"நோயற்றவாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்"

வைத்திய கலாநிதி

ஒரு மாதாந்தர வைத்திய-சுகாதாரப் பத்திரிகை.

THE VAIDYA KALANIDHI.

A Tamil Monthly Journal of Medicine, Hygiene and Sanitation.

EDITED BY

Pandit M. DURAISWAMI AIYANGAR,

Ayurveda Bhushan

Diplomaed Ayurvedic Doctor ; Physician, S. K. P. D. Hospital ;
Lecturer, The Madras Ayurvedic College and Author of
Sarngadhara Samhita, Kadambari,
Meghasandesa (in Tamil) etc., etc.

இரண்டாம் புஸ்தகம்.

[ஆனந்த௵ ஆவணி௴ முதல் ராக்ஷஸ௵ ஆடி௴ வரையில்.]

Vol II.

[From September 1914 to August 1915.]

MADRAS:

The "Vaidya Kalanidhi" Office

1915

விலை ரூ. 4-4-0.] [Price Rs. 4-4-0.

[*All Rights Reserved.*]

162036

சென்னை :
தாம்ஸன் அண்டு கம்பெனி
"மினெர்வா" அச்சுக்கூடத்திற் பதிப்பிக்கப்பட்டது.

INDEX.

(FOR SECOND VOLUME.)

ORIGINAL ARTICLES.

ARTICLES.	CONTRIBUTORS.	PAGE.
A Case of Incontinence of Urine	D. Sambhu Prasad, Medical Practitioner	179
Advice to parents with regard to whooping cough	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physician	149
A Historical Sketch of Unani Medicine	Hakim M. K. Syed Muhamad Pulavar	169,224,245
An Appeal to the Ayurvedic Doctors	Vaidya Jadavji Trikamji Acharya	186
Care of the Tooth	J. J. Bell, M. D. (from Good Health)	252
Danger of Negligence of slight wounds	S. Rajagopalan, Ayurvedic Physician	248
Dhara Kalpa or the Ayurvedic system of Douch Bath	N. Madhava Menan, Ayurveda Bhushan,	121,172,193,221
Good Health	B. C. Dixon (from Family Doctor)	127
Head ache	C. Krishna Reddi, B.A., M.B. & C. M	1
Hints on the Prevention of Dyspepsia	A. B. Olson, M. D., D. P. H.	201
Home Treatment of habitual constipation	A. M. Masilamani Mudaliar, L.M. & S.	11
Indian hill stations as health resorts	Ramanarayan, L.M. & S.	217
Infantile convulsions	A. M. Venkateswara Aiyar, Vaidyar,	78
Intestinal tape worm	C. Harihara Aiyar, Medical Practitioner.	7
Jaundice and its treatment	V. S. Aiyan Pillai, Vaidyar	154
Makaradhwaja and its uses	Pandit T. Vaidyanathan	266
Mal-nutrition amongst school children	F. H. Marison, M. D., D. P. H.	227
Medicine	L. J. L. Haga.	56
Methods of purification of Pearl	V. S. Aiyan Pillai, Vaidyar	80
Milleped and children	Do. do.	25
Mineral Constituents of the food	A. M. Masilamani Mudaliar, L.M.&S.	197
Mumps	C. H. Hayton, B.A., M.D.	268
Our customs and Hygienic Principles	Pandit T. K. Ramabhadra Sarma, R. V. C.	60
Our Food	A. M. Masilamani Mudaliar, L.M. & S.	197
Physicians in India and Medical Journals	Ramanarayan, L.M. & S.	107
Sleep in relation to health	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physician	275
Summer Diarrhoea	C. H. Hayton, B.A., M.D.	38
The Ayurvedic System of Vapour bath and fomentation	N. Madhava Menan, Ayurveda Bhushan.	31

		PAGE.
The claims of Indian systems of Medicine ...	Dr. Sir. Bhalchandra Krishna, K. T., L. M. J P.	... 145
The Diet and Health ...	C. Paramananda Das Navavathy	151, 177
The Hospital treatment ...	S. Rajagopala Chariar, B.A.	... 54
The Principalness of Anatomy and Physiology in Medicine ...	Kaviraj Gananathsen, M.A., LM. & S., Vidyanithi and Kavi Bhushan	... 48,73,105
The Secret of Long life ...	C. A. Venugopal Chetty, Physician	... 11
The Sixth All-India Ayurvedic Conference Address of Welcome ...	Vaidyaratna Kaviraj Jogindranath Sen, M.A., Vidya Bhushan	... 108
The Truth about Tea ...	A. B. Olsen, M. D., D. P. H.	... 97
The use of the Thermometer ...	M. S. Aiyangar, Ayurvedic Physician	... 250
Vaccination and Sanitation ...	J. R. Mirzan	... 204
Village Sanitation ...	Dr. K. C. Banerjee	... 3

LEADING ARTICLES.

PAGE.

A Lesson on Malaria ... 87
All-India Ayurvedic Conference and Exhibition ...68, 91
All-India Vaidyak and Unani Tibbi Conference and Exhibition ... 160
An Appeal to H. E. the Governor of Bombay by All-India Ayurvedic Conference ... 281
An Ideal Food for war time ... 180
A practical Method of Reducing Flesh... 258
Association of ancient Medicine of India of Kumbakonam ... 92
A Tuberculosis Sanitorium at Madanapalle ... 254
Ayurvedic Doctors and their Indispensable duties ... 157
Bilious Fever ... 235
Book Reviews ... 70, 118
Common sense in Managing Digestive disorders ... 17
Correspondence ...164,186
Curative springs in Madras ... 85
Cuts and Bruises ... 279
Drugs and Medicines 21,46,71,93,118,141,165 [190,214,239,261,286
Fifty Doctors against Alcohol ... 45
First aid to the Injured ... 81
Food for old people ... 19

PAGE.

Guinea Worm disease in India ... 185
How the Farmer can prevent Malaria ? ... 20
How to avoid the Common Cold ? ...116,137
Hygiene of the Bed room ... 131
Malaria and its History ... 277
Medical Relief in the Madras Presidency. 42
Notes and Items of interest ...23,47,72,94, [119,143,166,191,215,240,263,287
Notice to contributors ... 156
Our Legislative Council and Indigenous Systems of Medicine ... 63
Prevention of poisoning ... 139
Questions and answers ... 164,188,212,237, [260,283
Respiration and its uses ... 89
Rheumatic Fever ... 183
Sunlight treatment ... 257
The All-India Ayurvedic Conference ... 205
Do. do. Sixth session ... 134
Do. do. Seventh session ... 186
The Indian Medical Service .. 210
The Infection and the Germ theory ... 230
The War and Indigenous Medical Practitioners ... 15
Tobacco is Injurious to boys ... 20
Town planning and Sanitation ... 113
Vaccination ... 162

அட்டவணை.

விசேஷ வியாஸங்கள்.

வியாஸங்கள்.	வியாஸமெழுதியவர்கள்.	பக்கம்.
அம்மை குத்துதலும் சுகாதாரமும் ...	ஜே. எஸ். மிர்ஸான்	.. 204
அருமையான ஆரோக்கியம் ...	பி. வி. டிக்ஸன்	... 127
அஜீர்ண முண்டாகாமல் தடுப்பதற்கான குறிப்புகள் ...	ஏ.பி. ஒல்ஸென், எம்.டி., டி.பி. எச்.	... 201
ஆயுர்வேத முறைப்படி செய்யப்படும் ஸ்வேத சிகித்ஸை ...	என். மாதவமேனன், ஆயுர்வேத பூஷண,	... 31
ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு ஓர் விண்ணப்பம் ...	வைத்திய யாதவஜீ த்ரிகம்ஜீ ஆசாரிய	... 186
ஆரோக்கியத்திற்கு ஆதாரமான இந்திய மலைப்பிரதேசங்கள் ...	ராம நாராயணன், எல். எம். எஸ்.	... 217
ஆறுவது அகிலபாரத-ஆயுர்வேத ஆலோசந மஹாஸபையில் படித்த நல்வரவு உபந்யாஸம் ...	வைத்திய ரத்ன, கவிராஜ் யோகீந்திர நாத் ஸேன், எம். ஏ. வித்யாபூஷண	... 108
ஆஸ்பத்ரிகளில் சிகித்ஸை ...	எஸ். இராஜகோபாலாசாரியர். பி.ஏ.	... 54
ஆஹாரத்தில் கனிஜபதார்த்தங்களின் கூறுபாடுகள் ...	ஏ. எம். மாசிலாமணி முதலியார் எல். எம் அண்ட் எஸ்.	... 197
ஆஹாரமும் ஆரோக்கியமும் ...	வி. பரமானந்ததாஸ் நவாவதி	... 151,177
இந்தியவைத்திய முறைகளைப்பற்றி ஒரு முறைப்பாடு...	டாக்டர். ஸர் பாலசந்திர கிருஷ்ண கே. டி. எல். எம். ஜே. பி.	... 145
இந்தியாவில் வைத்தியர்களும் வைத்தியப் பத்திரிகைகளும் ...	ராமநாராயணன், எல். எம். அண்ட். எஸ்.	... 101
இந்துக்களின் பண்டைக்காலத்திய இரஸாயன சாஸ்திரம் ...	டாக்டர். பி. வி. ராய்.	... 125
கண்டாலஜீரோகம் ...	வி. எச். ஹாய்டன். பி.ஏ, எம்.டி.	... 268
காமாலையும் அதன் சிகித்ஸையும் ..	வி. எஸ். ஐயன்பிள்ளை, வைத்தியர்,	... 154
கிராமங்களின் சுகாதாரமுறை ...	டாக்டர் கே. வி. பானர்ஜி	... 3
குடலிலுண்டாகும் நாடாப்பூச்சிகள் ...	வி. ஹரிஹர ஐயர், வைத்தியர்	... 7
குழந்தைகளின் இசிவு ...	எம். ஏ. வெங்கடேச்வர ஐயர், வைத்தியம்,	... 78
குழந்தைகளின் தாய் தந்தையர்களுக்குக் கக்கிருமலைப்பற்றிய உபதேசம் ...	எம். எஸ். ஐயங்கார், ஆயுர்வேதவைத்தியர்	.. 149
கோடைகாலத்தில் உண்டாகும் அதிஸாரம் ...	வி. எச். ஹாய்டன், பி.ஏ, எம்.டி.	... 38
சிறிய காயங்களை அலக்ஷியம் செய்வதாலுண்டாகும் அபாயம் ...	எஸ். இராஜகோபாலன், ஆயுர்வேதவைத்தியர்,	248
தலைவலி ...	வி. கிருஷ்ணசெட்டி, பி.ஏ. எம்.பி.வி.எம்.	... 1
தன் இச்சைக்கு அடங்காமல் மூத்திரம் வெளியாகும் ஒரு ரோகி ...	டி. சம்புப்ரஸாத், ஸப் அஸிஸ்டெண்ட் ஸர்ஜன்	... 179
தாராகல்பம் ...	என். மாதவமேனன், ஆயுர்வேத பூஷண	... 121,172,193,221
தீர்க்காயுளின் இரஹஸ்யம் ...	டாக்டர் வி. ஏ. வேணுகோபால் செட்டி	... 11
தெர்மாமீடரை உபயோகிக்கும் வகை ...	எம். எஸ். ஐயங்கார், ஆயுர்வேதவைத்தியர்	... 250

		பக்கம்.
தேயிலையின் தத்துவம் ...	ஏ.பி. ஓல்ஸென், எம்.டி., டி.பி. எச். ...	97
நமது ஆசாரங்களும் ஆரோக்கிய முறைகளும் ...	பண்டித டி. கே. ராமபத்ர சர்மா ஆர். வி. ஸி.	60
நமது உணவு ...	ஏ. எம். மாசிலாமணி முதலியார், எல். எம். எஸ்.	28
நல்முத்தைச் சுத்தி செய்யும் முறை ...	வி. எஸ். ஐயன்பிள்ளை, வைத்தியர் ...	80
நித்திரையும் ஆரோக்கியமும் ...	எம். எஸ். ஐயங்கார், ஆயுர்வேதவைத்தியர் ...	275
பள்ளிக்கூடச் சிறுவர்களின் சீர்கேடான போஷணை ...	எம். எச். மாரிஸன், எம்.டி., டி. பி. எச். ...	227
பற்களைப் பாதுகாத்தல் ...	ஜெ. ஜெ. பெல், எம். டி. ...	252
மகரத்வஜமும் அதன் உபயோகமும் ...	பண்டித டி. கே. வைத்தியநாதன் ...	265
மரவட்டையும் குழந்தைகளும் ...	வி. எஸ். ஐயன்பிள்ளை, வைத்தியர் ...	25
யூனானிவைத்தியத்தின் சுருக்கமான வரலாறு ...	ஹகீம், எம். கே. ஸயித் முகம்மத் புலவர், ...	169,224,245
வழக்கமாய்வரும் மலபந்தத்திற்கு வீட்டுசிகித்ஸை, ...	ஏ. எம். மாசிலாமணிமுதலியார், எல். எம். எஸ்.	241
வைத்தியசாஸ்திரத்தில் சரீரதத்துவத்தின் அறிவு பிரதானமானது ...	கவிராஜ், கணநாத்ஸேன், எம்.ஏ., எல். எம். எஸ். வித்யாநிதி, கவிபூஷண ...	49,73,105
வைத்தியம் ...	டாக்டர் எல். ஜே. எல். ஹாகா ...	56

பத்திராதிபருடைய வியாஸங்கள்.

	பக்கம்.
அகில-பாரத ஆயுர்வேத ஆலோசக ஸபை-ஆறாவது ஸம்மேளநம் ...	134
அகில-பாரத ஆயுர்வேத காங்பரென்ஸால் கனம் பம்பாய் கவர்னர் அவர்களுக்கு அனுப்பிய விண்ணப்பம் ...	281
அகில-பாரத ஆயுர்வேத காங்பரெஸ்-ஏழாவது ஸம்மேளநம் ...	186
அகில-பாரத ஆயுர்வேத யூனானி டிப்பிகாங்பரென்ஸும் பொருட்காட்சியும் ...	160
அகில-பாரத ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளநம் ...	205
அம்மைகுத்துதல் ...	162
ஆதபசிகித்ஸை ...	257
ஆமவாதஜ்வரம் ...	182
ஆயுர்வேதவைத்தியர்களும் அவர்களது இன்றியமையாக்கடமைகளும் ...	157
இந்தியன் மெடிகல் ஸெர்வீஸ் ...	210
இந்தியாவில் குரங்குக் குழந்தைகள் ...	91
இந்தியாவில் நரம்புச் சிலந்தி வியாதி ...	184
எல்லா இந்திய ஆயுர்வேத காங்பரென்ஸும் பொருட்காட்சியும் ...	68,91
ஐம்பது வைத்தியர்கள் மதுபானத்தை மறுத்தனர் ...	45
காயமுண்டவருக்கு உடனே செய்யவேண்டிய உதவி ...	81
கிழவர் உண்ணும் உணவு ...	19
கும்பகோணம் இந்திய ப்ராசீன வைத்திய ஸமாஜம் ...	92
சென்னை ராஜதானியில் பிணியகற்றும் ஊற்றுகள் ...	42
சென்னை ராஜதானியில் வைத்திய உதவி ...	42
ச்வாஸமும் அதன் உபயோகமும் ...	89
தொற்று வியாதியும் நுண்ணுயிர்க் கோட்பாடும் ...	230
நகரநிர்மாணமுறையும் சுகாதாரமும் ...	113
நமது சட்ட ஸபையும் சுதேசவைத்திய முறையும் ...	63
பள்ளியறையின் ஆரோக்கியமுறை ...	131
பித்த ஜ்வரம் ...	235
புகையிலை சிறு பிள்ளைகளுக்குக் கெடுதி செய்யும் ...	20
மதனபல்லியில் க்ஷயரோகிகளுக்கு ஓர் ஆரோக்கிய சாலை ...	254
மிதமிஞ்சிய மாம்ஸ வளர்ச்சியைக் குறைப்பதற்கான அனுபவ முறை ...	258
யுத்த காலத்திற்கேற்றதோர் உணவு ...	180
யுத்தமும் ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களும் ...	15
விசேஷ வியாஸங்களைப்பற்றிய ஓர் அறிவிப்பு.	156
விஷத்தினாலுண்டாகும் அபாயத்தைத் தடுத்தல் ...	139
விவஸாயிகள் விஷம ஜ்வரத்தைத் தடுப்பதெப்படி? ...	20
விஷமஜ்வரத்தைப்பற்றிய பாடம் ...	87
விஷமஜ்வரமும் அதன் சரித்திரமும் ...	277
வெட்டுக்காயங்களும் உள்காயங்களும் ...	279
ஜலதோஷத்தைத் தடுப்பதெப்படி?	116,137
ஜீர்ணசக்தியின் கோளாறுகளை ஒழுங்குபடுத்துவதில் இயற்கையறிவு ...	17

ஸந்தேஹ வினவிடைகள்.

	பக்கம்.
அப்ரகம் ...	261
ஆஹாரம் ...	188
ஒருவித சதைவளர்ச்சி ...	283
ஒருவித வாதநோய் ...	260, 284
ஓர் ஔஷதமும் ஔஷதச்சரக்கும் ...	238
காதிரைத்தல் ...	212
காதில் கிருமிகள் ...	238
காமாலையும் அதன் சிகித்ஸையும் ...	188
கோ-ஆ-குலென் ...	218
நன்னாரியும் யஷ்டிமதுகமும் ...	188
பலங்குன்றிய ஹ்ருதயம் ...	189
பித்தவாயுவும் எரிகுன்மவாயுவும் ...	283
மாக்ஷிகதாது ...	164
முழங்கால் முட்டுதல் ...	237
மூத்திரரோகங்களில் பூசுணிக்காய் ...	164
மூல ரோகசிகித்ஸை ...	189
யவதான்யம் ...	218

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

	பக்கம்.
அக்கி யென்னும் விஸர்ப்பத்தில் மோரின் உபயோகம் ...	71
அக்னி வ்ரணத்தில் ஸோடா ...	21
அத்திப்பாலும் சீதபேதியும் ...	286
அரசம்பட்டையும் அதன் பழமும் ...	141
ஆபிள் ...	166
ஆனை நெரிஞ்சி ...	46
இஞ்சி ...	214
இரத்தத்தை வெளிப்படாமல் தடுக்கும் ஒரு நூதன ஔஷதம் ...	191
இலவங்கம் ...	71
ஊமத்திலைப் போட்டலிகை ...	190
ஊமத்தை ...	190
எமிடின் ஹைட்ரோ க்ளோரைட் ...	285
கர்ப்பூரம் ...	94
கர்ப்பூரம் சிறந்த உத்தீபன வஸ்து ...	286
கஸகஸாவின் தோல் ...	118
காக்கைக் கொல்லி ...	285
காடிக்காரத்திரவம் ...	191
காயம் ...	93
காலராவுக்குக் கைகண்ட மருந்து ...	215
கிராம்பு ...	71
கிரோவிஎண்ணெய் ...	71
குடல்விரணங்களில் அயோடைன் ...	166
குன்றி வேர் ...	71
கையாப்புடைத் தைலம் ...	71
க்ளிஸரைனும் சீமை இந்துப்பும் ...	22
க்ளிஸரைன் ...	262
சித்திர மூலம் ...	21
சீமை அகத்தி ...	21
சீமை இலந்தை ...	166
சீமை நாபி வேர் ...	22
சுண்ணாம்பு ...	165
சுதேச ஔஷதச் சரக்குகளும் யுத்தமும் ...	165
சோம்புத் தைலம் ...	119
திராக்ஷா ரஸம் ...	286
திருநீற்றுப் பத்திரி ...	190
தேனும் தேயிலையும் ...	119
தொண்டைக்கம்மலும் பாஸ்வரமும் ...	286
நாகமல்லி ...	239
பால் துத்தம் ...	214
பானுப்ஷா-ஓர் வடதேசத்திய ஔஷதச்சரக்கு.	47
பாஸ்வராம்லம் ...	47
புகையிலை ...	261
புகையிலை கிருமிகளை அழிக்கும் ...	22
புளியாரை ...	166
பெரு நறுவிலி ...	262
பெரு மருந்து ...	285
பேரீச்சங்காய் அல்லது கனி ...	118
பொன்னுலங்காய் ...	239
மருதம்பட்டை	142, 239
மாங்கொட்டை ..	71
மூத்திரரோகங்களில் பூசுணிக்காய் ...	141
மூல ரோகத்தில் பாகலிலை ...	262
வங்காளப் பச்சை ...	46
வமன காரியான சில சரக்குகள் ...	22
வயிற்றுப்பொருமலில் சுண்டைக்காய் ...	286
வாந்திபேதியில் பொடாஸியம் பெர்மாங்கனேட் ...	262
வாழைப்பழம் ...	47
விஷ்ணுக்ராந்தி ...	165
வீக்கங்களில் சீமை இந்துப்பு ...	71
வெட்பாலை ...	164
வெள்ளாட்டுப்பால் ...	93
வெள்ளைப் பாஷாணம் ...	215
வெறிநாய்க்கடிக்கு ஔஷதம் ...	119
ஜடாமாம்ஸி ...	94
ஜண்டு ஔஷதசாலையாரின் மருந்துகள் ...	289
ஸர்ப்பவிஷத்திற்கு ஓர் முறிவு ...	47

பலவகைக் குறிப்புகள்.

	பக்கம்.
அகிலபாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ் ...	120
அதிபோஜனமும் மனம் மந்தமாவதும் ...	264
அமிதபோஜனமும் வன்மையும் ...	72
அல்யூமினியப் பாத்திரங்கள் ...	120
ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ்	24,263
ஆயுர்வேத வைத்தியசாலைகளுக்கு க்ராண்டு ...	48
இங்கிலாந்தில் பால் விற்பனை ...	144
இந்தியன் அம்புலென்ஸ் கார்ப்ஸ் ...	47
இந்தியாவும் மேனாட்டுச் சிறுவர்களும் ...	143
இப்பத்திரிகையின் உண்மையான உபயோகம்	216
உதடுகளும் ரோகாரோக்கிய நிலைமைகளும் ...	144
எலிகளும் மஹா மாரியும் ...	287
எல்லா ஜ்வரங்களிலும் குளிர்ந்த காற்றின் உபயோகம் ...	96
ஒரு நூதன ஔஷதத் தொழிற்சாலை ...	95
ஒரு நூதன வைத்தியன் ...	288
ஓர் இளங்குழந்தைக்கு மாதவிடாய் ...	95
க்கிருமலுக்கு சிகித்ஸை ...	288
கடப்பை ஜில்லாவும் சுதேசவைத்தியமும் ...	24
கர்ப்பிணிகளும் குழந்தைகளும் ...	24
குடிப்பதென்றால் எரிப்பதேயாம் ...	94
குமட்டலும் வாந்தியும் ...	72
குழந்தைகளின் மரண விகிதத்தைக் குறைக்க ஒரு ஸங்கம் ...	167
குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கக்கூடிய கொழுப்பு	120
குழந்தைகளுக்கு வைசூரி குத்துவதற்கேற்ற காலம் ...	143
குழந்தைகளைச் சீரழியாமற் பராமரித்தல் ...	168
குழந்தையின் வயிற்றில் கிருமி யிருப்பதற்கான நிச்சயக்குறிகள் ...	240
குன்னூர் நாய்கடி வைத்திய சாலைக்குச்செல்லும் ஏழைகள் ...	47
கேரளீய ஆயுர்வேத ஸமாஜம் ...	215
கைகளைக் கழுவ சர்க்கரை ...	23
கொசுக்களைப் போக்கும் சில செடிகள் ...	192
கொய்னாவின் விற்பனை ...	192
சஸ்திரசிகித்ஸைக்கு உபயோகமான பஞ்சு ...	48
சஸ்திர சிகித்ஸைக்குரிய ஒருநூதன யந்திரம்	191
சிறந்த ஜம்பீரபானகம் ...	240
சுகாதார விஷயங்களைப்பற்றி கிராமவாஸிகளுக்குப் பிரஸங்கம் ...	96
திருவல்லிக்கேணியில் ஒரு ஆயுர்வேத தர்ம வைத்திய சாலை ...	288
தேசபாஷையில் வைத்தியப்படிப்பு ...	264
நிபுணனான ஓர் ஔஷதவியாபாரி ...	144
நீரிழிவில் உலர்ந்த சாகங்கள் சிறந்த உணவாம்	240

	பக்கம்.
பஞ்சமர்களுக்கு ஓர் ஆயுர்வேத தர்மவைத்திய சாலை ...	167
பள்ளிக்கூடங்களில் பெண் பிள்ளைகளின் தேஹப் பயிற்சி ...	287
பாட்டும் பிணியகற்றுமாம் ...	215
பிரொபஸர் போஸ் ஆராய்ச்சியில் அடைந்த வெற்றி ...	72
புஸ்தக விமர்சம்—அபாய மடைந்தவருக்கு முதவிற் செய்யவேண்டிய உதவி.	264
,, ஆறுவது ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் ஸபாத்யக்ஷரின் பேச்சு. ...	118
,, ஐந்தாவது ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் அத்யக்ஷருடைய பிரஸங்கம். ...	70
,, மானிடஜீவிய சிந்தாமணி ...	70
பூனா ஆயுர்வேத வைத்தியசாலை ...	263
போர்க்களத்தில் எலும் பொடிந்தவருக்குச் சிகித்ஸை ...	192
ப்ளேக்கும் இனாகுலேஷனும் ...	119
மதுவகைகள் மருந்தல்ல ...	143
மலச்சிக்கலுக்கு வெகு ஸுலபமான சிகித்ஸை	24
மலபந்தத்திற்கு ஸுலபமான பரிஹாரம் ...	191
மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரத்தில் தேங்காயெண்ணெய் ...	240
மனிதனுடைய பார்வையைப் பசுமையாக்கும் புண் ...	167
மாதவிடாயில் மாறுபாடு ...	24
முகத்திலுண்டாகும் பருக்கள் ...	24
மூத்திரமார்க்க ஸம்பந்தமான க்ஷயரோகம் ...	24
மூளை அறுபட்ட யுத்தவீரன் ...	216
மைசூர் ஆயுர்வேத காலேஜுக்கு மாணவர்கள்	215
யுத்தகளத்தில் வைத்தியசிகித்ஸை ...	23
யுத்தத்தில் உதவிசெய்ய ஓர் ஆஸ்பத்ரிக்கப்பல்...	23
யூகலிப்டஸ் தைலம் ...	263
ராணுவத்திலுள்ள ஜனங்களுக்கு ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தைத் தடுத்தல் ...	47
வங்காளத்தாருடைய மிதக்கும் ஆஸ்பத்திரி ...	192
வாதரோகங்களில் பிராணவாயுவைப் பீச்சிடுதல்	23
வாத்துக்கள் கொசுக்களின் சத்ரு ...	95
வாழைப்பழம் வெகு சிறந்த உணவு ...	168
வியாதிகொண்ட மனம் ...	288
வைத்தியர் கே. எஸ். துரைஸ்வாமி பண்டிதருக்கு ஓர் பரிசளிப்பு ...	166
ஜலஸ்தம்பம் ...	48
ஸந்நிபாத ஜ்வரமும் இனாகுலேஷனும் ...	120
ஸுலபமான வடிக்கட்டும் கருவி ...	144

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR :
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர் :
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷணர்.

புஸ்தகம் 2. Vol. 2. — ஆனந்த வருஷ ஆவணிமீ —SEPTEMBER—1914. — ஸஞ்சிகை 1. No. 1.

MADRAS.

Original Articles.

விசேஷ வியாஸங்கள்.

HEAD-ACHE.

தலைவலி.

BY
Dr. C. KRISHNA REDDI, B.A., M.B. & C.M.
Physician and Surgeon.

தலைவலியானது ஸர்வஸாதாரணம். அது உக்கிரமாயுண்டாகாமற்போயினும், எப்பொழுதேனும் ஒரு ஸமயமாவது தலைவலியுண்டாகாத மனுஷ்யனில்லை. மனிதப்பிறவிக்கு இன்னோய் எளிதிலுண்டாகக் கூடியதாயிருக்கின்றது. இவ்வித வியாதியை நிவாரணம் செய்வதற்கேற்ற சிகித்ஸாக்கிரமங்களைத் தெரிந்துகொள்வது அனைவருக்குமே இன்றியமையாத விஷயமாயிருந்தும், வைத்தியர்கள்கூட இச்சிகித்ஸையில் அநேகமுறை தவறுதலான பிரயோகங்களைச் செய்வது பிணியாளிகளின் துரத்ருஷ்டமெனக் கூறவேண்டும்.

தலைவலி யென்று சொல்லிக்கொண்டு எவனாவது வைத்தியரிடம் வந்தால், அப்பொழுது ஸாதாரணமாய் இக்காலத்திய மேல் நாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் செய்பவர் சிரச்சூலை சூர்ணம் (head-ache powders) என்கிற ஒரு வித ஔஷதத்தை அவனுக்குக் கொடுப்பர். அவ்வாறு கொடுத்தும் தலைவலி நிவ்ருத்தியாகாமற் போனால், அபினிச்சத்து ஸம்பந்தமான மார்பியா யென்கிற மருந்தை இரத்தத்திற் குத்திச் செலுத்துவதுண்டு (Morphia Injection) இவ்விதம் செய்தும் தலைவலி நிற்காமல் வைத்தியரிடம் அக்கஷ்டத்தை பிணியாளி முறையிட்டுக்கொண்டால், அப்பொழுது 'வைத்தியகுணபாடத்தில் (Meteria Medica) கூறப்பட்டுள்ள ஔஷதங்களை வரிசை வரிசையாய் பிரயோகித்துவிட்டோம்; இனி செய்ய வேண்டியதொன்றுமில்லை' என்று சில வைத்தியர் மறுமொழி கூறுவர்.

இவ்வாறு வைத்தியம் செய்துகொண்டவர்களுக்கு வியாதி நிவாரணமாகாமல் அவர்கள் அடிக்கடி பாதையனுபவிக்க வேண்டியிருப்பதுமல்லாமல், வைத்தியருக்கும் நல்ல பெயரில்லை. இதெல்லாம் புத்தியை யுபயோகிக்காத தோஷத்தினால் நேரிடுகின்றது. தலைவலி யென்பது ஒரு வியாதியல்ல; அது மற்றொரு வியாதியின் குறியாகும். மூலகாரணமான வியாதியைக் குறிப்பிட்டு அதற்கு சிகித்ஸை செய்யாமல், அதற்கு மேலுண்டான குறி

களுக்கு எவ்வளவு பரிஹாரமுறைகளைச் செய்த போதிலும் குணமேற்படுவதெப்படி? மேலுள்ள குறிக்கு சிகித்ஸை செய்தால் பிரதானமான வியாதி எவ்வாறு துலையும்? வலியுண்டாகுமிடத்தில் தலையின்மேல் களிம்புகளையும் தைலங்களையும் தேய்ப்பதால் உள்ளேயிருக்கிற வியாதி எங்ஙனம் குறையும்? மேலும் பிணியாளிக்கு மயக்கமுண்டாகுமாறு மார்பியாவென்கிற ஔஷதத்தை இரத்தத்திற் குத்திச் செலுத்தி வலி தெரியாமலிருக்கும்படியாகச் செய்தாலும், அந்த மயக்கம் போன பிறகு அந்த வலி மறுபடி தெரியாமற்போகுமா? தலைவலி மறுபடியும் வராமல் நிவ்ருத்தியாய் விடவேண்டுமானால், அதற்காதாரமான வியாதியைக் கண்டறிந்து, அதற்கேற்ற சிகித்ஸையைச் செய்தால் அத்தலைவலி எப்படியும் தீரும். தலைவலிக்கு எத்தனையோ காரணங்களுண்டு. அவற்றுள் அடிக்கடி மிகவும் கஷ்டத்தைத் தரும் தலைநோய்களுக்கு முக்கியமான காரணங்கள் இரண்டு; அவை கண் வியாதிகளும், பல் வியாதிகளுமாம். இந்த வியாஸத்தில் பல்நோயாலுண்டாகக் கூடிய வியாதிகளைப்பற்றிய விஷயம் சுருக்கமாய் விவரிக்கப்படுகிறது:—

சொத்தையாகப் போன பற்களில் வலியெடுப்பது ஸஹஜம். அவ்விதமான பல்வலியானது ஸாதாரணமாய் பெரும்பான்மையான ஜனங்களுக்கு உண்டாகின்றமையாலும், வலி எவ்விடத்தி லேற்படுகிறதோ அவ்விடத்தையனுஸரித்தும் வியாதி எவ்விடத்திலென்று எளிதில் அறிந்துகொள்ளலாம். ஆகிலும் பற்களில் நோயுண்டானால் அவற்றில் வலியெடுப்பதுடனில்லாமல் வேறிடங்களிலும் அவ்வலி காணப்படுவதியல்பு. இதில் மற்றொரு விசித்திரமென்னவென்றால், நோய்கொண்ட பற்களில் வலியுண்டாக வேண்டியிருக்க அவற்றிலுண்டாகாமல், அவ்வலி வேறிடங்களில் காண்பதேயாம். இவ்வாறு ஓரிடத்தில் காணவேண்டிய வலி மற்றோரிடத்திலுண்டாவதை நோக்கிதான் வைத்தியர் சிகித்ஸையில் தவறிவிடுவர்; அந்த சிகித்ஸையும் பயனற்றதாய் விடுகிறது.

பல்வலியில் இரண்டு விதமுண்டு; (1) வீக்கத்துடனுண்டாகிற வலி. (2) நரம்புகளின் கோளாறுகளாலுண்டாகும் வலி.

(1) வீக்கத்துடனுண்டாகும் வலி (Inflammatory pain) என்பதில் எவ்விடத்தில் வியாதியேற்பட்டிருக்குமோ அவ்விடத்திலேயே வலியுமுண்டாகும். சிலஸமயம் வீக்கத்துடன் போகாமல் வேறுவிதமான தொந்தரவுகளும் இதில் ஸம்பவிக்கும்.

(2) நரம்புகளின் கோளாறுகளாலுண்டாகும் (Nervous disorders or Neurosis) வலியில், நோய்கொண்ட பற்களில் வலி காணுமென்று சொல்வதற்கில்லை. ஏதோ சிலவேளை பற்களில் வலியிருந்தாலுமிருக்கலாம். ச்ரோணிஸந்தி (hipjoint) என்னும் இடுப்பிலுண்டாகும் வியாதியில் இடுப்பில் வலியுண்டாகாமல், வியாதி ரஹிதமாய் சரியான நிலைமையிலிருக்கும் முழங்காலில் வலியுண்டாய் கஷ்டமுண்டு பண்ணுவதுபோலவே, சிதைவுற்ற பற்களில் சிறிதளவும் வலியில்லாமல், எங்கேயோ தலையில் ஒருபக்கத்தில் தீவ்ரமான வலியையுண்டு பண்ணும்.

பல்நோயாலுண்டாகும் தலைவலியானது முக்கியமாய் இரண்டு இடங்களில் அதன் சேஷ்டைகளைக் காட்டும். (1) காதுகளுக்குமேல் கன்னத்திலாவது, அதற்கும் சிறிது பின்புறத்திலாவது (at the temple or occiput), அல்லது இரண்டிடங்களிலுமாவது வலியுண்டாவது ஒன்று; இதில் நோய்கொண்ட பல்லில் சிறிதும் வலியிருப்பதாகத் தெரியவராது. (2) மற்றொன்றில் ஒவ்வொரு ஸமயம் கன்னங்களிலும், ஒவ்வொரு ஸமயத்தில் தலையில் பின்புறத்திலும் வலி காணும். மேலே பார்ப்பதற்கு பற்கள் எவ்வளவு நன்றாகயிருப்பது போல் தோன்றினபோதிலும், அவற்றை ஒரு சிறு இரும்புமுனையால் தட்டினோமாயின், நோய்கொண்ட பல்லின் வன்மைக்குறைவு நன்குவிளங்கும். அது மாத்திரமன்றி அந்த

பல்லுக்கு ஸம்பந்தித்த நிணநீர்க்கோளங்கள் (Lymphatic glands) வீங்கிப்போய், கையால் பரிசிக்க வலியுமுண்டாகும்.

இவ்வித தலைவலிகளுக்கு செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை—நோய்கொண்ட பற்களைப் பிடுங்கி விடுவதேயாம். அப்பற்களை நீக்கிவிட்ட பிறகு தலைவலியுண்டாகாது.

தெலுங்கு பாஷையில் வெகு சிறந்த அறிவுள்ள ஒரு பண்டிதர் என்னிடம் சிகித்ஸை செய்துகொள்ளவந்தார். ஒரு ஸமயத்தில் அவர் ஒரு பெரிய வியாஜ்யத்தில் ஸாக்ஷி சொல்ல வேண்டிவந்தது. ஒரு தினமெல்லாம் கோர்டில் நின்றுகொண்டு கேட்பதற்கெல்லாம் உத்தரம் சொல்லவேண்டி நேரிட்டது. அங்கு வக்கீல்களும் மற்றவரும் கேட்ட கேள்விகள் ஒன்றுமே இவருக்குத் தெரியவில்லை. கோர்டிலிருந்து வெளியில் வரும்போது இந்த வித்வானுக்குப் பல்வலியும் தலைவலியும் பொறுக்க முடியாதவாறு உண்டாயிற்று. சிரச்சூலை சூர்ணங்களை (head-ache powders) உட்கொண்டும் சிறிதும் வலி குறையவில்லை. அவர் ஏதேதோ சிகித்ஸைசெய்தும்பிரயோஜனப்படாமல், இறுதியில் என்னிடம் வர, நான் பற்களையெல்லாம் பரிசோதித்துப் பார்த்ததில் பல்நோயின் மூலமாகவே இவருக்கு இவ்வவஸ்த்தை யேற்பட்டதென்று நிச்சயித்து, வியாதிகொண்ட பற்களைப் பிடுங்கிவிட்டேன். பிறகு பல்வலியும் நின்றுவிட்டது; தலைவலியும் நிவ்ருத்தியாய் அவர் ஸௌக்கியமடைந்தார்.

VILLAGE SANITATION.

கிராமங்களின் சுகாதார முறை.*

BY

Dr. K. C. BANERJEE,

Physician and Surgeon.

சுத்த ஜலம் கிடைக்கச் செய்தல்.

அசுத்தமான ஜலத்தைக் குடிப்பதால் விஷூசி யென்னும் காலராவும், சீதபேதியும், அதிஸாரமும் உண்டாய் இத்தேசத்தில் நூறாயிரக் கணக்கான ஜனங்கள் அநியாயமாய் அகாலத்தில் மாண்டு போகின்றனர். நமது துரதிருஷ்டத்தினால் தேசத்தில் எங்கும் சுத்தமான தண்ணீர் கிடைப்பது அரிதாயிருக்கிறது. முன்னால், ஜனங்கள் ஸமயம் நேரிட்டபோது குடிஜலத்திற்கென்று குளங்களை வெட்டினார்கள். பண்டைக்காலத்திய ஸாத்விக ஜனங்கள், கடவுளின் பெயரைக்கொண்டு குளங்கள்வெட்டி பிரதிஷ்டைசெய்வதை ஒருபெரிய தர்ம காரியமாகக் கருதிவந்தனர். ஆனால் தற்காலத்தில் புதிதாய் தமக்குக் குடிஜலம் கிடைப்பதற்குக்குளம் வெட்டவேண்டுமென்று முயற்சிப்பவருமில்லை, பண்டைக் காலத்தில் வெகு பரிச்ரமப்பட்டு நமது முன்னோர்களால் வெட்டப்பெற்றுள்ள குளங்களைத் தூர்வாரி சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள விரும்புபவருமில்லை. ஆகையினால் இப்பொழுது எங்கு பார்த்தாலும் குடிப்பதற்கு சுத்த ஜலம் சரியாகக் கிடைப்பதில்லையென்று ஜனங்கள் முறையிடவேண்டி வந்தது. அதிக செல்வவான்களுடைய வீட்டுத் தோட்டங்களில் இப்பொழுதும் சிறிய குளங்களிருக்கக் காணலாம்; கிராமாந்தரங்களிலும் பண்டைக் காலத்திலேற்படுத்திய சில குளங்களிருக்கின்றன; ஆனால் அவற்றுள் ஏதேனும் இரண்டொரு குளத்திலாவது சுத்த ஜலம் கிடைப்பது அரிது. குளத்திற்கு வரும் ஜனங்கள் அதில் குளித்துத் தமது தேஹ அழுக்குகளை அதில் கழுவி விடுகின்றனர்; துணிகளையும் அதில் தோய்த்து வருவர்; பாத்திரங்களையும் அதே ஜலத்தில் துலக்கி விடுவர்; அல்லாமலும் வேறு அநேகவிதமான கழிவுப் பொருட்களையும் அதிலேயே கழுவித் தள்ளுவர்; சில ஸமயங்களில் ஆடு மாடுகளையும் அந்த ஜலத்தில் குளிப்பாட்டுகின்றனர்; வண்ணான்கள்கூட சில வேளை பலவித அழுக்குகள் நிறைந்த துணி துப்புகளைத் தோய்த்து அக்குடிநீரை கச்மலம் நிறைந்ததாகச் செய்வதுண்டு; இவையெல்லாம்

* இந்த வியாஸம் 'ஹெல்த் அண்ட் ஹாபினெஸ்' என்கிற வைத்தியப் பத்திரிகையிலிருந்து மொழி பெயர்க்கப்பட்டது.

ஒருபுறமிருக்க, குளக்கரைகளில் இரண்டொரு பாகமாவது மலவிஸர்க்க பூமியாக உபயோகிக்கப்பட்டு வருவதை எங்கும் காணலாம். இவ்விதமான பற்பல தோஷங்கள் குடி ஜலத்தில் சேருவது தகாதென்பதை உணர்ந்திருந்தும், பெரும்பான்மையான ஜனங்கள் தாமே குளத்து ஜலத்தை தோஷங்களால் நிரப்பி, அத்தண்ணீரையே குடித்து வருவதால் விஷூசி, அதிஸாரம், சீதபேதி முதலியவற்றால் பீடிக்கப்பட்டு அற்பாயுளாகவும் ஆய்விடுகின்றனரென்றால் அதிலென்ன வியப்பு!

முன்காலங்களில் அநேகம் கிராமங்களில் இரண்டிரண்டு குளங்களிருந்ததுண்டு; அவற்றுள் ஒன்று குடிப்பதற்கும் சமையல் செய்வதற்கும் வேண்டிய ஜலத்திற்காகவும், மற்றொன்று ஸ்நானம் செய்வதற்கும், மற்றும் பலவிதமான காரியங்களுக்காகவும் உபயோகப்பட்டு வந்தது. இப்பொழுதோ ஒரு குளத்திலேயே ஸகல காரியங்களையும் செய்து முடித்து விடுகின்றனர்; அதே ஜலத்தை சமையலுக்கும் பருகுவதற்கும் உபயோகிக்கின்றனர். வரவர கிராமாந்தரங்களிலுள்ள ஜனங்கள், பருகும் நீருக்காகப் படும் கஷ்டம் பரிதாபகரமானது. இப்பொழுது சில ஊர்களில் ஒரு குளம்கூட இல்லாமல் பிராணிகள் நீருக்குத் தவிப்பதை நாமறிவோம். ஏதாவது ஒரு சிறு குட்டையோ குளமோ யிருந்தால், அதில் சணல்நார்களை அழுகப்போட்டு அந்த ஜலத்தையும் ஜனங்கள் விவேகக் குறைவினால் தாமே கெடுத்துவிடுவதுண்டு. நமது கிராமங்களிலுள்ள ஜனங்கள் குடிப்பதற்கும் சமையல் செய்வதற்கும் மற்றும் காரியங்களுக்கும் வேண்டிய ஜலத்திற்குக் குளங்களும், கிணறுகளும், ஆறுகளுமே ஆதாரமாயிருக்கின்றனவென்பதை ஒவ்வொரு இந்தியரும் அறிவர்.

குளங்கள்.

நமது ஜனங்கள் குளத்து நீரை எவ்வாறு அசுசியாகச் செய்கின்றனர் என்பது ஏற்கனவே குறிக்கப்பட்டுளது. ஜனங்களுக்குக் குடி நீர் முதலிய வஸதிகளுக்குத் தகுந்த குளம் முதலியதை வெட்டுபவருக்கு இராஜாங்கத்தார் கூடிய ஸஹாயம் செய்வதாக ஒப்புக் கொண்டிருப்பதாய் அறிகிறோம். ஒருவர் ஒரு குளம் வெட்ட இஷ்டப்பட்டால் கவர்ன்மெண்டார் அச்செலவில் மூன்றிலொரு பாகத்தையும், அந்தந்த டிஸ்ட்ரிக்ட் போர்டார் மூன்றிலொரு பாகத்தையும் ஏற்றுக்கொள்ள, அவ்வேலையைச் செய்ய முயன்றவரும் கடைசியில் மூன்றிலொரு பாகந்தான் செலவு செய்ய வேண்டியிருக்கிறது. ஏதோ சில ஸாதாரணமான நிபந்தனைகளுக்கு மட்டும் உட்பட்டு இக்காரியத்தை எளிதில் செய்து முடிக்கலாம்.

ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் ஸௌகரியப்பட்டால் பருகுவதற்கும் சமையலுக்குமாக வேண்டிய ஜலத்திற்காக ஒருகுளமும், மற்ற காரியங்களுக்காக இரண்டாவது குளமும் ஏற்படுத்திக் கொள்வது நலம். கிராமாதிகாரியானவன், குடிநீருக்கென்று ஏற்பட்டுள்ள ஜலத்தை வேறுவித காரியங்களுக்கு ஜனங்கள் உபயோகிக்காதவாறு மிகவும் கண்டிப்பாக கவனித்துவரவேண்டும். குளத்திற்கு அருகில் குடியிருக்கும் ஜனங்கள் பருகுவதற்கு ஜலமுபயோகிக்கும் குளத்தில் கால் வைக்காதபடி அவர்களை அப்போதைக்கப்போது எச்சரித்து வரவேண்டும். நமது உபயோகத்திற்கு இன்றியமையாத ஜலத்தை அசுத்தமாகச் செய்வதினும் அவிவேகம் மற்றொன்றில்லை. நாம் ஜீவித்திருப்பதற்கு வேண்டிய பிரதானவஸ்துக்களில் ஜலமும் ஒன்றென்பதை நாம் எப்பொழுதும் நினைவில் வைக்கவேண்டும். குடிப்பதற்குபயோகமான ஜலத்தில் சணல்களையும், பிரம்புகளையும், மற்றும் பல சாமான்களையும் அழுகப்போடுவது அறிவுள்ளவருக்கேற்குமா? மாடு முதலியவற்றை அதில் குளிப்பாட்டுவது சரியா? குளக்கரைகளில் விசேஷமாக செடி கொடிகள் வளராமலும், மரங்களிலிருந்து இலைதழைகள் ஜலத்தில் வீழ்ந்துவிடாமலிருக்கவும், மலஜலபாதைகளுக்காக அங்கு சிறிதும் இடங்கொடுக்காமலிருக்கவும் தகுந்தவாறு ஊக்கத்

துடன் கிராமாதிகாரி கவனம் செலுத்த வேண்டும். குளத்தின் ஜலத்தில் மட்டுமல்ல, குளக்கரையில் அஸஹ்யமான அழுக்குகளும் சேராதபடி பார்க்கவேண்டியது அவசியம்; ஏனெனில் மழையினால் கரையிலுள்ள அழுக்குகளெல்லாம் அடித்துக்கொண்டு குளத்து ஜலத்திலேயே பிறகு வந்து சேரும். மேலும் குளக்கரையிலிருந்தும் அதன் வெளிப்புறங்களிலிருந்தும் அழுக்குகள் அடித்துக் கொண்டு வராதபடி கரையை நன்கு உயர்த்தி கற்களால் கட்டிவிடுவது நலம். மனிதர், கால் நடை முதலியவற்றின் போக்குவரத்துகளைத் தடுப்பது கஷ்டமென்று தோற்றினால், ஜலம் கொண்டு வருவதற்கு நாலைந்து வழிகள் ஏற்படுத்தி, மற்றவிடங்களைச்சுற்றிலும் ஏதேனும் கம்பி முதலியவற்றால் வேலியிட்டு, ஒரு மனிதனையும் காவலேற்படுத்தி விடுவது உசிதமான காரியமாகும். குளத்தில் மீன்களைவிட்டு வளர்ப்பது நல்ல முறை? அவை அநேகவிதமான அழுக்குகளையும் கிருமிகளையும் தின்று ஜலத்தை சுத்தமாக்குங் குணமுடையன. குளத்திற்கும் அதன் சுற்றுப்புறங்களிலுமுள்ள பள்ளத்தாக்குகள் அல்லது சிறிய வாய்க்கால் முதலியவற்றிற்கும் சிறிதும் ஸம்பந்தமிருக்கக் கூடாது.

கிராமாந்தரங்களில் கூலிவேலைசெய்யும்ஏழை ஜனங்களுக்கென்று வேறொரு குளமிருந்தால் மிகவும் நலமாயிருக்கும். அவர்களுக்குப் படிப்பும் நாகரிகமும் இல்லையானதால், அவர்களுக்கு இவ்விஷயங்கள் தெரியாததுடன், அவர்கள் அறிந்து கொள்வதும் கஷ்டம். கிராமங்களிலுள்ள படித்த வகுப்பார் ஸமயம் நேரிட்டபோதெல்லாம் அவ்வேலையாட்களை யழைத்து சுகாதார முறைகளைப்பற்றி சுலபமாய் விவரித்துச் சொல்லி, கிரமமாக அவர்களுக்கும் ஆரோக்கிய மார்க்கங்களை உபதேசித்து வருவார்களானால் இரு திறத்தாருக்கும் நன்மை விளையும். ஏனெனில், கூலிவேலைசெய்யும் அநாகரிக ஜனங்களுடைய வீட்டில் ஒரு முறை விஷூசி வந்தால், அவ்வேலையாட்களைக் கொண்டுபோவது மல்லாமல், கிராமத்திலுள்ள மற்ற வகுப்பாருக்கும் ஆபத்து ஸம்பவிக்கும். கால் நடைகளைக் குளிப்பாட்டவும், வஸ்திரம் முதலியவற்றைத் தோய்ப்பதற்கும் மற்றொரு சிறிய குளம் பிரத்தியேகமாய் ஏற்படுத்திக் கொள்வது அவசியம்.

கிணறுகள்.

கிணறுகளில் சுத்தஜலம் கிடைக்கும்; ஆனால் அவற்றைக் கட்டுவதில் சில முன் ஜாக்கிரதைகள் அவசியமானவை.

அவற்றை வீடுகளுக்கு அல்லது கிராமங்களுக்குச் சிறிது தூரத்தில் ஏற்படுத்தி யிருத்தல் நல்லது. அப்பொழுது அதிகமாக அசுத்தங்கள் கிணற்றில் சேராமலிருக்க வகையுண்டு. கிணற்றுக்கு 50 அல்லது 60 அடி தூரத்திலுள்ள கக்கூஸ், மாட்டுத்தொழும், ஸ்நானம் பண்ணுமிடம் இவை அக்கிணற்றைக் கெடுத்துவிடும். கிணற்றின் வாயை பூமிமட்டத்தைவிட சிறிது உயரமாகக் கட்டவேண்டும். கட்டடம் அஸ்திவாரத்துடன் கனமாகக் கட்டப்பட்டால், சுற்றிலும் வரும் அழுக்கு ஜலம் முதலியது கிணற்றுக்குள் பொசியாமலிருக்கும். கிணற்றுக்கு அருகில் ஒருவரும் ஸ்நானம் பண்ணக்கூடாதென்றும், பாத்திரம் முதலியவற்றை கழுவக்கூடாதென்றும் எச்சரிக்கை செய்துவரவேண்டும். கிணற்றில் கண்ட பாத்திரங்களையும் போட்டு ஜலம் தூக்கக்கூடாது. சுத்தமான பாத்திரங்களைக் கட்டி ஜலமெடுக்கவேண்டும்.

நதிகளும் வாய்க்கால்களும்.

ஓடிக்கொண்டிருக்கும் நதி முதலியவற்றிலிருந்து எடுக்கப்படும் ஜலமானது ஆரோக்கியத்திற்கு மிகவும் அனுகூலமானதென்று பலர் கூறுவர்; அவ்விஷயம் சரியே. ஆனால் கரைகளுக்கு ஸமீபத்திலிருந்து எடுக்கப்படும் ஜலம் அசுத்தமா யிருக்கும். நமது ஜனங்கள் நதிக்கரைமுதலியவற்றை கக்கூஸ் மாதிரியும் உபயோகப் படுத்துவதால், கரைக்கு ஸமீபத்திலோடும் ஜலமானது பெரும்பாலும் அசுத்தமா யிருக்குமென்று நிச்சயிக்கலாம். கரையோரங்களிலிருந்து பெருகும் ஊற்றுக

களும், மழைநீர்களும் அந்த மலங்களையெல்லாம் அடித்துக் கரைத்து ஆற்றுநீரில் கொண்டு சேர்த்துவிடும்; நதிகளுக்கும் வாய்க்கால்களுக்கும் அருகில் சவங்களைப் புதைப்பதும் எரிப்பதும் இத்தேசத்திய வழக்கம். அப்படிச் செய்வதால் அந்த தோஷங்களெல்லாம் ஆற்றில் கலந்து சில ஸமயம் விஷூசியை விசேஷமாய்ப் பரப்பிவிடுகின்றன. நதிகளிலும் வாய்க்கால்களிலும் போய் ஜலமெடுப்பவர், ஓரங்களில் ஓடுவதை யெடுக்காமல் நதி அல்லது வாய்க்காலின் மத்தியத்திலிருந்து ஜலத்தை யெடுத்து, அதைக் கொதிக்கவைத்து ஆற்றி உட்கொள்வது நலம். மாரிகாலங்களில் பல பாகங்களிலிருந்தும் பலவாறான அழுக்கு நீர்களெல்லாம் விழுந்து ஆற்று நீர் மிகவும் கலங்கியிருக்கும். மழை விட்டபிறகு கூட சிறிது நாட்கள் வரையில் அருகிலுள்ள வாய்க்கால் மூலமாகவும், மற்றும் ஊற்று முதலானவற்றின் மூலமாகவும் கரையோரங்களிலிருந்து ஜலங்கள் வந்து கிராமங்களிலும் பட்டணங்களிலுமுள்ள அழுக்குகளையும் ஆற்று வெள்ளத்துடன் கலந்துவிடும். மழைகாலத்தில் நதிகளிலிருந்து ஜலமெடுக்கக் கூடாது. மழைகாலங் கழித்து சிறிது நாட்களளவும் ஆற்றுநீரை இரண்டொருமுறை வடிக்கட்டிக் காய்ச்சி ஆறியபிறகு உட்கொள்ளவேண்டும்.

ஜலத்தை சுத்திசெய்யுமுறை.

ஒவ்வொரு குடித்தனக்காரரும் ஏதேனுமொரு வகையில் ஜலத்தைச் சுத்திசெய்தே உபயோகிக்கவேண்டும். அதற்கு வேண்டிய முறைகள் பின் வருமாறு:—

(1) கொதிக்க வைப்பதால் ஜலத்திலுள்ள அநேகம் அசுத்தங்கள் நீங்கிவிடுகின்றன; ஆகையினால் ஒவ்வொருவரும் ஜலத்தைக் கொதிக்கவைத்து, ஒரு சுத்தமான பாத்திரத்தி லூற்றி மூடிவைத்து, ஆறியபிறகு, பருகுவதற்கோ, சமையல் செய்வதற்கோ உபயோகிக்க வேண்டும்.

(2) அழுக்கடைந்து கலங்கிய ஜலத்தில் படிக்காரத்தூளையாவது, தேற்றாங்கொட்டையையாவது கரைத்துவிட்டு இரண்டொருமணி ஸாவகாசம் பொறுத்திருந்தால், அதிலுள்ள அழுக்குகள் யாவும் அடியில் படிந்து மேலே ஜலம்தெளிவாய் வந்துவிடும்; அதை அதிகமாய் அசைக்காமல் மெல்லென மற்றொரு பாத்திரத்தில் மேலோடு இறுத்துக்கொள்ளலாம்; பிறகு அடியிலுள்ள அழுக்கடைந்த ஜலத்தை விட்டுவிடவும். படிக்காரத்தூள் முதலியதை ஒரு காலன் ஜலத்திற்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு மூன்றுமணியெடை சேர்க்கலாம்.

