால் அறியலாம்.

மிகவும் குறைவாதலால், இப்பிணியாளிகளுக்கு பிரயோஜனப்படக்கூடியதல்ல. 26, 27.

பிரதிமர்சநஸ்யத்திற்கான நேரங்கள்.

விடியற்காலம், மாலைநேரம், வமநத்தின முடிவு,உணவு முடிந்தஸமயம், பகலில் நித்திரையிலிருந்து எழும்ஸமயம், வழி நடந்த பிறகு, வேலைசெய்த சிரமம் நீங்கும் ஸமயம், புணர்ச்சியின் முடிவு, சிரஸ்ஸுக்கு அப்யங்கம் செய்துகொண்டபின்பு, கண்டூஷ சிகித்ஸையின் முடிவு, மூத்திரவிஸர்க்கம் செய்தபிறகு, அஞ்ஜநப்பிரயோகத்திற்குப் பிறகு, மலவிஸர்க்கம் செய்து முடிந்தபிறகு, பல் துலக்கியபிறகு, சிரிப்புக்குப்பிறகு என்னும் இந்த ஸமயங்களில் இரண்டு பிந்து அளவில் பிரதிமர்சத்தைப் பிரயோகிகக்வேண்டும். 28, 28½.

பிரதிமர்சத்திற்கு ஒவ்வொரு ஸமயத்தில் ஒவ்வொரு விசேஷ குணம்.

விடியற்காலத்திலும், ஸாயங்காலவேளையிலும், ஆஹாரத்திற்கும் - வமநத்திற்கும் - பகல் நித்திரைக்கும் முடிவிலும்—ஆக இவ்வைந்து நேரங்களில் பிரதிமர்சத்தைச் செய்வதால் ஸ்ரோதோமார்க்கங்கள் சுத்தியடையும்; வழிநடத்தல், பலமான வேலைகளைச் செய்வதாலான சிரமம், புணர்ச்சி இவற்றின் முடிவில் பிரதிமர்சம் செய்வதால் தேஹவாட்டம் தீரும்; சிரஸ்நானம், கண்டூஷம், மூத்திரவிஸர்க்கம், அஞ்ஜனமிடுதல், மலவிஸர்க்கம் இவ்வைந்திற்கும் முடிவில் பிரதிமர்சம் செய்வதால் கண்களுக்கு பலம் உண்டாகும்; தந்தசுத்தி செய்தபிறகு பிரதிமர்சம் செய்வதால் பற்கள் பலப்படும்; பெருஞ்சிரிப்புக்குப் பிறகு பிரதிமர்சம் பிரயோகிப்பதால் வாதம் சமநமடையும். 29½.

நஸ்ய-தூமபாந கபள-சோதநங்களுக்குத் தகாத வயதினர்கள்.

ஏழு வயதுக்குக் குறைந்தவர்களுக்கும் எண்பது வயதுக்கு மேற்பட்டவருக்கும் நஸ்யமிடக்கூடாது. பதினெட்டு வயதுக்குக் குறைந்த வயதினர் தூமபாநம் செய்யக்கூடாது. ஐந்து வயதுக்குக் குறைந்த சிறுவர்களுக்கு கபளக்ரஹம்[1] தகாது. பத்து வயதுக்குக் கீழ்ப்பட்டவருக்கும், எழுபது வயதுக்கு மேற்பட்டவருக்கும் வமந- விரேசநம் முதலிய சோதநசிகித்ஸை செய்யக்கூடாது. 30, 31.

பிரதிமர்சத்தின் மேன்மை.

பிரதிமர்சமானது வஸ்தி சிகித்ஸையைப் போல பிறந்தது முதற்கொண்டு இறக்கும் வரையில் எப்பொழுதும் நன்மை தரக்கூடியதாகும்; தினந்தோறும் உபயோகித்து வந்தால் அது மர்சநஸ்யத்திற்குண்டான குணங்களையும் உண்டுபண்ணும்; இதைச் செய்து வரும்போது வேறு விதமான எவ்வித நிர்ப்பந்தமும் கிடையாது; மர்சநஸ்யத்தைச் செய்து வருகையில் ஏற்படக்கூடிய ஏதேனும் தீமைகள் ஸம்பவிக்குமோ வென்கிற பயமும் இதற்குக் கிடையாது. 32, 32½.

ஆரோக்கிய சாலிகளுக்கேற்ற நஸ்யௌஷதம்.

ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருப்பவன் எப்பொழுதும் உபயோகிப்பதற்கு தைலமே சிறந்ததாகும். சிரஸ்ஸானது கபத்திற்கு ஸ்தாநமா யிருப்பதால், வேறு விதமான ஸ்நேஹ வஸ்துக்கள் உபயோகிக்கத் தகுந்தவையாகா. 33½.

மர்ச-ப்ரதிமர்சங்களுக்குள்ள குணபேதங்கள்.

மர்சநஸ்யமானது வெகு சீக்கிரம் தனது செய்கையை நிறைவேற்ற வல்லதும், இதர குணங்களில் சிறப்புற்றதுமாயிருக்கும்; பிரதிமர்சமோ - வேலையைவெகு மந்தமாகச் செய்வதுடன், குணத்திலும் அவ்வளவு சிறப்புடையதல்ல. மர்சத்திற்கும் பிரதி மர்சத்திற்கும இவ்வித பேதங்கள் இல்லாவிட்டால், பலவித நிர்ப்பந்தங்களோடு பிரயோ

1. சிரஸ் கபஸ்த்தாநமாதலால், கபத்திற்கு சமநம் அல்லது பரிஹாரம் செய்யக்கூடிய ஸ்நேஹம் தைலமே; அதிலும் முக்கியமாக இங்கு எள்ளெண்ணெய் குறிக்கப்படுகிறது என்றறிக. இதன் குணங்களையும் மற்ற விவரங்களையும் பற்றி 38-வது பக்கம் பார்க்க.

கிக்க வேண்டியதும், சிறிது முறைதவறினல் ஆபத்தை விளைவிக்கக்கூடியதுமான மர்சநஸ்யத்தை அப்பால் எவன் உபயோகிப்பன்? அச்சபேயாஸ்நேஹமென்ன-வேறு பல வஸ்துக்களுடன் கலந்து உட்கொள்ளப்படும் ஸ்நேஹமென்ன இவ்விரண்டுக்கும்,[1] குடீப்ரவேச சிகித்ஸை யென்ன-வாதாதபிக சிகித்ஸையென்ன இவ்விரண்டுக்கும், [2] அநுவாஸநவஸ்தி யென்ன-மாத்ராவஸ்தியென்ன [3] இவற்றிற்கும் முறையே மர்ச-ப்ரதிமர்சங்களுக்குள்ள பேதங்கள் உண்டென்று கூறலாம். 34—36.

நஸ்யத்திற்கான அணுதைலம்.

திருநீர்ப்பாலை, வெட்டிவேர், தேவதாரு, கோரைக்கிழங்கு, இலவங்கப்பட்டை, குருவேர், நன்னாரி, சந்தநம், மரமஞ்சளின் மேற்புறணி, அதிமதுரம், கல்லால், அகில், த்ரிபலை, நாமக்கரும்பு, பில்வம், நைதல், கண்டங்கத்திரி, கத்திரி, ஆனைவணங்கி, மல்லிகை, மேர்மல்லிகை, வாய்விடங்கம், இலவங்கப்பத்திரி, சிற்றேலம், அரேணுகம், தாமரைப்பூவின் தாது இச் சரக்குகளை இவற்றிற்கு நூறு மடங்கு அளவான ஹம்ஸோதகத்தில் சேர்த்துக் காய்ச்சவேண்டும். இவ்விதம் காய்ச்சியெடுக்கப்படும் க்வாதமானது அதில் சேர்க்கப்படும் தைலத்தினும் அளவில் பத்து மடங்கு அதிகமானதாயிருக்கவேண்டும்; இக் கஷாயத்தில் தைலத்தை முற்கூறிய விதமே பத்து முறை பக்குவம் செய்து எடுக்கவும். பத்தாவது தடவை பக்குவம் செய்கையில், தைலத்திற்கு ஸமான அளவில் வெள்ளாட்டுப் பாலைச் சேர்க்கவேண்டும். இது மிகச் சிறப்பான குணங்களைப் பெற்றதும் அணுதைலம் என்னும் பெயருடையதென்றும்[1] நமது பெரியோர் கூறுவர். 37, 38.

நஸ்யப் பிரயோகத்தின் பலன்கள்.

நஸ்யத்தை அப்யஸித்து வருபவர் உரத்துப் பருத்து அழகாகச் செழித்து வளர்ந்த சர்மத்துடன் கூடிய தோள்களையும் கழுத்தையும் முகத்தையும் மார்பையும் யவர்களாய், திடமான இந்த்ரியங்களைப் பெற்று, நரை திரையின்றி ஸுகசரீரிகளாயிருப்பர். 39.

1. அச்சபேயா முதலியதைப்பற்றி 131, 133 இப்பக்கங்களில் விவரம் காண்க.

2. கனமான இரண்டொரு சுவர்களால் சூழப்பட்டு, காற்றோட்டத்திற்கு அதிக அவகாசமில்லாமல் திடமாக (இச்சிகித்ஸைக் கென்று) கட்டப்பட்ட கர்ப்பக்ருஹத்தில் பிணியாளி இருந்துகொண்டு இரஸாயந ஔஷதம் உபயோகிப்பதற்கான ஒருவித முறையானது "குடீப்ரவேச சிகித்ஸை" என்று சொல்லப்படும். வீட்டுக்கு வெளியில் விசேஷமாய் வாயு ஸஞ்சாரமும் மந்தமான வெயிலும் வியாபிக்கும் இடங்களில் இருந்துகொண்டு செய்து கொள்ளும் இரஸாயந சிகித்ஸை.

3. அநுவாஸநவஸ்தியைப்பற்றி 152, 153-வது பக்கங்களிலும், மாத்ராவஸ்தியைப்பற்றி 158-வது பக்கத்திலும் விவரம் காண்க.

1. அணு என்றால் ஸூக்ஷ்மம்; மிகவும் ஸூக்ஷ்மமான இரத்தக்குழாய் முதலிய ஸ்ரோதஸ்ஸுகளில் ஊடுறுவிச் சென்று தாதுக்களில் பரவும் குணமுடையதென்று கருதி இத்தைலத்திற்கு "அணுதைலம்" என்று பெயரிடப்பட்டது.

இருபத்தோராவது அத்தியாயம்.

அப்பால் தூமபாநவிதி[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகின்றது:—

தூமபாநம் செய்வதெதற்கு?

'தோளுக்கு மேற்பட்ட அவயவங்களில் கபம்-வாதம் இவற்றாலான வியாதிகள் உண்டாகாமலிருப்பதற்கும், உண்டான வியாதிகளைப் போக்குவதற்கும் தூமபாநம் செய்யலாம். ஆனால் எப்பொழுதும் தனது நிலைமையறிந்து அதை மிதமாயுபயோகித்து வரவேண்டும். 1.

மூன்றுவித தூமங்களும் அவற்றை உபயோகிக்க வேண்டிய தோஷங்களும்.

அதில் 'ஸ்நிக்த்த தூமம்' என்றும், 'மத்திம தூமம்' என்றும், 'தீக்ஷ்ண தூமம்' என்றும் மூன்று வகைகள் உண்டு; அவற்றுள் முதலிற் கூறியதை வாதவிகாரத்திலும், இரண்டாவது கூறியதை வாதகபங்களாலுண்டாகும் கோளாறிலும், இறுதியிற் கூறியதை கபக்கோளாறிலும் உபயோகிக்கவேண்டும். 1½.

தூமபாநத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

ரக்த பித்தரோகி, விரேசந சிகித்ஸை செய்துகொண்டவன், மஹோதரம் முதலிய வயிற்றைப் பற்றிய வியாதிகளையுடையவன், பிரமேஹரோகி, திமிரம் என்னும் நேத்திரரோகமுள்ளவன், சிரமப்பட்டுப் பெருமூச் செறிபவன், வயிற்றுப் பொருமலுள்ளவன், ரோஹிணீ ரோகமுள்ளவன், [2] வஸ்தி சிகித்ஸை செய்துகொண்டவன், மத்ஸியம்-மது-தயிர்-பால்-தேன் ஸ்நேஹவஸ்து-விஷப்பொருள் இவற்றை உட்கொண்டவன், தலையில் அடியுண்டவன், பாண்டுரோகி, இரவில் கண்விழித்தவன் என்னும் இவர்களுக்கு நஸ்யம் உதவாது. 2—3½.

தூமபாநம் அகாலத்திலும் அளவு மீறியும் செய்வதாலான தீங்குகளும் பரிஹாரமும்.

தூமபாநத்தை அகாலத்திலாவது அதிக அளவாகவாவது உபயோகித்தால் ரக்த பித்தம், கண் தெரியாமை, செவிட்டுத்தனம், நாவறட்சி, மூர்ச்சை, வெறி, மயக்கம் இவற்றை உண்டு பண்ணும். அவ்விதமுண்டால், அதில் சீதோபசாரம் செய்வது ஹிதமாயிருக்கும். 4½.

மூன்றுவித தூமங்களையும் பிரயோகிக்கும் காலங்கள்.

தும்மல், கொட்டாவி விடுதல், மல மூத்திர விஸர்க்கம், புணர்ச்சி, சஸ்திர சிகித்ஸை, சிரித்தல், தந்தசுத்தி செய்தல் இக்கார்யங்களின் இறுதியில் மிருதுதூமத்தைப்[1] பாநம் செய்யலாம்; முற்கூறிய காலங்களிலும், விடியற்காலத்திலும், போஜநத்தின் முடிவிலும், நஸ்யம் செய்து முடித்த ஸமயத்திலும் மத்திமதூமம் பிரயோகிக்கலாம். நித்திரை செய்து கண்விழிக்கையிலும், நஸ்யத்தின் முடிவிலும், அஞ்ஜனமிட்டானதும், ஸ்நாநம் செய்தபிறகும், வாந்தியெடுத்து முடிந்ததும் விரேசந தூமத்தைப்[2] பிரயோகிக்கலாம். 5—6½.

தூமநேத்திரத்தின் அமைப்பு.

வஸ்திநேத்திரம் செய்வதற்கு எவ்வித வஸ்துக்கள் கூறப்பட்டிருக்கின்றனவோ அதே வஸ்துக்களால் தூமபாநம் செய்வதற்கும் நேத்திரத்தை நிர்மிக்கவேண்டும்; அந்த நேத்திரம் வளைவு முதலியது இல்லாமல், மூன்று அறை

1. வியாதி நிவாரணத்தின் பொருட்டு புகையை உட்கொள்ளும் சிகித்ஸாக்ரமத்தைக் கூறும் அத்தியாயம் 'தூமபாநவிதி' எனப்படுகிறது.

2. ரோஹிணீ-அக்னி ரோஹிணீ யென்றும் பெயர். விசேஷ ஜ்வரத்துடன் அக்குள் முதலான இடங்களில் உண்டாகும் பிளவை.

1. மிருதுதூமம்—இதுவே ஸ்நிக்த்த தூமம் எனப்படும்.

2. விரேசந தூமம்—இதுவே திக்ஷ்ணதூமம் எனப்படும்.

கள் உள்ளதாய்[1], அடியில் பெருவிரல் நுழையும்படியாகவும் முனையில் இலந்தங்கொட்டை நுழையும்படியாகவுமுள்ள த்வாரத்துடன் கூடியதாய் அமைக்கப்படவேண்டும். $7\frac{1}{2}$.

மூன்றுவித தூமங்களுக்கும் வெவ்வேறுஅளவான நேத்திரங்கள்.

நேத்திரமானது தீக்ஷ்ண தூமத்திற்கு இருபத்தினாலு அங்குல நீளமாகவும், ஸ்நேஹந தூமத்திற்கு முப்பத்திரண்டு அங்குலம் நீளமாகவும், மத்திம தூமத்திற்கு நாற்பது அங்குல நீளமாகவும் அமைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும்.[2] $8\frac{1}{2}$.

தூமபாநம் செய்யும் வகை.

நேராக உட்கார்ந்துகொண்டு, வேறுவிஷயத்தில் கவனம் செலுத்தாமல் அதே மனதாயிருந்து, வாயை மூன்று முறை திறந்துகொடுத்து, நாசியின் ஒவ்வொரு த்வாரத்தையும் மூடி மூடி தூமத்தை நாசியினாலேயே உறிஞ்ச வேண்டும். தோஷமானது நாசியிலாவது சிரஸிலாவது இருந்தாலும், அது இடம் விட்டுக் கிளரப்பட்டிருந்தாலும் முதலில் தூமத்தை நாசியினாலேயே உறிஞ்சலாம். அதற்குமாறாக தோஷம் தொண்டையைப்பற்றியிருந்தால் அதைக் கிளப்பி வெளிப்படுத்துவதற்காக முதலில் வாயினாலேயே தூமபாநம் செய்யலாம். உட்கொண்ட தூமத்தை வாயினாலேயே வெளியிடவேண்டும்; நாசியினால் வெளியிட்டால் அது நேத்திரத்திற்குக் கெடுதியை உண்டுபண்ணும். தூமத்தை ஒவ்வொரு முறையும் மூன்று தடவை உறிஞ்சு உறிஞ்சு வெளியிட்டுக்கொண்டே உபயோகிக்கவேண்டும். பகலில் தூமபாநம் செய்தால் ஸ்நிக்த்த தூமம் இரண்டு முறையும், தீக்ஷ்ண தூமம் மூன்று அல்லது நான்குமுறையும் உபயோகிக்கக் கூடியதாம். 9—12.

ஸ்நேஹந தூமத்திற்கான சரக்குகள்.

அகில், மஹிஷாக்ஷிகுக்குலு, கோரைக்கிழங்கு, சவிந்தி, கல்மதம், சவுகட்டுக் கோரை, வெட்டிவேர், விளாமிச்சைவேர், கிராம்பு, சக்கோலம், அதிமதுரம், பில்வப்பிசின், சிற்றேலம், ஸரளமரப்பிசின், ஸர்ஜவிருக்ஷத்தின் பிசின், த்வனம், மருக்காரை, கல்லால், யானை வணங்கி, குங்குமப்பூ, உளுந்து, யவதானியம், குந்துருகம் என்னும் வாஸனைத் திரவ்யம், எள், கனிகளுடையவும் பிசின் அல்லது ஸாரங்களுடையவும் ஸ்நேஹ பதார்த்தம், கொழுப்பு, மஜ்ஜை யென்னும் எலும்புக்குள்ளிருக்கும் ஒருவித கொழுப்பு, வஸையென்னும் ஒருவித கொழுப்புவஸ்து, நெய் இப்பதார்த்தங்கள் மிருது தூமம் என்னும் ஸ்நேஹ தூமத்திற்கு உபயோகமானவையாம். 13—15.

மத்திம தூமத்திற்கு உபயோகமான சரக்குகள்.

ஆனைவணங்கி, கொம்பரக்கு, ஏலம், தாமரை, நைதல், ஆல், அத்தி, அரசு, கல்லால், வெள்ளிலோத்தி, சர்க்கரை, அதிமதுரம், ஸுவர்ணத்வக் என்னும் சரக்கு[1], பத்மகம், மஞ்ஜிஷ்டி, கோஷ்டம் தகரம் இவ்விரண்டைத்தவிர மற்ற ஸுகந்த வஸ்துக்கள் இவை சமந தூமத்திற்கு[2] உபயோகமானவை. 16, $16\frac{3}{4}$.

தீக்ஷ்ண தூமத்திற்கு உபயோகமான சரக்குகள்.

வாலுளுவை, மஞ்சள், தசமூலம், மனச்சிலை, தாளகம், கொம்பரக்கு, அதிவிடயம், த்ரிபலை, தீக்ஷ்ண வீர்யமுள்ள ஸுகந்த வஸ்துக்கள் என்னும் இவை சிரோவிரேசநத்திற்கு உபயோகமான சரக்குகளாம். 17, 18.

தூமவர்த்தி.

பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமான நாணல் ஒரு நாள் முடியவும் ஜலத்தில் ஊறவைத்து எடுக்கவும்; முற்கூறிய தூமத்திற்கான சரக்குகளைநன்கு கல்கம் போல் அரைத்து அந்த நாணலின்மேல் ஐந்து முறை லேபநம் செய்யவும்; வர்த்தியானது பெருவிரலளவு பருமனாகவும், வாற்கோதுமை நுழையக்கூடிய த்வாரமுள்ளதாகவும் இருக்கும்படி கல்கத்தைப் பூசி, நிழலில் உலர்த்த வேண்டும்; உலர்ந்தபிறகு உள்ளடங்கிய நாணலை மெதுவாக இழுத்து வெளிப்படுத்திவிடவும். இந்த வர்த்தியை அந்தந்த வியாதிக்குத் தகுந்த ஏதேனும் ஸ்நேஹத்தினால் நனைத்து, தூமபாநம் செய்வதற்கென்று அமைக்கப்பட்டுள்ள நேத்திரத்தினுள் அதைச் செலுத்தி, அக்னியில் ஒரு முனையைக் கொளுத்தி தூமபாநம் செய்யவும். 19—$20\frac{1}{2}$.

தூமபாநம் செய்வதற்கான மற்றொரு முறை.

இரண்டு மண் அகல்களை எடுத்துக்கொள்ளவும்; ஒரு அகலில் புகையில்லாத நெருப்புத்தணல்களையிட்டு, அதில் முற்கூறிய தூமத்திரவ்யங்களைப் பொடித்துச் சேர்த்து, அதன்மேல் இடையில் த்வாரமிட்ட இரண்டாவது அகலை மூடி, அந்த த்வாரத்தில் பத்து அல்லது எட்டு அங்குலம் நீளமான குழாயை வைத்து, காஸரோகி அதன்மூலமாய் வாயினால் தூமத்தை உறிஞ்சவேண்டும். $21\frac{1}{2}$.

தூமபாநம் செய்வதாலான குணங்கள்.

காஸம், ச்வாஸம், பீநஸம், தொண்டைக் கம்மல், வாயில் துர்நாற்றம், முகம் வெளிரியிருத்தல், தலைமயிர் ஸம்பந்தமான தோஷம், காதில் சீழ்வடிதல், வாயில் உமிழ்நீர் அதிகமாகக் கசிதல், நேத்திரத்திலிருந்து கண்ணீர் வடிதல், உடம்பில் தினவு, உடம்புவலி, திமிர்த்துப்போதல், சோம்பல், விக்கல் இவ்வியாதிகள் தூமபாநம் செய்பவரிடம் சிறிதும் அணுகாது. 22.

இருபத்திரண்டாம் அத்தியாயம்.

பிறகு கண்டூஷாதி விதி[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகின்றது:—

கண்டூஷம் நான்குவிதம்.

கண்டூஷமானது ஸ்நிக்த்தம் என்றும், சமநம் என்றும், சோதநம் என்றும், ரோபணம் என்றும் நான்கு விதமாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. $\frac{1}{2}$.

ஒவ்வொருகண்டூஷத்தையும் பிரயோகிக்கத் தகுந்த தோஷங்கள்.

அவற்றுள் ஸ்நிக்த்த கண்டூஷம் வாத தோஷத்திலும், சமநம் பித்தத்திலும், சோதநம் கபத்திலும் பிரயோகிக்கக் கூடியவையாம்; இறுதியிற் கூறிய ரோபண கண்டூஷம் விரணஹரமாய் உபயோகிக்கப்படுகிறது. $1\frac{1}{4}$.

கண்டூஷம் நான்கிலும் உபயோகமான சுவையுள்ள வஸ்துக்கள்.

மதுரரஸமும், அம்லரஸமும், இலவணரஸமுமுள்ள பதார்த்தங்களால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஸ்நேஹவஸ்துக்களால் ஸ்நிக்த்த கண்டூஷத்தை நிறைவேற்றலாம். கைப்பு, துவர்ப்பு, இனிப்பு என்னும் சுவைகளையுடைய ஔஷதங்

1 மூன்று அறைகள் என்றால்—நேத்திரத்தில் இடையிடையே இரண்டு கணுக்களை அமைத்து, த்வாரத்தை ஒரு வாறு சிறிதாகச் செய்தல். இதனால் தூமம் ஒரே குவியலாக மேல் ஏறாமல் சிறிது தடைப்பட்டு மேலேறும்.

2. இங்ஙனம் தூமநேத்திரத்திற்கு அநேக கணுக்களும், அதற்கு அதிக நீளத்தையும், ஸூக்ஷ்மமான த்வாரத்தையும் அமைப்பதால், தூமம் கண் காது முதலிய இந்திரியங்களுக்குத் தீங்குண்டுபண்ணாது என்பது கொள்க.

1. ஸுவர்ணத்வக்—இது பொன்னால் மரப்பட்டை என்று சிலர்.

2. சமநதூமம்—மத்திம தூமத்திற்கே மற்றொரு பெயர்.

1. கண்டூஷம் என்றால் வாயில் நிரம்பவும் திரவ வஸ்துவைச்சேர்த்துக்கொப்புளித்தல். ஔஷதகுணமுள்ள கண்டூஷங்களையும், கபளக்கிரஹத்தையும், பிரதிஸாரணத்தையும், மூர்த்ததைலம் முதலியவற்றையும் விவரிக்கும் விஷயங்கள் அடங்கிய அத்தியாயம்.

களால் "சமநகண்டூஷத்தை"ச் செய்யலாம். கைப்பும், கார்ப்பும், துவர்ப்பும், இலவணரஸமும் உள்ள உஷ்ணவீர்யமுமுடைய ஔஷதங்களால் "சோதநகண்டூஷத்தை" நிறைவேற்றலாம். துவர்ப்பும் கைப்புமான வஸ்துக்களால் "ரோபணகண்டூஷம்" செய்யலாம். 2, $2\frac{3}{4}$.

கண்டூஷத்திற்கான பலவித வஸ்துக்கள்.

அவ்வித கண்டூஷங்களில் ஸ்நேஹம், பால், தேன், ஜலம், சுக்தம்[1] மத்தியம், மாம்ஸரஸம், மூத்திரம், காடி இவற்றுள் எதையாகிலும் அந்தந்த நிலைமைகளுக்குத் தகுந்தவாறு கல்கங்களுடன் கலந்து பக்குவம் செய்தோ, பக்குவம் செய்யாமல் குளிர்ந்த நிலைமையிலோ அவரவருக்கு எவ்வித பரிசம் ஹிதமாயிருக்குமோ அவ்விதமாகவே கண்டூஷமாகப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 3, 4.

திலகல்கநீரின் கண்டூஷமும் அதன் உபயோகமும்.

பற்கள் கூசிப்போன நிலைமையிலும், பற்கள் ஆட்டங்கொண்டிருக்கையிலும், வாதஸம்பந்தமான முகரோகத்திலும் இளஞ்சூடாகவோ, அல்லது குளிர்ந்ததாகவோ உள்ள எள்ளின் கல்கம் கலந்த நீர் ஹிதமாயிருக்கும். 5.

தைல-மாம்ஸரஸ கண்டூஷமும் உபயோகமும்.

எப்பொழுதும் ஸாதாரணமாய் கண்டூஷமாக உபயோகிப்பதற்கு தைலம் அல்லது மாம்ஸரஸம் ஹிதமானதாகும். $5\frac{1}{2}$.

கிருத-க்ஷீர கண்டூஷமும் அவற்றின் உபயோகமும்.

அழற்சியோடும் உஷ்ணஸம்பந்தமான எரித்தலோடும் கூடிய வேக்காட்டிலும், அபிகாதத்தினாலுண்டான விரணத்திலும், விஷமாவது அக்கினியாவது க்ஷாரமாவது தாக்கியுண்டான தக்தவிரணத்திலும் கிருதமாவது பாலாவது கண்டூஷமாக உபயோகிக்கத் தகுந்ததாம். $6\frac{1}{2}$.

மதுகண்டூஷமும் அதன் உபயோகமும்.

தேனை வாயில் கண்டூஷமாக விட்டுக்கொண்டு உபயோகித்தால், அது வாய்க்கு முாமுாப்பையுண்டு பண்ணும்; அழற்சியையும் வறட்சியையும் போக்கும். $7\frac{1}{2}$.

தான்யாம்ல கண்டூஷமும் அதன் உபயோகமும்.

இலவணம்கலந்த காடியானது வாயின் அரோசகத்தையும், அழுக்கையும், துர்நாற்றத்தையும் போக்கும். அதை இலவணம் கலக்காமல் குளிர்ந்த நிலைமையில் உபயோகிக்க, வாயின்வறட்சியை நன்றாகப் போக்கும். $8\frac{1}{2}$.

க்ஷாரஜல கண்டூஷமும் அதன் உபயோகமும்.

ஏதேனும் க்ஷாரவகைகள் கரைத்த ஜலத்தை கண்டூஷமாய் உபயோகித்தால், சயாவஸ்த்தையடைந்துள்ள கபத்தை சீக்கிரத்தில் நிவ்ருத்தி செய்யும். 9.

ஸுகோஷ்ணோதக கண்டூஷமும் அதன் உபயோகமும்.

இளஞ்சூடான ஜலத்தினால் கண்டூஷம் செய்தால், முகத்திலுண்டாயிருந்த அருவருப்புகள் நீங்கி ஒருவாறு இலாகவமும் உண்டாகும். $9\frac{1}{2}$.

கண்டூஷமுபயோகிக்குமுறை.

விசேஷ காற்றோட்டமில்லாததும், ஸூர்ய வெளிச்சமுள்ளதுமான பிரதேசத்தில், முன்னதாய் தோளிலும் கழுத்திலும் ஸ்வேதசிகித்ஸையைச்செய்து, அவ்விடங்களில் கண்டுமர்த்தநம் செய்தபிறகு, முற்கூறியவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றை வாயில் ஊற்றிக்கொண்டு அந்த கண்டூஷத்தை விழுங்கிவிடாமல் தலையை நிமிர்ந்தவாறு சிறிதுநேரம் அப்படியே இருக்கவேண்டும். வாய் நிரம்பவும் கபம் சுரந்து பூர்ணமாகும் வரையிலுமாவது, மூக்கிலும் கண்களிலும் ஜலம் பெருகும்வரையிலுமாவது கண்டூஷத்தை வாயிலேயே வைத்திருக்கவேண்டும். 10, 11.

கண்டூஷ-கபளங்களின் பேதம்.

வாயில் நிரம்பவும் திரவத்திரவ்யத்தை ஊற்றிக்கொண்டு, அந்த திரவம் வாயினுள் சிறிது அசைவதற்கும் முடியாமலிருந்தால் அது கண்டூஷம் ஆகும். அப்படிக்கின்றி வாயினுள் திரவம் அசைவதற்கு இடமிருந்தால் அதற்கு கபளம் என்று பெயராம். $11\frac{1}{2}$.

1. சுக்தம்—42-வது பக்கத்தில் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் விவரம் காண்க.

கபளத்தினால் நிவ்ருத்திக்கக்கூடிய வியாதிகள்.

கபளத்தை வாயினுள் அடக்கிக்கொண்டிருந்தால் பிடரியிலுண்டானவலியும், தலைவலியும், காதுநோவும், வாயினுள் உண்டாகும் நோய்களும் நேத்திரரோகங்களும், வாயில் உமிழ்நீர் ஊறுவதும், தொண்டையிலுண்டாகும் வியாதிகளும், வாய் வறண்டு போவதும், ஹ்ருதயத்தின் இயற்கைக்கு மாறான படபடத்த சலநமும், சோம்பலும், அரோசகமும், பீநஸமும் நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடியவை. 12.

பிரதிஸாரணம் மூன்று விதம்.

பிரதிஸாரணம்[1] என்பது கல்கம்,[2] ரஸக்ரியை,[3] சூர்ணம் என்று மூன்று விதமாகும். கண்டூஷத்திற்குக் கூறப்பட்டுள்ள ஔஷதங்களைக் கொண்டே அதை கபரோகங்களில் பிரயோகிக்க வேண்டும். 1[illegible].

முகலேபநம் மூன்றுவிதம்.

முகலேபநம்[4] மூன்றுவிதமாம்; அவையாவன. "தோஷஹரம்"[5], "விஷஹரம்"[6], "வர்ணகரம்"[7] என்பவையாம். வாத-கப விகாரங்களில் உஷ்ணஸ்பர்சமுள்ளதும், மற்ற எல்லா விததோஷங்களிலும் மிகவும் குளிர்ச்சியாயிருப்பதுமான முகலேபநத்தை உபயோகிப்பது நலம். 14.

முகலேபநத்தில் மூன்றுவித அளவுகள்.

அந்த லேபநம் இரண்டு அங்குலம் பருமனாகவும், ஒன்றரை அங்குலம் பருமனாகவும், அரை அங்குலம் பருமனாகவும் ஆக மூன்றுவிதமான அளவில் பூசப்படலாம். $14\frac{1}{2}$.

முகலேபநம் ஈரமாயிருக்க வேண்டும்.

முகலேபநம் ஈரமாயிருக்கும் வரையில் அப்படியே முகத்தில் இருக்கலாம். அது உலர்ந்துவிட்டால் முகத்தின் பொலிவைப் பாழாக்கிவிடும். லேபநம் உலர்ந்துவிட்டால் அதை ஈரமாகச் செய்து எடுத்துவிடவேண்டும். அதன்பிறகு அப்யங்கஸ்நாநம் செய்யவும். $15\frac{1}{2}$.

முகலேபநம் செய்துகொண்டவருக்குத் தகாதவைகள்.