(3) பெர்மாங்கனேட் ஆப் பொடாஷ் (Permanganate of potash) என்கிற பதார்த்தை ஜலத்தில் சிறிதளவு கரைத்தால் ஜலத்திலுள்ள விஷக்கிருமிகள் அழிந்துவிடும்; விஷூசி பரவி வரும் போது இந்த முறையானது மிகவும் பயனுண்டு பண்ணியதாகவே பல முறை அறியப்பட்டிருக்கிறது. அதை உபயோகிக்கும் வகையானது பின்வருமாறு:—மிகவும் சொற்ப விலைக்குக் கிடைக்கக்கூடிய இந்த உப்பை ஓர் அவுன்ஸ் வாங்கிவைத்துக்கொள்ளவும். இதை ஒரு தொட்டி ஜலத்தில் கரைத்து விடவும்; அவ்வளவு ஜலமும் கருஞ்சிவப்பு நிறங்கொள்ளும். இத்தொட்டியை ஒரு கயிற்றிற் கட்டி கிணற்றுக்குள் விடவும்; அப்பொழுது தொட்டியை ஜலத்தின் அடிவரையில் போகும்படி அவ்வளவு ஆழம் வரையில் விடவேண்டியது; அத்தொட்டியை ஐந்தாறு தடவை கீழும் மேலும் தூக்கிவிடும்பொழுது, இவ்வுப்புநீர் முடிய கிணற்று நீரில் நன்றாகக் கலந்துவிடும். அப்பொழுது கிணற்று ஜலம் முடிய ஒருவாறு ரோஜா வர்ணமுடையதாயிருக்கும். அந்த ஜலத்தை ஒரு நாள் முடிய உபயோகிக்காமலிருக்கவும். பிறகு ஜலம் நிர்மலமாகவும் நிர்தோஷமாகவும் ஆய்விடுமாகையால், அதை பயமில்லாமல் ஸகல காரியங்களுக்கு மெடுத்துபயோகிக்கலாம். ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் இவ்விதம் கிணற்று ஜலத்தை சுத்தம் செய்வதை சிலராவது அறிந்திருப்பது அவசியம்; அதிலும் விஷூசி ஆங்காங்கு பரவி வருங்கா

லத்தில் பருகுவதற்கும் சமையலுக்கும் வேண்டிய ஜலம் கிடைக்கக்கூடிய கிணறுகளையும், முடியுமானால் குளங்களையும் இவ்வாறு சுத்தம் செய்து வர அறிந்திருப்பது இன்றியமையாத விஷயம்.

குளம் முதலியதை நூதனமாய் வெட்டுவதற்கு, அல்லது பழைய குளம் முதலியவற்றைத் தூர்வாறி அவற்றை நன்கு உபயோகமாகுமாறு ஏற்பாடு செய்வதற்கு இக்காலத்திய ஜனங்கள் முயற்சி செய்வதில்லை யென்று ஏற்கனவே கூறப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால் அவ்வாறு செய்யாததற்கு இந்திய ஜனங்கள் பேரிலேயே குறை கூறுவதற்கில்லை; அவர்களில் பெரும்பான்மையோர் அவ்வித காரியங்களை நிறைவேற்றக் கூடாமல் மிகவும் ஏழைகளாயிருக்கின்றனர். சில ஊர்களில் சிறந்ததான அநேக குளங்கள் இருந்ததுண்டு; இப்பொழுதும் அவை உபயோகிக்கக் கூடாமல் பாழடைந்திருக்கின்றன. அந்தந்த ஊர்களிலுள்ள ஜனங்கள் யாவரும் ஒற்றுமையுடன் சேர்ந்து, அவரவரது சக்திக்கியன்றவாறு பங்குகள் சேர்த்து, அவ்வவ்வூர்களிலுள்ள வேலையாட்களைக்கொண்டே ஒருவாறு அக்குளங்களை சீர்திருத்தி, அவற்றை உபயோகிக்க முயற்சி செய்யலாம். அப்படிச் செய்பவருக்கு கவர்ன்மெண்டாரும் தகுந்த ஸஹாயம் செய்ய முன் வருவர். குளம் முதலியவற்றை, அவற்றிற்கு அருகில் வஸிப்பவர் ஸ்நானம் செய்தும், துணிகளைத் தோய்த்தும், மற்றும் பலவிதமான அழுக்குகளைக் கழுவியும் அசுத்தப்படுத்துவதை நாம் அறிந்துவருகிறோம்; ஆகவே ஒவ்வொரு ஊரிலும் பானம் செய்யவும் சமையல் செய்யவு முபயோகிக்கக் கூடிய ஜலத்திற்கு ஆதாரமான குளங்களை, சுத்தமாக வைக்கவேண்டிய வகைகளைப் பற்றி இப்பொழுது கவர்ன்மெண்டாரால் நியமிக்கப்பட்டுள்ள ஸானிடரி இன்ஸ்பெக்டர்களும், வைத்திய இலாகா அதிகாரிகளும் கவனிக்கக் கடமைப்பட்டவராவர்.

இவ்விதமான ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டு ஜனங்கள் முன் ஜாக்கிரதையாக விவேகத்துடன் நடந்துகொண்டால், கிராமங்களிலுள்ள கிணறுகளும் குளங்களும் சுத்தமாயிருந்து, சிறந்த ஜலமும் கிடைத்து, ஜனங்களுக்கு ஜலக்குறைவாலும் கெட்ட ஜலத்தாலும் ஸம்பவிக்கும் கஷ்டங்கள் பெரும்பாலும் நீங்கிவிடும். நமது விவேகக் குறைவால் நேரிடக்கூடிய துன்பங்களை நாமே நிவ்ருத்தி செய்துகொள்ள எளிதாக வழிகளிருக்க அவற்றைக் கவனிக்காமல், தைவத்தின்மேல் குறைகூறி மனநோய் கொள்வதில் யாது பயன்?

INTESTINAL TAPE WORM.

குடலிலுண்டாகும் நாடாப்பூச்சிகள்.

BY

Mr. C. HARIHARA AIYAR,

Madical Practitioner.

மனித சரீரமானது பூமியில் வாழக்கூடிய சொற்ப காலத்திற்குள் அநேகவகையான நுண்ணியிர்களாலும் (Bacteria), பரான்னசனிகள் (Parasites) என்கிற வேறு ஸூக்ஷ்ம ஜீவன்களாலும் இடைவிடாமல் பாதிக்கப்பட்டு வருகின்றது. குழந்தைப் பருவம் முதற்கொண்டு கிழத்தனம் வரையில் மனித சரீரத்திற்குரியவையாகாத இத்தகைய கிருமிகளில் ஏதேனுமொன்றோ பலவோ எவ்வகையிலேனும் உடலினுட் பிரவேசித்து விடுகின்றன. இந்த ஸூக்ஷ்மக் கிருமிகள் நமது உணவு, குடிக்கும் ஜலம், வாயு, நாம் உடுக்கும் உடைகள் முதலியவற்றின் மூலமாய் தேஹத்தினுள் ஸம்பவித்து வருகின்றன.

நுண்ணுயிர்களும் பரான்னசனிகளும் சர்மங்களின் மேலும், விசேஷமாய் மயிர்க்கால்களிலும் சேர்ந்து சரீரத்திற் பற்றி விடுவதியல்பு. உடலிலுள்ள மடிப்புகளும், வெடிப்புகளும் இந்த ஜீவன்களுக்குப் புகலிடமாகவுமிருக்கின்றன. வாயிலிருந்து குதம் வரையிலுமுள்ள குடலிலுள்ள உணவுகளையுண்டு, அங்குள்ள உஷ்ணத்தினால் காப்பாற்றப்பட்டு ஆயிர

மாயிரமாய் வளர்ந்து விடுகின்றன. அவை குடலிலிருந்து அநேகம் த்வாரங்கள் வழியாகவும், குழாய்போன்ற நாளங்கள் (Ducts) மூலமாகவும் இதர அவயவங்களுக்குள்ளும் நுழைந்தோடும்; அவை யக்ருத் என்னும் கல்லீரலுக்குள்ளேயும், ச்வாஸாசயங்களிலும், மூளையிலுங் கூட இரத்தக் குழாய்களின் மூலமாய் சில ஸமயம் பிரவேசிப்பதுண்டு. இக்கிருமிகள் பிரவேசிக்கக் கூடாத அவயவமாவது (organ), தாதுவாவது (tissue) கிடையாது. அனைவராலும் மிக ஸாதாரணமாய் அறியப்பட்டுள்ள கிருமிகளில் குடலில் சேர்ந்து வளரும் நாடாப்பூச்சிகளென்னும் கிருமிகளும் அடங்கியவையாம். குடலில் வளரும் கிருமிகள் நாடாப்பூச்சிகள், திரண்டுருண்டு நீளமான கண்டுபதங்கன் என்னும் கிருமிகள், திமிர்ப் பூச்சிகள் என்பவை ஸாதாரணமானவையாம். அவற்றுள் நாடாப்பூச்சிகளைப் (Tape worms) பற்றிய விஷயமே முதலில் இவ்வியாஸத்தில் விவரிக்கப்படுகின்றது.

நாடாப்பூச்சிகளின் உடல் அறைஞாணைப் போல் அடுக்கடுக்கான கணுக்களுள்ளதாகவும், தட்டையாகவும், மஞ்சள் நிறமுடையதாகவுமிருக்கும். ஒவ்வொரு பூச்சியின் உடலும் அனேகம் துண்டுகளால் இணைக்கப்பட்டவையென்று சொல்லலாம்; அத்துண்டுகள் ஆங்கிலத்தில் ப்ரோக்ளாடிட்ஸ் (Proglattides) என வழங்கப்படும். ஒவ்வொரு துண்டும் பருத்துப் பக்குவமான பிறகு அநேகம் முட்டைகளிடுகின்றன. இப்பூச்சியின் உடலிலடங்கிய ஒவ்வொரு துண்டும், மற்றத் துண்டுகளையும் முட்டைகளையும் தன்னிடமிருந்து வேறுக்கி மலத்தோடு வெளிப்படுத்த முயல்வதியல்பு. அப்பொழுது நாடாப்பூச்சியின் துண்டுகள் மலத்தில் கலந்திருப்பது வழக்கம். எவருக்கேனும் வயிற்றில் தட்டைக்கிருமி யிருக்குமென்று ஸந்தேஹிக்க வேண்டியிருந்தால், அவருடைய மலங்களைப் பரிசோதிப்பது அவசியம். நன்றாக வளர்ந்த இக்கிருமியின் தலையானது குடல் முதலியவற்றி லிருந்து உணவுகளை உறிஞ்சுவதற்குத் தகுந்ததாகவும் வெகு ஸூக்ஷ்மமான கொக்கிகளைப்போலவும் அமைந்திருக்கும். இக்கிருமிகள் அவற்றின் தலையினால் குடலின் ஜவ்வைக் கௌவிக்கொண்டிருக்கும். அநேக பரிசோதனைகள் செய்து பார்த்ததில், இதற்கு இத்தலையின் பாகமே மிக முக்கியமானதென்றும், தகுந்த சிகித்ஸை செய்து அதன் தலையை அழிக்காமல் மற்ற எந்த பாகத்தை அழித்து விட்டபோதிலும், அக்கிருமி மறுபடியும் சில மாஸங்களில் பழைய அளவுக்கு வளர்ந்து விடுமென்றும் தெரியவந்தது. ஒரு நாடாப்பூச்சியானது 20 முதல் 30 அடி நீளம் வரையில் வளரக்கூடும்; ஆகிலும் அதன் தலைமட்டும் ஓர் உளுந்துக்கு மேல் பெரிதாவதில்லை.

நாடாப்பூச்சியில் அநேக வகையுண்டு. அவற்றுள் ஒவ்வொன்றும் சில விசேஷத் தன்மை யுடையதாயிருக்கும்; இந்த ஜந்துக்கள் அனைத்துக்குமே மனிதன் விருந்தளிப்பவனாகிறான். மத்ஸியம் மாம்ஸம் இவ்வுணவுகளின் மூலமாய் நாடாப்பூச்சியின் ஒரு குஞ்சு அநேக விதமாக மாறுபட்டு விருத்தியாவதாய் அறியப்படுகிறது. சமையல் செய்யாத மாட்டிறைச்சி, சிறிது சமைத்த பன்றியிறைச்சி, தூமமேற்றிய அல்லது உப்பிட்ட மத்ஸியம் இவற்றை உபயோகிப்பவருக்கு நாடாப்பூச்சியுண்டாகாமலிராது. இப்பரான்னாசிகள் உண்டாகாமல் முன் ஜாக்கிரதையோடிருக்க விரும்புபவர் அவ்வித பதார்த்தங்களை யுபயோகிக்காமலிருக்க வேண்டும்.

மத்ஸியம் தின்பவருடைய, அதிலும் விசேஷமாக குண்டுமீன் புஜிப்பவருடைய குடலில் தான் மிகவும் பெரிதான நாடாப்பூச்சிகள் காணப்படுகின்றன. மத்ஸியத்தாலுண்டாகிற கிருமிகள் ஒருவாறு உருண்டு முனையில் முள்ளுகளைப்போன்ற அவயவங்களுடையதாயிருக்கும். இது முழுமையும் வளர்ந்தால் முப்பது அடிவரையில் நீண்டிருக்கும். இதற்குள்ள கணுக்கள் அல்லது துண்டுகள் (segments) மிகவும் அதிகம்; அதாவது 3000-அல்லது அதற்கும் மேலிருக்கும். மத்ஸியங்களை விசேஷமாய் உபயோகிக்கும் தேசங்களில் இவ்வித கிருமிகளாலுண்டாகும் கஷ்டம் ஜனங்களுக்கு வெகு ஸாதாரணமானது. ருஷ்யா, ஜப்பான் இத்தேசத்திய ஜனங்கள் இக்கிருமிகளால் மிகவும் வருந்துவதுண்டு. பரான்னாசனியென்னும் ஸூக்ஷ்மஜீவன்கள் மத்ஸியங்களின்மேல் அதிகப் பற்றுதலுள்ளவை; ஆகவே மத்ஸியங்களின்மூலமாய் வயிற்றில் சென்று அவை செழித்துவளர்ந்து வெகு நீண்ட கிருமிகளாய் விடுகின்றன. மத்ஸியங்களை உப்பிலூறவைத்தாலும் சரி, தூமமிட்டுப் பதன்செய்தாலும் சரி அவற்றில் சேர்ந்துள்ள பரான்னாசனிகள் அழியமாட்டா.

மாட்டிறைச்சிகளை ஆச்ரயித்துண்டாகும் நாடாப்பூச்சிகள் மத்ஸியங்களிலுண்டாவதினும் வெகு சீக்கிரத்தில் வளர்ந்து பரவுகின்றன. இக்கிருமிகளுக்குத் தலையில் கொக்கி போன்ற அவயவங்களில்லாமையால், இவை, நிராயுதக்கிருமிகள் (Unarmed tape worms) எனப்படும். இதற்கு நூற்றுக்கணக்கான கணுவுகள் உண்டு; இது 10 முதல் 25 அடி நீளம் வரையில் வளரும். மாட்டிறைச்சியை சமையல் செய்யாமல் அல்லது சிறிது சமையல் செய்து உபயோகிப்பவருடைய குடலுக்குள் நன்கு வளர்ந்து நடுவயதிலுள்ள இவ்வித கிருமிகளை ஸாதாரணமாய் காணலாம். அபிஸ்ஸினியா (Abyssinia) என்கிற தேசத்தில் குடலில் இவ்வித நாடாப்பூச்சி சேராத மனிதனைப் பார்ப்பது அரிது.

பன்றிமாம்ஸத்திற் சேரும் நாடாக்கிருமிகள் மாட்டிறைச்சியிலுண்டாவதைவிட நீளத்தில் சிறிது குறைந்தவையாகவும், அலகுகள் போன்ற இருபத்தெட்டு கொக்கிகள் அல்லது மூக்குகளுள்ள தலையுடன் கூடியவையாயும் இருக்கும். இதன் தலை ஒரு குண்டூசியின் தலையைப் பார்க்கிலும் பெரிதாகயிராது; இதன் உடல் 6 முதல் 12-அடி நீளம்வரையில் வளரும். இது நன்றாக வளர்வதற்கு மூன்று மாதம் செல்லும். இதன் துண்டுகளும் முட்டைகளும் மலத்துடன் தாராளமாய் வெளியாகும். பிறகு நகங்களின் சந்துகளிலாவது வேறு வெடிப்புகளிலாவது இக்கிருமிகள் ஸம்பந்தப்பட்டு சரீரத்தினுட் பிரவேசித்து மீண்டும் நன்கு வளரலாம். இப்பூச்சிகள் ஜெர்மனியின் வடபாகத்திலுள்ளவருக்கு ஸஹஜமானவை; இங்கிலாந்தில் அபூர்வமாய் சிலருக்குண்டாவதுண்டு.

வேறு சில சிறிய நாடாப்பூச்சிகள் குறுகியக் கிருமிகள் (dwarf tape worms) எனப்படுகின்றன. மனிதசரீரத்தில் வளரும் நாடாப்பூச்சிகளில் இக்கிருமியே மிகவும் சிறியது; இது $\frac{1}{4}$ அங்குலம் முதல் $\frac{1}{2}$ அங்குலம் நீளம் வரையிலுந்தான் வளரக்கூடும். குழந்தைகளின் குடலில்தான் இவ்வித கிருமிகள் அதிகமாய் வளருகின்றன; ஒரு குழந்தையின் வயிற்றில் 1,000 கிருமிவரையில் இருந்ததாகக் கண்டிருக்கின்றனர். இடலிதேசத்தின் சில பாகங்களில் 100-க்கு 10 குழந்தைகள் இவ்வித கிருமிகளால் வருந்துகின்றன. இவ்வித நாடாப்பூச்சிகளை எலிப்புழுக்கள் (Rat tape worms) என்றும் கூறுகின்றனர்; இக்கிருமிகள் முதலில் எலிகளின் மேலிருந்துகொண்டு நன்கு வளரும்.

மேலும் பூனைப்புழு (Cat tape worm), நாய்ப் புழு (Dog tape worm), வாத்துப் புழு (Duck tape worm), விட்டிலென்னும் வண்டுப் புழு (Mothe tape worm), குளவிப்புழு (Flea tape worm) என்று இன்னும் அநேக வகையான நாடாப்புழுக்களுண்டு; இவையனைத்தும் மனிதருடைய குடலில் பிரவேசித்தால் நன்றாக வளர்ந்து முழுப்பிரமாணத்தையும் பெறும். ஆனால் முன் கூறப்பட்ட நாடாப்பூச்சிகளைப்போல் அவ்வளவு அதிகமாய் உற்பத்தியாவதில்லை.

விருத்தியாய் ஜீவிக்கும் வகை.

முட்டைப் பருவமுதல் நன்கு முதிர்ந்து பெரிதாகும்வரையில் நாடாப்பூச்சி வளரும் வகையானது கவனிக்கக்கூடியவாறு சிறிது

விசேஷம் வாய்ந்ததாயிருக்கும். இப்பூச்சி ஜீவிப்பதற்கும் வளர்வதற்கும் இரண்டுவிதமான ஆஹாரஸ்த்தலங்கள் தேவை; சிலதுக்கு ஒன்றே போதுமானது. வேறு சில வற்றிற்கு இரண்டு ஆச்ரயங்கள் தேவை. பன்றியிறைச்சியின் நாடாப்பூச்சியை உதாரணமாயெடுத்துக் கொள்வோம். இப்புழு மனிதருடைய குடலிலிருந்து ஜீவிக்கும்; இப்பூச்சியினிடமிருந்து அளவற்ற முட்டைகள் உண்டாய் மலத்துடன் இடைவிடாமல் வெளியாகும். இந்த முட்டைகள் ஒரு பன்றியின் குடலிற் சென்றாலேயொழிய வேறுவகையில் அதற்குமேல் வளரவகையற்றவையாயிருக்கின்றன. இந்த முட்டைகள் அவற்றின் குடலில் சென்றபிறகு, அவைகளின் மேலுள்ள ஓடுகள் ஆமாசயத் திரவம் (Gastric juice) என்கிற ஒருவித திரவப்பொருளுடன் சேர்ந்து ஜீர்ணமாக, உட்புறத்திலுள்ள குஞ்சுகள் தனியாகப் பிரிந்து வளர முயல்கின்றன. இக்கிருமிகளின் தலையிலுள்ள கொக்கி மாதிரியான அவயவங்களால்பன்றியின் குடலிலுள்ள மிருது சர்மங்களை நீக்கிக்கொண்டு மூளை, கல்லீரல், முக்கியமாக தசைநார்கள் முதலிய பலவிடங்களைப் புகலிடமாக்கிக் கொள்கின்றன. இவை தங்குவதற் கேற்ற இடங்களில் போய்ச் சேர்ந்ததும் சிறிது பலம் பெற்று, அவ்விடங்களில் ஒருவிதமான குழியை யுண்டுபண்ணிக் கொண்டு வளர ஆரம்பிக்கின்றன. இக்கிருமிகள் வெகு நாட்களளவும் தசைநார்களில் பற்றியிருக்கும். ஆனால் தசைகளில் பதுங்கிக்கிடக்கும் வரையில் இவற்றிற்குக் குஞ்சுத்தன்மை மாறுவதில்லை. இக்கிருமிகள் ஸம்பந்தித்த அவ்வித இறைச்சிகளை நன்கு சமைக்காமல் புஜித்தால் அவற்றிலுள்ள இக்குஞ்சுகள் மனிதருடைய இரைப்பையில் சேர்ந்து, பிறகு அங்கிருந்து குடலில் பிரவேசித்து,பெரிய கிருமிகளாக வளர்ந்து வரும். அவ்விதமே மாடுகளின் தசைநார்களில் சில கிருமிகளின் குஞ்சுகள் சேர்ந்திருந்து, அப்பால் அவ்விறைச்சிகளைப் புஜிப்பவரின் குடலிற் சென்று நன்கு வளர்ந்து விடும். இப்படியே மத்ஸியங்களினாலுண்டாகும் நாடாப்பூச்சிகளும் விருத்தியாகின்றன. ஆகையால் நாடாப்பூச்சிகள் மனிதருடைய குடலில் சேர்ந்து விருத்தியாவதற்கு மேற்கூறிய மாம்ஸாஹாரங்களே முக்கிய காரணங்களாம். இக்கிருமிகள் முதலில் சில மிருகங்களுடைய தாதுக்களிலிருந்து உணவுகளைக் கிரஹித்து ஜீவித்திருந்து, அப்பால் மனிதருடைய குடலில் பிரவேசித்து, அங்குள்ள மானிட உணவுகளை யுண்டு மேன்மேலும் வளர்ந்து ஜீவிக்கின்றன. நாயிறைச்சி ஸம்பந்தமான நாடாப்பூச்சிகள் மட்டும் நாய்களின் குடலிலேயே விசேஷமாய் வளர்ந்து முட்டையிடுகின்றன; இவற்றின் முட்டைகள் மனிதரின் இரைப்பையில் பிரவேசித்தால், அங்குள்ள ஆமாசயத் திரவத்தினால் (Gastirc juice) அம்முட்டையோடுகள் உடைந்து ஜீர்ணமாய், சிறு குஞ்சுகள் மட்டும் குடலில் விழுந்து மனிதருடைய கல்லீரலிலும், மூளையிலும், தசைநார்களிலும் பிரவேசித்து வெகு நாள் ஜீவித்திருக்கும். அப்பொழுது மனிதருக்கு அந்தந்த அவயவங்களில் கொப்புளங்களைப் போன்ற சில மாறுபாடுகளேற்பட்டு, ஹைடாடிட் (Hydotid) என்கிற ஒரு வகையான வியாதி உண்டாகின்றது. நாய்களுடன் மிகவும் பழகிவரும் ஜனங்களுக்கு இவ்வியாதி ஸம்பவிப்பதியல்பு. ஆஸ்ட்ரேலியா முதலிய சில தேசங்களில் இந்த ரோகம் ஜனங்களுக்கு விசேஷமாய் உண்டாவது வழக்கம். கல்லீரல், மூளை, புப்புஸங்களென்னும் ச்வாஸாசயம், வ்ருக்கங்களென்னும் மூத்திர குண்டிக்காய்கள் இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றோ பலவோ இந்த வியாதியில் கோளாறடையும்; இது மிகக் கொடிய வியாதிகளிலொன்று.

வியாதியின் குறிகள்.

அநேகம் கேஸுகளில் பிணியாளியின் மலங்களைப் பரிசோதித்தால், அவற்றில் நாடாப்பூச்சிகள் அல்லது அவற்றின் துண்டு துண்டான அவயவங்கள் காணப்படும்; சில கேஸுகளில் திடீரென்று மலங்களைப் பரி

சோதிக்கும்போது அவை காணப்படாமலுமிருக்கலாம். குடல்களில் எரித்தலும் வலியும் உண்டாகலாம். குமட்டல், வாந்தி, அளவற்ற பசி, அஜீர்ணபேதி முதலியவையும் காணும். குழந்தைகளுக்குக் காக்கைவலி போன்ற இசிவு காண்பதும், இரவுகளில் பயந்து அழுவதும், பற்களைக் கடித்துப் பிதற்றுவதும் இதனாலுண்டாகும் குறிகளாம். சில ஸமயங்களில் தலைவலியும், தலைச்சுற்றலும் உண்டாகும். குழந்தைகள் மூக்கை அடிக்கடியும் சொரிந்து கொள்ளும்; ஆனால் இக்குறி வேறு சில ரோகங்களுக்குமுண்டாக்ககூடுமாதலால், இதற்கு முன் கூறப்பட்டுள்ள குறிகளில் ஏதேனும் சிலவற்றுடன் இதுவு மேற்பட்டால், அப்பொழுதுதான் கிருமி ரோகத்தின் குறியென நிச்சயிக்கலாம். சில கேஸுகளில் நரம்புத் தளர்ச்சியும், பலக்குறைவும் காண்பதுண்டு.

சிகித்ஸை.

இக்கிருமிகள் உற்பத்தியாகாமலிருக்குமாறு முன் ஜாக்கிரதையுடனிருப்பதே மிகவும் கவனிக்கத்தக்க விஷயம். மாம்ஸங்களை உபயோகிக்காமலிருப்பது நலம்; அப்படி அவசியமானால் நன்றாகச் சமையல் செய்து உபயோகிக்கவேண்டும். நாடாப்பூச்சிகளுள்ள மலங்களை ஜாக்கிரதையாக கிருமிஹரமான திராவகங்களைக் கொட்டி அவற்றை தோஷமற்றவையாகச் செய்யலாம்; அல்லது எரித்துவிடலாம். சிகித்ஸா முறைகளைக்கொண்டு இவ்வியாதியை அல்லது கிருமிகளைப்போக்க வேண்டுமானால், தகுந்த வைத்தியரைக்கொண்டே அதைச் செய்யவேண்டும். சில ஒளஷதங்கள் ஸாதாரணமாய் அவஸரமான ஸமயங்களில் அனைவராலும் உபயோகிக்க வேண்டி வந்தாலும், விஷத்தன்மையுள்ள சில சரக்குகளை வைத்தியர்களின் அனுமதியின்றி பிரயோகிப்பது பிசகு. குடலிலுள்ள கிருமிகளுக்கு ஒருவித மயக்கம்போன்ற நிலைமையை யுண்டுபண்ணி, அப்பால் விரேசனத்திற்குக் கொடுத்து, அப்பூச்சிகளை வெளிப்படுத்த வேண்டியதே ஸாமானிய சிகித்ஸாக்கிரமமாகும். அப்பூச்சிகளைக் கொல்வதற்கு அல்லது அவற்றிற்கு மயக்க நிலைமை யுண்டுபண்ணுவதற்கு ஆங்கில வைத்தியர்கள் மேல் பெர்ன் (Male fern), பெல்லெடீரின் (Pelletierin), பம்ப்கின் (Pumpkin), கஸ்ஸோ (Kusso) முதலியவற்றை உபயோகிக்கின்றனர்; ஸாண்டோனின் என்கிற சரக்குதான் வெகு விசேஷமாய் தற்காலத்தில் கிருமிஹரமாகக் கொடுக்கப்பட்டு வருகிறது. ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் நாடாப்பூச்சியை ப்ரத்நிபமான கிருமிகளென்றும், அவை உண்டாவதற்கு மாம்ஸாஹாரம் முதலியவை காரணமென்றும், அவற்றைப் போக்குவதற்கு பலாசக்ஷாரம், வாய்விடங்கம் முதலியவை தகுந்த ஒளஷதங்களென்றும் கூறுவர். இப்பூச்சிகளை சில ஸமயம் ஒரே தடவை ஒளஷதங்கொடுத்து வெளிப்படுத்துவது ஸாத்தியமில்லாமற் போய்விடும். சில ஸமயம் பூச்சிகள் எளிதில் வெளிவந்து விடும். முதல் தடவை ஒளஷதப் பிரயோகத்தினால் கிருமியின் தலை வெளிவரவில்லையென்று தெரிந்தால், இருபது நாட்கள் கழித்து மீண்டும் அதேமாதிரி ஒளஷதப் பிரயோகம் செய்து, விரேசனத்திற்கும் கொடுக்க வேண்டிவரும். தலையில் குக்கிபோன்ற அவயவமுள்ள நாடாப்பூச்சியை எளிதில் வெளிப்படுத்த முடியாது. அவ்வித கிருமிகள் வயிற்றிலிருப்பதாக நிச்சயித்தபின், வைத்தியரைக் கொண்டு பலமான ஒளஷதங்களைக் கொடுத்து அவற்றை வெளிப்படுத்தி விடவேண்டும்.

THE SECRET OF LONG LIFE.

தீர்க்காயுளின் இரஹஸ்யம்.

BY

DR. C. A. VENUGOPAL CHETTY.

கிழத்தனம் ஸம்பூர்ணமாய் வந்து நீடித்த காலம் ஜீவித்திருக்க முயல்வது முடியாத காரியமல்ல. உலகத்தில் ஸாதிக்கக்கூடிய காரியங்களுள் தீர்க்காயுளாக ஜீவித்திருக்க

முயற்சிப்பது எளிதான வேலை யென்றே சொல்லலாம்.

பொதுவாக ஜனங்களெல்லாம், உலகம் ஸ்ருஷ்டியானது முதற்கொண்டு இன்றைய வரையில் தீர்க்காயுளாக ஜீவித்திருப்பதற்கு ஸாதனங்கள் எவையென்று தேடிக்கொண்டிருக்கின்றனர். ஸாதாரண ஜனங்களேயல்ல, அரசர் முதல் அறிவிற் சிறந்த தத்துவ சாஸ்த்ரிகளீறாக மேம்பாடுற்ற மனிதர் அனைவரும் அவ்வித ஸாதனங்களைக் கண்டறியும் முறைகளுக்காக மேன்மேலும் பிரயத்தினப்பட்டு வந்தார்கள். அதற்காக அகில சாஸ்திரங்களையும், அவற்றைச் சார்ந்த அகில அங்கங்களையும் ஆராய்ச்சி செய்தனர். அநேக தர்க்கங்கள் செய்தும், அனுபவ மூலமாகவும் பற்பல ஸங்கதிகளை ஆலோசித்து வந்தனர். இரஸாயன சாஸ்திரஞ்ஞர்களும், பரமார்த்த விசாரம் செய்பவரும் யௌவன நிலைமை நிலைதலையாமலிருப்பதற்கேற்ற உபாயங்களைக் கூறி எண்ணிறந்த நூல்களையும் எழுதியிருக்கின்றனர். எவ்வளவோ எளிதான உபாயங்களுக்காக எவ்வெவ்வளவு சர்ச்சைகளாரம்பித்தனர்! இஃதல்லவோ ஆச்சரியம்!

பிரதிமனுஷ்யனும், ஸ்ருஷ்டி கர்த்தாவினால் தனக்களிக்கப் பெற்ற ஆயுள் அனைத்தையும் அனுபவிப்பதற்கு பாத்திய முள்ளவனாகிறான். அவ்வாயுள் நூறாண்டளவென்பது வாஸ்தவமே. நூறு வருஷம் வரையில் முறைதவறாமல் வேலை செய்யக்கூடிய வன்மையுள்ள அநேகம் கருவிகள் தேஹத்தினுள் தைவத்தினால் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவ்வளவு காலமும் ஜீவித்திருக்க வகையில்லாமல் அகால மரணத்திற் குட்படுவதற்குக் காரணம், அவிவேகத்தினால் செய்யப்படும் அக்ருத்தியங்களேயன்றி வேறல்ல.

தீர்க்காயுளளிக்கும் ஆசாரங்கள் அநேகமுண்டு; சரீரத்திற்கு ஸௌகரமான ஆசாரங்களெல்லாம் ஆயுளையும் அபிவ்ருத்தி செய்யுமென்பது வாஸ்தவமானாலும், அவற்றிலும் சில ஸௌகங்கள் பரிஹரிக்கக் கூடியவைகளாயிருக்கின்றன. உண்மையில் அவை ஸௌகங்களல்லவாயினும், "உண்ணவுண்ண வேம்பும் இனிதாகும்" என்பது போல், நீண்டகாலம் அப்யஸித்து விடுவதால், அவற்றினா லுண்டாகும் தீங்குகளை மறந்து மதிமயக்கங்கொண்டு, மீட்சி பெறமுடியாத தீமைகளுக்குள்ளாகின்றோம்.

தீர்க்காயுளைப் பெறுவதற்கு முக்கிய மார்க்கமென்ன வெனில், அகால மரணத்திற்குக் காரணமான விஷயங்களிடம் அகப்படாமல் அவற்றிற்கு வெகு தூரத்திலிருக்க முயற்சிக்க வேண்டும்; என்றால், ஆரோக்கிய சாஸ்திர முறைகளை யனுஸரித்து நடந்து கொள்ள வேண்டும். ஆரோக்கிய சாஸ்திர முறைகளை நிறை வேற்றுவதன் பொருட்டு வேண்டிய வளவு தகுந்த முயற்சிகள் செய்யாமையால் ஆயிரக்கணக்கான ஜனங்கள் கபஜ்வரம் (Pneumonia), ஸந்நிபாத ஜ்வரம் (Typhoid), மஸூரிகா (Small pox), மஹாமாரி (Plague) முதலிய எண்ணிறந்த பெருவாரி வியாதிகளால் பீடிக்கப்பட்டு அநியாயமாய் அகாலத்தில் அழிந்து விடுகின்றனர். ஆரோக்கிய மார்க்கங்களை அனுஸரித்து நடந்து வந்தால் தொற்று வியாதிகள் அணுக வழியிராது.

தொற்றுவியாதிகள் சுற்றுப்புறங்களில் வியாபித்திருந்தாலும், அவற்றால் தனக்குக் கெடுதி நேரிடாதபடி தனது தேஹாரோக்கியம் சிறிதும் பழுதுறாமலிருக்குமாறு தன்னைக் காப்பாற்றிக்கொள்வதில் ஒவ்வொருவனும் ஆவலுள்ளவனாயிருக்க வேண்டும். மனிதனுடைய சரீரம் ஆரோக்கியமும் வன்மையு முள்ளதாயிருக்கையில், ரோகத்திற்குக் காரணமான சில ஸூக்ஷ்ம ஜீவராசிகள் எவ்விதத்திலேனும் சரீரத்திற் பிரவேசித்து விட்டாலும், அவை சரீரத்தில் ரோகமுண்டாக்க முடியாதனவாய் விடும்; சில ஸமயம் சரீரதாதுக்களின் வன்மையினால் அவை சரீரத்திலேயே அழிந்து பிறகு வெளிவரக்கூடும்; ஆகவே திடசரீரியான ஆரோக்கியபுருஷனுக்குப் பெரும்பாலும் எளி

தில் வியாதி நேரிடாது. ஆரோக்கிய நிலைமை அனைவருக்கும் ஒரே விதமாயிராது. சரீர பலம் சிலருக்கு அதிகமாகவும், சிலருக்குக் குறைவாகவும் இருப்பதற்கேற்க, ஆரோக்கிய நிலைமையும் வித்தியாஸப்படும். தேஹவன்மை குறைவாயிருப்பவன் சிலம்பப் பயிற்சி அல்லது வியாயாமம் செய்து தன் தேஹபலத்தை விருத்தி செய்து கொள்வதுபோலவே, ஆரோக்கியக் குறையுள்ள மனிதனும் சில முயற்சிகளால் தனது ஆரோக்கிய நிலைமையை அபிவிருத்தி செய்து கொள்ளலாம். அதற்காக, தேஹத்தின் ஜீவகணங்களை (அல்லது தாதுக்களைப்) போஷிக்கும் திரவியங்களை யுட்கொண்டு வருவதும், அவ்வுணவுகள் அப்போதைக்கப்போது நன்கு ஜீர்ணமாய் விடுவதற்கான சக்தியை விருத்திசெய்து கொள்வதும் அவசியமாம். என்றால் உட் கொள்ளப்படும் உணவு வீணாகாமல் இரத்தத்துடன் சேரும் விதம் ஜீர்ணசக்தியை வெகு ஜாக்கிரதையாகக் காப்பாற்ற வேண்டும். அதற்கு போஜனம் மிதமாகச் செய்யவேண்டும். அடிக்கடி இரைப்பை முதலிய ஜீர்ண கோசங்களை போஷணைக்கு வேண்டிய ஸத்துவங்களற்ற வஸ்துக்களாலும், எளிதில் ஜீர்ணமாகக் கூடாத உணவுகளாலும் திணிக்கக் கூடாது. இவ்விஷயமான விசாரம் செய்யப்படும் பிரகரணங்களில், ஆரோக்கிய சாஸ்திரத்திற் பயிற்சியுள்ள சிலர் மாம்ஸபோஜனம் நிஷேதிக்கத் தகுந்ததென்றும், வேறு சிலர் காபி, தேயிலை முதலிய வற்றாலான பானவகைகள் தகாதவை யெனவும் பலவாறு அபிப்பிராயப் படுவதுண்டு. ஆனால் இவை சில ஸமயம் கெடுதியுண்டு பண்ணக்கூடியவை யாயினும், முற்றிலும் நிஷேதிக்குமாறு அவ்வளவு பிராணாபாய முண்டாக்குபவை யென்று சொல்வதற்கில்லை; ஆகையால் இவ்வித வஸ்துக்களை உபயோகிக்காமலிருந்தாலும் சரி, அவசியமானால் சொற்பமா யுபயோகித்தாலும் சரி அது நன்மையே.

நகரங்களில் வஸிப்பவரை விட கிராமாந்த்ரங்களில் வஸிப்பவருக்கு ஆயுள் அதிகம். நீண்டகாலம் ஆரோக்கியமாய் வாழ விரும்புபவர் கோபதாபங்களை யடக்கிக்கொண்டு, அமைதியுடன் மனக்கோளாறு சிறிது மின்றி ஸந்துஷ்ட சித்தராயிருந்து வரவேண்டும். ஆரோக்கிய முறைக்கு விரோதமாகாத வழக்க ஒழுக்கங்களும் அவசியமானவை. எப்பொழுதும் உட்கார்ந்து கொண்டே நடத்த வேண்டிய உத்தியோகம் சரீர ஸௌகத்திற்கு உற்றதல்ல. நகரவாஸிகள் சரீரபுஷ்டிக்குக் குறைவு வருவதற்குக் கொஞ்சகாலத்திலேயே காலகதி யடைகின்றன ரென்பதற்கு அநேக ஸாக்ஷியங்களுண்டு. எவ்விதத்திலும் நகரத்தில் கிராமாந்தர வாஸத்திற் கேற்ற ஆரோக்கிய ஸௌகம் ஏற்படுவது ஸாத்தியமானதல்ல. நகர வாஸிகள் கிராமாந்தர வாஸிகளைப்போல் அவ்வளவு நீண்டகாலம் ஜீவித்திருப்பதில்லை யென்று பெரும்பாலோர் அறிந்திருக்கின்றனர். பரிசுத்தமான வாயு, நிர்மலமான ஜலம் இவ்விரண்டும் ஜீவித்திருப்பதற்கு இன்றியமையாத வஸ்துக்களென்பதும் அனைவருக்கும் தெரிந்த விஷயமே. பட்டணவாஸிகளுக்கு இவ்விரண்டும் சுத்தமாகக் கிடைப்பது அரிதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. இக்காரணத்தினாலேயே அவர்களுடைய ஆயுளும் குறைந்து விடுகின்றது. இவ்வளவு தூரம் கூறுவதின் கருத்தென்னவென்றால், பட்டணங்களில் வஸிப்பவர், முடியுமானால் நகரத்தின் எல்லைகளிலாவது, கிராமங்களிலாவது குடியிருந்து வரலாம். அப்படிக்கில்லாமல் பட்டணத்திலேயே வஸிக்கவேண்டியிருப்பவருக்கு முற்கூறிய காரணங்களால் ஆயுள் குறைந்துவிடுவது மாத்திரமல்லாமல், அவர்களுடைய வயிற்றிற் பிறக்கும் பெண் பிள்ளைகளுடைய ஆயுளுக்கும் பலங்குறைந்துவிடுவதியல்பு.

தீர்க்காயுளாய் வாழ விரும்புபவன் தனது வீட்டின் நிலைமையை முதலில் பரிசோதிக்க வேண்டும். குளம் குட்டைகளின் மேல் மண்ணைக் கொட்டி, பூமிமட்டமாகச் செய்து கட்டப்படும் வீடுகளில் குடியிருப்பவன் ஆரோக்கியக் குறைவை யடைவானாதலால், அவன் தீர்க்காயுளாயிருக்க விரும்புவதில் பயனில்லை. வெளிச்சம், காற்று இவை வேண்டியவளவு இல்லாமல் தாழ்ந்த குடிசைகளைப் போன்ற சிறு அறைகளில் வஸிப்பவருக்கும் ஆரோக்கியம் சீர்கெட்டு ஆயுளும் குறையும். மிகவும் பரிசுத்தமான வாயு எப்பொழுதும் கிடைக்குமாறு நாம் தகுந்த ஆரோக்கியஸ்த்தலங்களில் வஸிக்க வேண்டுமென்கிற வாக்கியத்திற்கு ஆயிரக்கணக்கான ஆசார்யோப தேசங்களும் இணையாகா. தேஹம் நல்ல நிலைமையைப் பெற்றால் ஆத்மாவும் நல்ல நிலைமையைப் பெறும். வீட்டு வாயில்களில் நிர்மலமான வாயு

விசேஷமாயிருக்க வேண்டும். நல்ல காற்று வேண்டியவளவு வியாபித்து வருமிடத்திலேயே எக்காரியங்களையும் செய்துவர வேண்டும். விளையாடுவது, வியாயாமமென்னும் தேஹப்பயிற்சி முதலான காரியங்களை சுத்த வாயு நடமாட வழியில்லாத சிற்றறைகளில் செய்வது மடமையேயாம்.

எப்பொழுதும் களிப்பு மேலிட்டவராயிருங்கள், மனக்கவலை மிருத்யுவுக்கு ஸமானமானது. அளவுமீறிய ஆஹாரம் ஆரோக்கியத்திற்கு அபாயந்தரும். ஜாக்கிரதை! மிதமிஞ்சிய உணவைவிட ஒருகபளம் அன்னம் குறைவாக அப்போதைக்கப்போது புஜித்து வருவதே மேல். உணவுகளை விரைவாக உண்ணக்கூடாது. சீக்கிர போஜனம் உங்களுடைய ஆயுளை அபஹரிக்கும் கள்ளனுக்கு ஸமானமானது. சீக்கிர போஜனத்தினால் இரைப்பையை வேண்டுமானால் நிரப்பி விடலாமே யன்றி, சரீரத்திற்கு வேண்டிய போஷணையை யுண்டுபண்ண முடியாது. அவரவருக்கு ஏற்ற ஆஹாரங்களை அவரவர் புஜிக்கவேண்டும். வாலிபப்பருவம், உத்தியோகரீதி முதலிய அம்சங்களுக்கு அநுகூலமான உணவுகளை அவரவர் ஏற்பாடு செய்துகொள்ளலாம். அவ்வுணவுகளை நன்றாகச் சமைக்க வேண்டும். நன்றாக மென்று மெல்ல மெல்ல விழுங்கவேண்டும். ஒவ்வொரு கபளமும் சிறிதா யிருப்பது நலமேயன்றி, பெரிதாயிருப்பது நல்லதல்ல; இவ்விதம் செய்தால் ஜீர்ணசக்தியும் ஆரோக்கியத்தின் பலமும் விருத்தியாகும். உமது சரீர சக்தியில் சிறிதளவுகூட வீணில் செலவழியாதபடி ஸாமர்த்தியமாய் நடந்து கொள்ளவேண்டும். சரீரத்திற்குள்ள சுரு சுருப்பைக் காப்பாற்றிக்கொள்ளும். இவ்வாறு செய்தால் சிரஞ்ஜீவியாயிருப்பீர்.

ஆனால், தனது ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பற்றியே எப்பொழுதும் மனதில் சிந்தித்துக்கொண்டிருக்கக் கூடாது. எப்பொழுதும் சிந்தை யுறுவதானது ரோகங்களைக் காட்டிலும் மிகவும் அபாயகரமானது. ஸர்வகாலமும் ஸதாசாரங்களிலேயே பற்றுதலுள்ளவரா யிருங்கள். ஆயினும் அவ்வித ஆசாரங்களை ஏதோ கட்டுதலுக்குட்பட்டு கஷ்டத்துடன் செய்து வருவதாய் நினைக்கக்கூடாது. அப்பொழுதுதான் உமது கோரிக்கை நிறைவேறிவரும்.

பள்ளியறையானது மிகவும் விசாலமாய், நல்ல காற்றோட்ட முடையதாய், குளிமை பொருந்தியதா யிருக்கவேண்டும். ஆரோக்கியத்திற்குச் சிறிதும் சிதைவு நேரிடா வண்ணம் படுக்கையறையில் படுக்கை முதலிய ஸகல ஏற்பாடுகளையும் அமைத்துக்கொள்ள வேண்டும். தீர்க்காயுளைப் பெறுவதற்கு தேஹாரோக்கியத்தை மாத்திரம் கவனித்தல் போதாது; மனதின் நிலைமையும் ஸ்த்திரமானதாயிருக்கவேண்டும். சில ஸமயங்களில் மனதுக்கு மகிழ்ச்சி யூட்டுமாறு ஐம்புலன்களையும் அததற்கேற்ற விஷயங்களில் முறைதவறாமல் பிரவ்ருத்திக்கச் செய்து களிப்புடன் காலங்கழித்து வரலாம்.

செய்யவேண்டிய காரியங்களை யெல்லாம், ஒரு கிரமத்துடன் செய்துவரவேண்டும். வியாயாமம் முதலிய தேஹப்பயிற்சி, சிரமபரிஹாரம், மானஸிகமான உத்தியோகங்கள் இவைகளைக்கூட ஒரு முறைப்படியே தினந்தோறும் செய்து வரவேண்டும். எப்பொழுது எக்காரியம் செய்யவேண்டுமோ, அப்பொழுதே அதை நிறைவேற்றி விடவேண்டும்; அப்பொழுதே செய்யாமல் மற்றொரு ஸமயத்தில் செய்வோமென்று சோம்பினால், ஒரே ஸமயத்தில் காரியங்கள் அளவு மீறி செய்யவேண்டி நேரிட்டு, சரீரத்திற்கும் மனதுக்கும் கஷ்டமுண்டாய் விடும்.

தேஹத்திற்குள்ள சுருசுருப்பு குறையுமானால் மனோபலமும் குறைந்து வரும். தேஹத்தில் சுருசுருப்பு விருத்தியானால் மனோபலமும் விருத்தியாகும். ஆகையால் தேஹம் புஷ்டியாகவும் சுருசுருப்பாகவு மிருக்கும்படி சரீரத்தைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.

நித்திரைக்கு ஹானியுண்டாகக் கூடாது. சிலருக்கு இயற்கையிலேயே நித்திரை அதிகமாய்வேண்டியிருக்கும். பெரியோரைவிட சிறுவர்கள் அதிகமாய் நித்திரை யுறுவர்.

ஸாதாரணமாய் தினப்படி செய்து வரும் வேலைகளன்றி, தன் மனதை உத்ஸாஹப்படுத்துவதற்காக ஏதேனும் சிறு வேலையொன்று புதிதாகச் செய்து வரலாம். தினப்படி செய்யும் வேலைகளானபிறகு ஏதேனும் விளையாட்டு போன்ற சிறு காரியத்தைச் செய்வதால் சோம்பேரித்தனம் சிறிதும் அணுகாமலிருக்கும்; துராலோசனைக்கு மார்க்கமுண்டாகாமலிருக்கும். இக்கிரமங்களை அனுஸரித்தால் தீர்க்காயுளைப் பெறுவீர்கள்.

வைத்திய கலாநிதி.

ஆனந்த௵ ஆவணி௴.

THE WAR AND THE INDIGENOUS MEDICAL PRACTITIONERS.

யுத்தமும் ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களும்.

தற்காலம் ஐரோப்பாவில் அதிபயங்கரமாக நடந்தேறும் மஹாயுத்தத்தில், நம்மைப் பிரேமையுடன் ஆண்டுவரும் ப்ரிட்டிஷ் துரைத்தனத்தாருக்கு அவரவராலானமட்டும் உதவி புரிவதற்காக இந்திய ஜனங்களில் வக்கீல்களும், மேனாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் செய்பவரும், மற்றும் பல தொழிலாளிகளும் பெருமுயற்சி செய்து, தமது மனதில் இயற்கையிலேயே குடிகொண்டுள்ள இராஜ விச்வாஸத்தை வெளிப்படுத்த முன்வந்து கொண்டிருக்கின்றனர். கல்கத்தாவில் ஆங்கில முறைப்படி வைத்தியம் கற்றுத் தேறிய வங்காளிகள் நூற்றுக் கணக்காய்ச் சேர்ந்து, யுத்தத்தில் நமது பிரிடிஷ் கவர்ன்மெண்டாருக்கு ஸஹாயம் செய்ய ஸித்தமா யிருப்பதாகக் கூறி, தமக்கு அவ்விதம் செய்ய அனுமதி கொடுக்கவேண்டுமென்று கவர்ன்மெண்டாரைக் கேட்டுக்கொள்ள, அவ்விதமே கவர்ன்மெண்டும் முதலில் ஒருவாறு அங்கீகரிப்பதாக வாக்களித்து, அப்பால் அவ்வைத்தியர்கள் யுத்தத்தில் காயம்பட்டு அபாயத்திற்குள்ளாகும் போர்வீரர் முதலியவருக்கு சிகித்ஸை முதலானது செய்யத் தகுந்த தைரியமும் திறமையுமுண்டாகுமாறு பயிற்சி பெறவேண்டுமென்று நிச்சயித்து, இப்பொழுது அவ்வைத்தியர்களுடைய ஸஹாயம் அவசியமில்லையென்று அறிவிக்கப்பட்டது. ஆனால் ஸமயம் நேரிட்டபோது அவர்களுடைய ஸஹாயத்தை எதிர்பார்ப்பதாகவே கவர்ன்மெண்டார் குறிப்பிட்டிருக்கின்றனர். சென்னையிலும் மேனாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் செய்யும் இந்தியர்களும் மற்றவரும் சேர்ந்து ஒரு ஸபை கூடி, யுத்தத்தில் காயம்பட்டு அபாயமுறும் ப்ரிடிஷ் ஜனங்களுக்கு சிகித்ஸையும் மற்றுமுபசாரங்களும் செய்வதற்குத் தாம் ஸித்தமாயிருப்பதாகவும், ஆகவே தம்மை அக்காரியத்திற் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டுமென்றும் இம்மாகாண கவர்னரையும், இராஜப்பிரதிநிதியையும் கேட்டுக்கொள்ள, அவர்களுடைய இராஜபக்தியை மெச்சிக்கொண்டு கவர்னரும் இராஜப் பிரதிநிதியும் பதிலனுப்பினார்கள். பர்மாவிலுள்ள ஸப் அஸிஸ்டெண்டு ஸர்ஜன் முதலிய ஆங்கில வைத்தியர்களும் ஒன்று கூடி, யுத்தத்திற்குப் போய், அங்கு ஆபத்துக்குள்ளாகும் ப்ரிடிஷ் ஜனங்களுக்குத் தம்மாலான உதவி செய்வதாகத் தீர்மானம் செய்து, தமது இராஜ விச்வாஸத்தை அறிவித்திருக்கின்றனர். நமது ப்ரிடிஷ் கவர்ன்மெண்டுக்கு விரோதமாய் ஜர்மனி யுத்தம் செய்ய பிரவ்ருத்தித்திருப்பதை நோக்கி, இந்தியர்களனைவருக்குமே ஓர் ஆக்கிரமும் ஆவேசமும் ஏற்பட்டு, அவரவரால் ஆகக்கூடிய உதவிகளை இச்சமயத்தில் செய்ய முற்படுவதே முதற்கடமையென நிச்சயித்திருப்பதால், ஆங்கில வைத்திய முறைப்படி சாஸ்திரங்களைக் கற்றுணர்ந்து அனுபவமும் பெற்ற இந்திய வைத்தியர்கள் அனைவருங்கூட தாமும் உதவி செய்ய ஸித்தமாயிருப்பதாக உத்ஸாஹத்துடன் இராஜாங்கத்தாரைக் கேட்டுக் கொள்கின்றனர். இவர்களெல்லோருமே யுத்தத்தில் ஸஹாயம் செய்வதென்றால், கத்தி முதலிய ஆயுதங்களெடுத்து எதிரியுடன் சண்டை செய்வதல்ல; போர் முனையில் காயம்பட்டு அபாயமுறுபவருக்கு சிகித்ஸை செய்வதும், உபசாரங்கள் செய்வதும் கத்தி யெடுத்துப் போர்புரிவதைப் போலவே பிரதான காரியமாகும்.

உலகத்தில் எங்குமே மேனாட்டு வைத்திய முறை நன்றாகப் பரவி ஒரே சீராக அவ்வைத்தியர்களால் அவ்வைத்திய முறை அனுஷ்டிக்கப்பட்டு வருவதால், அதை யாதாரமாகக்கொண்டு இத்தேசத்திலுள்ள ஆங்கில வைத்தியங் கற்ற இந்தியர்களும் இந்த ஸமயத்தில் தாமும் போர்புரிபவருக்கு சிகித்ஸை செய்ய வருகிறோ

மென்று தைரியத்துடன் கூறுகின்றனர். இவ்வைத்தியர்கள் போர் நடக்குமிடத்திற்குச் சென்றால், அவரவர்கள் தனித்தனியே ஔஷதங்களையும், சஸ்திர சிகித்ஸைக்கு வேண்டிய உபகரணங்களையும் தேடவேண்டிய அவசியமில்லை; அவ்விடத்திலேயே தற்காலத்திற்கு ஏற்பட்டிருக்கும் வைத்திய சாலையில் ஔஷதம் முதலியவை வேண்டியவளவு ஆயத்தமாயிருக்கும்.

இந்த ஸமயத்தில் இந்நாட்டிலுள்ள ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்கள் நமது ப்ரிடிஷ் துரைத்தனத்தாருக்கு எவ்வாறு ஸஹாயம் செய்வதாயிருக்கின்றனரோ நாம் அறியோம். இவ்வைத்தியர்கள் என்றைக்கு மேன்மையடைந்து, ஆங்கில வைத்தியர்களைப் போல் இவ்வித ஸமயங்களில் தாமும் உதவி செய்ய முன் வருகிறோமென்று சொல்லக் கூடிய நிலைமை பெறப் போகின்றனரோ தெரியவில்லை! இவ்வித ஸந்தர்ப்பங்களில் உத்ஸாஹத்துடன் உதவி புரிவது இன்றியமையாத காரியமென்பதை யுணராததற்கு, இவர்களுடைய படிப்புக் குறைவே முதற்காரணமெனக் கூறவேண்டியிருக்கின்றது. ஆங்கில வைத்தியர்களைப் போல் ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களும் கௌரவமும் செல்வாக்கும் பெற்று, தாமும் அத்தொழிலில் திறமைசாலிகளென்று காட்டிக்கொள்ள வேண்டுமே என்கிற விருப்பமுண்டாவதே இவர்களுக்கு அரிதாயிருக்கின்றது. ஆயுர்வேத வைத்தியரும் ஆங்கில வைத்தியர்களைப்போல் முற்போக்கடைய வேண்டுமானால், இப்பொழுது நேரிட்டிருக்கும் யுத்த ஸந்தர்ப்பத்தில் அவர்களுக்கு யுத்தகளத்தில் உதவி செய்ய முயற்சிப்பது நலமல்லவா? இவ்வித ஸந்தர்ப்பங்களில்தான் ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களின் நிலைமை மிகவும் கேலிக்கிடமாயிருக்கின்றது. ஆங்கில வைத்தியர்களைப்போல ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களையும் இராஜாங்கத்தார் ஆதரிக்கவேண்டியது அவசியமே; ஆனால், இவர்களை எவ்விதத்தில் ஆதரிக்க முடியுமென்று நாமே ஆலோசித்தோமானால், இப்பொழுது ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களுக்குள்ள ஒற்றுமையின்மையையும், ஊக்கக் குறைவையும், கௌரவத்துடன் நாகரிகமாகத் தொழில்புரிந்து இவ்வைத்திய முறைகளை அபிவ்ருத்திக்குக் கொண்டுவந்து இவற்றின் மூலமாகவே ஜனங்களுக்குத் தம்மாலான ஸஹாயத்தைச் செய்யவேண்டுமென்கிற அபிமானமில்லாமையையும் நோக்குங்கால், இந்நிலைமையில் இவர்களை எவ்விதத்திலும் இராஜாங்கத்தார் ஆதரிக்கமுன்வரமாட்டாரென்றே பதில்கூறவேண்டியிருக்கின்றது. இத்தேசத்தில் பொது ஜனங்கள் இவ்வைத்தியமுறையாலேயே பெரும்பாலும் ஜீவிக்கவேண்டியிருக்கிறதென்பதை நன்கு ஆலோசித்து, சுதேச முறைப்படி வைத்தியம் கற்பதற்காகப் பாடசாலைகளை ஸ்தாபித்து, அப்பாடசாலைகளில் சரீரதத்துவம், பௌதிக சாஸ்திரம், இரஸாயன சாஸ்திரம், ரோகநிதானம், ஆரோக்கிய சாஸ்திரம், ஔஷத முறை, சிகித்ஸாமுறைமுதலியவற்றை அநுபவமுறைப்படி கற்பிப்பதற்கு சில ஆங்கில வைத்தியர்களையும், கைதேர்ந்த ஆயுர்வேத வைத்தியர்களையும் ஏற்படுத்தி, அப்பாடசாலைகளில் வைத்திய சாஸ்திரத்தை சாஸ்திரரீதியாகவும், அநுபவப்படியும் நம்மவர் கற்றபிறகுதான் இவர்களும் உலகத்தில் நன்மதிப்பைப்பெற்று ஆங்கிலவைத்தியர்களைப்போல் பிரஸித்தி யடையலாம். இவ்வைத்திய பாடசாலைகளில் படிப்பவர் அநுபவம் பெறுவதற்காக ஆங்காங்கு ஆஸ்பத்ரிகளிலும் ஔஷதசாலைகளிலும் அப்போதைக்கப்போது பற்பல பிணியாளிகளைப் பரீக்ஷித்தும், ஔஷதம் பக்குவம் செய்கிற வகைகளை நேரில் பார்த்தும் வருவது இன்றியமையாத விஷயம். இவர்களுக்கு சஸ்திர சிகித்ஸையையும் சிறிது கற்பிப்பதால் நற்பயனுண்டு. இவ்விதம் வைத்தியம் கற்பதற்கு இப்பொழுது ஆயுர்வேத யூனானி முறைப்படி வைத்தியம் செய்பவர் அல்லது அவர்களுடைய பிள்ளைகள் அப்பாடசாலைகளில் சேரவேண்டும். இந்தியாவில் இப்பொழுது சில ஆயுர்வேத பாடசாலைகள் இருப்பது பலர் அறிந்த விஷயமே. ஆனால், அவை இன்னும் சீர்திருத்தப்படவேண்டியவையா யிருக்கின்றனவேயன்றி, முதல்தரமான வைத்தியர்களை தேசத்திற் பரப்பக் கூடியவைகளாயில்லை யென்றறிய விஸனப்படுகிறோம். அவ்வாறு ஆயுர்வேத பாடசாலைகளை ஸ்தாபித்து எவ்விதத்திலுமுபயோகமுள்ள விதமாய் வேலை செய்ய எவரேனும் முன்வருவாராயின், பிறகு இராஜாங்கத்தாரையும் உதவி செய்ய நாம் கேட்டுக்கொள்ள வகையுண்டு. இவ்வித ஏற்பாடுகள் செய்து, ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் இக்காலத்திற்கேற்றவாறு அறிவு பெறுவார்களானால், பிறகு ஆங்கில வைத்தியர்களைப் போலவே இராஜாங்கத்தாரிடம் சில பாத்யதைகளையும் பெற விருப்பங்கொள்ளலாம்; அப்பொழுதுதான் இத்தகைய யுத்த காலங்களில் ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களும் யுத்தபூமிகளிற் சென்று, அங்கு அபாயமுறுபவருக்கு உதவி செய்வோமென்று இராஜாங்கத்தாரைக் கேட்டுக்கொள்ள வகையேற்படும். இந்த ஸமயத்தில் ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்கள் ஆங்கில வைத்தியங் கற்றவரைப்போல் யுத்த களத்தில் கஷ்டப்படும் போர் வீரர்களுக்கு சிகித்ஸை முதலியது செய்யும் தர்ம காரியத்தில் பிரவிருத்திக்கின்றோமென இராஜாங்கத்தாரிடம் விண்ணப்பம் செய்துகொள்ள முடியாமல், இவர்கள் தலை குனிந்து நிற்கக்கூடிய நிலைமையிலிருப்பதைப் பற்றி மிகவும் வருந்தவேண்டியிருக்கிறது. அப்படிக்கில்லாவிடினும், தென்னிந்தியாவிலுள்ள ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்கள் அனைவரும் அவரவர்களுடைய சக்திக்கியன்றளவு, இதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ள இராஜப் பிரதிநிதியின் பண்டுக்காவது, இராஜ சக்கிரவர்த்தியின் பண்டுக்காவது, அல்லது இரண்டுக்குமாவது திரவிய ஸஹாயம் செய்யலாம். ஆனால் ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களின் நிலைமை இப்பொழுது அவ்வளவு ஸஹாயம் செய்யக்கூடியதாயில்லை யென்பதையும் நாம் அறிவோம்; ஆகிலும் ஆங்கில வைத்தியர்களைப் போலவாவது, அதிக தனவான்களைப் போலாவது விசேஷமாகச் செய்ய முடியாவிடினும், இம்மாகாணத்திலுள்ள 30,000 சுதேச வைத்தியர்களும் சேர்ந்து, குறைந்தது ஆளொன்றுக்கு 4 ரூபாய் கொடுத்தாலும், இலக்ஷத்திற்கு மேலான தொகை சேர ஆக்ஷேபமில்லை. ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்கள் இந்த ஸமயத்தில் இவ்விதம் ஒன்றுகூடி ஒரு சிறிய தொகையைக் கொடுத்து இராஜ விச்வாஸத்தை அறிவிப்பது எவ்விதத்திலும் ஏற்றதாகும். இத்தருணத்தில் நமது விச்வாஸத்தை இங்ஙனம் அறிவிப்போமாயின், பிற்காலத்தில் ஸமயம் வந்தபோது, நாமும் இராஜாங்கத்தாருடைய உதவியைப் பெறுவதற்கு மார்க்கமேற்படும். எவராவது அங்ஙனம் வைத்தியகலாநிதி ஆபீசுக்கு அப்பண்டுக்குப் பணம் அனுப்பினால், அவற்றை வந்தனத்துடன் ஏற்று மேற்படி பண்டுகளுக்கு அனுப்பிவிடுவோம்.

COMMON SENSE IN MANAGING DIGESTIVE DISORDERS.

ஜீர்ணசக்தியின் கோளாறுகளை ஒழுங்குபடுத்துவதில் இயற்கையறிவு.

இப்பொழுது அநேக விடங்களில் விஷூசி யென்னும் வாந்திபேதி மிகுதியாகப் பரவி வருவதால், இத்தருணம் ஜீர்ண சக்தியைப்பற்றி ஒவ்வொருவரும் விசேஷமாய் கவனம் செலுத்த வேண்டியது முக்கியமான விஷயம். விஷூசிக்குக் காரணமான விஷப் பொருட்கள் உணவு அல்லது தண்ணீர் மூலமாக உடலினுட் சென்று வியாதியை யுண்டுபண்ணக்கூடுமாகையால், அவ்விஷக்கிருமிகளை அழிப்பதற்கும், அவ்விஷத்தினாலேற்படும் கோளாறுகளுக்கு எளிதில் வசப்படாமலிருப்பதற்கும் தகுந்தவாறு ஜீர்ணக் கருவிகள் மிக வன்மை பொருந்தியனவாயிருக்க வேண்டும்; அகாலங்களிலும் அளவு மீறியும் உண்ணப்படும் உணவுகளையும், வழக்கத்திற்கு விரோதமாக அல்லது இயற்கைக்கு மாறாக உபயோகிக்கப்படும் ஆஹாரங்களையும் ஜீர்ணிக்கச் செய்வதில் இரைப்பையும், மற்றும் குடல் முதலிய ஜீர்ண கோசங்களும் அதிக சிரமப்பட்டு சீக்கிரத்தில் தளர்ச்சி யுறுமானால், பிறகு ஸாதாரண உணவுகளை ஜீர்ணம் செய்துகொள்வதிலும் குடல்களுக்குள்ள சக்தி மிகவும் குறைந்து போய், ஏதேனும் ஒரு சிறிய காரணத்தினாலும்

அஜீர்ண ரோகமும், அதிஸாரமும், மற்றும் பலவிதமான வியாதிகளும் உற்பத்தியாக ஸௌகர்யங்களுண்டாகும். இந் நிலைமையில் குடல்கள் மட்டுமேயல்ல, பொதுவாக சரீரத்தின் ஆரோக்கிய ஸ்திதியே பல வகையிலும் சீரழிந்திருக்குமாகையால், விஷூசி ஸம்பந்தமான விஷம் முதலியவற்றையும், அவற்றுலுண்டாகும் தீங்குகளையும் விலக்கிக்கொள்ள பொதுவாக ஸகல அவயவங்களுக்கும், விசேஷமாக ஜீர்ண கோசங்களுக்கும் சுபாவமாயமைந்துள்ள திறமையொழிந்து விடுகின்றது. மேலும் ஜீர்ணமாகாமலும், ஜீர்ணமாகக் கூடாமலும் குடல்களில் சேர்ந்துள்ள உணவுப் பொருட்களிலிருந்துற்பத்தியாகும் சில தோஷங்கள், விஷூசி முதலிய வியாதிகளுக்குக் காரணமான விஷப் பொருட்களுக்கு ஸஹாயமாயிருந்து, அவ்வியாதிகளையே வெகு பலமாக உண்டாக்குகின்றன. ஆகவே விஷூசி முதலிய வியாதிகளை விலக்க வேண்டி செய்யப்படும் முயற்சிகளில், ஜீர்ண கோசங்களுக்கு எவ்வித கோளாறுமுண்டாகாமலிருக்கச் செய்வதும், அக்கோசங்களை நன்கு வன்மை யுறப்பண்ணுவதும் முக்கியமான காரியமாகும். ஜீர்ண உருப்புகளுக்கு ஏதேனும் சிறிது ஆரோக்கியக் குறைவு நேரிட்டதாகத் தெரிய வருமானல், உடனே, எக்காரணத்தினுல் நேரிட்டதென்பதைத் தீர விசாரித்து, அக்காரணத்திற்கேற்ற பரிஹாரம் செய்துவிடவேண்டும். இப்ப ஹார முறை இருவகைப்படும்.

(1) உபவாஸம் முதலியதால் ஜீர்ணவுருப்புகளுக்கு இயற்கை நிலைமை யுண்டுபண் ணுதல்.

(2) ஔஷதங்களைக் கொடுத்து கிருத்ரிமமான ஜீர்ணசக்தியை யுண்டாக்கி விகாரத்தை ஒருவாறு உபசமம் செய்தல்.

இவற்றுள் உபவாஸத்தினுலும், அல்லது மிதமும் பத்தியமுமான உணவுகளை தினத்திற்கு இரண்டொரு வேளைக்கு அதிகப்படாமலுண்பதாலும் குடல்களின் கோளாறைப் பரிஹரிக்கும் முறையே மேலானதென்று ஆயுர்வேதவைத்தியர்கள் மட்டுமே யல்ல - ஆங்கில வைத்தியர்களிலும் சிலர் அங்கீகரித்திருக்கின்றனர். இதற்குக் காரணம், உபவாஸத்தினுலும், மிதமான போஜனத்தினுலும் ஜீர்ணவுருப்புகள் தூண்டப்படாமலிருப்பதோடு, அவ்வவயவங்களுக்கும் இயற்கை நிலைமை சீக்கிரத்திலேயே உண்டாய் விடுவதேயாம். ஔஷதங்களைக்கொடுத்து வியாதி கொண்ட குடல்களைத் தூண்டுவதால், தற்காலம் சிறிது உபசமம் உண்டாவதுபோல் தோற்றினுலும், பிறகு அவ்வளவுக்கவ்வளவு ஆயாஸமும், ஆகவே ஆரோக்கியக் குறைவுமே ஸம்பவித்து விடுகின்றது.

குடல்களுக்கு ஔஷதப்பிரயோகங்களால் கிருத்ரிமமான சக்தியை யுண்டுபண்ணியே ஜீர்ணசக்தியை விருத்திபண்ண வேண்டி நேரிட்டால், அப்பொழுது தகுந்த வைத்தியர்களைக் கொண்டே சிகித்ஸை செய்விக்க வேண்டுமென்று நாம் சொல்வது அநாவசியகமாகும். இக்காலத்தில் ஆயிரக்கணக்கான ஔஷதங்கள் அழகழகாய் விளம்பரம் செய்யப்பட்டு அளவிறந்த ஜனங்களால் வாங்கி உபயோகிக்கப்பட்டு வருகின்றன. அவ்வாறு ஜீர்ணசக்தியை விருத்தி செய்யுமென்று விளம்பரம் செய்யப்படும் ஔஷதங்களில் சில வற்றைத் தவிர பெரும்பான்மையும் நம்பக்கூடியவையாகா. வைத்தியர்களுடைய அனுமதியின்றி அவற்றை வாங்கி யுபயோகிப்பவருக்கு அவற்றுல் குணமுண்டாகாவிடினும் பாதகமில்லை; தூர்க்குணங்கள் உண்டாய்விட்டால் 'கண்டஸ்யோபரி பிடகா ஸம்வ்ருத்தா'—'புரை குழலின் மேல் விப்புருதி யுண்டாயிற்று' என்பதுபோல், ஒரு வியாதி யனுபவிப்பது போதாமல், வேறு சில துன்பங்களும் ஏற்பட்டு பிணியாளி பெரிதும் பரிதவிப்பான். ஆனல் விளம்பரம் செய்யப்படும் ஔஷதங்களில் சிறந்த குணமுள்ளவை சிறிது மில்லையென்று நாம் சொல்லப் புகவில்லை. ஒரு சிறிய கோளாறு ஸம்பவித்தாலும், கைதேர்ந்த வைத்தியரிடம் சென்று பரீக்ஷிக்கச் செய்து, அப்பால் அவர்களால் கொடுக்கப்படும் ஔஷதங்களை உபயோகிப்பது உசிதமே யன்றி, வைத்தியர்களுடைய அனுமதியின்றி யுபயோகிப்பது அவ்வளவு சரியல்ல வென்பதே கற்றறிந்த வைத்தியரின் கருத்தாம்.

சில ஔஷதங்கள், கல்லீரல், இரைப்பை, குடல் முதலியவற்றை ஒருவாறு முதலில் தூண்டியபோதிலும், அதற்கென்று உபயோகிக்கப்படும் மற்ற ஔஷதங்களைப்போல் பின்னிட்டு அதிக தளர்ச்சியை யுண்டுபண்ணுமல், ஸாத்தியமான வரையில் வியாதியையும் நிவ்ருத்தி செய்யும். அவற்றுள் எலுமிச்சம் பழரஸம், ஓமம், கருவேப்பிலை இம்மூன்று வஸ்துக்களும் மிகச் சிறந்தனவாம். இவற்றை உணவுப்பொருட்களில் சலந்துபயோகித்தாலும் சரி, தனித்தனியாகவோ அல்லது ஒரு மிச்சவோ உட்கொண்டாலும் சரி, மற்ற ஔஷதங்களைப்போல் கிருத்ரிமமான ஜீர்ணசக்தியை யுண்டுபண்ணுமல், குடல்களுக்கும், கல்லீரல் முதலியவற்றிற்கும் இயற்கை நிலைமையை யுண்டுபண்ணும். இவற்றைத் தவிர ஆயுர்வேத முறைப்படி பக்குவம் செய்யப்படும் ஔஷதங்களில் பாஸ்கரலவணம் (தமிழ் சார்ங்கதரஸம்ஹிதையில் 104-வது பக்கம் பார்க்க), குடஜாவலேஹம் (சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 116-வது பக்கம் பார்க்க), இவைகளும் ஸாதாரணமாய் உபயோகிக்கத் தகுந்தவையாம். இவற்றைத் தவிர, ஜனங்கள் தமது இயற்கையறிவைக் கொண்டு தமக்குத் தாமே செய்து கொள்ளக்கூடிய சிகித்ஸையில் இரண்டொரு லங்கனமும், எளிதில் ஜீர்ணமாகக் கூடிய இலகுவான உணவுகளுமே சேர்ந்தவை யென்று சொல்லலாமே யன்றி, மற்றெவ் வௌஷதமும் ஜனங்கள் வைத்திய ஸஹாயமின்றி சுதந்தரமா யுபயோகிக்கக்கூடிய வையாகா.

FOOD FOR OLD PEOPLE.

கிழவர் உண்ணும் உணவு.

மிக வயது முதிர்ந்தவர்களில் பெரும்பான்மையோர் அதிக அளவாக ஆஹாரமெடுத்துக் கொள்கின்றனரென்பதுண்மை. "ஜரடாநாம் ப்ரக்ருத்யைவ ஜாடரோக்நி: ப்ரவர்த்ததே. நிர்வாணஸமயே தீபஜ்வாலெவோஜ: க்ஷயாய வை." 'அவிந்துபோகும் ஸமயத்தில் தீபத்தின் ஜ்வாலை விருத்தியாவது போல் வயது முதிர்ந்தவர்களுக்கு மிகவும் பசியெடுப்பதியல்பெனினும், அது, தீபத்திற்கு ஒளிபோல் உயிர் பிழைத்திருப்பதற்கு இன்றியமையாத ஓஜஸ் * என்னும் தாது அழிவுறுவதற்கே ஆதாரமாகின்றது.' என மேலே வடமொழியிற் கூறிய பத்தியத்தின் பொருளாகும். இவ்வாறே ஸர் ஹென்றி தாம்ப்ஸன் என்கிற ஆங்கிலவைத்தியர் ஒருவர், தனது புஸ்தகத்தில் கிழவர்களுடைய உணவைப்பற்றி விரிவாய் ஆராய்ச்சி செய்து எழுதியிருக்கின்றார்; வயது முதிர்ந்தவர்களுக்கு அனுகூலமான உணவு விஷயங்களை நிர்த்தாரணம் செய்வதில் நிபுணர்களென்று பெயர்பெற்ற ஆங்கில வைத்தியர்களில் ஸர் H. தாம்ப்ஸன் என்பவரும் ஒருவராம். வயதானவர்கள் ஏதோ ஆவலுடன் அவ்வாறு உணவை மேன்மேலும் மிதமிஞ்சி யுண்கிறர்களேயன்றி, அவ்வளவு அதிகமான உணவினுல் அவர்களுக்குப் பயனென்றுமில்லையென்றும், மேலும் தீமையே ஸம்பவிக்கின்றதென்றும் அவர் கூறியிருக்கின்றர். கிழவர்களுடைய சரீரத்திலுள்ள தாதுக்கள் (Tissues) குறைவான உணவையே ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடியனவாயிருக்கின்றன. இதற்குக் காரணம், மனிதனுடைய தேஹம் பாலியத்தில் விசேஷ சுரு சுருப்புடனும், யௌவனப் பருவத்தில் ஸாதாரணமாகவும் வளருமே யன்றி, அதன் பின்னர் கிழத்தனத்தில் வளர வகையற்றதாய் விடுகின்றது; அல்லாமலும் சரீரமெல்லாம் சுருங்கி ஒடுங்கும் நிலைமையையும் பெற்று வருகின்றது; மேலும் ஜீர்ண உருப்புகள் அதிக அளவான ஆஹாரங்களை ஜீர்ணம் செய்யவும், அவற்றைத் தாங்குவதற்கும் திறமையற்றவையாய் விடுகின்றன. இரைப்பை, குடல், கல்லீரல் முதலிய அவயவங்களிலிருந்து உணவுப் பொருட்களை ஜீர்ணம் செய்வதற்காக உற்பத்தியாகும் பாசனத்திரவங்களும் (Digestive juices) வீர்யம் குறைந்து விளாவப்பட்டவைபோல் பலமிழந்தவைகளாக ஆய்விடுவதால், குடலானது அளவு மிஞ்சிய உணவுகளை மட்டுமல்ல—குறைந்த அளவில் புஜிக்கப்படும் ஆஹாரங்களையும் ஜீர்ணம் செய்ய வல்லமை யிழந்துவிடும். ஆகவே கிழவர்கள் உபயோகப்படுத்துமுணவுகள் வெகு எளிதில் ஜீர்ணமாகக் கூடியவைகளாயிருக்கவேண்டியதுடன், அளவிலும் அவற்றைக் குறைத்து தினத்திற்கு அநேகமுறையாக—அதாவது சிறு குழந்தைகளுக்கு உணவூட்டும் மாதிரியாய் உபயோகிக்கும்படி ஏற்பாடு செய்வது நலம். அளவில் குறைவாக உட்கொள்ளப்பட்டு வரும் உணவானது சீக்கிரத்தில் ஜீர்ணமாவதுமல்லாமல், குடலும் அவ்வாறு சிறிய அளவான ஆஹாரப் பொருட்களைத் தாங்குவதற்கும் கஷ்டப்படுவதில்லை. குடலில் மலமும் அதிகமாய் சேர்ந்துவிடாமலிருக்கும்.

ஒரு வயது முதிர்ந்த மனிதனுக்கு வியாதிகண்டால் அது எவ்விதமான வியாதியாயிருப்பினும்—இரண்டு மூன்று வேளை அவர்களை இலங்கனமிருக்கச் செய்வது மிகவும் புத்திசாலித்தனமான சிகித்ஸா முறையாகும். இரண்டொருநாள் இலங்கனம் செய்ததும், பிறகு சிறிது நாட்களளவும் பழவர்க்கங்களை விசேஷமாகக் கொடுத்துவரலாமென்றும், அதன்பிறகு சிலநாள் பாலையே முக்கிய உணவாகக் கொள்ளலாமென்றும் வைத்தியர்கள் ரோகியை வற்புறத்தி வரவேண்டும். அல்லது ஒரு முறை இலங்கனம் செய்தபிறகு, பழங்களையும் பாலையும் மாற்றி மாற்றி உபயோகித்துவரச் செய்வதும் உத்தமம். சரீரதாதுக்களுக்கு அவசியமான அநேக உப்புவகைகள் கனிவர்க்கங்களிலுண்டு; அவை தாதுக்களை நன்றாகப் போஷிக்குந் தன்மையுடையன; அவை குடலில் எளிதாக ஜீர்ணமாவதுமல்லாமல், அவற்றுல் மலச்சிக்கலும் ஸம்பவிக்காது. பால், பழம் இவற்றில் மற்ற உணவுப் பொருட்களினும் லோஹ ஸம்பந்தமான உப்புகள் (mineral Salts) மிகவும் சொற்பமாயும், பிராணிகளின் தாது ஸம்பந்தமான (organic salts) உப்புகள் விசேஷமாயுமுண்டு. கிழவர்களுடைய சரீரத்தில் எலும்புகளிலும், மற்ற தாதுக்களிலும் லோஹம் அல்லது இதரஸ்த்தாவர பதார்த்தங்களின் அம்சங்களே அதிகரிக்கின்றமையால், அவற்றில் அரிசி முதலியவைகளை அதிகமாய் உபயோ

* வைத்திய கலாநிதியின் 9-வது ஸஞ்சிகையில் 245-வது பக்கத்தில் 'கிழத்தனமடைதல்' என்கிற வியாஸத்தைப் பார்க்க.

கித்து, அவற்றிலுள்ள ஸ்த்தாவராம்சங்களால் அத்தாது முதலியவற்றை இன்னும் கொம்புத்தன்மையடையச் செய்வது விவேகிகளின் காரியமல்ல; பழம் முதலானவற்றை இயன்றவளவு உபயோகிக்கச் செய்தால் தாதுக்களில் பிராணி ஸம்பந்தமான உப்புகள் சேர்ந்து, அவற்றிற்கு நன்கு போஷணையு முண்டுபண்ணி அவற்றை ஒருவாறு மிருதுவாகவும் ஆக்குகின்றன.

HOW THE FARMER CAN PREVENT MALARIA?

விவஸாயிகள் விஷமஜ்வரத்தைத் தடுப்ப தெப்படி?

அமெரிக்காவின் ஐக்கியமாகாணத்தில், சுகாதார மார்க்கங்களைச் சீர்படுத்துவதற்காக ஏற்பட்ட 'பப்ளிக் ஹெல்த் ஸர்வீஸ்' என்கிற இலாகாவில் அதிகாரம் வஹிக்கும் மிஸ்டர் R. H. வான் எஸ்டோர்ப் என்னும் ஸர்ஜன், இவ்வருஷம் பிப்ரவரிமீ 13உ பொது ஜனங்களின் சுகாதார விஷயமாகப் பிரசுரம் செய்த ரிபோர்டில், உழுதுப்பயிரிட்டுவரும் கிராம ஊழியக்காரர்களில் பெரும்பான்மையோர் மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரத்தினல் வீணில் வருந்த வேண்டியிருக்கிறதென்றும், அவர்களுக்கு விஷமஜ்வர முண்டாகாமல் முன் ஜாக்கிரதையோடிருக்க வேண்டிய சில முறைகளை அறிவித்து அவ்விதமே நடக்கச் செய்யவேண்டுமென்றும் எழுதியிருக்கிருர். விஷமஜ்வரம் ஒருவனிடம் எங்ஙனம் பற்றுகிறதென்றும், அது எவ்விதமாக வியாபிக்கிறதென்றும் விவரமாக விஷயங்களையறிந்து கொண்டால், அப்பால் அதை வரவிடாமல் தடுத்துவிடுவது எளிது.

(1) சில பிரத்தியேகமான வகுப்பைச் சார்ந்த கொசுக்கள் கடிப்பதாலேயே விஷமஜ்வர ஸம்பந்தமான விஷம் தேஹத்திற் பற்றிக்கொள்கிறதென்பதையும், (2) விஷமஜ்வரத்துடன் கூடிய மனிதனிடமிருந்து கொசுக்கள் அவ்விஷத்தைக் கிரஹித்து மற்றொரு மனிதனுடைய சரீரத்தில் பரவச் செய்கின்றனவென்பதையும் விவஸாயிகளுக்கு அறிவிக்க வேண்டும். விஷமஜ்வரமுண்டாகாமல் தப்பிப்பதற்காக, அதற்குக் காரணமாயுள்ள விஷம் எவற்றின் மூலமாய் பற்றி வருகின்றதோ, அவ்வாதாரங்களை அறுத்துவிட உபாயம் தேடுவது அவசியமாகும். அவ்வுபாயங்கள் பின்வருமாறு:—வீட்டைச் சுற்றிலும் கொசுக்களைத் தடுக்கக்கூடிய வஸ்திரங்களால் அல்லது வேறு வஸ்துக்களால் திரைகளிடலாம். வீடு முடியவும் வேண்டிய விடங்களிலெல்லாம் அவ்வாறு திரைகளிட முடியாவிட்டால், படுக்குமிடத்தைச் சுற்றிலுமாவது கொசுவலைகளைக் கட்டவேண்டும். சரீரத்தினுள் விஷமஜ்வரக் கிருமிகள் பற்றி யிருந்தாலும் அவற்றை அடியோடு ஒழிப்பதற்காக கொய்னைவை அப்போதைக்கப்போது உட்கொண்டு வருவது நலம். வீட்டிற்கு அருகில் கொசுக்கள் செழித்து வளர்வதற்கு ஆதாரமான குளங் குட்டைகளையும், பள்ளங்களையும், புதர்களையும், ஈரங் கசியுமிடங்களையும் அழித்து, அவ்விடங்களை மேடாகச்செய்து சீர்படுத்தவேண்டும். வீட்டுக்குள் அல்லது ஸமீபத்தில் கழிவடை நீர்கள் தங்கியிருக்கக் கூடாது. வான் எஸ்டோர்ப் என்பவர் இவ்விஷயங்களை சில விவஸாயிகளுக்கு அறிவித்து அவ்விதம் செய்யச் சொன்னதில், பிறகு அவர்களுக்கு விஷமஜ்வர முண்டாகாமல் நன்கு ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருந்து வந்தார்களாம்.—New York Medical Record.

TOBACCO IS INJURIOUS TO BOYS.

புகையிலை சிறு பிள்ளைகளுக்குக் கெடுதி செய்யும்.

சிறு பிள்ளைகள் புகையிலைச் சுருட்டு உபயோகிப்பதால் அநேகவிதமான தீங்குகள் விளையுமென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. புகையிலையைச் சுருட்டாகவோ, வேறு விதமாகவோ உபயோகித்து வருபவர் பலமான வேலை செய்யும்போதும், மல்லயுத்தம் முதலிய விளையாட்டு வேலைகள் செய்யும்போது இருதயம் பலவீனப்பட்டு அவர்களுக்கு சில ஸமயம் மயக்கம் அல்லது மூர்ச்சையு முண்டாகும். எவ்வளவு பலிஷ்டர்களானலும், புகையிலை யுபயோகித்தால், அவர்களுடைய ஸத்துவம் ஒடுங்கி பார்வைக்கு மட்டும் ஒழுங்கான மனிதர்களாகத் தோற்றுவார்கள். அதிலும் சிறு பிள்ளைகள் இக்கெட்ட வழக்கத்தினல் பெருந் தீங்குக்கு உள்ளாகிருர்கள். புகையிலையுபயோகிக்காத வாலிபர்களும் சிறுவர்களும் ஓடியாடியுழைத்து வருவதுபோல் புகையிலை யுபயோகிப்பவர் ஓடியாட முடியாது. பந்தய விளையாட்டுகளில் இவர்கள் புகையிலைப் பழக்கமில்லாத வருடன் போட்டி போட்டு விளையாடி இறுதியில் அபாயகரமான தீங்குகளுக்கு வீணில் ஆளாகிருர்கள். இவர்களுக்கு ஜீர்ணசக்தியும் சீரழியும். இவர்களுடைய இருதய நடை அவ்வாறு வேலை செய்யும்போது வெகு விரைவாகப் படபடத்தோடி திடீரென்று இறுதியில் நின்று விடவும் கூடும். இதையுபயோகிப்பவருடைய மூளையும், நரம்பு மண்டலங்களும் தளர்ச்சி யடையும்; ஆகவே ஞாபகசக்தி நன்ருயிராது. இவருடைய சரீரம் எவ்வித ரோகத்திற்கும் காலக்கிரமத்தில் இடங்கொடுத்து வரும்படியாய் சீர் கெட்டுவிடும். தசை நார்களுக்குள்ள வலிமை குறைந்து விடும். புகையிலையை யுபயோகிக்கும் வாலிபரிடம் இவ்விஷயங்களை யெடுத்துரைத்தாலும், அவ்வழக்கத்தை அவர்கள் எளிதில் விட்டு விடுவது பிரயாஸமாயிருக்கும். பள்ளிக்கூடங்களில் உபாத்தியாயர்கள், அவ்வாறு சிறு பிள்ளைகள் புகையிலை யுபயோகிக்காமலிருப்பதற்காக அவ்வப்போது அவர்களுக்கு போதனை செய்தும், அவர்களை கண்டித்தும் வரவேண்டும். தாய் தந்தையர்களும் இவ்விஷயத்தில் பிள்ளைகளை எச்சரித்து வருவது அவசியம்.—The Medical Times.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

ஸர்வரோக நிவாரிணி.

கோயமுத்தூர் ஸதானந்த ஔஷதசாலையின் ஸொந்தக்காரர்களான மெஸர்ஸ் வி. லக்ஷ்மீ நரசு அண்ட் பிரதர் அவர்களால் "ஸர்வரோக நிவாரிணி" என்னும் ஓர் ஔஷதம் பரீக்ஷார்த்தமாய் எமக்கு அனுப்பப்பட்டது. அவ்வௌஷதம் அஜீர்ணத்துடன் வருந்திய இரண்டு பிணியாளிகளுக்குக் கொடுக்கப்பட்டது. சிறிது சுக்குக் கஷாயத்தில் ஒரு வேளைக்கு 5-துளி விதம் தினத்திற்கு 3 வேளையாக ஒருவருக்கும், 3-மணிக்கு ஒரு முறை விதம் தினத்திற்கு 4-வேளையாக மற்றொரு வருக்கும் கொடுக்கப்பட்டதில், முதற் பிணியாளிக்கு ஒருவருஷமாயிருந்த அஜீர்ணம் பெரும்பாலும் குறைந்து வந்தது. மற்றொருவருக்கு அஜீர்ணத்துடன் ஏற்பட்டிருந்த அதிஸாரம் ஒருவாறு நிவ்ருத்தியாயிற்று. ஆனல், இரண்டாவது பிணியாளிக்கு இவ்வௌஷதத்துடன் ஜாதீபலாதி சூர்ணமும் வேளைக்கு 10 நெல்லெடை விதம் 4 வேளை கொடுக்கப்பட்டது. (ஜாதீபலாதி சூர்ணத்தைப்பற்றிய விவரம் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை 100-வது பக்கம் பார்க்க.) இவ்வௌஷதம் இன்னும் அநேகம் வியாதிகளையும் அனுபான பேதங்களால் போக்கக்கூடியதென்று ஔஷதத்திற்குடையவர்கள் அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். அவ்வாறு மற்ற ரோகங்களிலும் ஸமயம் நேரிட்டபோது இதையுபயோகித்துப் பார்த்த பிறகே எமது முடிவான அபிப்பிராயத்தை வெளியிடக்கூடும். எவ்விதத்திலும் ஸதானந்த ஔஷத சாலைபாரின் முயற்சி அவர்களுக்கும் பிணியாளிகளுக்கும் நற்பயன் விளைவிக்குமெனக் கோருகிறோம்.

சித்திரமூலம்.

இதற்குக் கொடி வேலியென்றும் மற்றொரு பெயருண்டு. இது மிகவும் உஷ்ண வீர்யமுள்ள சரக்கு. முழங்காலில் வீக்கமும் வலியு முண்டாக்குவதான க்ரோஷ்டுக சீர்ஷமென்னும் நரித்தலைவாயு, இடுப்பு வலி, தாங்க முடியாத தலைவலி முதலிய வியாதிகளில், சர்மத்தைச் சிவக்கவும் கொப்புளிக்கவும் செய்ய வேண்டி நேரிடும்போது, அதற்கு வேறு பதார்த்தம் கிடைக்காமற் போகுமானல், அப்பொழுது சித்திர மூலத்தை அதற்காக உபயோகிக்கலாம். சிவந்த கொடிவேலி வேரைப் பறித்தெடுத்து, உடனே அதன் மேற்றோலைச் சிதைத்தெடுத்து, சிறிது கஞ்சித் தண்ணீர் விட்டறைத்து, அக்கல்கத்தை ஒரு துண்டுத்துணியில் தடவி, பாதையுள்ள அவயவத்தின்மீது வைத்துக் கட்டவும். பிறகு ஐந்து நிமிஷம் கழிந்ததும், அவ்விடத்தில் எரித்தலும் வலியும் அதிகமாயுண்டாகும்; அவ்வேதனை சுமார் அரைமணி ஸாவகாசமிருக்கும். அப்பால் அக்கல்கத்தை எடுத்துவிட்டால் எரித்தலும் வலியும் தணிந்து, பிறகு 12 அல்லது 18 மணிநேரத்தில் கொப்புள முண்டாகும். அக்கொப்புளத்தினுள் அடங்கிய ஜலம் அதைக் குத்தியதும் வெளிவந்துவிடும். பிறகு ஒரு வாழையிலைத் துண்டை அவ்விடத்தில் வைத்துக்கட்டி வந்தால், புண் சீக்கிரத்தில் ஆறிவிடும். இவ்வாறு கொப்புளிக்கச் செய்யும் ஔஷதங்களை உக்கிரமான இருமலிலும், பின் கழுத்துவலியிலும் அநேக வைத்தியர்கள் உபயோகிப்பதுண்டு. அப்பொழுது கொப்புளமுண்டாய், அவ்விடத்திற் சேர்ந்துள்ள நீர் வெளியான பின்பு, அங்குண்டாயிருந்த வலியும் நீங்கி விடும்.

சீமை அகத்தி.

இது படர் தாமரை முதலிய அநேக சர்ம வியாதிகளைப் போக்குவதில் மிகவுமுபயோக முள்ளதான சரக்கு. தழும்புகளிருக்கு மிடங்களில் இதன் இலைகளைத் தேய்த்து வருவதுண்டு; அவ்விதம் சில நாள் செய்து வந்தால் தழும்புகள் மறைந்து விடும். ஆனல் இதை யுபயோகிக்கும் முறைகளில் வெவ்வேறு விதங்களுண்டு. அவற்றுள் அடியில் விவரிக்கப்படுவதும் ஓர் உபயோகமுள்ள முறை:—தேன் மெழுகு 2-பலம்; தேங்காயெண்ணெய் 5-பலம்; இவ்விரண்டையும் ஒரு வாயகன்ற சட்டியிலிட்டு, சிறு நெருப்பின்மேல் நன்ருகக் கரையும் வரையில் கரண்டியினல் கலக்கிக் கொண்டே காய்ச்சி, சூடு குறையுமுன்னமே மற்றொரு பாத்திரத்தில் அதைக் கொட்டிக்கொண்டு, அதில் பச்சையான சீமை யகத்தியிலைகளை ஸமான அளவில் அரைத்துச் சேர்த்து, நன்ருகக் கலந்து விடவும். அல்லது தேங்காயெண்ணெயிலேயே மேற்படி கல்கத்தைக் கலந்து உபயோகிக்கலாம். தினந்தோறும் இவற்றில் ஏதேனுமொன்றை இரண்டு வேளைகளிலும் வியாதியுள்ள பாகங்களில் தேய்த்து வரவேண்டும்.

அக்னி விரணத்தில் ஸோடா.

'சிகாகோ மெடிகல் ரிகார்டெர்' என்கிற வைத்தியப்பத்திரிகையின் ஸமீபத்தில் வெளியான ஒரு ஸஞ்சிகையில், ஸாதாரணமாய் வீட்டுக்காரியங்களுக்கு உபயோகிக்கப்படும் ஸோடா, நெருப்புப்பட்டு வெந்துபோன அவயவங்களில் ஔஷதமாக உபயோகப்படுத்த சிறந்த சரக்காகுமென்று டாக்டர் பாம்பெர்கர் என்பவர் குறிப்பிடுகிருர். இதை யுபயோகிக்கும் முறை வெகு எளிதானது. ஒரு ஸோடா பஸ்மக் கட்டியை ஜலத்தில் நனைத்தெடுத்து, உடனே நெருப்புப்பட்ட விடத்தில் அதை வைத்துத் தேய்க்க வேண்டும். தேய்க்கும்போது சிறிது வலியிருந்த போதிலும், இரண்டு மூன்று நிமிஷங்களுக்குள்ளேயே வலியும் எரித்தலும் பெரும்பாலும் குறைந்து விடும். பிறகு 10 பங்கு ஜலத்தில் 1 பங்கு ஸோடா சேர்த்து, அந்த திராவகத்தில் பஞ்சை நனைத்து, அதனல் அவ்விடத்தை விடாமல் துடைத்து வரவேண்டும்; அல்லது அத்திரவத்தையே அக்னி விரணத்தின்மேல் தொடர்ந்து விடவும்; இவ்விதம் 20 அல்லது 30 நிமிஷம் செய்யவும். இந்த சிகித்ஸையை நெருப்புப்பட்டவுடனே செய்தால், எவ்வித வேதனையும் சாந்த

மாகும்; விரணமும் வெகு சீக்கிரத்தில் ஆறிப்போய், சர்மத்திற்கு இயற்கை நிறமும் மறுபடி சிறிது நாட்களிலேயே உண்டாய் விடும்.—The Doctor.

சீமை நாபிவேர்.

இதைப்பற்றி அமெரிக்காவில் நியூயார்க் பட்டணத்திலுள்ள டாக்டர் W. H. தாம்ஸன் என்பவர் கூறுவதாவது:—மூத்திரகுண்டிக்கா வென்னும் விருக்க ஸம்பந்தமான நீடித்த தாபன ரோகத்தில் (Nephritis) சீமைநாபி வேரைக் கொடுத்து வந்ததில் மிகவும் நற்பயனுண்டாயிற்று. இவ்விஷயம் அநேக வருஷ அனுபவத்தின்மேல் அறியப்பட்டது. சீமை நாபியை முழுப் பிரமாணத்தில் முறை தவறாமல் கொடுத்து வரவேண்டும். (இதை $\frac{1}{240}$ முதல் $\frac{1}{60}$ செல்லெடை வரையில் ஸாதாரணமாய் உபயோகிப்பது வழக்கம்) இச்சரக்கு இரத்தக் குழாய்களை விசாலப்படுத்தும் (Vaso-dilator). ஆகவே இரத்த ஓட்டத்திலேற்படும் வேகத்தைக் குறைத்து, அழுத்தினால் மெதுவாகக் கூடியவாறு நாடியையும் மந்தமாகச் செய்யும். மேலும் மூத்திரத்தில் வெளிவரவேண்டிய யூரியா என்கிற விஷபதார்த்தத்தை இரத்தத்திலிருந்து அதிகமாகப் பிரித்து மூத்திரத்தில் சேர்த்து அடிக்கடியும் நன்கு வெளிப்படுத்தும். இவ்விதம் யூரியா என்கிற உப்பை விசேஷமாய் வெளிப்படுத்தி, விருக்க தாபன ரோகத்தைத் தணிப்பதே சீமை நாபியின் குறிப்பிடத்தகுந்த குணமாகும். மூளை ஸம்பந்தமான கோளாறுகளிலும் இவ்வௌஷதச் சரக்கின் குணம் வெகு விசேஷமானது.—The Doctor.

க்ளிஸரைனும் சீமை இந்துப்பும்.

சுத்த ஜலத்தில் சீமை இந்துப்பையும், க்ளிஸரைனையும் (Magnesium Sulphate and Glycerin) ஸமபாகமாக நிரம்பச் சேர்த்துக் கலக்கி, சரீரத்தின் மேலுண்டாகும் வீக்கங்களையும், வலியையும், சுளுக்கு முதலானவற்றையும் குணப்படுத்த மேலே உபயோகித்தால் நற்குணம் பிறக்குமென்றும், இவ்வாறு நூற்றுக் கணக்கான கேஸ்களில் இதை யுபயோகித்து அநேக வருஷ அனுபவத்தின்மேல் இவ்விஷயம் நிச்சயிக்கப்பட்ட தென்றும், இடுப்புவலி முதலிய எவ்விதமான நோவுகளிலும் இச்சரக்குகள் சேர்ந்த பற்றை மேலே பூசிவரும்போது, கிரமமாக வலிமுதலியவை நிவ்ருத்தியாய் வருவதை பிணியாட்களே அப்போதைக்கப்போது நன்குணருவரென்றும் மிஸ்டர் E. M. ப்ரீஸ் என்பவர் கூறுகிறார். நிணநீர்க் குழாயில் நிணநீரின் ஓட்டம் (Lymphatic Circulation) இதனால் அதிகப்படுவதுமல்லாமல், இரத்தவோட்டமும் விருத்தியாய்,வலிமுதலியவையும் அடங்கும். அடிபட்டோ, நெருப்புப்பட்டோ, அல்லதுவேறு எவ்விதத்தாலோ ஸம்பவித்த விரணங்களின் மேலும் இவற்றைப் பூசினால் அவ்விரணங்கள் சீக்கிரம் ஆறிவிடும். கைச் சுளுக்கு, கால் சுளுக்கு முதலியவைகளில் இப்பூச்சைப் பூசி, மேலே நுனிக்கால் முதல் இடுப்பு வரையிலும், அல்லது நுனிக்கை முதல் தோள் வரையிலும் துணிகளைச் சுற்றி நன்றாகக் கட்டு கட்டி விடுவது நலம்.—New york Medical Journal.

புகையிலை கிருமிகளை யழிக்கும்.

பிரெஞ்சு தேசத்துக்குத் தலைநகரான பாரிஸ் நகரத்திலிருந்து வந்த ஒரு ரிபோர்டினால், புகையிலையானது, வாய்க்குள் சேரும் வியாதிக்குக் காரணமான கிருமிகளை அழிக்கக் கூடியதென்று தெரிய வருகிறது. பிரெஞ்சுதேசத்திய சில சாஸ்திர வல்லோர் செய்த பரிசோதனைகளால் இவ்விஷயம் நிர்த்தாரணம் பண்ணப்பட்ட தென்றும் அந்த ரிபோர்டால் அறியப்படுகிறது. வாயினுள் பற்களின் இடுக்குகளிலும், தொண்டையிலும், நாக்கின் அடிப்புறங்களிலும் வியாதியை யுண்டாக்கும் அநேகமாயிரம் நுண்ணுயிர்கள் சேர்ந்திருப்பது வாஸ்தவமென்றும், உமிழ்நீரில் அக்கிருமிகள் ஸாதாரணமாய் விருத்தியாய் பல வேறு வியாதிகள் உண்டாகின்றன வென்றும், புகையிலையை சுருட்டாகவோ வேறு விதமாகவோ உபயோகிப்பவருடைய வாயில் அவ்வித கிருமிகள் வளர முடியாதென்றும் அந்த ரிபோர்டில் குறிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இவ்வாறு 'போஸ்டன் மெடிகல் அண்ட் ஸர்ஜிகல் ஜர்னல்' என்கிற வைத்தியப்பத்திரிகை கூறுகின்றது. வாயினுள் சேரும் ஸூக்ஷ்மக் கிருமிகளால் வியாதிகள் பரவுவதாகக் கூறுவது வாஸ்தவமாயிருந்த போதிலும், புகையிலைக்குள்ள அபாயகரமான துர்க்குணங்களைத் தீர விசாரிப்போமாயின், இதை யுபயோகிப்பதால் நேரிடும் விலக்க முடியாத அபாயங்களைப் பார்க்கினும், அக்கிருமிகளாலுண்டாகும் தீங்குபெரிதாக மாட்டாதென்றே நிச்சயமாய்நம்பலாம்.

வமனகாரியான சில சரக்குகள்.

டாக்டர் ப்ராடி என்பவர் கூறுவதாவது:—சிலருக்கு சீக்கிரம் ஆபத்தை விளைவிக்கக்கூடிய ஏதேனும் விஷப்பொருள் குடலிற் சென்றால், அப்பொருளை உடனே வெளிப்படுத்துவதற்குத் தாமதமின்றி சிகித்சை செய்யவேண்டும்; இவ்விதம் சிறு குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி ஸம்பவிப்பதுண்டு. அப்பொழுது இபிகாக் (Ipecac) என்கிற சரக்கை பலர் விசேஷமாய் உபயோகிக்கின்றனர். இதற்கு இபிகாக் சிறந்த ஔஷதமே. இபிகாக் குடலில் ஊறி வாந்தியை உண்டு பண்ணுவதற்கு 15 நிமிஷம் செல்லும். மயில்துத்தத்தில் 3 குன்றுமணி எடை குழந்தைகளுக்குச் சிறிது ஜலத்தில் கரைத்துப் போட்டினால், அதுவும் 10 முதல் 15 நிமிஷத்திற்குள் வயிற்றில் ஊறி வாந்தியை உண்டாக்கும். நைட்ரோ க்ளிஸரைன் $\frac{1}{260}$ அல்லது $\frac{1}{240}$ நெல்லெடை கொடுத்தால் இரண்டு நிமிஷத்திற்குள் வயிற்றில் ஊறி வாந்தியை உண்டாக்கி விடும். ஸோடியம் நைட்ரைட் எனகிற ஔஷதம் குடலில் 8 நிமிஷத்தில் ஊறி, 3 மணி ஸாவகாசத்தில் வாந்தியுண்டாக்கும். நாபியிலிருந்து இறக்கப்படும் கஷாயம் 15 நிமிஷத்தில் ஊறி 3-மணி ஸாவகாசத்தில்வாந்தியையுண்டுபண்ணும். அபினியானது மற்ற வமனகாரியான சரக்குகளைவிட மிகவும் மெதுவாக வேலை செய்கிறது; ஸாதாரணமாக அபினியை ஒரு டோஸ் உட்கொண்டால், அது சரீரத்தில் ஊறி நன்றாக தோஷத்தை வெளிப்படுத்துவதற்கு சுமார் 49-மணி நேரம் ஆகின்றது.—Therapeutic Gazette.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

வாத ரோகங்களில் பிராணவாயுவை பீச்சிடுதல்.

வாத ரோகங்களிலும், மூளையைப்பற்றிய உன்மாதம் முதலிய வியாதிகளிலும் (Nervous and mental Diseases) ஆக்ஸிஜென் என்கிற பிராணவாயுவை சர்மம் மூலமாகக் குத்திச் செலுத்தியதில் (Subcutanious Injections) அநேகம் கேஸுகளில் குறிப்பிடக் கூடியவாறு நற்குண முண்டாயிற்றென்றும், அவ்விதம் இவ்வாயுவை உட் செலுத்தியதில் எவ்வித துர்க்குணமும் ஒரு பிணியாளிக்கும் உண்டாகாமலிருந்ததுடன், வேறு விதமான ஸௌகர்யங்களும் ரோகிக்கு ஏற்பட்டன வென்றும், மிஸ்டர் டார்டெல் என்பவர் எழுதுவதாக க்ரிடிக் அண்ட் கைட் (Critic and Guide) என்கிற பத்திரிகை கூறுகின்றது. மிக வேதனையுடன் கூடிய வாதரோகங்களிலும், உன்மாதம் அல்லது பைத்திய ரோகத்திலும் பிணியாளிக்கு இரவு முடிய இப்பிரயோகத்தினால் அமைதியாக நித்திரை வரும். இதர சிகித்ஸா முறைகளால் நிவ்ருத்திக்கக்கூடாத மூளையைப்பற்றிய வியாதிகள் பிராணவாயுவை பீச்சிடுவதால் நிவ்ருத்தியாகும். ஸூதகவாயு, காக்கைவலி, மூர்ச்சை முதலிய வியாதிகளால் பீடிக்கப்பட்டவர்களுக்கு அநேக முறை இவ்வாயுவை சர்மத்தின் மூலமாய் குத்தி உட்செலுத்தியதில் ஒவ்வொரு ரோகியும் தீரவும் ஸௌக்கியமடைந்தார். என்று மேற்படி பத்திரிகை அறிவிக்கின்றது. ஔஷதங்களை சூர்ணமாகவும், மாத்திரையாகவும், திராவகமாகவும் உட்செலுத்துவதோடு, இப்பொழுது வாயு ரூபமாகவும், தேஜோ ரூபமாகவும் (Gas and light) கூட உட்செலுத்த ஆரம்பித்து விட்டார்கள். அவர்களல்லவோ முன்னுக்கு வரும் வைத்தியர்கள்.

யுத்தத்திலுதவி செய்ய ஓர் ஆஸ்பத்திரிக் கப்பல்.

சென்னை மாகாணத்தில் H. E. கவர்னர் லார்ட் பெண்ட்லண்டு அவர்கள் யுத்தத்திற்காகப் பிரத்தியேகமாய் ஒரு நிதி சேர்த்து வருகிறாரென்றும், அதற்காக அநேகம் சனதனவான் நமது மாகாணத்தில் பணம் உதவி வருகிறார்களென்றும் ஏற்கனவே நேயர்கள் ஸமாசாரப் பத்திரிகைகளில் படித்திருக்கலாம். இந் நிதியைக்கொண்டு இந்த மாகாணத்திலிருந்து குதிரைகள் ஸம்பாதித்து யுத்தத்திற்கு அனுப்புவது ஓர் உத்தேசம்; மேலும் ஓர் ஆஸ்பத்திரி யடங்கிய கப்பல் ஏற்படுத்தி அதை யுத்த ஸ்தலத்திற்கு உதவுவது இதன் முக்கிய உத்தேசம். இவ்வித ஆஸ்பத்ரியாக உபயோகப்படுத்தக்கூடிய டாண்டா என்ற ஒரு பெரிய கப்பலை ப்ரிடிஷ் இண்டியா ஸ்டீம் நாவிகேஷன் கம்பெனியார் உதவி யிருக்கிறார்கள். இது கூடிய சீக்கிரம் சென்னைத் துறைமுகத்துக்கு அருகில் வரும். இப்பொழுது எழும்பூரிலுள்ள கவர்ன்மெண்டு பிரஸவ ஆஸ்பத்திரியில் சூப்ரிண்டெண்டெண்டா யிருந்து கொண்டு அவ்வாஸ்பத்திரியை உலகத்தில் எவ்விதத்திலும் முதன்மை பெற்றதாகச் செய்துவரும் ஸர்ஜன் ஜெனரல் G. G. கிப்பெர்டு துரையவர்களை மேற்கூறிய ஆஸ்பத்திரிக்கப்பலுக்கு சூப்ரிண்டெண்டெண்டாயிருக்க கவர்னர் நியமித்திருப்பதாய் அறியப்படுகிறது. டாக்டர் T. M. நாயருடைய ஸெர்வீஸும் இப்பொழுது இந்த ஆஸ்பத்ரி ஸ்டீமரில் ஏற்றுக்கொள்ளப் படுமென்றும், அநேகம் எல். எம் எஸ். பட்டந்தரித்த டாக்டர்களும் இதில் நியமிக்கப் படுவார்களென்றும் அறிகிறோம்.

கைகளைக் கழுவ சர்க்கரை.

"ஸாதாரணமான சவர்க்கார (soaps) இனங்களே கிருமிஹரமாய் (antiseptic) கைகழுவ உபயோகமானவை யென்று அனைவரும் சொல்லுவதியல்பு. ஆகிலும், புண்களைக் கழுவுவதற்கும், வைத்தியர்கள் கைகழுவுவதற்கும் மணல் மணலாயுள்ள சர்க்கரையையே உபயோகிக்கலா மென்றும், இதைவிட சவர்க்காரங்கள் சிறந்தவையாகாவென்றும் 1895-ம் வருஷ முதல் இதுவரையில் எனது அனுபவத்தில் வந்த விஷயத்தை இப்பொழுது வெளியிடுகிறேன். மணல் மணலான சர்க்கரையையும் ஜலத்தையும் கொண்டு கைகளைக் கழுவினால், சவர்க்காரத்தைப்போல் கைகளுக்கு ஒருவித வரட்சியை யுண்டுபண்ணாமல் கைகளை, சுத்தமாகவும் மிருதுவாகவும் ஆக்கிவிடுகின்றன" என்று டாக்டர் H. ஸ்டுவெர்ட் என்பவர் எழுதுகிறார்.—Medical council.

யுத்தகளத்தில் வைத்திய சிகித்ஸை.

யுத்தகளத்தில் காயப்பட்டுப் போகும் ராணுவச் சிப்பாய்களுக்கு அவ்விடத்திலேயே வைத்தியம் செய்யும் வழக்கம் 18-ம் நூற்றாண்டின் கடைசியிலிருந்துதான் ஆரம்பமாயிற்று. அதற்கு முன்னெல்லாம் போர்க்களத்தில் காயப்பட்டவர்களுக்கு சிகித்ஸை, போர் நடந்து ஒருநாள் கழிவதற்கு முன்னே கிடைப்பது அருமையாகும். அது பற்றி போரில் காயப்பட்டுப்போன மனிதனை ஸைனியத்து அணிகளின் பின்புறத்தில் கொண்டுபோய் வைப்பதுண்டு. சில ஸமயங்களில் அவனையும் போர்க்களத்திலேயே போட்டுவிட்டு, சண்டை செய்தவர்கள் திரும்பிப் போய்விடுவதுமுண்டு. போர்க்களத்திலேயே ஆஸ்பத்திரிகள் வைக்கும் ஏற்பாட்டை முதல் முதல் செய்தவர் ஒரு பிரெஞ்சுக்காரர். அவருக்கு பாரன்லாறி (Baron Larrey) என்று பெயர். அவர் 1792-ம் வருஷத்தில் யுத்தகளத்தில் ஆஸ்பத்திரி வைக்கும் வழக்கத்தை புதிதாய் ஆரம்பம் செய்தார். நெபோலிய சக்கிரவர்த்தி அவர் செய்த ஏற்பாட்டை விசேஷமாய் ஆதரிக்கவே, அது முன்னுக்கு வந்தது. இப்போதைய ஆம்புலன்ஸ் (Ambulance) ஏற்பாடு அமெரிகன் ஸிவில் யுத்தம் (American Civil War) நடந்த ஸமயத்தில் ஆரம்பமாய், பிரான்கோ-ஜர்மன் யுத்தத்தின் போது விசேஷ முற்போக்கை யடைந்தது.