முகலேபநம் செய்துகொண்டவர் பகலில் நித்திரையுறக்கூடாது; பிரஸங்கம் செய்வதும், அக்னிக்கு அருகிலிருப்பதும், வெயிலில் நடமாடுவதும், மனத்துயரமும், கோபமும் அவர்களுக்கு ஆகாது. 16.

முகலேபநத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

பீநஸரோகிக்கும், அஜீர்ணத்தினால் வருந்துபவனுக்கும், நஸ்யசிகித்ஸைசெய்துகொண்டவனுக்கும், ஹநுக்ரஹம் என்னும் வாதரோகத்தினால் பிடிக்கப்படுபவனுக்கும், அரோசகமுள்ளவனுக்கும், இரவிற் கண்விழித்தவனுக்கும் முகலேபநம் உபயோகிக்கத் தகாது. $16\frac{3}{4}$.

முகலேபநத்தினால் நிவ்ருத்தியாகும் வியாதிகள்.

முகலேபநம் நன்றாக உபயோகிக்கப்படுமானால், அகாலத்தில் மயிர் நரைத்தல், வியங்கம் என்னும் தேமல், சரீரத்தளர்ச்சி, திமிரம் என்னும் நேத்திரரோகம், நீலிகா என்னும் மறு இவற்றைப் போக்கும். $17\frac{1}{2}$.

1. பிரதிஸாரணம்—வாயிலும் தொண்டையிலும் கபம் அதிகரித்துண்டாகும் வீக்கம், விரணம் முதலியவற்றைப் போக்குவதற்குப் பூசப்படும் ஔஷதம்.
2. கல்கம்—களிம்புபோல் அரைக்கப்பட்ட ஔஷதம்.
3. ரஸக்ரியை—கஷாயம் முதலியதை மீண்டும் சுண்டக்காய்ச்சி யெடுக்கப்படும் லேஹ்யம்போன்ற பாகம்.
4. முகலேபநம்—முகத்தின்மேல் பூசப்படும் மருந்து.
5. தோஷஹரம்—வாத-பித்த-கபங்களைத் தணிக்கும் குணம்.
6. விஷஹரம்—விஷத்தைப் போக்குதல்.
7. வர்ணகரம்—நல்ல இயற்கை நிறத்தை உண்டு பண்ணுதல்.

ஆறு ருதுக்களிலும் உபயோகிக்கத்தகுந்த வெவ்வேறுமுகலேபந முறைகள்.

இலந்தங்கொட்டை, ஆடாதோடையின் வேர், வெள்ளிலோத்தி, வெண்கடுகு இவற்றின் லேபம் ஹேமந்தருதுவில் உபயோகிக்கத் தகுந்தது. கண்டங்கத்திரியின் வேர், எள், திப்பிலி, மரமஞ்சளின் தோல், உமிநீங்கிய வாற்கோதுமை இவை சிசிரருதுவில் உபயோகிக்கத்தகுந்த லேபநத்திற்கு ஏற்ற சரக்குகள். தர்ப்பவேர், பன்னீர், வெட்டிவேர், காட்டுவாகை, ஜடாமாம்ஸீ, வெட்பாலரிசி இப்பதார்த்தங்கள் வஸந்தருதுவில் முகலேபநத்திற்கு உபயோகமானவை. ஆம்பல், நைதல், செங்கழுநீர், அருகு, அதிமதுரம், சந்தனம் இச்சரக்குகள் கிரீஷ்மருதுவில் முகலேபநம் செய்ய உபயோகமானவை. மரமஞ்சள், எள், வெட்டிவேர், ஜடாமாம்ஸீ, கிரந்தி தகரம், பத்மகம் இவற்றை வர்ஷருதுவில் முகலேபநத்திற்கு உபயோகிக்கலாம். தாளிஸபத்திரி, முத்தக்காசு, நாமக்கருப்பு, அதிமதுரம், ஞாழல், நதமென்னும் ஸுகந்தவஸ்து, அகில் இவை சரத்ருதுவில் முகலேபநத்திற்கு ஏற்ற ஔஷதச் சரக்குகளாம். 18—21.

முகலேபநத்தினால் முகத்திற்குண்டாகும் குணம்.

முகலேபநத்தை வழக்கமாய் உபயோகித்து வருபவருடைய நேத்திரத்தின் பார்வையானது திடமாய்க் கொண்டுவரும். முகமும் வாட்டமின்றி மழமழப்பாய் கமல மலரைப்போல அழகாகத் தோன்றும். 22.

மூர்த்ததைலம் நாலுவிதம்.

மூர்த்த தைலம் என்னும் சிரஸ்ஸில் தைலம் இடப்படும் முறையானது "அப்யங்கம்" என்றும், "ஸேகம்" என்றும், "பிசு" என்றும், "வஸ்தி" என்றும் நான்கு வகைப்படும். இவற்றுள் ஒன்றைவிட மற்றொன்று மேன்மேலும் முறையே குணத்தில் வெகு விசேஷித்ததாகும். 23.

அப்யங்கத்தின் உபயோகம்.

அவற்றுள் அப்யங்கமானது ரூக்ஷத்தன்மையிலும், சொறி அல்லது தினவு அதிகரிக்கையிலும், அழுக்கு அதிகம்சேர்ந்திருக்கையிலும், மற்றும் அதுபோன்ற வேறு நிலைமைகளிலும் உபயோகிக்கத் தகுந்ததாம். 23½.

ஸேகத்தின் உபயோகம்.

தலையில் சிரங்கு உண்டாயிருக்கையிலும், தலைவலியிலும், அழற்சியிலும், வேக்காட்டிலும், மற்றும் சில விரணங்களிலும் "ஸேகம்" என்னும் மூர்த்ததைலம் உபயோகமானது. 24.

பிசுவின் உபயோகம்.

தலைமயிர் உதிர்கையிலும், தலையின் சர்மம் வெடிக்கையிலும், கண்ணெரித்தலிலும், நேத்திரம் ஸ்தம்பித்துப் போகையிலும் "பிசு" என்னும் மூர்த்த தைலம் பிரயோகிக்கக் கூடியதாம். 24½.

வஸ்தி என்னும் மூர்த்ததைலத்தின் உபயோகம்.

சிரஸ்ஸின் ஸம்பந்தமான திமிர், அர்திதம், இரவிற் கண் விழித்தல், நாசி உலர்ந்து போதல், வாய் உலர்ந்து போதல், திமிரம் என்னும் நேத்திரரோகம், கடுமையான தலைவலி இவற்றில் "வஸ்தி" என்னும் மூர்த்த தைலத்தை உபயோகிக்கவேண்டும். 25½.

சிரோவஸ்தியை நிறைவேற்றும் முறை.

சிரோவஸ்தியைச் செய்யும் முறை பின்வருமாறு: சோதந சிகித்ஸை செய்துகொண்டு, ஸ்நேஹமும் ஸ்வேதமும் பண்ணி ஸம்ஸ்காரம் செய்துகொண்ட பிறகு, அப்பிணியாளி மாலை நேரத்தில், முழங்காலளவு உயரமான மிருதுவாயுள்ள ஓர் ஆஸநத்தில் உட்காரவேண்டும், பன்னிரண்டு அங்குலம் அகலமுள்ளதும், சிரஸ்ஸைச் சுற்றிலும் கட்டுவதற்குப் போதுமான நீளமுடையதும், காது வரையில் கட்டுவதற்கேற்றவாறு அமைந்த பந்தநஸ்தாநத்தை யுடையதுமான தோல் பட்டை யொன்றை யெடுத்து, நெற்றியின் மேலாக தலையைச் சுற்றிலும் வஸ்திரத்தைச் சுற்றி, அதன்மேல் சர்மபட்டத்தைச் சுற்றி, நாடாவினால்[1] அதைக் கட்டி, உளுந்தின் கல்கத்தினால் அதன்மேல் நன்றாகப் பூச்சிடவேண்டும். அப்பால் அந்தந்த வியாதிக்குத் தகுந்தவாறு காய்ச்சி பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஸ்நேஹத்தை இளஞ்சூடாக சிரஸ்ஸில் ஊற்றவேண்டும்; அந்த ஸ்நேஹம் தலையில் மயிர்களின் அடித்தடத்திலிருந்து மேலே இரண்டு அங்குலம் உயரமளவும் தேங்கி நிற்கவேண்டும். வாயிலும் நாசியிலும் ஜலம் ஊறி வரும் வரையில் ஸ்நேஹத்தை அப்படியே சிரஸ்ஸில் தாங்கிக்கொண்டிருப்பது பொதுவான முறை; வாததோஷத்தில் பதினாயிர மாத்திராகாலமும், பித்தத்தில் எண்ணாயிர மாத்திராகாலமும், கபத்தில் ஆறாயிர மாத்திராகாலமும் ஸ்நேஹத்தைத் தாங்கிநிற்பது விசேஷ முறையாம்; ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருப்பவனுக்கோ ஆயிரம் மாத்திராகாலம் போதுமானது. ஸ்நேஹத்தை யெடுத்து சிரோவஸ்தியை விலக்கியதும் தோள் முதலிய அவயவங்களை ஸுகமாக மர்த்தநம் செய்யவேண்டும். இவ்வாறு சிரோவஸ்தியை அதிகமாய் பிரயோகிக்க வேண்டுமானால் ஏழு நாட்கள் உபயோகிக்கலாம். 26—30½.

கர்ணபூரண முறை.

செவியினுள் "கர்ணபூரண ஔஷதத்தை"[1] ஊற்றி, காதின் அடிப்புறத்தைக் கையால் தேய்த்துக்கொண்டே, வலிகுறையும் வரையில் அப்படியே வைத்துக்கொண்டிருக்க வேண்டும். வேதனையில்லாமல் செவியின் பலத்திற்காக உபயோகப்படுத்தினால் அதை நூறு மாத்திராகாலம் வைத்திருக்கலாம். 31, 31½.

மாத்திராகால அளவு.

ஒருமுறை நேத்திரத்தை மூடித்திறப்பதற்குள் வலது கையானது வலது முழங்காலைச் சுற்றிவரச் செய்யவும்; அவ்வாறு செய்வதற்கு எவ்வளவுநேரம் வேண்டியிருக்கிறதோ அந்தநேரம் ஒருமாத்திராகாலம் என்று வழங்கப்படுகிறது. 32½.

மூர்த்ததைலத்தினால் பொதுவா.

தலைமயிர் உதிர்தல், வெளுத்துப்போதல், பொன்னியமாதல், மண்டையில் சர்மம்வெடித்தல், தலையில் உண்டாகும் வாதரோகங்கள் இவற்றை மூர்த்ததைலம் நிவ்ருத்திசெய்வதுடன், இந்த்ரியங்களுக்கு நல்லதெளிவையும், தொண்டையென்ன, முகவாய்க்கட்டையென்ன இவற்றிற்கு வன்மையையும் உண்டுபண்ணும். 33.

---

1. நாடா—என்பதற்கு ஸம்ஸ்கிருத மூலத்தில் சைலவேணிகை என்று பிரயோகிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

1. கர்ணபூரணம்—காதில் மருந்துகளை விட்டு நிறைத்தல்.

இருபத்திமூன்றும் அத்தியாயம்.

இனி ஆச்சியோதந-அஞ்ஜநவிதி[1] என்கிற அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகின்றது:—

ஆச்சியோதநத்தின் உபயோகம்.

எல்லா நேத்திர ரோகங்களுக்குமே ஆதியில் "ஆச்சியோதநம்" என்னும் ஔஷதப்பிரயோகம் ஹிதமானதாம். அது கண்ணினுண்டாகும் குத்தல் வலிகளையும், அரிப்பையும், உருத்தலையும் கண்ணீர் சொரிவதையும், அழற்சியையும், மற்றுமுள்ள பிணிகளையும் போக்கவல்லது. 1.

வாதாதி தோஷங்களில் ஆச்சியோதநத்திற்கு வேண்டிய சூட்டின் நிலைமை.

வாததோஷத்தில் சூடான ஆச்சியோதநமும், கபதோஷத்தில் இளஞ்சூடான ஆச்சியோதநமும், இரத்தத்தின் கோளாறிலும் பித்தத்தின் கோளாறிலும் குளிர்ச்சியான ஆச்சியோதநமும் பிரயோகிக்கத் தகுந்ததாம். 1½.

ஆச்சியோதநம் பிரயோகிக்கு முறை.

பிணியாளியை விசேஷகாற்றோட்டமில்லாத இடத்தில் இருக்கச் செய்து, வைத்தியன் தனது இடதுகையால் ரோகியின் நேத்திரத்தைத் திறந்து, மற்றொரு கரத்தில் கவிழ்த்துப் பிடித்த சுக்தியினாலாவது[2] பிசுவர்த்தியினாலாவது[3] கருவிழியில் இரண்டு அங்குலம் உயர்த்திலிருந்து பத்துப் பன்னிரண்டு துளிகளை விடவேண்டும். பிறகு மிருதுவான வஸ்திரத்தினால் நேத்திரத்தைத் துடைத்துவிடவும். கப-வாததோஷங்களால் வியாதி ஏற்பட்டிருக்குமானால் இளஞ்சூடான ஜலத்தில் நனைத்த வஸ்திரத்தினால் மெதுவாக ஸ்வேதநம் செய்யவேண்டும். 2—4.

ஆச்சியோதந ஔஷதம்முறைகேடாக உபயோகிப்பதால் உண்டாகும் தீங்குகள்.

ஆச்சியோதந ஔஷதமானது அதிக உஷ்ணமாகவும் அதிக தீக்ஷ்ணமாகவும் இருந்தால் நேத்திரத்தில் குத்தல் குடைத்தலையும், சிவப்பையும், சில ஸமயம் திருஷ்டிக்கே அழிவையும் உண்டுபண்ணும். அதிகுளிர்ச்சியாயிருந்தால் அவ்வௌஷதமானது விசேஷ குடைத்தலையும், திமிர்த்து அசைக்கமுடியாத நிலைமையையும், மற்றும்பல வேதனைகளையும் கொடுக்கும். ஆச்சியோதந ஔஷதம் அளவில் அதிகப்பட்டால் இரெப்பையினுள் கலக்கத்தையும், கரகர வென்கிற அரிப்பையும், திறப்பதற்கு அதிக சிரமத்தையும் உண்டுபண்ணும். அது அளவில் மிகவும் சொற்பமானால் வியாதி விருத்தியாய், தோஷம் வெளிப்படாமல் அதிக தொந்தரவும் ஸம்பவிக்கும். 5, 6.

ஆச்சியோதந ஔஷதம் தோஷங்களை வெளிப்படுத்தும் வகை.

நேத்திரத்தினுள் விடப்படும் ஔஷதமானது ச்ருங்காடகம்[1] என்னும் ஸந்திபாகத்திலும், சிரஸ்விலும், நாசியினுள்ளும் ஸம்பந்தப்பட்ட ஸ்ரோதஸ்ஸுகளில் பரவி, தோளுக்கு மேற்பட்ட அவயவங்களில் வியாபித்துள்ள தோஷங்களை வெளிப்படுத்தி விடுகின்றது. 7.

ஆச்சியோதநம்—ஏதேனும் திரவமான ஔஷதத்தை நேத்திரத்தில் மெல்லிய தாரையாக ஊற்றுவது; அஞ்ஜநம்—மையிடுவது; இவ்விஷயங்களுக்கான விதிகளைக் கூறும் அத்தியாயம்.

2. சுக்தி—சிப்பி அல்லது திரவ பதார்த்தத்தை எடுத்து மெல்லிய தாரையாக விடுவதற்கு உபயோகமான நீண்ட மூக்குள்ள பாத்திரம்.

3. பிசுவர்த்தி—பஞ்சுமுதலியதால் செய்த திரவம் எடுத்துப் பிழியக்கூடிய வர்த்தி.

1. ச்ருங்காடகம்—நாசி, செவி, கண் இவற்றின் த்வாரங்கள் ஒருமிக்கக்கூடும் இடம்.

அஞ்ஜநமிடுவதற்கேற்ற நிலைமை.

அப்பால் பிணியாளி சோதநசிகித்ஸை செய்துகொண்டபிறகு அஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கலாம். பித்தத்தினாலாவது கபத்தினாலாவது இரத்தத்தினாலாவது முக்கியமாய் வாதத்தினாலாவது நேத்திரம் பீடிக்கப்படுமானால், தோஷமும் நேத்திரத்தைமட்டும் ஆச்ரயித்து உண்டாயிருக்கும்போது, வீக்கம் தினவு பிசுபிசுப்பு இவை அற்பமாயிருப்பதாகத் தோன்றி பிணியும் பக்குவநிலைமையடைந்திருந்தால், அரிப்பு கண்ணீர் முதலியவற்றுடன் ரோகமும் குறைந்திருக்கையில், கண் பிளிச்சை அதிகமாயிருந்தால் அப்பொழுது அஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கவேண்டும். 8, 9.

அஞ்ஜனம் மூன்றுவிதம்.

அஞ்ஜனமானது "லேகநம்" என்றும், "ரோபணம்" என்றும், "பிரஸாதநம்" என்றும் மூன்று வகைப்படும். அவற்றுள் துவர்ப்பும், புளிப்பும், இலவணரஸமும், கார்ப்புமுள்ள வஸ்துக்களால் லேகநாஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கலாம்; கைப்பான வஸ்துக்களால் ரோபணாஞ்ஜநமும், மதுரரஸமும் குளிர்ச்சியும் பொருந்தியவற்றால் பிரஸாதநாஞ்ஜனமும் பிரயோகிக்கலாம். 10, 10½.

மூன்றுவித அஞ்ஜநத்திற்கு மூன்றுவகையான சலாகைகள்.

அஞ்ஜநமிடுவதற்கு சலாகை வேண்டும்; அது பத்து அங்குலம் நீளமாகவும், இடையில் மெல்லியதாகவும், முனைகள் கூர்மையின்றி வழு மூண்டதாகவும் இருக்கவேண்டும். லேகநாஞ்ஜநத்திற்கு செப்புச் சலாகையும், ரோபணாஞ்ஜநத்திற்கு எஃகுக் கம்பியினாலான சலாகையும், பிரஸாதநாஞ்ஜநத்திற்கு பொன் அல்லது வெள்ளியாலாகிய சலாகையும் சிறந்ததாகும். 11, 12.

அஞ்ஜநௌஷத முறையின் மூன்றுவிதமான பாகம்.

அஞ்ஜநௌஷதமுறையானது "பிண்டம்" என்றும், "ரஸக்ரியை" என்றும், "சூர்ணம்" என்றும் உருவத்தினால் மூன்றுவகைப்படும்.[1] அவற்றுள் பிண்டரூபமான அஞ்ஜநத்தை தோஷம் பலமாயிருக்கையிலும், ரஸக்ரியாரூபமான அஞ்ஜநத்தை தோஷம் மத்திம நிலைமையில் இருக்கையிலும், சூர்ண ரூபமானதை தோஷம் இலகுவாயிருக்கையிலும் பிரயோகிக்கலாம். 13.

பிண்டாதி அஞ்ஜநங்களை உபயோகிக்கும் அளவு.

பிண்டாஞ்ஜநத்தை ஓர் அரேணுகத்திற்கு ஸமானமான அளவிலும், ரஸக்ரியாஞ்ஜநத்தை அதற்கு இரண்டு மடங்கான வல்லம் என்கிற அளவிலும் உபயோகிக்கவேண்டும்; தீக்ஷ்ண வீர்யமுள்ள சரக்குகளால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட பிண்டாஞ்ஜநத்திற்கே முற்கூறிய அளவு; அது மிருதுகுணமுள்ள சரக்குகளால் தயார் செய்யப்பட்டதானால் முன்னிலும் இரண்டு பங்காகப் பிரயோகிக்கவேண்டும். சூர்ணாஞ்ஜநம் தீக்ஷ்ணமானதாயிருந்தால் இரண்டு சலாகை அளவும், மிருதுவாயிருந்தால் மூன்று சலாகைகளும் உபயோகிப்பது முறை. 14, 14½.

அஞ்ஜநமிடுவதற்கு ஏற்ற காலங்களும் தகாத காலங்களும்.

இரவிலும், நித்திரை செய்கையிலும், வெயிலால் வாட்டங்கொண்டிருக்கையிலும் அஞ்ஜநமிடக்கூடாது; அவ்வாறு அஞ்ஜநமிட்டால் வியாதி விருத்தியாய், குத்தல் வலிகள் அதிகரித்து, விசேஷமாக நீர் வடியவும் ஆரம்பிக்கும்.

---

1. பிண்டாஞ்ஜநம்—குளிகைகளாகச் செய்த அஞ்ஜநௌஷதம். ரஸக்ரியாஞ்ஜநம்—தேன் அல்லது லேஹ்யம்போல் செய்த அஞ்ஜநௌஷதம். சூர்ணாஞ்ஜநம்—பொடியுருவமான அஞ்ஜநௌஷதம். இதில் ஒவ்வொன்றும் தீக்ஷ்ணம், மத்திமம், மிருது என்று மூன்றுவிதம் என்று சார்ங்கதரன் முதலியவர் கூறுகிறார்கள்.

ஆகையால் எப்பொழுதும், காலையிலும் மாலையிலும், சூரியன் மறைந்துள்ள ஸமயங்களில் அவ்வியாதிகளை நிவ்ருத்தி செய்வதற்காக அஞ்ஜநமிடவேண்டும். பகலில் தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கக்கூடாதென்றும், தோஷங்களை வெளிப்படுத்தியதால் துர்ப்பலப்பட்டிருக்கும் நேத்திரமானது சூரியனைக் கண்டு இன்னும் துன்பப்படும் என்றும் வேறு சிலரும் கூறுகின்றனர். 17.

நேத்திர தர்ப்பணத்திற்கு ஏற்ற காலங்கள்.

இரவில் நித்திரை செய்வதாலும், இயற்கையிலேயே இராக்காலம் குளிர்ச்சி பொருந்தியதாகையாலும் அக்காரணங்களால் நேத்திரம் தர்ப்பணம் செய்யப்பட்டு வரும்;[1] திருஷ்டிக்கு சீதவீர்யம் ஹிதமாயிருக்கும்; அது சுபாவமாகவே ஆக்நேயகுணம் பொருந்தியது; ஆகவே இவற்றுடன் மீண்டும் முற்கூறிய காரணங்களும் சேர்ந்தால் மறுபடியும் நேத்திரம் நன்கு பலம் பெறும். 18.

தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம் பகலிலுபயோகிக்க விசேஷ விதி.

கபம் மிகவும் அதிகரித்திருந்தால், அல்லது லேகந சிகித்ஸை செய்ய வேண்டிய வியாதியாக இருந்தால் அதிக உஷ்ணமில்லாத நடுப்பகலிலும் தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநத்தை நேத்திரத்தில் பிரயோகிக்கலாம். 19.

நேத்திரம் தேஜஸ்ஸினாலுண்டாய் அதனாலேயே மழுக்கங்கொள்வது.

உலோஹம் சிலையிலிருந்தே உற்பத்தியாகின்றது; அதைத் தீட்டி தீக்ஷ்ணமாகச் செய்வதற்கும் வேண்டியது சிலையே; அது மழுங்கித் தேய்ந்துவிடுவது அல்லது ஒடிந்துவிடுவதும் சிலையினாலேயே. அவ்வாறே தேஜஸினிடமிருந்து நேத்திரத்திற்கும் உற்பத்தி முதலியது என்றறிக. 20.

குளிர்ச்சி அதிகரித்த இரவில் தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம் கூடாது.

மிகவும் குளிர்ச்சியுடைய இரவிலும் நேத்திரத்தில் தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம் இடுவது ஹிதமானதல்ல; அக்காலத்தில் தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கப்படுமானால் தோஷங்கள் நன்கு வெளிப்படாமல், திமிர் தினவு, அசைக்கமுடியாமற்போவது என்னும் இது முதலிய கெடுதிகள் உண்டாகும். 21.

அஞ்ஜநத்திற்குத் தகாதவர்.

பயந்தவன், வமநம் செய்தவன், விரேகமானவன், மல விஸர்க்கம் முதலியவற்றைச் செய்யவேண்டிய நிலைமையிலிருப்பவன், கோபித்துக்கொண்டிருப்பவன், ஜ்வரமுள்ளவன், அதிக வேலை முதலியவற்றால் சோர்ந்திருப்பவன், கண் குத்தலும் தலைவலியும் விஸனமும் உள்ளவன், இரவிற் கண் விழித்தவன், சிரஸ்நானம் செய்தவன், தூமபானமும் மதுபானமும் பண்ணியவன், அஜீர்ணத்தினாலும் நாவறட்சியினாலும் வருந்துபவன், அக்னியினாலும் வெயிலாலும் தபிக்கப்பட்டவன், ஆஹாரம் புஜித்தவன், நித்திரை செய்பவன் இவர்களுக்கு அஞ்ஜநமிடக்கூடாது; சூரியன் பிரகாசிக்காத நாளிலும், நடுப்பகலிலுங்கூட அஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கக்கூடாது. 22, 23.

உபயோகிக்கத் தகாத அஞ்ஜநங்கள்.

அதிக தீக்ஷ்ணகுணமுள்ளது, அதிக மிருதுவானது, மிக்க சொற்பமானது, மிகவும் அதிகமானது, அதிக தெளிவானது, அதிக குழம்பானது, அதிக கடினமானது, மிகவும் குளிர்ச்சி பொருந்தியது, அதிகமாகக் காய்ச்சப்பட்டது இவ்வித அஞ்ஜநத்தைப் பிரயோகிக்கவே கூடாது. 24.

1. தர்ப்பணம்—கண்ணுக்கு ஆரோக்கியத்தையும் பலத்தையும் கொடுப்பதான சிகித்ஸை.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR: Pandit M. Duraiswami Aiyangar, *Ayurveda Bhushan.*

பத்திராதிபர்: பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 3. Vol. III. — நள ஞு ஆடிமீ—AUGUST—1916. — ஸஞ்சிகை 12. No. 12.

THE CLAIMS AND IDEAL OF HINDU MEDICINE. *

இந்திய வைத்தியமுறையின் உரிமையும் நோக்கமும்.

By MAHA MAHOPADHYAYA,
KAVIRAJ GANANATH SEN, M.A., L.M. & S.,
Vidynidhi.

இந்து வைத்திய சாஸ்திரமானது (அல்லது வைத்தியபரிஷைப்படி கூறப்படும் ஆயுர்வேதமானது) சிதைவுற வேண்டிய நெருக்கடியான பஹூ கஷ்டதசைகளுக்கும் தனது பிரபாவத்தினால் ஈடு கொடுத்துவந்து இந்திய ஜனங்களுடைய அதிருஷ்டவசத்தினால் இன்னும் இத்தேசத்தில் ஒருவாறு உயிர்த்து நிற்கின்றது. அதன் உபயோகத்தை நாம் விரித்துக் கூறினாலும் முடிவுபெறாது. ஆனால் ஒரு வார்த்தையில் சுருங்கச் சொல்வோமானால், அது "உயிரைக் கொடுக்கும் உயிர்" என்றே கூறுவது தகும். அச்சாஸ்திரம், தனக்குப் பிறப்பிடமான இத்தேசத்தில் இன்றைக்கும் பதினாயிரக் கணக்காக வியாதிகளால் வருந்தும் ஜனங்களைப் பிழைப்பிப்பதற்காக உண்மையில் பல்லாயிரக் கணக்கான வைத்தியர்களால் கையாளப்பட்டு மிகவும் உபயோககரமாயிருந்து வருகின்றது. இச்சாஸ்திரம் இப்பொழுதுள்ள அநேக வகையான எல்லா வைத்திய முறைகளைவிட அதிக அளவாக இந்திய ஜனங்களின் உயிர்களைக் காப்பதற்கு மாத்திரம் உபயோகப்படுகிறது என்று நினைக்க வேண்டாம்; பிற நாட்டுவைத்திய முறைகளால் ஸாத்தியமில்லையென்று கைவிடப்பெற்ற பிரபலமான வியாதிகளை ஸ்வஸ்த்தம் செய்வதற்கும் இவ்வாயுர்வேத முறை இன்றியமையாததாயிருக்கிறதென்று நான் அநுபவத்தில் பல தடவைகளிலும் அறிந்திருக்கின்றேன். ஆயுர்வேத வைத்திய முறையானது, அதையே ஆதாரமாகக்கொண்டு ஏற்பட்டு, அதற்கே அழிவு தேடுவதற்கு முயன்றுவரும் அன்னிய வைத்திய முறைகளுடன் அநேக வழிகளில் போராடி மிகப் பிரயாஸை அநுபவித்தும், இதற்கு இயற்கையாகவே அமைந்துள்ள குணாதிசயங்களே, நமது ஜனங்கள் முற்றிலும் இதைக் கைவிட முடியாமல் ஆதரிப்பதற்குக் காரணமாய் அமைந்திருக்கின்றன. முற்காலத்திலோ உலகத்தில் எங்குமே வைத்தியம் என்பது எந்த வகுப்பினருக்கும் தெரியாமலிருக்க, ஒரு இந்திய தேசத்தியவர்மட்டும், அவ்வித அற்புதமான அரிய வைத்திய முறையை ஈச்வரக்ருபையினால் அடைந்து, செல்வத்திலும் செழித்தவர்களாய், தேஹத்திலாவது தேசத்திலாவது எவ்விதகுறைவும் நேரிடாமல் இன்பத்துடன் வாழ்ந்துவந்தனர். முன்னால் நமது வைத்திய முறைக்குப்போட்டியாக எவ்வித வேறுமுறையும் ஏற்படவில்லை; ஆயுர்வேத

* Translated Specially for The "Vaidya Kalanidhi"

வைத்தியர்களைத் தவிர, வேறு எவராலும் வைத்திய ஸம்பந்தமான சாஸ்திராராய்ச்சிகள் நடத்த முடியாமல் இருந்தது. நமது வைத்திய முறைக்கு அவசியமான உரிமைகள் அனைத்தும் இராஜாங்கத்தாராலும் பிரஜைகளாலும் பெரிதும்காக்கப்பட்டு அவர்களுடைய ஆதரவையும் இவ்வைத்திய முறை நன்கு அடைந்திருந்தது. வர்த்தமானத்தில் அவ்வைத்திய சாஸ்திரம் இராஜாங்கத்தாரிடமும் ஒருவாறு ஜனங்களிடமும் செல்வாக்கில் இழிவுபட்டிருந்தாலும், அதைக் கசடறக்கற்ற சாஸ்திரவல்லோர் ஒருசிறிதும் அதை இழிவாக நினைக்கவேமாட்டார். ஆயுர்வேதம் ஒன்றுதான் வைத்திய சாஸ்திரத்தின் விஸ்தாரமான முறையென்றும், அதிலிருந்து ஊறி வெளி வந்துள்ள மற்ற வைத்திய முறைகளில் எதுவும் இன்னும் ஒரு முடிவான வழிக்கு வராமல் ஆராய்ச்சி செய்ய வேண்டிய நிலைமையிலேயே இருந்து வருகின்றனவென்றும், இவையெல்லாம் ஒரு முடிவான வழிக்குவரும்போது ஆயுர்வேத முறையின் வழிதான் இவற்றால் அநுஸரிக்கப்பட வேண்டிவருமென்றும் எனது தீர்மானம். இப்பொழுதே மேனாட்டு வைத்தியர்களில் பல பிரமுகர்கள், தாம் நூதனமாகக் கண்டுபிடித்ததாகச் சொல்லிக்கொண்டு, ஆயுர்வேத முறைக்கு ஸம்பந்தமான சில சிகித்ஸாமுறைகளைக்கையாண்டு வருகின்றனர். ஆகவே நமக்கு எதிரில் வரப்போகிற புதிய சகாப்தங்களில் ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின் ஸித்தாந்தங்கள் யாவும் பொது ஜனங்களாலும் இராஜாங்கத்தாராலும் ஒருங்கே ஆதரிக்கப்பட்டு மிகவும் செழிக்கப்போகின்றன என்று நான் சொல்லத் துணிவேன்.

"மனிதருடைய உயிரைக் காப்பது" என்னும் விஷயமானது இந்திய வைத்திய முறையின் உரிமைச் சொல்லாகும்; "மனிதருடைய உயிரைக் காப்பது" என்பது உலகில் ஒருவர் பெறக்கூடிய எல்லா இலாபங்களிலும் மேலானது என்று முற்காலத்திய நமது வைத்தியர்கள் உபதேசித்து வந்தார்கள். மஹாத்மாவான சரகர் தமது நன்மையைக் கோரி உலகவாழ்க்கையை விரும்பினவரல்லர்; அர்த்த-காமங்கள் வேண்டுமென்று அவர் அபேக்ஷித்தவரல்லர்; ஆனால் அவர் உலகத்தில் பிறந்து வளர்ந்து வாழ்ந்ததெல்லாம் பிணிகளால் வருந்தும் ஜனங்களின் க்ஷேமத்திற்காகவேயன்றி வேறல்ல. இப்பொழுது நாகரிக வைத்தியர்கள் என்று தமக்குத் தாமே பெருமை பாராட்டிக் கொள்பவருள் எவரேனும் ஒருவர் இவ்வித தர்ம சிந்தையும் முயற்சியும் உள்ளவராகச் சொல்ல முடியுமா? "வர்த்தகர்களைப்போல வியாதி நிவாரணம் செய்வதற்கான சிகித்ஸை யென்னும் தர்மத்தை எவர் விற்பனை செய்கின்றனரோ, அவர்கள் பொன்னைப் புறக்கணித்துப் பதரைத் திரட்டுபவர் ஆவர்" என்கிறார் சரகர்.