மலச்சிக்கலுக்கு வெகு ஸுலபமான சிகித்ஸை.

காலையில் போஜனம் செய்வதற்கு முன் வெறும் வயிற்றில் ஒரு கோப்பை சுத்தமான குளிர்ந்த ஜலத்தைப் பருகிவந்தால் நீடித்த காலமாய் தொந்தரவு செய்துவரும் மலபந்தம் நீங்கி, குடலுக்குண்டான வரட்சியும் நிவ்ருத்தியாய் குடல் மிருதுவாகும்.—Practical medicine.

கர்ப்பிணிகளும் குழந்தைகளும்.

கர்ப்பிணிகள் தமது குழந்தைகளைத் தாமே பால் கொடுத்து வளர்ப்பது பிசகு. அவ்விதம் செய்தால் அக்குழந்தைகளுக்குக் குடலைப்பற்றிய அநேக விதமான கோளாறுகள் ஸம்பவிக்கும்.—Practical medicine.

முகத்திலுண்டாகும் பருக்கள்.

வாலிப வயதில் முகத்தில் ஏதேனும் பருக்கள் உண்டானால், அவற்றை உபேக்ஷித்து வருவது வழக்கம்; சில ஸமயம் அவ்விதம் உபேக்ஷிக்கப்பட்ட பருக்கள் மிகவும் கெடுதி செய்வதுண்டு. அதிலும் புண்மாதிரியான நிலைமையைப் பெறும் பருக்களுக்கு உடனே சிகித்ஸை செய்ய வேண்டியது அவசியமாம்.

மூத்திரமார்க்க ஸம்பந்தமான க்ஷயரோகம்.

ஒரு புருஷன் சுக்லமேஹ (Gonorrhea) ஸம்பந்தமான வியாதியற்றவனாயிருந்து, குதமார்க்கத்திற்கும் ஆண்குறிக்கும் இடையில் தாங்கக் கூடாத எரிச்சலும் வலியும் இருப்பதாக முறையிட்டுக் கொண்டால், அவனுக்கு மூத்திர மார்க்கத்தில் க்ஷயரோகம் (Renal tuberculosis) உண்டாயிருப்பதாகக் கருதலாம். க்ஷயரோக ஸம்பந்தமான மூத்திரம் ஆண்குறியின் அடிப்புறத்தில் மிகவும் எரிச்சலையும் நோவையும் உண்டு பண்ணும்.—Urologic and Cutaneous Reveiew.

மாதவிடாயில் மாறுபாடு.

ச்வாஸகாஸ ரோகத்திலும், க்ஷய ரோகத்திலும் ஸ்த்ரீகளுக்கு ருதுகம் குறைவது வழக்கம்; ஆனால் கல்லீரல் ஸம்பந்தமான வியாதிகளிலும், இரத்தாசய வியாதிகளிலும் மாதவிடாய் அதிகரித்து வரும்.—Practitioner.

கடப்பை ஜில்லாவும் சுதேச வைத்தியமும்.

இந்த மாதம் கடப்பையில் நடந்தேறிய டிஸ்ட்ரிக்ட் கான்பரென்ஸில், லோகல் போர்டார் அந்த ஜில்லாவில் கூடுமான இடங்களிலெல்லாம் ஆயுர்வேத முறைப்படியும், யூனானி முறைப்படியும் சில வைத்திய சாலைகள் ஸ்தாபிக்க வேண்டுமென்று தீர்மானிக்கப்பட்டதென்றறிய ஸந்தோஷப்படுகிறோம். இத்தேசத்திய சீதோஷ்ண நிலைமைக்குத் தகுந்தது நமது சுதேச வைத்திய முறையென்பதற்குத் தடையில்லை. ஆங்கில வைத்தியர்கள், இவ்வுஷ்ண தேசத்திற்குத் தகுந்த சிகித்ஸா முறைகளைப் (Tropical medicines) பரீக்ஷித்தறிந்து இதற்கேற்ற வைத்திய சாலைகளை ஸ்தாபிக்க முயற்சித்து வருங்கால், நம்மவர் அதற்கேற்றவாறு ஆயுர்வேத முறையை ஆதரிக்க முன் வருவது ஆச்சரியமான விஷயமல்ல.

ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ்.

இவ்வருஷம் டிசம்பர் மாதத்தில் கல்கத்தாவில் ஐந்தாவது வருஷத்திய ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ் நடைபெறும். அதற்கு அக்கிராஸனாதிபதி முதலியவர்களை இனி தெரிந்தெடுப்பார்கள். வைத்தியரத்ன ஜோகீந்திர நாத் ஸேன் முதலிய வைத்திய பிரமுகர்கள் கூடி இம்மாதம் முதலில் அக்கான்பரென்ஸை கூட்ட வேண்டிய ஏற்பாடுகளைப்பற்றி யோசனை செய்ததாய் அறிகிறோம். சென்ற வருஷத்தில் இக்கான்பரென்ஸ் வடமதுரையில் கர்னல் கார்த்திகர் என்கிற மஹானுடைய அக்கிராஸனத்தின் கீழ் நடைபெற்றது. அக்கான்பரென்ஸை ஸம்பந்தமான ரிபோர்டுகள் அடங்கிய ஒரு பெரிய புஸ்தகம் ஹிந்தி பாஷையில் அச்சிடப்பட்டு நமக்கு அனுப்பப்பட்டிருக்கிறது. இந்த ரிபோர்டைப் படித்துப்பார்த்தால், இந்தியாவில் ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான காரியங்கள் எவ்வளவு நடக்கின்றனவென்று ஒருவாறு அறிந்துகொள்ளலாம். இந்த ஆயுர்வேத மஹாஸபையின் மூலமாய் ஓர் ஆயுர்வேத கமிஷனும் ஏற்பட்டிருக்கிறது. ப்ளேக் என்னும் மஹா மாரி, விஷமஜ்வரம், விஷூசி இம்மூன்று விஷயங்களைப்பற்றி ஆயுர்வேத முறைப்படி ஆராய்ச்சி செய்யவேண்டிய முயற்சியும் நடந்து வருகிறது.

குன்னூர் நாய்கடி வைத்தியசாலைக்குச் செல்லும் ஏழைகள்.

குன்னூர் நாய்கடி வைத்திய சாலையில் வைத்தியஞ் செய்துகொள்ளப் போகும் ஏழை ஜனங்கள், தங்களை வெறி பிடித்த நாய்கள் கடித்த சில தினங்களுக்குள் குன்னூர் வந்துசேர ஸௌகரியப் படாமல் 15 அல்லது 20 நாட்கள் கழித்து வருகிறார்களென்றும், அப்படி அவர்கள் காலதாமதப்பட்டு வருவதற்கு அவர்கள் தாசில்தார்களின் ஸர்டிபிகேட்டைப் பெறக் காத்துக்கிடக்க வேண்டியதாயிருப்பதுதான் காரணமென்றும், ஆசையினாலே வெளியூர் டிஸ்பென்ஸரிகள், ஆஸ்பத்திரிகள் இவைகளின் இண்டிபெண்டண்ட் சார்ஜிலிருக்கும் ஸப் அஸிஸ்டண்ட் ஸர்ஜன்கள் நாய்கடித்த ஏழை ஜனங்களுக்கு ஸர்டிபிகேட் கொடுத்து குன்னூருக்கு அனுப்பலாமென கவர்ன்மெண்டார் உத்தரவு செய்ய வேண்டுமென்றும் அந்நாய்கடி வைத்தியசாலை டைரக்டர் சிபார்சு செய்ய, கவர்ன்மெண்டார் அவர் சிபார்சு செய்தபடியே உத்தரவு செய்து விட்டார்கள். ஆகவே இனிமேல் வெறி நாய் கடித்த ஏழை ஜனங்கள் தாசில்தாரிடம் ஸர்டிபிகேட் பெறக் காத்துக்கிடக்காமல் ஒரு ஸப் அஸிஸ்டண்ட் ஸர்ஜனுடைய ஸர்டிபிகேட்டைப்பெற்றுக் கொண்டு சிறிதும் காலதாமதமின்றி குன்னூர் நாய்கடி வைத்திய சாலைக்குப்போய்ச் சேரலாம். ஆனால் ஆயுர்வேதயூனானி வைத்தியர்களிடம் வெறிநாய் கடித்தவர் வந்தால், அவ்வைத்தியர்களும் அவர்களுக்கு ஸர்டிபிகேட் கொடுத்து உடனே குன்னூருக்கு அனுப்பும்படி செய்யவேண்டுமென்றும் ஏற்பாடு செய்வது அவசியமான விஷயம். ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களிடம் வந்த வெறி நாய் கடித்தவனை ஸர்டிபிகேட்டுக்காக ஒரு ஸப் அஸிஸ்டெண்ட் ஸர்ஜனிடம் அனுப்புவது உசிதமாயில்லாததுடன், அதனால் வீண் காலதாமதமும் ஏற்படும்.

எட்டாவது அத்தியாயம்.

(லேஹ்ய கல்பனை.)

க்வாதம் முதலியதை[1] மீண்டும் அக்னிமேலேற்றிப் பக்குவம் செய்வதால் திரண்டு கனமாக வரும் பாகமானது லேஹ்யமெனப்படும்; இதற்கே ரஸக்ரியை, அவலேஹம், லேஹம் என்றும் வேறு பெயர்களுண்டு. லேஹ்யங்களை உட்கொள்வதற்குப் பொதுவான பரிமாணம் ஒரு பலமாம். 1.

லேஹ்யமும் அதன் பரிமாணமும்.

லேஹ்யத்தில் சர்க்கரை சேர்க்க வேண்டுமானால், அதில் உபயோகிக்கப்படும் சூர்ணத்தைக் காட்டிலும் நான்கு மடங்கும், வெல்லமானால் சூர்ணத்தினும் இருமடங்கும், திரவபதார்த்தங்களானால்[2] நான்கு மடங்கும் உபயோகிக்க வேண்டும்; எல்லா லேஹ்யங்களையும் பக்குவம் செய்வதில் இதுவே ஸாமானிய பிரமாணமாகும். 2.

லேஹ்யத்தில் சேர்க்க வேண்டிய வஸ்துக்களின் பிரமாணங்கள்.

லேஹ்யம் நன்கு பக்குவமாகிற நிலைமைக்கு வந்ததானால், அதன் இளகிய பாகானது நூல் போல் இழுபடும்; அதை ஜலத்திலிட்டால் அமிழ்ந்திவிடும்; விரல்களால் அழுத்தினால், சிறிது உரப்பாயிருப்பதுடன், அதில் அங்குலிகளிலுள்ள இரேகைகளின் முத்திரையும் பதியும்; மேலும் அதில் சேர்க்கப்படும் சரக்குகளுக்குள்ள சுவையும் மணமும் நிறமும் நன்கு காணப்படும். 3.

லேஹ்யபாகத்தின் அறிகுறிகள்.

பால், கருப்பஞ்சாறு, பஞ்சமூல கஷாயத்தினாலான யூஷம்,[3] வாஸாக்வாதம்[4] இவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்று அநுபானமாக உட்கொள்ளத் தகுந்ததாம். 4.

லேஹ்யத்திற்கு அனுபானங்கள்.

ஒரு த்ரோணபரிமாணங்[5] கொண்ட ஜலத்தில் நூறுபலம் கண்டங்கத்திரியைச் சேர்

---

1. இங்கு க்வாதம் முதலியது என்று கூறியதால் ஸ்வரஸம், கல்கம், க்வாதம், பாண்டம், ஹிமம் என்கிற ஐந்துவிதமான கஷாயங்களும் குறிக்கப்படுவதாய் அறிக.

2. திரவபதார்த்தங்களென்பதால்—லேஹ்யத்தில் சேர்க்கக்கூடிய பால், தேன், நெய் முதலியவை குறிக்கப்படுகின்றன.

3. பஞ்சமூலங்களைப்பற்றி 87-வது பக்கம் டிப்பணியிலும், யூஷம் என்பதைப் பக்குவம் செய்ய வேண்டிய வகையைப்பற்றி 86-வது பக்கத்திலும் விவரம் காண்க.

4. வாஸா க்வாதம்—இதைப்பற்றி 78-வது பக்கத்தில் 'கேவல வாஸாக்வாதம்' என்கிற தலையங்கத்தைப் பார்க்க.

5. த்ரோணம்—4-வது பக்கம் பார்க்க.

கண்டகார்யாதி அவலேஹம்.

த்து க்வாதமாகக் காய்ச்சவேண்டும்; முன் சேர்த்த ஜலத்தில் நாலிலொரு பாகம் மிகுந்திருக்கையில் அதில் அடியில் வரும் சரக்குகளைச் சூர்ணம் செய்து சேர்க்கவேண்டும்:—சீந்திற்கொடி, சவ்வியம், சித்திரமூலம், கோரைக்கிழங்கு, கர்க்காடகச்ருங்கி, த்ரிகடு, காஞ்சொறி, கண்டுபாரங்கி, சிற்றரத்தை, கச்சோரம் இவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பலம்; சர்க்கரை இருபத்தைந்து பலம்; நெய், நல்லெண்ணெய் இவை தனித்தனியே எட்டு பலம்; இவற்றைச் சேர்த்து லேஹ்ய மாகச் செய்து ஆறிய பிறகு தேன் எட்டு பலமும், மூங்கிலுப்பின் சூர்ணம் நான்கு பலமும், திப்பிலிப் பொடி நான்கு பலமும் சேர்த்து, நல்ல மட்பாத்திரத்தில் வைத்திருக்கவும். இந்த லேஹ்யம் விக்கல், ச்வாஸரோகம், காஸரோகம் இவற்றை நன்றாகப் போக்கும். 5—9.

ச்யவனப்ராசாவலேஹம்.

பாதிரி, அகில், பெருங்குமிழன், பில்வம், பெருமரம், நெரிஞ்சில், சிறுமல்லி, பெருமல்லி, கண்டங்கத்திரி, சிறுவழுதுணை, திப்பிலி, கர்க்காடகச்ருங்கி, திராக்ஷை, சீந்தில், கடுக்காய், சிற்றுமுட்டி, கீழாநெல்லி, ஆடாதோடை, ருத்தி, ஜீவந்தீ, கச்சோரம், ஜீவகம், ரிஷபகம், கோரைக்கிழங்கு, அல்லிக்கிழங்கு, சிறுகோவை, நரிப்பயறு, பெருவீடுகொள்ளி, நிலப்பூசினிக்கிழங்கு, சாறடை, காகோலீ, க்ஷீரகாகோலீ, தாமரை, மேதா, மஹாமேதா, சிற்றேலம், அகருக்கட்டை, சந்தனம் இவற்றில் ஒவ்வொரு பலமெடுத்து, ஒருவாறு சிறிதும் பெரிதுமாய் சூர்ணம் செய்து, ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் த்ரோணபரிமாணம் ஜலத்தில் அனைத்தையும் சேர்த்து, இவற்றுடன் ஐன்னூறு நெல்லிக்கனிகளையும்போட்டு பக்குவம் செய்து, எட்டிலொரு பங்காகச் சுண்டும்படி கஷாயம் காய்ச்சி, அதிலுள்ள நெல்லிக்கனிகளைப்பிளந்து கொட்டைகளை யெடுத்து வஸ்திரத்திலிட்டு நன்றாகப் பிழிந்து, அத் திப்பியை எழு பலம் நெய்யில் சேர்த்து சிறுகச் சிறுக அக்கினியினால் வறுத்தெடுத்து, முற்கூறிய க்வாதத்தை வடிக்கட்டி இதில் சேர்த்து, ஐம்பது பலம் கற்கண்டையும் அத்துடன் கூட்டி லேஹ்யபாகமாகச் செய்யவேண்டும்; அப்பால் திப்பிலி இரண்டு பலம், மூங்கிலுப்பு நான்கு பலம், இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், இலவங்கப்பத்திரி, நாககேஸரம் இவை ஒவ்வொன்றும் மூன்று சாணயெடை[1], இவற்றை நன்கு சூர்ணம் செய்து, மேற்கூறிய லேஹ்யத்தில் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து, ஆறுபலம் தேனையும் அதில் விட்டுக் கிளற வேண்டும். இவ்வாறு ச்யவனர் என்கிற இருஷியினால் ஏற்படுத்தப்பட்ட இந்த லேஹ்யத்திற்கு 'ச்யவனப்ராசம்' என்றே பிரஸித்தமாகப் பெயர் வழங்கப்படுகிறது. க்ஷயரோகத்தினால் பீடிக்கப்படுபவர், தமது ஜீர்ணசக்திக்குள்ள நிலைமைகளுக்கேற்றவாறு தகுந்த அளவுகளில் இந்த ச்யவனப்ராசம் என்கிற அவலேஹத்தை இரஸாயனமாக உட்கொள்ளலாம்; இந்த லேஹ்யத்தை பாலர், வயது முதிர்ந்தவர், உரக்ஷதரோகிகள், ஸ்த்ரீ ஸம்பந்தத்தினால் தாதுக்ஷீணமடைந்தவர், இருதயரோகமுள்ளவர், ஸ்வரம் க்ஷீணித்தவர் இவர்களும் உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும்; மேலும் காஸம், ச்வாஸம், நாவரட்சி, வாதரக்தம், உரோக்ரஹமென்னும் மார்ப்பிடிப்பு, வாதபித்தம், சுக்ரதோஷம், மூத்திரதோஷம் இவற்றையும் போக்கும்; அல்லாமலும் இதை உபயோகிப்பவனுக்கு புத்தி தீக்ஷ்ணமாகும்; ஞாபகசக்தி அதிகரிக்கும்; புருஷனுக்கு வேண்டிய தாதுவும் புஷ்டியடையும்; சரீரநிறத்திற்கு ஒருவித தெளிவும் தேஹகாந்தியும் நூதனமாயுண்டாகும்; அஜீர்ணமென்பது அப்புருடனுக்குண்டாகாது. 10—21½.

1. சாணம் என்பது ஒரு வீசம் பலம்; ஆகவே மூன்று சாணமென்பது மூவீசம்பலமாகிறது.

கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம்.

நீற்றுப்பூசுணிக்காய்களை யுடைத்து, அவற்றினுட்புறத்திலுள்ள விதைகளனைத்தையும் விலக்கிவிட்டு, அதில் நூறுபலமெடுத்து, சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி, அதில் இருமடங்கு ஜலம் சேர்த்து, அந்த ஜலத்தில் பாதி சுண்டிப்போகுமளவும் காய்ச்சி, அந்தப் பூசுணித்துண்டுகளை கனமான வஸ்திரத்திலிட்டுப் பிழிந்து, வெயிலில் சிறிது உலர்த்தி, கத்திமுனையினால் அவற்றை நன்றாகக் கொத்தி, தாமிரமயமான ஒரு வாயகன்ற பாத்திரத்தில் சேர்த்து, அதில் எட்டு பலம் நெய் ஊற்றி சிறிது வறுக்க வேண்டும்; பிறகு முன் பிழிந்தெடுத்த பூசுணிச்சாற்றையும் இதில் ஊற்றி, நூறு பலம் கற்கண்டையும் சேர்த்து, அனைத்தையும் ஒன்றாகப் பக்குவம் செய்யவும்; அவை நன்கு பக்குவமாய் வரும் ஸமயத்தில் திப்பிலி, சுக்கு, ஜீரகம் இவை தனித்தனியே இரண்டிரண்டு பலமும், கொத்தமல்லிவிதை, இலவங்கப்பத்திரி, ஏலம், மிளகு, இலவங்கப்பட்டை இவற்றில் ஒவ்வொன்றும் அரைப்பலமும் கூட்டி சூர்ணம் செய்து சேர்க்க வேண்டும்; பிறகு நான்கு பலம் தேன் சேர்த்து, நன்றாகக் கிளறிவிடவும். இது 'கூஷ்மாண்டாவலேஹம்' எனப்படும். அவரவரது ஜீர்ணசக்திக்கேற்றவாறு இந்த லேஹ்யத்தைத் தகுந்த அளவில் உட்கொள்ளவேண்டும். இதை உட்கொள்வதால் இரக்தபித்தம், க்ஷயம், ஜ்வரம், சரீர இளைப்பு, நாவரட்சி, தலைச்சுற்றல், வாந்தி, ச்வாஸகாஸம், க்ஷதகாஸம் இவை தீரும்; பாலருக்கும் விருத்தருக்குங்கூட இதை உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். அல்லாமலும் மார்புக்குண்டான தளர்ச்சியைப்போக்கி, வன்மையையு முண்டு பண்ணும்; வ்ருஷ்யம், ப்ருஹ்மணம், பல்யம் என்கிற குணங்களும் இவ்வௌஷதத்திற்குண்டு. 22—28½.

ஸூரண லேஹ்யம்.

கூஷ்மாண்ட லேஹ்யத்திற்குக் கூறிய முறைப்படியே காருங்கருணைக்கிழங்கையும் சமைத்து லேஹ்யமாகச் செய்யலாம்; இந்த லேஹ்யம் அர்சஸ், ஆமவாதம், அக்னிமாந்த்யம் இவற்றை சமனப்படுத்துந்தன்மையது. 29½.

அகஸ்தியஹரீதகீ லேஹ்யம்.

சிறந்த கடுக்காய்கள் நூறு, யவதானியம் ஓர் ஆடகம்[1], தசமூலம்[2] இருபது பலம், சித்திரமூலம், யானைத்திப்பிலி, நாயுருவி, கச்சோரம், காஞ்சொறி, சங்கங்குப்பி, கண்டுபாரங்கி, மோடி, சிற்றுமுட்டி, தாமரைக்கிழங்கு இவை தனித்தனியே இரண்டிரண்டு பலம், இவற்றை ஐந்து ஆடகங்கொண்ட ஜலத்தில் சேர்த்த, அதிலுள்ள யவதானியம் நன்கு சமையலானதாகத் தெரிந்தவுடனே கஷாயத்தை இறக்கி வடிக்கட்டி, கடுக்காய்களை மட்டும் எடுத்து விதைநீக்கி மீண்டும் இக்கஷாயத்தில் சேர்த்து, நெய் எட்டு பலமும் நல்லெண்ணெய் எட்டு பலமும் அதிலூற்றி, நூறு பலம் வெல்லமும் போட்டு பக்குவம் செய்து லேஹ்யபாகத்தில் இறக்கிவிடவும்; அப்பால் அதில் தேன் நாலுபலமும், திப்பிலியின் சூர்ணம் நாலுபலமும் சேர்த்து விடவும். இந்த லேஹ்யத்துடன் அதிலடங்கிய கடுக்காயிலும் ஒவ்வொன்று எடுத்து தினந்தோறும் புஜித்து வரலாம். இதனால் க்ஷயம், காஸம், ஜ்வரம், ச்வாஸம், விக்கல், அர்சஸ், அரோசகம், பீநஸம், கிரஹணீ

1. ஆடகம்—இதைப்பற்றி 4-வது பக்கத்திலுள்ள அளவுகளின் அட்டவணையைக் காண்க.

2. தசமூலம்—கண்டங்கத்திரி, சிறுமல்லிகை, சிறுவழுதுணை, தழுதாழை, நெரிஞ்சி, பாதிரி, பெருங்குமிழ், பெருமல்லிகை, வாகை, பில்வம் இப்பத்து மூலிகைகளுமாம்.

இவை நீங்கும்; மேலும் தேஹத்தளர்ச்சி, மயிர் நரைத்தல் இவைகளுமுண்டாகாவண்ணம் தேஹத்திற்கு வன்மையும், அழகிய நிறமும் இதையுபயோகிப்பதாலேற்படும்; இந்த லேஹ்யம் புருடருக்குச் சிறந்த இரஸாயனமாகும். பெரும்பாலும் ஸர்வரோகங்களையும் நிவ்ருத்தி செய்வதற்காக அகஸ்திய முனிவரால் இது செய்யப்பட்டதாம். 30—37.

குடஜாவலேஹம்.

வெட்பால மரப்பட்டையில் நூறு பலம் ஒரு த்ரோண பரிமாண ஜலத்தில் சேர்த்து காய்ச்சவேண்டும். சேர்த்த ஜலத்தில் நான்கில் ஒரு பாகம் மிகுந்திருக்குமாறு காய்ச்சி வஸ்திரத்திலிட்டு வடிக்கட்டி, அதில் முப்பது பலம் வெல்லம் சேர்த்து பாகுபோல் வருமளவும் கிளறிக்கொண்டே மீண்டும் காய்ச்சவும்; அப்பொழுது இரஸாஞ்ஜநம், [1] இலவம்பிசின், த்ரிகடு, த்ரிபலை, நறுவிலி, சித்திரமூலம், வட்டத்திருப்பி, பில்வம், வெட்பாலரிசி, வசம்பு, சேராங்கொட்டை, அதிவிடயம், வாய்விடங்கம், முள்ளங்கி இவற்றை ஒவ்வொரு பலமெடுத்து சூர்ணம் செய்து, மேற்கூறிய அவலேஹத்தில் சேர்த்து, அத்துடன் நான்கு பலம் நெய்யையும் ஊற்றி நன்றாகக் கூட்டி பக்குவம் செய்து இறக்கிவிடவும்; அப்பால் சிறிது ஆறியவுடனே நான்கு பலம் தேன் சேர்த்துக் கலந்து விடவும். இந்த லேஹ்யத்தை உட்கொள்வதால் ஸகல விதமான அர்சோரோகங்களும் சீக்கிரத்தில் நிவ்ருத்தியாகும்; மேலும் அர்சஸ்ஸாலுண்டாகிற இதர ரோகங்களும், அதிஸாரம், அரோசகம், கிரஹணீ, பாண்டுரோகம், இரக்தபித்தம், காமாலை, அம்லபித்தம், சோதையென்னும் சோகை, சரீர இளைப்பு, சீதபேதி இவைகளும் தீரும். இதற்கு அநுபானமாக நெய், மோர், பால், தயிர் இவற்றையாவது, நெய் ஜலம் இவ்விரண்டையுமாவது உபயோகிக்கலாம். உட்கொண்ட ஔஷதம் நன்கு ஜீர்ணமானதும் சரீரம் நன்றாக ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய உணவுகளை உசிதப்படி புஜித்துவரவேண்டும். 38—44½.

இரண்டாம் குடஜாவலேஹம்.

வெட்பால மரத்தின் நூறு பலங்கொண்ட பசுமையான பட்டையை ஒரு த்ரோண ஜலத்தில் சேர்த்துக் காய்ச்சவும்; அக்கஷாயம் நான்கில் ஒரு பாகமாகக் காய்ந்ததும் வடிக்கட்டி, அதன் பிறகு நறுவிலிப்பட்டை, ஆரைப்பூ, பில்வப்பட்டை, வட்டத்திருப்பி, இலவம்பிசின், கோரைக்கிழங்கு, அதிவிடயம் இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் ஒவ்வொரு பலமெடுத்து சூர்ணம் செய்து அக்கஷாயத்தில் சேர்த்து மறுபடியும் கரண்டியில் குழம்பாகப் பற்றிக்கொள்ளும் வரையில் பக்குவம் செய்யவேண்டும். இந்த அவலேஹத்தை ஜலத்துடனாவது, ஆட்டுப்பாலுடனாவது, பாலேட்டோடாவது உட்கொள்ள பற்பல நிறமாக வேதனையுடன் உண்டாயிருக்கும் வெகு கடுமையான அதிஸாரங்களும், ரக்தப்ரதரமென்னும் பெரும்பாடு, ஸகலவிதமான அர்சோரோகங்கள், சீதபேதி இவைகளும் தீரும் 45—48½.

---

1. இரஸாஞ்ஜநம்—மரமஞ்சளின் கஷாயத்தினல் செய்யப்படும் ஒருவித ஸத்துவம்போன்ற அஞ்ஜநம்.

ஒன்பதாம் அத்தியாயம்.

([1] ஸ்நேஹ கல்பனை.)

ஸ்நேஹபாகத்திற்கு ஸாமானிய விதி.

க்ருதமாவது [2] தைலமாவது பக்குவம் செய்யப்படவேண்டுமானல், அதில் சேர்க்கப்படும் கல்கத்திரவ்யங்களினும்[3] க்ருதம் அல்லது தைலத்தை நான்கு மடங்கும், தைலம் அல்லது க்ருதத்தினும் நான்கு மடங்கு ஜலமும் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவேண்டும்; இத்தைலத்தை அல்லது க்ருதத்தை ஒரு பல பரிமாணத்தில் பொதுவாக உட்கொள்ளலாம். அல்லது மற்றொரு முறையிலும் ஸ்நேஹங்களைப் பக்குவம் செய்யலாம்; அதாவது கஷாயத்திலிடவேண்டிய ஔஷதச் சரக்குகள் ஒரு பங்கானல், அதற்கு நாலு பங்கு ஜலம் சேர்த்து, அதை நாலில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சி, அக்கஷாயத்தைக்கொண்டு ஸ்நேஹங்களைத் தயார் செய்யலாம். 1,2.

ஸ்நேஹபாகத்தில் விசேஷ விதிகள்.

கஷாயமிடக்கூடிய சரக்குகள், அவற்றின் தன்மைகளைப்பற்றி மிருது பதார்த்தங்கள், கடினபதார்த்தங்கள், அதிகடின பதார்த்தங்கள், மத்திம பதார்த்தங்கள் என்று நாலு விதமாகப் பகுக்கப்பட்டுள. அவற்றுள் மிருதுவான பதார்த்தங்களிடவேண்டிய கஷாயத்தில் அப்பதார்த்தங்களைக்காட்டிலும் ஜலம் நாலுபங்கும், கடின பதார்த்தங்களுக்கு எட்டு பங்கு ஜலமும், அதி கடினபதார்த்தங்களுக்குப் பதினறுபங்கு ஜலமும் சேர்க்கப்படவேண்டும்; மிருதுவுமல்லாமல் கடினமுமாகாத மத்திமமான வஸ்துக்களுக்கும் எட்டுமடங்கு ஜலந்தான் சேர்க்கவேண்டும். கஷாயத்தில் சேர்க்கப்படவேண்டிய வஸ்துக்கள் கால்பலம் முதல் ஒரு பலத்திற்கு மேற்படாதவையாயிருந்தால், ஜலத்தை அப்பதார்த்தங்களைக் காட்டிலும் பதினறுமடங்காகச் சேர்க்கவேண்டும், ஒரு பலத்திற்கு மேல் நாலு பலத்திற்கு மேற்படாமலிருந்தால் எட்டுபங்கு ஜலமும், ஒரு பிரஸ்த்தம் முதல் ஒரு காரீவரையில்[4] நாலுபங்கு ஜலமும் சேர்க்க வேண்டும். கேவலம் ஜலத்தைக்கொண்டோ, க்வாதங்களைக்கொண்டோ, ஸ்வரஸங்களைக்கொண்டோ ஸ்நேஹம் பக்குவம் செய்ய வேண்டுமென்று கூறப்படுமிடத்து, அவற்றில் கல்கத்

---

1. ஸ்நேஹம்—நெய், தைலம் முதலிய எண்ணெய்ப்பொருட்கள்.

2. க்ருதம்—நெய்.

3. கல்கம்—க்ருதம், தைலம் முதலியவற்றை கஷாயாதிகளில் பக்குவம் செய்கையில், அவற்றின் குணத்தை அதிகப்படுத்துவதற்காக தைலாதிகளில் சூர்ணமாகவோ அல்லது ஈரமாகவே இடித்தோ சேர்க்கப்படும் வஸ்துக்களாம்.

4. காரீ—நாலாயிரத்துத் தொண்ணூற்ருறு பலம். [நாலு பலங்களுக்கு மேற்பட்டு ஒரு பிரஸ்த்தத்திற்கு அதிகப்படாத கஷாயத்திரவ்யங்களுக்கு எவ்வளவு ஜலம் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவேண்டுமென்பது கூறப்படாவிடினும், இதற்குக் கீழ் 4 மடங்கும், இதற்கு மேல் 8-மடங்கும் ஜலம் சேர்க்க வேண்டுமென்று குறிக்கப்பட்டிருப்பதை நோக்கி இவற்றிற்கு மத்திமமாக 6-பங்கு ஜலம் சேர்க்க வேண்டுமென்பது கருத்தாம்.]

தை முறையே ஸ்நேஹத்தினும் நாலிலொருபங்கு, ஆறிலொருபங்கு, எட்டிலொருபங்கு இவ்வாறாகச் சேர்க்கவேண்டும். எந்த ஸ்நேஹபாகத்தில் தயிர், பால், மாம்ஸரஸம், மோர் இவற்றில் ஏதேனும் சேர்க்கப்படுகிறதோ அதில் கல்கத்தை ஸ்நேஹத்தினும் எட்டில் ஒரு பங்காகச் சேர்க்கவும்; இவ்வாறு பால் முதலியவற்றாலேயே பக்குவம் பண்ணப்படும் ஸ்நேஹங்களில் கல்கபதார்த்தங்கள் நன்கு பக்குவமாவதற்காக நாலுபங்கு ஜலமும் சேர்க்கப்படுவது அவசியம். எந்த ஸ்நேஹங்களை ஐந்து விதங்களுக்குக் குறையாத திரவபதார்த்தங்கள் சேர்த்து பக்குவம் பண்ணவேண்டுமென்று கூறப்படுகிறதோ, அவற்றில் ஒவ்வொரு திரவபதார்த்தத்தையும் ஸ்நேஹத்திற்கு ஸமான அளவில் சேர்க்கவேண்டும்; திரவபதார்த்தங்கள் ஐந்து விதங்களுக்குக் குறைவாக இருந்தால், அவற்றை ஸ்நேஹத்தைக் காட்டிலும் நாலுபங்கு அளவில் சேர்க்கலாம். ஜலம் சேர்க்கப்படாமல் ஏதேனும் திரவபதார்த்தத்தால் மட்டும் ஒரு ஸ்நேஹம் பக்குவம் பண்ணப்பட வேண்டுமென்றால், அதில் ஸ்நேஹம் நன்கு பக்குவமாவதற்காக நாலுமடங்கு ஜலத்தைச் சேர்ப்பதுடன், கல்கத்தையும் ஜலம் விட்டுப் பிசைந்து உபயோகிக்கவேண்டும். ஒரு ஸ்நேஹபாகத்திற்கு க்வாதம் மாத்திரம் இவ்வித சரக்குகளால் தயார் செய்யப்படவேண்டுமென்று கூறி, கல்கம் முதலியது கூறப்படாமலிருந்தால், அதில் க்வாதத்திற்கு உபயோகித்த வஸ்துக்களையே கல்கமாகவும் சேர்க்க வேண்டும். கல்கமே சேர்க்காமல் ஸ்நேஹபாகம் செய்வதானால், அந்த ஸ்நேஹத்தை ஸ்வரஸம் முதலிய ஏதேனும் திரவபதார்த்தத்தில் தனியாகப் பக்குவம் செய்ய வேண்டும்; ஆனால் ஏதேனும் திரவபதார்த்தால் மட்டும் பக்குவம் பண்ணப்படும் அவ்வித ஸ்நேஹபாகத்தில் ஏதாவது புஷ்பவகைகளையே கல்கமாக உபயோகிக்கவேண்டியிருந்தால், அப்பொழுது அந்த ஸ்நேஹத்தில் நாலு பங்கு ஜலமும் சேர்க்கப்படவேண்டும்; அவ்வாறு ஸ்நேஹங்களில் புஷ்பகல்கம் சேர்க்கப்படவேண்டுமானால், அக்கல்கத்தை ஸ்நேஹத்தினும் எட்டில் ஒரு பங்காகச் சேர்க்கவும். 3—$11\frac{1}{2}$.

ஸ்நேஹம்பக்குவமானதின் அறிகுறிகள்.

ஸ்நேஹத்திலிடப்பெற்ற கல்கத்தில் ஒரு சிறிதளவு எடுத்து விரல்களால் உருட்டினால் அக்கல்கம் திரிபோல் உருண்டுவரும்; அதை அக்னியிலிட்டால் சுடசுடவென்கிற சப்தமுமிராது; ஸ்நேஹங்கள் பக்குவமாய் விட்டதற்கு இவையே பொதுவான இலக்ஷணங்களாம்; மேலும் அதில் சேர்க்கப்பட்டுள்ள ஸ்நேஹம், கல்கத்திரவ்யங்கள் இவற்றிற்கு இயற்கையான மணம், நிறம், சுவை என்னும் இவைகளும் ஸ்நேஹம் நன்கு பக்குவமான ஸமயத்தில் வெளிப்படையாகத் தெரியவரும். ஆனால் தைலபாகத்தில் நன்கு பக்குவமாகிற ஸமயத்தில் நுரையுண்டாய் தைலத்திற்கு வாஸனைமுதலியது தோன்றும்; க்ருதபாகத்தில் பக்குவமான ஸமயத்தில் நுரைகளுண்டாய், பிறகு அவை அடங்கி க்ருதம் தெளிவாகவும் வாஸனை முதலியதுடையதாகவும் காணப்படும். 12-$13\frac{1}{2}$.

மூன்றுவிதமான ஸ்நேஹபாகம்.

ஔஷதமாக உபயோகப்படுமாறு பக்குவம் செய்யப்படும் ஸ்நேஹபாகமானது மிருது, மத்திமம், கடினம் என மூன்று வகைப்படும். அவற்றுள் சிறிது கஷாயமுதலியவற்றின் இரஸத்துடன் கூடிய கல்கமுடையதான ஸ்நேஹபாகமானது மிருதுபாக மென்றும், கல்கத்தில் இரஸமேயில்லாமல் சிறிது மெதுவாயுள்ள கல்கத்துடன் கூடிய ஸ்நேஹபாகமானது மத்திமபாக

மென்றும், சிறிது உரப்பான கல்கமுள்ள ஸ்நேஹபாகமானது கடினபாக மென்றும் கூறப்படும். 14—$15\frac{1}{2}$.

உபயோகிக்கத்தகாத ஸ்நேஹபாகங்கள்.

ஔஷதமாக உபயோகிக்கத்தகாத இரண்டுவிதமான ஸ்நேஹபாகங்களுண்டு; அவை-தக்த்தபாகமென்றும், ஆமபாகமென்றும் கூறப்படும்; கடினபாகத்திற்கும் மேல் முறியுந்தன்மையடைந்தால் அவ்வித ஸ்நேஹபாகம் தக்த்தபாகம் என்றும், மிருது பாகத்திற்கும் குறைவான பாகம் ஆமபாகம் என்றும் கருதப்படும். இவற்றுள் தக்த்தபாகமான ஸ்நேஹமானது தாபத்தையுண்டாக்குவதுடன், பெரும்பாலும் பயனற்றதாகவுமிருக்கும்; ஆமபாகமான ஸ்நேஹமானது வீர்யமற்றதாகவும், அக்னிமாந்த்யமுண்டு பண்ணக்கூடியதாகவும், ஆகவே குருகுணமுள்ளதாகவுமிருக்கும். $16\frac{1}{2}$.

பாகபேதத்தினால் உபயோக பேதம்.

முற்கூறிய மூன்றுவிதமான ஸ்நேஹபாகங்களுள் மிருதுபாகமாகச் செய்த ஸ்நேஹம் நஸ்யகர்மத்திலும், மத்திமபாகமான ஸ்நேஹம் ஸகலவிதமான சிகித்ஸைகளிலும், கடினபாகமான ஸ்நேஹம் அப்யங்கத்திலு முபயோகமாகும்; அன்றியும் ரோகம் முதலியவற்றின் நிலைமைக்கேற்றவாறு இவற்றில் எது எவருக்கு ஏற்றதென்று வைத்தியர் நிச்சயித்துக்கொள்ளவேண்டும். $17\frac{1}{2}$.

ஸ்நேஹங்கள் பழகவேண்டும்.

க்ருதம், தைலம், லேஹ்யம் முதலானவற்றை ஒரு தினத்திலேயே பக்குவம் செய்து உபயோகித்துவிடக்கூடாது; இவற்றை சிறிது நாள் பழகவைத்து உபயோகித்தால் விசேஷமாக குணந்தரக்கூடியவைகளாகும். $18\frac{1}{2}$.

க்ருதபாகங்கள்.

பிப்பல்யாதி க்ருதம்.

திப்பிலி, மோடி, சவ்வியம், சித்திரமூலம், சுக்கு, இந்துப்பு இவற்றில் ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பலம் சேர்த்து, ஒரு பிரஸ்த்தம் நெய்யை அதற்கு நாலு பங்கு பாலில் கலந்து பக்குவம் செய்யவும்; இந்த க்ருதம் ப்லீரோஹங்கள், விஷமஜ்வரங்கள், அக்னிமாந்த்யம், அரோசகம் இவற்றைப் போக்கும். 19—$20\frac{1}{2}$.

சாங்கேரீ க்ருதம்.

திப்பிலி, மோடி, சித்திரமூலம், யானைத்திப்பிலி, நெரிஞ்சில், சுக்கு, கொத்தமல்லி விதை, வட்டத்திருப்பி, பில்வவேர்ப்பட்டை, குராசானியோமம் இவற்றில் ஒவ்வொரு பலம் இடித்துச் சேர்த்து, அறுபத்துநான்கு பலம் நெய் ஊற்றி, நெய்க்கு நாலுமடங்கு புளியாரையின் ஸ்வரஸத்தையும், நாலு மடங்கு தயிரையும் சேர்த்து, சிறுகச் சிறுக க்ருதத்தைப் பக்குவம் செய்யவேண்டும்; இது 'சாங்கேரீக்ருதம்' என்று கூறப்படுகிறது. இந்த க்ருதமானது கபவாதங்கள், கிரஹணீரோகம், அர்சஸ், வயிற்றுப் பொருமல், குதம் நெழுகுதல், மூத்திரக்ருச்சிரம், சீதபேதி இவற்றைப் போக்குவதில் வெகு சிறந்த ஔஷதமாகும். 21—$24\frac{1}{2}$.

நூறுபலம் சிறுகடலையை ஒருத்ரோண பரிமாணங்கொண்ட ஜலத்தில் சேர்த்து, நாலில் ஒருபங்கு கஷாயமாகக் காய்ச்சி, பில்வவேர் எட்டுபலமும், நெய்

மஸூராதி க்ருதம். பதினாறு பலமும் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவேண்டும் ; இது ஸகலவித
மான அதிஸாரங்கள், கிரஹணீ, ப்ரவாஹிகா என்னும் சீதபேதி இவற்
றைப் போக்கும். 25—26¼.

அமுக்கிருங்கிழங்கு நூறுபலம், நெரிஞ்சில் ஐம்பது பலம், சிற்றாமுட்டி, சீந்திற்
கொடி, சிறுமல்லி, நிலப்பனங்கிழங்கு, தண்ணீர்முட்டாங்கிழங்கு,
காமதேவ க்ருதம். சாறடை, அரசம்பட்டை, சுக்கு, குமிழம்பழம், தாமரைக்கிழங்கு, உளுந்து
இவை ஒவ்வொன்றும் பத்துபலம், இவற்றை நான்கு த்ரோணம் ஜலம்
சேர்த்து நாலில் ஒருபங்காக வற்றும்படி காய்ச்சி, அதில் ஜீவநீயகணம்[1], கோஷ்டம், அல்லிக்
கிழங்கு, செஞ்சந்தனம், இலவங்கப்பத்திரி, திப்பிலி, திராக்ஷை, காஞ்சொறிக்காய், கருநெய்
தல், நாகப்பூ, நாட்டுநன்னாரி, சீமைநன்னாரி, சிற்றாமுட்டி, பேராமுட்டி இவற்றை தனித்தனியே
கால்பலம் இடித்து, இரண்டுபலம் சர்க்கரையுங்கூட்டி, நாமக்கரும்பின் சாற்றில் ஓர் ஆடகமும்,
நெய் ஓர் ஆடகமும் சேர்த்து, சிறுகத்தீயிட்டு பக்குவம் செய்யவேண்டும். இந்த க்ருதம் இரத்த
பித்தம், உரக்ஷதம், ஹலீமகம், பாண்டு, ஸ்வரபேதம், வாதரக்தம், மூத்திரக்ருச்சிரம், பார்ச்
வசூலை, காமாலை, சுக்ரம் க்ஷீணித்தல், மாரெரிவு, சரீரமெலிவு, ஓஜஸ்க்ஷயித்தல் இவற்றைப்
போக்கும் ; கருத்தரிக்காத ஸ்த்ரீகளுக்கு கருப்பந்தரிக்கும் சக்தியையும் புருடருக்கு சுக்ரத்
தையும் உண்டுபண்ணும் ; இருதயத்திற்கும் மற்ற அங்கங்களுக்கும் பலத்தை விருத்திபண்
ணும் சிறந்த இரஸாயனம் ; காமதேவக்ருதம் என்று இதன் பெயர். 27—35.

த்ரிபலை, மஞ்சள், மரமஞ்சள், தக்கோலம், நாட்டுநன்னாரி, சீமைநன்னாரி, ஞாழல்,
சிறுமல்லிகை, பெருமல்லிகை, தேவதாரு, ஏலவாலுகமென்கிற கந்தத்திர
த்ரிபலாதி க்ருதம். வ்யம், கிரந்திதகரம், தும்மட்டி, நேபாளம், மாதுளை, நாககேஸரம், கரு
நெய்தல், ஏலம், மஞ்ஜிஷ்டை, வாய்விடங்கம், கோஷ்டம், அல்லிக்கிழங்கு,
இலவங்கம், சந்தனம், தாளிஸப்பத்திரி, கண்டங்கத்திரி இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் கால்பலம்
இடித்துச் சேர்த்து, இவையனைத்துக்கும் நாலுமடங்கு ஜலம் சேர்த்து கஷாயமாகப் பக்குவம்
செய்து, ஒரு பிரஸ்த்தம் நெய்யை அதில்சேர்த்துக் காய்ச்சவேண்டும். இந்த க்ருதத்தை
அபஸ்மாரம், ஜ்வரம், க்ஷயம், உன்மாதம், வாதரக்தம், காஸம், அக்னிமாந்த்யம், பிரதிச்யா
யம், இடுப்புவலி, த்ருதீயகஜ்வரம், சாதுர்த்திகஜ்வரம், மூத்திரக்ருச்சிரம், விஸர்ப்பம், சொரி
சிரங்குகள், பாண்டுரோகம், ஸ்தாவர ஜங்கமவிஷங்களாலுண்டாகும் தீங்குகள், பிரமேஹ
ரோகங்கள் இவற்றில் உபயோகிக்கலாம்; மேலும் ஸ்த்ரீகளுக்கு மலட்டுத் தன்மையைப் போக்
கவும், பூதங்கள், யக்ஷர்கள், இராக்ஷஸர் இவற்றாலுண்டாகும் சங்கைகளை அகற்றவும் இவ்
வௌஷதம் ஏற்றதாகும். 36—41.

சீந்திற்கொடியைக் கஷாயமிட்டு, அக்கஷாயத்தில் அக்கொடியையே சூர்ணம் செய்து
கல்கமாகச் சேர்த்து, பாலூற்றி, நெய்யையும் அதில்சேர்த்து பக்குவம்
அம்ருதாதி க்ருதம். செய்யலாம் ;இந்த க்ருதமானது வாதரக்தத்தை சீக்கிரத்தில் போக்கும்;
மிகவும் முதிர்ந்துபோன குஷ்டத்தையும் நிவ்ருத்தி செய்யும். 42.

1. ஜீவநீயகணம்—96-வது பக்கத்தில் மூலத்தையும் டிப்பணியையும் பார்க்க.

ஏழிலம்பாலை, அதிவிடயம், கொன்றை, கடுகரோஹிணீ, வட்டத்திருப்பி, கோரைக்
கிழங்கு, வெட்டிவேர், த்ரிபலை, பர்ப்பாடகம், பேய்ப்புடல், வேம்பு, மஞ்
மஹாதிக்தக க்ருதம். ஜிஷ்டை, திப்பிலி, அல்லிக்கிழங்கு, கிச்சிலிக்கிழங்கு, சந்தனம், காஞ்
சொறி, தும்மட்டி, பேய்த்தும்மட்டி, மஞ்சள், மரமஞ்சள், சீந்தில்,
நாட்டு நன்னாரி, சீமைநன்னாரி, மருளங்கிழங்கு, ஆடாதோடை, தண்ணீர் முட்டாங்கிழங்கு,
கழற்சிக்காய், வாலுளுவை, அதிமதுரம், நிலவேம்பு இவை ஒவ்வொன்றும் கால்பலமெடை,
நெய் இவையனைத்தினும் நாலுபங்கு, நெல்லிக்கனியின் ஸ்வரஸம் நெய்யைக்காட்டிலும் இரண்
டு மடங்கு, ஜலம் எட்டு பங்கு ; இவ்விதமாக மேற்படி வஸ்துக்களைச் சேர்த்து க்ருதம் பக்குவம்
செய்யவேண்டும். இதை வாதரக்தம், குஷ்டம், இரக்தபித்தம், இரக்தார்சஸ், பாண்டு
ரோகம், இருதயரோகம், குன்மம், விஸர்ப்பம், பிரதரமென்னும் பெரும்பாடு, கண்டமாலை,
க்ஷுத்ரரோகங்கள், ஜ்வரங்கள் இப்பிணிகளிலுபயோகிக்கலாம். இதற்கு 'மஹாதிக்தக க்ரு
தம்' எனப்பெயர். 43—48.

அன்னபேதி, மஞ்சள், மரமஞ்சள், கோரைக்கிழங்கு, தாளகம், மனச்சிலை, கம்பில்
லகம், கந்தகம்,[1] வாய்விடங்கம், குங்கிலியம், தேன்மெழுகு, வெண்கடுகு,
காஸீஸாதி க்ருதம். இரஸாஞ்ஜனம், ஸிந்தூரம், கருங்காலி, வேப்பிலை, புங்கயிலை, நன்னாரி,
வசம்பு, மஞ்ஜிஷ்டை, அதிமதுரம், ஜடாமாம்ஸீ, காட்டுவாகை, வெள்ளி
லோத்தி, அல்லிக்கிழங்கு, கடுக்காய், தகரவிதை இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் கால் கால் பலம்
எடுத்து சூர்ணம் செய்து, அச்சூர்ணத்தை ஒருதாமிர பாத்திரத்திலிட்டு, அதில் முப்பது பலம்
நெய் சேர்த்து, வெயிலில் ஏழுநாள் வைத்திருக்கவேண்டும். இந்த க்ருதத்தை குஷ்டம், தத்ரு
என்னும் படை, சொரி சிரங்குகள், சூகதோஷங்கள், விஸர்ப்பம், வாதரக்ததத்தினாலுண்டாகும்
விஸ்போடமென்னும் கொப்புளம், மண்டைவெடிப்பு, உபதம்சம், நாடீவ்ரணம், கெட்டுப்
போன இதரவிரணங்கள், வீக்கம், பகந்தரம், லூதா என்னும் சிலந்தியினாலுண்டாகும் விரண
விசேஷங்கள் இவற்றைப் போக்குவதற்கு தேஹத்தில் தேப்த்துக்கொள்ளலாம் ; மேலும் இந்த
க்ருதம் விரணங்களிலுண்டான தோஷங்களையகற்றி அவற்றை சீக்கிரம் ஆறவும் செய்யும் ;
பிறகு சர்மத்திற்கு நல்ல நிறத்தையும் உண்டுபண்ணும். 49—55.

ஜாதிக்காய், வேம்பு, பேய்ப்புடல், மஞ்சள், மரமஞ்சள், கடுகரோஹிணீ, மஞ்ஜிஷ்டை,
அதிமதுரம், தேன்மெழுகு, புங்கை, வெட்டிவேர், நன்னாரி, மயில்துத்தம்
இவற்றைப் பொடித்து நெய்யிற் கலக்கி, அக்னியிலேற்றி பக்குவம் செய்ய
ஜாத்யாதி க்ருதம். வும். மர்மஸ்த்தானங்களை ஆச்ரயித்துண்டாகுபவையும், துஷ்டநீரைப்
பெருக்குபவையும், வெகு ஆழமாக வியாபித்திருப்பவையும், மிகவலியுண்டு பண்ணுபவையு
மான விரணங்கள் யாவும் இந்த க்ருதத்தைப் பூசுவதால் ஆறிவிடும். 56—57½.

சித்திரமூலம், சங்கங்குப்பி, கடுக்காய், கம்பில்லம், கருஞ்சிவதை, வெண்சிவதை,

1. இங்கு கூறப்பட்டுள்ள தாளகம் முதலியதை சுத்திசெய்து சேர்ப்பது நலம். தாளகம், மனச்
சிலை முதலிய தாதுப்பொருட்களின் சுத்திமுறை முதலியவைகளைப்பற்றி இதே கண்டத்தில் 11-வது அத்தி
யாயத்திற் காண்க.

பிந்து க்ருதம். பொற்றிக் கீரை, கொன்றை, நேபாளம், பீர்க்கு, தேவதாளீ, அவிரி, வெண்காக்கணம், பொன்னுலங்காய், மோடி, வாய்விடங்கம், கடுகரோஹிணீ, பிரம்மதண்டு இவற்றில் கால் கால் பலம் பொடித்தெடுத்து, எருக்கம்பால் இரண்டு பலம், கள்ளிப்பால் ஆறு பலம், நெய் பதினாறு பலம் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும். இந்த நெய்யை ஒவ்வொரு பலமாக உபயோகிக்க குன்மம், குஷ்டம், சூலம், உதாவர்த்தம், வீக்கம், வயிற்றுப்பொருமல், பகந்தரம், எட்டுவிதமான உதரரோகங்கள் இவை நிவ்ருத்தியாகும்; பசும்பால், ஒட்டைப்பால், கொள்ளுக்கஷாயம், உஷ்ணஜலம் இவற்றுள் ஏதேனுமொன்றை மேற்படி க்ருதத்திற்கு அனுபானமாக உபயோகிக்கலாம்; இதில் ஒவ்வொரு பிந்து உட்கொள்கையிலும் ஒவ்வொரு முறை விரேசனமாகும். பிந்து க்ருதமெனப்படும் இவ்வௌஷதத்தை நாபியில் தடவினாலும் பேதியாகும். 58—63½.

இரண்டாம் த்ரிபலாக்ருதம். த்ரிபலையின் கஷாயம் ஒரு பிரஸ்த்தம், ஆடாதோடையின் ஸ்வரஸம் ஒரு பிரஸ்த்தம், கரிசிலாங்கண்ணிச்சாறு ஒரு பிரஸ்த்தம், ஆட்டுப்பால் ஒரு பிரஸ்த்தம், நெய் ஒரு பிரஸ்த்தம் சேர்த்து, அதில் த்ரிபலை, திப்பிலி, திராக்ஷை, சந்தனம், இந்துப்பு, சிற்றாமுட்டி, காகோலீ, க்ஷீரகாகோலீ, மேதா, மஹாமேதா, மிளகு, சுக்கு, சர்க்கரை, வெண்தாமரை, செந்தாமரை, சாறடை, மஞ்சள், மரமஞ்சள், அதிமதுரம் இவற்றை ஒவ்வொன்றையும் கால் பலம் எடை இடித்து கல்கமாகச் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும். இதை யுபயோகித்தால் இரவில் கண்தெரியாமை, நகுலாந்த்யம்[1], சொரி சிரங்கு, பில்லம்,[2] கண்ணில் நீர்வடிதல், படலம்,[3] திமிரம்,[4] அஜகம்[5] இவைமுதலான இன்னும் பலவிதமான கொடிய நேத்திரரோகங்களும் நீங்கும்; இந்த த்ரிபலாக்ருதமானது பானம் செய்வதற்கும், நஸ்யமிடுவதற்கும் மிகவும் உபயோகமானது. 64—69.

கௌராதி க்ருதம். மஞ்சள், மரமஞ்சள், சிற்றாமல்லி, மருளங்கிழங்கு, நன்னாரி, வெண்சந்தனம், செஞ்சந்தனம், சீந்தில், அதிமதுரம், அல்லிக்கிழங்கு, நாககேஸரம், தாமரை, நெய்தல், வெட்டிவேர், மேதா, த்ரிபலை, பஞ்சவல்கலங்கள்[6] இவற்றை சூர்ணம் செய்து ஒவ்வொன்றிலும் கால்பலமெடையெடுத்து, ஒரு பிரஸ்த்தம் நெய்யைப் பக்குவம் செய்யவும். இதை யுபயோகிப்பதால் விஸர்ப்பரோகம், ஊதாவென்னும் சிலந்திவிரணம், கொப்புளங்கள், விஷப்பற்றுகள், குளவி கொட்டுவதாலுண்டாகும் விரணங்கள் முதலியவை தீரும். இது ‘கௌராதி க்ருதம்’ என்று சொல்லப்படும். 70—72.

சிற்றாமுட்டி, அதிமதுரம், சிற்றரத்தை, தசமூலம்[7], த்ரிபலை இவற்றில் இரண்டிரண்டு

1, 2, 3, 4, 5, நகுலாந்த்யம் முதல் அஜகம் வரையிலுமுள்ள இந்த ரோகங்களின் விவரங்களைப் பற்றி 53 ம் பக்கம்முதல் 56-ம்பக்கம் வரையிலுமுள்ள நேத்திரரோக வகைகளைப் பார்க்க.

6. ஆல், அத்தி, அரசு, கல்லாலை, நாவல் இவற்றின் பட்டைகள் ‘பஞ்சவல்கலம்’ எனப்படும்.

7. தசமூலம்—இதைப்பற்றி 115-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க.

பலாதி க்ருதம். பலமெடுத்து ஒரு த்ரோணஜலத்தில் சேர்த்து, இரகுகள், பித்தம், குடல், யக்ருத் என்னும் கல்லீரல், கால்கள், மூக்கு இவற்றை விலக்கி மயிலுடைய மற்ற உடல்களையும் அதில் சேர்த்து, நாலில் ஒருபங்காகக் காய்ச்சி, அதில் ஸமபாகம் பால் சேர்த்து, ஒருபடி நெய்யையும், ஜீவநீயகணத்திலுள்ள வஸ்துக்களையும் தனித்தனியே கால்பலம் கல்கமாகவும் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும். இந்த க்ருதம் தலைநோய், மந்யாஸ்தம்பம், இடுப்புவலி, அர்திதம், காது நாசி நேத்திரம் நாக்கு தொண்டை இவற்றிலுண்டாகும் நோய்கள் முதலானவைகளைப் போக்கும்; இந்த க்ருதம் பருகுவதற்கும், நஸ்யமிடுவதற்கும், அப்யங்கத்திற்கும், காதிலிடுவதற்கும் உபயோகிக்கக்கூடியது. மேலும் ஹேமந்தருது, சிசிரருது, வஸந்தருது இவ்வித சீதகாலங்களிலும் இதை உபயோகித்துவருவது நலம். 73—76½.

பலக்ருதம். த்ரிபலை, அதிமதுரம், கோஷ்டம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், கடுகரோஹிணீ, வாய்விடங்கம், திப்பிலி, கோரைக்கிழங்கு, தும்மட்டி, கருவேப்பிலை, வசம்பு, மேதா, மஹாமேதா, காகோலீ, க்ஷீரகாகோலீ, நாட்டுநன்னாரி, சீமைநன்னாரி, ஞாழல், சதகுப்பை, பெருங்காயம், சிற்றரத்தை, வெண்சந்தனம், இரத்தசந்தனம், இலவங்கம், மூங்கிலுப்பு, தாமரை, சர்க்கரை, ஓமம், நேபாளம், கண்டங்கத்திரிவேர் இவற்றைப் பொடித்து கல்கமாகச் செய்து, உயிருடனுள்ள கன்றுக்குட்டியுடன் கூடியதும் ஒரே நிறமானதுமான பசுவினிடமிருந்து கறந்த பாலினின்றுமெடுத்த நெய்யில் ஒரு பிரஸ்த்த பரிமாணமும், அதற்கு நாலுமடங்கு பாலும் ஒரு மட்பாத்திரத்திலாவது தாமிர பாத்திரத்திலாவது சேர்த்து, நல்ல திதியில், புஷ்ய நக்ஷத்திரத்துடன்கூடிய சுபதினத்தில், காட்டு வரட்டிகளைக்கொண்டு தீயிட்டெரிக்கவேண்டும். அப்பால் நல்லதினத்தில் இதை யுட்கொண்டால் புருஷருக்கும் ஸ்த்ரீகளுக்கும் தாதுபுஷ்டி யுண்டாகும்; மலட்டுத்தனமும் நிவ்ருத்தியாகும்; மதியும் மேன்மையடையும்; அடிக்கடி அற்பாயுளான குழந்தைகளைப் பெறுபவள் இவ்வௌஷதத்தை யுட்கொண்டால் சதாயுஸாக ஜீவிக்கக்கூடியவனும் மிக மேதாவியுமான புத்திரனைப் பெறுவள்; பரத்வாஜமுனிவரால் மொழியப்பட்ட இந்த க்ருதமானது ‘பலக்ருதம்’ என்று வழங்கப்படும். 77—84½.

வ்ருஷாதி க்ருதம். ஆடாதோடை, வேம்பு, சீந்தில், கண்டங்கத்திரி, பேய்ப்புடல் இவற்றைக் கஷாயமிட்டு வடிக்கட்டி, நெய் சேர்த்து, மேற்கூறிய கஷாயச் சரக்குகளையே கல்கமாகவும் சேர்த்து பக்குவஞ்செய்து உட்கொள்ள விஷமஜ்வரங்கள், பாண்டுரோகம், குஷ்டம், விஸர்ப்பம், வயிற்றுக்கிருமிகள், அர்சோரோகம் இவை ஸ்வஸ்த்தமாகும். 85—86.

இரண்டாவது பல க்ருதம். குறிஞ்சி, செங்குறிஞ்சி, த்ரிபலை, சீந்திற்கொடி, சாறடை, பலாசு, மஞ்சள், மரமஞ்சள், சிற்றரத்தை, மேதா, தண்ணீர்முட்டான் இவற்றை கல்கமாக இடித்துச் சேர்த்து, ஒரு பிரஸ்த்தம் நெய்யை நாலு மடங்கு பாலில் சேர்த்து பக்குவஞ்செய்து உபயோகிக்கலாம். யோனிசூலை, பரிப்லுதம், உபப்லுதம்,

வாமநம், அந்தர்முகம், பித்தயோநி, விப்லுதம், ஷண்டிதம்[1] இவ்விதமானகோளாறடைந்த யோநிகள் இயற்கை நிலைமையடைந்து, மீண்டும் ஸ்த்ரீ கர்ப்பந்தரிக்கத் தகுந்தவளாவள். இந்த இரண்டாவது 'பலக்ருதமானது' யோநிதோஷங்களைப் போக்குவதற்காகவே ஏற்பட்டது. 87—90.

தைலங்கள்.

லாக்ஷா தைலம்.

ஓர் ஆடகப்ரமாணம்[2] செவ்வரக்கை, நாலு பங்கு ஜலத்தில் சேர்த்து, நாலில் ஒருபங்கு மிகும்படிக் காய்ச்சி க்வாதமாகச் செய்யவும்; அதில் ஒரு பிரஸ்த்தப்பிரமாணம் நல்லெண்ணெயும், ஓர் ஆடகம் பசுந்தயிரின் தெளிவு நீரும் சேர்த்து, சதகுப்பை, அமுக்கிருங்கிழங்கு, மஞ்சள், தேவதாரு, கடுகரோஹிணீ, அரேணுகம், மருளங்கிழங்கு, கோஷ்டம், அதிமதுரம், சந்தனம், கோரைக்கிழங்கு, சிற்றரத்தை இவற்றில் ஒவ்வொன்றும் கால் பலமெடுத்து சூர்ணம் செய்து, மேற்படி தைலத்தில் சேர்த்து சிறுகச் சிறுக தீபிட்டெரிக்கவும். இந்த தைலத்தை வடிக்கட்டி அப்யங்கம் செய்து வந்தால் ஸகல விஷமஜ்வரங்களும், காஸம், ச்வாஸம், பிரதிச்யாயம், கழுத்துப்பிடிப்பு, இடுப்புப் பிடிப்பு, வாதரோகங்கள், பித்தரோகங்கள், அபஸ்மாரரோகம், உன்மாதம், யக்ஷராக்ஷஸர்களால் நேரிடும் காற்றுச் சங்கையென்னும் வியாதிகள், சொரி சிரங்குகள், வயிற்றுநோய், அங்கங்களில் பல காரணங்களாலுண்டாகும் துர்நாற்றம், அவயவங்களில் திடீரென்றுண்டாகும் துடிப்புகள் முதலியவை நிவ்ருத்தியாகும்; கர்ப்பிணிகள் இத்தைலத்தைக்கொண்டு அப்யங்கம் செய்துகொண்டால் அவர்களுடைய கர்ப்பம் நன்றாக புஷ்டியடையும். 91—96.

அங்காரக தைலம்.

மருளங்கிழங்கு, அரக்கு, மஞ்சள், மரமஞ்சள், மஞ்ஜிஷ்டை, தும்மட்டி, கண்டங்கத்திரி, இந்துப்பு, கோஷ்டம், சிற்றரத்தை, ஜடாமாம்ஸீ, தண்ணீர்முட்டான் இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் பலப்பிரமாணம் சேர்த்து, இவற்றை ஓர் ஆடகப்பிரமாணம் காடியில் சேர்த்து, ஒரு பிரஸ்த்தம் தைலத்தைக் காய்ச்சியெடுக்கவும்; இதற்கு 'அங்காரகதைலம்' எனப்பெயர்; இத்தைலம் ஸகலவிதமான ஜ்வரங்களையும் போக்குங்குணமுடையது. 97—98.

நாராயண தைலம்.

அமுக்கிருங்கிழங்கு, சிற்றாமுட்டி, பில்வவேர், பாதிரி, சிறுவழுதுணை, கண்டங்கத்திரி, நெரிஞ்சில், பேராமுட்டி, வேப்பு, பெருவாகை, சாறடை, முதியார்கூந்தல், அகில் இவை ஒவ்வொன்றும் தனித்தனியே பத்து பல மெடையெடுத்து, நாலு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து, நாலில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சி வடிக்கட்டி, அதில் ஓர் ஆடகப்பிரமாணம் நல்லெண்ணெயும், தண்ணீர் முட்டாங்கிழங்கின் சாறு ஓர் ஆடகமும், தைலத்திற்கு நாலுபங்கு பாலும் சேர்த்து, அப்பால் கோஷ்டம், ஏலம், சந்தனம், மருளங்கிழங்கு, வசம்பு, ஜடாமாம்ஸீ, இந்துப்பு, அமுக்கிருங்கிழங்கு, சிற்றரத்தை, சிற்றாமுட்டி, சதகுப்பை, தேவதாரு, சிறுமல்லிகை, பெருமல்லிகை, கிரந்திதகரம் இவற்றில்

---

1. இங்கு கூறப்படும் பரிப்லுதம் முதலிய யோநி விகாரங்களைப்பற்றிய விவரங்களை 57-வது பக்கத்திற் பார்க்க.

2. ஆடகம்—அறுபத்துநான்கு பலம்.

இரண்டிரண்டு பலம் பொடித்து கல்கமாகச் சேர்த்து தைலத்தைப் பக்குவம் செய்யவும். அத்தைலத்தை நஸ்யமிடுவதற்கும், அப்யங்கத்திற்கும், பாநம் பண்ணுவதற்கும், வஸ்தி செய்வதற்கும் உபயோகிக்கலாம். இவ்வாறுபயோகித்தால் பார்ச்வவாயு, ஹநுஸ்தம்பம், மந்யாஸ்தம்பம், களக்ரஹம், பொட்டைத்தலை, செவிட்டுத்தனம், கால் நடக்கமுடியாமல் போய்விடுதல், கடிக்ரஹமென்னும் இடுப்புப்பிடிப்பு, சரீரம் மெலிவுறுதல், இந்த்ரியங்கள் மந்தமாய்விடுதல், இரத்தக்ஷயம், சுக்ரக்ஷயம், க்ஷயரோகம், ஜ்வரம், அந்த்ரவ்ருத்தி, அண்டரோகம், தந்தரோகங்கள், சிரோக்ரஹம் அல்லது கழுத்தை யசைக்கமுடியாமை, பார்ச்வசூலை, மொண்டியாய்விடுதல், புத்திமந்தப்படுதல், க்ருத்ரஸீ இதுமுதலிய இன்னும் அநேகவிதமான வாதரோகங்களும் சாந்தமாகும்; இதனுடைய பிரபாவத்தினால் மலட்டுத்தன்மையும் நீங்கி ஸ்த்ரீ பிரஸவிப்பள். இந்தத் தைலத்தை யுபயோகித்துவந்தால் மனிதர் மட்டுமேபல்ல, யானை, குதிரை முதலிய மிருகஜாதிகளும் மேற்கூறிய பிணிகளிலிருந்து விடுபட்டு ஸௌக்கியமடையும் துஷ்டர்களான அஸுரரை நாராயணன் நாசமாக்கியதுபோல், வாதரோகங்களை அடியோடு அகற்றுவதற்கு இத்தைலமும் உத்தமௌஷதமாகும். 99—108½.

வாருணீ தைலம்.

அருகம் புற்களின் வடபுறமாயோடும் வேர்களைக் களைந்து, அதில் மூன்று பலமெடுத்து இடித்து, பன்னிரண்டு பலம் தைலத்தை அதில் சேர்த்து ஒரு க்ஷணநேரம் காய்ச்சவும். இதில் பன்னிரண்டு உளுந்தெடை அன்னத்தில் சேர்த்துக்கொண்டு புஜித்துவந்தால் கைநடுக்கம், தலைநடுக்கம், மந்யாவென்னும் கழுத்திலுள்ள நாடியின் தளர்ச்சியாலுண்டாகும் கழுத்தின் நடுக்கம் இவையனைத்தும் தீரும். 109—110½.

பலா தைலம்.

சிற்றாமுட்டி வேர்க்கஷாயம், தசமூல க்வாதம், கொள்ளுக்கஷாயம், யவதானிய க்வாதம், இலந்தங்கொட்டையின் க்வாதம், பால் இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் எவ்வெட்டு பாகம், தைலம் ஒரு பாகம் சேர்த்து, ஜீவநீயகணம், தண்ணீர் முட்டான், தேவதாரு, மஞ்ஜிஷ்டை, கோஷ்டம், கல்மரம், கிரந்திதகரம், அகில், இந்துப்பு, வசம்பு, சாறடை, ஜடாமாம்ஸீ, நாட்டுநன்னாரி, சீமைநன்னாரி, இலவங்கப்பத்திரி, சதகுப்பி, அமுக்கிருங்கிழங்கு, ஏலம் இவற்றையெல்லாம் இடித்து கல்கமாயுபயோகித்து, தைலத்தைப் பக்குவம் செய்யவும். கருத்தரிக்காத ஸ்த்ரீகளுக்கும், சுக்ரம் க்ஷீணித்த புருடருக்கும், வியாயாமமென்னும் அதிகமான தேஹப்பயிற்சியினால் மெலிந்துபோன சரீரமுடையவருக்கும், பிரஸவித்த ஸ்த்ரீகளுக்கும் இத்தைலம் மிக உபயோகமானது; ஸூதிகளுக்கும் அரசருக்கும் இத்தைலம் ஏற்றதானது; ஸகல வாதரோகங்களையும் போக்கும்; இதற்கு 'பலா தைலம்' எனப் பெயர். 111—116.

ப்ரஸாரிணீ தைலம்.

நூறுபலம் முதியார்கூந்தலை ஒரு த்ரோண ஜலத்தில் சேர்த்து, நாலில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சி, அதற்கு ஸமமாக தயிரும், தைலமும், காடியும், தைலத்தினும் நாலுபங்கு பாலும் சேர்த்து, அதிமதுரம், மோடி, சித்திரமூலம், இந்துப்பு, வசம்பு, முதியார்கூந்தல், தேவதாரு, சிற்றரத்தை, யானைத்திப்பிலி, சேராங்

கொட்டை, சதகுப்பி, ஜடாமாம்ஸி இந்த கல்கதிரவ்யங்களையெல்லாம் இடித்து தைலத்தினும் எட்டிலொரு பங்காகச் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும். இத்தைலம் வாதரோகங்கள், கபத்தினு லுண்டாகும் ரோகங்கள், கூன்விழுதல், முடவனாகுதல், க்ருத்ரஸீ, அர்திதம், ஹநுஸ்தம்பம், இடுப்புவலி, கழுத்துப்பிடிப்பு, மற்றுமுள்ள விஷமமான வாதரோகங்கள் இவையனைத்தையும் சீக்கிரத்தில் போக்கும். 117—121½.

மாஷ தைலம். உளுந்து, யவதானியம், ஆளிவிதை, கண்டங்கத்திரி, பூனைக்காலி, மருதோன்றி, நெரிஞ்சில், பெருவாகை இவை ஒவ்வொன்றும் எவ்வேழு பலமெடுத்து, நாலுமடங்கு ஜலம் சேர்த்து, நாலில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சி யெடுக்கவும். பருத்திக்கொட்டை, இலந்தங்கொட்டை, சணல்விதை, கொள் ஒவ்வொன்றும் பதினன்கு பலம் போட்டு நாலு பங்கு ஜலத்திலிட்டு, நாலி லொருபங்கு மிகும்படி காய்ச்சி யெடுத்துக்கொள்ளவும்; ஒரு பிரஸ்த்தம் ஆட்டிறைச்சியை அறுபத்துநாலுபலம் ஜலத்தில் போட்டு, அதையும் நாலிலொரு பாகம் குறையுமாறு பக்குவம் செய்தெடுக்கவும்; இந்த க்வாதங்களையெல்லாம் ஒன்ருகக் கூட்டி, அதில் ஒரு பிரஸ்த்தம் நல்லெண்ணெய் சேர்த்து, சீந்தில், கோஷ்டம், சுக்கு, சிற்றரத்தை, சாறணை, ஆமணக்கு, திப்பிலி, சதகுப்பை, சிற்ருமுட்டி, முதியார் கூந்தல், ஜடாமாம்ஸி, கடுகரோஹிணீ இவை ஒவ்வொன்றும் அரைப்பலமெடுத்து சூர்ணம் செய்து, மேற்படி தைலத்திலிட்டு சிறுகச் சிறுகத் தீயிட்டெரித்து பக்குவம் செய்யவும். இத்தைலம் க்ரீவாஸ்தம்பம், அபபாஹுகம், பார்சவவாயு, ஆக்ஷேபகம், ஊருஸ்தம்பம், அபதாநகம், கைகால்களின் நடுக்கம், தலை நடுக்கம், விச்வாசீ முதலிய வாத ரோகங்களையும் போக்கும். இதற்கு 'மாஷ தைலம்' எனப் பெயர். 122—130.

சதாவரீ தைலம். தண்ணீர் முட்டான்கிழங்கு, சிற்ருமுட்டி, பேராமுட்டி, சிறுமல்லி, பெருமல்லி, ஆமணக்கு, அமுக்கிருங்கிழங்கு, நெரிஞ்சில், பில்வவேர், காவட்டம்புல், மருதோன்றி இவற்றில் ஒவ்வொன்றினும் ஒன்றரைப்பலமெடுத்து, அனைத்தையும் நாலுபங்கு ஜலத்தில் சேர்த்து, நாலிலொரு பங்காகக் காய்ச்சி, அதில் ஒரு பிரஸ்த்தம் தைலமும், ஒரு பிரஸ்த்தம் பாலும், ஒரு பிரஸ்த்தம் தண்ணீர் முட்டாங்கிழங்கின் சாறும், ஒரு பிரஸ்த்தம் ஜலமும் சேர்த்து, தண்ணீர் முட்டாங்கிழங்கு, தேவதாரு, ஜடாமாம்ஸி, கிரந்திதகரம், சந்தனம், சத குப்பி, சிற்ருமுட்டி, கோஷ்டம், ஏலம், கல்மரம், நெய்தல், ருத்தி, மேதா, அதிமதுரம், காகோலீ,ஜீவகம் இவற்றை கால் கால் பலம் விதமெடுத்து சூர்ணம் செய்து கல்கமாகச்சேர்த்து, பசுஞ்சாணத்தினலான வரட்டிகளிட்டெரித்து பக்குவம் செய்யவும். இத்தைலத்தை யுபயோகிப்பதால் புருடனுக்கு வீர்யவ்ருத்தி யுண்டாகும்; ஸ்த்ரீகளுக்கும் கருப்பையைப்பற்றிய கோளாறுகள் கழிந்து கருத்தரிக்கும் நிலைமையுமேற்படும்; யோநியிலுண்டாகும் சூலையும் நிவ்ருத்தியாகும்; மேலும் சரீரமுடியவுமுண்டாகும் வலியும், தலைவலியும் போகும்; காமாலை, பாண்டுரோகம், கிருத்ரிம விஷஸம்பந்தத்தினலுண்டாகும் வியாதிகள், க்ருத்ரஸீ, ப்லீஹரோகம், க்ஷயம், மேஹரோகங்கள், தண்டாபதாநகம், தாபத்துடன் கூடிய் வாதரக்த்தம், வாதபித்தம், அர்திதம், இரக்த்த ப்ரதரமென்னும் பெரும்பாடு, வயிற்றுப்பொருமல், இரத்தபித்தம் இவற்றையும் இத்தைலம் நிவ்ருத்தி செய்யும். 'சதாவரீதைலம்' என்கிற இம்முறையானது, கிருஷ்ணுத்ரேயரால் கண்டு பிடிக்கப்பட்டது. தைலம் பக்குவம் செய்வ

தற்குமுன், "ஓம் நாராயண்யை ஸ்வாஹா" என்கிற மந்திரத்தைச் சொல்லி வடக்குமுகமாய் நின்றுகொண்டு கருங்காலி மரத்தினல்செய்த கோடரியைக்கொண்டு மூலிகைகளை வெட்டி யெடுக்கவும்; "ஓம் ஸர்வவ்யாதி விநாசிந்யை ஸ்வாஹா" என்கிற மந்திரத்தையும் சொல்லிக்கொண்டே மூலிகைகளைப் பிடுங்கவும். "ஓம் குமார ஜீவிந்யை ஸ்வாஹா" என்கிற மந்திரத்தை யோதிக்கொண்டே ஓஷதிகளைப் பக்குவம் செய்யவும் 131—139.

காஸீஸாதி தைலம். அன்னபேதி, நீர்த்திப்பிலி, கோஷ்டம், சுக்கு, திப்பிலி, இந்துப்பு, மனச்சிலை, அலரி, வாய்விடங்கம், சித்திரமூலம், ஆடாதோடை, நேபாளம், பீர்க்கம் விதை, நாககேஸரம், தாளகம் இவற்றில் கால் பலமெடை யெடுத்து இடித்து, கல்கமாகச் செய்து ஒரு பிரஸ்த்தம் தைலத்தைப் பக்குவம் செய்யவும்; இதில் கள்ளிப்பால் இரண்டு பலமும், எருக்கம்பால் இரண்டு பலமும், தைலத்திற்கு நாலு மடங்கு பசு மூத்திரமும் சேர்த்து எரித்துத் தைலத்தைத் தயார்செய்து கொள்ளவும்; அர்சஸ்ஸுகளை அகற்றுவதன்பொருட்டு கரநாதன் என்பவரால் இத்தைலமுறை கூறப்பட்டது; இதை அர்சஸ்ஸென்னும் மூலமுளைகளின்மேல் தடவ, அவை க்ஷாரத்தினல் எரிக்கப்பட்டவைபோல் உடனே உதிர்ந்துவிடும்; ஆனல் இது குதத்வாரத்திலடங்கிய சர்மம் முதலியவற்றிற்கு யாதொரு தீங்கையு முண்டுபண்ணுமல், க்ஷாரத்தினல் நிறைவேற்றப்படும் குணங்களையுண்டுபண்ணி பிணியாளிக்கு ஸௌக்யத்தைத் தரும். 140—143½.

பிண்ட தைலம். மஞ்ஜிஷ்டை, நன்னரி, மட்டிப்பால், அதிமதுரம், தேன்பெழுகு ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பலம், ஆமணக்கெண்ணெய் இருபது பலம் சேர்த்து ஒருவித தைலத்தைப் பக்குவம் செய்யலாம்; அது 'பிண்டதைலம்' என்று வழங்கப்படும்; இத்தைலம் வாதரக்த்தத்தைப் போக்கும். 144½.

அர்க்க தைலம். எருக்கயிலையிலிருந்து சாறு பிழிந்து, அச்சாற்றில் மஞ்சளைச் சூர்ணம் செய்து கல்கமாகச் சேர்த்து, கடுகெண்ணெயையும் கூட்டி பக்குவம் செய்யப்படும் தைலத்தைத் தடவிவந்தால் சிரங்கு, அரைக்கடுவான், சொரி முதலிய சர்மவியாதிகள் நீங்கும். 145½.

மரிசாதி தைலம். மிளகு, தாளகம், சிவதைவேர், செஞ்சந்தனம், கோரைக்கிழங்கு, மனச்சிலை, ஜடாமாம்ஸீ, மஞ்சள், மரமஞ்சள், தேவதாரு, தும்மட்டி, அலரி, கோஷ்டம், எருக்கம்பால், ஒவ்வொன்றும் கால் பலமும், அரைப் பலம் நாபியும், ஒரு பிரஸ்த்தம் கடுகெண்ணெயும், இவையனைத்துக்கும் இரு மடங்கு பசு மூத்திரமும்,இரு மடங்கு ஜலமும் சேர்த்து பக்குவம் செய்து;வெண்குஷ்டம்,குஷ்டம், புண்டரீகமென்னும் படை, தலையிலுண்டாகும் சிரங்குகள், ஸாதாரண சிரங்குகள், இரத்த தோஷத்தினுலுண்டாகும் சர்மவியாதி, சொரி இவற்றில் இத்தைலத்தை யுபயோகிக்கலாம். இது 'மரிசாதி தைலம்' எனப்படும். 146—150.

த்ரிபலை, வேம்பு, நிலவேம்பு, மஞ்சள், மரமஞ்சள், செஞ்சந்தனம் இவற்றல் பக்கு

த்ரிபலாதி தைலம்.

வம் செய்யப்பட்ட தைலத்தை சிரஸிலுண்டாகும் சில விரணங்களைப் போக்க அப்யங்கம் செய்துகொள்ளலாம். 151.

நிம்ப தைலம்.

வேப்பங்கொட்டைகளைத் கரிசிலாங்கண்ணிச் சாற்றில் பாவனை செய்து, அவ்வாறே தினிசயிலைச் சாற்றிலும் அவற்றை மீண்டும் பாவனை செய்து, அவ்வித்துக்களை நசுக்கி, அவற்றிலிருந்து எடுக்கப்படும் தைலத்தை நஸ்யமாயுபயோகிக்க அகாலத்திலுண்டாகும் நரைத்தலைப் போக்கும்; இத்தைலமுபயோகிக்கையில் பாலும் அன்னமுமே ஆஹாரமாயுட்கொள்ள வேண்டும். 152½.

யஷ்ட்யாதி தைலம்.

அதிமதுரம், பால், புதிய நெல்லிக்கனி இவற்றை க்வாதம் செய்து, அக்கஷாயத்தில் தைலத்தைப் பக்குவம் செய்யவும்; இதை நஸ்யகர்மத்தி லுபயோகிக்கத் தலைமயிர்களையும், தாடி மீசைகளையும் கருநிறமாகச் செய்யும். 153½.

கரஞ்ஜாதி தைலம்.

புங்கை, சித்திரமூலம், ஜாதிக்காய், அலரி இவற்றைச்சேர்த்து க்வாதம் செய்து, அதில் தைலம் பக்குவம் செய்யலாம். மேற்கூறிய பதார்த்தங்களையே இத்தைலத்தில் கல்கமாகவும் உபயோகிக்கவேண்டும். இத்தைலத்தை அப்யங்கம் செய்துகொள்ள 'இந்த்ரலுப்தம்' என்னும் மயிர்களுதிரும் ரோகம் தீரும். 154½.

நீலிங்யாதி தைலம்.

அவிரி, தாழைவேர், கரிசிலாங்கண்ணி, மருதோன்றி, மருதம்பூ, வேங்கைமரத்தின் புஷ்பம், திப்பிலி, எள், கிரந்திதகரம், தாமரையின் கிழங்கு கொடி இலை புஷ்பம், அயபஸ்மம், ஞாழல், மாதளையின் பட்டை, சீந்தில், த்ரிபலை தாமரையோடையிலுள்ள உலர்ந்த சேறு இவை ஒவ்வொன்றும் கால் பலமெடை சேர்த்து கல்கமாகச் செய்யவேண்டும்; முதலில் த்ரிபலாதி க்வாதத்திலும்,[1] கரிசிலாங்கண்ணிச்சாற்றிலும் தைலத்தைக் காய்ச்சி, பிறகு அவிரி முதலியதாலான கல்கத்தை அதில் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவேண்டும். இத்தைலம் மயிர்களை உதிரவிடாமல் கருநிறமாகச் செழிக்கச் செய்யும்; அகாலத்திலுண்டாகும் நரைத்தலையும் போக்கும்; தலையிலுண்டாகும், வெடிப்புகளையும், உபஜிஹ்வாரோகத்தையும் குணமாக்கும். 155—158½.

பருங்கராஜ தைலம்.

கரிசிலாங்கண்ணிச்சாற்றுடன் தைலம் சேர்த்துக் காய்ச்சி, அதில் இரும்புக்கிட்டம், த்ரிபலை, நன்னாரி இவற்றைக் கல்கமாகச் சேர்த்து தைலம் பக்குவம் செய்யலாம். இத்தைலத்தை உபயோகிப்பதால் தலையிலுண்டாகும் வெடிப்பு, அகாலத்திலேற்படும் நரைத்தல், சொரிசிரங்கு, இந்த்ரலுப்தமென்னும் மயிருதிர்தல் இவை நிவ்ருத்தியாகும். 159,160.

1. த்ரிபலாதி க்வாதம்—பக்குவம் செய்யும் விதத்தைப்பற்றி 77-வது பக்கம் பார்க்க.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

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

பத்திராதிபர்: பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், ஆயுர்வேத பூஷணம்.

OFFICE OF THE REGISTRAR 23 DEC 1914

புஸ்தகம் 2. Vol. 2. | ஆனந்த வருஷ புரட்டாசிமீ—OCTOBER—1914. | ஸஞ்சிகை 2. No. 2.

MILLEPEDE AND CHILDREN.

மரவட்டையும் குழந்தைகளும்.

BY

Mr. V. S. AIYAN PILLAI, VAIDYAR.

மர அட்டையை ஆயிரக் காலியென்றும், உலக்கைப் பூணென்றும் பல பேரிட்டு வழங்குகிறார்கள். இவை சிறிதும் பெரிதுமாய்ப் பல வடிவங்களாய் காணப்படுகின்றன. மழை ஆரம்பித்தவுடன் புலங்களிலும் வீடுகளிலும் மற்றையெந்த விடங்களிலும் ஊறித் திரிவதைப் பார்க்கலாம். இவை வாயாற் கடித்தாவது கொடுக்கினாற் கொட்டியாவது யாருக்கும் எவ்விதத் தொந்தரையுஞ் செய்யாது. கொஞ்சம் இயக்க முண்டானாலும் தன் உடலை 2, 3 சுற்றாக இறுக்கிச் சுற்றி உயிரற்றதுபோல் அள்ளைப் புறமாகக் கிடக்கும். கொஞ்சம் பொறுத்து மெதுவாய் ஊற ஆரம்பிக்கும். இவை சில விடங்களில் சொற்பமாகவும் சில விடங்களில் அபரிமிதமாகவும் காணப்படுகின்றன. புலங்களில் இவை பெருவிரற் பருமன்வரை பருத்திருக்கப் பார்க்கிறோம். வீடுகளில் ஸாதாரணமாய்ச் சிலேட்டுப் பென்சிலளவுதான் தென்படுகின்றன. தென்னங்கீற்று, பனையோலை, புல், கம்புத் தட்டை இவைகளால் வேய்ந்த வீடுகளின் கூரைகளில் மிகுதியாயுற்பவிக்கின்றன. மழை பெய்த மறு நாளே எங்கும் ஊற ஆரம்பிக்கின்றன. ஏழைகளின் வீடுகள் மிகுதியும் கூரைகளாகவேயிருப்பதால் அவ்வீடுகளில் வஸிப்போர் மழைக்காலந் தீரும்வரையும் தங்கள் குழந்தைகளையும் போஜன பாநாதிகளையும் வெகு ஜாக்கிரதையாய்க் கவனிக்க வேண்டியவர்களாகிறார்கள். இந்த அட்டைகளுக்கு எண்ணிறந்த கால்களிருப்பதால் மிக மெதுவாக நடக்கும். நம் தேஹத்தின்மேல் ஊறினாலும் தெரிந்து கொள்ளக் கூடாதபடி அதன் கால்கள் மிக்க மிருதுத் தன்மையுடையனவா யமைந்திருக்கின்றன

ஏழை ஜனங்கள் தங்கள் குழந்தைகளைச் சதா கவனிக்க முடியாமல் தனியாக ஓரிடத்தில் விட்டுவிட்டுத் தாய்மார்கள் தங்கள் காரியங்களைப் பார்க்கும்போது தவழ்ந்து திரியுங் குழந்தைகள், ஊறித்திரியும் அட்டைகள் தங்கள் ஸமீபத்தில் வந்தால் விளையாட்டாக அவற்றைப் பிடிக்கும். பிடிக்க ஆரம்பித்தால் அட்டை குழந்தைகளின் விரலைச் சுற்றிக் கொள்ளும். அல்லது தன் உடலைச் சுற்றிக்கொண்டு வட்ட வடிவாய்க் கிடக்கும். விரலைச் சுற்றிக் கொண்ட அட்டையை விலக்கிவிடவோ அல்

லது எந்த வஸ்துவையும் வாயில் வைக்கும் வயதின் சுபாவத்தாலோ குழந்தை அட்டையைத் தன் வாயில் வைத்துக் கடிக்கும். அப்போது நசுக்குண்ட அட்டையின் நிணநீர் குழந்தைவாயில் உதடுகளிலும் நாவிலும் பட்டவுடன் அந்த இடம் நெருப்பாற் சுட்டது போல் மிகச் சிவந்து காந்தும். உடனே குழந்தை அலறி அழ ஆரம்பிக்கும். தாய் வந்து பார்த்தால் குழந்தை அட்டையைக் கடித்து விட்டதென்று தெரிவாள். இவ்வாறு அறியாச் சிறு குழந்தைகள் விளையாட்டுக்காகவோ தின்பண்டமென்றெண்ணியோ இவ்வட்டையின் விஷத்திற் குள்ளாகி அகால மரணத்திற்கு முள்ளாவதை நினைத்தால் மிகப் பரிதாபமாயிருக்கிறது. வாயில் பட்ட விஷநீர் உமிழ்நீரோடு கலந்து உட்சென்று இரத்தத்தின் மூலமாய்த் தேஹமெல்லாம் பரவி-3-4-மாதங்களுக்குள் மிகப் பெரிய கொடிய ரோகமாய்ச் சகித்தற்கரிய துன்பத்தை யுண்டாக்கிக் கடைசியாகக் குழந்தைகளைக் கொன்றே விடுகின்றது. அநேகமாய்த் தாய்மார்க்கும் வைத்தியர்க்கும் இன்ன விஷந்தான் இந்த ரோகத்தை யுண்டாக்கிற்றென்பது தெரிகிறதில்லை. இதைக் கவனியாமல் விட்டுவிடுவதால் ரோக முதிர்ச்சியில் வைத்தியர்களால் இந்த ரோகத்திற்குப் பற்பல பேரிட்டுச் சிகித்சையும் பலவாறாகச் செய்து சீரழிகிறார்கள். நான் பலவிடங்களில் இதைப்பற்றி விசாரித்தவளவில் இரண்டு இடத்தில் இதற்குப் பச்சிலைச் சாறு கொடுக்கும் பெண்கள் இருவரைக் கண்டேன். அவர்கள் நீர்ப்பிரமியிலை ரஸத்தை 3-நாள் 6-வேளை கொடுத்து உப்பிலாக் கடும் பத்தியம் வைக்கிறார்கள். இவர்கள் மருந்து கொடுப்பது அதிஸமீபத்தி லுள்ளவர்கள்கூடத் தெரிந்து கொள்ள முடியாதபடி இரஹஸ்யமாயும் மிகச் சொற்பக் குழந்தைகட்கும் கொடுத்து வருகிறார்கள்.

இந்த விஷரோகத்தை 3-பிரிவாகப் பிரிக்கலாம். முதல் நிலைமை:— தேஹம் மெலிவடைதல், சிரங்கு பற்றல், சிரஸிலுள்ள ரோமங்கள் நிறமங்கிக் கழிதல், தேஹம் ஒளி குன்றி வரட்சியாதல் முதலியன.

இரண்டாம் நிலைமை:—தலைரோமம் செவ்வல் நிறமாதலும் கழிதலும், சிரஸமும் அடிவயிறும் பருத்துக் காணல், கடைவாய்களில் ஸதா விரணம், கண்கள் மஞ்சள் அல்லது இளம்பசுமை, ஆகாரம் குறைவுபடுதல், அக்கிரமமலம், மிகுந்த பலவீனம், காமாலை ரோகம்போல் தோற்றுதல் முதலியன.

மூன்றாம் நிலைமை:—தலைரோமஞ் சுத்த வெள்ளை, தேஹமும் வெண்மை, மடிப்புகள் தோறும் வெடிப்பு, வெடித்த விடங்களினின்றும் நீரொழுகல், எல்லா விடங்களிலும் விரணம், அங்கவிகாரம், கண்டத் தொனி மாறுபடுதல், தேஹம் அறப்பருத்தல் அல்லது மிக மெலிதல், கண்ணொளி குறைதல் முதலியனவாம்.

இந்த நிலைமையிலுள்ள குழந்தையைப் பார்க்கப் பயங்கரமாயிருக்கும். வெண்குஷ்டரோகியின் தேஹவெளுப்புக்கும் இதற்கும் பேதமில்லை. தேஹத்திலுள்ள உரோமங்களும் வெண்மை நிறமடைந்து விடுகின்றன. முகமும் மற்றை யவயவங்களும் மனித வடிவினின்றும் மாறுபட்டுக் காணுவதால் இதைப் பார்க்கக்கூட அநேகர் பயப்படுகிறார்கள்.

கோயம்புத்தூர் ஜில்லாவின் சில தாலுகாக்களில் இந்த அட்டைகள் அதிகம். இங்குதான் குழந்தைகள் இவ்விஷத்தால் மடிவதும் அதிகம். இன்னும் இதர ஜில்லாக்களிலும் சிலவிடங்களி லிருப்பதாகத் தெரிகிறது. அங்கங்கேயுள்ள குழந்தைகள் இவ்விஷத்தால் பாதிக்கப்படுகிறதா என்பது தெரியவில்லை; வைத்தியர்கள் கவனித்தால் நலம். அன்பார்ந்த குழந்தைகளை இவ்விஷத்திற்குட்படுத்துந் தாய்மார்களை நாம் நோவதினும் அன்னோரை வந்தண்டிய வறுமையை நொந்து கடிந்து வெறுத்தலே தகுதி யுடைத் தாகும்.

நான் இந்தப் பொள்ளாச்சி தாலுகாவிற்குப் புதிதாய் வந்து குடியேறியபோது என்னிடம் சிகித்சைக்கு வரும் பல குழந்தைகளில் இந்த விஷரோகக் குழந்தைகளையுங் கண்டேன்.

முதலில் திகைப்பாய்த் தானிருந்தது. முன் கண்டிராததும் கேட்டிராததுமான வியாதியாகையால் இதனை அதிகம் விசாரித்துக் கடைசியாகத் தெரிந்தேன். இது விஷநீராலுண்டான வியாதியாகையால் விஷநீக்கத்திற்குரிய ஒளஷதங்களைப் பிரயோகித்ததில் குணங்கண்டேன். 18-வருஷகாலமாய்ப் பிரதி வருஷங்களிலும் 50-க்குக் குறையாமலும் 120-க்கு அதிகப் படாமலும் இந்த ரோகமுள்ள குழந்தைகள் என்னிடம் வந்து சிகித்சை பெறுகின்றன. சற்றுப் பத்தியம் என் மருந்துக்குமுண்டு. பத்திய மில்லாததும் தர்மத்திற்குபயோகிக்க வேண்டியிருப்பதால் செலவு குறைந்ததுமான பிரயோகம் யாருக்காவது தெரிந்திருந்தால் வெளியிடுவார்களாயின் மிக்க உபகாரமாயிருக்கும். நான் தற்காலம் உபயோகித்து வரும் மருந்தை எவர்க்கும் இலவசமாகவே கொடுத்து வருகின்றேன். வைத்திய கலாநிதியைப் படிப்பவரின் நன்மையைக் கோரி அம்முறையை இதன் கீழே வரைந்திருக்கின்றேன்:

எருக்கின் நுனிக்கொழுந்து-பலம் 1.
கர்ப்பூர வெற்றிலைக்காம்பு-பலம் 1.
மிளகு-பலம் 1.
எருமுட்டைச் சாம்பல்-பலம் $\frac{1}{2}$.
தண்ணீர்விட்டான்கிழங்கு-விராகனெடை 1.
பேய்ப்புடல்இலை-விராகனெடை 1.
நீலியிலை-விராகனெடை 1.

இவைகளைக் கல்வத்திட்டு கால் சேரங்கை எருக்கின் பால் விட்டு 4-யாமம் அரைத்துருட்டி யுலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவேண்டியது. குளிகையின் பிரமாணம் பாதியை பெரிய கடுகளவாகவும், மறுபாதியை, அதற்கிரண்டத்தனையுமாய் உருட்டவும் வேண்டும்.

உபயோகம்:—ஒரு வருஷத்திற்குட்பட்ட குழந்தைகட்குச் சிறிய குளிகையையும், அதற்கு மேற்பட்ட வயதுடைய குழந்தைகட்குப் பெரிய குளிகையையும் உபயோகிக்க வேண்டியது.

வேளைக்கு ஒவ்வொரு குளிகைவீதம் கொஞ்சம் வெற்றிலைச் சாற்றில் கரைத்து வார்த்து வரல் வேண்டியது.

கடித்த தினத்தன்றே மருந்தை யுபயோகிப்பதாயிருந்தால் 2-வேளை மருந்து போதுமானது.

கடித்த ஒரு மாதத்திற் குள்ளானால் 3-நாள் 6-வேளை மருந்தும், அதற்கு மேற்பட்டால் 4-நாள் 5-நாள் 6-நாள் வரை மருந்தும், வியாதி பலப்பட்டுக் கடைசி நிலைமையாயிருந்தால் 6-நாள் வீதம் ஒவ்வொரு மாதமும் ஆக 3-மாதத்தில் 3-தடைவையும் கொடுத்து வருதல் வேண்டும்.

பத்தியம்:—பசும்பாலில் உப்பில்லாச்சாதம் கொடுக்கவேண்டும். சர்க்கரை கூட உதவாது. பாலுண்ணும் குழந்தைகளாயின் தாயாரும் இதே பத்தியமிருந்து வரவேண்டும். எத்தனை வேளை மருந்து உபயோகிக்கப்படுகிறதோ அவ்வளவு காலம்வரைதான் பத்தியமும். மருந்தை நிறுத்திய மறுநாள் ஓம ஜலம் வார்க்கவும்.

விஷஜந்துக்கள் தங்கள் வாயாற் பிறரைக் கடித்து விஷத்தை யேற்றுவதற்கு மாறாகக் குழந்தைகள் விஷஜந்துவைத் தங்கள் வாயாற் கடித்து விஷத்தையேற்றிக் கொள்கின்றன. இது ஒரு விந்தையும் துக்கமுமாம். இவ்விஷத்தின் விஷயத்தில் தாய் தந்தையர்கள் தமது சிறு குழந்தைகளை முன் ஜாக்கிரதையுடன் கவனித்து வருவது மிகவும் அவசியம்.

[இவ்வித ஸம்பவங்களை நாமும் கிராமாந்தரங்களில் கண்டிருக்கிறோம். இத்தகைய வியாஸங்களை வைத்தியர்களுக்கும் பொது ஜனங்களுக்கும் இன்றியமையாதவை. ஆங்கில வைத்தியர்கள்கூட அரைவரது அனுபவத்தில் வரும் உபயோகமான வைத்திய முறைகளை ஆங்கில வைத்தியப் பத்திரிகைகளில் பிரசுரம் செய்து, தம்மைப்போன்ற மற்ற வைத்தியர்களுக்கும் அவ்விஷயங்களை அறிவித்து உதவி புரிவது வழக்கம். அவர்களுடைய வைத்திய முறை முன்னுக்கு வருவதற்கு இதுவும் ஒரு முக்கிய காரணமாகும். இவ்விதம் அரிய விஷயங்களை வைத்தியகலாநிதிக்கு அடிக்கடி எழுதிவரும் வைத்திய நிபுணரான மிஸ்டர் V. S. ஐயனபிள்ளை அவர்களுக்கு நமது நன்றியை யறிவிக்கின்றோம். ப-ர்.]

OUR FOOD *

நமது உணவு

BY

Dr. A. MASILAMANI MUDALIAR, L.M. & S.
Of the Rayapuram Govt. Medical School.

உணவைப் பற்றிப் பலர் பலவிதமாக அபிப்பிராயப்பட்டிருக்கிறார்கள். இதைப் பற்றிய விஷயங்களை எத்தனையோபேர், எத்தனையோ தடவைகளில் விவரித்து எழுதியிருக்கிறார்கள். ஆயினும் நூறு வருஷத்திற்கு முன்னால் ஜனங்கள் என்ன புசித்து வந்தார்களோ, அவைகளையே இன்றைக்கும் புசிக்கிறார்கள்; இதில் சிறிதும் மாறுபாடு அகப்படுவதில்லை.

உணவு விஷயத்தில் நாம் ஒருவாறு தேர்ச்சியடைந்திருக்கிறோமென்று தோற்றுகின்றது. அந்தத் தேர்ச்சி முற்று நிலை யெனவும் தோற்றும். எப்படிப்பட்ட மாறுபாடு எவர் சொல்லினும், அதனை நாம் கைக்கொள்வதில்லை. அந்த மாறுபாட்டின் புதுமையைக் கருதியேனும், அஃது ஒருவேளை நற்பயன் தருவதாக இருக்குமோ என்னும் ஐயப்பாட்டினாலேனும், சாஸ்திரரீதியாக ஆராயுமிடத்து அது பயன்படத் தக்கதெனத் தோற்றுகின்ற தென்றுங் காரணத்தினாலேனும் அந்த மாறுபாட்டைக் கைக்கொள்ளும் நோக்கம் நமக்கு உண்டாவதில்லை.

நமக்குப் பழங்கிடைப்பற்று அதிகம். பழையன கழிதற்கும், புதியன புகுதற்கும், நாம் எளிதில் இடங்கொடுப்பதில்லை. உற்று உண்மை நோக்கின், எல்லாச் சாதியார்களும் உணவு விஷயத்தில் அப்படியே இருக்கிறார்கள். இப்படிப்பட்ட நிலைமையில், நாம் உணவைப்பற்றிச் சொல்லவேண்டியது என்ன இருக்கின்றது? அகநிலையின் அதிகத்தைக் குறித்தேனும், உணவுப் பொருள்களின் அருமையைக் குறித்தேனும் கூறுவதாயின், விஸ்தாரமாகக் கூறலாம்.

உணவு விஷயத்தில் மனிதர்களை, நமக்குத் தெரிந்த வரையில், மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம்: 1. ஸஸ்யாசனர்—தானிய வகைகள், மரக்கறி பதார்த்தங்கள், கீரை வகைகள், கந்தமூலங்கள் முதலியனவே புசிப்பவர்கள்; 2. மாம்ஸாசனர்—பலவகை இறைச்சிகள், மீன்கள், முட்டைகள் முதலியவைகளையே தின்று ஜீவிப்பவர்கள்; 3. மிச்ராசனர்—தானிய வகைகளையும் இறைச்சி வகைகளையுங் கலந்து உண்பவர்கள்.

எந்த வகையான உணவானபோதிலும், அதில் அடங்கியிருக்க வேண்டியவஸ்துக்களாவன: 1. ப்ரோட்டீடுகள் அல்லது அப்யூமிநாய்டுகள் (ஓஜஸ் முதலிய தாதுக்களடங்கியவை), 2. கார்போ-ஹைட்ரேட்டுகள் அல்லது ஸ்டார்ச்சுகள் (பசைமா), 3. கொழுப்புகள் (நெய், எண்ணெய்), 4. உப்புகள் (கனிஜ வஸ்துக்கள்), 5. ஜலம்.

இவை ஐந்தும் உணவுக்கு இன்றியமையாத பதார்த்தங்கள். இவை ஒவ்வொன்றும் சேர்ந்திராத உணவு, உணவு எனத் தக்க தன்று. இந்த ஐந்து அம்சங்களும் கலந்து நிற்கும் பரிமாணமும் (விகிதமும்), இவைகளின் சேர்க்கையினால் அமையும் உணவின் தன்மையும் மிகவும் வித்தியாஸப்படலாம். எந்தப் பரிமாணமாகவாவது இவ்வைந்து பதார்த்தங்களும் உணவுகளிலெல்லாம் சேர்ந்திருக்க வேண்டும்.

நல்ல உணவு என்பதற்கு மாம்ஸாஹாரம் இன்றியமையாதது என்பது வீண் நினைவு. மாம்ஸாஹாரமே இல்லாமல் இருக்கலாம் என்பதற்கு இந்தியாவில் மாத்திரமேயன்றி உலகத்திலுள்ள மற்றத் தேசங்களிலும் பிரத்தியக்ஷானுபவப் பிரமாணங்கள் ஏராளமாக இருக்கின்றன.

போஜன விதானத்தையும், போஜன பதார்த்தங்களையும் பற்றி ஸர் லாண்டர் ப்ரிம்டன், பாரட் (Sir Lander Brimton, Bark. M. D.F.R.S.) என்பவர் "A System of diet and Dieteties" என்று ஒரு புஸ்தகம் எழுதியிருக்கிறார். அதன் பதிப்பாசிரியர் டாக்டர் ஜி. ஏ. ஸதர்லாண்ட் (Dr. G. A. Southerland, M.D.F., R.C.P.) என்பவராவர். அந்தப் புஸ்தகத்தில் பின்வருமாறு எழுதப்பட்டிருக்கின்றது:—

"ஹிந்துக்களுக்குள்ள பலம் பெரும்பாலும் நெல்லரிசியிலுள்ள கார்போ-ஹைட்ரேட்டினால் (Carbo-hydrates) விளைந்ததாகும். அதனோடு அவர்கள் கொழுப்புக்காகக் கொஞ்சம் நெய்யும், ப்ரொடீட்டுக்காக (Protied) தினையும் அல்லது சாமையும் சேர்த்துக் கொள்ளுகிறார்கள். அந்தத் தினையரிசியிலும் சாமையரிசியிலும் Albuminous Matter (வெண்கருப் போன்ற வஸ்து) அதிகமாக இருக்கிறது."

டாக்டர் ராபர்ட் ஹட்சிஸ் (Dr. Robert Hutchis) என்பவர் உணவையும், உணவு பதார்த்தங்களின் தத்துவங்களையும் பற்றி "Food and the Principles of dieteties" என்று ஒரு புஸ்தகம் எழுதியிருக்கிறார். அதனில் அவர் சொல்வதாவது:—

"ஸஸ்யாதிகளிலும் மரக்கறி பதார்த்தங்களிலும் ஏராளமாக இருப்பது கார்போ-ஹைட்ரேட்ஸ் (Carbo-hydrates) மாத்திரமேயன்று. அவைகளில் ப்ரோடீட்டுகளும் (Proteids) கொழுப்புகளுங்கூட இருக்கின்றன. நவதானியங்களுள் * பருப்பு வகைகளில் ப்ரோடீட் மிகவும் விசேஷமாக நிறைந்திருக்கின்றது; கொட்டைகளிலும் வித்துகளிலும் கொழுப்பு (fat)மிகுந்திருக்கின்றது. ஸஸ்யாதிகளைப் (மரக்கறி பதார்த்தங்களையும் கந்தமூலங்களையும்) பற்றிப் பொதுவாகச் சொல்லுமிடத்து, மாம்ஸாஹாரங்களில் இருப்பதைவிட, அவைகளில் புஷ்டிகரமான மூன்றுவகைப் பதார்த்தங்களும் அதிகமாக இருக்கின்றன.

"இந்த விஷயத்தை உத்தேசித்து, மாம்ஸத்தைவிட ஸஸ்யாதிகளே மனிதருக்குச் சிறந்த உணவுப் பொருள்களென்று தீர்மானமாகச் சொல்லவேண்டும். அவ்விருவகைப் பதார்த்தங்களுள் ஒரு வர்க்கத்திலேயே உணவுப் பொருள்களைக் கைக்கொள்ள விரும்புகிறவன் திரிகைக்காரனையும், பலசரக்கு வியாபாரியையும் (தானிய மளிகைக்காரனையும் கறிகாய்க் கடைக்காரனையும்) ஆதரிப்பது புத்திசாலித்தனமே யாகுமல்லாது, கசாப்புக்காரனையும் செம்படவனையும் ஆதரிப்பது புத்திசாலித்தனமாகாது. ஏனெனில் கந்தமூலங்களையும், தானியங்களையும் தின்றே ஒருவன் ஜீவிக்கக் கூடுமென்பது நிச்சயம்; அதற்குச் சந்தேகமே இல்லை. ஆனால், வேறு ஒன்றும் இல்லாமல் இறைச்சியை மாத்திரமே தின்று நெடுங்காலம் ஜீவிப்பது கஷ்டம்".

மேற் சொல்லிய வாக்கிய கண்டத்தின் இறுதியில் "ஆயினும், இரண்டு வர்க்கங்களின் ஆகாரங்களையுங் கைக்கொள்வதே அநேகருக்கு அநுகூலமாகும்" என்று டாக்டர் ராபெர்ட் ஹட்சிஸன் சொல்லுகிறார். இப்படி அவர் சொல்லுவதற்கேற்ற ஆதாரம் ஒன்றையுங் காணேம்.

அவரே அந்தப் புஸ்தகத்தின் மற்றொரு பகுதியிற் சொல்லியிருப்பதைக் கவனியுங்கள்:—"ஸஸ்யாஹாரங்களில் உள்ள ரஸாயன தாதுக்களை—அவையாவன ப்ரோட்டீடுகள், கார்போ-ஹைட்ரேட்டுகள், கொழுப்புகள்—தனித்தனியே கவனிக்குமிடத்து, அவை, மாம்ஸவர்க்கத்தினின்று பெறக்கூடிய அநுரூப வஸ்துக்கள் கொடுக்குமளவு புஷ்டியைத் தரத்தக்கவைகளாக இருக்கின்றன என்று ஸாவதானமாகத் தீர்மானிக்கலாம்.

"ஸஸ்யவர்க்கத்து ப்ரோட்டீடில் இங்காலம் (கரி) சற்றுக் குறைவாக இருக்கின்றது என்பது உண்மையே. இதனால், மாம்ஸவர்க்கத்து ப்ரோட்டீடு கொடுக்கும் புஷ்டியை அது கொடுக்காதென்று ஸூசிப்பிக்கின்றார்கள். ஆனால், அப்படிச் சொல்வதற்குத் திருப்திகரமான ஸாக்ஷ்யம் காட்டுவார் இல்லை. மற்றும், அவ்விரண்டு வர்க்கத்து ப்ரோட்டீடுகளுள், ஜ்வலனமாகும்பொழுது அதிக உஷ்ணம் தருவது ஸஸ்யப்ரோட்டீடே என்பது நிச்சயம்.

* Rendered into Tamil by Mr. T. A. Swaminatha Aiyar, Retired Editor of the "Arya" and "Good Health".

* 1. உளுந்து, 2. எள்ளு, 3. கடலை, 4. கொள்ளு, 5. சாமை, 6. தினை, 7, துவரை, 8. நெல்லு, 9. பயறு ஆகிய இவை நவதானியங்கள் எனப்படும்.

அதுவன்றி, ஸஸ்யாஹாரம் செய்யும் ஜாதிகளின் அனுபவமும் மேற்சொல்லிய அபிப்பிராயம் தவறென்று காட்டத் தக்கதாக இருக்கின்றது.

“அதுமாத்திரமேயன்று; ஜர்மன் நிரூபகர் ஒருவர் சில வாரங்கள் பரீக்ஷித்துப் பார்த்து, மாம்ஸாஹாரத்திலடங்கிய இறைச்சியிலும் உள்ள ப்ரோட்டீடுக்குப் பதிலாகக் கடலை ரூபமாகவும் அவரை ரூபமாகவும் உள்ள ப்ரோட்டீடை அதே அளவு உபயோகிப்பதனால், தேஹத்துத் தர்க்கியகரத்தராசு (nitrogen balance of the body) சிறிதும் கெடுவதில்லை என்று காட்டியிருக்கிறார்.”

மேலே உதகரித்த டாக்டர் ராபெர்ட் ஹட்சிஸன் என்பவருடைய வாக்கியங்களில், பால் என்பது மாம்ஸாஹார வகையிற் சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றது. பால் என்பது மாம்ஸாஹாரம் என்று இந்தியாவிலுள்ள ஸஸ்யாசனர்கள் ஒரு போதும் ஒத்துக்கொள்ளமாட்டார்கள். மரக்கறி உணவுக்கு இன்றியமையாததாக இந்தியர்கள் பாலை நெடுநாளாக வழங்கி வருகின்றார்கள்.