நாம் நன்கு விசாரிப்போமானால், இன்றைக்கும் தர்ம சிந்தையோடு கூடிய விசாலமான கொள்கை இந்திய வைத்தியர்களிடமே இருக்கக் காணலாம். நமது சாஸ்திரத்திற் கூறியுள்ள விஷயங்களைக் கற்றறிந்து சிகித்ஸை செய்யும் அநேக வைத்தியர்களுடைய தொழில் முறையை நான் நேரில் கண்டு சில ஸமயம் வியப்பும் ஸந்தோஷமும் கொண்டதுண்டு. நகரங்களிலன்றி நாட்டுப்புறங்களில் வஸித்து வரும் நமது வைத்தியர்களில் பெரும்பாலோர், முற்காலத்தில் சாஸ்திரமியற்றிய மஹான்கள் கூறியுள்ளபடியே, தமதிடம் பிணியால் வருந்தி வரும் எளிய ஜனங்களை ஆதரவுடன் அழைத்து, வியாதி நிதானங்களை விசாரித்து, தர்மத்திற்கே ஔஷதமளித்து அவர்களைக் காப்பாற்றி வருகின்றனர். இவ்வாறு நூற்றுக்கணக்கான கிராமங்களில் வைத்தியர்களே—பொது ஜனங்களுடையவாவது இராஜாங்கத்தாருடையவாவது உதவியை மனதாலும் எதிர்பார்க்காமலே — தர்ம வைத்தியசாலைகளை நடத்துவது இத்தேசத்திய படித்த வகுப்பாருக்கும் பிறருக்கும் தெரிந்த விஷயமே. இவ்வைத்தியர்கள் பணக்காரரிடத்திலும் வியாதிபரீக்ஷைக்காகவாவது, வீட்டுக்குப் போய் பிணியாளியைப் பார்ப்பதற்காகவாவது, ஔஷதத்திற்காகவாவது தனித்தனியே மனம்போனபடியெல்லாம் கட்டணங்களைக் கேட்டு சுய நன்மைக்காகப் பாடுபடுபவர் அல்லர். சில வைத்தியர்கள் ஏழைப்பிணியாளிகளுக்கு பத்தியமான ஆஹாரங்களுக்கும் உதவிசெய்து, வைத்தியம் செய்துகொள்ளவேண்டிய நாட்களெல்லாம் வஸிப்பதற்காக வாஸஸ்தலத்தையும் கொடுத்து உதவி வருவது எனக்குத் தெரியும். இவ்விதமாய் ஒருவருடைய தாக்ஷிண்யத்தையாவது தூண்டுதலையாவது ஸஹாயத்தையாவது எதிர்பாராமல், தமது கடமையென்று எண்ணி, தர்ம வைத்தியம் செய்யக் கூடிய தார்மிக வைத்தியர்களை இவ்விந்திய நாட்டிலன்றி வேறு எவ்விடத்திலேனும் காணக்கூடுமா? இக்காலத்தில் பிரத்தியேகமாக ஏற்பட்ட உயர்ந்த சாஸ்த்ரீய முறையென்று சொல்லிக் கொள்ளப்படும் மேனாட்டு வைத்திய முறையின்படி நடத்தப்பட்டு வருபவையான ஆஸ்பத்ரிகள் என்னும் தர்ம வைத்தியசாலைகள் தேசத்திற்கு நல்ல ஊழியம் செய்து வருவதாக நம்மவரே கொண்டாடி வருகையில், ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் பட்டணவாஸங்களிலாகட்டும் நாட்டுப்புறங்களிலாகட்டும் தமது வீடுகளிலேயேவைத்து நடத்தும் தர்ம வைத்தியசாலைகளின் மூலமாய் இன்னும் மேலான ஊழியத்தைச் செய்து வருகின்றனர் என்றும், இவர்களால் ஜனங்கள் அடையும் ஸஹாயத்தை இராஜாங்கத்தார் ஒரு பொருட்டாகக் கருதாமலிருப்பது மிகவும் விஸனிக்கக் கூடிய விஷயமென்றும் நான் வற்புறுத்திக் கூறுகிறேன். எவ்விதத்திலும் சுய நலம் பாராட்டி, திரவியத்தில் பேராவாகொண்டு, ஏதோ உலக ஊழியம் செய்வதாகத் தமது பெயரை பஹிரங்கப்படுத்திக்கொண்டு, முற்றிலும் வியாபார தோரணியில் வைத்தியத்தொழில் நடத்துபவரோடு, கிராமாந்தரங்களில் தமது பெயரைப் பஹிரங்கப்படுத்தாமலும், பொருளாசை மேலிடாமலும், பொது நன்மையையே தமது நன்மையாக மனதாறக்கருதியும் தர்ம சிந்தையுடன் ஊழியஞ் செய்யும் - எளிய நிலைமையிலிருப்பதாகத் தோற்றும்—நமது வைத்தியர்களை ஒப்பிட்டுப் பாருங்கள். இவ்வைத்தியர்களுடைய நன்மையைக் கோரி நான் ஒன்று மாத்திரம் சொல்வேன்: இவர்கள் தமது படிப்பையும் தொழில் நடத்தும் முறையையும் சீர்திருத்திக் கொள்ளவேண்டுமென்றும், அதற்காக அவர்கள் பெரு முயற்சி செய்து ஆங்காங்கு வைத்திய பாடசாலைகளையும் வைத்தியசாலைகளையும் ஸ்தாபித்துக் கொள்ளவேண்டிய ஏற்பாடுகளைச் செய்வதற்காக அவ்வவ்விடங்களிலுள்ள தனவான்களைத் தூண்டவேண்டுமென்றும் நான் கூறுகிறேன்.

DIARRHOEA AND ITS TREATMENT.

அதிஸாரமும் அதன் சிகித்ஸையும்.

BY. A. LAKSHMIPATHI, B. A., M. B. & C. M.
Physician and Surgeon
and Editor of Vijnana Chandrika Series.

ஒருதினத்தில் ஸாதாரணமாய் நாம் இரண்டொருதடவை மலவிஸர்க்கம் செய்வோம். அப்படியில்லாமல் எக்காரணத்தினாலாவது தினத்திற்கு அநேகந்தடவை விரேசநம் ஆகுமானால் அத்தகைய வியாதிக்கு "அதிஸாரம்" என்று பெயர். குடல்களின் இயற்கையசைவு சுறுசுறுப்பாக ஆய் அவ்வசைவு அதிகமானாலும், குடல்களில் அதிகமாகத் திரவபதார்த்தங்கள் உண்டாய் ஸ்ரவிப்பதாலும் இவ்வித விரேசநங்கள் ஸம்பவிக்கக்கூடும். இவ்வித நிலைமை அநேக வியாதிகளால் உண்டாகும் குணங்களில் ஒரு குணமேதவிர, விரேசநமாவதே ஒரு வியாதியென்று ஸாதாரணமாய் சொல்லமுடியாது. ஆகையால் விரேசநம் என்னும் பேதியாவதற்கு அநேக வியாதிகள் காரணமாகும் என்று அறிக. இரண்டு வய

துக்கு உட்பட்ட குழந்தைகளுக்கும் வயது முதிர்ந்தவர்களுக்கும் அதிஸாரம் எளிதில் உண்டாகக்கூடும். தேசத்தில் சீதோஷ்ண ஸ்திதிகள் திடீரென்று மாறும்போதும், அதிக உஷ்ணமான கோடைகாலத்திலும் விரேசநம் அதிகமாக உண்டாகுமென்று சொல்லலாம். ஆஹாரம் முதலியவை அசுத்தமாயிருப்பதாலும், ஜனநெருக்கம் விருத்தியாவதாலுங்கூட அதிஸாரம் விசேஷமாய் ஸம்பவிக்கலாம்.

காரணம்:—அநேக வியாதிகளில் அதிஸாரம் ஒரு குறியாக உண்டாகலாமென்று சொல்லியிருக்கிறேன். ஆகையால் வியாதி காரணங்களைக்கொண்டு விரேசநத்தில் அநேக பேதங்கள் உண்டாகும் என்றாலும் அதிஸாரத்தை (1) திடீரென்று உண்டாகும் அதிஸாரம் என்றும், (2) நீடித்தகாலமாய் அநுஸரிக்கும் அதிஸாரம் என்றும் இரண்டு பெரிய பிரிவுகளாக நாம் பிரிக்கக்கூடும்.

குடல்களில் எந்த பாகமாவது எவ்வஸ்துவினாலாவது அழற்சியுண்டுபண்ணப்பட்டு கன்றிப்போய் ஒவ்வொரு ஸமயத்தில் புண்கள் உண்டாவதால் அதிஸாரம் ஏற்படக்கூடும். இவ்வாறு குடல் அழலுவதற்குக் காரணங்கள்:—(1) தகாத உணவுப்பொருட்கள்; (2) பித்தநீர் அதிகரித்தல்; (3) கற்கள் குடலில் சேருதல்; (4) நாக்குப்பூச்சிகள், திமிர்ப்பூச்சிகள் முதலிய கிருமிகள்; (5) விரேசநமுண்டாக்கும் தீக்ஷ்ணமான மருந்துகள்; (6) பாஷாணம் முதலிய விஷபதார்த்தங்கள் என்பவையாம். சிலவிதமான ஜ்வரங்களிலும், அதிமூத்திரம் முதலிய சில வியாதிகளிலும் அந்தந்த வியாதிகளால் உண்டான விஷங்களை வெளிப்படுத்துவதற்காக ஒவ்வொரு ஸமயத்தில் அதிஸாரம் உண்டாகக்கூடும். பயத்தினாலும் அதிஸாரம் சிலருக்கு ஸம்பவிப்பதுண்டு. நுண்ணுயிர்களாலாவது, அவற்றிலிருந்துண்டாகும் விஷங்களினாலாவது சில ஸமயங்களில் அதிஸாரம் உண்டாகும். இதில் முக்கியமாக அழுகிப்பதன் கெட்ட ஆஹார வஸ்துக்களிலுண்டான நுண்ணுயிர்களும், ஸந்நிபாதஜ்வரம், விஷபேதி (காலரா), க்ஷயம் முதலிய வியாதிகளின் ஸம்பந்தமான நுண்ணுயிர்களும் அதிஸாரத்திற்குக் காரணமாகும். இவ்விதமே இன்னும் அநேக காரணங்கள் உண்டு.

குறிகள்:—விரேசநம் ஆகும்போது, ஸாதாரணமாய் கொஞ்சமாகவோ அதிகமாகவோ வயிற்றில் வலியுண்டாகும்; வயிறு விம்மிக்கொள்ளும். ஆஸநத்வாரத்திற்கு ஸமீபத்தில் உண்டான வியாதியினால் விரேசநம் ஏற்பட்டிருந்தால், அப்பொழுது அதிகமாகச் சாப்பிட வேண்டும் என்கிற ஆஸக்தியும், ஆஸநத்தில் வலியும் விசேஷமாயிருக்கும். வியாதியின் பலாபலத்திற்கு ஏற்றவாறு விரேசநத்தின் எண்ணிக்கையும், அளவும், நிறமும், வாஸனையும், அஜீர்ணமான உணவு சீதம் கொழுப்பு முதலிய பதார்த்தங்கள் வெளியாவதும் வெவ்வேறுவகையில் விகற்பப்படும்.

அதிஸாரம் ஸம்பவித்தவுடனே அதற்கு சிகித்ஸைசெய்ய முயலாமல், அதற்குக்காரணம் எதுவோ அதைக் கண்டறியவேண்டும். திடீரென்று அதிஸாரம் உண்டாயிருக்குமானால், மிதமிஞ்சி உணவுண்டதினாலோ, உட்கொண்ட உணவுப்பொருளில் ஏதாவது கெட்டுப்போயிருப்பதாலோ, ஆஹாரம் தேஹத்தினால் ஏற்றுக்கொள்ளத் தகாததாயிருப்பதாலோ, அதிக உஷ்ணத்தினாலோ, அதிக குளிர்ச்சியினாலோ அதிஸாரம் உண்டாயிருக்க வேண்டுமென்று ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள். வாந்தியும், வலியும் அதிகமாயிருந்து, விரேசநங்கள் அதிகவேகமாய் ஆகுமானால் விஷபதார்த்தமாவது, அழுகிய வஸ்துவாவது, நுண்ணுயிர்களாவது குடலில் பிரவேசித்திருக்க வேண்டுமென்று நினைக்கவேண்டும். விரேசநத்திலவரும் மலத்தின் இலக்ஷணங்களை நன்றாகப் பார்த்துப் பரீக்ஷிப்பதாலும், பூதக்கண்ணாடியின் மூலமாய் மலத்திலுள்ள தோஷங்களைப் பரிசோதனை செய்வதாலும் காரணம் இன்னதென்று ஒருவாறு தெரியவரும். ஒவ்வொரு ஸமயத்தில், ஆஸநத்திற்கு அருகிலேயே ஸம்பவித்துள்ள சில வியாதிகளால் அநேகந்தடவை மலவிஸர்க்கம் செய்யவேண்டியிருக்கும்போல் ஒரு உணர்ச்சியுண்டாகும். அவ்விதமானவை அதிஸாரத்தில் சேரமாட்டா. ஆஸநத்வாரத்தை விரல்களாலாவது, யந்திரங்களாலாவது பரீக்ஷித்துப் பார்த்தால் அத்தகைய வியாதிகளை அறியலாம்.

சிகித்ஸை:—திடீரென்று ஸம்பவித்த அதிஸாரம், பிரத்தியேகமான சிகித்ஸை செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லாமலே, ஆஹாரமுண்பதை நிறுத்திவைத்து, குடல்கள் வேலைசெய்யாமல் அமைதியாயிருக்கும்படி செய்தால் கிரமமாகத் தனக்குத்தானே நிவ்ருத்தியாகும். ஒவ்வொரு ஸமயத்தில் வியாதி ஆரம்பித்தவுடனே விரேசநமாவதை நிறுத்துவதற்கு ஔஷதம் கொடுப்பதால் விசேஷகுணமும் உண்டாகும். ஆமணக்கெண்ணெய் ஒருதோலா அல்லது ஒன்றரைதோலா எடை உட்கொள்ளக்கொடுக்கலாம். வலி அதிகமாயிருக்குமானால், நன்கு யோசனைசெய்து, ஒரு நெல்லெடைக்குக்குறைவாக அபினியை அந்த எண்ணெயோடு கலந்து உட்கொள்ளச்செய்யலாம். விரேசநத்தை நிறுத்துவதற்கு மருந்துகொடுத்து, பிறகு 24-மணிக்குப் பின்னும் அதிஸாரம் நிற்காத பக்ஷத்தில் - சீமைச்சுண்ணாம்பு, இலவங்கப் பட்டை, சுக்கு, ஏலம், காசுக்கட்டி, மாதுளம் பிஞ்சு, பில்வக்காய், ஓமம், நிமிளை முதலிய சரக்குகளை யுக்தப்படி தனித்தனியோ, சிலவற்றைச் சேர்த்தோ கொடுக்கலாம். வாந்தியுண்டாயிருக்குமானால் பனிக்கட்டி மிகவும் உபயோகமாயிருக்கும். சில ஸமயங்களில் நிமிளை, டோவர்பௌடர் என்னும் சூர்ணம் இவ்விரண்டையும் கலந்து அப்போதைக்கப்போது ஒவ்வொரு பொட்டலம்வீதம் கொடுத்துவர அநுகூலம் உண்டாகும். ஆஸனக்கடுப்பு அதிகமாயிருந்தால், அபினி கலந்த அரிசிக்கஞ்சியில் இரண்டு அவுன்ஸ் அளவு குதமார்க்கத்தில் பீச்சாங்குழலால் பீச்சிடுவது யுக்தமாயிருக்கும். வயிற்றுவலியில் உடம்பை அசைக்காமல் படுத்திருப்பதுடன், சூடான ஒற்றிடம்கொடுப்பதும், பால்போல திரவமான உணவுகளைத் தவிர்த்து கெட்டியான எவ்வித ஆஹாரத்தையும் உபயோகியாமல் இருப்பதும் ஆக இம்மூன்றும் விசேஷ குணந்தரக்கூடியன. பயத்தினால் உண்டான அதிஸாரத்தை, மனதுக்கு தைரியமுண்டுபண்ணி, இலகுவான ஆஹாரங்களை மிதமாகப் புஜிக்கச்செய்து நிறுத்தவேண்டும்.

வெகுநாட்களாகத் தொடர்ந்துவரும் அதிஸாரத்தில் ஆஹாரவிஷயமே முக்கியமாக கவனிக்கக் கூடியதாகும்; ஆஹாரத்தை மிதமாகவும் எளிதில் ஜீர்ணமாகக் கூடியதாகவும் உபயோகித்துவருவதில் கண்ணுங்கருத்துமாயிருக்கவேண்டும். எந்தெந்த பதார்த்தங்கள் எளிதில் ஜீர்ணமாகாதென்று தெரியவருகிறதோ அவற்றை உடனே நிறுத்திவிடவேண்டும். எப்பொழுதும் படுக்கையில் படுத்திருப்பதாலும், பாலைத்தவிர மற்ற ஆஹாரங்களை விலக்குவதாலும் அநேக வியாதிகளில் ஒரு குறியாக ஸம்பவிக்கும் அதிஸாரம் நின்றுவிடும். அதிஸாரத்தைக் குறியாகப்பெற்ற எவ்வியாதி சரீரத்தில் இருப்பதாகத் தெரியவருகிறதோ அவ்வியாதியைக் கண்டறிந்து அதை வேரறுக்க வேண்டும். முன்னால்கூறிய ஔஷதங்களையெல்லாம் தகுந்தவாறு யோசித்து நாள்பட்ட அதிஸாரத்திலும் உபயோகிக்கலாம் என்றாலும், வியாதி கடினமாகத் தோன்றியிருந்தால், அந்த ஸமயத்தில் அநுபவசாலியான வைத்தியன் ஏற்றவாறு அதிஸாரத்தை நிறுத்துவதற்கு உபாயம் தேடவேண்டும். வியாதி எவ்வௌஷதத்திலும் நிவ்ருத்தியாகாத நிலைமைகளில் ஆஸநத்வாரத்தினால் அவ்வித ஔஷதங்களைப் பிரயோகிப்பது பலன்தரக் கூடியதாயிருக்கும்.

HABITS AND THEIR EFFECTS.

பழக்கத்தின் பயன்.

By T. A. AGASTYA SARMA,
Physician and Surgeon

(233-வது பக்கத் தொடர்ச்சி.)

புகையிலைப் பித்து:—உணவும் நீரும் சரீரபோஷணைக்கு அவசியமானவை; இவையல்லாமல் சரீர போஷணைக்கு அனுகூலமான வேறுசில வஸ்துக்களும் உள. இப்படிச் சரீரபோஷணைக்கு அவசியமாகவாவது அனுகூலமாகவாவது இல்லாத வஸ்துக்களை உபயோகித்துக் கொள்ளவேண்டும் என்னும் விருப்பம் நியாயமானதன்று. அந்த விருப்பம் ஸஹஜ தர்மத்திற்கு விரோதமானது, அனாரோக்கியமானது. அப்படிப்பட்ட விருப்பம் தோன்றுவதே கேடுகெட்டக்குறியாம். தேஹாரோக்கியம் ஏதோ ஒருவகையில் கெட்டிருக்கிறதென்றாவது, குறைவுபட்டிருக்கிறதென்றாவது, நாம் அந்த அவாவினால் தெரிந்துகொள்ளவேண்டும். அப்படித் தீமையான வழியில் ஏற்படும் அவாவையே நாம் இவ்விடத்தில் 'பித்து' என வழங்குகிறோம்.

பசியாய் இருக்கையில் உணவு வேண்டுமெனத் தோன்றும் நியாயமான அவாவுக்கும், புகையிலை அல்லது மதுசாரம்போன்ற மயக்க வஸ்து வேண்டுமென்னும் அவாவுக்கும் மிகுந்த வித்தியாஸமுண்டு. பிராணனைக் காப்பாற்றிக்கொள்வதற்கும் உடலை வளர்ப்பதற்கும் அவசியமானதென்று வேண்டுமென்பதைத் தெரிவிப்பதே உணவாசையாம். மற்றதோவெனின் தேஹாரோக்கியத்திற் சனுகூலமில்லாததாயும், உடலுக்கு உபயோகமில்லாததாயும், உதர போஷணைக்கவசியமில்லாததாயும் இருக்கும் வஸ்துவொன்று வேண்டுமென்னும் கெடுதேட்டத்தைத் தெரிவிப்பதாம். இந்த அனாவசியகமான வஸ்துவை உட்கொள்வது மற்றெதற்கோவெனின், ஒருவகையான நரம்புக் கிளர்ச்சியும் மயக்கமும் மேற்கொள்ளும் பொருட்டேயாம். அந்தக் கிளர்ச்சியினால் மூளையின் நுண்ணிய சைதன்னியங்கள் திமிர்த்துச் சுரணையற்றுப்போகின்றன; புலப்பாடுகளும் மனக் கருத்துகளும் உள்ளபடித் தோன்றாமல் விகாரப்பட்டு மாறித் தோன்றுகின்றன.

பித்து என்று மேலே விவரித்துச்சொல்லியது அபினி சாரத்தை உடம்பிற் புகட்டிக்கொள்ளவேண்டுமென்னும் அவாவாகவாவது, விஸ்கி என்னும் சாராயம் குடிக்கவேண்டுமென்னும் தாஹமாகவாவது, சுங்கானிற் புகையிலையைப்போட்டு புகை குடிக்கவேண்டுமென்னும் ஆவலாகவாவது இருக்கலாம். இவையனைத்தும் ஒரே பித்துவகையிற் சேர்ந்தவைகளே. இந்த ஆசையைப் பித்து என்று சொல்லுவானேன்? ஒரு மொந்தைக்கள்ளாவது, பீராவது, பிராந்தியாவது குடித்தால் மற்றொரு மொந்தை குடிக்கவேண்டுமென்று தோன்றுவதுபோலவே, ஒரு சுங்கான் புகை குடித்தால் மற்றொரு சுங்கான் குடிக்கவேண்டுமென்னும் ஆசை உண்டாகின்றது; ஒரு சுருட்டு குடித்தால் மற்றொரு சுருட்டு வேண்டுமென்றும், ஒரு 'பீடி' குடித்தால் இன்னுமொரு 'பீடி' குடிக்கவேண்டுமென்றும் தோன்றுகின்றது. இந்த ஆசை வரவரப் பலப்படுகின்றது. விடாப்பிடியாய் வருத்துகின்றது. மூளைக்கும் நரம்புகளுக்கும் இந்தச்சரக்குகள் தீமை விளைவிக்கின்றவென்பதற்கு மேற்சொல்லியபடி அவை ஆசை யெழுப்புவதே போதுமான அத்தாட்சியாகும்.

கொஞ்சமட்டும் மனவலி இன்னும் இருக்கப்பெற்றவன் மேற்சொல்லிய அவாவை சிறிது மாத்திரம் அடக்கிக்கொண்டு ஒரு மிதத்தில் நிற்கிறான். ஆயினும் அந்த ஆசையை யடக்கி மிதமாய்க் குடிக்குஞ் சக்தி எல்லாருக்கும் இல்லை. பெரும்பாலார் அந்த ஆசைக்கிணங்கி மேலும் மேலும் அதிகமாகக் குடிக்குந் தன்மையை வளர்த்துக்கொள்கிறார்கள். குடிக்கும் வழக்கம் நிலைபடுவதற்குத் தக்கபடிக்கு அளவும் அதிகப்பட்டுக்கொண்டே வருகின்றது. ஒரே தடவை புகை குடித்துத் திருப்தியடைந்தவர்கள் அரிது; ஒரு தடவை குடித்து, பின்னும் ஆசைகொண்டு மறுமுறை குடித்து, குடித்துப் பின்னும் குடிக்கலுறுவார் அனேகர். பீடி குடிப்பவர்களைப் பார்த்தால், அதை மேலும் மேலும் குடிக்கவேண்டுமென்று அவர்களுக்குத் தோன்றும் அவஸரத்திற்கேற்றபடி வேகமாய் மேலும் மேலும் பீடியைக் கொளுத்தமுடியாமல் கஷ்டப்படுகிறவர்களைக் கண்டிருக்கிறோம்.

புகையிலையும் மருந்து முறையும்:-முதன் முதலிற் புகையிலையானது அஜீரணத்தைக் கண்டிக்கும் மருந்தாக உபயோகப்பட்டதென்று ஏற்கெனவே சொல்லியிருக்கிறோம். அதன் பிறகு அது எல்லா வியாதிகளையுங் கண்டிக்கத்தக்க ஏக மூலிகையென்று வைத்தியர்களும் ஸாமான்னிய ஜனங்களும் ஒருங்கே நினைக்கத் தலைப்பட்டார்கள். அந்த ஆதிகாலத்தில் புகையிலையைக்கொண்டு அனேக வியாதிகளைச் சொஸ்தப்படுத்தலாமென்று அனேகர் நம்பியிருந்தது ஒருவாறிருக்க, வைத்தியர்களும் அதை மருந்துச்சரக்குகளில் ஒன்றாகவே கையாண்டுவந்தார்கள். சிறிது காலம் வரையில், அதாவது அதிலமைந்துள்ள விஷத்தின் கொடிய தன்மை முற்றும் வெளியாகும் வரையில், வைத்தியர்கள் அதைத் தாராளமாய் உபயோகித்து வந்தார்கள், ஆனால், அனுபவம் என்பது நமக்கு நல்ல உபாத்தியாயரல்லவா? நல்ல உபாத்தியாயராயினும், அனுபவம் என்பது அதிக்கூலி வாங்கும் உபாத்தியாயராயிருக்கின்றது; எனவே, பெருஞ்செலவு செய்தாலன்றி, பெருநஷ்டம் அடைந்தாலன்றி, பெருந்துன்பம் பட்டாலன்றி ஒருவனுக்கு அனுபவம் கிட்டுவதில்லை யென்பதாம். அவ்வளவு கஷ்டமும் நஷ்டமும் பட்டபிறகே அது தீமையென்றுணர்ந்து அதனை விலக்குவதற் காகின்றது.

அப்படிச் சிறிது காலம் புகையிலையை யுபயோகித்து அதனாற் கஷ்டங்களும் தேஹநஷ்டங்களும் மிகவுண்டாவதைக்கண்டு, இனிப் புகையிலையை யுக்தாயுக்தமின்றி மருந்தாக உபயோகிப்பது அபாயம்விளைவிக்குமென்றும், அதனை மருந்தாகவுங் கொஞ்சங்கூட உபயோகிக்கக்கூடாதென்றும் வைத்தியர்கள் தெரிந்துகொண்டார்கள். இப்பொழுது அனேக ஆண்டுகளாக அதனை மருந்து வகைகளிற் சேர்ப்பதுமில்லை, நல்ல வைத்தியர்கள் கையாளுவதுமில்லை.

முற்காலத்து மருந்துநூற் புலவர்கள் புகையிலையைப்பற்றி என்ன அபிப்பிராயப்பட்டிருந்தார்களென்று தெரிந்துகொள்வது நமக்கு உபயோகமாகவிருக்கலாம். 1737-ஆம் ஆண்டில் இருந்த டாக்டர் பாயில் காட்பிரே (Dr. Boyle Godfrey) என்னும் ரஸாயன சாஸ்திரி புகையிலையைப்பற்றிக் கூறியது:—

"மற்ற எல்லாவற்றையும்விட இந்தச் சரக்கின் உபயோகம் எனக்கு மிகுந்த ஆச்சரியம் விளைவிக்கின்றதென்று நான் ஒப்புக்கொள்ளவேண்டும். முதன் முதலில் அதனைக் கண்டு இயற்கை திடுக்கிடுகின்றது; அதாவது அது மனிதனை யணுகினால், அவன் பதறி உடல் நடுங்குகின்றான். அது கோரமான கிறுகிறுப்பும் வாந்தியும் உண்டாக்குகின்றது; விஷமே என்று சொல்லத்தக்க துர்க்கந்தத் தைலமொன்று அதனில் அடங்கியிருக்கின்றது. அதனை வாய்ப்போட்டு மெல்வதனால் மிகவும் தீமையான பயன்கள் விளைந்திருப்பதை நான் கண்டிருக்கிறேன். அதனை எந்த வகையிலும் உபயோகியாதிருப்பவனே நன்மையடைபவனென்பது திண்ணம். அதனால் மூலவியாதியுண்டாகிறதென்றும், சுவாஸாசயங்கள் வறண்டுபோகின்றனவென்றும், உமிழ் நீரை அதிகமாய்ச் செலவாக்குவதனால் அது க்ஷயரோகம் விளைவிக்கிறதென்றும் ரமாஸினி (Ramazzini) என்பவர் சொல்லுகிறார்."

புகையிலையைப்பற்றி அடியிற் குறித்த துதியும் கண்டனமும் பர்டன் (Burton) என்னும் வைத்திய சிகாமணியின் கிரந்தங்களினின்று எடுத்து எழுதப்பட்டது.

"புகையிலை திவ்யமானது (தேவலோகத்துப் பூண்டெனத்தகுந்தது), அருமையானது, மிகச் சிறப்புற்றது; பன்னோய்தீர்க்கும் மருந்துகள் பலவற்றினும் மேம்பட்டது; பானீயமான பொன்னே எனத்தகும்; அமரத்துவம் அளிக்கும் அருங்கற்பமேயாகும்; எல்லா வியாதிகளுக்கும் ஏற்ற குருமருந்தாகும். காலமறிந்து மருந்தாய் உபயோகித்தால் அது நல்ல வமனமருந்தாகும்; நற்குணம் வாய்ந்த நல்ல மூலிகையாகும் என்று ஒப்புக்கொள்ளுகிறேன். ஆனால், பெரும்பாலர் அதனை உபயோகிக்கிறபடி அஃது ஒரு கொடிய கொள்ளை நோயே எனத்தகும்; தீமையே திரண்டுருண்டுவந்த வடிவமாகும்; பண்டம், பொருள், புலம், நிலம், ஆரோக்கியம் ஆகிய இவையனைத்தையும் அடித்து ஒழித்து அழிக்கும் பெரிய பேதி மருந்தாகும். நாகத்திற்றோன்றிய நாற்றப்பூண்டு, பைசாசத்தன்மையுள்ள பேய்ப்பூண்டு, பாதகமே விளைக்கும் பொல்லாத புகையிலை, உடலையும் ஆவியையும் ஒருங்கே கவிழ்த்து மூழ்த்தி அழிக்கும் பாபிஷ்டப் பூண்டு."

ஆனால், கிரிம்ஷா (Dr. Grimshaw) என்னும் வைத்திய சாஸ்திரி புகையிலையை யுபயோகிப்பதனால் விளையும் ஆபத்துக்களை உணர்ந்தவராய், பின்வருமாறு சொல்லியிருக்கிறார்:—

"அதை மருந்தாக உபயோகிப்பது மிக அபாயகரமானதென்று விவேகிகளான வைத்தியர்கள் எல்லாரும் நம்பியிருக்கிறார்கள். அதனைப் பரிஹாரவஸ்துவாக உபயோகிப்பதனால் உண்டாகும் நன்மைகளைவிட அதனை உபயோகிப்பதனால் விளையத்தக்க தீமை அதிகமாயிருக்கின்றது. ஆயினும், அதன் பயன்கள் மிக வஞ்சகமானவை. அப்படியிருப்பதனால் அது அனேக அபமிருத்தியுக்களுக்குக் காரணமென்பதை அறிந்தவர்கள் அரிது. அதாவது அதை உபயோகிப்பதனால் நெடுங்காலம் உயிர்த்திருக்கத் தக்கவர்கள் அனேகர் சீக்கிரமாக மாண்டுபோகிறார்களென்

பது பெரும்பாலர்க்குத் தெரியாது: புகையிலை தன்னுடைய துர்க்குணம் வெளிப்படாதவாறு வஞ்சகமாய் வேலை செய்கிறது என்பதாம். ஜனங்களுக்குத் தெரியினும் தெரியாவிடினும், அனேக ஆயிரம் ஜனங்கள் புகையிலையை யுபயோகிப்பதனாலேயே வருஷந்தோறும் மாண்டுபோகிறார்களென்பது உண்மை."

புகையிலையானது விஷமிருந்ததென்றும், அதை மருந்தாய் உபயோகிப்பதும் அபாயகரமென்றும் ஏற்பட்டால், அதைத் தினந்தோறும் பழக்கப் பதார்த்தமாக உபயோகிப்பதனால் என்ன விளையுமென்று சொல்லவும் வேண்டுமோ? அப்படிப் பழக்கப் பாதர்த்தமாய் உபயோகிப்பதனாலும் ஆயுளுக்கும் ஆரோக்கியத்திற்கும் அபாயம் விளைக்குமென்பது திண்ணம். புகையிலையை மருந்துச் சரக்குகளின் அட்டவணையினின்றும் அகற்றி ஒழித்துவிட்டிருக்கிறார்கள்; இனி அதை ஜீர்ணத்தின்பொருட்டும், உத்தீபனத்தின் பொருட்டும், மதுசாரத்தைப்போல் மருந்தாக உபயோகிக்கவும் காரணமில்லை.