ஸஸ்யாஹாரத்தைப் பற்றி விஸ்தாரமாகச் சொல்லி டாக்டர் ராபெர்ட் ஹட்சிஸன் பின்வருமாறு முடிக்கிறார்:

“இதுவரையில் ஆலோசிக்கப்பெற்ற விஷயத்தைப் பற்றிப் பௌதிக சாஸ்திர ஆராய்ச்சியினால் எவ்வளவு தூரம் சோதித்துப் பார்க்கலாமோ அவ்வளவு சோதித்துப் பார்த்ததில் சொல்லக்கூடியது என்னவென்றால், ஸஸ்யாஹாரங்களில் இருக்கிற அளவு ப்ரோட்டீடை நாள்தோறும் உட்கொண்டு ஆரோக்கியமாக ஜீவிக்கக்கூடும் என்பதற்குச் சிறிதும் ஸந்தேஹமில்லை. ஸஸ்யாசன ஜாதியார்களுடைய நெடுநாள் அனுபவமும் இதற்குச் சாக்ஷியாக இருக்கின்றது.”

இரண்டு விதமான உணவுகளையும் உண்டு அனுபவித்துப் பாராமற் பேசும் பௌதிக சாஸ்திரிகளின் அபிப்பிராயம் எப்படியிருப்பினும், பெரும்பாலார் ஸஸ்யாஹாரங்களையே உட்கொண்டு உயிர் வாழ்ந்து வரும் இந்தியாவில், இந்த விஷயம் நன்றாகத் தீர்மானிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. தேஹத்தைக் காப்பாற்றிக் கொள்வதற்கு அவசியமாக உள்ள தர்க்கியகர வஸ்துவை (nitrogenous matter) மிருகராசியினின்று கிரஹித்து ஜீவிப்பவர்கள் இங்கே மிகவும் சொற்பம்.

மாம்ஸம் தின்னும் ஹிந்துவைக் கவனித்துப் பாருங்கள். அவனுடைய குடும்பத்திற்காக அவன் தினந்தோறும் வாங்கும் மாம்ஸம் எவ்வளவு? அது எத்தனை பேருக்குப் பங்கிடப்படுகின்றது? குடும்பத்தில் உள்ளவர் ஒவ்வொருவருக்கும் எவ்வளவு மாம்ஸம் கிடைக்கின்றது? என்னும் விஷயங்களை ஆராய்ந்து பாருங்கள்.

இன்னும் தெளிவாகச் சொல்லின், குடும்பத்தில் ஒவ்வொருவரும் மிருக ராசியினின்றும் பெறும் ப்ரோட்டீடு வஸ்து எவ்வளவு? கந்தமூலாதி ஸஸ்யங்களினின்று பெறுவது எவ்வளவு? இந்தக் கேள்விக்கு எவரும் எளிதில் பதில் சொல்லக்கூடும். ஏனெனில் ஹிந்துவாக இருப்பவன், கடுஞ் சைவனாயினும் மற்றெவனாயினும், தன் தேஹத்தைப் போஷிப்பதற்கு வேண்டிய ப்ரோட்டீடு வஸ்துவெல்லாமாவது, பெரும்பான்மையாவது, மாம்ஸாஹாரத்தினின்று பெறுவதில்லை என்பது எவருக்கும் தெளிவாக விளங்கும்.

நாம் எல்லோரும், ஹிந்து ஜாதியார் எல்லாரும், மாம்ஸாஹாரத்தைத் தவிர்த்து, அதாவது, எவ்வகை இறைச்சியையும் எவ்வகை மீனையும் விலக்கிவிட்டு, உயிர் வாழக்கூடியவர்களாக இருக்கிறோம். இந்த வார்த்தையை நாம் எவ்வளவு உரத்துச் சொல்லித் திடமாகச் சாதிக்கலாமோ, அவ்வளவு உறுதியாகச் சொல்லத்தக்க நிலைமையில் இருக்கின்றோம்.

மாம்ஸாஹாரத்திற்கு இருப்பதாகச் சொல்லும் யோக்கியதை வெறும் மாயமே. இந்த முக்கியமான விஷயத்தில் ஜனங்கள் எவ்வளவு காலம் கண்ணை மூடிக்கொண்டிருக்கக் கூடும் என்பது ஆச்சரியத்திற்கு இடமாயிருக்கின்றது.

சாஸ்திரம் என்பதையும், ‘தான்’ என்னும் ஆணவத்தையும் மிக அதிகமாக, வெறுக்கத்தக்க அளவு, பாராட்டுகிறார்கள். இப்பொழுது நாம் நமக்கு உள்ள சக்திகளை ஒன்றுகூட்டி, அவையவைகளுக்குரிய ஸ்தானங்களில் அவைகளை நிலையாக நிறுத்தல் வேண்டும்.

மிச்ராஹாரத்தைவிட, ஸஸ்யாஹாரமே சிறந்தது என்றும், மனிதனுடைய உபயோகத்திற்காக மிருகங்களைக் கொல்வது மன்னிக்கக்கூடாத பெரும்பிழை என்றும் வெளிப்படையாக இடித்து உரைக்க வேண்டிய தருணம் இதுவே. யாவராலும் கொண்டாடப் பெறும் ஹிந்துவை இன்னும் அதிகமாகக் கொண்டாட வேண்டும் என்பது நாளடைவில் நன்கு விளங்கும்.

THE AYURVEDIC SYSTEM OF VAPOUR BATH AND FOMENTATION.

ஆயுர்வேத முறைப்படி செய்யப்படும் ஸ்வேத சிகித்ஸை.

BY
Mr. N. MADHAVA MENAN, AYURVEDA BHUSHAN,
Asst. Physician, Madras Ayurvedic Dispensary.
Lecturer in the Madras Ayurvedic College.

தேஹத்தில் வியர்வையுண்டாய் அவயவங்களை மெதுவாகவும் வேதனையற்றதாகவும் பற்பல உபகரணங்களைக் கொண்டு செய்யப்படும் ஒரு வகையான சிகித்ஸா முறையானது ‘ஸ்வேதவிதி’ என்று கூறப்படுகிறது. அந்தந்த அவயவங்களிலும், அல்லது நாடிகள் இரத்தக் குழாய்கள் முதலியவற்றிலும் பரவி, சரீரதாதுக்களுக்கு அநேகவித கோளாறுகளையும், ஆகவே பற்பல வியாதிகளையும் உண்டுபண்ணுவதற்குக் காரணமான தோஷங்களைப் பிரித்து அவற்றை வெளிப்படுத்தி ஆரோக்கிய நிலைமையை நிலை நிறுத்துவதில் ஸ்வேதவிதி நிகரற்ற சிகித்ஸாக்கிரமமாகும்.

ஸம்ஸ்கிருதத்தில் ஆயுர்வேத நூல்கள் இயற்றிய முற்காலத்திய வைத்தியநிபுணர்கள் ஸ்வேதவிதியை அநேகம் ரோகங்களில் பிரதான சிகித்ஸையாகக் கூறியிருக்கின்றனர். தற்காலத்தில் மேனாட்டு வைத்தியப் பண்டிதர்களும் பல ரோகங்களில் ஸ்வேதவிதியைக் கொண்டு சிகித்ஸை செய்வதால் நற்பயன் விளைவதாக அங்கீகரிப்பதுடன், அவ்விதமே செய்து காரியத்தில் பயன் அனுபவித்தும் வருகின்றனர். ஸ்வேதமென்றால், வெப்பமுண்டாக்குமியல்புடைய ஏதேனும் ஓர் உபாயத்தினால் அந்தந்த அவயவங்களில் சூட்டையும் வியர்வையையும் அதிகரிக்கச் செய்யும் ஒரு முறையென்று அனைவரும் ஒருவாறு அறியக்கூடும். உண்மையில் இச்சிகித்ஸையின் சுரூபம் அவ்வளவுதானென்று கூறவேண்டியிருப்பினும், இதில் விசேஷமாய் அறியக்கூடிய விஷயங்கள் வேறு சில உண்டு. ஒவ்வொரு மனிதனுடைய தேஹப்ரக்ருதிகளுக்குள்ள வேற்றுமைகளையும், அவரவருக்குண்டான வியாதிகளின் கூறுகளையும், அவரவரது அல்லது அந்தந்த ரோகங்களின் வெவ்வேறான நிலைமைகளையும் உற்று நோக்கி, யுக்தியுக்தமான வழிகளை யனுஸரித்து, நுண்ணறிவு வாய்ந்த வைத்தியர்களால் நிறைவேற்றப்படும் ஸ்வேத சிகித்ஸையினால் வாத-கபங்களை ஆதாரமாகக் கொண்டு ஸம்பவித்த ஸகல ரோகங்களும் தீருமென்பது திண்ணம். ஆகவே காலம், தோஷம், தாதுக்களின் நிலைமை இவை முதலியவற்றின் தாரதம்யங்களுக்கேற்ற வண்ணம் பகுத்தறிந்து செய்யப்படும் ஸ்வேத முறைகள் எண்ணிறந்த வகைகளென வைத்தியர்கள் அறியக்கூடும். ஆகிலும் ஸ்வேதவிதியை முதலில் இரண்டு விதமாகப் பிரிக்கலாம்:—

1. ஆக்நேயம்.—அக்னியினால் அல்லது அக்னியிற் காய்ச்சிய சிலைகள் மற்றும் அவற்றைப் போன்ற இதர வஸ்துக்களால் செய்யப்படும் ஸ்வேதந முறை.
2. அநாக்நேயம்.—நேரில் அக்னி ஸம்பந்தமில்லாமல், வெயில் முதலிய உஷ்ண குணமுள்ள உபாய வகைகளைக் கொண்டு நிறைவேற்றப்படும் ஸ்வேத முறை.

அவற்றுள் ஆக்நேய ஸ்வேதமானது தாபஸ்வேதம், ஊஷ்மஸ்வேதம், திரவஸ்வேதம், பாஷ்பஸ்வேதம் என்று நான்கு வகைப்படும்.

(1) தாபஸ்வேதம்.—பலகை, மண்ஓடு, கரதலம் முதலியவற்றை அக்னியிற் காய்ச்சி, நேராக அவசியமான அவயவங்களில் அவற்றைக்கொண்டு செய்யப்படும் ஸ்வேதந முறை. அந்தந்த அவயவங்களில் எக்காரணத்தினாலேனும் உண்டாகும் வலி, வீக்கம் முதலியவற்றைக் குறைப்பதற்காக இவ்வித முறை கையாளப்படுகிறது.

(2) ஊஷ்மஸ்வேதம்.—செங்கல், அகல்கள், லோஹங்கள் முதலியவற்றை நெருப்பில் நன்றாகக் காய்ச்சி, காடி, பால் முதலிய தகுந்த திரவபதார்த்தங்களில் சேர்த்தோ அல்லது வேறு வகையிலோ அவை நேரில் சரீரத்தில் ஸம்பந்திக்காமல், அவற்றிலிருந்துண்டாகும் வெப்பம் மாத்திரம் தேஹத்தில் தாக்குமாறு செய்யப்படும் ஸ்வேத முறையாம். பார்ச்வ வாயு, பக்கவலி, இடுப்புவலி முதலியவற்றில் உபயோகிக்க இது தகுந்த முறையாகும்.

(3) திரவஸ்வேதம்.—அந்தந்த வியாதிகளுக்கு ஹிதமான தசமூலம் முதலிய மூலிகைகளைச் சேர்த்துத் தயார் செய்யப்படும் கஷாய வகைகள், பால், தைலம் இவை முதலியவற்றில் மூழ்கியோ அல்லது அவற்றை சரீரத்தின்மேல் ஊற்றியோ நிறைவேற்றப்படும் ஸ்வேத முறையாம். இம்முறை அர்சஸ் என்கிற மூலரோகம், மூத்திரக்ருச்சிர மென்னும் நீர்ச்சுருக்கு முதலிய ரோகங்களில் பிரயோகிக்கத்தக்கது.

(4) பாஷ்பஸ்வேதம்.—வியாதிகளுக் கேற்றவாறு பக்குவம் செய்த மிகச் சூடான கஷாயம் முதலியவற்றிலிருந்து கிளம்பும் ஆவியை நேராகவோ, அல்லது ஏதேனும் குழாய்களின் மூலமாகவோ பிணி கொண்ட அவயவங்களின் மீது ஆவியைச்செலுத்தி செய்யப்படும் ஸ்வேத முறை. இதரமான உஷ்ண பதார்த்தங்களின் பரிசத்தைப் பொறுக்க முடியாத மிருதுவான சரீரமுள்ளவருக்கு இந்த ஸ்வேதம் உபயோகமாகும்.

இந்த நான்கு விதமான ஆக்நேயஸ்வேதங்களை உபயோக பேதங்களாலும், உபகரண பேதங்களாலும் பதின்மூன்று விதங்களாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன:—

1. ஸங்கர ஸ்வேதம்		இவ்விரண்டும்
2. ஜோந்தாக	,,	தாபஸ்வேதம்.
3. ப்ரஸ்தர	,,	
4. அச்மகந	,,	
5. கர்ஷூ	,,	
6. குடீ	,,	இவ்வேழும்
7. பூமி	,,	ஊஷ்மஸ்வேதம்
8. கூப	,,	
9. ஹோலாக	,,	
10. பரிஷேக	,,	இவ்விரண்டும்
11. அவகாஹ	,,	திரவஸ்வேதம்
12. நாடீ	,,	இவ்விரண்டும்
13. கும்பீ	,,	பாஷ்பஸ்வேதம்

தாப முதலிய நான்கு ஸ்வேத முறைகளின் உட்பிரிவுகளான இப்பதின்மூன்று ஸ்வேத வகைகளும் அந்தந்த அவயவங்களில் அல்லது அந்த ரோகங்களில் தக்கபடி செய்யவேண்டிய சிகித்ஸாக் கிரமங்களின் ஸௌகரியத்தின் பொருட்டு ஏற்பட்டவையாம். ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள அரிய ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்பட்டிருக்கும் மேற்கூறிய ஸங்கரஸ்வேதம் முதலியவற்றின் தன்மைகளை ஸம்ஸ்கிருத மறியாத தமிழர் ஒருவாறுணருவதற்காக அவற்றைச் சிறிது விரித்துரைப்போம்:—

1. ஸங்கரஸ்வேதம்.—ஒரு பிணியாளிக்கு ஸ்வேதம் செய்யவேண்டி நேரிடும்போது, அவனுக்குண்டாயிருக்கும் வியாதியின் தன்மையையும், அதில் வாத-பித்த-கபங்கள் மாறுபாடடைந்துள்ள நிலைமையையும் தீர விசாரித்து, அந்நிலைமைக் கேற்ற வஸ்துக்கள் எவையோ அவற்றை ஒருவாறு கல்கமாகச் செய்து வேகவைத்து, அதை யெடுத்து உருட்டி வஸ்திரத்திலிட்டோ அல்லது அவ்விதமேயோ பிணிகொண்ட அவயவங்களின்மீது ஒற்றடம் கொடுக்கப்படும் முறையாம். இவ்விதம் ஒற்றடம் கொடுக்கும் முறை பெரும்பான்மையோர் அறிந்த விஷயமே.

2. ஜோந்தாகஸ்வேதம்.—இதை ஜேந்தாக
மென்றும் கூறுவர். இந்த ஸ்வேதவிதிக்கு
முதலில் தகுந்ததோர் கிருஹம் வேண்டும்.
அவ்வீடு சுத்தமான வாயு வீசக்கூடியதும்,
அருகில் நிர்மலமான நீர் நிரம்பிய நடைவாபி
அல்லது குளம் முதலிய ஜலாசய முடையதும்,
பார்வைக்கு மனோஹரமாயிருப்பதுமான சிற
ந்த பிரதேசத்தில் பூமி மட்டத்திற்குமேல்
குறைந்தது பன்னிரண்டு முழ உயரத்தில்
அமைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும். அவ்வீட்டி
னுள் சுத்தமான காற்று உலாவுவதற்காக
அநேகம் சாளரங்களையும் ஏற்படுத்தியிருக்க
வேண்டும். அவ்வீட்டில் ஸ்வேதம் செய்து
கொள்வதற்கான அறை சுமார் பன்னிரண்டு
முழம் அகல நீளமுள்ளதாகவும், அவ்வள
வே உயரமுடையதாகவுமிருப்பது நலம். அவ்
வறைக்கு ஒரு வாயிற்படியும் கதவுமமைக்கப்
பட்டிருந்தால் அனுகூலமா யிருக்கும். இவ்
வறையின் இடையில் ஒரு அக்னி குண்டம்
வைக்கவும். அக்குண்டம் சுற்றளவில் நாற்
பத்தெட்டு அங்குலமும், ஒரு புருஷப் பிர
மாணமுபரமும் உள்ளதாயிருக்க வேண்டும்.
அக்குண்டத்தினுள் விறகு முதலியதைப்
போடுவதற்கும், உள்ளிருக்கும் அக்னி அல்
லது சாம்பர் முதலியதை வெளிப்படுத்தவும்
தகுந்தவாறு விசாலமான முகமும், அதற்கு
மூடியும், பக்கங்களில் காற்றுப் புகுந்து நெ
ருப்பு ஜ்வலிப்பதற்கும் வெப்பம் வெளிவரு
வதற்கும் தகுந்த விதமாக அதில் த்வாரங்
களும் அமைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும். இக்
குண்டத்திற்கு நாற்புறங்களிலும் அறையின்
சுவரைச் சேர்ந்தாற்போல் வாயிற்படி வரையி
லும் பிண்டிகை யென்னும் ஒரு விதமான
பீடங்களையும் அமைத்திருப்பது அவசியம்.
அந்த குண்டத்தினுள் அகிற்கட்டை, கருங்
காலி முதலிய விறகுகளையிட்டு அக்னியை
மூட்டவேண்டும். பிறகு அக்கட்டைகள்
அனைத்தும் நன்றாக எரிந்து தூமமெல்லாம்
அடங்கிய பின்பு, அவ்வறை தாங்கக்கூடிய
உஷ்ணமுள்ளதாய் ஆனவுடனே ஸ்வேத சிகித்
சைக்குரியவன் அவ்வறையினுட் சென்று, பிண்டிகை யென்னும் பீடத்தின் மீது படுத்துக்கொள்ள வேண்டும்; அவ்விதம் படுத்துக் கொள்வதற்கு முன், அம்மனிதன் ஏதேனும் தகுந்த தைலத்தை உடலெங்கும் பூசிக் கொண்டு, ஒரு வஸ்திரத்தினால் போர்த்துக் கொள்ளவும் வேண்டும். அடிக்கடி சரீரத்தின் ஒவ்வொரு பாரிசத்தையும் திருப்பித் திருப்பி அப்பீடத்தில் புரண்டு, சரீரம் முடிய ஒரே ரீதியாய் உஷ்ணம் படும்படி செய்துகொள்ள வேண்டும்; அவ்விதம் செய்தால் உடம்பில் ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் நன்கு உஷ்ணம் ஸம்பந்தித்து வியர்வையும் எல்லாப் பாகங்களிலுமுண்டாகும். உடல்முடிய நன்கு வியர்த்து, அவ்வறையில் தங்கியிருக்க முடியாமற் போகும் ஸமயத்தில் அப்பிணியாளியை வெளியில் அழைத்து வரவும்; வீட்டிற்குள்ளேயே சுத்தமான காற்று வீசும் பிரதேசத்தில் சிறிது நேரம் அப்பிணியாளியை இருக்கச் செய்து, சிரமம் நீங்கியதும் இளஞ்சூடான ஜலத்தினால் ஸ்நானம் செய்விக்கவும். அவ்வறையிலிருந்து வெளிவந்தவுடனே குளிர்ந்த ஜலத்தினால் ஸ்நானம் செய்விக்கக்கூடாது. ஸ்நானம் செய்தவுடனே ஹிதமான உணவுகளை வைத்தியருடைய அனுமதிக்கிணங்க மிதமாய் உபயோகிக்கலாம். இது ஜோந்தாக ஸ்வேதமாம். தேஹ மனைத்தையும் ஆச்ரயித்துண்டாகும் வாதரோகங்களில் இம்முறை சிறந்த குணந் தரும்.

3. ப்ரஸ்தர ஸ்வேதம்.—சம்பாப்பதர், செந்நெற்பதர், கார்நெற்பதர் முதலியவற்றை நன்றாகப் புழுக்கி, சூட்டுடன் அவற்றைத் தகுந்த விடத்தில் பரப்பி அதன் பேரிலாவது, வேஸவாரம்*, க்ருஸரா‡, உத்காரிகா† இவற்றின்மேலா

*வேஸவாரம்—எலும்புகளில்லாமல் சோதித்தெடுத்த மாம்ஸத்தில் வெல்லம், நெய், திப்பிலி, மிளகு இவற்றைச் சேர்த்து சமைத்தால் அது வேஸவாரம் எனப்படும்.

‡க்ருஸரா—எள்ளு, அரிசி இவற்றால் செய்யப்படும் ஒருவித கஞ்சி.

†உத்காரிகா—உளுந்து முதலியவற்றைச் சேர்த்து செய்யப்படும் ஒரு வகையான பணியாரம்.

வது கம்பளம் முதலியவற்றை அல்லது எருக்கிலை ஆமணக்கிலைகளை படுக்கைபோல் நன்றாக விரித்து, ரோகியை எண்ணெய் முதலியதைப் பூசிக்கொண்டு படுக்கச் செய்யவும். அதனால் சரீரமெல்லாம் வியர்த்து மிருதுவாகும். இம்முறை 'ப்ரஸ்தரஸ்வேதம்' எனப்படுகிறது.

4. அச்மகநஸ்வேதம்.—ஒரு புருஷன் படுப்பதற் கேற்றவாறு அகலமும் நீளமுமுள்ள மேடு பள்ளமில்லாத ஒரு கற்பாறையை யேற்படுத்தி, அந்தந்த வியாதிகளை அகற்றக்கூடிய விறகுகளை அதில் பரப்பி அக்னியிட்டெரித்து, அப்பால் அந்த நெருப்பை முற்றிலும் தூரவிலக்கி, உஷ்ணஜலத்தினால் அப்பாறையை நனைத்து, அதன்மேல் சிறிது திருணம் முதலியதைப் போட்டு கம்பளம் முதலியவற்றால் நன்றாக மூடிவிட்டு, ரோகியானவன் எண்ணெயை அங்கமெல்லாம் பூசிக்கொண்டு, கனமான வஸ்திரம் அல்லது கம்பளத்தைப் போர்த்துக்கொண்டு, அதன்மீது படுக்கவேண்டும்; அவ்வெப்பத்தினால் வியர்வையுண்டாகும். இதுதான் 'அச்மகநஸ்வேதம்' என்று சொல்லப்படுகிறது.

5. கர்ஷூஸ்வேதம்.—பிரம்பு முதலியவற்றால் பின்னிய ஒருகட்டிலை அதிக காற்றோட்டமில்லாத ஓரறையில் போட்டு, அதன் கீழ் புகையில்லாத தணல் நிறைந்த ஒரு தீச்சட்டியை அல்லது ஆவியுண்டாகும் கஷாயங்களை வைத்து, கட்டிலின் நாற்புரங்களையும் மூடிவிட்டு, ரோகியை உடம்பில் தைலம் முதலியதைத் தகுந்தவாறு பூசிக்கொண்டு அக்கட்டிலின்மேல் படுக்கச்செய்யவும். இவ்வுபாயத்தினால் ஸ்வேத முண்டுபண்ணும் முறையே 'கர்ஷூ ஸ்வேதம்' எனப்படுகிறது.

6. குடீ ஸ்வேதம்.—அதிக காற்றோட்டமில்லாததும், சாளரங்கள் அமைக்கப் பெறாததுமான ஒரு சிறிய வீட்டினுட்புறத்தில் தரையை கோஷ்டம், அகில், சந்தனம் முதலியவற்றின் கஷாயத்தினால் மெழுகி உலர்ந்த பின்னர், அங்கு இடையில் துப்பட்டி, கம்பளம் முதலியவற்றைப் படுக்கையாக விரித்து, அதைச் சுற்றிலும் தீச்செட்டிகளை வைத்து, பிணியாளி அப்படுக்கையின்மீது படுத்துக்கொண்டு, மேலே கம்பளம் முதலியவற்றால் போர்த்து நன்கு வியர்வை வருமளவும் சயனித்திருக்கவேண்டும். இது 'குடீஸ்வேதம்' என்று வழங்கப்படும்.

7. பூமிஸ்வேதம்.—அச்மகந ஸ்வேதம்போலவே மேடுபள்ளமில்லாத நிர்மலமான ஸம பூமியில் அக்னியை மூட்டி அவற்றைச் சிறிதுநேரங் கழித்து அப்புறப்படுத்தி, அதன்மேல் ஜலம் தெளித்து முன்போல் படுக்கை விரித்து, ஸ்வேதமுண்டாகுமாறு போர்த்துக்கொண்டு படுத்திருக்கவேண்டும். அவ்விடம் அதிக காற்றோட்டமில்லாததாய் வெப்பமுண்டாவதற்கேற்றவாறு அமைந்திருப்பது அவசியம்.

8. கூபஸ்வேதம்.—சுமார் நாலைந்தடி அகலமும், அதற்கு இருமடங்கு ஆழமும், ஒரு மனித உயரத்திற்குத் தகுந்த நீளமு முள்ளதோர் பள்ளம் வெட்டி, அதன் உட்புறத்துத் தரைகளை மேடுபள்ளமில்லாமல் ஸமமாகச் செய்து மெழுகி, யானை, மாடு அல்லது குதிரை முதலியவற்றின் சாணத்தினாலான வறட்டிகளை அப்பள்ளத்திற் கொட்டி தீயிட்டெரித்து, பிறகு நெருப்பு அனைத்தையும் அப்புறப்படுத்தி, ஜலம் ஊற்றி ஆவியுண்டாகச் செய்து, அப்பள்ளத்தின்மேல் சில கொம்புகளைக் குறுக்கு நெடுக்காய் வைத்து, அதன்மேல் ஒரு கம்பளியையும் விரித்து ரோகியைப் படுக்கச் செய்து போர்த்துக்கொள்ளச் சொல்லவும். இவ்வாறு செய்யப்படும் ஸ்வேதவிதி 'கூபஸ்வேதம்' எனப்படுகிறது.

9. ஹோலாக ஸ்வேதம்—அவ்வப் பிணிகளுக்கேற்ற மூலிகைகளை ஒரு படுக்கையைப் போல் பரப்பி, அவற்றை தீயிட்டெரித்து, அப்பால் நீரூற்றி அக்னியை அவித்து, சிறிதும் நெருப்பில்லை யென்று தெரிந்துகொண்டு, ஆவி யெழும்பிக்கொண்டிருக்கும் சாம்பரின் மேல் கம்பளம் முதலியதைப் பரப்பி, அதில் பிணியாளியைப் படுக்கச் செய்து, வஸ்திரங்களால் போர்த்து ஸ்வேதமுண்டாக்கும் வகையானது 'ஹோலாக ஸ்வேதம்' என்று கூறப்படுகிறது.

10. பரிஷேக ஸ்வேதம்.—அந்தந்த ரோகங்களைப் போக்கக்கூடிய மூலிகைகளைக் கொண்டு கஷாயமோ க்ஷீரமோ பக்குவம் செய்து, அவற்றை ஒரு குடத்திலாவது, குழாய் போன்ற மூக்குள்ள பாத்திரத்திலாவது, மற்றுமேதேனும் ஒரு கலத்திலாவது சேர்த்துக்கொண்டு ஏற்ற ஔஷதிகள் சேர்த்து பக்குவமான தைலத்தை பிணியாளியின் சரீரத்தில் பூசி, பொறுக்கக்கூடிய சூட்டில் அந்த கஷாயம் அல்லது க்ஷீரம் (பால்) முதலியவற்றை அப்பிணியாளியின் தேஹத்தில் சிறுகச் சிறுகத் தெளிக்க வேண்டும். இவ்வாறு ஸ்வேதமுண்டுபண்ணும் முறையே 'பரிஷேக ஸ்வேதம்' எனப்படுகின்றது.

11. அவகாஹஸ்வேதம்.—இதிலும் ரோகங்களுக்கேற்றவாறு பக்குவம் செய்த க்ஷீரம், தைலம், கிருதம் முதலியவற்றை ஒரு விசாலமான தொட்டியில் சேர்த்து, அதில் நாபிக்கு மேல் நாலைந்து அங்குலம் வரையில் அமரும்படி யுட்கார்ந்து கொண்டு, அக்கஷாயம் முதலியவற்றை கைகளால் கழுத்து வரையிலும் வாரித் தெளித்துக்கொண்டு செய்யப்படும் ஸ்வேதம் 'அவகாஹஸ்வேதம்' என்று வழங்கப்படும். வாத ஸம்பந்தமான கடும் வியாதிகளில் கஷாயஸம்பந்தமில்லாமல், ஸ்நேஹத்திலேயே அவகாஹ ஸ்வேதம் செய்யவேண்டுமானால் இரண்டு நாட்களுக்கு ஒரு முறையும், கஷாயத்திலேயே செய்வதானால் பிரதிதினமும் அடுத்துச் செய்வது நலம்.

12. நாடீ ஸ்வேதம்—பிணிகளுக்கேற்ற பச்சிலை, வேர் வகைகள், அல்லது மற்றும் பலவிதமான ஔஷதச் சரக்குகள் இவற்றைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிய கஷாயத்தை கொதிக்கக் கொதிக்க ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி, அதன் வாயை நன்றாக மூடி, அப்பாத்திரத்தின் பக்கவாட்டில் ஒரு த்வாரம் பண்ணி அதில் மூங்கில் அல்லது இதர பதார்த்தங்களாலான அரை அல்லது ஒரு மார் நீளமுள்ள குழாயை அமைத்து, இந்நாடியின் வாயை வாதஹரமான மூலிகைகளால் மூடிவைத்து, ரோகியின் பிணிகொண்ட அவயவங்களின்மேல் படியுமாறு அக்குழாயின் வாயைத் திறந்து ஆவியை மேலே விடவேண்டும். இது சர்மத்திற்குச் சிறிதும் கெடுதியுண்டாக்காமல் வெகு ஸுகமாக வியர்க்கச் செய்யுந் தன்மையாததால், கோமள சரீரிகளுக்கு மிகவும் உபயோகமாயிருக்கும்.

13. கும்பீ ஸ்வேதம்.—இதிலும் ரோகத்திற்குத் தகுந்தவாறு பக்குவம் செய்த கஷாயத்தை ஒரு கனமான குடத்தில் சேர்த்து, அதை அரைபாகம் அல்லது கழுத்து வரையில் பூமிக்குள் புதைத்து, அதிலுள்ள கஷாயத்தில் நன்றாகக் காய்ந்த இரும்பு குண்டுகள் அல்லது கற்களைப் போட்டு, அப்பாத்திரத்தின் வாயை பருமனான கம்பளி முதலியவற்றை மடித்துப் போட்டு மூடி, அதன்மேல் தைலம் முதலியதைப் பூசிக்கொண்டு பிணியாளியை உட்காரவோ படுத்துக்கொள்ளவோ செய்யலாம்; அப்பொழுது உடம்பைப் போர்த்துக் கொள்வது அவசியம். இதிலிருந்துண்டாகும் ஆவியினால் சரீரம் நன்றாக வியர்க்கும்.

இவ்வாறு பதின்மூன்று விதமான ஸ்வேத முறைகள் கிரமப்படி செய்யப்படுமானால், உள்ளும் புறமும் தேஹமெங்கும் வியாபித்துள்ள இரத்தக் குழாய் முதலியவை விசாலமாய், அவற்றின் மூலமாய் சரீரத்தில் வியாதியை யுண்டாக்கும் தோஷங்கள் வெளிப்படுத்தப்பட்டு ரோகத்திற்கும் உபசமமுண்டாகும். மேலும் வாதரோகம் முதலியவற்றில் வாதவஹநாடிகளெனப்படும் நரம்பு மண்டலங்களும், இரத்தக் குழாய்களும் தூண்டப்பட்டு, பிணிகொண்ட அவயவங்களில் இரத்தம் முதலியது நன்றாகப் பரவி, அவ்விடங்களிலுள்ள தசைநார் முதலியவைகளும் மிருதுத் தன்மையடைந்து வாதரோகங்களுக்கும், மற்றும் சுளுக்கு முதலிய கோளாறுகளுக்கும் உபசாந்தியை யுண்டுபண்ணும். ஸ்வேதவிதியினால் தோஷங்கள் சரீரத்திலிருந்து வெளிப்படுகையில், வெளியில் வியர்வை மூலமாகவும், உள்

ளே குடல்கள் அல்லது மூத்திரமார்க்கம் மூலமாகவும் வெளிவரும்.

சிற்சில ரோகங்களில் மேற்கூறிய ஸ்வேத முறைகள் பிரயோகிக்கக் கூடியவை யென்றுலும், அவ்வித ரோகிகளிலும் சிலரே இவ்வித ஸ்வேத பிரயோகங்களுக்கு உற்றவரென்றும், வேறு சிலருக்கு இப்பிரயோகம் தகாதெனவும் அறியவேண்டும்.

அடியிற் கூறப்படும் பிணிகளால் பீடிக்கப்படுபவர் மேற்கூறிய ஸ்வேதப் பிரயோகங்களுக்கு உற்றவராவர் :—

1. காது நோய்கள்.
2. தலை நோய்.
3. கழுத்துப் பின்புறத்து நோய்.
4. தொண்டைக் கம்மல்.
5. மாரடைப்பு அல்லது தொண்டையடைப்பு.
6. அர்திதமென்னும் வாத நோய்.
7. சரீரத்தில் யாதேனும் ஒரு பாகத்து வாத நோய்.
8. ஸர்வாங்க வாதம்.
9. பார்ச்வ வாயு.
10. ஆக்ஷேபகமென்னும் வலி.
11. வயிற்றுப் பொருமல்.
12. மலபந்தம்.
13. தாது நஷ்டம்.
14. பக்கப் பிடிப்பு.
15. பின்புறப் பிடிப்பு.
16. இடுப்புப் பிடிப்பு.
17. வயிற்றை யிழுத்தல்.
18. க்ருத்ரஸீ என்னும் வாத நோய்.
19. நீர்ச்சுருக்கு.
20. அண்ட விருத்தி.
21. தேஹமுழுது முண்டாகும் வலி.
22. கால் பிடிப்பு.

ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்துகொள்ளத் தகாதவர் :—

1. விசேஷமாக மதுபானம் செய்பவர்.
2. கர்ப்பிணீ.
3. இரத்த பித்தரோகி.
4. அதிஸார ரோகி.
5. மதுமேஹ ரோகி.
6. பித்த ப்ரக்ருதி.
7. வரட்சியான தேஹமுள்ளவர்.
8. குதம் வெந்து போனவன், அல்லது வெளிவரும் குதமுள்ளவன்.
9. விஷப்பற்றுள்ளவன்.
10. வெறி பிடித்தவன்.
11. மிகவும் இளைப்புற்றவன்.
12. மூர்ச்சை போனவன்.
13. ஸ்தூல தேஹமுள்ளவன்.
14. பித்தமேஹ முடையவன்.
15. நாவரட்சி கொண்டவன்.
16. பசியினுல் வருந்துபவன்.
17. அதிக கோபிஷ்டன்.
18. மனத்துயர மனுபவிப்பவன்.
19. காமாலை ரோகி.
20. உதர ரோகி.
21. உரக்ஷத மென்னும் இரத்த காஸமுள்ளவன்.
22. வாதரக்த ரோகி.
23. பலஹீனன்.
24. மிகவும் கிருசமானவன்.
25. ஓஜஸ் என்னும் வீர்ய மிழந்தவன்.
26. திமிரமென்னும் நேத்திர ரோகமுள்ளவன்.

ஸ்வேதப் பிரயோகத்திற்குத் தகாதவர்களென்று கூறப்படுபவருக்கும், ஸ்வேத கர்மத்தினுலேயே சிகித்ஸை செய்யவேண்டிய வியாதிகள் ஏதேனும் உண்டானுல், அப்பொழுது மிருதுவாக ஏதேனும் தகுந்த முறையைக் கொண்டு அப்பிணியாளிக்கு ஸ்வேதம் செய்விப்பது அவசியமேயாம். ஸ்வேத விதிக்கு உரியவரான பிணியாளிகளுடைய சரீரத்திலும், கண், பீஜம், இருதயம் முதலிய இவ்வித ஸ்தானங்களில் நேராக உஷ்ணம் தாக்காமலிருக்கப் பார்க்கவேண்டும். துடையிடுக்குகளில் வெகு சொற்பமாக ஸ்வேதனம் செய்யலாம்.

ஸ்வேதம் செய்யவேண்டிய கால அளவு.—எந்த அவயவத்தில் ஸ்வேத பிரயோகம் செய்

யப்படுகிறதோ அவ்வவயவத்தில் அதற்கு முன்
உண்டாயிருந்த வலி, பிடிப்பு, பாரமான உணர்
ச்சி, பரிசவுணர்ச்சியின்மை, அதிக சைத்தியம்
முதலியவை குறைந்து, அவ்விடத்தில் வியர்
வையு முண்டாய் மிருதுத் தன்மையும் ஏற்
பட்டு விடுமானுல் அப்பொழுது ஸ்வேத கர்மத்
தை நிறுத்த வேண்டும்; அதுவே நன்கு
ஸ்வேத பிரயோகம் நிறைவேறிய கால அள
வைக் குறிப்பதாகும். அதிலும் ரோகியின்
சரீர பலாபல நிலைமைகளை யனுஸரித்து சிறிது
அதிக காலமோ குறைந்த காலமோ ஸ்வேத
விதிக்கு உபயோகிக்கலாம். வாததோஷம்
அதிகரித்துண்டாகும் வியாதிகளில் எண்ணெ
ய்ப் பசையுள்ள வஸ்துக்களாலும், கபம் அதி
கரித்த வியாதிகளில் வரட்சியுள்ள வஸ்துக்க
ளாலும், வாத-கபங்களின் சேர்க்கையினுலுண்
டான ரோகங்களில் ஸ்நிகத்தமும் ருக்ஷமு
மான பதார்த்தங்களாலும் ஸ்வேத பிரயோகம்
செய்யவேண்டும். முற்கூறிய முறைகளை அனு
ஸரித்து அனுஷ்டிக்கப்படும் ஸ்வேத ப்ரயோ
கங்களால் அநேகவிதமான கஷ்டஸாத்திய
வியாதிகளும் நிவ்ருத்தியாகும். ஸ்வேத ப்ர
யோகம் மிதமிஞ்சி செய்யப்படுமானுல், அத
னுல் பல வியாதிகளும் உற்பத்தியாகும்; அப்
பொழுது இரத்த பித்தம், மயக்கம், தொண்
டைக்கம்மல், தலைச் சுற்றல், சரீர மெலிவு முத
லியவை யுண்டாகும். ஆகவே இவ்விஷயத்
தில் வைத்தியன் மிகவும் ஜாக்கிரதையுடையவ
னுயிருக்க வேண்டும். அஜாக்கிரதையினுல்
அளவு மீறி ஸ்வேத ப்ரயோகம் செய்யப்படு
மானுல், அப்பொழுது உடனே துவர்ப்பும்
கசப்பும் கலந்த பதார்த்தங்களாலான கஷாய
வகைகளால் ஸ்தம்பநமென்னும் வியர்வையை
யடக்கும் சிகித்ஸை செய்யவேண்டும்; ஸ்தம்
பநமும் மிதமாகச் செய்யவேண்டும். அதி
ஸ்வேதமானபோது ஸ்தம்பந சிகித்ஸையை
யும், அதிஸ்தம்பிதமானபோது ஸ்வேதந சிகித்
ஸையும் ஆலோசித்துச் செய்து வருவது
வைத்தியனுடைய கடமையாகும். இவ்வாறு
ஆக்நேய ஸ்வேதத்தைப் பற்றிய விஷயம்
சுருக்கமாகக் கூறப்பட்டது.

இனி அநாக்நேய ஸ்வேதத்தைப் பற்றி சிறிது விவரிப்போம்; அடியில் வருமாறு அதை பத்து விதமாகப் பிரிக்கலாம் :—

1. காற்றோட்டமில்லாத அறையில் இருப்பது.
2. சரீரத்தில் வியர்வை யுண்டாகுமாறு பரிச்ரமப்படுவது.
3. பருமனுன போர்வைகளைப் போர்த்துக்கொள்வது.
4. திடீரென்று அச்சங்கொண்டு நடுங்கச் செய்வது.
5. உபநாஹம் செய்வது.
6. கைச்சண்டை செய்வது.
7. திடீரென்று அதிக சினங்கொள்வது.
8. மிகுதியாக மதுபானம் செய்வது.
9. பசியை யடக்குவது.
10. வெயிலில் நிற்பது அல்லது திரிவது.

இவற்றுள் உபநாஹ ஸ்வேதத்தைத் தவிர மற்ற ஒன்பது விதமான உபாயங்களாலும் சரீரம் வியர்க்குமென்பது அனைவராலும் அறியப்பட்ட விஷயம். ஆகவே மற்ற ஒன்பது விதமான ஸ்வேதங்களைப்பற்றி விவரிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை: ஆகவே உபநாஹ ஸ்வேதத்தைப்பற்றி மாத்திரம் அடியில் சிறிது விவரிக்கப்படுகிறது :—

உபநாஹஸ்வேதம்:—இதில் கோதுமை மா, யவதானியத்தின் மா, ஆமணக்கன் வேர், அகில், சந்தனம் முதலிய வாஸனை வஸ்துக்கள், சதகுப்பி, தேவதாரு, பாலை, ஆளிவிதை, கோஷ்டம் இவை முதலியவற்றைச் சேர்த்து கல்கமாக அரைத்து, அதில் மத்பத்தினடியில் தங்கும் சக்கைகளடங்கிய திரவம், மோர், மற்றும் காடிமுதலியவற்றையும் சேர்த்து, வியாதி கொண்ட அவயவத்தின்மீது கனமாகப்பூசி, அதன்மேல் ஆமணக்கிலை முதலியவற்றைச் சுற்றி, மிருதுவாயும் நிர்மலமாயும் உஷ்ணமுண்டு பண்ணக்கூடியதுமான சர்மத்தினுல் அதன்மேல் கட்டுகட்டி விடவும்; அவ்வித சர்மங்கள் கிடைக்காவிட்டால் ஏதேனும் பட்டுகள், கம்பளிகள் முதலியவற்றுல் சுற்றிக் கட்

டலாம். இவ்வாறு செய்வதால் அவ்விடத்தில் சூடு அதிகரித்து ஒருவாறு ஸ்வேதமுண்டாகும். அக்னி ஸம்பந்தமில்லாத (அநாக்நேய) ஸ்வேதமென்று சொல்லப் பட்டாலும், இதில் உபயோகிக்கப்படும் வஸ்துக்களை முதலில் உஷ்ணமாக்கி அப்பதார்த்தங்களைக் கொண்டு முற்கூறிய வண்ணம் செய்வதுண்டு; அல்லது பெரும்பான்மையோர் அவ்விதம் சூடுண்டாக்கிய வஸ்துக்களால் ஒற்றடம் கொடுப்பதுமுண்டு. இவ்வாறு செய்யப்படுவது உபநாஹஸ்வேதமெனப்படும். பழுக்காத விரணங்களிலும், வீக்கங்களிலும், நரித்தலை வாயு என்னும் க்ரோஷ்டுக சீர்ஷவாயுவிலும் அவ்விதம் செய்யப்படுகின்றதாம்.

ஸ்வேதவிதி யென்னும் முற்கூறிய சிகித்ஸா க்ரமங்களில் ஜோந்தகம் முதலிய மஹாஸ்வேதங்கள் இப்பொழுது வழக்கத்திலில்லாமல் மறைந்துவிட்டன. ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு அவ்விதமுறைகளில் ஆதிமுதல் பரிசயமின்மையே அத்தகைய அரிய சிகித்ஸா க்ரமங்கள் மறைந்து விடுவதற்குக் காரணமாம். உபயோகமுள்ள விஷயங்களை ஆராய்ச்சிசெய்து அனுஷ்டானத்தில் கொண்டுவருவதில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு துரத்ருஷ்ட வசத்தினால்—ஊக்கமின்மையும் ஊர்ஜிதமாய்விட்டது. சீக்கிரத்தில் நற்பயன் தரவல்ல இவ்வகையான சிகித்ஸா முறைகளை—சிறிது கஷ்ட ஸாத்தியமாயிருப்பினும்—யுக்தியாகவும் சாஸ்த்ரீயமாகவும் விஷயவிசாரம் செய்து ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் மீண்டும் பழக்கத்திற்குக் கொண்டுவர கடமைப்பட்டிருக்கின்றனர். இவ்விதமான சிறந்த முறைகளை ஆலோசிப்பதற்கும், அவற்றைப்பற்றிய ஆராய்ச்சிகளைச் செய்வதற்கும், பிறகு அவற்றை அனுஷ்டானத்தில் கொண்டுவருவதற்கும் ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் இப்பொழுது தமக்குள்ள பொறாமைகளை யொழித்து ஒற்றுமையுடன் பலவழிகளிலும் உழைக்கவேண்டும். ஆனால் கேரள தேசத்தில் (மலையாளத்தில்) இப்பொழுதும் இவ்வித சிகித்ஸா முறைகள் மறையத்தலைப்படவில்லை; அவ்விடத்தில் இவ்விதமான ஸ்வேத விதிப்படி செய்யப்படும் சிகித்ஸையால் சிறந்த குணங்களுண்டாவதைக் கண்டு ஜனங்களும் அவ்வாறு சிகித்ஸை செய்துகொள்ள மிகவும் விருப்பமுள்ளவராகவே இருக்கின்றனரென்றறிய ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் ஸந்தோஷப்படலாம். வாதரோகம் முதலியவற்றில் இவ்வித சிகித்ஸைகள் செய்து மேலான குணமுண்டானதை நானும் நேரில் கண்டிருக்கின்றேன். கேரளதேசத்தில் இப்பொழுதும் அனுஷ்டானத்திலிருந்து வருபவையும், இதர பிரதேசங்களில் மறைந்து விட்டவையுமான இன்னும் உபயோகமுள்ள பற்பல சிகித்ஸாக்ரமம் முதலியவற்றைப்பற்றி இப்பத்திரிகையின் மூலமாய் படிப்பவருடைய நன்மையைக் கருதி வேறு வியாஸங்களும் எழுதிவருவேன்.

SUMMER DIARRHŒA.*

கோடை காலத்திலுண்டாகும் அதிஸாரம்.

BY

Dr. C. H. HAYTON, B.A., M.D.

அதிஸாரம் என்பது அடிக்கடியும் திரவமாகவும் மலங்கழிவதான ஒரு வியாதியின் பெயராகும். இது பெரும்பாலும் உஷ்ணகாலத்தில் வெகு ஸாதாரணமா யுண்டாகக்கூடியது; அதிலும் ஜூலை, ஆகஸ்டு மாதங்களில் இது அதிக மும்முரமாகவும் உக்கிரமாகவும் பரவுவது வழக்கம். அப்பொழுது வாலிபருக்கும் சிறுவருக்கும் இவ்வியாதி யுண்டாகும்; ஆனால் சிறுவர்களே இதன் கொடுமையை அடிக்கடி அனுபவிக்கவேண்டி நேரிடுவதுடன் அதிகமாய் அபாயத்திற்கும் ஆளாகிறார்கள். ஏழ்மையால் வருந்துபவரின் குழந்தைகளுக்கே மிகுதியாய் இவ்வியாதி ஸம்பவிக்கின்றது; அதிலும் அழுக்கடைந்த இடங்களிலும், ஜனநெருக்கமுள்ள வீடுகளிலும், சுற்றிலும் ஆரோக்கியத்திற்குக் கெடுதி

* Reproduced and Translated from "Good Health."

யுண்டுபண்ணும் பாகங்களால் சூழப்பட்ட பிரதேசங்களிலும் வஸிக்கும் குழந்தைகள் இவ்வியாதிக்குள்ளாவது வெகு எளிது. சவலைக் குழந்தைகளுக்கும், தாய்ப்பாலில்லாமல் செயற்கை யுணவுகளைக்கொண்டு (Artificial foods) போஷிக்கப்படும் சிசுக்களுக்கும், புதிதாக பல்முளைக்கும் பாலர்களுக்கும் இப்பிணியுண்டாவது ஸஹஜம்.

லண்டன் நகரத்தில்மட்டும் வருஷந்தோறும் இவ்வியாதியினால் ஒரு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள் 2,000 முதல் 4,000 வரையிலும் இறந்துபோவதாகக் கணக்கிடப்படுகிறது; பிறப்பு இறப்பு முதலிய கணக்குகளை விவரிக்கும் ரிபோர்டு கவனிக்கப்படுமானால், இம்மரணவிகிதம் இன்னும் அதிகரித்து வருவதாகவே அறியப்படுகிறது. ஆனால், இவ்வாறு இறந்துபோகும் குழந்தைகள் வஸிக்குமிடங்களைச் சுற்றியுள்ள பிரதேசங்கள் யாவும் ஆரோக்கியக்குறைவு நேரிடாதவண்ணம் சுத்தமாகவே இருக்கும்படியும் காக்கப்பட்டு வருகின்றன. அங்கு இறந்துபோனவற்றுள் நூற்றுக்கு அறுபது குழந்தைகள் மூன்று மாதத்திற்குட்பட்ட வயதுள்ளவையாயிருந்தன; அல்லாமலும் அக்கதியடைந்த அவ்விளஞ்சிசுக்களில் பெரும்பான்மையும் புட்டிகளைக்கொண்டு உணவூட்டப் பட்டவையாம். முலைப்பாலுண்ணும் குழந்தைகள் கோடைகாலத்து அஜீர்ணபேதியினால் பாதிக்கப் படவில்லையென்றும் தெரியவருகிறது. இதில் நாம் கவனிக்கத்தக்க உபயோககரமான விஷயம் ஒன்றுண்டு; இவ்விதமான தீங்கு விளைவிக்கும் வியாதியினிடமிருந்து தமது குழந்தைகளைக் காப்பதற்கேற்ற வகையை அவற்றின் தாய்மார்களுக்கு இவ்விஷய முணர்ந்தவர் ஸமயம் வாய்ந்தபோதெல்லாம் எடுத்துரைப்பதேயாம்; கோடைகாலங்களில் தமது குழந்தைகளுக்கு அபாயகரமான புட்டிப் பாலூட்டாமல் முலைப்பாலூட்டி அவற்றை வளர்க்க வேண்டுமென்பதே அத்தாய்மார்கள் அறியவேண்டிய விஷயமாகும்.

தடுக்கும் முறை:—சிறு குழந்தைகளுக்குத் தகாதனவும் அசுத்தமுமான உணவுகளை யூட்டுவதே அதிஸாரமுண்டாக்கும் காரணங்களுள் முக்கியமானதாம். பெரியவர்கள் கனியாதவையும் மிதமிஞ்சி கனிந்தவையுமான பழங்களை யுண்பதால் இப்பிணிக்குப் பாத்திரமாகக் கூடும். சிறு சிசுக்களுக்கும், சிறிது வயது முதிர்ந்த குழந்தைகளுக்கும் ஊட்டப்படும் பாலே இந்த ரோகமுண்டாவதற்கு பிரதான ஆதாரமாயிருந்து வருகிறது; ஆனால் அவ்விதமுண்டாவது பாலின் தோஷமென்றே சொல்வதற்கில்லை; பாற்கறக்கும் பசுக்களுக்கும், கறந்து பாத்திரங்களில் வைத்திருக்கும் பாலுக்கும் சுற்றிலுமுள்ள ஆகாயத்திலிருந்தும் பூமிகளிலிருந்தும் பலவகையான தோஷங்கள் நமக்குத் தெரிந்தும் தெரியாமலும் பாலில் ஸம்பந்திப்பதாலேயே, இவ்வித ரோகத்திற்கு அதுவும் ஓர் ஆதாரமாகிறதென்று சொல்லவேண்டியிருக்கிறது. பாலானது வியாதிகளுக்குக் காரணமான அநேகம் நுண்ணுயிர்களை (bacteria) ஜனங்களிடம் பரவச்செய்ய வெகு அனுகூலமான ஸாதனமென்பது மிகப்பிரஸித்தமான விஷயம்; அதிலும் வெயிற்காலத்தில் நுண்ணுயிர்கள் பால்மூலமாய் விசேஷமாக வியாபிப்பது ஸஹஜம். ஆகையினால் குழந்தைகளுக்கு உணவாக உபயோகிக்கப்படும்போது பாலை கூடுமான ஜாக்கிரதையோடு எடுத்துக் கையாள வேண்டுமென்பதை ஒருவரும் மறக்கக்கூடாது. பால் வைப்பதற்கு உபயோகிக்கப்படும் பாத்திரங்களெல்லாவற்றையும் நன்றாகத் தேய்த்துக்கழுவி, பால் ஊற்றுவதற்குமுன் அப்பாத்திரங்களைக் குளிர்ச்சியாகவும் செய்யவேண்டும். குழந்தைக்குப் பாலூட்டுவதற்கான புட்டி அல்லது அதற்குபயோகமான கருவிகளையெல்லாம் சிறிது போரிக் ஆஸிட் கலந்த தண்ணீரில் பாலூட்டாத நேரங்களில் அமிழ்த்தி வைக்கவேண்டும். போரிக் ஆஸிட் என்பது வெகு மலிவாகக்கிடைக்கும் சரக்கு; இரண்டு மூன்று அணாவுக்கு மருந்துக்கடையில் வாங்கினால் அது அநேகநாட்களு

க்கு வரும். பால் கறக்கப்பட்ட வுடனே அதை நன்றாகக் காய்ச்சவேண்டியது அவசியம். நன்றாகக் காய்ச்சிய பாலென்றால் 150 முதல் 170 டிக்ரி வரையில் உஷ்ண மேறும்படியாய் கொதித்த பாலாகும்; மேலும் இதே அளவு உஷ்ணம் 15 முதல் 20 நிமிஷம் வரையில் குறைந்துபோகாமலிருக்கவும் செய்யவேண்டும். ஸாதாரணமாய் கொதிக்கவைத்த பாலைவிட 150 டிக்ரிக்குமேல் சூடேற்றப்பெற்று இருபது நிமிஷம்வரையில் அச்சூடு குறையாமல் காக்கப்பட்ட பாலில் சேர்ந்துள்ள ஸகல நுண்ணுயிர்களும் அழிக்கப்படுகின்றனவென்று பற்பல ஆராய்ச்சிகளைக் கொண்டு அறியப்பட்டிருக்கிறது; இவ்வளவு சூடேற்றுமளவும் பாலைக் காய்ச்சுவதால் அதன் இயற்கைக் குணங்களில் மட்டும் ஏதும் மாறுதல் ஏற்படுவதில்லை யென்பதும் வியக்தமான விஷயம். கொதிக்கும் ஸமயத்தில் சூட்டின் அளவைக் குறிப்பிடக்கூடிய தர்மாமீடர் என்னும் ஓர் உஷ்ணமானியை, பால் முதலியவற்றின் சூட்டை அளப்பதற்கென்று சமையலறையில் வைத்துக் கொண்டிருப்பது நலம். ஒருகால் பாலை நன்கு காய்ச்சாமற் போனாலும் பாதகமில்லையென்று கூறலாம்; ஆனால் பால் வைக்கும் பாத்திரங்கள், புட்டிகள், ரப்பர், அல்லது குழந்தைக்கு உணவூட்டுவதற்கு உபயோகிக்கப்படும் மற்றும் ஏதேனும் உபகரணங்கள் இருந்தால் அவற்றை ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் போட்டு, நிரம்பவும் ஜலம் சேர்த்துக் கொதிக்கவைத்து அப்பாத்திரங்களை மட்டும் கட்டாயம் சுத்தமாக்கவேண்டும்; அவற்றின் மூலமாகத்தான் பிணிக்குக் காரணமான அநேகம் நுண்ணியர்கள் பாலிலும் ஸம்பந்திக்கின்றன.

குழந்தைகளுக்கு உணவூட்டும்போது பால் முதலியவற்றை பக்குவம் செய்வதில் முற்கூறியவாறு எப்பொழுதுமே முன்ஜாக்கிரதையாயிருந்து கவனிக்கவேண்டியது அவசியமென்றாலும், உஷ்ண காலங்களில் அதினும் இருமடங்கு அதிகமாக ஜாக்கிரதையாயிருக்கவேண்டியது இன்றியமையாத விஷயம். எவ்விதமிருந்தாலும் முலைப்பாலூட்டுவது எக்காலத்தும் எவ்வகையான தீங்கையு முண்டுபண்ணுவதில்லை யென்றறியப்படுகிறது. கோடை காலங்களில் மட்டும் குழந்தைகளுக்கு முலைப்பாலூட்டுவதை நிறுத்த முயலக்கூடாது. முலைப்பாலைக் கொண்டு போஷிக்கப்படும் குழந்தைகளுக்கு அபாயம் விளைவிக்கக்கூடியவாறு அதிஸாரமுண்டாவது அரிது.

வியாதியின் குறிகள்: — கோடைகாலத்து அதிஸாரம் அடிக்கடியும் வயிற்றில் வலியுடன் ஆரம்பிக்கும். குழந்தை அவ்வித நோவைப் பொறுக்க முடியாமல் வெகு படபடத்து அதன் சிறிய கால்களை வயிற்றுப்பக்கமா யிழுத்து உதைத்துக்கொண்டு வீரிட்டு அழும். ஸாதாரணமாய் சில மணிநேரத்திற்குள்ளாக வாந்தியும் துவக்கமாகும். பிறகு சிறிது நேரத்திற் கெல்லாம் பேதியாரம்பிக்கும். மலம் முதலில் மஞ்சளாக இருக்கும்; பிறகு கிரமமாக இலைப்பச்சை நிறமாய் அல்லது ஊதா நிறமாக மாறும். அதில் சீதமும், ஜீர்ணமாகாத உணவுப் பொருட்களின் சிறிய சிதள்களும் கலந்திருக்ககூடும். மலம் ஒருவித புளிப்பு நாற்ற முடையதாயிருப்பதுடன், ஒரு தினத்திற்கு நான்கு முதல் பன்னிரண்டு தடவை வரையிலும் ஆகும். வியாதி வெகு தீவ்ரநிலைமையடைந்தா லொழிய மலத்துடன் இரத்தமும் கலந்து வருவது அருமை.

குழந்தை நன்றாக நித்திரையுறாது; ஏதோ ஒருவாறு தூங்கினாலும் திடீரென்று அலறிக்கொண்டு விழித்தெழுந்திருக்கும். ஆரம்பத்தில் குழந்தையின் தேஹத்தில் சூடு அதிகரிக்கலாம். வியாதி ஒரு தினத்திற்கு மேல் நீடிக்குமானால் குழந்தையின் முகம் சுடிப்புடன் கூடியதாகக் காணப்படும்; தேஹ நிறமும் வெளிறி வரும்; சீக்கிரத்தில் சரீர நிறையும் குறைந்து விடும்.

ஸாதாரணமாக ரோகம் ஆரம்பித்த வெகு நாட்கள் கழித்து, ரோகம் தீவ்ரமான நிலைமையைப் பெறும்; ஆனால் கோடைகாலத்தில் ஆரம்பிக்கும் அதிஸாரம் பெரும்பாலும் கொ

டியதாகவே யிருக்கும். ஒரு தடவை பேதியானதும் உங்களுடைய வைத்தியர்களிடம் உடனே தகுந்த சிகித்ஸை செய்துகொள்ள பிரயத்னப்படுவது எப்பொழுதும் நலமான காரியமாகும்.

சிகித்ஸை.—கோடைகாலத்து அதிஸாரத்தில் அநேகம் குழந்தைகளுக்குக் கெட்ட இலக்ஷணங்கள் வெகு சீக்கிரத்தில் மேன்மேலும் விருத்தியாவது இயல்பானதால், அதற்கு ஏதேனும் பரிஹாரம் செய்வதாயிருந்தால் அதை கூடுமான சீக்கிரத்தில் செய்ய முயலவேண்டும். அதிஸாரத்திலுண்டாவதாகக் கூறப்பட்டுள்ள குறிகளில் முதற் குறியைக் கண்டவுடனே பாலூட்டுவதை முற்றிலும் நிறுத்திவிடவேண்டும். குழந்தைக்கு ஒரு டோஸ் (சுமார் அரை சங்கு) ஆமணக் கெண்ணெயைப் போட்டிவிடவும். ஆமணக்கெண்ணெய், பண்டைக்காலந்தொட்டு சிறந்த வீட்டு ஒளஷதமாக ஏற்பட்டிருப்பதமல்லாமல், அது இவ்வித வியாதிகளில் உடனே கொடுக்கத் தகுந்ததாகவும், தக்ஷணத்திலேயே குணந்தரக் கூடியதாகவும் இருக்கிறது. குழந்தைகளின் சரீர நிலைமைக்கு இது ஏற்றதாகவு மிருக்கின்றது. அதிஸாரத்தில் குடலில் மேல்மேலும் சேர்ந்துள்ள அழற்சியை யுண்டுபண்ணக்கூடிய தோஷங்களை அப்போதைக்கப்போது வெளிப்படுத்துவதற்காகவே இயற்கையில் அடிக்கடி பேதியாகின்றது; வெயிற்காலத்தில் அவ்வாறு குடலுக்குள் சேரக்கூடிய தோஷங்கள் பொதுவாக நுண்ணுயிர்களாகவே (bacteria) இருக்கும். இந்நிலைமையில் பேதிக்குக் கொடுப்பது குடலுக்குள்ள இயற்கை வேலைக்கு ஸஹாயம் செய்வதாகுமாதலால், அவ்விதம் ஆமணக்கெண்ணெயைக் கொடுப்பது தகுந்த முறையேயாம். ஒரு வருஷத்திற்குக் குறைந்த வயதுள்ள குழந்தைகளுக்கு சுமார் ஒன்று அல்லது ஒன்றரை தேக்கரண்டியளவு ஆமணக்கெண்ணெயைப் போட்டலாம். அப்பால் குழந்தைக்குக் கொதித்த வெந்நீரை ஆஹாரத்திற்குப் பதிலாகப் போட்டவேண்டும். இரண்டாவது நாள் அரிசிக் கஞ்சியைக் கொடுக்கலாம்; அதற்கு மறுநாள் பார்லிவாடர் என்னும் வாற்கோதுமைக் கஞ்சியை யுபயோகிக்கலாம். அப்பொழுது தேத்தண்ணீரையும் சிறிதளவு கொடுத்து வரலாம்.* பிறகு சில நாட்களுக்கெல்லாம், அதிஸாரம் நின்றுவிட்டால், பாலூட்டுவதை மறுபடியும் ஆரம்பிக்கலாம். ஒரே தடவையில் அதிக அளவான பாலைப் போட்டுவதைவிட, அடிக்கடி வெகு சிறிய அளவில் போட்டுவது உத்தமம்—என்றால் மூன்று அல்லது நான்கு தேக்கரண்டியளவாக் ஒரு மணிக்கு ஒரு முறை ஊட்டிவரலாம். அதிஸாரத்தினால் வருந்தும் குழந்தை விசேஷமாகத் திரவப் பொருளை அபேக்ஷிக்குமென்பதையும், அபேக்ஷிக்கும் விதமாக அதற்கு நீரைக் கொடுக்க வேண்டியது அவசியமென்பதையும் நினைவில் வைத்திருங்கள்.

ஜலத்தைக்கொண்டு செய்யப்படும் சிகித்ஸைகள் இவ்வியாதியில் நன்மை செய்யும். வயிற்றில் இளஞ்சூடான ஜலத்தினால் அல்லது வேறு பதார்த்தத்தினால் ஒற்றடம் கொடுப்பதும், அடுத்தாற்போல் குளிர்ந்த ஜலத்தினால் நனைத்த துணியினால் வயிற்றைத் துடைத்து வருவதும் நலமாகும். ஜ்வரத்துடன் கூடிய அதிஸாரத்தில் குழந்தைக்கு 70 டிக்ரி சூடுள்ள ஜலத்தினால் (அதாவது நல்ல குளிர்ந்த ஜலத்தினால்) உடல் முடிய ஒரு முறை ஸ்நானம் செய்து வைப்பது, ஜால வித்தையைப்போல் உடனே சிறந்த குணத்தை யுண்டாக்கும். வஸ்தி (Enema) செய்து குடலைக் கழுவுவதால் உடனே நற்பயனுண்டாகும். இருபது அவுன்ஸ் ஜலத்தில் ஒரு தேக்கரண்டி யளவு போரிக் ஆஸிட் என்கிற சரக்கையாவது, ஸாதாரண கறியுப்பையாவது கரைத்து அந்த திரவத்தைக் கொண்டாவது, அல்லது இளஞ்சூடான ஜலத்தினாலாவது வஸ்தி செய்வது நலம். தினத்திற்கு மூன்று முறை வஸ்தி கொடுக்க வேண்டும். (வஸ்தி செய்வதற்கென்று ஒரு ரப்பர்க்குழா யிணைத்த கண்ணாடி அல்லது பீங்கான் பாத்திரம் மருந்துக் கடைகளில் விற்கப்படுகிறது.) 10 முதல் 20 அவுன்ஸ் ஜலம் குடலில் சென்று மெதுவாக வெளிவரும்படி வஸ்தி செய்யும்போது கவனிக்கவேண்டும்; அப்பொழுதுதான் குடல் நன்றாகக் கழுவப்படும்

* அரிசிக்கஞ்சி—$\frac{1}{2}$ கோப்பை அரிசியை எடுத்து நன்றாகக் கழுவி, ஒரு சட்டியில் சேர்த்து 3 கோப்பை குளிர்ந்த ஜலம் சேர்த்து 30 நிமிஷம் வரையில் கொதிக்கவைத்து, நன்கு கரண்டியினால் கிளறியெடுத்து, ஆற்றி உபயோகிக்கவும்.

பார்லி வாடர் என்னும் கஞ்சி—பார்லி யென்னும் வாற்கோதுமையில் ஒரு அவுன்ஸ் எடுத்து, அதை நன்றாகக் கழுவி, $\frac{1}{4}$ காலன் ஜலத்தில் சேர்த்து அந்த ஜலம் 20 அவுன்ஸாக வற்றும் வரையில் கொதிக்க வைக்கவும்; பிறகு கஞ்சியை நன்றாகக் கிளறி, ஆறிய பிறகு உபயோகிக்கவும்.

வைத்திய கலாநிதி.

ஆனந்தவஷ புரட்டாசிமீ.

MEDICAL RELIEF IN THE MADRAS PRESIDENCY.

சென்னை ராஜதானியில் வைத்திய உதவி.

சென்னை ராஜதானியின் ஸிவில் ஹாஸ்பிடல்கள், வைத்திய சாலைகள் இவற்றைப்பற்றி சென்ற வருஷத்திய வருஷாந்த ரிபோர்டு இப்பொழுது வெளியாயிருப்பதைப் பார்த்து நாம் சில விஷயங்களைக் குறிப்பிட வேண்டியிருக்கின்றது. ஐக்கியம் பெற்ற அநேக ராஜ்யங்கள் அல்லது உலக முழுதுமே இப்பொழுது இந்தியாவை ஓர் ஆதாரமாகக் கொண்டு பெருங்காரியங்களைச் செய்ய முயல்கின்றனவென்பது, தற்காலம் நடந்தேறும் அதிபயங்கரமான மஹாயுத்தத்தில் ப்ரிடிஷாருக்கு இத்தேசத்திய ஜனங்கள் ஆவிமுதல் அகில திரவியத்தையும் அளித்துதவத் தயாரா யிருப்பதை நோக்கியே நிச்சயிக்க வேண்டியிருப்பதால், இத்தேசத்திய ஜனங்களின் ஸகல ஸௌகரியங்களையும்-முக்கியமாக ஆரோக்கிய நிலைமையை அல்லது வைத்திய உதவியையும் கவனிப்பது இராஜாங்கத்தாரின் முதற் கரியமொன்று எவர்தான் நினைக்கமாட்டார்? ஜனங்களுக்கு ஆரோக்கியக் குறைவு நேரிட்ட வுடனே எவ்விடத்திலும் தகுந்த வைத்திய உதவி கிடைக்குமாறு ஏற்பாடுசெய்யவேண்டியது எவ்விதத்திலும் இன்றியமையாத விஷயமென்றாலும், பொதுஜனங்களின் உபயோகத்திற்காக இராஜதானி முழுமையிலும் இப்பொழுது நானூற்று எண்பத்தெட்டு ஹாஸ்பிடல்களே ஏற்பட்டிருக்கின்றனவென்பதை யறிய நாம் சிறிது சிந்திக்கவேண்டி நேரிடுகின்றது. ஆனால் போலீஸ், காட்டிலாகா, ஸர்வே, நீர்ப்பாசனங்கள் முதலிய இலாகாவிலுள்ள உத்தியோகஸ்தர்கள் சிப்பந்திகள் முதலானவர்களுக்காக இராஜாங்கத்தில் ப்ரத்தியேகமாக ஐம்பத்தைந்து ஹாஸ்பிடல்கள் ஏற்பட்டிருக்கின்றன. இவற்றுடன் ரெயில்வேக்கு ஸம்பந்தமான 46 ஹாஸ்பிடல்களையும் கூட்டினோமானல் இந்த இராஜாதானியிலுள்ளவை மொத்தம் 589 ஆஸ்பத்திரிகளேயாகும். சுமார் 1,50,000 சதுரமைல் விஸ்தீர்ணமுள்ளதும் 4,20,00,000 ஜனங்கள் அடங்கியதுமான இவ்வளவு பெரிய இராஜதானிக்கு 589 ஆஸ்பத்திரிகள் எவ்வாறு ஈடு கொடுத்து ஜனங்களுக்கு நேரிடும் கஷ்டங்களை நிவ்ருத்தி செய்ய முடியும்? வைத்திய உதவிக்காக மொத்தம் சென்ற வருஷத்தில் செலவழிக்கப்பட்டுள்ள தொகை 27,00,000 ரூபாய்; இதில் கவர்ன்மெண்டார் கொடுத்தது 9½ லக்ஷமே; முனிஸிபாலிடிகளும், லோகல் போர்டுகளும் 15 லக்ஷங்களுக்குமேல் உதவி யிருக்கின்றன. கவர்ன்மெண்டார், வைத்திய ஸம்பந்தமாக இன்னும் அதிகமான பெருந்தொகையைச் செலவிடக்கூடுமென்று நம்பப்படுகிறது. ஆனால் அப்பெருந்தொகையை பெரிய உத்தியோகஸ்தர்களான எஞ்ஜினீர்களுக்கும் பிரம்மாண்டமான புதிய கட்டடங்களுக்கும் ஐ. எப். எஸ். ஆபீஸர்களுக்கும் பங்கிட்டுக் கொடுக்காமல், வியாதியினால் வருந்தும் ஜனங்களுக்கு உடனே உதவக்கூடிய வைத்தியர்களுக்காகவும், ஔஷதங்களுக்காகவும், ஆஹாராதிகளுக்காகவும் செலவு செய்வார்களானால்மிகவும் உத்தமமாயிருக்கும். இராஜதானியில் ஜனங்களுக்கு வைத்தியஉதவி போதென்பதைப்பற்றியும், அதை விருத்தி செய்யவேண்டிய வகைகளைப்பற்றியும் கவர்ன்மெண்டார் கவலையுள்ளவர்களா யிருப்பதாகவே அந்தரிபோர்ட்டினால் தெரியவருகிறது. ஆனால் ஸ்பர்டாங்க் என்னும் ஏரியைத் தூர்த்து அதன்மேல் புதிதாக மிகப்பெரிய கட்டடங்கள் கட்டி இப்பொழுதுள்ள ஜனரல் ஹாஸ்பிடலை மாற்றவேண்டுமென்று கவர்ன்மெண்டு அபிப்பிராயப்படுவதில் இந்தியர்களில் பெரும்பான்மை யோருக்குத் திருப்தி யிராதென்று அறிகிறோம். இதர தேசங்களில் இவ்வித

செலவுகளுக்கு வைத்தியத்திற்காக வரும் ஜனங்களிடம் அல்லது பிறரிடமிருந்து சந்தாக்கள் வசூல்செய்து காரியத்தை நிறைவேற்றுவதுபோல், இங்கும் சிகித்ஸைக்காக வரும் பிணியாட்களில் ஏழைகளைத் தவிர்த்துத் திரவியவான்களிடமிருந்து சிறு சந்தாத் தொகைகள் ஸம்பாதித்து இக்கட்டடம் முதலியவற்றை எளிதில் கட்டிவிடலாமென்று கவர்ன்மெண்டார் நினைப்பதாகத் தெரியவருகிறது. இக்காரியத்திற்காக இவ்வாறு சிறு சந்தாத்தொகைகள் சேகரிப்பதற்கு இது ஓர் நல்ல உபாயமே. ஆனால் வைத்தியத்திற்கு வரும் ஜனங்களில் ஏழைகளையும் தனிகர்களையும் பகுத்தறிபவர் யார்? அது எவ்வாறு ஸாத்தியம்? இப்பொழுது ரெயில்வே ஸ்டேஷன்களுக்கு அருகிலும், டவுனுக்கு நடுவிலும் ஜனரல் ஹாஸ்பிடல் அமைந்திருப்பதே ஜனங்களுக்கு ஸகலவிதத்திலும் ஸௌகரியமாயிருக்கின்றது. அதை ஸ்பர்டாங்குக்கு மாற்றிவிட்டால் ரெயில்வே ஸ்டேஷன்கள் ஸமீபத்திலில்லாததுடன், டவுனுக்கும் மற்ற விடங்களுக்கும் அது வெகு தூரமாதலால் பெரும்பான்மையான ஜனங்களுக்கு அவ்வாஸ்பத்ரிக்குப் போக அஸௌகரியமே அதிகமாயேற்படும். ஆகவே இப்பொழுதுள்ள ஜனரல் ஹாஸ்பிடல் கட்டடத்தை ஒழிக்கமுயல்வதும், மற்றொரு கட்டடம் வெகு தூரத்தில் பிரம்மாண்டமாகக் கட்டுவதற்காகப் பிணியாளிகளிடமிருந்து பணவசூல்செய்ய யோசிப்பதும் ஜனங்களுக்கு வைத்திய உதவிசெய்வதில் முக்கியமான விஷயங்களென்று சொல்ல முடியாது.

மேலும் இங்கு ஒருவிஷயம் முக்கியமாய்க் குறிப்பிடக்கூடியது. ஏதோ சிலருக்குத் தவிர பெரும்பான்மையான ஜனங்கள் வஸிக்கிற ஊர்களுக்கு அல்லது இடங்களுக்கு அருகில் ஹாஸ்பிடல்கள் கிடையாவென்றும், ஆகவே போதுமானவளவு ஜனங்களுக்கு உதவுவதற்காக அவ்வளவு வைத்தியசாலைகள் இல்லையென்றும் நாம் ஒருபுறம் முறையிட்டுக் கொண்டிருக்க, மேற்படி ரிபோர்டில் "தற்காலமுள்ள ஹாஸ்பிடல்களில் போடப்பட்டிருக்கும் படுக்கைகள் அனைத்தும் உபயோகப்படுமாறு அவ்வளவு ஜனங்கள் வருவதில்லை" என்றும், "வியாதி க்ரஸ்தர்களில் புருஷர்களுக்கென்று ஏற்பட்டுள்ள படுக்கைகளில் சுமார் ஐந்திலொரு பங்கு படுக்கைகளும், ஸ்த்ரீகளுக்கென்று ஏற்பட்டிருப்பவற்றில் அரைவாசி படுக்கைகளும் சூனியமாயிருந்தன" என்று வரையப்பட்டிருப்பது விந்தைக்கிடமான விஷயம். மேலும் ஸர்ஜன் ஜெனரல் இந்த ரிபோர்டில் "இந்துஜனஸமூஹத்தார் மற்ற வகுப்பாரைப்போல் தாராளமாய் ஹாஸ்பிடல்களுக்கு வந்து வைத்தியம்செய்துகொள்வதில்லையென்பதை நோக்க நமக்கு மிகவும் மனோரதபங்கம் நேரிடுகிறது" என்று இந்துக்களைப் ற்றி குறிப்பிட்டெழுதுவதை உத்தேசித்தால், அப்பொழுது சற்றேறக்குறைய மாகாணமொத்தத்தில் 100-க்கு 81 பங்கு ஜனங்கள் இவ்வாஸ்பத்திரிகளில் அபிமானமில்லாதவர் என்று கூறவேண்டிவருகிறது. ஆகவே அந்த ஜனஸமூஹத்தாருக்கு எவ்விஷயத்தில் விசேஷ விருப்பமில்லையோ அதில் அவர்கள் சந்தாத் தொகைகளை யுதவ முன்வருவது எங்ஙனமென்றும் கவர்ன்மெண்டார் ஆலோசிக்கவேண்டும். இந்தியர்கள் ஹாஸ்பிடல்களுக்காகத் திரவியஸஹாயம் செய்யவும், ஹாஸ்பிடல்களை வைத்தியத்திற்காக வேண்டியவளவு உபயோகித்துக்கொள்ளவும் ஏன் தாராளமாய் முன் வருவதில்லையென்கிற விஷயத்தைப்பற்றி கவர்ன்மெண்டார் விசாரணை செய்வார்களாயின் உண்மை வெளிப்படும். இப்பொழுது ஸர்ஜன் ஜெனரலுடைய ரிபோர்டிலுள்ள சில வரிகளைக்கொண்டே இதற்கு உண்மையான காரணம் இன்னதென்று ஊஹித்தறிய வழியுண்டு. ஹாஸ்பிடல்கள், பெரும்பாலும் இந்தியர்களுடைய நிலைமைகளுக்கும் நோக்கங்களுக்கும் ஆசாராதிகளுக்கும் ஏற்ற வண்ணமாயிருக்க வேண்டுமென்பதை கவனிக்காமல்,

ஐரோப்பியருக்குத் தகுந்த விதமாகவே ஏற்படுத்தப் பட்டிருக்கின்றன. ஒரு ஸமயம் ஹானரபில் மிஸ்டர் கேசவப்பிள்ளை, ஹாஸ்பிடல்களில் இந்திய உத்தியோகஸ்தர்களுக்குக் குறைவாகவும் ஐரோப்பிய உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு மிக மேலாகவும் ஏற்பட்டுள்ள ஸௌகர்யங்களை மாற்றி, அனைவருக்கும் ஒரே விதமான ஸௌகர்யங்களைச் செய்யவேண்டுமென்று கேட்டுக்கொண்டதில், இந்தியர்களில் எவர் ஐரோப்பிய ஆசார விவஹாரங்களைப் பின்பற்றி நடக்கின்றனரோ அவர்களுக்கு அவ்விதம் செய்யக்கூடுமென்று கவர்ன்மெண்டு பதிலுரைத்தது. இந்தியர்கள் இனி ஐரோப்பிய நடையுடை பாவனை அனைத்தையும் அனுஸரித்து நடக்க வேண்டியது அவசியமென்று இந்து ஜனஸமூஹத்தார் அனைவருக்கும் தீர்மானமான கொள்கை யுண்டாகிற வரையில் இவ்வாஸ்பத்ரிகளில் ஜாதி பேதங்களை யனுஸரித்து வித்தியாஸம் பாராட்டுவது நிலைநிற்குமென்றே நிச்சயிக்க வேண்டிவருகிறதல்லவா? விஷயமிவ்வாறிருக்க, போதுமான வளவு தேசத்தில் ஆஸ்பத்திரிகளை ஏற்படுத்த ஜனங்கள் சிரத்தையில்லாத வராயிருப்பதும், இப்பொழுதுள்ள ஆஸ்பத்திரிகளில் அநேகம் படுக்கைகள் உபயோகிப்பாரின்றி சூனியமாயிருப்பதும் தகுந்த காரணமில்லாமல் நேரிட்டவையல்லவே! இதைப்பற்றி 'இன்டியன் பேட்ரியட்' முதலிய பத்திரிகைகள் பலமுறையிலும் வற்புறுத்தி, காரணங்களை யெடுத்துக்காட்டி அநேகமுறை எழுதியிருந்தும் கவர்ன்மெண்டார் தகுந்த ஏற்பாடு செய்ய முன்வாராதது விஸனிக்கத்தக்கது.

இந்தியருடைய மதாசார விவஹாரங்களை மதிக்கக் கூடியவாறு ஹாஸ்பிடல்களில் விசேஷ ஏற்பாடுகள் செய்து, அவற்றில் சிகித்ஸைக்கு வரும் பிணியாளிகளிடம் அவரவருடைய பந்துக்கள் வந்திருக்க விரும்புவார்களாகையால் அவர்களில் இரண்டொருவருக்கு அருகில் இருக்க அனுமதி கொடுத்து, அப்பிணியாளிகளுக்கு அவரவரது ஜாதிமதாசாரங்களுக்கு அனுகூலமான தாதிகளை அல்லது பரிசாரகரையும் உபசாரத்திற்காக அமர்த்துவார்களானால், அப்பொழுது ஒருவாறு இந்துக்களுக்கு ஹாஸ்பிடல்கள் அனுகூலமானவையாயிருக்கும். ஐரோப்பியருக்கு அவசியமான அகில ஸௌகரியங்களையும் அமைக்க அநேக விதத்திலும் செலவு செய்து வருங்கால், இந்தியருடைய ஸௌகரியங்களைமட்டும் நிறைவேற்றுவதில் பின்னடைவது நாம் குறிப்பிடத்தக்க விஷயமாகும். ஆகவே மேனாட்டார் இவ்வித காரியங்களில் ஏராளமான சந்தாக்களைக் கொடுப்பதுபோல் இந்தியர்கள் திரவிய ஸஹாயம் செய்ய முன் வராததைப்பற்றி அவர்கள் மேல் குறைகூறுவதற்குப் போதுமான ஆதாரமில்லை. "திருப்பரங்கோடிலுள்ள மூஸத் அவர்களிடம் எண்ணிறந்த ஜனங்கள் வெகு சிரத்தையுடன் போய் சிகித்ஸைசெய்துகொள்வதற்குக் காரணமென்ன? அவர்கள் அவ்விதம் போய் அவ்வைத்தியரிடம் சிகித்ஸை செய்துகொள்வதற்காக ஒரு பைசாவாவது செலவழித்து தகுந்த வஸதிகள் ஏற்பாடு செய்வதற்கு ஒருவரும் முன் வரவில்லையே. ஆகிலும் இந்தியருடைய மனப்போக்குக்கும் மற்றும் பலவித நிலைமைகளுக்கும் அனுகூலமான ஆயுர்வேதவைத்தியரிடம் சிகித்ஸைக்காக அவர்கள் போகின்றனர்" என்று 'இண்டியன் பேட்ரியட்' எழுதுகின்றது.

இப்பொழுது ஆஸ்பத்ரிகளை அபிவ்ருத்தி செய்வதில் புதிது புதிதான நோக்கங்கள் கவர்ன்மெண்டாருடைய மனதில் உதித்து வருவதாக இந்த ரிபோர்டினால் அறியப்படுகிறது. சென்னையில் சிறு குழந்தைகளுக்காக ஒரு பப்ளிக் ஹாஸ்பிடல் ஏற்படுத்தவேண்டுமென்று ஸர்ஜன் ஜெனரல் சிபார்சு செய்திருக்கிறார். "அவ்வித ஹாஸ்பிடல் ஒன்று அமைக்கப்பட்டால், அவ் வைத்தியசாலையிலுள்ள வைத்தியர்கள் குழந்தைகளுடைய வியாதிகளைமட்டும் வெகு கவனத்துடன் பரீக்ஷித்தறிந்து ஏற்ற சிகித்ஸை செய்யக்கூடுமென்பதில் சிறிதும் ஸம்சயமில்லாததுடன், குழந்தை

வைத்தியத்தின்பொருட்டு இந்திய ஸ்த்ரீகளும், மகம்மதிய ஸ்த்ரீகளுங்கூட தாராளமாய் அவ்வாஸ்பத்ரிக்கு வர வகை யேற்படும். அப்பொழுது ஸ்த்ரீகளுக்கும் சிகித்ஸை செய்ய அவசியமான ஏற்பாடுகள் அவ்விடத்தில் செய்யப்படுவது எளிது," என்று அந்த ரிபோர்டில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. திரிந்துச் செல்லும் வைத்தியசாலைகள் (Itinerating dispensaries) ஆங்காங்கு ஸ்தாபிக்கப்படவேண்டுமென்கிற விஷயமும் இராஜாங்கத்தாரின் ஆலோசனையில் இருந்துவருகின்றது. இப்பொழுது பஞ்ஜாபில் அவ்வித வைத்தியசாலைகள் செய்யும் காரியங்கள் திருப்திகரமாயிருக்கின்றனவென்கிற அனுபவமே அக்காரியத்தில் இம்மாகாண கவர்ன்மெண்டுக்கும் நம்பிக்கையையும் ஊக்கத்தையு முண்டுபண்ணக் காரணமாகின்றதாம்.

ஆனால் சுதேச வைத்தியங்களைப்பற்றி இவ்வளவு விரிவான ரிபோர்டில் கூறப்பட்டிருப்பது யாதென்று இறுதியில் கலாநிதியைப் படிப்பவர் விருப்புடன் வினவக்கூடும். இந்த அட்மினிஸ்ட்ரேஷன் ரிபோர்டில் அதைப்பற்றி ஒரு வார்த்தையாவது காணப்படவில்லையென்றே விடையளிக்க வேண்டியிருக்கிறதென்று நாம் வருந்துகிறோம். "ஹாஸ்பிடல்களெல்லாம் தகுந்தவாறு நற்பெயரெடுக்கவில்லை; எல்லா ஜனங்களுக்கும் வைத்திய உதவி கிடைப்பதில்லை; ஆஸ்பத்ரிகள் அமைக்க சந்தாத்தொகை சேருவதில்லை. வைத்திய உதவி பெற இந்திய ஜனங்களுக்குள்ள அபிமானம் எவ்விதமானதென்று கவர்ன்மெண்டு உணர்ந்திருக்கின்றதா? அவ்விதமறிந்திருப்பின், சுதேச முறைப்படி வைத்திய உதவி ஜனங்களுக்கு விசேஷமாகக் கிடைப்பதற்கு வேண்டிய உபாயங்களை ஆலோசித்து நாளடைவில் இத்தேசத்திய ஔஷதங்களடங்கிய வைத்திய சாலைகளை ஸ்தாபிக்க இராஜாங்கத்தார் முயலவேண்டியது முக்கியமாம்" என்று 'இண்டியன் பேட்ரியட்' எழுதுவதையாவது கவர்ன்மெண்டு கவனித்து அவ்விதம் செய்ததாயின், இத்தேசத்திய வைத்தியத்திற்கும் ஜனங்களுக்கும் அது பலவிதத்திலும் பேருபகாரம் செய்ததென்று நம்பப்படும். அப்பொழுதுதான் மேன்மேலும் சந்தாத் தொகைகள் வந்து சொரியும்; அப்பொழுதுதான் ஆஸ்பத்ரிகள் இத்தேசத்தில் மிகவும் புகழ்பெற்று வருமென்று நிச்சயமாகக் கூறலாம்.

FIFTY DOCTORS AGAINST ALCOHOL.

ஐம்பது வைத்தியர்கள் மதுபானத்தை மறுத்தனர்.

லண்டன் நகரத்தில் 'ப்ரிடிஷ் மெடிகல் அஸோஷியேஷன்' என்ற வைத்திய விஷயமான நியமங்களையும் ஆராய்ச்சிகளையும் செய்வதற்கென்று மிகவும் செல்வாக்கு வாய்ந்த பெரியதோர் வைத்தியஸங்கம் உண்டென்று பலருக்குத் தெரிந்திருக்கலாம். அதனுடைய ஒரு வருஷாந்தர மீடிங்கு நடந்தபோது, பர்மிங்ஹாம் என்கிற நகரத்திலும், அதன் சுற்றுப்புறங்களிலுள்ள ஜில்லாக்களிலும் ஐம்பது கைதேர்ந்த வைத்தியர்கள் சென்று, மதுபானத்தினால் மனித தேஹங்களுக்கு நேரிடும் தீங்குகளைப்பற்றி பிரஸங்கங்கள் செய்தனர். இவ்வைம்பது வைத்தியர்களும் தனித்தனியே செய்த ஐம்பது பிரஸங்கங்களும் வெகு பிரயோஜன முள்ளவை. மேற்கூறிய ஸங்கத்தாரால் ஆமோதிக்கப்பெற்ற அப்பிரஸங்கங்களின் ஸாராம்சம் அடியில் பெயர்த்து வரையப்படுகின்றது:—

மதுவானது தாஹத்தைத் தணிப்பதில்லை; அது நாவரட்சியை மேன்மேலும் உண்டாக்குகின்றது. ஒரு வேலை செய்வதாயிருந்தால் அப்பொழுது இது ஒரு பிரயோஜனமு முண்டுபண்ணுவதில்லை. வேலையின் கைப்பாடுகளுக்குள்ள எல்லாவித குணங்களையும், அவை நிறைவேற வேண்டிய மொத்த அளவையும் மதுபானம் மிகக் குறைத்து விடுகின்றது. நுண்ணறிவைக்கொண்டு நிறைவேற்றக்கூடிய காரியங்களின் குணங்களை மத்யம் சீரழியச் செய்கிறது. சைதன்யமென்னும் அறிவையும், மற்றும் சர்மம்முதலியதற்குள்ள உணர்ச்சியையும் மழுங்கச் செய்ய மதுபானம் ஹேதுவாகின்றது; ஸன்மார்க்க ஸம்பந்தமான கொள்கையையும் அடியோடு அழிக்க இது முக்கிய முகாந்தரமாகும். சிறுவர்கள் மதுவை அருந்தினால் அவருடைய சரீரமும் புத்தியும் செழித்து வளர்வதில்லை. மதுபானம் செய்பவர் சித்த ஸ்வாதீனமிழந்து, தன்

மார்க்கத்தில் பிரவ்ருத்தித்து, மிகவும் ஏங்கித் தவிக்கும் நிலைமையையும் பெறுகின்றனர். இதற்கு மயக்கந்தரும் குணம் மிகுதியாயிருப்பதால், இதை க்ளோரோபாரம், ஈதர் என்கிற விஷகுணமுள்ள பதார்த்தங்களின் இனத்திற் சேர்க்கவேண்டி வருகிறது. இது விஷமஜ்வரம் முதலிய தொற்றுவியாதிகள் சரீரத்திற்பற்றுவதற்கும், அவை பலம் பெறுவதற்குந் தகுந்த நிலைமையை தேஹத்திற்கு உண்டாக்குகின்றது; அவ்விதமே க்ஷயரோகமுண்டாக்கும் நுண்ணியிர்களுக்கு (Tubercle bacillus) மனிதரைக்காட்டிக் கொடுக்க இது ஏற்றதாயிருக்கின்றது. நியுமோனியா என்னும் அபிந்யாஸ ஜ்வரத்திலும், ஸந்நிபாத ஜ்வரத்திலும் இதை உபயோகப்படுத்தினால் மிகவும் அபாயகரமான நிலைமையை யுண்டாக்குகின்றது. இது ஸாதாரண ரோகங்களையும் வெகு தீவ்ரமாகச் செய்து பிராணபாயத்தை யுண்டாக்குவதுண்டு. மதுபானிகள் வெயிற்காலத்தில் வெயிலையும் மற்றும் சூடுகளையும் சிறிதும் தாங்கக்கூடாதவராவர்; குளிர்காலத்தில் சரீர வெப்பம் சீக்கிரம் குறைவதற்கும் இது காரணமாகின்றது. இரத்தக் குழாய்களும் இருதயமும் இதனால் மிகத் தடித்தும் கொழுத்தும்போய் திடீரென்று பிராணாபாயம் விளையும். திடீரென்று இருதயநடை தடைபடவும், மூளையில் இரத்தக்கசிவு நேரிடவும் மத்யம் காரணமாவதுண்டு; உணர்ச்சி நரம்புகள் வீக்கங்கொள்வதுமுண்டு. தேஹதாதுக்கள் அனைத்துமே மிகவும் பருத்து அவற்றின் தொழில்கள் அல்லது இயற்கைநிலைமை மாறுபடுவதற்கு மதுபானம் மிகப் பிரதானமான காரணங்களில் ஒன்று. மதுபானம் செய்யாதவர் அதிக கஷ்டமான வேலைகளையும் எளிதில் செய்துவருவர்; அவர்களுக்குப் பொறுமையும் அதிகமாயிருக்கும்; பிணியும் விசேஷமாயுண்டாவதில்லை; வியாதியுண்டானாலும் மதுபானம் செய்பவரைப்போல் மிகக் கஷ்டமனுபவிக்கமாட்டார்; மேலும் உண்டான வியாதி சீக்கிரமும் அவர்களுக்கு நிவ்ருத்தியாகும். சரீரத்தையுழைத்துப் பிழைக்கும் ஜனங்கள் அபரிமிதமாக மதுபானம் செய்வது பெருங்காலக்கேடெனக் கூறவேண்டும்; அதனால் அவர்களுடைய சுகாதாரம், உள்ளக்களிப்பு, மற்றும் குடும்ப க்ஷேமம் முதலிய ஸகலமும் சீரழிந்து விடும். மதுபானத்தினால் நேரிடும் தீங்குகளை நிவ்ருத்தி செய்வதென்றால், ஜனஸமூஹம் அனைத்துமே உலகில் இவ்விஷயங்களையுணர்ந்து வருவதற்கும், கூடியவரையிலும் மத்யம் கிடைக்காமலிருப்பதற்கும் ஏற்ற ஏற்பாடுகள் செய்யவேண்டியது அவசியமாயிருக்கின்றது.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

ஆனை நெரிஞ்சி.

மஞ்சள்நிறமான சிறு புஷ்பமும், கதிர்போன்ற காயுமுடைய இச்சிறிய செடி இந்தியாவில் அநேக இடங்களில் உலர்ந்த மணற்றரைகளில் ஸாதாரணமாய் படர்ந்திருக்கும். மேஹவெள்ளை யென்னும் சுக்லமேஹத்தில் இச்செடி அதிக உபயோகமுடையது. இதன் இலை காம்பு உட்பட அனைத்தையும் ஒருபடி ஜலத்தில் சேர்த்துக் காய்ச்சி நன்றாகக் குழப்பினால் கஷாயம் வழவழப்பாகவும் கட்டியாகவும் வரும். இது அரைக்கால்படியாக வற்றியதும் வடிக்கட்டி, வேளைக்கு ½ ஆழாக்குவிதம் காலையிலும் மாலையிலும் பத்து நாட்கள் தொடர்ந்து உட்கொண்டுவர, மூத்திரம் வெளிவரும்போது ஸம்பவிக்கிற நோயும் எரித்தலும் சாந்தமாகும். சில ஸமயம் வியாதியையும் தீர்மானமாய் நிவ்ருத்திசெய்வதுண்டு. இவ்விதம் பலமுறை பரீக்ஷித்து அறியப்பட்டிருக்கின்றது. இது மூத்திரத்தையும் அதிகமாகப் போக்குவதால், சில நீர்க்கோவைக்கும் உபயோகமாகும்.

வங்காளப் பச்சை.

வெளிறிய நீலநிறமுடையதும், செம்பிலிருந்துண்டாவதுமான இச்சரக்கு கடைகளில் ஸாதாரணமாய்க் கிடைக்கும். இது உள்ளுக்குக் கொடுக்கக்கூடியதல்ல. லேபனமென்னும் பூச்சுமருந்துகள் செய்வதற்கு இது உபயோகப்படுகின்றது. நன்றாகப் பொடி செய்த வங்காளப்பச்சை 1-பங்கு, நெய் அல்லது வெண்ணெய் 15-பங்கு ; இவ்விரண்டையும் ஒட்டியோட்டி அரைத்து ஒரு பீங்கான் குப்பியில் வைத்துக்கொள்ளவும். நெடுநாட்களாய் ஆறாத ஸாதாரண புண்களையும், மேஹவிரணங்களையும் பற்றறச் செய்ய இது ஏற்ற ஔஷதம். நெய் அல்லது வெண்ணெய்க்குப் பதிலாகத் தேன்விட்டு அரைத்தெடுக்கும் களிம்பு மேஹரணங்களில் மேலான குணஞ்செய்வதாக அறியப்படுகிறது. ஒன்றிலும் தீராத படர்தாமரை அல்லது அரைக்கடுவான்மேல் இதை நன்றாகத் தேய்த்துவர சீக்கிரத்தில் அவ்வித சர்மவியாதி நீங்கிவிடும். கண்ணிமைகள் மிகச்சிவந்து வீங்கியிருப்பின், இக்களிம்பை இமைகளில் இரவு நேரங்களில் பூசிவர நற்பயன் விளையும்.

பானாப்ஷா—ஓர் வடதேசத்திய ஔஷதச் சரக்கு.

இது ஒரு சிறிய பூண்டு. நேபாளம் முதலிய மலைப்பிரதேசங்களில் உண்டாகிறது. இதன் பூவையே ஔஷதங்களில் விசேஷமாக உபயோகிக்கின்றனர். இப்பொழுது மேனாட்டு வைத்தியர்கள் இருமலுக்கும், மார்ச்சளிக்கும், வமனம் செய்வதற்கும் உபயோகப்படுத்துகிற இபிகாக்கூனா (ipecacuanha) என்கிற சரக்குக்குப் பதிலாக பானாப்ஷா (banafsha) என்னும் இந்தியச் சரக்கை உபயோகிக்க மேலான குணமுண்டாவதாக 'ப்ராக்டிகல் மெடிஸின்' என்கிற வைத்தியப்பத்திரிகை கூறுகின்றது. இபிகாக்கூனாவுக்குள்ள குமட்டலைத் தரும் ஒருவித வாஸனையும் இப்பூண்டுக்கு உண்டு. அம்பாலா ஜில்லாவின் மலையோரங்களிலும் இது ஏராளமாக விளைகின்றதாம்.

ஸர்ப்ப விஷத்திற்கு ஓர் முறிவு.

பெரல் லாபொரடரி என்னும் ஆராய்ச்சிசாலையில் ஸர்ப் விஷத்தை முறிப்பதற்கென்று புதுமாதிரியான ஓர் ஔஷதம் (New antidote against snake venom) ஸமீபத்தில் கண்டு பிடிக்கப்பட்டது. ஸர்ப்பந்தீண்டிய ஒரு மனிதனுக்கு சீதளம் மேலிட்டு, வாதஸம்பந்தமான கோளாறுகளுமுண்டாய், பிராணாபாயமான நிலைமை நேர்ந்திருக்க இவ்வௌஷதப் பிரயோகத்தினால் இருபது நிமிஷத்தில் அவன் ஸௌக்கியமடைந்தான். இதேமாதிரி மற்றொரு கேஸ் சில நாட்களுக்கு முன்னமே அவ்விடத்தில் சிகித்ஸை செய்யப்பட்டு ஆரோக்கியமடைந்தது. இந்தியாவுக்கு வேண்டுமானவளவு இவ்விஷமுறிவு தயார் செய்யப்பட்டிருப்பதாகவும், இந்தியாவுக்கு வெளியில் இதர தேசங்களுக்கும் இங்கிருந்து அனுப்பப்படுவதாகவும் தெரியவருகிறது.—Practical Medicine.

வாழைப்பழம்.

உலகத்தில் வாழைப்பழம் அஜீர்ண ரோகிகளுக்குத் தகாததென்று ஒரு பிரஸித்தியுண்டானதற்குக் காரணம் தெரியவில்லை. நன்றாகக் கனிந்த பழத்தை உபயோகிப்பதே நலம். சிறிது கனிந்திருப்பதை சமையல் செய்து சாப்பிடலாம். மற்ற உணவு வகைகள் உபயோகப்படாமற் போகையில் இதுதான் தகுந்த உணவென்று அறியப்படுகிறது. சரீரத்தைப் போஷிப்பதற்கு இது இணையற்றதாயிருக்கிறது. இதர பழவர்க்கங்களைப் பார்க்கினும் விலையில் மலிந்தும், சுவையில் மேன்மையுற்றதாகவும் இருக்கின்றது. —American Practitioner.

பாஸ்வராம்லம்.

வெகு நாள் தொடர்ச்சியாக, விளாவிய பாஸ்வராம்லத்தை (diluted phosphoric acid) 5 அல்லது 10 துளிகள் ஜலத்தில் சேர்த்து உட்கொண்டு வந்தால், மூளைக்குண்டான பலக்குறைவு நிவ்ருத்தியாய் புத்தியும் மேன்மையடையும்.—The Hospital Assistant.

NOTES AND ITEMS OF INTERST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

ராணுவத்திலுள்ள ஜனங்களுக்கு ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தைத் தடுத்தல்.

அம்மைக் குத்துவதற்கு உபயோகிக்கப்படும் வீரம் என்னும் ஒருவித நிணநீரைப்போல், ஸந்நிபாத ஜ்வரம் வராமல் தடுப்பதற்கும் 'ஆண்டீ-டைபாய்ட் வாக்ஸின்' என்று ஒருவித மருந்து இப்பொழுது ஏற்பட்டிருக்கிறது. யுத்த ஆபீஸார் இப்பொழுது ஸேனையிலுள்ள ஜனங்கள் யாவருக்கும் ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தைத் தடுக்க இனாகுலேஷன் உடனே செய்ய வேண்டியது அவசியமென்று 'ராயல் ஆர்மி மெடிகல் கார்ப்ஸ்' என்கிற யுத்த ஸம்பந்தமான வைத்திய ஆபீஸுக்கு ஓர் உத்தரவு அனுப்பியிருக்கிறார்கள். இதற்காக ஆண்டீ-டைபாய்ட் வாக்ஸின் என்கிற ஔஷதம் எவ்வளவு வேண்டுமோ அவ்வளவும் யுத்த ஆபீஸாரால் சேகரிக்கப்பட்டிருக்கிறது.—Lancet.

இந்தியன் அம்புலேன்ஸ் கார்ப்ஸ்.

அம்புலென்ஸ் கார்ப்ஸ் என்றால்—ரணகளத்தில் காயம்பட்டு அவஸ்தைப்படும் ஜனங்களுக்கு உபசா

ரம் செய்து, தற்காலம் பிராணபாயம் நேரிடாதபடி ஸாதாரண சிகித்ஸை செய்யும் ஒருவித ஸங்கம். இப்பொழுது இங்கிலாந்தில் நமது தேசாபிமானியான மிஸ்டர் காந்தியும், அவர் மனைவியாரும் யுத்தத்தில் காயம்பட்டு அபாயமுறும் இந்திய ஜனங்களுக்கு உதவுவதற்காக 'இந்தியன் அம்புலென்ஸ் கார்ப்ஸ்' என்கிற ஒரு ஸங்கத்தை ஏற்படுத்தியிருப்பதாகவும், அதில் ஏற்கனவே 150 வாலெண்டியர்களுக்குமேல் சேர்ந்துவிட்டதாகவும், அவ்விருவர்களுடைய ஸெர்வீஸை க்ரேட் ப்ரிடன் கவர்ன்மெண்டும், யுத்த ஆபீஸும் ஆதரவுடன் ஏற்கத்தயாராயிருப்பதாய் தெரிவித்ததாகவும் அறிய நாம் ஸந்தோஷப்படுகிறோம். இச்சங்கத்திற் சேர்ந்துள்ள வாலெண்டியர்களில் பலர் யுத்தப் பிரதேசத்திற்குச் செல்வதாகவும், சிலர் இங்கிலாந்திலேயே இருந்துகொண்டு யுத்தகளத்திலிருந்து அவ்விடத்திற்குக் கொண்டுவரப்படும் ஜனங்களை உபசரித்துவருவார்களென்றும் தெரியவருகிறது.

சஸ்திர சிகித்ஸைக்கு உபயோகமான பஞ்சு.

இப்பொழுது நேரிட்டிருக்கும் யுத்தத்தினால் வெளிநாடுகளிலிருந்து சாமான்கள் வருவது குறைந்தும் நின்றுபோயுமிருக்கிறது. சஸ்திர சிகித்ஸை செய்கையிலும் மற்ற ஸமயங்களிலும் புண்களின்மேல் வைத்துக் கட்டுவதற்கு உபயோகமான சிறந்த பஞ்சுகள்கூட வெளிநாடுகளிலிருந்து வருவது தடைபட்டிருக்கும் இச்சமயத்தில் 'பெங்கால் கெமிகல் அண்ட் பாரமக்யூடிகல் ஒர்க்ஸ்' என்கிற ஔஷதசாலையார், இந்தியாவிலுண்டாகும் பஞ்சுகளைக்கொண்டே 'இண்டியன் அப்ஸார்பெண்ட் காடன்' என்று சஸ்திர சிகித்ஸைக்கு உபயோகமாகும்படியான பஞ்சு வேண்டிய வளவு தேசமெங்கும் ஸப்ளை செய்வதாக விளம்பரம் செய்திருப்பதாய் அறிய ஸந்தோஷப்படுகிறோம்.

ஆயுர்வேத வைத்தியசாலைகளுக்கு க்ராண்டு.

இம்மாதம் சென்னைக் கார்போரேஷனில் நடந்த பொதுமீடிங்கு ஒன்றில் தீர்மானிக்கப்பட்ட விஷயங்களுள் இரண்டு ஆயுர்வேத வைத்தியசாலைகளுக்கு க்ராண்டு கொடுப்பதைப்பற்றிய விஷயமும் ஒன்று. ஏற்கனவே இரண்டுவருஷகாலமாய் சென்னையிலுள்ள மிகப்பிரஸித்தயான ஸ்ரீ கன்னிகா பரமேச்வரீ ஆயுர்வேத வைத்யசாலையை கவர்ன்மெண்டாருடைய உத்திரவின்மேல் டிஸ்ட்ரிக் ஸர்ஜன் அட்போதைக்கப்போது வந்து பார்வையிட்டதில் வெகு திருப்திகரமான அபிப்பிராயம் வெளியிட்டிருக்கின்றனர். இதே விதமாக மைலாப்பூரிலிருக்கும் வெங்கடரமண வைத்தியசாலையையும் மேற்படி உத்தியோகஸ்தர் பார்வையிடுவதுண்டென்று அறிகிறோம். இனிமேல் கவர்ன்மெண்டாருடைய இன்ஸ்பெக்ஷன் முதலியது அநாவசியகமென்றும், சென்னைக்கார்பொரேஷன் ஸொந்தத்தில் ஏதேனும் ஏற்பாடு செய்துகொள்ளவேண்டியதென்றும், அவற்றுள் ஸ்ரீ கன்னிகா பரமேச்வரீ வைத்தியசாலைக்கு 500 ரூபாயும், வெங்கடரமண வைத்தியசாலைக்கு 100 ரூபாயும் க்ராண்டு கொடுத்துவிடவேண்டியது அவசியமென்றும் கவர்ன்மெண்டிடமிருந்து வந்த உத்தரவானது கார்பொரேஷனால் ஆமோதிக்கப்பட்டது. இவ்விதமே வெளியூர்களிலுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியசாலைகளுக்கும்ஆங்காங்குள்ள முனிஸிபாலிடியாரையும், லோகல் போர்டுகளையும் திரவிய ஸஹாயம் செய்யும்படி நமது வைத்தியர்கள் கேட்டுக்கொள்வது நலம்.

ஜலஸ்தம்பம்.

மனிதருடைய தேஹம் சுத்த ஜலத்தைவிட 11-மடங்கு இலேசு; உப்பு அல்லது சவர்ஜலத்தைவிட 10-மடங்கு பாரத்தில் குறைவு. ஜலத்தைவிட மனிதன் மிக இலேசாக விருப்பதால், மனிதர் சரியானபடி ஆத்மபாரத்தின் மத்திய நிலைமையை (centre of gravity) நிலை நிறுத்துவதில் சிறிது பழக்கம் பெற்றால் ஜலத்தின் மேல் நிற்கவும் உட்காரவும் முடியும். ஆத்மபாரத்தின் மத்திம நிலைமையை ஒழுங்குபடுத்திக்கொண்டு இவ்விதம் செய்வது சில நாள் அப்பியாஸம் செய்வதாலேயே நிறைவேறக்கூடியதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. தினந்தோறும் சிறிது நேரமாவது விடாமல் அப்யாஸம் செய்துவந்தால் முற்காலங்களில் யோகிகள் செய்துவந்த ஜலஸ்தம்பமென்னும் கலையை அனைவரும் ஸாதித்துவிடலாம். இதை ஒவ்வொருவரும் அப்யஸித்துவருவதால் ஜலத்தில் மூழ்கி இறந்துவிடும் ஜனங்களின் எண்ணிக்கை மிகவும் குறைந்துவிடும். நீந்துவதைப்போல் ஜலஸ்தம்பமும் அப்யாஸத்தினால் ஸாதிக்கக்கூடியது.—Health and Happiness.

நூறுபலம் வெள்வேலம்பட்டையை இடித்து, ஒரு த்ரோணபரிமாணங்கொண்ட ஜலத்தில் பக்குவம் செய்யவும்; அதை நாலில் ஒருபாகமாகச் சுண்டக்

இரிமேதாதி தைலம். காய்ச்சி, அக்கஷாயத்தை வடிக்கட்டி யெடுத்துக்கொண்டு இரண்டு ப்ரஸ்தங்கொண்ட தைலத்தை அதில் சேர்த்து, பிறகு வெள்வேலம்பட்டை, இலவங்கம், காவிக்கல், அகில், தாமரைக்கிழங்கு, மஞ்ஜிஷ்டி, வெள்ளிலோத்தி, இலுப்பை, செவ்வரக்கு, ஆல், கோரைக்கிழங்கு, இலவங்கப்பட்டை, ஜாதிக்காய், கர்ப்பூரம், தக்கோலம், கருங்காலி, சந்தனம், ஆரைப்பூ, சிற்றேலம், நாககேஸரம், கருவேப்பிலை இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் கால்பல மெடை யெடுத்து கல்கமாகச் செய்து, தைலத்தில் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும். இத்தைலத்தை யுபயோகித்தால் வாயிலுண்டாகும் புண்கள், தசைகள் கெட்டுப்போதல், நரைத்தல், பல் சொத்தைப்பிடித்தல், பல்லில் த்வாரம் விழுதல், பல் கருநிறங்கொள்ளல், பல் சிலிர்த்தல், பல்லில் சீழ்க்கட்டியுண்டாதல், பற்களில் கிருமியுண்டாதல், பற்களில் துர்நாற்ற மேற்படுதல், நாக்கு, தவடை, உதடுகள் இவற்றிலுண்டாகும் வியாதிகள் இவையனைத்தும் தீரும். 161—165½.

ஜாதீபல்லவாதி தைலம். ஜாதி, வேம்பு, பேய்ப்புடல், பச்சிலை இவற்றின் தளிர்கள், தேன்மெழுகு, அதிமதுரம், கோஷ்டம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், கடுகரோஹிணீ, மஞ்ஜிஷ்டை, தாமரைக்கிழங்கு, வெள்ளிலோத்தி, கடுக்காய், கருநெய்தல், மயில்துத்தம், நன்னாரி, பச்சிலையின் வித்து இவற்றை ஸமயெடையாகச் சேர்த்து இடித்து இக்கஷாயத்தில் தைலம் பக்குவம் செய்யவும். நாடீவ்ரணம், கொப்புளம், சொரி-சிரங்கு, ஆயுதங்களால் அப்பொழுதே யுண்டான விரணம், அக்னிவிரணம், நகம், பற்கள் இவை தாக்குவதாலுண்டாகும் விரணம், மற்றும் கெட்டுப்போன விரணங்கள் இவற்றிலெல்லாம் இத்தைல முபயோகமாகும். 166—169½.

ஹிங்க்வாதிதைலம். பெருங்காயம், தும்பில், சுக்கு இவற்றைக் கடுகெண்ணெயில் சேர்த்துக் காய்ச்சவும். இத்தைலத்தை காதில்விட்டு வந்தால் காதுவலி நிவ்ருத்தியாகும். 170½.

பாலபில்வ தைலம். பில்வயிலைத்தளிர்களை பசு மூத்திரத்தில் அரைத்து, தைலத்தில் அக்கல்கத்தையும், ஆட்டுப்பாலையும், ஜலத்தையும் சேர்த்துக் காய்ச்சி காதில் விட்டுவந்தால் செவிட்டுத்தன்மையும் போய்விடும். 171½.

பாலமூலகாதி தைலம். இளம் முள்ளங்கிக்கிழங்கு, கடலை முதலிய இரட்டைப்பிளவான பருப்புகளுள்ள சில தானியங்கள் இவற்றை எரித்தெடுக்கப்படும் க்ஷாரங்களென்னும் உப்புகள், ஸர்ஜக்ஷாரம், யவக்ஷாரம், பஞ்ச லவணங்கள்[1], பெருங்காயம், முருங்கை, சுக்கு, தேவதாரு, வசம்பு, கோஷ்டம், சதகுப்பி, மரமஞ்சள், கிரந்திதகரம், கோரைக்கிழங்கு இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் கால் கால் பலமெடுத்து கல்கம் செய்து, ஒரு ப்ரஸ்தப் பிரமாணங்கொண்ட தைலத்திற் கலந்து, வாழை மரச்சாறு, மாதளஞ்சாறு, மதுஸூக்த மென்னும் ஒருவித காடி இவற்றை தைலத்தினும் நான்கு மடங்கு அதிகமாகச் சேர்த்து தைலத்தைக் காய்ச்சவும். காதில் சீழ்வடிதல், காதிரைத்

1. பஞ்சலவணம்—இந்துப்பு, அட்டுப்பு, கடலுப்பு, சவுட்டுப்பு, கரியுப்பு இவையே யாம்.