உடலுக்கு உதவாது:—புகையிலை ஏதோ ஒருவிதமான உணவுத் தன்மை பொருந்தியுள்ளதென்றும், ஆகையால் அது சிறிது தேஹபலமும் தாளுந்திறமையும் அளிக்கின்றதென்றும் மூடர்கள் சிலர் நினைத்துக்கொண்டிருக்கிறார்களென்று தோன்றுகின்றது. புகையிலையில் உணவாகத்தக்க பதார்த்தம் ஒன்றுமேயில்லை. ஆகையால் அது எவ்வகையிலும் புஷ்டிதரத்தக்க பண்டமாகிறதில்லை, அப்படிப்பட்ட பண்டம் ஆகவும் முடியாது. இந்த விஷயத்தை நாம் இங்கே எடுத்துச்சொல்லவேண்டியது அவசியமேயில்லையென்று நினைக்கிறோம். உணவுப் பொருளாய்க் கொள்ளுமிடத்து புகையிலை முற்றும் உபயோகமற்றது; அதனால் பலமுண்டாகிறதில்லை, தாதுவிருத்தியடைகிறதில்லை, உண்மையான குணம் அல்லது நிரந்தரமான நன்மை ஒன்றும் அது செய்யமாட்டாது. அதன் பயனெல்லாம் இதற்கு எதிரிடையேயாகும். அதனை யுபயோகித்த பிறகு நரம்புகளெல்லாம் நிலைகுலைந்து சோர்வுற்றுப் போகின்றனவென்பது எல்லாருக்கும் தெரிந்தேயிருக்கின்றது. தேஹத்திலுள்ள மற்ற உறுப்புகளுக்கு அதனால் உண்டாகும் தீமைகளைச் சொல்லவேண்டியதேயில்லை. நிகோடின் விஷம் தேஹத்தில் வசப்பெற்றவர்களுக்குத் தளர்ச்சியும், தாளாமையும், சோர்வும், சோம்பலும் விசேஷமாய்க் காணும். இந்த உணர்ச்சி அவர்களுக்கு அடிக்கடி தோன்றும். மயக்கந்தரத்தக்க வஸ்துக்களின் ஸத்து ஏறிய மூளையானது சுறுசுறுப்புக் குறைந்து கூர்மையற்றுப்போம்; புத்தி மந்தப்படும்; மனத்தின் உரிய தன்மைகளும் மேன்மையான சக்திகளும் ஒருவாறு மரத்துப்போகின்றன. சுருக்கிச் சொல்லின், தேஹதிடத்தினாலும் மனோபலத்தினாலும் நல்ல வேலை செய்வதற்குற்ற திறமை குன்றிப் போகின்றது.

புகையிலையை உபயோகிப்பதில் நாம் கவனிக்கவேண்டிய விஷயம் மற்றொன்றுண்டு; அதாவது உபயோகிக்கும் மனிதர்களில் அவரவர்க்குள்ள பேதமாம். சிறிதும் லக்ஷியமில்லாமல் ஒருவன் உபயோகிக்கும் அளவு மற்றொருவனுக்கு விஷமாய் முடியும் என்பதை நாம் மறவாமல் ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ளவேண்டும். ஒருவன் அவ்வளவு குடிக்கிறான் அவனுக்குத் தீமையொன்றும் காணோம்; ஆகையால், நாம் அவ்வளவு குடித்தாலும் தீமை விளையாது என்று எண்ணக்கூடாது. இந்த வார்த்தை மதுசார விஷயத்திலும் அபின் விஷயத்திலும் செல்லுமென்றறிக. ஆல்பர்ட் என்னும் பிரபல வைத்திய சாஸ்திரியின் "வைத்திய முறை" என்னும் கிரந்தத்தின்படி கிறுகிறுப்பு, நடுக்கல், ஞாபகமறதி, சொற்சோர்வு, இருதயத்துடிப்பு, தூக்கமின்மை ஆகிய இவைகள் கண்டால் மேற்சொல்லிய விஷத்தின் கொடுமை தலைகாட்டியதென்று தெரிந்துகொள்ளவேண்டும்.

புகையிலையை யுபயோகிக்கிறவன் ஒவ்வொருவனுக்கும் அதிலுள்ள விஷம் ஏறுகின்றதென்பது உண்மையே. ஆனால் எல்லாருக்கும் அந்த விஷத்தின் தீமைப்பயன் ஒரேமாதிரியாய்க் காட்டுவதில்லை. தேஹத்திற்குக் கெடுதியில்லாமல் தேஹத்தில் அந்த விஷத்தை ஏற்றிக்கொண்டு தாங்குவதற்குச் சக்தி சிலருக்குண்டு. சிலருடைய தேஹம் அந்த விஷத்தைக் கொஞ்சமும் தாங்காமல் உடனே பாழாய்ப் போகின்றது.

வைத்திய கலாநிதி.

நளஹு ஆடிமீ.

THE CRIPPLED HEART.

குன்றிய இருதயம்.

கை-கால்கள் முடமாகப் போனவர்களுள் ஒவ்வொருவரிடம் ஒவ்வொரு வித்தியாஸம் காணப்படுவதுபோலவே, இருதய பலங்குன்றிய (அல்லது முடமான இருதயத்தையுடைய) பிணியாளிகளுக்குள்ளேயும் ஒருவருக்கொருவர் வியாதி நிலைமையில் வித்தியாஸம் உள்ளவராகக் காணப்படுவதுண்டு. தனது இரண்டு கைகளையும் இழந்த ஒருவன் கால்களின் பெருவிரல்களையும் வாயையும் கைகளால் செய்யவேண்டிய அநேகம் வகையான காரியங்களில் உபயோகிப்பதை நாம் ஆச்சரியத்துடன் பார்த்து வருகிறோம்; அம்முடவன் தனக்கு வேண்டிய எல்லாக் காரியங்களையுமே பிறருடைய உதவியை எதிர்பாராமலும் செய்துகொள்ளக் கூடும். அதே நிலைமையிலுள்ள வேறொருவன் வேலை செய்வதற்கான அவயவங்களில்லையேயென்று திறமையில்லாத் தனத்தையே தெரிவித்துக்கொண்டு ஒருகாரியமும் செய்யமாட்டாதவனாயிருப்பான். இருதய ஸம்பந்தமான கோளாறுகளிலும் இதுதான் தத்துவம்; அவ்வாறு இருதயம் கோளாறடைந்திருப்பவருள் சிலர் எழுந்திருக்கத் திராணியற்று, படுக்கையோடு படுக்கையாகக் கிடந்து உயிர் துறப்பதுண்டு; அதே பிணியுள்ள வேறொருவன் எழுந்து நடமாடி அவனது ஜீவனத் தொழிலையும் ஒருவாறு நடத்திக்கொண்டு நெடுநாட்கள் வாழ்வான்.

ஒருவன் சிறிதும் கோளாறடையாத பலமான இருதயமுடையவனாயிருந்தால், தேஹத்தில் தகுந்த இரத்தவோட்டமில்லாத மனிதனைப்பார்க்கிலும், தனது க்ஷேமலாபங்களுக்குண்டாகும் இடையூறுகளைத் தாக்கி முன்னேற்றமடைவதற்கும் தகுந்தவனாயிருப்பன். ஆனால் நமது தேஹத்தில் தனக்குத்தானே சலன வேலைகளைச் செய்துவரும் அவயவங்கள், தாம் இழந்த அம்சங்களை மீண்டும் தமக்குத் தாமே பெறுவதில் ஆச்சரியகரமான சக்தியுடையவைகளாயிருப்பதுடன், அவை தமக்குத் தாமே சில ஸமயங்களில் பிரதிகூலமான நிலைமைகளையும் வலுவில் அடைந்துவிடக் கூடியவைகளாயும் இருக்கின்றன; ஒருவனுடைய தேஹத்தில் மற்றத்துணைக்கருவிகளான அவயவங்கள் ஒற்றுமையுடன் இயற்கையான வேலைகளைச் செய்துவருகையிலும் முற்கூறிய அநுகூலமும் பிரதிகூலமுமான ஸம்பவங்கள் ஒவ்வொரு குறிப்பிட்ட அவயவத்திற்கும் உண்டாகின்றன.

ஜனங்களுக்குள் இஃதென்ன வேற்றுமை? ஒரேவிதமான வியாதி அல்லது தீமையானது ஒருவனைக்கொன்று மற்றொருவனைக் கொல்லாதிருப்பது ஏன்? இக்கேள்விக்கு அநேக ஸமாதானங்கள் உண்டு. சென்ற சில வருஷங்களாக சாஸ்திரவிசாரம் செய்யும் உலகத்தாரிடமிருந்து நாம் ஏதேதோ இரஹஸ்யங்களை அறிந்து வருகிறோம். ஆயுர்வேத நூல்களில், மனதைத் தாக்குவதற்கும் தாங்குவதற்கும் ஏற்ற எல்லா ஸாதனங்களும் இருதயம் என்னும் அவயவத்தையும் முறையே தாக்கவும் தாங்கவும் கூடியவையென்று கூறப்பட்டிருக்கிறது:

" चित्तस्योद्वेजका ये तु ये च तद्धृतिसाधकाः ।
भावास्ते हृदयस्यापि क्रमात् बाधकसाधकाः ॥
कला काचित् गूढजाता प्रभावाद्विविधात्मिका ।
ओजोमयी शरीरान्तः प्रवहत्यात्मसंश्रया ॥"

என்று பாலுகியென்பவர் கூறுகிறார். இவற்றுள் இரண்டாவது பத்தியத்தில் குறிப்பிட்டுள்ள "ஓஜோமயீ கலா" என்பது தேஹத்தின் ஒருவித நுட்பமான திரவ வஸ்

றென்றும், அதன் பலவாறான அளவுகளுக்குத் தகுந்தவாறு அவரவருடைய மனோபாவங்களும் அவற்றிற் கேற்றவாறு இருதயகதியும் வித்தியாஸப்படுமென்றும் இதனால் அறியப்படுகிறது. தற்காலத்திய சாஸ்திரநிபுணர்கள், ஒருவித ஸூக்ஷ்மமான திரவ ஊற்று தேஹத்தினுள் (internal secretion) உற்பத்தியாவதாகவும், அதன் இயற்கைத் தன்மையானது தேஹத்தினுள் ஒவ்வோர் அவயவத்திலும் வேலை செய்கிறதென்றும் கூறுவதை நாம் இப்பொழுது கேள்வியுறுகிறோம். ஆயுர்வேத நூல்களிற் கூறியுள்ள விஷயங்களைத் தற்காலத்திய சாஸ்திராராய்ச்சி செய்பவர் வெளியிடும் அநுபவ பூர்வகமான தத்துவங்களைக்கொண்டு உபயோககரமான முறையில் பிரவசநம் செய்வதும் யுக்தமல்லவா? இண்டர்னல் ஸிக்ரீஷன்ஸ் எனப்படும் ஊற்றுகள் வெகுவாய் மனோநிலைமையைப் பொருந்தியவைகளாயிருப்பதாகவும் வெகு ஸமீபகாலத்தில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. திருஷ்டாந்தமாக. மனக்கவலையாவது அல்லது ஏதாவது வலிவான மனோவிகாரமாவது, இவ்வூற்றுகள் உண்டாவதற்கு ஆதாரமான இடங்களில் பௌதிகக் கூறுபாடுகளை வெவ்வேறு வகையில் மாற்றி, வியாதி நிலைமையையும் உண்டுபண்ணி, இத்திரவம் ஊறுவதைக் குறைத்து அல்லது முற்றிலும் தடுத்துவிடுவதாகக் கூறப்படுகிறது. இவ்வாறு கண்டுபிடிக்கப்பட்ட விஷயமானது, "விச்வாஸம் வியாதிநிவாரணத்திற்குக் காரணம்" என்கிற மூத்தோர் சொல்லுக்கு உண்மையாக நற்பொருள் உண்டென்பதை விளக்குகின்றது; மனதை நல்ல அமைதியும் திடமான நம்பிக்கையுமுள்ள நிலைமையில் நாட்டி வைத்துக் கவலையற்றிருப்பவருடைய தேஹத்தில் இந்த திரவபதார்த்தம் மீண்டும் நன்றாக ஊற ஆரம்பிக்க, அதனால் உடலில் அடங்கிய அவயவங்களும் அததற்கு இயற்கையான வேலைகளையும் பலமாகச் செய்யத் தொடங்கும்.

உத்ஸாஹம், நீண்டகாலம் ஜீவித்திருப்பதில் ஆவல் என்னும் இவ்விரண்டும் முக்கியமான இரண்டு மனோநிலைமைகளாகும். இதற்கு அநேகம் திருஷ்டாந்தங்களை நாம் அனைவரும் பார்த்துவருகிறோம். முதலில் இதைக் கவனியுங்கள்:—திடகாத்திரமான ஒரு ஸ்திரீ, அவளுடைய கணவன் இறந்துபோனதும், எல்லா விஷயத்திலும் விருப்பத்தை விட்டுவிட்டு, உத்ஸாஹத்தை முற்றிலும் இழந்து, துறவறம் பூண்டவள்போல வாழ்வில் வெறுப்புற்று, அந்திம காலம் அருகில் வாராதாவென்று ஏக்கங்கொண்டிருக்கையில், ஏதேனும் வியாதி திடீரென்றோ சிறுகச் சிறுகவோ தேஹத்தில் ஸம்பவித்து அவளைக் கொண்டுபோய் விடுகிறது. (பர்த்தாவை யிழந்தும் உலக ஸுகம் விரும்பிநிற்கும் ஸ்திரீகளை நாம் இங்கு குறிப்பிடவில்லை.) இதேமாதிரி புருஷர்களிலும் பார்த்திருக்கிறோம்; நடுத்தரமான வயதில் மனதுக்குக் கவலையுண்டானால், முக்கியமாய் வியாபாரத்தில் அதிக நஷ்டம் நேரிடுமானால், அல்லது உத்தியோகம் இழக்கப்பட்டால், அதிருஷ்டம் தட்டிப்போனால் அப்புருஷர்களுக்கு மனம் சோர்ந்து தேஹமும் வியாதியினால் பீடிக்கப்பட்டு அவர்கள் வருந்த நேரிடுகிறது; இந்த ஸமயத்தில் மீண்டும் முன்னுக்கு வரலாமென்பதில் விச்வாஸமும் உத்ஸாஹமும் இழக்கப்படுமானால், அம்மனிதர் சில நாட்களிலேயே உயிர் துறக்க நேரிடுமென்பதை ஒரு பொது விதியாகக் கொள்ளலாம்.

ராபெர்ட் லூயிஸ் ஸ்டீவென்ஸன் என்பவர் கூறியுள்ள ஒரு விஷயத்தை நாம் இங்கே குறிப்பிடுகிறோம் :— "தென் பெஸிபிச் (South Pacific) கடலில் விசேஷ ஜனஸஞ்சாரமில்லாத சில சிறிய தீவுகள் உண்டு; முற்காலத்தில் அத்தீவுகளில் செல்வத்திலும் ஸந்தோஷத்திலும் செழிப்புள்ளவராய் நல்ல பலசாலிகளான ஜனங்கள் வஸித்து வந்தார்கள். இப்பொழுது மிகுந்திருப்பவர் வெகு

சொற்ப ஜனங்களேயாவர். அளவற்றபேர் அழிந்துவிட்டார்கள்; இதற்குக் காரணம் வெறும் வியாதிகளல்ல; அவர்கள் பெருவாரியாய் இறந்துபோனதற்கு வெளிப்படையான காரணம் எதுவும் காணப்படவில்லை; ஆனால் நீண்டகாலம் உயிருடன் இருப்பதற்கு இன்றியமையாத ஸம்ஸார வாழ்க்கையில் விருப்பம் அவர்களுக்குக் கிடையாது; உலக நன்மையைக் கோருபவரும் அல்லர். ப்ரெஞ்சுக்காரர்கள் அத்தீவுகளைக் கைப்பற்றியபின்பு, அங்குள்ள ஜனங்கள் ஒருவரோடொருவர் முன்மாதிரி அடித்து மாய்த்துக்கொள்வதைத் தடுக்க ஆரம்பித்தனர்; இதன் பிறகு அத்தீவில் வஸித்த ஜனங்கள் எண்ணிக்கையில் விருத்தியாக வேண்டியிருக்க, அதற்கு மாறாக நாளடைவில் இன்னும் குறைந்து வந்தார்கள்; அத்தீவுகள் தகுந்த நடுத்தர உஷ்ண பூமிகளாயிருப்பதால் உண்ண உணவுக்கும் உடுக்க உடுப்புக்கும் அங்கு அதிக சிரமப்படவேண்டிய அவசியமில்லை; எல்லாம் சிறிதளவு பிரயாஸையினாலேயே பலிக்கக்கூடியன. இருந்தும் அந்த ஜனங்களுக்கு உயிர்வாழ்க்கையில் உத்ஸாஹமாவது சுறுசுறுப்பாவது கிடையாது. ஆகையால் அவர்கள் நீண்டகாலம் ஜீவித்திருப்பதுமில்லை, அங்கு ஜனவிருத்தியும் ஆவதில்லை. அப்பூமிகள் பெரும்பாலும் சூனியமாயிருக்கின்றன."

இதற்கெல்லாம் பின்னாலே அதிரஹஸ்யமும் மிகக ஆச்சரியகரமுமான ஒரு சக்தி விசேஷம் உண்டு; அதைநாம் இச்சை அல்லது மனோபாவம் என்போம்; அது இவ்விதமானதென்று நமக்குத் தெரியாது; ஆனால் உத்ஸாஹத்தையும் விருப்பத்தையும் அது பின்னால் நின்று தூண்டுவதாகமட்டும் நாம் உணருகிறோம். அந்த சக்தியானது நரம்பிழைகளின் வளர்ச்சியைத் தூண்டுவதாகவும் தெரியவருகிறது. இண்டர்னல் ஸிக்ரீஷன் என்று ஆங்கிலத்திலும், ஓஜஸ்ஸின் கலையென்று ஸம்ஸ்கிருதத்திலும் வழங்கப்படும் திரவம் உண்டாவதற்கு ஆதாரமானவையென்று கருதப்படும் நாளமற்ற கிரந்திகளும் (இவை ஜீவாதாரமான கிரந்திகள்-ductless glands-என்றும் கருதப்படுகின்றன) இவ்விதமான மனோபாவசக்திக்கு அடங்கியவையென்று சாஸ்திர நிபுணர்கள் அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள்.

நல்ல வார்த்திக வயதிலுள்ள ஒரு கனவான், அவருடைய பதினைந்தாவது வயது முதல் (இப்பொழுது அவருக்கு 76-வயது நடக்கிறது) இருதய கபாட வியாதியுடையவர் என்று ஸமீபத்தில் நம்மிடம் தெரிவித்துக்கொண்டார். அவருடைய இருதயம் இதற்கு முன் பல வைத்தியர்களால் பரீக்ஷிக்கப்பட்டதுண்டு. அவருடைய இருதயகபாட ஸம்பந்தமான (Cardiac valvular) வியாதியானது அவரை எழுந்திருக்கக்கூடாமல் செய்திருக்கவேண்டும்; ஆனால் அறுபது வருஷகாலமாய் அவ்வியாதியை இக்கனவான் சிறிதும் பொருட்படுத்தாமல் தைரியமாய் ஸஞ்சரித்து வருகிறார். அதிக கடினமான வேலைகளைத் தவிர்த்து மறறெல்லாவிதமான ஸாதாரண காரியங்களையும் தனக்குத்தானே செய்துவருவர். இப்பொழுதும் இவ்வளவு வார்த்திக வயதில், அவருடைய மஹாதீரமான—ஆனால் குன்றிய நிலைமையிலுள்ள—இருதயமானது, அவருடைய உத்ஸாஹத்தினாலும் உயிர் வாழ்க்கையிலுள்ள ஆவலாலும் தூண்டப்பட்டு வருவதால் அவர் ஸுகமாக ஜீவித்து வருகிறார். இப்பொழுது அவர் முன்னைவிட வெகு நன்றாக எழுதுகிறார்; தினந்தோறும் இரண்டொரு மைல்தூரம் நடந்தும் வருகிறார்.

ஒருவனுக்கு இருதயம் குன்றி அல்லது முடமாகப்போன நிலைமையிலிருந்த போதிலும், அவன் சீக்கிரத்தில் பிராணாபாய மடைந்து விடுவன் என்று நிச்சயமாகச் சொல்லக் கூடாது. திடசித்தனாகவும் உத்ஸாஹமுள்ளவனாகவும் சுறுசுறுப்புடையவனாகவும் இருக்கும அவ்வித பிணியாளி நெடுநாள் ஜீவித்திருக்க வகையுண்டென்பதை நாம் இவ்வியாஸத்தினால் விவரித்துக் கூறினோம்.

AN APPEAL TO OUR READERS.

நமது பத்திரிகையைப் படிப்பவருக்கு ஒரு வேண்டுகோள்.

இப்பொழுது எல்லையறிய முடியாமல் நடந்துவரும் மஹாயுத்தமானது வியாபாரத்திற்கு எவ்வளவு பிரதிகூலமான பலன்களை உண்டுபண்ணி விட்டதென்பதும், அது பத்திரிகை பிரசுரம் செய்வதற்கு எவ்வாறு இடையூறுகளை உண்டுபண்ணுகிறதென்பதும் எல்லோருக்கும் தெரிந்தவிஷயம். காகிதத்தின் விலையேற்றமானது நாளுக்குநாள் மிதமிஞ்சிவிட்டது; இந்த நிலைமை இன்னும் எவ்வளவு நாள் நீடிக்குமென்பதும் நமக்குத் தெரியவில்லை. பத்திரிகை பிரசுரம் செய்பவருக்குக் காகிதமே இன்றியமையாத வஸ்துவாயிருப்பதால் அது விலையில் எவ்வளவு ஏற்றமடைகிறதோ அவ்வளவுக் கவ்வளவு பத்திரிகையைப் பிரசுரிப்பதில் செலவும் அதிகரித்துவிடுகிறது. நமக்குத் தெரிந்து இந்தியாவில் மட்டுமல்ல, இங்கிலாந்து முதலிய பிறநாடுகளிலுங்கூட அநேகம் பத்திரிகைகள் நின்றுப்போய்விட்டன; நூற்றுக்கணக்கான பத்திரிகைகள் அளவில் குறைந்துவிட்டன; காகிதப்பஞ்சம் தாங்க முடியாமையால் அப்பத்திரிகைகள் வீணில் கஷ்டத்திற்குள்ளாயின.

இக்காலத்தில் பத்திரிகைப் பிரசுரம் செய்பவர் தமதிடமுள்ள ஒவ்வொரு பைசாவையுங்கூட, பத்திரிகையினுடைய க்ஷேமத்தை யுத்தேசித்து செட்டும் சீருமாகச் செலவு செய்துவருகிறார்கள். பத்திரிகையின் ஒவ்வொரு பிரதியும் வீணாகாதவாறு தமது கையொப்பக் காரரிடம் சேரவேண்டுமென்பதில் பத்திராதிபர்களுக்கு இப்பொழுது முன்னிலும் அதிக சிரத்தையுண்டு. கையொப்பக் காரர்களில் சிலர் பத்திராதிபர்களுடைய சிரமத்தையும், அவர்களுக்கு இந்த ஸந்தர்ப்பத்திலுள்ள அளவற்ற செலவையும் ஒரு சிறிதும் இலக்ஷியம் செய்யாமல், விசாலமான கொள்கையின்றியே, வி.பி. யில் கையொப்பத் தொகைக்காக அனுப்பப்படும் பத்திரிகையை வெகு ஸுலபமாக வேண்டாமென்று சொல்லித் திருப்பிவிடுவதைக் கண்டு நாம் எவ்வளவோ ஸங்கடப்படவேண்டியவராயிருக்கிறோம். நாம் ஒருமாதம் தவணையில் முன்னதாய் அறிக்கையும் வெளிப்படையாக அச்சிட்டு அனுப்புகிறோம். தமக்கு அடுத்த வருஷத்திற்குப் பத்திரிகை தேவை அல்லது தேவையில்லை யென்பதை அவர்கள் நமது ஆபீஸுக்கு முன்னதாய் தெரியப்படுத்தாமலே, நமது அறிக்கையையும் அலக்ஷியம் செய்து, வி. பி. அனுப்பியதும் அதைத் திருப்பிவிட்டார்களானால், ஸஞ்சிகைகள் வீணில் பிரயோஜனப்படாமற் செலவாவதுடன், தபாற்செலவு முதலியவைகளும் இச்சமயத்தில் அபரிமிதமாய் நேரிட்டு வீண் கஷ்டநஷ்டங்களுக்கு நாம் பாத்திரமாய்விடுகிறோம்.

"வைத்திய கலாநிதியானது" எமது ஸொந்த இலாபத்தைக் கருதி வியாபார நிமித்தமாக ஆரம்பிக்கப்பட்ட பத்திரிகையல்ல வென்பதை நமது நேயர்களில் பெரும்பாலோர் அறிந்திருக்கின்றனர். இப்பத்திரிகை ஆரம்பிக்கப்பட்ட பிறகு தென்னிந்தியாவிலும், இதர தேசங்களிலும் வஸித்துவருகிற அநேகம் சுதேச வைத்தியர்களும், மேனாட்டுவைத்தியர்களும், மற்றுமுள்ள சாஸ்திராபிமானிகளும் இப்பத்திரிகையைப் படித்து அநுபவத்திற்கும் சாஸ்திரத்திற்கும் ஏற்றவாறு இதில் வெளியாகும் அநேகம் விஷயங்களால் அப்போதைக்கப்போது பயன் பெறுவதாகவும், ஆரோக்கிய முறைகளை அறிவதற்கும், வியாதி நிவாரணம் செய்வதற்கும் முயற்சி செய்யும் வைத்தியத் தொழிலாளிகளுக்கும் பிறருக்கும் இப் பத்திரிகை இன்றியமையாததென்றும் நமது ஆபீஸுக்கு அவர்கள் தமது அருமையான அபிப்பிராயங்களை நாம் எதிர்பாராமலிருக்கையிலேயே அனுப்பியிருக்கிறார்கள். "வைத்திய கலாநிதியில்" அவசியமான வியாஸங்களையும் மற்ற விஷயங்களையும் பிரசுரிப்பதற்கே நாம் காகிதப் பஞ்சத்தால் சிரமப்பட்டு வருவதால், மேனாட்டுமுறையையும் கீழ்நாட்டுமுறையையும் படித்துத்தேறிய அக்கனவான்கள் மனமுவந்து அனுப்பியுள்ள விசேஷமான அந்த பிரசம்ஸாபத்திரங்களை யெல்லாம் அப்போதைக்கப்போது நாம் பிரசுரிக்க முடியாதவராயிருக்கிறோம். இவ் வைத்தியப் பத்திரிகையை நாம் ஆரம்பித்த ஸமயத்தில் தமிழ்நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்களில் பெரும்பாலோர் இதைப் படித்து, அவர்களுடைய தொழில்முறையை நாளடைவில் சீர்திருத்திக்கொண்டு, அறிவிலும் அநுபவத்திலும் முன்னேற்றமடைவர் என்றும், ஆயிரக்கணக்கான வைத்தியர்கள் அல்லது வைத்தியாபிமானிகள் கையொப்பக்காரர்களாகச் சேர்ந்தால் கலாநிதியையும் உருவத்திலும் விஷயத்திலும் இன்னும் அதிகமாக் கலாமென்றும் எதிர் பார்த்ததுண்டு; ஆனால் பயனே, நமது கோரிக்கைக்கு நேர் எதிரிடையாகவே இருப்பதைக் குறிப்பிட நாம் விஸனப்படுகிறோம்; ஆகிலும் எம்மைப் பொருந்தியமட்டிலும், பத்திரிகையை உருவத்தில் விருத்திசெய்ய முடியாமற்போனதிலும், விஷயங்களை மட்டும் வெவ்வேறாகப் பிரித்து, அனைவருக்கும் அப்போதைக்கப்போது காரியத்தில் உதவுமாறு ஏற்பாடு செய்துவருகிறோம். ஆரம்பித்தது முதல் வைத்தியகலாநிதியை ஊக்கமாகப் படித்துவருபவர் இந்தி விஷயங்கள் எவ்வெவ்வாறு விபாகிக்கப்பட்டு எவ்வளவு ஒழுங்காகப் பிரசுரிக்கப்பட்டும் வருகிறதென்பதை நன்குணர்ந்திருக்கிறார்கள் என்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. ஆகிலும் "வைத்திய கலாநிதியின்" முன்னேற்றத்தைக்கோரி அதற்கு உதவி செய்ய முன்வருபவரைக் காணோம்.

மேனாட்டு முறைப்படி வைத்தியத்தொழில் புரிபவர், உண்மையில் நன்றாகவிஷயங்களைக் கற்றுத் தேர்ந்து, பட்டங்களைப் பெற்று, ஒழுங்காகத் தமது தொழிலை நடத்த யோக்யதையுடையவராயிருந்தும், தமது தொழில் முறையில் அநுபவமும் அறிவும் இன்னும் நாளுக்குநாள் அதிகரித்து, சீர்திருந்திய வழியில் தொழில் நடத்த வேண்டுவது அவசியமென்று உணர்ந்து, ஒன்றல்ல அநேகம் வைத்தியப் பத்திரிகைகளைப் படித்துவருகிறார்கள் என்பது நமது கையொப்பக்காரரிலும் பலரால் அறியப்பட்டிருக்கலாம். பலவகையிலும் சீர்திருத்தமடையவேண்டிய நிலைமையிலுள்ள நமது சுதேச வைத்தியர்களோ தமது அறிவையும் அநுபவத்தையும் விருத்தி செய்துகொண்டு, பொதுஜனங்களுக்கும் தமக்கும் உபயோகமான வழியில் தொழில்புரிய வேண்டுமானால், வைத்திய கலாநிதியை அப்போதைக்கப்போது படித்துவரவேண்டியது மிகவும் அவசியமென்று படித்தறிந்த எத்தொழிலாளியும் கூறுவர். இப்பத்திரிகையின் மூலமாய் இக்காலத்தில் வைத்திய சாஸ்திரநிபுணர்களால் செய்யப்பட்டுவரும் புதிது புதிதான ஆராய்ச்சி விசேஷங்களைப் படித்தறியலாம்; வைத்தியர்களுக்குத் தொழில் செய்வதில் உண்டாகும் ஸந்தேஹங்களை அவ்வப்பொழுது போக்கி அவர்கள் அறிவை விசாலப்படுத்திக் கொள்ளலாம்; பலவிதமான அபாயங்களில் உடனுக்குடன் உதவிசெய்வதற்கான உபாயங்களை அறிந்துகொள்ளலாம்; நமது தேசத்திலும் பிறதேசங்களிலும் உபயோகிக்கப்பட்டுவருகிற நூதனமான ஔஷதங்களுடைய அல்லது ஔஷதசரக்குகளுடைய குணாகுணங்களும் உபயோகவகைகளும் இதன் மூலமாய் உணரக்கூடியவையாயிருக்கின்றன; ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள அருமையான ஆயுர்வேத நூல்களில் அடங்கிய விஷயங்களை இத்துடன் வெளியாகும் அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம் முதலியவற்றைக் கொண்டு நன்கு அறியலாம்; சுருங்கச் சொல்லில், வைத்தியம் என்னும் கலைக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட எவ் விஷயங்களையும் அவ்வப்பொழுது அறியவேண்டுமானால் "வைத்திய கலாநிதி" முற்றிலும் இன்றியமையாத பத்திரிகையென்று நீங்கள் நிச்சயிக்கலாம். ஆகவே இதன் அருமையை அலக்ஷியம் செய்து, ஏதோ ஸாதாரண பத்திரிகையைப்போல் பாவித்து, 'இதைப் புறக்கணிப்பதானது பொதுநலப்பிரியமுள்ளவரால் விரும்பத்தக்கதல்ல.

காகிதப் பஞ்சம் நேர்ந்துவிட்டதையும், அதனால் கலாநிதி கஷ்டப்படவேண்டி யிருக்கிறதென்பதையும், ஆகவே அவரவருக்கியன்ற வளவு உதவிசெய்ய வைத்தியர்களும் அபிமானிகளும் முன்வருவதை எதிர்பார்க்கிறோம் என்பதையும் குறிப்பிட்டு நாலு மாதங்களுக்குமுன் ஒரு வேண்டுகோள் பிரசுரம் செய்தோம். இப்படி நாம் மனம்விட்டுக் கேட்டதற்கு, ஸ்ரீரங்கத்தில் வஸித்துவரும் தேச நன்மையையும் ஜனங்களுடைய தேஹ நன்மையையும் மனதாறக் கோரும் கம்பீர குணம்பொருந்திய கனவானான ஸ்ரீமான்தேசபூஷணம் R. K. பிரஸன்ன வெங்கடேச ராவ் அவர்கள் ஒருவர் மட்டும் வெவ்வேறு வகையில் 80 ரூபாய் வரையில் உதவி செய்யமுன்வந்தார்கள்; வேலோரிலுள்ள ஒரு கனவான் ஒரு சிறிது உதவி செய்தார்; நமது கலாநிதியைப் படிப்பவருள் வேறெவராவது இப்பத்திரிகைக்கு ஓரளவு ஏதேனும் ஸஹாயம் செய்வதை பெரிய தர்மகாரியமாகக் கருதாமலிருந்தது நமக்கு மிகவும் மனோரதபங்கமாய்விட்டது. நாம் மறுபடியும் கலாநிதியைப் படிக்கும் நண்பர்களைக் கேட்டுக் கொள்வது யாதெனில், ஒவ்வொரு சந்தாநேயரும் அடுத்த ஸஞ்சிகைமுதல் செலுத்தவேண்டிய சந்தாத் தொகையை இந்த ஸஞ்சிகை கிடைத்த கூடிய சீக்கிரத்தில் அனுப்புவதோடு, அவரவர்களுக்கு இயன்றவளவு வேறுவித ஸஹாயமும் செய்யமுன் வருவார்களானால் நாம் எப்பொழுதும் அவர்களிடம் நன்றிபாராட்டக்கடமைப் பட்டவராவோம்; அவ்வாறு வேறு ஸஹாயம் செய்ய முடியாதவர்கள், அடுத்த ஸஞ்சிகை வி. பி. மூலமாய் அனுப்பப்படும்போது, அதைத் திருப்பிவிடாமல் தயவு செய்து பெற்றுக் கொள்வார்களானால் அதையும் நாம் பெரியதோர் உதவியாகவே கருதுவோம். "வைத்திய கலாநிதியானது" மூன்று வருஷங்களாய் தடையில்லாமல் நன்றாகவே எம்மால் நடத்தப்பட்டுவருகிறது; அதன் நான்காவது வருஷமும் இடையூறின்றி நன்கு நடைபெறுவது கையொப்பக்காரர்களுடைய உதவியைப் பொருந்தியதாயிருக்கிறது. இந்த ஸமயத்தில் நமது கையொப்பக்காரர்கள் எல்லோரும் கலாநிதியின் முன்னேற்றத்தையும் பொதுநலத்தைக்கோரிய காரியத்தின் நன்மையையும் பெரிதாகக் கருதி, சந்தாதாரராயிருப்பதிலிருந்து விலகிக்கொள்ளாமல் இருப்பர் என்றும், தங்களுடைய நண்பர்களில் பலரையும் இதற்குச் சந்தாதாரராகசசேர்த்து உதவிசெய்ய முன்வருவார்கள் என்றும் நாம் முற்றிலும் நம்பியிருக்கிறோம்.

FIRST AID IN ACCIDENTS.

அபாயங்களில் பிரதம உதவி.

அஸ்திபங்க சிகிச்ஸைக்கான உபகரணங்கள்:—சிராய்கள், பந்தநவஸ்திரங்கள், சும்மாடுகள், நாடாக்கள், எண்ணெய் தடவிய பட்டுகள், ஸாதாரண களிம்புகள் அல்லது ஜபதூண் எண்ணெய், ப்ளாஸ்டர் ஆப் பாரிஸ் (இந்திய வைத்தியர்கள் ப்ளாஸ்டர் ஆப் பாரிஸ்ஸுக்குப்பதிலாக உளுத்தமாவின் கல்கத்தை உபயோகிப்பார்கள்) என்பவையாம்.

சிராய்கள்:—[1] இலேசான மரப்பலகைகளையும், கெட்டியான மூங்கிற் ப்ளாச்சுகளையும் ஸாதாரணமாய் சிராய்களாக உபயோகிக்கலாம். தொடையெலும்பு ஒடிந்துபோனால் மேற்கூறியவைகளே தகுந்தவை. மற்ற எலும்புகள் ஒடிந்துபோனால் வேறு சில வஸ்துக்களையும் சிராய்களின் ஸ்தாநத்தில் உபயோகிக்கலாம்; அவையாவன: கட்டா பெர்ச்சா, கெட்டியான காகித அட்டைகள், பல மடிப்புகளாகச் செய்த வர்த்தமானப் பத்திரிகைகள், அநேகம் தாள்களை ஒன்றாகச் சேர்த்த வைக்கோற்கட்டு, கையிற் பிடிக்கும் கழிகள், கரண்டிக்காம்புகள் முதலியவைகளும் அவஸர நிமித்தம் உபயோகிக்கக்கூடியன.

பந்தந வஸ்திரங்கள்:—[1] இவற்றின் விவரம் முன்னமே கூறப்பட்டிருக்கிறது. "வைத்திய கலாநிதியின்" மார்கழி, தை, மாசி இந்த மாஸ ஸஞ்சிகைகளைப் பார்க்கவும். பந்தநத்திற்கு ஸாதாரண கெட்டித் துணிகளையாவது, கித்தான் அல்லது சணநூற்றுணிகளையாவது உபயோகிக்கலாம்; மிகவும் அவஸரமான ஸமயங்களில் உடுத்து அல்லது மேலே தரித்திருக்கும் எத்துணியையும் இதற்காக உபயோகித்துக்கொள்ளலாம்.

சும்மாடுகள்:—[2] இவற்றை ஒருவாறு "மெத்தைகள் என்றுங் கூறலாம். துப்பட்டித்துண்டுகளை சிராய்களின் உருவாகக் கத்தரித்து மடித்துக்கொண்டால் அவை சும்மாடுகள் எனப்படும்; துப்பட்டித்துண்டுகளுக்குப் பதிலாக பல மடிப்புகளாக நீளத்தில் மடித்த பஞ்சையாவது, தேங்காய் நாரையாவது, சணற் பஞ்சுகளையாவது, பதர்கள் அல்லது உமிகள் நிரம்பிய பைகளையாவது உபயோகிக்கலாம்.

குறிப்பு:—அஸ்திபங்கம் அல்லது எலும்பொடிந்ததை சிகித்ஸை செய்யப்போகுமுன், அதற்குத் தேவையான எல்லா ஸாதநங்களும தயாராயிருக்க வேண்டும். சிராய்களைச் செம்மையாக அவயவத்தில் அமையும்படி செய்வதற்காக அநாவசியமாய் அவற்றை அதிக பலமாக அழுத்தக்கூடாது; அப்படிச் செய்வதால் சில ஸமயம் "ஸாதாரண அஸ்திபங்கமானது" "ஸந்நிபாதாஸ்திபங்கமாக" மாறிவிடக்கூடும். அதிகமான அழுத்தங்களைத் தாங்குவதற்கும், சதை சிதைவுறாமல் அல்லது வழுன்றுபோகாமலிருப்பதற்கும், சிராய் முதலியவற்றின் ஸம்பந்தத்தால் எவ்வித அஸௌகரியமும் அவயவங்களுக்கு நேரிடாமலிருப்பதற்கும் சும்மாடுகள் என்னும் மெத்தைகள் உபயோகிக்கப்படுகின்றன என்றறிக. சிராய்களை வைத்துக்கட்டுவதற்கு முன்பாகக் கட்டவேண்டிய கை அல்லது காலை நன்றாகக் கழுவி, முற்றிலும் உலர்ந்த பிறகு ஸ்டார்ச் என்னும் மாவை அவ்விடத்தில் தூவ வேண்டும். சிராய்களை அடிக்கடி அவிழ்த்துக்கட்டுவது யுக்தமல்லவென்றாலும், சில ஸமயம் அவ்விடங்களில் சேர்ந்துள்ள அசுத்தங்களைக் கழுவுவதற்கும், சிராய்கள் அழுத்துவதால் கொப்புளம் அல்லது சிதைவு நேரிடாமலிருக்கிறதாவென்பதைக் கவனிப்பதற்கும் மூன்றாவது நாள் வெகு ஜாக்கிரதையாக அவிழ்த்துக் கட்டுவது நலம்; பெரும்பாலும் அப்பொழுது சிராய் நன்றாகப் பதிந்திருந்த இடங்கள் ஒருவாறு கன்றிப்போயிருக்கவும் காணலாம்; சில ஸமயம் கொப்புளங்களும் உண்டாயிருக்கலாம். அவ்வயவத்தைக் கொதித்துச் சிறிது ஆறிய ஜலத்தில் பஞ்சை நனைத்து மெதுவாக ஒற்றித் துடைக்கவும்; வாஸலைன் அல்லது அதுபோன்ற ஏதேனும் ஸாதாரண களிம்பை ஒரு லிண்டு என்னும் கயலிகையில் தடவி கொப்புளித்த இடத்தின்மேல் பரப்பிவிடவும்; அழுத்தம் அதிகமாயிருப்பதாகத் தெரிந்தால், சும்மாடுகளையும் சிராய்களையும் ஜாக்கிரதையாக அவிழ்த்து மீண்டும் கட்டிவிடவும்; மூன்றாவது நாள் இவ்வாறு அவிழ்த்துக்கட்டும் விதமே மறுபடியும் இரண்டாந்தடவையும் இரண்டு மூன்று நாள்கழித்து அவிழ்த்துக் கட்டலாம். இவ்விதம் வெகு ஜாக்கிரதையாகச் செய்துவந்தால், ஒடிந்த எலும்பின் முனைகள் அசையாததுடன், அவயவமும் கன்றிப்போகாமலும் கொப்புளிக்காமலும் இருக்கும். அதிக வீக்கமும் வலியும் நேரிட்டிருந்தால், முதலில், எலும்பொடிந்த சாகையை (limb) அதற்கு இயற்கையாயுள்ள நேர் நிலைமையில், கூடுமானமட்டிலும் அவயவத்திற்கு ஸௌகரியக்குறைவு ஸம்பவிக்காதவண்ணம் அமர்த்தி பந்தநம் செய்வது நலம். உறுத்திக்கஷ்ட மளிக்கக் கூடியதாயிருந்தால், ஸாதாரணமாய ஆதாரத்திற்காக ஒரு மெல்லிய சிராயை மெதுவாக வைத்துக்கட்டி, ஒரு மணல் மூட்டையின்மேல் அந்த சாகையை நீட்டிவைப்பதும் அநுகூலமாயிருக்கும். முழங்கைக்கு மேலோ அல்லது அதற்குக் கீழோ எலும்பு ஒடிந்திருந்தால், அக்கையை அரைவாசி மடித்தவாறு ஒரு தலையணையின்மேல் அமர்த்திவைத்திருப்பது மிகவும் ஸௌகரியமாயிருக்கும். வீக்கம் தொடர்ந்திருக்குமானால் இரண்டு மூன்று நாள் வரையில் ஏதேனும் சூடுண்டாக்கிய வஸ்துக்களால (கோதுமைத்தவிடு

1. சிராய்கள்:—Splints. (ஸ்ப்ளிண்ட்ஸ்).

1. பந்தநவஸ்திரங்கள் — Bandages (பாண்டேஜஸ்).

2. சும்மாடுகள்—Pads (பாட்ஸ்).

முதலியவற்றால்) ஒற்றிடம் கொடுத்து வருவது நலமாயிருக்கும். பொதுவாகக் கூறுமிடத்து, எல்லா அஸ்திபங்கங்களுக்கும் சிராய்களை ஒரு மாதகாலம் கட்டியிருந்து, அதன் பிறகும் அவசியமானால் ஸ்டார்ச் என்னும் மாவைக்கலந்து செய்யும் பிஷ்டபந்தநத்தைப் (starch bandage) பிரயோகிக்கலாம். (இத்தேசத்தியவர் உளுத்தமாவை வஸ்திரத்தில் தடவி அஸ்திபங்கங்களில் பந்தநம் செய்வது முறை.)

பிஷ்டபந்தநம்:—இது ஸ்டார்ச் பாண்டேஜ் (starch bandage) என்று ஸாதாரணமாய் வழங்கப்படும். ஸ்டார்ச் என்னும் பிஷ்டத்தை கெட்டிக் குழம்புபோல் கரைக்கவும்; அதில் ஒரு பந்தநத் துணியை அமிழ்த்தி நனைக்கவும்; அதை எடுத்து அவசியமான அவயவத்தின்மேல் ஒன்றன்மேல் ஒன்றாக நாலைந்து சுற்றுகள் வரையில் சுற்றவும்; அதன்மேல் மீண்டும் அதே பிஷ்டத்தைப் பூசிவிடவும்; அப்பால் நன்கு உலரவிட்டு, அது கெட்டியாகப்போய் விறைத்துக்கொள்ளும், அல்லது ஓடுபோல் ஆகி அவயவத்தைத் தாங்கிக்கொள்ளும். முதலில் அபிகாதப்பட்ட அவயவத்தின்மேல் மெல்லிய ஒரு கம்பளத் துண்டைப் போர்த்து, அதன்மேல் இந்த பிஷ்டபந்தநத்தைப் பிரயோகிப்பது சிறந்த முறையாம்.

இதன் கீழ் அநேகவிதமான அஸ்திகள் ஒடிந்து போனதன்குறி முதலியவைகளும் அவற்றின் சிகித்ஸைகளும் கிரமமாக விவரிக்கப்படுகின்றன:—

பாதத்திலுள்ள எலும்புகள் ஒடிதலும் அவற்றின் சிகித்ஸையும்

இவ்வவயவத்தில் உண்டாகும் அபாயங்களைக் குறிப்பிட்டு கண்டுபிடிப்பது கஷ்டம். பொதுவாய் பெருத்த அபிகாதங்களாலேயே இவ்வவயவத்திலுள்ள எலும்புகள் சிதைவுறுவது வழக்கம். இதன் மிருதுவான பாகங்கள் அடிக்கடியும் அதிகமாய் அபிகாதங்களால் சிதைவுறுமாகையால், அவ்வித நிலைமைகளில் தகுந்த சஸ்திர சிகித்ஸகர்கள் அதற்கு ஏற்ற சிகித்ஸைகளைச் செய்யவல்லவர். ஸாதாரணமாய் இவ்வவயவத்திலுண்டாகும் அஸ்திபங்கங்களுக்கு (விசேஷமான அபிகாதங்களைத்தவிர) சிராய்களை உபயோகிக்கவேண்டிய அவசியமிராது. ஒடிந்த பாகங்களைக் கூடுமானவரையில் அருகில்கொண்டுவந்து சேர்த்து, இயற்கையான ரூபமும் சேர்க்கையும் உண்டாகும் வண்ணம் செய்யவேண்டும்; காலை ஒரு சிறிதும் அசைக்காமல் அமைதியாக வைத்திருக்கவேண்டும்; சூடான ஒற்றிடம் கொடுத்து வருவது உபயோக கரமாயிருக்கும்.

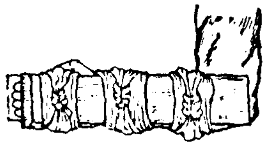
(1) அஸ்திபங்கம் நேர்ந்த இடத்தில் இரத்தக் குழாய்கள் சிதைவுறக்கூடும்; அப்பொழுது சிறிதளவு இரத்தம் பாதத்திலுள் இரத்தக்குழாய்களிலிருந்து வெளியாய் அங்குள்ள தாதுக்களுக்குள் (tissues) பரவலாம்; அதனால் பாதத்தில் வீக்கமுண்டாகும்; அது கொஞ்சம் விசேஷித்ததாயிருந்தால், பாதத்தினுள் வித்ரதி யென்னும் சீழ்க்கட்டியை உண்டுபண்ணிவிடும். தகுந்த சஸ்திரசிகித்ஸை செய்வதுதான் அதில் உத்தமம்; சஸ்திர சிகித்ஸை செய்பவன் கிடைக்காத இடமாயிருந்தால், மிகவும் சீதளமான திராவகங்களை விடலாம்; பனிக்கட்டியையாவது பாதத்தின்மேல் வைத்துக்கட்டிக்கொண்டு வரலாம். (2) துண்டுகளான அஸ்திபங்கமாக (Comminuted fracture) இருந்தால் (அதாவது ஒரு எலும்பு அநேகம் துண்டுகளாக ஒடிந்திருந்தால்) அது நேராக ஏதோ அபிகாதம் ஸம்பவித்ததன்மேல் உண்டானதாயிருக்குமென்று நிச்சயிக்கலாம்; இதில் மிருதுவான பாகங்களில் பெரும்பான்மையானவை மிகவும் நசுங்கிப் போயிருக்கும். ஸாதாரண அஸ்திபங்கத்திற்குச் செய்யப்படும்விதமே இதற்கும் சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். இவ்விதம் சிதைவுற்ற பாதத்தை உற்ற நிலைமையில் வைத்துக் காப்பது கஷ்டஸாத்தியமாகத்தான் இருக்கும். நசுங்கிய பாகங்களின்மேல் அழுத்தும்படியான பந்தநங்களைப் பிரயோகியாமலிருப்பதில் அதிககவனம் செலுத்தவேண்டும். (3) ஸந்நிபாதாஸ்திபங்கத்தில் (Compound fracture) அபாயங்கள் விசேஷம்: இது அதிக துன்பம் அளிக்கக்கூடியது. இதில் முற்கூறியவாறு பந்தநங்களைப் பிரயோகித்து சிகித்ஸை செய்வது மாத்திரம் போதாது; அத்துடன் (இதில் சர்மம் கிழிந்து இரத்தமும் வெளிவருமாகையால்) நுண்ணுயிர்கள் அவ்வழியாக இரணத்தினுள் சென்று இரத்தத்தில் சேராதபடி அவ்விடத்தை நாள்தோறும் கிருமிஹரமான திரவங்களால் (Antiseptic lotions) சுத்திசெய்துவரவும் வேண்டும்; இல்லாவிடில் சீழ்ப்பிடித்து பலவிதமான கோளாறுகள் அவ்விடத்தில் உண்டாய்விடும். இவ்வாறு இவ்விரணத்தைத் தினந்தோறும் சுத்திசெய்துவருகையில், அடிக்கடி பந்தநங்களை அவிழ்த்துக்கட்டவேண்டியும் வருவதால், அத்தருணங்களில் ஒடிந்துள்ள எலும்புமுனைகள் அசையாமலிருப்பதற்குக் கவலையும் கருத்தும் அதிகமாயிருக்கவேண்டும். பாதத்தில் நேர்ந்துள்ள ஸந்நிபாதாஸ்திபங்கத்தில், ஒரு சிராயை பாதத்துடனும் காலுடனும் ஸம்பந்தித்திருக்குமாறு வைத்துக்கட்டுவது அவசியமாயிருக்கும்போது, அச்சிராயின் முனையாவது, பந்தநமாவது விரணத்தின் முகத்தை மூடிவிடாதபடி ஏற்பாடு செய்வது நலம்; இப்படிச் செய்வதால், விரணத்திற்குத் தினந்தோறும் செய்யவேண்டிய வெளி சிகித்ஸையும் எளிதாக நிறைவேற்றப்படும்; அந்த ஸமயங்களில் சிராயினால் கட்டப்பட்டுள்ள மற்ற பாகங்களுக்கும் அதிக க்லேசம் நேரிடாமலிருக்கும். (4) ஸந்திகள் அல்லது பூட்டுகளைத் தொடர்ந்துண்டாகும் அஸ்திபங்கங்கள் மிகவும் அபாயகரமானவை; அவ்விடத்தில் வீக்கம் விசேஷித்ததாயிருக்கும். பூட்டுகளில் எலும்பு ஒடிந்துவிடுவதால், அவ்விடம் தாராளமாக அசைக்கமுடியாமல் ஒருவாறு விறைத்துப்போகும். முதலில் இவ்விதமான கோளாறுகளில் சிகித்ஸை வெகு ஜாக்கிரதையாகச் செய்யப்படவேண்டும். ஒடிந்த முனைகளை வெகு நுட்பமாகப் பரீக்ஷித்து, ஒன்றோடொன்றை இணைக்கவும், அந்தஎலும்புகள் முற்றிலும் அசையாமலிருக்குமாறு ஏற்பாடு செய்யவும் வெகு கவலை யெடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அதிக வீக்கம் அவ்விடத்தில் ஏற்படுவது ஸஹஜமாகையால், அதைக் குறைப்பதற்கு உஷ்ணமான ஒற்றிடமாவது அடிக்கடியும் கொடுத்துவரலாம், அல்லது பந்தநத்தின்மேல்

பனிக்கட்டியையாவது வைத்துவரலாம். இரண்டாவது செய்யவேண்டியது என்னவென்றால், இவ்வாறு கட்டுகள் கட்டி வந்து சில வாரங்கள் சென்றபின்பு, பூட்டிகளில் ஏதாவது பிசுபிசுப்பு உண்டாகாதபடி தடுப்பதற்காக, வேறொருவனைக்கொண்டு பாதத்தை வெகுஇலகுவாக இழுக்கச்செய்யவேண்டும்; இப்படிச் செய்வதால் பூட்டில் அசைவு கெட்டுப் போகாமலும் அவ்விடம் விறைத்துப்போகாமலும் இருக்கும்.

A

ஸாதாரண அஸ்த்திபங்கம்.

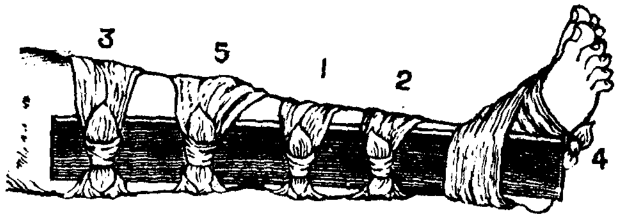
C


ஒடிந்த பிரகோஷ்டாஸ்த்தியின் பந்தன முறை.

B

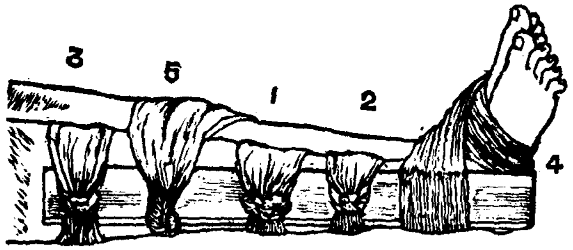
ஸந்திபாதாஸ்த்திபங்கம்.

D



ஒடிந்த ஜங்காஸ்த்தியின் பந்தன முறை.

E



ஒடிந்த ஜங்காஸ்த்தியின் பந்தன முறை-இரண்டாவது வகை.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

சிலாஜது.

இச்சரக்கைப்பற்றி "இண்டியன் மெடிகல் ரிகார்டு" என்னும் வைத்தியப்பத்திரிகை கூறுவதை நாம் இங்கு மொழிபெயர்த்து எழுதுகிறோம்:—ஸாதாரண வகையான சிலாஜதுவானது ஒருவிதமான இருண்ட பசையுள்ள பதார்த்தம். இது உலர்ந்துபோனால் கறுநிறமாகவும் கடினமாகவும் ஆகும். அப்பொழுது ஒருவித நசிட்போன மாதிரியான நாற்றமும் உண்டாகும். அதனுடைய தன்மை—கசப்பாகவும், சிறிது உவர்ப்பும் கார்ப்பும் கலந்ததாகவும், ஸ்தம்பனமாகவும் (Astringent) இருக்கும். இப்பொழுது கூறியது வெகு ஸாதாரணமான சிலாஜது; இன்னும் அநேக வகையான சிலாஜதுக்கள் உண்டு; ஆனால் அவற்றுள் கலப்பில்லாத சிறந்த இனமானது, ஸம்ஸ்கிருத வைத்திய நூல்களின்படி, ஒருவாறு வெண்சிவப்பு கலந்த நிறமாகவும், மணல்களைப்போன்றதாகவும், பசுமூத்திர வாஸனையுள்ளதாகவும் இருக்கவேண்டுமென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறது.

மிகவும் சூடான கோடைகாலத்தில், இமயமலை, விந்தியமலைத்தொடர் இவற்றைப்போன்ற சில பர்வதப்ராந்தங்களின் அடிப்பிரதேசங்களினின்றும் சிலாஜது என்னும் சரக்கு உருகி வடிந்துவரும்.* இது உற்பத்தியாகும் பிரதேசங்களிலுள்ள உலோகங்களுடைய ஔஷத குணங்களை சிலாஜதுவும் பெற்றிருப்பதாகக் கருதப்படுகிறது. ஸாதாரண வகையைச் சேர்ந்த இருண்ட நிறமுள்ள சிலாஜதுவானது அயத்தின் குணங்களைப் பெற்றிருப்பதாகவும் நிச்சயிக்கிறார்கள். இந்தியாவில் அநேக விடங்களில் கலப்படமான சரக்கை வியாபாரிகள் விற்று வருகிறார்கள்; ஆனால் கலப்பில்லாத முதல்தரமான சரக்கு நேபாளத்திலிருந்து கிடைக்கப் பெறலாம்.

ஔஷதமாக உபயோகிப்பதன்பொருட்டு, சிலாஜதுவை, அதற்கு நாலுமடங்கு அதிக அளவான உஷ்ணஜலத்திலோ பாலிலோ சேர்த்து, ஒரு இருப்புப் பாத்திரத்தில் கரைத்து சுத்தம் செய்வது முறை. இந்த திரவத்தை உடனே வஸ்திரத்தினால் வடித்துக் கட்டி, வெயிலில் வைத்துவிடவேண்டும்; ஜலம் வற்றியபின்பு, பாத்திரத்தின் அடியில் கறுப்பான தாரு போன்ற வஸ்து படிந்து நிற்கும். இதேமாதிரியாக அநேகந்தடவை சுத்தி செய்யவேண்டும்; எப்பொழுது அந்த திரவத்தின்மேலே ஏடுபோன்றதாய் சிலாஜது மிதக்க ஆரம்பிக்கிறதோ, அப்பொழுதுதான் அது முற்றிலும் சுத்தமானதாய் அறியவேண்டும். அந்த திரவம் அதிக தடிப்பாக இருந்தால், அவசியத்திற்குத் தகுந்தவாறு இளஞ்சூடான ஜலத்தை அதில் விட்டு வரலாம்; ஆனால் ஜலத்தை அதிகமாக ஒரேதடவையில் சேர்த்துவிடக்கூடாது; அப்படிச் சேர்த்தால், ஏடுபோன்ற வஸ்து மேலே மிதக்கமாட்டாது. பிறகு அந்த சிலாஜதுவை எடுத்து, வெயிலில் உலர்த்திவைத்துக்கொண்டு உபயோகித்து வரலாம். அடியில் தங்கி நிற்கும் சரக்குகளை எறிந்து விடவேண்டும். கலப்பில்லாத சிலாஜதுவானது ஜலத்தில் நன்றாகக் கரையாது. சுத்த சிலாஜதுவை ஜலத்தில் சிறிதளவு போட்டால், அதன் சிலபாகம்மட்டும் கரைந்து ஒருவாறு கறுஞ்சிவப்பான கோடுகளைப்போல் மெதுவாக ஜலத்தின் அடியில் இறங்கும். நெருப்பிலிட்டால், அதிலிருந்து புகையுண்டாகாது; அது உருகி லிங்கம்போல் எழும்பும். சிலாஜதுவை நெருப்பிலிட்டு உருக்கினாலும், ஜலத்தில் சேர்த்துக் கொதிக்கவைத்தாலும் அதன் ஔஷத குணங்கள் குறைந்து அல்லது பாழாய்விடும்.

சுத்திசெய்த சிலாஜதுவை ஸாதாரணமாய் 6 முதல் 12-க்ரைன்ஸ் அளவில் கொடுக்கலாம். சில கேஸுகளில் அந்த அளவு உதவுவதில்லை; அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு இதை இன்னும் குறைந்த அளவில் கொடுப்பது உசிதமாகும். போதுமான பெரிய அளவில் கொடுத்தால், அது கொஞ்சம் மயக்கமும் உண்டுபண்ணுகிறது.

கடைகளில் ஆங்காங்கு விற்கப்பட்டுவரும் சிலாஜதுவெல்லாம் கலப்படமானதேயென்று ஒருவாறு தீர்மானித்துக்கொள்ளுங்கள். கலப்படமான சிலாஜதுக்களைக் கொண்டுவந்து பரீக்ஷித்ததில், அவற்றில் மணல், கல்லுகளின் பொடிகள், பறுக்காங்கற்களின் தூள்கள், மலையடிவாரத்திலும் இதன் ஸமீபங்களிலும் முளைக்

* சிலா என்றால் கல்; ஜது என்றால் அரக்கு; சிலைகளிலிருந்து உற்பத்தியாகும் அரக்கு என்று பொருள்; ஆகவே சிலாசத்து என்றும், சிலாஜித் என்றும் கூறுவது சரியல்ல.

கிற சில பூண்டுகள் இவை முதலியவைகளே இருப்பதாகத் தெரியவந்தது. இவற்றை சிலாஜதுவிலிருந்து விலக்கி, நன்றாகச்சுத்தி செய்வதற்கு முன்கூறிய முறையைத் தான் அநுஸரிக்கவேண்டும்.

சில வியாபாரிகள், தாம் இலாபம் ஸம்பாதிக்கவேண்டும் என்கிற எண்ணத்துடனே கொஞ்சம் விலையில் சிறந்த ஏதோ மூலிகைகளைக் கலந்தும் கொடுத்து வருகிறார்கள். இது ஐரோப்பா தேசத்து இதியால் என்னும் ஔஷதச்சரக்குக்கு ஸமானமாகவும், யூனானி வைத்தியர்கள் உபயோகித்து வரும் மோமியா என்னும் சரக்குக்குத் துல்லியமாகவும் இருக்கிறது.

அநேகம் விதமான சிலாஜதுக்களைக் கொண்டுவந்து முறைப்படி பரிசோதித்துப் பார்த்ததில் தெரியவந்த விஷயமாவது:—அது ப்யூடிமின் ஸம்பந்தமுள்ள (Butiminous nature) ஹைட்ரோகார்பன் என்று ஒருவாறு தெரியவந்தது. இச்சரக்கில் பசையுண்டு பண்ணக்கூடிய ஒருவித வாஸனையுடையதான அரக்கு போன்ற பாகத்தை ஈதரையாவது சாராயச் சத்தையாவது சேர்த்துப் பிரித்தெடுக்கலாம்; சிலாஜதுவிலுள்ள இந்த அம்சந்தான் சிலாஜதுவுக்குள்ள குணங்களுக்கெல்லாம் முக்கிய ஆதாரமாயிருக்கவேண்டும் என்றும் ஒருவாறு தெரியவந்தது. டாக்டர் U. C. ராய் அவர்கள் இதுபற்றியுள்ள வைத்திய குணபாட புஸ்தகத்தில் அடியில் வருமாறு குறிப்பிட்டிருக்கிறார். இச்சரக்கை எரித்துப்பார்த்ததில் பொடாஷியம் ஸம்பந்தமான சில அம்சங்களும், முக்கியமாய் சுண்ணும்பு, காந்தமண்ணுப்பு (magnesia), ஸிலிகா முதலியவை மிச்சமிருந்த சாம்பரில் கண்டெடுக்கப்பட்டன.

மலபந்தத்தில் ஆரஞ்ஜ் என்னும் கிச்சிலிப்பழம்.

ப்ரெஞ்சுக்காரருடைய ஸேனையில் இருப்பவருக்கு, மலபந்தம் முதலிய முக்கியமான சில குடற்கோளாறுகளைப் போக்குவதற்கு, ஆரஞ்ஜ் என்னும் கிச்சிலியின் சுளைகளை ஜலத்தில்போட்டுக் காய்ச்சி, அந்த ஜலத்தை உட்கொள்ளக் கொடுப்பதுடன், அச்சுளைகளையும் நன்றாக உலர்த்தி வேண்டியவளவு அவர்களுக்குத் தின்பதற்காகக் கொடுத்து வருகிறார்களாம். இதனால் மலபந்தம் சிறிதும் ஏற்படாமல், நல்ல பசியுமுண்டாய் ஸேனையிலுள்ளவர்கள் குடற் கோளாறுகளிலிருந்து தப்பித்து வருகிறார்கள். இப்பழமானது குடலின் வேலையைத் தூண்டிக்கொடுப்பதுடன், கல்லீரலையும் தூண்டி பித்தத்தையும் தாராளமாய் வெளிப்படுத்தும் இயல்புடையதாகையால் இவ்வாறு குணம் தருகிறதென்று தெரியவந்தது.—Western Medical Times:

காளான்.

இப்பூண்டு, வெகுவிசேஷமாக சதுப்பான இடங்களில், முக்கியமாய் மழை பெய்துவிட்ட சில நாட்களில் உற்பத்தியாவது வழக்கம்.

காளானில அநேகம் வகையுண்டு. அவற்றுள் உண்பதற்கு உபயோகமானவை சொற்பமே; அநேகம் வகையான பூண்டுகளும் அபாயகரமானவையேயாம்; சில காளான்கள் விஷகுணமும் உடையவைகள். முற்றிலும் தோஷமில்லாத ஏதேனும் இரண்டொரு வகையான காளான்களைமட்டும் உபயோகிக்கலாம்; பெரும்பான்மையானவை ஒருவித துர்வாஸனையுடையவையாகையால், அவற்றை உண்பதற்கும் கஷ்டமாயிருக்கும்.

பஞ்சாப் பிராந்தங்களிலுள்ள யூனானி வைத்தியர்கள் காளான்களில் சிலவற்றை உலர்த்தி மருந்துகளாக உபயோகித்து வருகிறார்கள். இக்காளான்களுக்கு மூத்திர விரேசகம் (Diuretic), பேதகம்(Purgative), ஆர்த்தவ ரேசகம் (emmenagogue) என்னும் குணங்கள் உண்டு. மூத்திரப்பையில் உண்டாகும் கற்களை வெளிப்படுத்துவதற்குக் காளான் சிறந்த ஔஷதம் என்று தெரியவருகிறது. தொண்டையைப்பற்றிய வியாதிகளில் காளானைப் பொடித்து கொதித்த ஜலத்தில் சேர்த்து வாய்க்கொப்புளிக்கலாம் என்றும் சொல்லுகிறார்கள்.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

வினா 53 - ஸிஹ்மநாத குக்குலு.

"அன்பார்ந்த ஐயா,

குங்கிலியம், காவட்டம்புல், விளக்கெண்ணெய், த்ரிபலா கஷாயம் இவற்றால் "ஸிஹ்மநாதகுக்குலு" என்னும் ஔஷதம் தயாரிக்கப்படும் என்று "யோகரத்நாகரத்தில்" சொல்லப்பட்டிருப்பதாய் அறிகிறேன். (1) அதை எவ்விதமான பதத்தில் இறக்குவது? (2) அதை வடிக்கட்ட வேண்டியதுண்டா? (3) பிறகு தான்யபுடம் முதலியதில் அதை வைக்கவேண்டுமா? (4) புதிதாக இருக்கும்போதே அதை உபயோகிக்கலாமா? (5) எத்தனை வேளை அதை தினந்தோறும் சாப்பிடவேண்டும்? (6) சாப்பிடுவதற்கு என்ன அளவு? (7) ஒரு கேஸில் எத்தனைநாட்கள் அதை உபயோகிக்கவேண்டும்? (8) அதற்கு அநுபானம் ஏதாவது உண்டா? (9) பத்தியம் என்ன? இவற்றிற்கு விவரமாய் பதில் அறிவிக்கக் கோருகிறேன்."

T. P. இராமசந்திர பிள்ளை, *Physician & Surgeon.*

விடை:—"யோகரத்நாகரத்தில்" ஸிஹ்மநாத குக்குலுவுக்கு இரண்டுவித முறைகள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. அவை பின்வருமாறு:— **முதல் முறை:** ஸ்வர்ணமாக்ஷிகம் (பொன்னிமிளை) 3-பலம், த்ரிபலை 3-பலம், செங்கழுனீர்ப் புஷ்பம் (கிழலிலுர்த்திபெடுத்தது) 1-பலம், குங்குலியம் அல்லது மஹிஷாக்ஷி குக்குலு 1-பலம் இவற்றை ஒன்றாக இடித்து, அரைச்சேர் ஆமணக்கெண்ணெயில் சேர்த்து, எல்லாவற்றையும் ஓர் இரும்புப்பாத்திரத்தில்விட்டுப் பக்குவம்செய்ய வேண்டும். இந்தமுறை "தண்டபாணி" என்பவரால் கூறப்பட்டதாகும். **இரண்டாவது முறை:** குங்குலியும், த்ரிபலை ஒவ்வொன்றும் 16-பலம் எடுத்து, ஒன்றரை த்ரோணம் ஜலத்தில் (அதாவது 48-சேர் ஜலத்தில்) சேர்த்துக்காய்ச்சவும்; அந்த ஜலத்தில் 3-பாகம் சுண்டிப்போய் $\frac{1}{4}$பாகம் மிச்சமிருக்கையில், அதை வடிக்கட்டி யெடுக்கவும். பிறகு தேவதாரு, த்ரிகடு, கோரைக்கிழங்கு, சித்திரமூலம், வாய்விடங்கம், சீந்தில், திப்பிலி, கருனைக்கிழங்கு (கார்ப்பு உள்ளது), தண்ணீர்விட்டான், கருஞ்சிவதை, பாதரஸம் (சுத்தம்), கந்தகம் (சுத்தம்) இவை வகைக்கு $\frac{1}{2}$பலமும், சுத்தி செய்த 1000-நேபாள வித்துகளும், வெட்பாலரிசி 8-பலமும் பொடித்து, வஸ்திரகாளநம் செய்து, முற்கூறிய கஷாயத்தில் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்துவிடவும். இந்த இரண்டாவதுமுறை போபதேவனால் கூறப்பட்டதாகும். இவ்விரண்டில் எதிலும் "காவட்டம்புல்" சேர்க்கப்படுவதில்லை. நாம் மேலே விவரித்திருக்கும் விஷயமே தங்களுடைய 1, 2-வது கேள்விகளுக்கு ஸமாதானங்களாகும். 3, 4 - வது கேள்விகளுக்கு-தான்யபுடம் வைக்கவேண்டிய அவசியமில்லை; தயாரானது முதற்கொண்டே ஔஷதத்தை உபயோகிக்கலாம். (5, 6, 7) தினத்திற்கு இரண்டு அல்லது மூன்றுவேளை கர்ஷப்பிரமாணம் (சுமார் $\frac{1}{4}$ பலம்) அளவில் வியாதிநிலைமையைக் கவனித்துக்கொடுத்து வரலாம். (8) அநுபானம் வெந்நீர். (9) சம்பா அரிசி அல்லது காரரிசியினலான அன்னமும், நெய், நல்லெண்ணெய் இவைகளையும் பத்தியமாக உபயோகித்து வரலாம். குறிப்பு:— ஸிஹ்மநாதகுக்குலுவானது, மலபந்தம், அக்கினிமாந்திபம் முதலியவற்றால் ஸம்பவிக்கும் வாதரோகங்களில் முக்கியமாக உபயோகிக்கப்படும்; மேலும் குன்மம், வயிற்றுளைத்தல், மஹோதரம், ஆமவாதம் என்னும் வியாதிகளிலும் உபயோகிக்கலாம்.—ப-ர்.

வினா 54-ஆம வாதம்.

"ஐயா,

வெகு உக்கிரமான ஆமவாத வியாதியினால் (Rheumatism) வருந்தும் ஒரு பிணியாளிக்கு நான் சிகித்ஸைசெய்து வருகிறேன். அவருக்கு இப்பொழுது ஜ்வரம் நின்றுவிட்டது. பூட்டுகளில் வீக்கம் மாத்திரம் இன்னும் குறையவில்லை. ஆங்கில வைத்திய முறையில் தேறிய ஒருவர் இதைப் பரீக்ஷித்து பூட்டுகளில் யூரிக் ஆஸிட் என்னும் விஷப்பொருள் தங்கியிருப்பதாகவும், எலும்புகள் அவ்விடங்களில் சீமைச்சுண்ணம்போல் ஸத்துவமிழந்திருப்பதாகவும் சொன்னார். ஆகிலும் நான் அவருக்கு இன்னும் தகுந்த சிகித்ஸைசெய்துவருகிறேன். (1) தாங்கள் எவ்விதமான சிகித்ஸை செய்யலாமென்று சிபார்சு செய்வீர்கள்? (2) ஆஹாரம் எவ்விதமாய் கொடுத்துவர வேண்டும்? (3) எலுமிச்சம்பழம், கமலாக்கிச்சிலி, சீமையிலந்தை முதலிய கனிகள் அனுகூலமானவையா? தயவுசெய்து கலாநிதியின் மூலமாய் இச்சந்தேஹத்தைப்போக்கி உதவி செய்வீர்கள் என்று நம்புகிறேன்."

ஏ. மார்க்க ஸஹாயம்,
நேடிவ் டாக்டர்.

விடை:—ஆங்கில வைத்தியர் சொன்னவிஷயத்தில் ஸந்தேஹம் ஒன்றுமிராது. (1) இப்பொழுது அநேகம் ஆங்கில வைத்தியர்கள் இவ்வியாதியினால் வருந்துபவருடைய தேஹத்தில் மின்சாரவிசையைக் கிரமக்கிரமமாகப் பாயச்செய்து வியாதியின் வேகத்தைக் குறைக்க முயல்கிறார்கள். அவ்விதம் செய்வதையும் நாம் அங்கீகரிக்கிறோம்; அத்தோடு, வியாதியினால் பீடிக்கப்படும் பாகங்களை நன்றாகக் கைகளால் அழுத்திப்பிடிப்பதும், தாங்கக்கூடிய உஷ்ணமுள்ள பதார்த்தங்களால் ஒற்றிடம் கொடுப்பதும் பிரயோஜனகரமாயிருக்கும். மலபந்தம் சிறிதும் உண்டாகாதபடி ஏதேனும் சிறந்த விரேசக ஔஷதம் (தினந்தோறும் குறைந்தது ஒருதடவை காலப்ரவ்ருத்தி ஆகும்படியாகக்) கொடுத்துவரலாம்; இதற்கு நாராசரஸம் என்னும் ஔஷதத்தை உபயோகிக்கலாம். பலா தைலத்தை வீக்கங்களின்மேல் தேய்த்து வருவது அநுகூலமாயிருக்கும். (2) கடலைப்பருப்பு முதலியதைப் போன்ற எளிதில் ஜீர்ணமாகக்கூடாத வஸ்துக்களையும், அதிகபுளிப்பும் காரமுமுள்ளவஸ்துக்களையும் கூடுமானவரையில் விலக்கிவிடவேண்டும்; மோர், குளிர்ந்த ஜலம் இவற்றையும் உபயோகிக்கக்கூடாது. பால், வெண்ணெய் முதலிய ஸ்நிக்த்தமான வஸ்துகளை வேண்டியவளவு உட்கொள்ளலாம். (3) ஆம் எல்க், லாப்பழவகைகளும் இப்பிணியாளிக்கு உபயோகப்படக்கூடியவையே; அவற்றிலும் எலுமிச்சம்பழம் மிகவும் சிலாக்கியமானது. கொதித்து நன்றாக ஆறுவதற்குமுன், சூடாயிருக்கையிலேயே ஜலத்தை வேண்டியவளவு காலையிலும் மாலையிலும் உட்கொள்ளச் செய்யலாம். (இங்கு குறிக்கப்பட்டுள்ள "நாராசரஸம்" என்னும் ஔஷதத்தை, வைத்திய கலாநிதி ஆபீஸில் வெளியாயுள்ள சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 159-வது பக்கத்திலும், பலா தைலத்தை அதன் 125-வது பக்கத்திலும் பார்த்து விவரம் அறிந்து கொள்ளலாம்)—ப-ர்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம்.

மூன்றாவது வருஷத்திய முதல் ஸஞ்சிகையில் ஆரம்பித்து "அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம்" என்னும் புராதனமான இவ்வரிய ஸம்ஸ்கிருதக் கிரந்தத்தை நாம் வெகு சிரத்தையும் சிரமமும் எடுத்துக்கொண்டு மொழிபெயர்த்து "வைத்திய கலாநிதியோடு" பிரசுரம் செய்து வருகிறோம். இப்பொழுது ஸூத்திர ஸ்த்தானத்தில் சுமார் 26-அத்தியாயங்கள் வெளியாய்விட்டன. ஸூத்திர ஸ்த்தானம் முடிவுபெற இன்னும் 4-அத்தியாயங்கள் மட்டுமே உண்டு. அவையும் அடுத்துவரப்போகிற மூன்று ஸஞ்சிகைகளில் முடிவுபெறும். 25-வது 26-வது அத்தியாயங்களிலும், 28, 29-வது அத்தியாயங்களிலும் கூறப்பட்டுள்ள யந்திரங்கள் என்ன, சஸ்திரங்கள் என்ன, அவற்றைக்கொண்டு செய்யப்படும் சஸ்திரகர்மம் முதலியவைகளென்ன இவற்றிற்கு அவசியமாயுள்ள சுமார் 60 சித்திரப்படங்களும் அடுத்த இரண்டு மூன்று ஸஞ்சிகைகளில் அச்சிடப்படும்; அவற்றிற்குவேண்டிய சித்திரப்பட வேலைகள் இப்பொழுது தயாராய் வருகின்றன. நான்காவது வருஷத்திய முதல் ஸஞ்சிகையான அடுத்தப் பத்திரிகையிலேயே யந்திரங்கள் ஸம்பந்தமான சுமார் 30-படங்களும், சஸ்திரங்கள் ஸம்பந்தமாக சுமார் 30-அல்லது 40 படங்களும் அச்சிடப்படும். "ஸூத்திர ஸ்த்தானம்" முடிவுபெற்றதும் "சாரீர ஸ்த்தானம்" ஆரம்பமாகிறது; சரீரதத்துவ ஸம்பந்தமான அநேகம் சித்திரப்படங்களுடன் அச்சிடப்படும். அஷ்டாங்க ஹ்ருதயத்தின் பெரும்பான்மையான பாகம் இவ்வருஷம் வெளியாய்விடும். ஆனால் இதற்கெல்லாம் காகிதப்பஞ்சம் நேரிட்ட இந்த மஹா கஷ்டமான ஸமயத்தில் நமது கையொப்பக்காரர்கள், பின்வாங்காமல், வேறுவித உதவி செய்ய முடியாமற் போனாலும், ஒவ்வொருவருக்கும் மிகச் சொற்பமாக ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ள தொகையான 3-12-0 ரூபாயையாவது முன்னதாய் அனுப்பி நமக்கு ஒருவாறு உத்ஸாஹபங்கம் உண்டாகாமல் இப்பொதுநலத்திற்கான காரியத்தில் ஒற்றுழைப்பார்கள் என்று எவ்விதத்திலும் முழு நம்பிக்கை யுள்ளவராயிருக்கிறோம்.

இரண்டு வைத்தியசாஸ்திர நிபுணர்களின் மரணம்.

ஸர் விக்டர் ஹார்ஸ்லி என்பவரும், ப்ரொபஸர் ஈலீ, மெச்னிகாப் என்பவரும் ஸமீபத்தில் காலஞ்சென்றுவிட்டதாய் அறிகிறோம். ஸர் விக்டர் ஹார்ஸ்லி (Sir Victor Harsley) என்பவர் க்ரேட் ப்ரிடனிலுள்ள சஸ்திர சிகித்ஸகர்களுள் மிகவும் மேன்மை பெற்றவர். மூளை, முள்ளந்தண்டிலடங்கிய ஸுஷும்நாகாண்டம் என்கிற நரம்புக்கொடி இவைகளில் செய்யப்படும் சஸ்திரசிகித்ஸையின் மேம்பாட்டுக்கு இந்த கனவான் மிகவும் முக்கியமான ஆராய்ச்சிகளைச் செய்தவராவர். மெஸபடோமியாவில், இராயல் ஆர்மி மெடிகல் கார்ப்ஸ் என்னும் வைத்திய இலாகாவில் தனது வேலையைச் செய்துகொண்டிருக்கையில், வெயிலின் உஷ்ணம் தாங்காமல் இவர் இறந்துவிட்டார். ப்ரொபஸர் ஈலீ மெச்னிகாப் (Prof. Elie Metchnikoff) என்பவர் ரஷ்யாவில் பிறந்துவளர்ந்து, ஜீர்ண கோசங்களின் ஸம்பந்தமான வியாதிகளையும், அவற்றின் சிகித்ஸைகளையும் பலவித பரீக்ஷைகளால் சோதனைசெய்து, ஆராய்ச்சிவேலையில் மிகத் திறமைவாய்ந்தவர் என்று பிரஸித்திபெற்றவர். பல்கேரியர்கள் மோரை அதிகமாய் உபயோகிப்பதால் அவர்கள் நீண்டகாலம் ஜீவித்திருப்பதாகவும், ஆகவே மோர் ஜீர்ண உறுப்புகளுக்கு நல்ல பலந்தரக்கூடிய வஸ்துவென்பதாகவும் ஸித்தாந்தம் செய்தவருமாவர். இவர் பாரிஸில் பாஸ்டர் என்னும் சாஸ்திரநிபுணரால் ஆதரிக்கப்பட்டு, அவரால் ஸ்த்தாபிக்கப்பட்ட 'பாஸ்டர் இன்ஸ்டிட்யூட்' என்னும் ஆராய்ச்சிச்சாலையில் வேலைசெய்து வந்தவர்.

புட்டாளம்மை.

புட்டாளம்மை கொஞ்சம் உக்கிரமாயிருப்பதாகவும், அது மூளைக்கு ஏதேனும் அபாயகரமான நிலைமையை உண்டுபண்ணுவதாகவும் தெரியவருமானால், கடுகுப்பொட்டலிகையை (Mustard poultice) கன்னத்திற்குக் கீழே காதைச் சேர்ந்தாற்போல் பிரயோகித்து, ரோகியைப் படுக்கையில் சில மணிநேரம் படுத்திருக்கச்செய்யவும். இப்படிச்செய்ததும் வீக்கம்குறைந்து அவ்விடம் பழைய நிலைமைக்குவரும்; ஆனால் வீக்கம் முற்றிலும் நிவ்ருத்தியாகாமல் அவ்விடத்தில் பூசினாற்போல் நிற்கும். பிறகு ஏதாவது தகுந்த சிகித்ஸை செய்து வியாதியை நிவ்ருத்தி செய்துகொள்ளவேண்டும்.—Medical Brief.

முகப்பருக்களுக்கு சிகித்ஸை.

நோபீசோர்ட் என்னும் டாக்டர் முகப்பருக்களால் வருந்திய அநேகம் பேருக்கு அடியில் குறிப்பிடப்படும் ஔஷதத்தைப் பிரயோகித்து நல்லபயன் கண்டதாக அறிவிக்கிறார்:—மெதிலின் ப்ளூ என்னும் ஔஷதத்தை ஜலத்தில் 100-க்கு 5 வீதம் கரைத்துக்கொள்ளவும். அந்த திரவத்தை ஒட்டகமயிர்ப்புருசாலாவது, ஈர்க்குமுனையில் சுற்றிய பஞ்சாலாவது எடுத்து பருக்களைச்சுற்றிலும் தடவவும்; பருக்களைச்சுற்றிலும் ஒரு அங்குலம் வெளிப்புறங்களிலுங்கூட இதைத்தடவி வரவேண்டும். இத்திரவத்தைச் சில நாட்கள்வரையில் தினந்தோறும் காலையில் ஒருதடவையும் மாலையில் ஒரு தடவையுமாகப் பிரயோகித்து வரவும். முகப்பருக்களுக்கு உபயோகிப்பதுபோலவே, முகத்திலுண்டாகும் அக்கிக்கும் இதைப் பிரயோகிக்கலாம்:—The Doctor.

அஞ்ஜநமிட்டதும் பிணியாளி செய்யவேண்டிய விதி.

இமைகளுக்குள் அஞ்ஜநத்தைத் தீட்டிய பிறகு கண்களை மூடிக்கொண்டே ஔஷதத்தை மெதுவாக நேத்திரத்தினுள் பரவும்படி திருஷ்டியை அசைத்துக் கொடுக்கவேண்டும்; இவ்வாறு அசைத்துக்கொண்டே அஞ்ஜநத்தை இங்கும் அங்குமாகத் தள்ளவேண்டும். தீக்ஷ்ணகுணமுள்ள அஞ்ஜநமானது வெகு துரிதமாக நேத்திரத்தினுள் வியாபிக்கின்றது; நேத்திரத்தைத் திறந்து திறந்து மூடக்கூடாது; இமைகளை ஒன்றோடொன்று அழுத்தித் தேய்க்கவுங் கூடாது; கண்ணை அலம்புவதும் பிசகு. 25,26.

அஞ்ஜநத்திற்குப் பிறகு நேத்திரத்தைக் கழுவும் ஜலம்.

எப்பொழுது ஔஷதத்தின் வேகம் குறைந்து நேத்திரம் அமைதியான நிலைமையை அடைகின்றதோ, அப்பொழுது வியாதிக்கும் தோஷத்திற்கும் காலத்திற்கும் ஏற்றவாறு பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஜலங்களால் நேத்திரத்தைக் கழுவிவிடவும். 27.

அஞ்ஜநத்திற்குப் பிறகு நேத்திரத்தைக்கழுவு முறை.

அப்பால் வைத்தியன் தனது வலது கையின் பெருவிரலில் வஸ்திரத்தை சுற்றிக்கொண்டு இடது கண்ணை மேல் இரெப்பையில் பிடித்துத் திறந்து கண்ணைக் கழுவவேண்டும். இவ்வாறே இடது கை விரலால் வலது கண்ணைத் திறந்து சுத்தம் செய்யவேண்டும். 28.

அஞ்ஜநத்தைக் கழுவாவிட்டால் உண்டாகும் தீமையும் பரிஹாரமும்.

அவ்வாறு கழுவாவிட்டால் அஞ்ஜநம் இமைகளில் தங்கியிருந்து பலவியாதிகளை யுண்டுபண்ணும். தினவாவது திமிராவது உண்டாயிருந்தால் தீக்ஷ்ணகுணமுள்ள அஞ்ஜநத்தையாகிலும் பிரயோகிக்கலாம். தூமபாநமாவது செய்யலாம். தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநத்தினால் நேத்திரம் அழற்சிகொண்டால் அதைத் தணியச் செய்வதான பிரத்யஞ்ஜநத்தை உடனே உபயோகிப்பது ஹிதமாயிருக்கும். 29.

இருபத்திநான்காம் அத்தியாயம்.

அப்பால் தர்ப்பண-புடபாகவிதி [1] என்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகிறது :—

தர்ப்பண சிகித்ஸைக்கான வியாதிகள்.

நேத்திரமானது வாட்ட முறுகையிலும், அசைவற்றிருக்கையிலும், வறண்டுபோனாலும், ரூக்ஷநிலைமை யடைந்தாலும், அபிகாதப்பட்டாலும், வாத,பித்த தோஷங்களால் வருந்தினாலும், வக்கிரமாக அசைந்தாலும், இமை மயிர்கள் உதிர்ந்தாலும், கலங்கியிருக்கையிலும், விழிக்கக்கூடாமலிருக்கையிலும், ஸிராஹர்ஷம், ஸிரோத்பாதம், தமஸ், அர்ஜுநம், அபிஷ்யந்தம், அதிமந்தம், அந்யதோவாதம், வாதபர்யாயம், சுக்ரம் என்னும் வியாதிகளால்[1] வருந்துகையிலும், சிவப்பு-கண்ணீர் வடிதல்-குத்தல்-அரித்தல் - பிளிச்சை இவை நன்கு நிவ்ருத்தியான நிலைமையில், காற்று வேகமாக வீசாத இடத்தில், சிரஸ்ஸுக்கும் தேஹத்திற்கும் வமந-விரேகாதிகளால்

1. கண்களுக்குண்டாகும் சில கோளாறுகளைப் போக்கி அவற்றிற்கு வன்மையைக் கொடுத்து திருப்தியுண்டாக்கும் சிகித்ஸை "தர்ப்பணம்" எனப்படும். சில ஔஷதிகளைப் பந்துபோல் சுற்றி சீலமண் செய்து, சிவக்கக் காய்ச்சிப் பிழிய, அதிலிருந்துவரும் இரஸத்தை நேத்திரத்திலிடும் முறையானது புடபாகம் எனப்படும். இவ்விஷயங்களைக் கூறும் பிரகரணம் "புடபாகவிதி" என்று சொல்லப்படுகிறது.

1. இங்கு குறிக்கப்பட்டுள்ள ஸிராஹர்ஷம்முதல் வாத பர்யாயம் சுக்ரம் ஈறாகவுள்ள நேத்திர வியாதிகளைப்பற்றிய விஷயங்கள் இனி வரப்போகிற உத்தரஸ்த்தாநத்தில் 8-வது முதல் 16-வது வரையிலுமுள்ள 9 அத்தியாயங்களில் விவரிக்கப்படும்.

சோதநசிகித்ஸையைச் செய்துவைத்து ஸாதாரண ருதுவில் காலையிலும் மாலையிலும் பிணியாளியை மல்லாந்து படுக்கச்செய்து தர்ப்பண சிகித்ஸையைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 1-3½.

தர்ப்பணௌஷதத்தைப் பிரயோகிக்கு முறை.

யவதானியம் உளுந்து இவற்றைக் கல்கமாகச் செய்துகொள்ளவும்; நேத்திரத்திற்கு வெளிப்புறத்தில் சுற்றிலும் அக்கல்கத்தால் இரண்டு அங்குலம் உயரமாக மேடு பள்ளமில்லாமல் ஒழுங்காய் திடமான வரம்பு ஒன்று அமைக்கவேண்டும்; அவ்வரம்புக்குள் அந்தந்த வியாதிக்குத் தகுந்த முறையில் பக்குவம் செய்யப்பட்ட கிருதத்தை, வெந்நீரில் வைத்து உருக்கி நேத்திரத்தை மூடிக்கொள்ளச் செய்து ஊற்றவேண்டும். இராத்திரியில் கண் தெரியாமை, வாத திமிரம், கண் விழிக்கமுடியாமை முதலிய நேத்திர வியாதிகளில் கொழுப்பு ஸம்பந்தமான ஔஷதத்தை உபயோகிக்கலாம். இவற்றை இமைகளின் முனையிலிருந்து நேத்திரத்தினுள் விடவேண்டும். 4-5¾.

கண்ணில் தர்ப்பணௌஷதத்தைத் தாங்கிக் கொண்டிருக்க வேண்டிய நேரங்கள்.

பிறகு மெள்ள மெள்ள கண்ணைத்திறந்து மூடவேண்டும். அவ்வாறு ஊற்றிய ஸ்நேஹத்தை அடியிற் கூறப்படும் கால அளவுகளை அநுஸரித்து நேத்திரத்திலேயே ஊறவைக்க வேண்டும். கண்ணில் வர்த்ம என்னும் மாம்ஸ பாகத்தைச் சேர்ந்த [1] வியாதியில் நூறு மாத்திராகாலமும், ஸந்திபாகத்தைச் சேர்ந்த [2] வியாதியில் முன்னூறு மாத்திரா காலமும், வெண்மடலில் ஐன்னூறு மாத்திராகாலமும், கருவிழியின் வியாதியில் எழுநூறு மாத்திரா காலமும், திருஷ்டி பாகத்தின் [1] வியாதியில் எண்ணூறு மாத்திரா காலமும் தர்ப்பணௌஷதத்தைத்தாங்குவதற்கான காலங்களாகும். அதிமந்த ரோகத்தில் ஆயிர மாத்திரா காலமும், வாத ஸம்பந்தமான நேத்திரரோகத்தில் ஆயிர மாத்திராகாலமும், பித்த ஸம்பந்தமான நேத்திர ரோகத்தில் அறுநூறு மாத்திராகாலமும், ஆரோக்கியநிலைமையிலும் கபஸம்பந்தமான நேத்திர ரோகத்திலும் ஐன்னூறு மாத்திரா காலமும் தேவை. 6—8.

தர்ப்பணௌஷதத்தை வடித்தலும் பிறகு நடக்கவேண்டிய வியமும்.

அப்பால் கடைக்கண்ணுக்குக் கீழே வரம்பின் அடிப்புறத்தில் த்வாரம் செய்து, அதன் வழியாக ஸ்நேஹத்தை வெளியில் வடியச் செய்து, அதை ஒரு பாத்திரத்தில் வாங்கிக்கொள்ளவும். பிறகு தூமபானம் செய்யவேண்டும். மிகப் பிரகாசமான உருவத்தையும் ஆகாயத்தையும் உற்றுப்பார்க்கக் கூடாது. 9.

தர்ப்பண சிகித்ஸையை எவ்வளவு நாட்கள் செய்யவேண்டுமென்பது.

இரண்டு கண்கள் பலம் யில் தர்ப்பண வரவேண்டும்.

இவ்விதமாக வாத ஸம்பந்தமான நேத்திர ரோகங்களில் பிரதிதினமும், பித்த வியாதிகளில் ஒன்றுவிட்டு ஒருநாளும், கப ஸந்தமான நேத்திர ரோகங்களிலும் ஆரோக்கிய நிலைமையிலும் இரண்டு நாட்களுக்கு ஒரு முறையும் பெற்று திருப்தியடையும்வரை சிகித்ஸையைப் பிரயோகித்து வரவேண்டும். 10.

தர்ப்பணம்

தர்ப்பணத்தினல் நேத்திரம் திருப்தி யடைந்ததற்கும் அடையாததற்கு மான குறிகள்.

நன்கு நிறைவேறியிருந்தால் அதிக வெளிச்சத்தையும் நன்ருகப் பார்க்க சக்தியுண்டாகும்; நேத்திரம் வியாதி நீங்கி ஸுகமான நிலைமையைப் பெற்று, தெளிவடைந்து, இலாகவத்தையும் பெறும். தர்ப்பண சிகித்ஸையினல் தகுந்தவாறு திருப்தி

1. வர்த்ம—கண்ணின் இரெப்பையின் உட்புறமாயுள்ள மாம்ஸ பாகம்.

2. ஸந்தி—வர்த்மபாகம் வெண்மடல் இவ்விரண்டும் கூடுமிடமும், வெண்மடல் கருவிழி இவ்விரண்டும் கூடுமிடமும், கருவிழி திருஷ்டி இவ்விரண்டும் கூடுமிடமும் ஸந்தியென்று கூறப்படுகிறது.

1. திருஷ்டி—கருவிழியின் மத்தியிலுள்ள சிறிய பிந்துபோன்ற பாகம்; இதுவே பாபா எனப்படுகிறது.

யுண்டாகாவிட்டால் முற்கூறியவற்றிற்கு நேர் எதிரிடையான குணங்களைக் காணலாம். தர்ப்பணம் மிதமிஞ்சினல் கபஸம்பந்தமான ரோகங்கள் ஸம்பவிக்கும். 11.

தர்ப்பணத்திற்குப் பிறகு புடபாகம் செய்ய வேண்டிய அவசியம்.

ஸ்நேஹபாநம் செய்வதால் தேஹமானது எவ்வாறு இளைப்புற்று சிரமப்படுமோ அவ்விதமே தர்ப்பண சிகித்ஸைக்குப் பிறகு கண்ணும் களைப்புற்று வருந்தும்; ஆகையால் தர்ப்பண சிகித்ஸைக்கான வியாதிகளிலேயே அச்சிகித்ஸைக்குப் பிறகு கண்களுக்கு பலமுண்டுபண்ணக்கூடிய "புடபாக சிகித்ஸையை"ப் பிரயோகிக்க வேண்டும். 12, 12½.

மூன்று வித புடபாகங்களும் அவற்றைப் பிரயோகிக்கும் நிலைமைகளும்.

புடபாகத்திற்கான ஔஷதமுறை ஸ்நேஹநம், லேகநம், பிரஸாதநம் என்று மூன்று விதமாம். அவற்றுள் ஸ்நேஹந புடபாகத்தை வாத ஸம்பந்தமான நேத்திர ரோகத்திலும், லேகநத்தை கப-வாதங்களாலான ரோகத்திலும், பிரஸாதநத்தை நேத்திரம் துர்ப்பலமாயிருக்கையிலும்-வாதரோகத்திலும்-பித்த ரோகத்திலும்-இரத்த ஸம்பந்தமான ரோகத்திலும்-ஆரோக்கிய நிலைமையிலும் பிரயோகிப்பது முறை. 13½.

ஸ்நேஹநபுடபாகத்திற்கான வஸ்துக்கள்.

பிலேசயஜந்துக்களுடையவும், ப்ரஸஹ வகுப்பைச் சேர்ந்த ஜந்துக்களுடையவும், [1] அநூப தேசத்து ஜந்துக்களுடையவும் மேதஸ் என்னும் கொழுப்பு என்ன, மஜ்ஜையென்ன, வஸாவென்ன, மாம்ஸமென்ன இவற்றாலும், பாலாலும், ஜீவநீய வகுப்பைச் [1] சேர்ந்த சரக்குகளின் கல்கத்தினாலும் ஸ்நேஹந புடபாகத்தைப் [2] பிரயோகிக்கலாம். 14½.

லேகந புடபாகத்திற்கான சரக்குகள்.

மிருகங்களுடையவும்பக்ஷிகளுடையவும் கல்லீரலென்ன, மாம்ஸமென்ன, நல்முத்தென்ன, அயமென்ன, செம்பென்ன, இந்துப்பென்ன, ஸ்ரோதோஞ்ஜநம் [3] என்ன, சங்கென்ன, நுரையென்ன, தாள்கமென்ன இவற்றைமோரின் மேலுள்ள தெளிவான நீரைக்கொண்டு பக்குவம் செய்து "லேகந புடபாகத்தை"ப் [4] பிரயோகிக்கலாம். 15½.

பிரஸாதந புடபாகத்திற்கான சரக்குகள்.

மிருகங்களுடையவும் பக்ஷிகளுடையவும் கல்லீரல், மஜ்ஜை, வஸை, குடல்மாம்ஸம், ஹ்ருதய மாம்ஸம் இவற்றிற்கு இனிய சுவையை உண்டாக்கி, நெய்யாலும் முலைப்பாலாலும் பசுவின் பாலாலும் அவற்றை ஆட்டியெடுத்து, "பிரஸாதந புடபாகத்தை"ப் [5] பிரயோகிக்கலாம். 16½.

புடபாகஸ்வரஸ முறை.

இறைச்சியையும் மற்ற ஔஷதச் சரக்குகளையும் தனித்தனியே ஒரு பில்வப்பழ அளவாக எடுத்துப் பிண்டமாக உருட்டி, ஸ்நேஹந புடபுடபாகத்திற்கு ஆமணக்கிலைகளாலும், லேகந புடபாகத்திற்கு ஆலிலைகளாலும், பிரஸாதந புடபாகத்திற்குத் தாமரை

1. பிலேசயங்கள், ப்ரஸஹங்கள் என்னும் ஜந்துக்களின் விவரத்தைப்பற்றி 50-வது பக்கம் பார்க்க.

1. ஜீவநீய வகுப்பு—என்றால் ஜீவநீய கணம்; இதைப்பற்றி 124-வது பக்கத்தில் விவரம் காண்க.

2. ஸ்நேஹந புடபாகம்—ஸ்நிக்த்த குணந்தரும் புடபாக முறை.

3. ஸ்ரோதோஞ்ஜநம்—சிலர் இதை நீலாஞ்ஜநம் என்பார்கள்; ஆனல் ஹிந்தி முதலிய பாஷையில் இதற்கு "ஸுர்மா" எனப் பெயர் வழங்கப்படுகிறது. ஆங்கிலத்தில் Sulphurate of antimony என்பார்கள்.

4. லேகந புடபாகம்—நேத்திரத்திலுள்ள தோஷங்களைக் கிளறி வெளிப்படுத்தும் புடபாக முறை.

5. பிரஸாதந புடபாகம்—நேத்திரத்திற்குத் தெளிவையும் ஆரோக்கிய நிலைமையையும் விருத்தி செய்யக்கூடிய புடபாகமுறை.

யிலைகளாலும் அதைச் சுற்றி, அதன்மேல் மண்ணைப்பூசி, கருங்காலிக்கட்டை, வெண் கருங்காலிக்கட்டை, வறட்டி இவற்றால் எரித்து, அப்பிண்டம் பழுக்க எரிகையில் பக்குவமானதாய் அறிந்து, வெளியிலெடுத்து, மேலுள்ள சாம்பலை விலக்கி, அதைப் பிழிந்து இரஸத்தை வடிகட்டி வைக்கவும். அந்த இரஸத்தை நேத்திரத்தில் தர்ப்பண சிகித்ஸையில் செய்ததுபோல் பிரயோகிக்கவேண்டும். 17-$18\frac{3}{4}$.

புடபாகங்களைப் பிரயோகிக்கு முறை.

லேகந புடபாக ஔஷதத்தை நூறு மாத்திராகாலமும், ஸ்நேஹந புடபாக ஔஷதத்தை இருநூறு மாத்திரா காலமும், பிரஸாதந புடபாக ஔஷதத்தை முன்னூறு மாத்திரா காலமும் கண்ணில் வைத்திருக்கவேண்டும். ஸ்நேஹந-லேகந புடபாகங்களின் ஔஷதங்களை இளஞ்சூடாகவும், பிரஸாதந புடபாக ஔஷதத்தைக் குளிர்ந்த பிறகும் பிரயோகிக்க வேண்டும். ஸ்நேஹந-லேகந புடபாக சிகித்ஸைகளைச் செய்து முடித்ததும் தூமபாநம் செய்யலாம். புடபாகமுறைப்படி சிகித்ஸை நன்கு நிறைவேறியதற்கும், நிறைவேறாததற்கும், அதிக அளவாகப் பிரயோகித்ததற்கும் உண்டாகக்கூடிய குணாகுணங்கள் தர்ப்பண சிகித்ஸையிற் கூறப்பட்டிருப்பது போலவே என்றறிக. 19, 20.

தர்ப்பண-புடபாகங்களுக்குத் தகாதவர்கள்.

தர்ப்பண சிகித்ஸையையும், புடபாக சிகித்ஸையையும் நஸ்ய சிகித்ஸைக்குத் தகாத [1] பிணியாளிகளுக்குப் பிரயோகிக்கக் கூடாது. $20\frac{1}{2}$.

தர்ப்பண புடபாகங்களுக்குப் பிறகு செய்ய வேண்டியபத்திய சிகித்ஸை.

தர்ப்பண-புடபாக சிகித்ஸைகள் எவ்வளவு நாட்கள் செய்யப்பட்டு வருகின்றனவோ அவற்றிற்கு இருமடங்கு நாட்கள் பத்தியமான ஆஹாராதிகள் உபயோகிக்கப்படவேண்டும். மல்லிப் பூக்களையும் முல்லைப்பூக்களையும் இரவில் கண்களில் கட்டிக்கொண்டு வரவேண்டும். 21.

பல உபாயங்களாலும் நேத்திரத்தைப் பாதுகாக்கவேண்டிய அவசியம்.

நஸ்ய சிகித்ஸை, அஞ்ஜந சிகித்ஸை, தர்ப்பண சிகித்ஸை முதலியவற்றால் எல்லாவகையாலும் நேத்திரத்திற்கு பலமுண்டாவதன் பொருட்டு முயற்சி செய்யவேண்டும். நேத்திரம் நஷ்டமானால் பற்பல விதமான வஸ்துக்களாலான உலகமனைத்தும் ஒரே இருள்மயமாகவன்றோ ஆய்விடுகின்றது. 22.

இருபத்தைந்தாவது அத்தியாயம்.

இதன்கீழ் யந்திரவிதி [1] என்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகிறது :—

யந்திரம் என்றால் என்ன ?

பற்பல வகையான அவயவங்களில் பிரவேசித்துத் துன்பமளிக்கும் வெவ்வேறு விதமான சல்யங்களை வெளிப்படுத்துவதற்கு உபாயமாய் அமைந்தவையும், அர்சஸ்ஸுகளையும் பகந்தரம் முதலியவற்றையும் காண்பதற்கு உபயோகமானவையும், அவற்றில் சஸ்திரங்களையும் க்ஷாரம் முதலிய காரவஸ்துக்களையும் பிரயோகிப்பதற்கு ஏற்றவையும், அவ்வாறு க்ஷாராதிகளைப் பிரயோகிக்கையில் அவற்றால் அருகிலுள்ள மற்ற அவயவங்களுக்குத் தீங்கு நேரிடாவண்ணம் காப்பதற்குத் தகுந்தவையும், வஸ்தி சிகித்ஸை முதலியவற்றையும் செய்வதற்கு உபயோகமானவையுமான கருவிகள் இங்கு யந்திரங்கள் எனப்படுகின்றன; மேலும் குடுவை, சுரைக் குடுக்கை,

1. யந்திரவிதி—ஔஷதாதிகளைப் பிரயோகிப்பதற்கும், சஸ்திர சிகிசித்ஸை முதலியவற்றில் மற்ற அவயவாதிகளைக் காப்பது முதலிய காரியங்களுக்கும் உதவும் கருவிகளையும் அவற்றைப் பிரயோகிக்கும் முறைகளையும் கூறும் அத்தியாயம்.

1. நஸ்ய சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்களின் விவரத்தைப்பற்றி 162-வது பக்கம் பார்க்க.

ச்ருங்கம் என்கிற கொம்பு, ஜாம்பவோஷ்டம் முதலியவைகளும் [1] யந்திரங்களேயாம். ஆகவே அநேக விதமான உருவங்களையுடையவையும், பலவிதமான காரியங்களில் உபயோகிக்கக் கூடியவையுமான வெவ்வேறு யந்திரங்களை ஆலோசித்துப் பகுத்தறிந்து நிர்மாணம் செய்யவேண்டும். அவ்விதம் செய்யக்கூடிய யந்திரங்களில் முக்கியமான சிலவற்றை மாத்திரம் இதன்கீழ் விவரிப்போம். 1-$3\frac{1}{2}$.

யந்திரங்களின் பொதுவான உருவங்களும் பெயரிடுதலும்.

பருந்து, சிங்கம், கரடி, காகம் முதலிய மிருகங்களுடையவும் பக்ஷிகளுடையவும் முகங்களைப்போலவே யந்திரங்களுடைய முகங்களையும் நிர்மிப்பதோடு, அதனதன் உருவத்திற்கேற்க அந்தந்த மிருக பக்ஷிகளுடைய பெயரையும் அவற்றிற்கு இடவேண்டும். $4\frac{1}{2}$.

ஸ்வஸ்திக யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

அவற்றுள் ஸ்வஸ்திக யந்திரம் என்பது ஒன்று. அது பதினெட்டு அங்குலம் நீளமாகவும், பெரும்பான்மையான பாகம் இரும்பால் நிர்மிக்கப்பட்டும், கழுத்தில் சிறு கடலையைப்போல் வழுமுண்ட முனைகளையுடைய கீலத்தினால் இணைக்கப்பட்டும், அடிப்புறம் அங்குசம்போல் வளைந்தும், மிகவும் கெட்டியாகவும் இருக்கும். இந்த யந்திரம் எலும்புகளில் பற்றியுள்ள சல்யங்களைப் பிடுங்கி யெடுப்பதற்கு உபயோகப்படுகின்றன. [2] 5-$6\frac{1}{2}$.

ஸந்தம்ச யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

கீலத்தினால் கழுத்தில் இணைக்கப்பட்டு, முகத்தின் தாள்கள் இரண்டும் ஒன்றோடொன்று சேர்க்கப்படாமல் விடப்பட்டுமுள்ளது ஸந்தம்சயந்திரம் என்று கூறப்படுகிறது; அது நீளத்தில் பதினாறு அங்குலமிருக்கும். எப்பொழுதும் இவ்வாயுதம் வைத்தியர்களிடம் இரண்டு இருக்க வேண்டும். சர்மத்திலும், ஸிரைகளிலும், ஸ்நாயுக்களிலும், மாம்ஸ பேசிகளிலும் பற்றியுள்ள சல்யங்களை இழுப்பதற்கு இது உபயோகமானது. $7\frac{1}{2}$.

சிறிய ஸந்தம்சயந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

ஆறு அங்குலம் நீளமாகவும், மற்றெல்லாவற்றிலும் முற்கூறிய உருவமேயுள்ளதாய் வேறொரு ஸந்தம்ச யந்திரம் சிறியதாய் உண்டு. அது ஸூக்ஷ்மமான சல்யங்களையும், இமையினுள் உண்டாகும் உபபக்ஷ்மா என்கிற சிறிய முனைகளையும் எடுப்பதற்கு உதவக்கூடியதாம். 8.

முசுண்டீ யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

முசுண்டீ என்பது ஒரு யந்திரம்; அதன் முகத்தினுள் சிறிய பற்கள் அமைக்கப்பட்டிருக்கும்; வளையாமல் நீண்டும், அடிப்புறத்து முனைகளில் மோதிரம் போன்ற வளையங்களுடையதுமாயிருக்கும். இது அதிக ஆழமான புண்களிலுள்ள துஷ்டமாம்ஸங்களை இழுத்து வெளிப்படுத்துவதற்கும், களையப்பட்டு மிகுந்துள்ள கண் இமை முனைகளை எடுப்பதற்கும் உதவுகின்றது. 9.

தாளயந்திரங்களும் அவற்றின் உபயோகமும்.

பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமாகவும், மத்ஸியத்தின் தவடையைப்போல் இரண்டு தகடுகளையுடையதாகவுமுள்ள ஒரு யந்திரமும், ஒரு தகட்டையுடையதான மற்றொரு யந்திரமும் ஆக இரண்டு தாளயந்திரங்கள் உண்டு. இவை காதுக்குள்ளிருக்கும் சல்யங்களை இழுப்பதற்கு உபயோகமானவை. 10.

நாடியந்திரங்களும் அவற்றின் உபயோகமும்.

நாடியந்திரங்கள் அநேகம் உண்டு. அவை உள்ளே த்வாரமுள்ளவையாயிருக்கும்; அவற்றிற்கு ஒரு முகமோ அல்லது பல முகங்களோ உண்டு. இவற்றின் நீளமும் பருமனும் உட்புற அகலமும் அந்தந்த

1. ஜாம்பவோஷ்டம்—நாவற் கொட்டையைப் போன்ற உதடு அல்லது முகத்தையுடைய சலாகை.

2. ஸ்வஸ்திக யந்திரம் வைத்தியர்களிடம் எப்பொழுதும் மூன்று அல்லது நான்கு உருப்படி இருக்க வேண்டுமாம்.

ஸ்ரோதஸ்ஸின் அளவுக்குத்தக்கப்படி அமைக்கப்படவேண்டும். ஸ்ரோதஸ்ஸுகளில் பற்றியுள்ள சல்யங்களையும் வியாதிகளையும் காண்பதற்கும், அந்தந்த அவயவங்களில் வேலைகளை எளிதாகச் செய்வதற்கும், ஸ்ரோதஸ் முதலானவற்றில் சேர்ந்துள்ள தோஷங்களை உறிஞ்சுவதற்கும் இந்த யந்திரங்கள் பிரயோஜனப்படுகின்றன. தொண்டையினுள் பற்றியிருக்கும் சல்யத்தைப் பார்ப்பதற்கு ஏற்றவாறு பத்து அங்குலம் நீளமாகவும் ஐந்து அங்குலம் பருமனுள்ளதாகவும் மற்றொரு நாடீ யந்திரம் செய்யப்படுவதுண்டு. 11-12½.

வாரங்க யந்திரங்களும் அவற்றின் உபயோகமும்.

வாரங்கம் என்கிற யந்திரத்தின் குழலுக்குள் ஐந்து முகத்வாரங்களும், நான்கு காதுகளும் அமைக்கப்பட்டிருக்கும்; இரண்டு காதுகளையுடைய மற்றொரு வாரங்கத்திற்கு அதன் பிரமாணத்திற்குத் தகுந்தவாறு மூன்று த்வாரங்களே அமைக்கப்படும். இது கெட்டியாகக் கிரஹித்துக் கொள்வதற்கு உதவும் யந்திரம். 13½.

வேறு சில நாடீயந்திரங்கள்.

வாரங்க யந்திரத்தின் காதுகளுக்கு ஸமானமான உருவமுள்ளவையும், அவற்றிற்கு ஏற்ற பருமனும் நீளமும் உடையவையுமான இத்தகைய வேறு நாடீயந்திரங்களையும் சல்யங்களைக் காண்பதற்காக நிர்மித்துக்கொள்ளலாம். 14½.

சல்யநிர்க்காத நாடியும் அதன் உபயோகமும்.

தாமரைப்பூவின் உட்புறமுள்ள தாதுபோன்ற தலையுள்ளதும், பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமானதும், அதில் நாலில் ஒருபங்கு ஆழமுள்ள த்வாரமுடையதுமான நாடீயந்திரம், சல்யங்களை இடிப்பதற்கு உபயோகப்படுவதால் அது சல்யநிர்க்காத நாடீ என்று வழங்கப்படும். 15½.

அர்சோயந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

அர்சோயந்திரம் என்பது[1] பசுவின் ஸ்தனம் போன்றதாய் நாலு அங்குலம் நீண்டதாயிருக்கும்; புருஷர்களுக்கு உபயோகப்படுத்தும் யந்திரத்தின் பருமன் ஐந்து அங்குலமளவாகவும், ஸ்திரீகளுக்கு ஆறு அங்குலம் பருமனுள்ளதாகவும் இருக்கும்; இக்குழாய்போன்ற யந்திரத்தின் மத்தியிலுள்ள த்வாரமானது மூன்று அங்குலம் அகன்று பெருவிரலின் மத்திய பாகம் உழலும்படியான விஸ்தாரமுடையதாய் அமைக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும்; மத்தியிலுள்ள த்வாரத்திற்கு இருபுறங்களிலும் வேறிரண்டு த்வாரங்களும் இருக்கவேண்டும்; இவ்விரண்டு த்வாரங்களும் வியாதிகொண்ட பாகத்தைப் பார்ப்பதற்கும், மத்தியிலுள்ளது வேலை செய்வதற்குத் தகுந்த வழியாகவும் அமைக்கப்பட்டனவென்றறிக; இந்த யந்திரத்தின்மேல் சுற்றிலும் அரை அங்குலம் கனமாக வட்டமாய் வரம்பொன்று அமைக்கப்படும். 16—18.

சமீயந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

உருவத்தில் ஒருவாறு முற்கூறிய யந்திரம் போன்றதாய், த்வாரங்கள் மட்டும் இல்லாமல் யந்திரம் ஒன்றுண்டு; அதற்கு சமீயந்திரம்[2] எனப் பெயர்; இந்த யந்திரம் அர்சஸ் என்னும் மூளைகளை நசுக்குவதற்கு உபயோகப்படுகின்றது. 18½.

பகந்தர யந்திரம்.

அர்சோ யந்திரம்போலவே பகந்தர யந்திரம் என்பதும்[3] செய்யப்படும்; ஆனால் த்வாரத்திற்கு மேற்புறத்திலுள்ள உதடுபோன்ற வரம்பை முற்றிலும் விலக்கவேண்டும். 19.

1. அர்சோயந்திரம்—மூல மூளைகளை சிகித்ஸை செய்வதற்கு உபாயமாயுள்ள கருவி.

2. சமீயந்திரம்—கடைவதற்கு அல்லது நசுக்குவதற்கு உதவும் கருவி.

3. பகந்தர யந்திரம்—குதத்தில் உண்டாகும் பவுத்திரம் என்னும் பிளவையை சிகித்ஸை செய்வதற்கான கருவி.

கிராண நாடீ யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

நாசியினுள் உண்டாகும் அர்புதத்தையும் அர்சஸ்ஸுகளையும் பார்த்து சிகித்ஸை செய்வதற்கு உதவும் சிறிய குழல்போன்ற யந்திரம் கிராணநாடீ யந்திரம்;[1] அது இரண்டு அங்குலம் நீளமானது; ஆள்காட்டி விரலுக்கு ஸமானமான பருமனுள்ளது; ஒரு த்வாரமே அதற்கு உண்டு. 20.

அங்குலித்ராணகமும் அதன் உபயோகமும்.

தந்தத்தினாலாவது மரத்தினாலாவது நாலு அங்குலம் நீளமாகவும், இரண்டு த்வாரமுடையதாகவும், பசுவின் ஸ்தனம்போன்ற உருவமுள்ளதாகவும் அங்குலித்ராணகம்[2] என்னும் கருவியைச் செய்யவேண்டும்; இது பிணியாளிகளுடைய வாயை எளிதில் திறப்பதற்கு உபயோகமாயிருக்கும். 21.

யோநிவ்ரணேக்ஷணயந்திரம்.

யோநிவ்ரணேக்ஷணம்[3] என்னும் யந்திரம் பின்வருமாறு:—இதற்கு பதினாறு அங்குலம் நீளத்தில் நாலு சலாகைகள் உண்டு;[4] இந்த சலாகைகளுக்கு மத்தியில் த்வாரம் அமைக்கப்பட்டிருக்கும்; இந்த த்வாரங்களில் குமிழ்போன்ற ஆணியிடப்பட்டு சலாகைகள் உழலும்படியாக பிணைத்துக் கட்டப்பட்டிருக்கும்; ஒவ்வொரு சலாகையும் நாற்சதுரமாய், முனைகளில் தாமரை மொட்டுபோல வழுவழுப்பாய் அமைக்கப்பட்டிருக்கும்; அடியில் தாள்களைப் பிடித்து அழுத்தினால் முகத்தாள்கள் விரியும்படி இச்சலாகைகள் அமைக்கப்பட்டிருக்கும். 22—22½.

1. கிராணநாடீ—நாசியினுள் உபயோகிக்கக்கூடிய சிறிய குழாயைப்போன்ற கவிருயாம்.

2. அங்குலித்ராணகம்—விரலை இரக்ஷிக்கக்கூடியது எனப் பொருள். பிணியாளிகளுடைய வாயைத் திறக்கும்போது அவர்களுடைய பற்களால் விரல் கடிபடாமலிருப்பதற்காக இந்த யந்திரம் உபயோகிக்கப்படும்.

3. யோநிவ்ரணேக்ஷணம் — யோனியிலுள்ள விரணம் முதலியதைப் பார்ப்பதற்கு ஏற்றவாறு அவ்வவயவத்தை விசாலப்படுத்தும் யந்திரம்.

4. நாலு சலாகைகள் என்றால் நாலு தாள்கள் என்று தான் பொருள். இரண்டு சலாகைகளை இடையில் பிணைத்தால் 4-தாள்கள் ஆகும்.

நாடீவ்ரண யந்திரங்களும் அவற்றின் உபயோகமும்.

குழிப்புண்களை அல்லது புரையோடும் புண்களை அலம்புவதற்கும், அவற்றில் ஸ்நேஹம் முதலியதை விட்டு நனைப்பதற்கும் உதவுமாறு பார்வைக்கு வஸ்தியந்திரம் போன்றவைகளாய் இரண்டு யந்திரங்கள் உண்டு; இவை ஆறு அங்குலம் நீளமுடையவை; இவற்றின் அடிப்புறத்து த்வாரம் பெருவிரல் அளவாகவும், முனையிலுள்ளது கிரமமாகச் சிறுத்து சிறு கடலையளவாகவும் இருக்கும்; ஆனால் முனையில் வஸ்தியந்திரத்தைப்போல் இவற்றிற்கு வரம்பு அமைக்கப்பட்டிராது; அடியில் மிருதுவான சர்மத்தினாலான துருத்தி கட்டப்பட்டிருக்கும்; இவற்றிற்கு நாடீவ்ரண யந்திரங்கள்[1] எனப் பெயர். 23, 24.

நளிகா யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

நளிகாயந்திரம்[2] என்பது ஒன்று; அது அடியிலும் முனையிலும் த்வாரமுள்ளதான குழல்மாதிரியான யந்திரம்; இதற்குப் பதிலாக மயில் முதலிய பக்ஷிகளின் இறகிலுள்ள குழாய்போன்ற தாளையும் உபயோகிக்கலாம்; இது ஜலோதரரோகத்தில் வயிற்றில் சேர்ந்துள்ள நீரைவடிப்பதற்கு உதவக்கூடியது.[3] 24½.

தூம-வஸ்தியாதி யந்திரங்கள்.

தூமயந்திரம்[4], வஸ்தியந்திரம்[5] முதலிய வேறு சில யந்திரங்களின் சொரூபங்களும் முன்னமே ஆங்காங்கு நிரூபிக்கப்பட்டன. 25.

1. குழிப்புண் முதலியதில் உபயோகிப்பதற்கான யந்திரம்.

2. திரவபதார்த்தங்களை வெளியில் வடியச்செய்யும் எவ்வித குழாயும் "நளிகாயந்திரம்" எனப்படும்.

3. வயிற்றில் குடலுக்கு வெளியில் ஒருவித நீர் சுரந்து வயிறு உப்பிப்போகும் வியாதி "ஜலோதரம்" எனப்படுகிறது.

4. தூமயந்திரம்—167—168 பக்கங்களைப் பார்க்க.

5. வஸ்தி யந்திரம்—150, 151, 158, 159 இந்தப் பக்கங்களைப் பார்க்க.

ச்ருங்க யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

பதினெட்டு அங்குலம் நீண்டு மூன்று அங்குலம் அளவான முகமுடையதாய், முனையில் வெண்கடுகு நுழையும்படியான த்வாரமுடையதுமான ச்ருங்கம்[1] என்கிற யந்திரம் ஒன்றுண்டு; இந்த யந்திரத்தின் உடல்-முகம் முதலிய பாகங்கள் இடையில் பிளவு நேரிடாவண்ணம் நன்கு கெட்டியாக அமைக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும்; இதன் முனை முலைக்காம்புபோல் அமைக்கப்படவேண்டும்; இது சூஷணம் என்னும் உறிஞ்சும் வேலைக்கு உபயோகப்படும். 26.

அலாபூ யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

நீளத்தில் பன்னிரண்டு அங்குலமும், சுற்றளவில் பதினெட்டு அங்குலமும் உள்ளதாய் அலாபூ யந்திரம்[2] அமைக்கப்படும்; நான்கு அல்லது மூன்று அங்குலம் சுற்றளவுள்ளதாய் முகம் இருக்கவேண்டும்; இதன் உட்புறத்தில் சிறிது தீயிட்டு ஜ்வலிக்கச் செய்து, அதைக்கொண்டு மிதமிஞ்சிய இரத்தத்தையும் கபத்தையும் இழுக்கலாம்.[3] 27.

கடீ யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

அலாபூ யந்திரத்திற்கு ஸமானமான அளவுள்ளதாகவே கடீயந்திரம்[4] என்பதும் செய்யப்படும்; இந்த யந்திரம் குன்மத்தைக் கரைப்பதற்கும், அதை இடம்விட்டுப் பெயர்த்து இழுப்பதற்கும் உபயோகபாகின்றது. 27½.

சலாகா யந்திரங்கள்.

காரியத்திலும் உருவத்திலும் வெவ்வேறு வகையாயுள்ள சலாகாயந்திரங்கள் என்னும் கருவிகள் அநேகமுண்டு; அவற்றின் உபயோக முறைகளுக்கு ஏற்றவாறு அவை அளவிலும் அநேகவிதமாயிருக்கும். அவை பின்வருமாறு: 28¼.

கண்டூபத முக யந்திரங்களும் அவற்றின் உபயோகமும்.

மண்ணுணிப்பாம்பின் முகம்போல் முனையையுடைய கண்டூபதமுகம்[1] என்னும் இரண்டு சலாகைகள் வேண்டும்; அவை ஏஷணம் என்கிற துளாவும் வேலையில் உபயோகமாகின்றன. 28¾.

மஸூரதள முக யந்திரங்களும் அவற்றின் உபயோகமும்.

செவி நாசி முதலிய ஸ்ரோதோ மார்க்கங்களிலிருந்து சல்யங்களை மாட்டி இழுத்து வெளிப்படுத்துவதற்காக சிறு கடலைப் பருப்பின் முனைபோல் சிறிது வளைந்துள்ள முகமுடையவையான இரண்டு சலாகாயந்திரங்கள் வேண்டும்; அவற்றில் ஒன்று எட்டு அங்குலம் நீண்டதாகவும், மற்றொன்று ஒன்பது அங்குலம் நீண்டதாகவும் இருக்கவேண்டும்; இவை மஸூரதள முகயந்திரங்கள்[2] என்று கூறப்படும்; 29, 29½.

ஆறு சங்குயந்திரங்களும் அவற்றின் உபயோகங்களும்.

ஆறு சங்கு யந்திரங்கள்[3] உண்டு; அவற்றுள் இரண்டு வ்யூஹநம் என்னும் சுறண்டும் வேலைக்கு உபயோகமானவை; அவற்றின் முகம் ஸர்ப்பத்தின் படம்போல் அகன்று சிறிது வளைந்து இருக்கும்; அவ்விரண்டில் ஒன்று பதினறு அங்குலமும், மற்றொன்று பன்னிரண்டு அங்குலமும்

1. ச்ருங்கம்—பீச்சாங்குழல், இப்பொழுது ஸிரிஞ்ஜ் (Syringe) என்று வழங்கப்படும் கருவி.

2. அலாபூ என்றால் சுரைக்குடுக்கை; இதனல் செய்யப்படும் யந்திரம் "அலாபூ யந்திரம்" எனப்படுகிறது.

3. சுரைக்குடுக்கையினுள் அக்னி ஜ்வாலையை விட்டு உள்ளிருக்கும் வாயுவை நீக்கிவிட்டு அதை வியாதிகொண்ட இடத்தில் கவிழ்த்துவைக்க, அது அவ்விடத்திலுள்ள கபதோஷத்தை அல்லது இரத்தத்தை உறிஞ்சும்.

4. கடீயந்திரம்—சிறு குடுவையைப்போன்ற பாத்திரரூபமான யந்திரம்

1. கண்டூபதம்—என்றால் மண்ணுணிப் பாம்புக்குப் பெயர்; அதன் முகம்போன்ற முனையையுடையது "கண்டூபத முகயந்திரம்" எனப்படுகிறது.

2. சிறுகடலைப்பருப்பு போன்ற முகமுடைய யந்திரம் "மஸூரதள முக யந்திரம்" என்று கூறப்படுகிறது.

3. சங்கு என்றால் கூர்த்த அல்லது முளை; அது போன்றவை சங்கு யந்திரங்கள்.

நீண்டிருக்கும்; இவ்விரண்டும் ஸர்ப்பபணயந்திரங்கள்[1] எனப்படும். பத்து அங்குலம் நீளத்திலும், பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளத்திலும் அம்புக்குழிபோன்ற இரண்டு சங்குயந்திரங்கள் உண்டு; ஆகவே இவை சரபுங்கமுக யந்திரங்கள்[2] எனப்படும்; இவை கெட்டியாகப் புதைந்துள்ள சல்யங்களை ஆட்டிவெடுப்பதற்கு உதவக்கூடியவை. சல்யங்களை இழுப்பதற்கு உதவக்கூடிய இரண்டு சங்குயந்திரங்கள் தூண்டுமுள் போன்றிருக்கும்; அவை படிசயந்திரங்கள்[3] என்று கூறப்படும். 30, 31.

கர்ப்பசங்கு யந்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

முனையில் வளைவாகவும், மற்ற உருவத்தில் சங்குயந்திரம் போன்றதாகவும், எட்டு அங்குலம் நீளமுடையதாகவும் செய்யப்படுகிற ஒரு யந்திரம் கர்ப்பசங்கு[4] என்று வழங்கப்படும்; அதனல் ஸ்திரீயின் கர்ப்பாசயத்திலிருந்து மூடகர்ப்பம்[5] என்னும் நிலைமையிலுள்ள கர்ப்பத்தை வெளிப்படுத்தலாம். 32.

ஸர்ப்பண யந்திரமும் (இரண்டாவது) அதன் உபயோகமும்.

மூத்திர மார்க்கத்திலுண்டாகும் அச்மரீ என்னும் ஒருவித கல்லை வெளியில் இழுப்பதற்குஉதவக்கூடிய யந்திரமும் ஸர்ப்ப பணம் என்று சொல்லப்படும்; அது முனையில் ஒருவாறு விரிந்து வளைந்திருக்கும். 32½.

சரபுங்க முகமும் (இரண்டாவது) அதன் உபயோகமும்.

கெட்டுப்போன பற்களைக் சுத்தி விருத்துவதற்கு உபயோகமான மற்றொரு யந்திரம் சரபுங்கமுகம் என்று கூறப்படும்; அது நாலு அங்குலம் நீளமுடையதாய் அம்புபோன்ற உருவமுள்ளதாயிருக்கும். 33.

மார்ஜந சலாகைகளும் அவற்றின் உபயோகமும்.

ஆறு சலாகைகளை எடுத்து, அவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் தலையில் பஞ்சுகளைச் சுற்றி வைத்துக்கொள்ளவேண்டும்; இவை அழுக்குகளை அல்லது ஈரம் முதலியவற்றைத் துடைப்பதற்கு உதவக்கூடியன. இவை மார்ஜநசலாகைகள்[1] எனப்படும். 33½.

அறுவித மார்ஜந சலாகைகளின் விவரணம்.

ஆஸநத்வாரத்தில் அருகில் உபயோகிப்பதற்கு பத்து அங்குலம் நீளமான சலாகையும், சற்றுத் தூரத்தில் உபயோகிப்பதற்குப் பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமான சலாகையும் தேவையானவையாம். நாசியிலுள் உபயோகிப்பதற்கு ஆறு அங்குலத்தில் ஒன்றும், ஏழு அங்குலத்தில் மற்றொன்றும் ஆக இரண்டு சலாகைகள் வேண்டும். செவியிலுள் உபயோகிப்பதற்கு எட்டு அங்குலம் நீளத்தில் ஒன்றும், ஒன்பது அங்குலம் நீளத்தில் மற்றொன்றும் ஆக இரண்டு மார்ஜந சலாகைகள் அவசியமானவையாம். 34, 34½.

கர்ண சோதந சலாகை.

அரசிலையின் விளிம்புபோன்ற ஓரங்களையுடையதாகவும், ஸ்ருவம் என்னும் கரண்டிபோன்ற முகத்தையுடையதுமாய் காதுகளைச் சுரண்டி சுத்திசெய்வதற்கு உபயோகமான கர்ணசோதநம் என்னும் சலாகை அமைக்கப்படும். 35.

1. ஸர்ப்பத்தின் படம் போன்றதாயிருப்பதுபற்றி "ஸர்ப்பபணயந்திரம்" என்று கூறப்படுகிறது.

2. சரபுங்கமுக யந்திரம்—அம்பு முனைபோன்ற முகமுள்ள யந்திரம்.

3. படிசயந்திரம்—தூண்டுமுள் போன்ற யந்திரம்.

4. கர்ப்பசங்கு—கர்ப்பத்தை இழுப்பதற்கு உபயோகமான யந்திரம்.

5. மூடகர்ப்பம்—பிரஸவ ஸமயத்தில் இயற்கைக்கு விரோதமான நிலைமையில் திரும்பியிருக்கும் கர்ப்பம்; அதாவது கால்கள் முந்தவோ, ஒருகால் அல்லது ஒரு கை வெளியாகும்படியாகவோ, உடம்பு உழல் மரம்போல் குறுக்கிட்டோ கிடக்கும் நிலைமை.

1. மார்ஜந சலாகை—துடைப்பதற்கு உதவக் கூடிய சலாகை.

க்ஷாரஅக்னிப் பிரயோகங்களுக்கு உபயோகமான சலாகைகள்.

க்ஷாரங்களைப் பிரயோகிப்பதற்குத்[1] தகுந்தவைகளாய் மூன்றுவித சலாகைகளும், அக்னியிற் காய்ச்சிச் சுடுவதற்கு[2] உபயோகமான மூன்றுவித உருவமுள்ள ஜாம்பவோஷ்டங்கள்[3] என்னும் சலாகைகளும் வேண்டும். முற்கூறிய சலாகைகளென்ன, பிற்கூறிய ஜாம்பவோஷ்டங்கள் என்னும் சலாகைகளென்ன இவ்விரண்டும் தனித்தனியே பருமன், சிறுமன், நீண்டது என்று மூவகைப்படும்.[4] 35¾.

குடலிறக்கத்தில் உபயோகிக்கும் சலாகை.

அந்த்ரவர்த்மா என்கிற குடலிறக்கத்தில் உபயோகிக்கக்கூடிய சலாகையானது அதன் மத்திய பாகத்திலிருந்து மேற்புறமாக முனை வரையில் திரண்டு உருண்டும், அடியில் அர்த்த சந்திரன்போல வளைந்தும் இருக்கும்படி அமைக்கப்படவேண்டும். 36½.

நாஸார்புதம் முதலியவற்றில் உபயோகிக்கக்கூடிய சலாகை.

நாசியினுள் உண்டாகும் அர்சஸ்ஸுகளென்ன, அர்புதமென்ன இவற்றைச் சுடுவதற்கு, இலந்தங்கொட்டைப் பருப்புக்கு ஸமானமான முகமுள்ளதாய் சலாகை அமைக்கப்படவேண்டும். 37.

க்ஷாரௌஷதங்களை எடுப்பதற்கு ஏற்ற மூன்று சலாகைகள்.

க்ஷாரரூபமான ஔஷதங்களை எடுப்பதற்கு உதவக்கூடிய வேறு சலாகைகளும் உண்டு; சுண்டுவிரல் நகத்திற்கும், பவித்திரவிரல் நகத்திற்கும், நடுவிரல் நகத்திற்கும் ஸமானமாய் முகத்தில் சிறிது பள்ளத்துடன் கூடியவைகளாய் முறையே மூன்று சலாகைகள் வேண்டும்; இவை எட்டு அங்குலம் நீண்டவையாயிருக்கும். 38.

ஆண்குறி முதலியதைச் சுத்தி செய்வதற்கான யந்திரங்கள்.

ஆண்குறி முதலியதை சுத்தம் செய்வதற்கும், அஞ்ஜனமிடுவது முதலிய காரியங்களுக்கும் உபயோகமாகக்கூடிய யந்திரங்களும் ஆங்காங்கு முன்னமே மொழியப்பட்டன.[1] 38½.

அநுயந்திரங்கள்.

அடியிற்கூறப்படுபவை அநுயந்திரங்கள்[2] ஆக உபயோகப்படும்: அவையாவன:— அயக்காந்தம், கயிறு, வஸ்திரம், கல், உலக்கை, தோல்வார், நரம்புகள், உரோமங்கள், நாக்கு, கிளைகள், நகம், வாய், பற்கள், கை, கால் என்னும் இவைகளேயாம்; இவையன்றி காலமும், வியாதி அல்லது உட்புகுந்த சல்யங்கள் வெளிப்படுவதற்கான பக்குவநிலைமை, பயம், ஸந்தோஷம் என்பவையும் சில ஸமயம் அநுயந்திரங்களைப்போலவே வேலைசெய்யக்கூடியன.

1. க்ஷாரங்கள் என்னும் காரமான ஔஷத நிர்மாணத்தைப்பற்றிய விவரம் 30-வது அத்தியாயத்தின் இறுதியில் கூறப்படும்.

2. க்ஷாரப்பிரயோகம், அக்னியினால் தாஹம் என்னும் சுடுதல் இவை 30-வது அத்தியாயத்தில் விவரிக்கப்படுகின்றன.

3. ஜாம்பவோஷ்டம்—நாவற்கொட்டையைப் போன்ற உதட்டையுடைய சலாகை.

4. பருமன், சிறுமன், நீண்டது என்னும் சலாகைகள் அடியில் வருமாறு கணக்கிடப்படும்:—(1) ஸ்தூல சலாகை, (2) ஸூக்ஷ்ம சலாகை, (3) தீர்க்க சலாகை என்று சலாகை மூன்றுவிதம். (1) ஸ்தூல ஜாம்பவோஷ்டசலாகை, (2) ஸூக்ஷ்ம ஜாம்பவோஷ்டசலாகை, (3) தீர்க்க ஜாம்பவோஷ்ட சலாகை என்று ஜாம்பவோஷ்டம் மூன்றுவிதமாம்.

1. ஆண்குறியை சுத்திசெய்தல் என்பது உத்தரவஸ்தியைச் சேர்ந்த சிகித்சை; இவ்வாறு சுத்தம் செய்வதற்கான கருவியைப்பற்றி 158-வது பக்கம் பார்க்க. அஞ்ஜனமிடுவதற்கான சலாகையைப்பற்றி 175-வது பக்கம் பார்க்க.

2. அநுயந்திரங்கள்.—யந்திரங்களுடைய வேலைக்கு உதவியாகவோ அல்லது அவற்றினும் குறைந்த வேலையைச் செய்வதற்கோ உபயோகப்படும் யந்திரங்கள். இவற்றை உபயந்திரங்கள் என்றும் கூறுவர்.

உபாயங்களை உணர்ந்த வைத்தியன் அவ்வாறு யந்திரங்களுடைய காரியங்களை நுண்ணிய புத்தியைக்கொண்டு ஆலோசித்துப் பகுத்தறியவேண்டும். 39—40½.

யந்திரங்களுடைய பொதுவான வேலைகள்.

இடித்தல், கடைதல், நிறைத்தல், மார்க்கங்களைச் சுத்திசெய்தல், சுறண்டுதல், இழுத்தல், கட்டுதல், நசுக்குதல், உறிஞ்சுதல், உயரத்தூக்குதல், கீழே தாழ்த்துதல், அசைத்தல், ஒடித்தல், புரட்டுதல் அல்லது திருப்புதல், நேர்மையாகச் செய்தல் என்னும் இவை யந்திரங்களுடைய வேலையாகும். 41.

கங்கமுக யந்திரத்திற்கான பிராதான்யம்.

"கங்கமுகயந்திரம்" என்னும் கருவியானது,[1] நன்றாகப் புரண்டு திரும்புகையாலும், ஆழமான ஆசயங்களில் எளிதில் நன்றாக உட்புகக்கூடியதாய் இருப்பதாலும், பற்றிக்கொள்ளவேண்டியதை கெட்டியாகப் பற்றியிழுக்கத் தகுந்ததாயிருப்பதாலும் யந்திரங்கள் அனைத்திலும் இதுவே பிரதானமாயிருக்கின்றது; மேலும் எல்லா அவயவங்களிலுமே உபயோகிப்பதற்கு இதுதான் ஏற்ற கருவியாகும். 42.

இருபத்தாறுவது அத்தியாயம்.

அப்பால் சஸ்திரவிதி[1] என்னும் அத்தியாயம் விவரிக்கப்படுகின்றது:—

சஸ்திர நிர்மாணத்திற்கான பொது விஷயம்.

ஆயுத நிர்மாணங்களில் திறமை வாய்ந்த வேலைக்காரரால் அமைக்கப்பட்டு சிகித்ஸையில் உபயோகிப்பதற்கு ஏற்ற சஸ்திரங்கள் பொதுவாக இருபத்தாறும்; அவை உரோமங்களைச் சிரைக்கக்கூடிய கருக்குள்ளவைகளாக இருக்கவேண்டும்; அச்சஸ்திரங்களில் பெரும்பான்மையானவை ஆறு அங்குலம் நீளமுடையன; அவற்றைப் பார்ப்பதற்கு அழகாகவும், நல்ல கருக்குள்ளவையாகவும், அழகாகக் கரத்தினுள் அடங்கக்கூடிய பிடிகளுள்ளவையாகவும் செய்யவேண்டும்; அவை நன்றாக ஊதப்பட்டு சுத்தமான எஃகை உருக்கி வார்த்து ஆகவே காடுகட்டாதவாறு ஒழுங்காக அமைக்கப்பட்டு, நன்றாகத் திரட்டி சாணையிடப்பட்டு, கருநெய்தல் மலர்களைப்போன்ற காந்தியுடையவைகளாகவும் இருக்கவேண்டும்; அவற்றின் உருவங்கள் அதனதன் பெயருக்கு ஏற்றவண்ணம் அமைந்திருக்கவேண்டும்; அவற்றின் கருக்கானது சஸ்திரத்தினுடைய அகலத்தில் எட்டில் ஒருபங்காகவும் இருக்கவேண்டும்; எந்தெந்த ஸ்தானத்தில் எந்தெந்த சஸ்திரம் உபயோகிக்கவேண்டுமோ அததற்குத் தகுந்தபடி ஒவ்வொரு சஸ்திரத்திலும் இரண்டோ மூன்றோ வேண்டியிருக்கும். சஸ்திரங்களை, வைத்தியர் எப்பொழுதுமே அருகில் ஆயத்தமாய் வைத்திருப்பது அவசியம். 1—4.

1. கங்கமுகயந்திரம்—கங்கம் என்றும் பருந்து என்னும் பறவை; அதன் முகத்தைப்போன்ற முகமுடையதாக அமைக்கப்பட்ட யந்திரம் என்பது பொருள்.

1. சஸ்திரவிதி—தேஹத்தில் வித்ரதி முதலியதை அறுப்பது முதலிய காரியங்களில் உபயோகிக்கும் ஆயுதம் இங்கு சஸ்திரம் என்படுகிறது. அவ்வித ஆயுதங்களைப்பற்றிய விதிகளைக் கூறும் அத்தியாயம் என்று பொருள்.

அவற்றுள் மண்டலாக்ரம் என்னும் சஸ்திரம்[1] ஒன்று; இது ஆள்காட்டி விரலுடைய நகத்தின் உட்புறம்போல வளைந்து கூர்மையான கருக்குடன் கூடியது. இந்த சஸ்திரம் போதகீ, சுண்டிகா முதலிய [2] வியாதிகளைக் கீறுவதற்கும், அறுப்பதற்கும் உபயோகிக்கப்படும். 5.

மண்டலாக்ரமும் அதன் உபயோகமும்.

க்ஷுரம் என்னும் கத்திபோல் வ்ருத்தி பத்திரம் என்கிற சஸ்திரத்தை [3] அமைக்கவேண்டும். இது அறுத்தல், வெட்டுதல், கிழித்தல் என்னும் வேலைகளில் உதவும்; வீக்கம் மேலோடு உயர்ந்திருந்தால் அதில் வளைவில்லாமல் நீண்ட முனையுடன் கூடிய விருத்தி பத்திரமும், அதற்கு மாறாக ஆழமான வீக்கத்துடன்கூடிய விரணத்தில் பின்புறமாக வளைந்த முனையையுடைய வ்ருத்தி பத்திரமும் உபயோகிக்கத் தகுந்தவையாம். 6.

வ்ருத்திபத்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

உத்பலபத்திரம் என்றும்,[4] அத்யர்த்த தாரை என்றும் [5] இரண்டு சஸ்திரங்கள் உண்டு; இவற்றுள் முதலிற் கூறியது சிறிது நீண்ட முகமுடையது; சேதநம் என்கிற அறுக்கும் வேலையில் உபயோகிக்கக் கூடியது. இரண்டாவது சஸ்திரமோ குறுகிய முகமுடையதாய் பேதநம் என்னும் பிளக்கும் வேலையில் பிரயோகிக்கத் தகுந்ததாம். 6¾.

உத்பல பத்திரமும அத்யர்த்த தாரையும் அவற்றின் உபயோகங்களும்.

1. மண்டலாக்ரம்—சிறிய வாள் என்று சொல்லலாம்.
2. போதகீ சுண்டி என்பவை நேத்திரத்திலுண்டாகும் சில வியாதிகள்.
3. வ்ருத்தி பத்திரம்—அகன்ற தளமுள்ள கத்தி.
4. உத்பல பத்திரம்—நெய்தல் மலரைப்போன்ற தளத்தையுடைய சஸ்திரம்.
5. அத்யர்த்ததாரை—உத்பலபத்திரத்திலும் ஒன்றரைப்பங்கு குறைந்த அகலமான கூர்மையுடைய சாஸ்திரம் எனப்பொருள்.

ஸர்ப்பமுகம் [1] என்னும் சஸ்திரம் நாசியிலும் செவியிலும் உண்டாகும் அர்சஸ்ஸுகளை அறுப்பதற்கும் வெட்டுவதற்கும் உதவும்; இதன் கருக்கு அரை அங்குலம் அகலமுடையதாயிருக்கும். 7½.

ஸர்ப்ப முகமும் அதன் உபயோகமும்,

விரணம் முதலியவற்றில் புரையோடும் வழியைத் துளாவுவதற்கு உபயோகமான சஸ்திரம் ஏஷணீ [2] என்று வழங்கப்படும்; அது கரடுமுரடாக இல்லாமல் வழுவழுண்டு மண்ணுணிப்பாம்பு போன்ற முகமுடையதாய் அமைக்கப்படவேண்டும். 8.

ஏஷணீயும் அதன் உபயோகமும்.

பேதநம் என்னும் பிளக்கும் வேலையில் உபயோகமாகக்கூடியதும், ஊசி முனைபோன்ற முகமுடையதுமான மற்றொரு ஏஷணீ [3] உண்டு; இதற்கு அடியில் ஒரு த்வாரமும் அமைக்கப்பட்டிருக்கும். வஞ்சியிலை போன்ற கருக்கும் உருவமுமுள்ளதாய் வேதஸ பத்திரம் என்னும் சஸ்திரம்[4] நிர்மிக்கப்படும்; இது குத்துவதற்கு உதவும். 8¾.

ஸூசீமுக ஏஷணீயும், வேதஸ பத்திரமும் அவற்றின் உபயோகமும்.

1. ஸர்ப்பமுகம்—ஸர்ப்பத்தின் முகம்போன்ற முனையையுடைய சஸ்திரம்.
2. ஏஷணீ—இது ஸாதாரண ஏஷணீ அல்லது கண்டுபேத முகைஷணீ என்று கூறப்படும்.
3. ஊசிமுனைபோன்ற முகமுடையதாகையால் ஸூசீமுகைஷணீ என்று இது கூறப்படுகிறது.
4. வேதஸபத்திரம்—நீர்வஞ்சியிலைபோன்றதாயிருப்பதால் இப்பெயர் வந்தது.

சராரி யென்னும் பக்ஷியின் முகம்போன்ற முகமுடையதாய் ஒரு சஸ்திரம் உண்டு; அதற்கு சராரீமுகம்[1] என்று பெயர்; அவ்வாறே மூன்று முனைகளுடன் கூடியதாய் செய்யப்படும் சஸ்திரத்திற்கு த்ரிகூர்ச்சகம் [2] என்று பெயர்; இவ்விரண்டு சஸ்திரங்களும் ஸ்ராவ்யம் என்கிற இரத்தத்தைப் பெருக்கும் வேலைக்கு உபயோகப்படுகின்றன. வாயினுள் இரத்தம் ஸ்ரவிக்கச் செய்வதற்கு குசாடா [3] என்னும் சஸ்திரம் பிரயோகிக்கப்படும்; சராரீ முகத்தினுடையவும், குசாடாவினுடையவும் கருக்கு முனைகள் இரண்டு அங்குலம் அளவாகச் செய்யப்படவேண்டும். 9, 9½.

சராரீமுக-த்ரிகூர்ச்ச - குசாடா சஸ்திரங்களும் அவற்றின் உபயோகமும்.

ஆந்தர்முகம்[4] என்னும் சஸ்திரமும் ஒருவாறு குசாடாவைபபோன்றதாகவே இருக்கும்; அதனுடைய கருக்கு ஒன்றரை அங்குலம் அளவுள்ளதாகும். அர்த்த சந்திரமுகம்[5] என்னும சஸ்திரமும ஒருவாறு அந்தர்முகம்போலவே இருக்கும. 10¼.

அந்தர்முகமும் அர்த்த சந்திர முகமும்.

வ்ரீஹிமுகம்[6] என்னும் சஸ்திரம் முனையில் ஒன்றரை அங்குலம அளவுடையதாயிருக்கும்; அதை விரைகளென்னும இரத்தக் குழாய்களையும், வயிற்றையும் கீறுவதற்குப் பிரயோகிக்கவேண்டும் 11.

வ்ரீஹிமுகமும் அதன் உபயோகமும்.

1. சராரீயென்பது மிக்க நீண்டும் அடியில் ஆழமாக விரிந்துமுள்ள அலகையுடைய பக்ஷி விசேஷம; அவ்வித பக்ஷியின் அலகுபோன்ற முனையுடைய சஸ்திரம சராரீமுகம் என்று கூறப்படுகிறது.
2. மூன்று முனைகளிருப்பதால் த்ரிகூர்ச்சகம் என்னும்பெயர் வந்தது.
3. குசாடா—தர்ப்பம்போல் நீண்டும் அதுபோல் கூர்மையாகவுமுள்ள சஸ்திரம்.
4. அந்தர்முக சஸ்திரம்—கத்தரி முதலியவற்றிற்கு இருப்பதுபோல் உட்புறமாகக் கருக்கையுடைய சஸ்திரம்.
5. அர்த்தசந்திரமுகம்—முனையில் அஷ்டமீ சந்திரனைப்போன்ற உருவமுள்ளது.
6. வ்ரீஹிமுகம—வ்ரீஹியென்றால் நெல்; அதுபோன்ற முகமுடைய சஸ்திரம் வ்ரீஹிமுகமாம்.

பசுவின் பல்லைப்போன்ற உருவமுள்ளதாய் அரை அங்குலம் அளவுள்ள முகமுடையதாக குடாரீ[1] என்னும் சஸ்திரம் பெரிய உருவாகச்செய்யப்படவேண்டும்; இச்சஸ்திரம் ஒரு தண்டத்தில் சேர்க்கப்பட்டிருக்கும்; இதை உயரநிமிர்த்தியவாறு அஸ்திகளின்மேல் அமைந்துள்ள விரையைக் கீறவேண்டும். 12.

குடாரியும் அதன் உபயோகமும்.

செப்புக்கம்பியினால் இரண்டு முனையிலும் முகமுடையதாக சலாகை ஒன்று செய்யவேண்டும்; அதன் முகம் சிவந்த மருதோன்றிச் செடியின் மொட்டு போன்றதாயிருக்கவேண்டும்; இது த்விமுக சலாகை எனப்படும்; இதனால் லிங்கநாசம் [2] என்னும் நேத்திரத்திலுண்டாகும் வியாதியைக் கீறலாம். 12¾.

த்விமுக சலாகையும் அதன் உபயோகமும்.

அங்குலி சஸ்திரம் [3] என்பதை அடியில் வருமாறு அமைக்கவேண்டும்: மோதிரம மாதிரி வலயம் செய்யப்பட்டு, அதிலிருந்து இச்சஸ்திரத்தின் முகம் ஆரம்பிக்கப்பட்டு நீண்டிருக்க வேண்டும; இதன் கூரான பாகம் அரை அங்குலம் நீண்டிருக்க வேண்டும்; இதன் உருவம் வ்ருத்தி பத்திரம் போன்றதாகவோ மண்டலாக்ரம் போன்றதாகவோ இருக்கும்; ஆள்காட்டி விரலின் முதற்கணுவில் பிடிக்கக்கூடிய அளவுள்ள மோதிரமுடையதாய் இரண்டு தாள்களும் ஒன்றோடொன்று இணைந்திருப்பதற்காக ஸூத்திரத்

அங்குலி சஸ்திரமும் அதன் உபயோகமும.

1. குடாரீ—சிறிய கோடரியைப்போன்ற சஸ்திரம்.
2. லிங்கநாசம்—தர்சன சக்தியை முற்றிலும் போக்கி நேத்திரத்தில் வெளிச்சம் சிறிதும் உட்புகாவண்ணம் செய்துவிடும் வியாதி.
3. அங்குலி சஸ்திரம்—விரலில் மாட்டிக்கொண்டு தொண்டையில் சஸ்திர சிகித்ஸை செய்வதற்கு உபயோகமான சஸ்திரம்.

திணல் கட்டப்பட்டிருக்கும். இது தொண்டையிலுண்டாகும்ரோகங்களைச்சேதநம்செய்யவும் பிளக்கவும் உபயோகிக்கப்படும். 13—15.

படிசமும் அதன் உபயோகமும்.

படிசம்[1] என்னும் சஸ்திரமானது களசுண்டியென்னும் தொண்டையிலுள் வீங்கிய கிரந்திகளையும், அர்மம் முதலிய மற்ற வீங்கிய பாகங்களையும் பற்றிக் கொள்வதற்கு உபயோகமான சஸ்திரம்; இதன் மூகம் நன்றாக வளைந்திருக்கும். 15½.

கரபத்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

அஸ்திகளை அறுப்பதற்கு உபயோகமானது கரபத்திரம்[2] என்னும் சஸ்திரம்; இதன் கருக்கு மிகவும் கடினமாயிருக்கும்; இது நீளத்தில் பத்து அங்குலமும், அகலத்தில் இரண்டு அங்குலமுமாயிருக்கும்; பற்கள் சிறியவைகளாய் வரிசையாய் அமைந்திருக்கும்; கைப்பிடி முதலிய பந்தநங்கள் கெட்டியாக இணைக்கப்பட்டிருக்கும். 16½.

கர்த்தரியும் அதன் உபயோகமும்.

ஸாதாரண கர்த்தரியைப் போலவே இன்னும் தீக்ஷ்ணமாக கர்த்தரீ என்னும் சஸ்திரம் அமைக்கப்படும்; இது ஸ்நாயுக்களையும்[3], நூல்களையும், மயிர்களையும் அறுப்பதற்கு உபயோகிக்கப்படும். 17.

நக சஸ்திரமும் அதன் உபயோகமும்.

ஒன்பது அங்குலம் நீளத்தில் இரண்டு முகங்களுடையதாய் நகசஸ்திரம்[4] என்னும் கருவியைச் செய்யவேண்டும்; அதில் ஒரு பக்கத்து முனை நகம்போல் வளைவாகவும், மற்றொரு பக்கத்து முனை நேர்மையாகவும் உள்ள கருக்குகளுடன் கூடியதாயிருக்கும். இக் கருவி ஸூக்ஷ்மமான முள் முதலிய சல்யங்களை வெளிப்படுத்தவும், அறுத்தல், குத்தல், கொந்துதல், கீறல் என்னும் வேலைகளைச் செய்யவும் உபயோகமானது. 18.

தந்தலேகநமும் அதன் உபயோகமும்.

ஒரே பக்கத்தில் கருக்குடையதாகவும், நாற்சதுரமான நாளமுள்ளதாகவும், மற்றொரு பக்கத்தில் கட்டுள்ளதாகவும் தந்தலேகநம்[1] என்னும் சஸ்திரம் நிர்மிக்கப்படும்; இதனால் பற்களின் பின்புறத்திலுண்டாகும் தந்த சர்க்கரைகளைத்[2] தேய்த்து சுத்தி செய்யலாம். 19.

ஸூசிகளும் அவற்றின் உபயோகமும்.

சஸ்திரகர்மத்தில் தைப்பதற்கு உதவக்கூடிய மூன்று விதமான ஊசிகள் உண்டு; அவை நூல்கள் புகுந்து அடங்கக் கூடியவையாகவும், எளிதில் ஒடியா வண்ணம் திடமாகவும் இருக்கவேண்டும்; சதை பருத்த இடங்களைத் தைப்பதற்கு வேண்டிய ஊசிகள் மூன்று பட்டைகளுள்ளதாய் மூன்று அங்குலம் நீண்டிருக்கவேண்டும். சதை குறைந்து எலும்பு அடர்ந்த இடங்களிலும் ஸந்திகளிலும் உள்ள விரணங்களைத் தைப்பதற்கு இரண்டு அங்குலம் நீண்டதாயிருக்கவேண்டும். பக்வாசயம் ஆமாசயம் முதலியவிடங்களைத் தைக்கவேண்டுமானால், நெல்லைப்போன்ற முகமுடையதாகவும், வில்லைப்போல வளைந்ததாகவும், இரண்டரை அங்குலம் நீண்டதாகவும் இருக்கவேண்டும். 20—21½.

1. படிசம்—தூண்டுமுள்.
2. கரபத்திரம்—சிறிய கைவாள்.
3. ஸ்நாயு—தசை நார்கள் என்னும் மாம்ஸ பேசிகளை எலும்புகளுடன் பிணைப்பதற்கு உபயோகமான நார்.
4. நக சஸ்திரம்—முள் வாங்கியைப்போன்ற கருவி.

1. தந்தலேகநம்—பற்களைச் சுரண்டும் கருவி.
2. தந்த சர்க்கரை—பற்களின் பின்புறங்களில் சுண்ணாம்புபோல் கரடு கட்டியிருக்கும் காரை யெனப்படும் செதில்கள்.

கூர்ச்சமும் அதன் உபயோகமும்.

அவ்வூசிகள் மூன்றிலும் திரண்டுருண்டவைகளாய் நாலு அங்குலம் நீண்டும் இருக்குமானால் அதற்குக் கூர்ச்சம்[1] என்று பெயர்; வட்டமான சிறியதோர் பீடத்தில் இவ்விதமான ஏழெட்டு ஊசிகளைவைத்து அனைத்தையும் ஒன்றாகக் கட்டிவிடவேண்டும். இக்கூர்ச்சத்தை - நீலிகா-வியங்கம் என்கிற வியாதிகளிலும், மயிர்களை உதிர்ப்பது - கொந்துவது என்னும் வேலைகளிலும் உபயோகிக்கலாம். 22, 22½.

கஜமும் அதன் உபயோகமும்.

அரை அங்குலத்திற்கு உட்பட்ட முகமுடைய வட்டமான எட்டு முட்களை அதன் சிகரத்தைச்சுற்றிலுமுடையதான சஸ்திரம் கஜம்[2] எனப்படும்; இதை நாசியினுள் மெதுவாகச் செலுத்தி இரண்டு கைகளாலும் கடைந்து இரத்தத்தை அங்கிருந்து வெளிப்படுத்தலாம். 23½.

யூதிகாவும் அதன் உபயோகமும்.

கர்ணபாளீ யென்னும் காதிலுண்டாகும் விரணங்களைக் குத்தி ஸ்வஸ்தம் செய்வதற்கு யூதிகா[3] என்னும் சஸ்திரம் உபயோகிக்கப்படும்; அது மொட்டுபோன்ற முகமுடையதாயிருக்கும். 24.

ஆராவும் அதன் உபயோகமும்.

ஆரா[4] என்னும் சஸ்திரம் முகத்தின் வட்டத்தில் அரை அங்குலம் அளவுள்ளதாயிருக்கும்; விரணம் முதலியவற்றில் உட்செல்லக் கூடிய அதன் மேற்பாகமும் அரை அங்குலம் அளவாகவே அமைக்கப்பட்டிருக்கும்; நான்கு பட்டைகள் நிறைந்த இச்சஸ்திரத்தினால் பக்குவமாயிற்றா ஆமநிலைமையில் இருக்கிறதாவென்று நிச்சயிக்க முடியாத ஸந்தேஹிக்கக்கூடிய வீக்கத்தையும், அதிகமாய் விருத்திபான கர்ணபாளீ யென்னும் காதிலுண்டாகும் விரணத்தையும் கொந்தியெடுக்கலாம். 25½.

கர்ணவேதநீயும் அதன் உபயோகமும்.

கர்ணவேதநீ[1] யென்னும் ஒருவித ஊசியானது மூன்று அங்குலம் நீண்டிருக்கும்; அதில் முனைக்குக் கீழே மூன்றில் ஒரு பங்கு தூரத்தில் த்வாரம் அமைக்கப்பட்டிருக்கும்; இது காது குத்துவதற்கும், கர்ணபாளிகளைக் கொந்துவதற்கும் உதவும். 26.

அநுசஸ்திரம் முதலியவை.

அட்டை, க்ஷாரங்கள், அக்னி, காசம் என்னும் கண்ணாடித்துண்டு, இலைகள், நகம் முதலிய லோஹ ஸம்பந்தமற்ற வஸ்துக்கள் அநுசஸ்திரங்கள்[2] எனப்படும். இவ்வாறே வைத்தியர் அவரவருடைய யுக்தியையும் யோசனையையும் உபயோகித்து இன்னும் அநேக சஸ்திரங்களையும் இன்னும் வேறு வகையான யந்திரங்களையும் சிகித்ஸா முறைகளுக்கு உதவுமாறு அமைத்துக்கொள்வார்களாக. 27, 27½.

சஸ்திரங்களுடைய ஸாதாரண வேலைகள்.

வெளியில் பிடுங்கியெடுத்தல், பிளக்குதல், தைத்தல், துளாவல், கீறுதல், கொந்துதல், குத்துதல், அறுத்தல், வெட்டுதல், கடைதல், பற்றிக்கொள்ளுதல், சுடுதல் என்னும் இவை அச்சஸ்திரங்களுடைய வேலைகளாம். 28½.

1. கூர்ச்சம்—நீண்ட அநேகம் தாடிகளைப்போன்ற ஊசிகள் சேர்ந்து அமைந்ததால் கூர்ச்சம் எனப் பெயர்வந்தது.
2. கஜம்—துடைப்பு என்று பொருள்; ஆனால் இது ஒருவாறு மத்தைப்போல் இருக்கும்.
3. யூதிகா—முல்லைப் பூவைப்போல் இருப்பதால் இப்பெயர் வந்தது.
4. ஆரா—ஒருவிதமான அரம் என்னும் கருவி.

1. கர்ணவேதநீ—காது குத்துவதற்கு உதவக்கூடிய கருவி.
2. அநுசஸ்திரங்கள்—சஸ்திரங்களுக்கு உதவியான கருவிகள் என்னும், அவற்றினும் சிறிது குறைவான வேலைகளைச் செய்யக்கூடியவை யென்றும் கருதி இவை அநுசஸ்திரங்கள் எனப்படுகின்றன; உபசஸ்திரங்கள் என்றும் கூறலாம்.

சஸ்திரங்களுக்குப் பொதுவான எட்டுதோஷங்கள்.

மொக்கை, கருக்கில் சிதைவு, வேண்டிய அளவினும் மிக மெல்லியதாயிருத்தல், பருமனாயிருத்தல், குறுகியிருத்தல், மிகவும் நீண்டிருத்தல், வளைந்திருத்தல், கருக்கு மழுக்கங்கொண்டிருத்தல் என்னும் இவை சஸ்திரங்களுக்குப் பொதுவாய் ஏற்படக்கூடிய எட்டு தோஷங்கள் என்று கூறப்படுகிறது. 29½.

காரியங்களுக்கும் கருவிகளுக்கும் தகுந்தவாறு சஸ்திரங்களைப் பிடிக்கும் வகை.

அறுத்தல், பிளத்தல், கீறுதல் என்னும் இக்காரியங்களைச் செய்வதற்கு சஸ்திரத்தை அதன் கணுவுக்கும் கருக்குமுனைக்கும் இடையில் ஆள்காட்டி விரல், நடுவிரல், பெருவிரல் இவற்றால் ஒரேமனதாய் திடமாகப் பிடிக்கவேண்டும். ஸ்ராவணம் என்னும் இரத்தத்தைக் கசியவிடவேண்டிய வேலைகளில் சஸ்திரத்தை அதன் கணுவின் முடிவில் ஆள்காட்டி விரலாலும் பெருவிரலாலும் கிரஹிக்கவேண்டும். வ்ரீஹிமுகம் என்னும் ஆயுதத்தை கரதலத்தில் அதன் கணுப்பிரதேசம் வரையில் மறைந்திருக்குமாறு பிடித்துக்கொண்டு முகத்தைக் கிரஹித்து வேலை செய்யவேண்டும். ஆஹாரணம் என்னும் பிடுங்கியெடுக்கும் வேலையில் சஸ்திரங்களை அடிப்பிரதேசங்களில் பிடிக்கவேண்டும். மற்ற வேறு சஸ்திர சிகித்ஸைகளில் ஸௌகரியப்படி கருவிகளைப் பிடித்துக்கொள்க. 30—32.

சஸ்திர கோசம்என்னும் ஆயுதப் பெட்டி.

சஸ்திரங்களை வைப்பதற்கான கோசம் என்னும் பெட்டி அடியிற் கூறப்படுமாறு அமைக்கப்படும்: பெட்டியானது, ஒன்பது அங்குலம் அகலமும், பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமுமுள்ளதாய் தகுந்தவாறு பருமனாக இருக்கவேண்டும்; முகமற்பட்டு, மயிரிழைமுனைகள் மேல்நூக்கிநிற்கும் ஒருவித பட்டு, ஸாதாரணப் பட்டு, வெண் பட்டு, மிருதுவான சர்மம் இவ்வஸ்துக்களால் அது அமைக்கப்படவேண்டும்; தையல் கெட்டியாகவும் பார்ப்பதற்கு விகாரமில்லாமல் அழகாகவும் அமைந்திருக்க வேண்டும்; சஸ்திரங்கள் வைப்பதற்கு ஏற்றவாறு இடையிடையில் பட்டு அல்லது மயிரிழைகள் வைத்து இடைவெளி ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கும்; பெட்டியின் உள்ளே சஸ்திரங்கள் வைக்குமிடத்தில் அடியில் நெடுக ஒரு நூல் அல்லது மிருதுவான மெல்லியகயிறை வைத்திருக்கவேண்டும்; இதன் மேல்முடியைப் பூட்டுவதற்கு அநுகூலமான தாழ்ப்பாள் இடப்படவேண்டும்; கோசமானது முற்றிலும் அழகாகவும் ஏந்துவதற்கு ஏற்றவாறும் அமைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும். 33, 34.

அட்டைகளின் பிரயோகத்திற்கு ஏற்றவர்கள்.

கஷ்டங்களைத் தாங்கமுடியாத ஸுகதேஹிகளுடைய சரீரத்திலிருந்து இரத்தத்தை ஸ்ராவிக்கச் செய்ய வேண்டுமானால் அட்டைகளைப் பிரயோகிக்க வேண்டும். 35.

பரிஹரிக்கக் கூடிய விஷகுணமுள்ள அட்டைகள்.

கெட்டுப்போன ஜலத்திலும், மத்ஸியம்-தவளை- ஸர்ப்பம் இவை முதலியவற்றின் சவங்கள் அழுகியும் மற்றும் பலவித அழுக்குகள் சேர்ந்துமுள்ள இடங்களிலும் உற்பத்தியான அட்டைகளும், சிவப்பாகவோ வெண்மையாகவோ மிகவும் கறுப்பாகவோ இருப்பவையும், வெகு சபலமாக அசைபவையும், பருத்துப் பசையுள்ளவையும், இந்திர தனுஸ்ஸைப்போல் பல வர்ணங்களான வெவ்வேறு வரிகளை மேலே அமையப் பெற்றவையும், மயிர்கள் அடர்ந்தவையுமான அட்டைகளும் விஷகுணமுள்ளவையாகையால் அவற்றை இச்சிகித்ஸையில் உபயோகிக்கக் கூடாது. 36, 36½.

161988