தல், காதுவலி, செவிட்டுத்தனம், காதில் கிருமியுண்டாதல், மற்றுமுள்ள காதைப்பற்றிய வியாதிகள், முகத்திலுண்டாகும் நோய்கள் அனைத்தையும் இத்தைலம் நிவ்ருத்தி செய்யும்.

[எலுமிச்சம் பழரஸம் ஒரு பிரஸ்த்தம், தேன் நான்கு பலம், திப்பிலிப் பொடி ஒரு பலம் இவற்றை ஒரு மட்பாத்திரத்தில் ஒன்றாகச் சேர்த்து, பாத்திரத்தின் வாயை மூடி, தானியக் களஞ்சியத்தில் ஒரு மாதகாலம் வைத்தெடுத்தால் அது மதுஸூக்தம் எனப்படும்.] 172—177½.

பாடாதி தைலம்.

வட்டத்திருப்பி, மஞ்சள், மரமஞ்சள், மருளங்கிழங்கு, திப்பிலி, ஜாதிமல்லியின் தளிர், நேபாளம் இவற்றைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த தைலத்தை நஸ்யமிட்டால் நாள்பட்ட பீநஸரோகம் தீரும். 178½.

குஷ்டாதி தைலம் அல்லது க்ருதம்.

கோஷ்டம், பில்வவேர், திப்பிலி, சுக்கு, திராக்ஷை இவற்றைக் கஷாயமிட்டு, இதே பதார்த்தங்களை கல்கமாகவும் சேர்த்து, தைலமாவது க்ருதமாவது பக்குவம் செய்து, அத்தைலம் அல்லது க்ருதத்தைக் கொண்டு நஸ்யமிட்டால் ஜலதோஷத்தினலுண்டாகும் அதிகமான தும்மல் தணிந்துவிடும். 179½.

வ்யாக்ரியாதி தைலம்.

கண்டங்கத்திரி, நேபாளம், வசம்பு, முருங்கை, துளஸி, த்ரிகடு, இந்துப்பு இவற்றைக் கல்கமாகச் செய்து பக்குவம் செய்யப்படுகிற தைலத்தை நஸ்யமாக உபயோகித்தால் மூக்கில் சீழ்வடிந்து துர்நாற்ற மெடுப்பது நிவ்ருத்தியாகும்; இதனல் குடலின் பாசநசக்தியும் விருத்தியாகும். 180½.

க்ருஹதூமாதி தைலம்.

ஒட்டடை, திப்பிலி, தேவதாரு, யவக்ஷாரம், மஞ்சள், இந்துப்பு, நாயுருவிவிதை இவற்றால் பக்குவம் செய்த தைலம் நாஸார்சஸ் என்னும் மூக்கிலுண்டாகும் வியாதியைப் போக்கும். 181½.

வஜ்ர தைலம்.

கள்ளிப்பால், எருக்கம்பால், ஊமத்தையிலைச் சாறு, சித்திரமூலத்தின் சாறு, எருமைச் சாணிப்பால் இவை ஒவ்வொன்றும் ஸமயெடை யெடுத்து, இவையனைத்துக்கும் ஸமமாக நல்லெண்ணெய் சேர்த்து, தைலம் மட்டும் மிகும்படியாய் காய்ச்சியெடுத்து, மறுபடியும் அத்தைலத்தை அதற்கு நாலு மடங்கு அளவான பசு மூத்திரத்தில் சேர்த்து, தைலம் மிகுமாறு பக்குவம் செய்தெடுக்கவும். பிறகு கந்தகம், சித்திரமூலம், மனச்சிலை, தாளகம், வாய்விடங்கம், அதிவிடயம், வத்ஸநாபி, பேய்ச்சுரை, கோஷ்டம், வசம்பு, ஜடாமாம்ஸீ, த்ரிகடு, தேவதாரு, அதிமதுரம், ஸர்ஜக்ஷாரம், ஜீரகம், செம்மரம் இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் கால்பலமெடுத்து சூர்ணம் செய்து எண்ணெயில் சேர்த்து பக்குவம் செய்ய வேண்டும். இதற்கு வஜ்ர தைலம் எனப் பெயர். இதை அப்யங்கம் செய்துவந்தால் ஸகல குஷ்டங்களும் தீரும். 182—186.

கரவீராதி தைலம்.

அலரிவேர், நேபாளம், சிவதைவேர், பீர்க்கு இவற்றை—வாழைமரத்தை யுலர்த்தி எரித்தெடுத்த க்ஷாரம் கறைத்த ஜலத்தில் சேர்த்து, தைலத்தை அதில் ஊற்றிக் காய்ச்சி யெடுத்து, அத்தைலத்தை மயிர்கள் உதிர்வதற்கு உபயோகிக்கலாம். 187.

லாக்ஷா சந்தநாதி தைலம்.

சந்தனம், வெட்டிவேர், நகமென்னும் கந்தத்ரவ்யம், மரமஞ்சள், அதிமதுரம், கல்மரம், தாமரைக் கிழங்கு, மஞ்ஜிஷ்டி, ஸரளமரப்பட்டை, தேவதாரு, குருவேர், ஏலக்காய், புங்கை, நாககேஸரம், இலவங்கப்பத்திரி, முறமென்கிற வாஸனை வஸ்து, ஜடாமாம்ஸீ, தக்கோலம், கோரைக்கிழங்கு, மஞ்சள், நன்னரி, கடுகரோஹிணீ, இலவங்கம், அகில், குங்குமப்பூ, இலவங்கப் பட்டை, அரேணுகம், நளி யென்னும் கந்தத் திரவ்யம் இவற்றை ஸமபாக மெடுத்துப் பொடித்து, தயிரின்மேலுள்ள தெளிவு நீர் எடுத்து அதில் தைலத்தையும் முற்கூறிய வஸ்துக்களின் கல்கத்தையும் சேர்க்கவேண்டும்; தயிரின் தெளிவு நீர் தைலத்திலும் நாலு மடங்கு அதிகமாயிருக்கவேண்டும்; அத்தைலத்திற்கு ஸமான பாகம் செவ்வரக்குக் கஷாயமும் சேர்க்கவேண்டும். இத்தைலம் கிரஹதோஷங்களைப் போக்கும்; பலத்தை விருத்தி செய்யும்; அபஸ்மாரம், ஜ்வரம், உன்மாதம், பேய் பிசாசு முதலியவற்றையும் அகற்றும்; ஆயுளை விருத்தி செய்யும்; சரீரத்திற்கு புஷ்டியைத் தரும்; வசீகரணம் செய்வதில் உத்தமௌஷதம்; விசேஷமாக க்ஷயரோகம், இரத்தபித்தம் இவற்றைப் போக்கும். 188—191½.

வசாதி தைலம்.

வசம்பு, கச்சோரம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், தேவதாரு, சுக்கு, கடுக்காய், அதிவிடயம், கோரைக்கிழங்கு, வாலுளுவை இவை ஒவ்வொன்றும் பத்து பலமெடுத்து, நான்கு த்ரோண பரிமாணங் கொண்ட ஜலத்தில் சேர்த்து க்வாதம் செய்யவும்; இதில் தகரயிலைச் சாற்றையும் சேர்த்து, கடுகெண்ணெயை அதில் ஊற்றிச் சிறுகச்சிறுக எரித்தல் போடவும். நாலில் ஒரு பங்காக வற்றி யிருக்கையில் சிறிதளவு ஸிந்தூரத்தைச் சேர்த்து இறக்கி விடவும். இத்தைலம் கடுந்துயரளிக்கும் கண்டமாலையை நிவ்ருத்தி செய்யும். 192—194-½.

நிர்குண்டியாதி தைலம்.

கருநொச்சியிலைச் சாற்றில் தைலம் சேர்த்துக் காய்ச்சி, அதில் சிவனர் கிழங்கைப் பொடித்து கல்கமாகச் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும். இத்தைலத்தை நஸ்யமாக உபயோகித்தால் மிகக்கடினமாக வருத்தந்தரும் கண்டமாலையையும் தீர்க்கும். 195½.

பத்தாவது அத்தியாயம்.

(ஸந்தான விதி [1])

ஸந்தான முறை.

ஔஷதி வகைகளை சில திரவபதார்த்தங்களில் வெகு நாட்களளவும் சேர்த்து ஊறவைத்து, அதனல் அப்பதார்த்தங்களிலிருந்து ஸத்துவங்களைக் கூட்டும் முறையானது 'ஸந்தானம்' எனப்படும்; அவ்வித ஸந்தான முறையினல் ஆஸவம், அரிஷ்டம் முதலிய பலவேறு மதுவகைகள் ஔஷதமாய் உபயோகப்படுமாறு பக்குவம் செய்யப்படும். 1.

1. மூலிகை முதலியவற்றை ஏதேனும் தகுந்த திரவபதார்த்தங்களில் சேர்த்து வெகு நாள் புளிக்க வைத்தும், வாலை முதலியவற்றின் மூலமாய் ஆவியாக இறக்கியும் பலவகைகளில் பக்குவம் செய்யப்படும் மது இனங்களின் பாகமுறையானது 'ஸந்தானவிதி' என்று கூறப்படும்.

ஔஷதி முதலியவற்றையும் ஜலத்தையும் காய்ச்சி பக்குவம் செய்யாமலே, ஔஷதிகளை ஜலத்தில் அப்படியே சேர்த்துத் தயார் செய்யப்படும் மத்யமானது 'ஆஸவம்' என்றும், ஔஷதிகளை ஜலத்தில் சேர்த்து க்வாதம் செய்து பக்குவம் செய்யப்படுவது 'அரிஷ்டம்' என்றும் வழங்கப்படும். இவற்றை உட்கொள்வதற்கு பொதுவாக ஏற்பட்ட அளவு ஒரு பலமாம். 2.

ஆஸவாரிஷ்டங்களின் அவற்றின் பிரமாணமும்.

ஆஸவாரிஷ்டங்களில் வஸ்துக்கள் சேர்க்கவேண்டிய தற்கான அளவுகள் கூறப்படாதவிடத்து அடியில் வருமாறு பதார்த்தங்களைச் சேர்க்கவேண்டும்:—திரவபதார்த்தம் ஒரு த்ரோணம் சேர்க்கப்படுமானால் வெல்லம் நூறு பலம், தேன் ஐம்பது பலம், மற்ற கல்கவகைகள் வெல்லத்தில் பத்திலொரு பங்கு. 3.

ஆஸவாரிஷ்டங்களில் வஸ்துகள் சேர்க்க வேண்டியதில் பொதுப்பிரமாணம்.

இனிய சுவையுள்ள மூலிகை முதலியவற்றைக் காய்ச்சாமலே ஜலத்தில் ஊறவைத்து பக்குவம் செய்யப்படும் மத்யமானது 'சீதரஸ சீது' என்று சொல்லப்படும். 3½.

சீதரஸ சீது.

நன்றாக சமையல் செய்த இனிய சுவையுள்ள மூலிகைகளாலும் திரவபதார்த்தத்தாலும் பக்குவம் செய்யப்படுகிற மத்யம் 'பக்வரஸ சீது' என்று வழங்கப்படும். 4.

பக்வரஸ சீது.

அரிசியினாலான அன்னத்தை நன்றாக மீண்டும் சமைத்து, அதிலிருந்து பக்குவம் செய்து இறக்கப்படும் ஒருவித மதுவை 'ஸுரை' என்று கூறுவர். 4½.

ஸுரை.

ஸுரையினுடைய மேற்புறத்தில் தெளிவாக வருவது 'ஸுராமண்டம்' அல்லது 'ப்ரஸந்நா' என்று கூறப்படும். ஸுராமண்டத்தை வேறொரு பாத்திரத்தில் இறுத்துக்கொண்டால் அதற்கடியில் சிறிது தடிப்பாயிருக்கும் பாகம் 'காதம்பரீ' என்றும், அதற்கும் அடியில் சிறிது குழம்பியிருக்கும் திரவபாகம் 'ஜகலம்' என்றும், அதற்கும் கீழ் மிகவும் குழம்பாய் தங்கியிருப்பது 'மேதகம்' என்றும் சொல்லப்படும். இந்த மேதகத்தைப் பக்குவம் செய்து ஸாரத்தையெடுத்து விட்டபின் அடியில் தங்குகிற திப்பியான பாகம் 'கிண்வகம்' என்று சொல்லப்படும். 5,6.

ப்ரஸந்நா, காதம்பரீ, ஜகலம், மேதகம், கிண்வகம்.

பனை, கர்ஜூரம் இவை முதலியவற்றின் சாற்றைக்கொண்டு ஸந்தானம் செய்யப்படுவதாலுண்டாகும் மதுவை 'வாருணீ' என்பார்கள். [இதுதான் ஸாதாரணமாய் இப்பொழுது 'கள்' என்று வழங்கப்படுகிறது.] 6½.

வாருணீ.

ஏதேனும் திரவபதார்த்தத்தில் கிழங்குகள், வேர்கள், கனிவர்க்கங்கள் முதலியவற்றையும், ஸ்நேஹவர்க்கங்களையும்[1], உப்புவகைகளையும் சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்படும் ஒருவித மத்யமானது 'ஸுக்தம்' எனப்படும். 7½.

ஸுக்தம்.

1. ஸ்நேஹவர்க்கங்கள்—117-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

தேனாவது, அல்லது அதைப்போல் இனிய சுவையுள்ள வேறுவகையான திரவபதார்த்தமாவது பதனழிந்து புளித்துப் போனபின்பு அதை மத்யம்போல் ஸந்தானம் செய்தால் அது 'சுக்ரம்' என்று சொல்லப்படும். 8½.

சுக்ரம்.

வெல்லம் கலந்த ஜலம், தைலம், கிழங்குகள், வேர்கள், கனிவர்க்கங்கள் இவற்றைச் சேர்த்து ஸந்தானம் செய்யப்பெற்ற புளிப்பான ஒருவகை மத்யத்திற்கு 'குடஸுக்தம்' என்று பெயர். இவ்விதமே கருப்பஞ் சாற்றைக்கொண்டு செய்யப்படுவதற்கு 'இக்ஷுஸுக்தம்' என்றும், திராக்ஷையைக்கொண்டு செய்யப்படுவதற்கு 'திராக்ஷாஸுக்தம்' என்றும் பெயர். 9, 10.

குடஸுக்தம் முதலியது.

யவதானியங்களை உடைத்து, அப்படியே உமியுடன் சமைக்காமல் ஜலத்தில் ஊறவைத்து ஸந்தானம் செய்யப்படுவது 'துஷாம்பு' என்று வழங்கப்படுமாம். 10½.

துஷாம்பு.

யவதானியங்களை உடைத்து, உமிநீக்கி சமையல் செய்து ஸந்தானம் செய்தால் 'ஸௌவீரம்' என்கிற ஒருவகையான மது உண்டாகும். 11.

ஸௌவீரம்.

பெருங்கடலை, கொத்தமல்லிவிதை இவற்றை க்வாதம் செய்து, அதின்மேல் படர்ந்துவரும் ஏடு முதலியவற்றையெடுத்து ஸந்தானம்செய்து 'காஞ்ஜிகம்' என்கிற மத்யம் பக்குவம் செய்யப்படும். 11½.

காஞ்ஜிகம்.

முள்ளங்கி, கடுகு முதலியவற்றைச் சேர்த்து ஸந்தானம் செய்வதால் 'சண்டாகீ' என்கிற மத்யம் உண்டாக்கப்படும். 12.

சண்டாகீ.

வெட்டிவேர், குருவேர், அல்லிக்கிழங்கு, பெருங்குமுழன், கருநெய்தல், ஞாழல், தாமரைக்கிழங்கு, வெள்ளிலோத்தி, மஞ்ஜிஷ்டி, காஞ்சோறி, வட்டத்திருப்பி, கிலவேம்பு, கடுகரோஹிணீ, ஆல், அத்தி, கச்சோரம், பர்ப்பாடகம், வெண்தாமரை, பேய்ப்புடல், நாககேஸரம், நாவல்பிசின், இலவம்பிசின் இவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பலமெடுத்து நன்கு சூர்ணம் செய்து, இருபது பலம் திராக்ஷை, பதினாறுபலம் ஆரைப்பூ இவற்றையும் இரண்டு த்ரோண பரிமாணங்கொண்ட ஜலத்தில் சேர்த்து, சர்க்கரை நூறுபலம், தேன் நூறுபலம் இவற்றையும் அதில் சேர்த்து, ஜடாமாம்ஸி, மிளகு இவற்றையெரித்து அவற்றிலிருந்துண்டாகும் புகையினால் ஸம்ஸ்காரம் செய்யப்பட்ட ஒரு மட்பாத்திரத்தில் அதை ஊற்றி ஒரு மாதகாலம் மூடிவைத்திருந்து பிறகு எடுத்து வடிகட்டி உபயோகிக்கவும். இது 'உசீராஸவம்' எனப்படும். இரத்தபித்தம், பாண்டு, குஷ்டம், ப்ரமேஹம், அர்சஸ், கிருமிரோகம், சோகை இவற்றைப் போக்குவதற்கு இது ஏற்ற ஔஷதமாம். 13—17½.

உசீராஸவம்.

நன்கு பக்குவமாய் செழித்துவளர்ந்து பூச்சி முதலியவற்றால் அரிக்கப்படாத சோற்றுக் கற்றாழைகளையிடித்து ஸ்வரஸம் பிழிந்து, அதில் ஒருத்ரோண பரிமாணங்கொண்ட சாற்றை நெய்யிட்டுப்பழகிய கல் அல்லது மண்மயமான பாத்திரத்தில் சேர்க்கவும்; தேன் ஐம்பது பலமும், சுத்திசெய்த அயம்

குமார்யாஸவம்.

ஐம்பது பலமும் அதில் கலக்கவேண்டும் ; த்ரிகடு, இலவங்கம், சாதுர்ஜாதகம்[1], சித்திரமூலம், மோடி, வாய்விடங்கம், யானைத்திப்பிலி, சவ்யம், கொத்தமல்லிவிதை, கமுகு, கடுகரோஹிணீ, கோரைக்கிழங்கு, த்ரிபலை, சிற்றரத்தை, தேவதாரு, மஞ்சள், மரமஞ்சள், மருளங்கிழங்கு, அதிமதுரம், நேபாளம், தாமரைக்கிழங்கு, சிற்றுமுட்டி, பேராமுட்டி, காஞ்சோறி, த்ரிகண்டகம்[2], சதகுப்பி, இங்குபத்ரி, அக்காரகாரம், சாறணை, வெள்ளைச்சாறணை, வெள்ளிலோத்தி, பொன்னிமிளை இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் அரைப்பலமும், ஆரைப்பூ எட்டு பலமும் சேர்த்து ஆஸவம் பக்குவம்செய்யவும். இதைச் சரீர கூறுபாடு, வயதின் அளவு இவற்றைக் கவனித்து இரண்டு பலமாவது, ஒரு பலமாவது, அரைப் பலமாவது உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். இது பலம், பசி, தேஹபிறம் இவற்றை விருத்திசெய்யும். ப்ரஹ்மணம், ரோசனம், வ்ருஷ்யம் என்கிற குணங்கள் இதற்கு அதிகமாயுண்டு. பரிணாமசூலை, எட்டுவிதமான உதரரோகங்கள், உக்கிரமான க்ஷயரோகம், இருபது விதமான மேஹரோகங்கள், உதாவர்த்தம், அபஸ்மாரம், மூத்திர க்ருச்சிரம், சுக்ரதோஷம், அச்மரீரோகம், க்ருமிரோகம், இரத்தபித்தம் இவற்றை நிச்சயமாய் நிவ்ருத்திசெய்யும். 18—27½.

பிப்பல்யாத்யாஸவம். திப்பிலி, மிளகு, சவ்வியம், மஞ்சள், சித்திரமூலம், கோரைக்கிழங்கு, வாய்விடங்கம், கமுகு, வெள்ளிலோத்தி, வட்டத்திருப்பி, நெல்லிக்கனி, சிற்றேலம், வெட்டிவேர், சந்தனம், கோஷ்டம், இலவங்கம், கிரந்திதகரம், ஜடாமாம்ஸீ, இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், இலவங்கப்பத்திரி, ஞாழல், நாககேஸரம் இவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் அரைப் பலமெடை எடுத்து வெகு நன்றாய் சூர்ணம் செய்து, இரண்டு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து, முன்னூறு பலம் வெல்லத்தையும், பத்து பலம் ஆரைப் பூவையும், அறுபது பலம் திராக்ஷையையும் ஒருமிக்க ஒரு மட்பாத்திரத்தில் சேர்த்துவைக்கவேண்டும் ; பிறகு அப்பதார்த்தங்களின் ஸத்துவம் அனைத்தும் ஜலத்தில் கலந்துவிட்டதாகத் தெரிந்தவுடன் வடிக்கட்டி, அதை ரோகிகளுக்கு உபயோகித்துவரலாம். வைத்தியர்கள் ரோகிகளின் ஜீர்ணசக்தியைக் கண்டறிந்து அவரவருக்கு ஏற்றவிதமான அளவில் இதை உபயோகிக்கச் செய்யவேண்டும். இது பிப்பல்யாதி ஆஸவமென்று சொல்லப்படும் ; இதை க்ஷயரோகம், குன்மம், மஹோதரம், சரீரமெலிவு, கிரஹணீ, பாண்டுரோகம், அர்சஸ் இவற்றில் உபயோகிக்க நற்குணம் பிறக்கும். 28—33.

லோஹாஸவம். நன்கு சூர்ணம்செய்த அயம், த்ரிகடு, த்ரிபலை, குராசானியோமம், வாய்விடங்கம், கோரைக்கிழங்கு, சித்திரமூலம் இவை ஒவ்வொன்றும் நான்குபலம், ஆரைப்பூ இருபதுபலம், வெல்லம் நூறுபலம், ஜலம் இரண்டு த்ரோணம் இவையனைத்தையும் நெய்வைத்துப்பழகிய ஒரு மட்பாத்திரத்தில்சேர்த்து வாயை மட்சீலைசெய்து ஒரு மாதகாலம் வைத்திருக்கவும். இது 'லோஹாஸவம்' எனப்படும். இவ்வாஸவம் நன்கு பசியை உத்தீபனம் செய்யவல்லது ; மேலும் பாண்டு, உடல்வீக்கம், குன்மம், மஹோதரம் முதலிய உதரவியாதிகள், அர்சஸ், குஷ்டம், ப்லீஹமென்னும் மண்ணீரலின்

1. இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், இலவங்கப்பத்ரி, நாககேஸரம் இந்நான்குக்கும் சாதுர்ஜாதகம் எனப் பெயர்.

2. கண்டங்கத்திரி, பூனைக்காலி, சிறுகாஞ்சோறி இம்மூன்றுக்கும் த்ரிகண்டகம் எனப்பெயர்.

வீக்கம், சொரி, இருமல், ச்வாஸம், பகந்தரம், அரோசகம், கிரஹணீ, இருதயத்தைப்பற்றிய வியாதிகள் இவற்றையும் இவ்வாஸவம் நிவ்ருத்தி செய்யும். 34—38.

திராக்ஷாரிஷ்டம். நூறுபலம் திராக்ஷையை நான்கு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து க்வாதமாகக் காய்ச்சவும் ; அதில் சேர்த்த ஜலம் ஒரு த்ரோணமாக வற்றிய பின்பு அதை ஆற்றி வடிக்கட்டி, நெய்வைத்துப் பழகிய ஒரு பாண்டத்தில் ஊற்றி அடியில் வரும் கல்கங்களைச் சேர்க்கவேண்டும்:—தேன் நூறு பலம், தக்கோலம், இலவங்கம், ஜாதிக்காய், மிளகு, இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், இலவங்கப் பத்திரி, நாககேஸரம், திப்பிலி, சித்திரமூலம், சவ்வியம், மோடி, அரேணுகம் இவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பலம்; இவற்றை ஒருவாறு இடித்து மேற்கூறிய கஷாயத்தில் சேர்க்கவும். இதை வைத்து பக்குவம் செய்வதற்கு உபயோகிக்கப்படும் பானையை சந்தனம், அகில் இவற்றால் புகையிட்டு, கர்ப்பூரம் தடவியும் ஸம்ஸ்காரம் செய்வது நலம். இவ்வௌஷதம் கிரஹணீ ரோகத்தைப் போக்கி அக்னிதீபனம் செய்யும்; அர்சஸ், உதாவர்த்தம், குன்மம், வயிற்றுக் கிருமிகள், குஷ்டம், பற்பல விதமான விரணங்கள், நேத்திரரோகம், தலைவலி முதலிய சிரஸ்ஸைப் பற்றிய வியாதிகள், தொண்டையிலுண்டாகும் வியாதிகள் இவற்றைப் போக்கும். 39—43½.

குடஜாரிஷ்டம். வெட்பாலை வேர் நூறுபலம், திராக்ஷை ஐம்பது பலம், இலுப்பைப்பூ பத்து பலம், பெருங்குமிழம்பூ பத்து பலம், இவற்றை நான்கு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்துக் காய்ச்சவும் ; அதில் சேர்த்த ஜலம் நாலில் ஒரு பங்காக வற்றிய பிறகு, இருபது பலம் ஆரைப்பூவையும், நூறு பலம் வெல்லத்தையும் அதில் சேர்த்து, ஒரு மட்பாத்திரத்தில் ஒரு மாதகாலம் வைத்திருந்து எடுக்கவும். இது குடஜாரிஷ்டம் எனப்படும். ஸகல ஜ்வரங்களிலும் உபயோகிக்க இது நல்ல ஔஷதம் ; அக்னிதீபனமும் செய்யும். 44—46½.

விடங்காரிஷ்டம். வாய்விடங்கம், கிரந்திதகரம், சிற்றரத்தை, வெட்பாலரிசி, இலவங்கப்பட்டை, ஜாதிக்காய், வட்டத் திருப்பி, சிற்றேலம், நெல்லிக்கனி இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் ஐந்து பலம் எடுத்துப் பொடித்து, எட்டு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்துக் காய்ச்சி, அக்கஷாயத்தை எட்டில் ஒரு பாகமாகச் சுண்டவைத்து, வடிக்கட்டி ஆறிய பின்பு முன்னூறு பலம் தேன், இருபது பலம் ஆரைப்பூ, இரண்டு பலம் த்ரிஜாதகம்,[1] ஞாழல், நாககேஸரம், வெள்ளிலோத்தி ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பலம், த்ரிகடு எட்டு பலம் இவற்றை சூர்ணம் செய்து மேற்கூறிய கஷாயத்தில் சேர்த்து விடவும். இவையனைத்தையும் நெய் வைத்துப் பழகிய பாண்டத்தில் சேர்த்து ஒரு மாதகாலம் மூடி வைத்திருக்க வேண்டும். பிறகு இதை வடிக்கட்டி யெடுத்து மிகவும் துன்பமளிக்கும் வித்ரதி, ஊருஸ்தம்பம், அச்மரீ, மேஹம், ப்ரத்யஷ்டீலா, பகந்தரம், கண்டமாலை, ஹநுஸ்தம்பம் இவற்றில் உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். இதற்கு 'விடங்காரிஷ்டம்' எனப் பெயர். 47—52.

தேவதாரு ஐம்பது பலம், ஆடாதோடை இருபது பலம், மஞ்ஜிஷ்டி, வாலுளுவை, நேபாளம், கிரந்திதகரம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், சிற்றரத்தை, வாய்விடங்

1. ஏலக்காய், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி இம்மூன்றும் ஒருமிக்க 'த்ரிஜாதகம்' எனப்படும்.

தேவதார்வாத்ய ரிஷ்டம்.

கம், கோரைக்கிழங்கு, காட்டுவாகை, கருங்காலி, மருதை இவற்றில் ஒவ்வொன்றும் பத்து பலம், குராசானியோமம், வெட்பாலரிசி, சந்தனம், சீந்தில், கடுகரோஹிணீ, சித்திரமூலம் இவை ஒவ்வொன்றும் எட்டு பலம், இவையனைத்தையும் எட்டு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து, ஒரு த்ரோணமாகக் காய்ச்சி, வடிக்கட்டி, ஆறியபின்னர் ஆரைப்பூ பதினாறு பலம், தேன் முன்னூறு பலம், த்ரிகடு இரண்டு பலம், த்ரிஜாதம் நான்கு பலம், ஞாழல் நான்கு பலம், நாககேஸரம் இரண்டு பலம் இவ்வனைத்தையும் சூர்ணம்செய்து கஷாயத்தில் சேர்த்து அவற்றை நெய் வைத்துப்பழகிய பாண்டத்தில் ஒருமாதம் வைத்திருந்து, பிறகு எடுத்து வடிக்கட்டி உபயோகிக்கவும். இது, கஷ்டஸாத்யமான ப்ரமேஹ ரோகம், வாத ரோகங்கள், கிரஹணீ, அர்சஸ், மூத்திரக்ருச்சிரம், சொரி, சிரங்கு, குஷ்டம் இவற்றைப் போக்கும். இதற்கு ‘தேவதார்வாத்யரிஷ்டம்’ எனப் பெயர். 53—59.

கதிரா ரிஷ்டம்.

கருங்காலிப்பட்டை ஐம்பது பலம், தேவதாரு ஐம்பது பலம், ஆட்லாங்கொடி பன்னிரண்டு பலம், மரமஞ்சள் இருபது பலம், த்ரிபலை இருபது பலம் இவற்றை எட்டு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து ஒரு த்ரோணமாகக் காய்ச்சி, வடிக்கட்டி ஆறியபிறகு, அதில் இருநூறு பலம் தேன்சேர்த்து, ஐம்பது பலம் சர்க்கரை, ஆரைப்பூ இருபது பலம், தக்கோலம், நாககேஸரம், ஜாதிக்காய், இலவங்கம், ஏலம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி இவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பலம், திப்பிலி நான்கு பலம் இவற்றை நெய் வைத்துப் பழகிய ஒரு மட்பாத்திரத்தில் ஒரு மாதம் வைத்திருந்து பிறகு உபயோகிக்கலாம். இதனால் மஹாகுஷ்டம், இருதயத்தைப் பற்றிய வியாதிகள், பாண்டுரோகம், அர்புதம், குன்மம், கிரந்தி, கிருமிரோகம், காஸம், ச்வாஸம், ப்லீஹமென்னும் மண்ணீரலின் வீக்கம் இவை நிவ்ருத்தியாகும். இது ‘கதிராரிஷ்டம்’ என்று சொல்லப்படும். 60—65.

பப்பூலா ரிஷ்டம்.

இருநூறு பலம் கருவேலம் பட்டையை நான்கு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து, ஒரு த்ரோணம் மிகும்படியாகக் காய்ச்சவும்; பிறகு அக்கஷாயம் ஆறியபிறகு முன்னூறு பலம் வெல்லம், பதினாறு பலம் ஆரைப்பூ, இரண்டு பலம் திப்பிலி, ஜாதிக்காய், தக்கோலம், ஏலம், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, நாககேஸரம், இலவங்கம், மிளகு இவை ஒவ்வொரு பலம், இவ்வனைத்தையும், ஒரு மாதம் மட்பாத்திரத்தில் வைத்திருந்து, அப்பால் எடுத்து வடிக்கட்டி யுபயோகிக்கலாம். இதற்கு ‘பப்பூலா ரிஷ்டம்’ என்று பெயர். இதனால் க்ஷயம், குஷ்டம், அதிஸாரம், ப்ரமேஹம், ச்வாஸ காஸம் இவை தீரும். 66—68-½.

இரண்டாவது திராக்ஷா ரிஷ்டம்.

ஐம்பது பலம் திராக்ஷையை இரண்டு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து, நாலில் ஒரு பங்கு மிகும்படி க்வாதம் செய்து, அதை வடிக்கட்டி ஆறியபிறகு. இருநூறு பலம் வெல்லம், இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், இலவங்கப்பத்திரி, நாககேஸரம், ஞாழல், மிளகு, திப்பிலி, வாய்விடங்கம் இவை ஒவ்வொரு பலம் சூர்ணம் செய்து, அனைத்தையும் மேற்கூறிய க்வாதத்தில் சேர்த்து, நன்றாகக் கலக்கி, ஒரு மாதம் மூடி வைத்து, அப்பால் வடிக்கட்டி அந்த அரிஷ்டத்தை உட்கொள்ளவும். இவ்வௌஷதம் உரக்ஷதம், க்ஷயம், காஸச்வாஸம், தொண்டையிலுண்டாகும் வியாதிகள் முதலியவற்றைப் போக்கும்; சரீரத்தில் சேர்ந்துள்ள கெட்ட மலங்களையும் வெளிப்படுத்தும்; தேஹத்திற்கு வன்மையையுண்டாக்கும். இதற்கு ‘திராக்ஷாரிஷ்டம்’ எனப் பெயர். 69—72½.

ரோஹிதகா ரிஷ்டம்.

நூறு பலம் செம்மரப் பட்டையை நான்கு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து நாலிலொரு பங்கு மிகும்படியாகக் காய்ச்சி, அக்கஷாயத்தை ஆற்றி வடிக்கட்டிய பின் அதில் வெல்லம் இருநூறு பலம், ஆரைப்பூ பதினாறு பலம், பஞ்சகோலம்,[1] த்ரிஜாதம், த்ரிபலை இவை ஒவ்வொரு பலம் இவற்றை சூர்ணம் செய்து க்வாதத்தில் சேர்த்து ஒரு மாதம் வரையில் வைத்திருந்து, அப்பால் வடிக்கட்டி யுபயோகிக்கவும்; இதனால் அர்சஸ், கிரஹணீ, பாண்டு, இருதயத்தைப்பற்றிய வியாதி, ப்லீஹரோகம், குன்மம், மஹோதரம் முதலிய வயிற்றைப்பற்றிய ரோகங்கள், குஷ்டம், சோகை, அரோசகம் இவை நிவ்ருத்தியாகும். இது ‘ரோஹிதகாரிஷ்டம்’ எனப்படும். 73—76½.

தசமூலா ரிஷ்டம்.

சிறுமல்லிகை, பெருமல்லிகை, கண்டங்கத்திரி, சிறுவழுதுணை, நெரிஞ்சி, பில்வம், தழுதாழை, வாகை, பாதிரி, பெருங்குமிழ் இவை ‘தசமூலம்’ எனப்படும். இத்தசமூலத்தில் வகைக்கு ஐந்து பலம், சித்திரமூலம் இருபத்தைந்து பலம், தாமரைக்கிழங்கு இருபத்தைந்து பலம், வெள்ளிலோத்தி இருபது பலம், சீந்தில் இருபது பலம், நெல்லிக்கனி பதினாறு பலம், காஞ்சோறி பன்னிரண்டு பலம், கருங்காலி, உளுந்து, கடுக்காய் இவை வகைக்கு எட்டு பலம், கோஷ்டம், மஞ்ஜிஷ்டி, தேவதாரு, வாய்விடங்கம், அதிமதுரம், கண்டுபாரங்கி, விளாம்பழம், தான்றிக்காய், வெள்ளைச்சாறடை, சவ்வியம், ஜடாமாம்ஸீ, ஞாழல், நன்னாரி, கருஞ்ஜீரகம், சிவதைவேர், அரேணுகம், சிற்றரத்தை, திப்பிலி, கமுகு, கச்சோரம், மஞ்சள், சதகுப்பி, அல்லிக்கிழங்கு, நாககேஸரம், கோரைக்கிழங்கு, வாலுளுவை, கர்க்காடகச்ருங்கி, ஜீவகம், ருஷபகம், மேதா, மஹாமேதா, காகோலீ, ருத்தி, வ்ருத்தி இவற்றில் வகைக்கு இரண்டு பலம் இவ்வாறு இச்சரக்குகளை எட்டுமடங்கு ஜலத்தில் சேர்த்து நாலில் ஒருபங்கு மிகும்படியாகக் காய்ச்சி ஒரு மட்பாத்திரத்தில் சேர்த்து வைக்கவும்; அறுபத்து நான்கு பலம் திராக்ஷையை அதற்கு நாலு மடங்கு ஜலத்தில் சேர்த்துக் காய்ச்சி முக்கால் பாகமாக வற்றவைத்து ஆற்றி முற்கூறிய கஷாயத்துடன் கலக்கவும்; பிறகு முப்பத்திரண்டு பலம் தேனையும், நானூறு பலம் வெல்லத்தையும் அதில் சேர்த்துக் கலக்கவும்; அப்பால் முப்பது பலம் ஆரைப்பூ, தக்கோலம், வெட்டிவேர், சந்தனம், ஜாதிக்காய், இலவங்கம், இலவங்கப்பட்டை, ஏலம், இலவங்கப்பத்திரி, நாககேஸரம், திப்பிலி இவை வகைக்கு இரண்டு பலம் எடுத்து சூர்ணம்செய்து கல்கமாகச் சேர்க்கவும்; இதில் ஒரு சாணமெடை கஸ்தூரியும் சேர்க்கவேண்டும். இவையடங்கிய பாண்டத்தை பூமியில் புதைத்துவைத்து, பதார்த்தங்களிலுள்ள ஸத்துவம் அனைத்தும் கஷாயத்தில் ஊறியபிறகு பாத்திரத்தை வெளியிலெடுத்து, அதிலுள்ள திரவபாகத்தை இறுத்துக்கொண்டு, அதில் தேற்றாங்கொட்டையைச் சிறிது தேய்த்து கலக்கமான பாகம் அடியில் தங்கிவிட, மேலே நிற்கும் தெளிவான பாகத்தை வடித்தெடுத்து உபயோகிக்கவும். இதை கிரஹணீரோகம், ச்வாஸம், காஸம், அரோசகம், குன்மம், பகந்தரம், வாதவியாதிகள், க்ஷயம், வாந்தி, பாண்டுரோகம், காமாலை, குஷ்டம், அர்சஸ், மேஹரோகங்கள், அக்னிமாந்த்யம், மஹோதரம் முதலிய வயிற்றைப்பற்றிய ரோகங்கள், சர்க்கரையென்னும் சிறு கல்லுகளுண்டாகும் மூத்திரரோகம், அச்மரியென்னும் மூத்திரரோகம், மூத்திரக்ருச்சிரம் என்கிற நீர்ச்சுருக்கு, தாதுக்கள் க்ஷீணமாவது இவ்வித வியாதிகளில் உபயோகிக்கலாம்;

1. திப்பிலி, மோடி, சவ்வியம், சித்திரமூலம், நாககேஸரம் இவ்வைந்துக்கும் சேர்ந்து ‘பஞ்சகோலம்’ எனப் பெயர்.

இவ்வௌஷதம் மெலிந்து போனவருக்கு புஷ்டியைத் தரும்; மலட்டுத்தனத்தையும் நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடியது; சரீரநிறம் அல்லது ஒளியையும், தேஹபலத்தையும், சுக்லதாதுவையும் செழிப்பிக்கவல்லது. இது 'தசமூலாரிஷ்டம்' என்று சொல்லப்படும். 77—92.

பதினோருவது அத்தியாயம்.

(தாது சுத்தி [1] முறை.)

ஸப்த தாதுக்கள்.

பொன், வெள்ளி, பித்தளை, தாமிரம், நாகம், வங்கம் அல்லது வெள்ளீயம், இரும்பு அல்லது எஃகு இவ்வேழும் 'ஸப்த தாதுக்கள்' என்று வழங்கப்படும். இவற்றை ஔஷதங்களினுபயோகிப்பதற்கு முன் சுத்தி செய்யவேண்டும். 1.

பொன் முதலிய வற்றின் சுத்தி.

பொன், வெள்ளி, பித்தளை, தாமிரம், இரும்பு இவற்றை வெகு மெல்லிய தகடுகளாய் அடித்து, பிறகு அவற்றை அக்னியிலிட்டு நன்கு பழுக்கக் காய்ச்சி, நல்லெண்ணெய், மோர், காடி, பசுமூத்திரம், கொள்ளுக்கஷாயம் இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் மும்மூன்று முறைவிதம் தோய்த்தெடுக்கவும். பொன் முதலிய லோஹங்கள் இவ்வாறு செய்வதால் சுத்தியாய் விடுகின்றன. 2,3.

நாக-வங்கங்களின் சுத்தி.

நாகம், வங்கம் இவ்விரண்டையும் தனித் தனியாக நன்றாகக் காய்ச்சியுருக்கி எருக்கம் பாலில் தோய்க்கவேண்டும்; இவ்விதம் மூன்றுமுறை செய்தால் அவை சுத்தமாகும். 4.

ஸ்வர்ண பஸ்மம் முதல்.

பொன் ஒரு பங்கு, பாதரஸம் [2] இரண்டு பங்கு இவ்விரண்டையும் சிறிது காடிவிட்டு அரைத்து குளிகை மாதிரியாக உருட்டவும். பிறகு ஒரு அகலில் இக்குளிகையை வைத்து, இக்குளிகைக்கு ஸமஎடை கந்தகமெடுத்து இதற்குக் கீழும்மேலும் சேர்த்து மற்றொரு அகலால் மூடி, சுற்றிலும் சீலை மண்ணிட்டு முப்பது வறட்டிகளைக்கொண்டு புடம்போடவும்; இவ்வாறு பதினான்கு முறை செய்ய ஸ்வர்ணம் நிருத்தமாக [3] பஸ்மமாய்விடும்; ஒவ்வொரு முறை புடம் போடுகையிலும் முன்மாதிரியே கந்தகம் சேர்த்துவரவேண்டியது அவசியம். 5—6½.

---

1. பொன், வெள்ளி, செம்பு முதலிய லோஹங்கள் 'தாதுக்கள்' எனப்படும். கந்தகம், சிலாஜது முதலிய கனிஜ வர்க்கங்களும் தாதுவர்க்கத்தில் சேர்ந்தவையென்று சாஸ்திரஞ்ஞரது கொள்கை; ஆகிலும் அவற்றை சார்ங்கதரன் முதலியவர்கள் இரஸவர்க்கங்களிலேயே சேர்த்திருக்கின்றனர்.

2. ஸ்வர்ணம் முதலியவற்றை பஸ்மம் செய்வதற்காகவும், அல்லது வேறு விதமாக பக்குவம் செய்வதற்காகவும் உபயோகிக்கப்படும் இரஸம் கந்தகம் முதலியவற்றையும் சுத்தி செய்தே உபயோகிக்கவேண்டும். இவற்றின் சுத்தி முறைகளைப்பற்றி அடுத்த 12-வது அத்தியாயத்தில் விவரம் காணலாம்.

3. நிருத்தம் என்றால்—எந்த தாது பஸ்மமாகச் செய்யப்படுகிறதோ அந்த தாதுவை எவ்வித உபாயத்தினாலும் அந்த பஸ்மத்திலிருந்து பிரித்தெடுக்கக்கூடாமை; இதுவே அபுனர்ப்பவம் என்றும் கூறப்படும்.

ஸ்வர்ண பஸ்மம் இரண்டாவது.

பொன்னை நன்றாக உருக்கி, அதற்குப் பதினாறில் ஒரு பங்கு நாகம் சேர்த்து சூர்ணம் செய்து, காடி விட்டு அரைத்து, குளிகை மாதிரி உருட்டவும்; அக்குளிகைக்கு ஸமஎடை கந்தகமுமெடுத்து, அதற்குக் கீழும் மேலும் சேர்த்து ஓர் அகலில் வைத்து, மேலே மற்றொரு அகலை மூடி, சுற்றிலும் சீலைமண் செய்து இருபது வறட்டிகளைக்கொண்டு புடமிடவும்; இவ்வாறு ஏழு புடங்களிட ஸ்வர்ணம் நிருத்தமாக பஸ்மமாய்விடும். 7—9.

ஸ்வர்ண பஸ்மம் மூன்றாவது.

இரஸம், கந்தகம் இரண்டையும் ஸமஎடை சேர்த்து, மலையகத்தியின் சாற்றால் அரைத்து, அந்த கஜ்ஜளியை[1] வெகு மெல்லிய ரேக்குகளாகச் செய்த ஸ்வர்ணத்தின் மேல்—அந்த ரேக்குகள் எவ்வளவு கனமோ அவ்வளவு கனமாகத்—தடவி, மலையகத்திமரப்பட்டையை அரைத்து இரண்டு மூசைகள் செய்து, அவற்றுள் மேற்படி கஜ்ஜளி தடவிய பொன் ரேக்குகளை அடைத்து, பிறகு மண்ணாலாகிய மூசைக்குள் மேற்கூறிய கல்கத்தினால் செய்த மூசையை அடக்கி, சுற்றிலும் சீலை மண் செய்து உலர்த்தி, வறட்டிகளைக்கொண்டு கடுந்தீயிட்டெரிக்கவேண்டும். இவ்விதமே மூன்று புடங்கள்போட ஸ்வர்ணம் நன்கு பஸ்மமாகும். இந்த பஸ்மத்தை பிறகு எவ்வித ரோகங்களிலும் உபயோகிக்கலாம். மலையகத்தியைப்போல் சிவனார் கிழங்கைக்கொண்டும், மருளங்கிழங்கைக்கொண்டும், மனச்சிலையைக்கொண்டும் புடம்போட ஸ்வர்ணம் பஸ்மமாகும். 10—13½.

ஸ்வர்ணபஸ்மம் நான்காவது.

மனச்சிலை, ஈயலிங்கூரம் இவ்விரண்டையும் ஸமஎடை யெடுத்து, எருக்கம் பாலை விட்டுக் குழம்பாய் அரைத்து, பாவனை செய்யவேண்டும்; பாவனை செய்கையில் வெயிலில் உலர்த்தி வரவேண்டும்; ஏழு முறை பாவனைசெய்து உலர்த்தியபிறகு, இந்த கல்கத்திற்கு ஸமஎடை ஸ்வர்ணத்தை உருக்கி இக்கல்கத்துடன் சேர்க்கவும். மறுபடியும் கடுந்தீயிட்டெரித்து ஸ்வர்ணமும் கல்கமும் ஒன்றாகக் கூடி உருகும்படி செய்யவேண்டும்; இவ்விதமே அந்தே கல்கத்தை மூன்று முறை சேர்த்து ஸ்வர்ணத்தை உருக்கிவர பஸ்மமாகும் 14—16.

ஸ்வர்ணபஸ்மம் ஐந்தாவது.

மாடப்புறா அல்லது கோழியின் மலத்தை தங்கரேக்குகளில் நன்றாகப் பூசி, ரேக்குகளுக்கு அடியிலும் மேலும் அவற்றிற்கு ஸமஎடையாக கந்தகத்தைப் பொடித்துச் சேர்த்து, ஓர் அகலில் அதை வைத்து மற்றொரு அகலால் அதை மூடி சீலை மண்செய்து, ஐந்து வறட்டிகளைக்கொண்டு குக்குட புடம் [2] போடவும்; இவ்வாறு ஒன்பது குக்குட புடங்களிட்ட பிறகு முப்பது வறட்டிகள்வைத்து மஹாபுடம் [3] ஒருமுறை போடவேண்டும். இவ்விதம் செய்ய ஸ்வர்ணம் பஸ்மமாய்விடும். 17—19.

---

1. இரஸம், கந்தகம் இரண்டையும் சேர்த்து அரைத்தால் கருப்பாக மைபோல் மாறிவிடும்; அவ்விதமையை கஜ்ஜளி யென்று வைத்தியர்கள் வழங்குவர்.

2. பதினாறு அங்குலம் அகலம், பதினாறு அங்குல நீளம், பதினாறு அங்குல ஆழமுமுள்ள பள்ளத்தில், கீழும் மேலும் வறட்டிகளை அடுக்கி நடுவில் புடமிடவேண்டிய வஸ்துவை வைத்து போடப்படும் புடம் 'குக்குடபுடம்' எனப்படும்.

3. இரண்டுகஜம் அகலம், இரண்டுகஜம் நீளம், இரண்டு கஜம் ஆழமுமுள்ள பள்ளத்தில் ஆயிரம் வறட்டிகளுக்கிடையில் போடப்படும் புடம் 'மஹாபுடம்' என்று சொல்லப்படும்.

ஸ்வர்ணத்தின் குணங்கள்.

மேற் கூறியவாறு ஏதேனும் ஒருவகையில் பக்குவம்செய்த ஸ்வர்ணத்திற்கு இனிப்பு அல்லது கசப்பான சுவையும், ஸ்நிக்த்தம், சீதம், குரு, விஷக்னம், இரஸாயனம் என்கிற குணங்களும், புத்தி, ஞாபகசக்தி முதலியவற்றை விருத்தி செய்யும் தன்மையும் உண்டு. 20.

ரஜதபஸ்மம் ஒன்று.

ஒருபங்கு வெள்ளி, மூன்றுபங்கு தாளகம் இவ்விரண்டில் தாளகத்தை ஏதேனும் ஓர் அம்லவஸ்துவினால் அரைத்து, வெள்ளியை மெல்லிய தகடுகளாக அடித்து, அத்தாளக கல்கத்தை அத்தகடுகளின்மேல் தடவி, அவற்றை மூசைகளினுள் அடைத்து, முப்பது வறட்டிகளைக்கொண்டு புடமிடவும். புடத்திலிருந்தெடுத்து மறுபடியும் தாளக கல்கத்தை முன்போலவே தடவி மூசையிலிட்டு புடம் போடவும்; இவ்வாறு பதினான்கு புடங்களிட வெள்ளி பஸ்மமாய்விடும். $21-22\frac{1}{2}$.

ரஜதபஸ்மம் இரண்டாவது.

ஸ்வர்ண மாக்ஷிகமென்னும் பொன்னிமிளையை கள்ளிப்பால்விட்டு அரைத்து, வெள்ளித்தகடுகளில் தடவி தாளகத்தைக்கொண்டு புடமிட்டதுபோலவே பதினான்கு முறை வெள்ளியை புடம்போட பஸ்மமாகும்.[1] 23,24.

தாம்ரபஸ்மம்.

தாம்ரத்தை யெடுத்து வெகு மெல்லிய ரேக்குகளாக அடித்து, ஏதேனும் புளிப்பு வகைகளில் சேர்த்து மூன்று நாட்கள் எரித்து ஆவியில் பாகம் செய்து, பிறகு அத்தகடுகளை கல்வத்திலிட்டு, அவற்றிற்கு நாலில் ஒரு பங்கு இரஸம் சேர்த்து, காடிவிட்டு அரைக்கவேண்டும்; பிறகு தகடுகளையெடுத்து, எலுமிச்சம் பழரஸம் முதலிய ஏதேனும் அம்லத்தினால் அரைக்கப்பெற்ற கந்தகத்தை அத்தாம்ரத்தினும் இரண்டுமடங்கு எடுத்து அத்தகடுகளின்மேல் பூசி, அவற்றை கோளம்போல் உருட்டிவிடவும்; பிறகு பொன்னாங்கண்ணியையாவது, புளியாரையையாவது, வெள்ளைச்சாறடையையாவது அரைத்து, அக்கல்கத்தை தாம்ரகோளத்தின்மேல் சுற்றிலும் ஒரு அங்குலம் கனம் பூசவேண்டும்; அது சிறிது உலர்ந்ததும் ஒரு சிறிய மட்பாத்திரத்தினுள் வைத்து, அப்பாத்திரத்தை மற்றொரு பெரிய பாத்திரத்தினுள் வைத்து சுற்றிலும் மணலைப் பரப்பி, அப்பாத்திரத்தின் வாயை ஒரு அகலால்மூடி, சாம்பர், உப்பு இவ்விரண்டையும் ஜலம் விட்டரைத்து, அதனால் அப்பாத்திரத்திற்கும் அகலுக்கும் இடையிலுள்ள சந்துகளை அடைத்துவிட்டு அடுப்பின்மேல் ஏற்றி, முதலில் சிறு தீயிட்டு கிரமமாக அதைக் கடுந்தீகொண்டு நான்கு யாமகாலம் எரித்து, அடுப்பிலிருந்து இறக்கி, ஆறியபிறகு உள்ளடங்கிய தாம்ரம் முதலியதையெடுத்து, கருணைக்கிழங்கின் சாறுவிட்டு ஒருநாள் அரைத்து ஒரு கோளம்போல் செய்து, அந்த கோளத்தினும் அரைவாசி கந்தகமெடுத்து, அதைச் சிறிது நெய்விட்டு அரைத்து ஒரு மூசையில் அடைத்து,

1. கீழே ஸ்வர்ணத்திற்கு புடம் முதலியது கூறிய பிறகு, அதன் குணங்கள் சுருக்கமாய் விவரிக்கப்பட்டன; அதுபோலவே வெள்ளி முதலிய சிலவற்றிற்கும் குணம் கூறப்படவில்லை யாதலால், டிப்பணியில் அவ்வித தாதுக்களின் குணங்கள் கூறப்படுகின்றன:—

வெள்ளிக்கு—ஸ்நிக்த்தம், துவர்ப்பு அல்லது புளிப்பு, ஜீர்ணமான பின்பு மதுரரஸம், வாதபித்தஹரம், சரீரமெலிவைப் போக்கி வன்மையைத்தருதல், விஷக்னம் முதலியவை குணங்களாம்.

கஜபுடம்[1] கொண்டு எரிக்கவேண்டும். அது தானாகவே ஆறியபின்பு மூசையிலடங்கிய தாம்ர பஸ்மத்தை யெடுத்துக்கொள்ளவும். இது ரோகிகளுக்கு உபயோகிக்கக் கூடியவாறு சுத்தமாயிருக்கும். ஸாதாரண தாம்ரத்தைப்போல் இது வாந்தி, தலைச்சுற்றல், தளர்ச்சி, மயக்கம் முதலிய துர்க்குணங்களை சிறிது முண்டுபண்ணாது.[2] $25-32$.

ஆர பஸ்மமும், காம்ஸ்ய பஸ்மமும்.[3]

காடி முதலியவற்றால் சுத்தி செய்த பித்தளையை வெகு மெல்லிய ரேக்குகளாகச் செய்துகொள்ளவும். பிறகு எவ்வளவு பித்தளை இருக்கிறதோ அதற்கு ஸமயெடை கந்தகத்தை எருக்கம்பால்விட்டு அரைத்து, அக்கல்கத்தை பித்தளை ரேக்குகளின்மேல் தடவவேண்டும். அப்பால் அத்தகடுகளை ஒரு மூசையிலடைத்து கஜபுடத்தில் எரிக்கவும்; இவ்வாறு இரண்டு முறை புடம்போட பித்தளை பஸ்மமாய்விடும்.[4] பித்தளையைப்போலவே வெண்கலத்தையும் புடம் போட்டு பஸ்மம் செய்யலாம்.[5] $33-34\frac{1}{2}$.

தாம்ரம், பித்தளை, வெண்கலம் மூன்றையும் பஸ்மம் செய்ய மற்றொருமுறை.

தாம்ரம், பித்தளை, வெண்கலம் இவற்றின் தகடுகளின்மேல், அவற்றிற்கு ஸமயெடை கந்தகத்தை எருக்கம்பால், ஆலம்பால், நொச்சியிலைச்சாறு, பழமுன்னிப் பாலையின் சாறு இவற்றால் அரைத்துத் தடவி முன்போல் புடமிட்டால் அம்மூன்று லோஹங்களும் பஸ்மமாகும். $35\frac{1}{2}$.

நாகபஸ்மம், ஒன்று.

சுத்தமான நாகத்தின்மேல் வெற்றிலைச் சாற்றாலரைத்த மனச்சிலையைத் தடவி, முப்பத்திரண்டு புடம்போட நிருத்தமாக பஸ்மமாகும். $36\frac{1}{2}$.

1. அகலத்தில் $13\frac{3}{4}$ கஜமும், நீளத்தில் $13\frac{3}{4}$ கஜமும், ஆழத்தில் $13\frac{3}{4}$ கஜமும் விஸ்தீர்ணமுள்ள ஒரு குண்டத்தில், முக்கால் பாகம்வரையில் வறட்டிகளையடுக்கி அதன்மேல் புடம் போடவேண்டிய பாண்டத்தை அமர்த்தி, அதற்குமேல் பள்ளத்தின் வாயளவும் வறட்டிகளால் மூடி போடப்படும் புடம் 'கஜபுடம்' எனப்படும். சிலர் இரண்டுமுழ கன விஸ்தீர்ணமுள்ள பள்ளத்திலிடப்படும் புடம் கஜபுடம் என்பார்கள்.

2. நன்குபஸ்மமான தாம்ரத்தின் குணங்கள்:—சிறிது இனிப்பும் துவர்ப்புமுள்ளது; வயிற்றில் ஜீர்ணமாகும்போது கசப்பு அல்லது கடுவாக மாறும்; கபம், பித்தம் இவற்றாலுண்டாகும் கோளாறுகள் நிவ்ருத்தியாகும்; குன்மம், குஷ்டம், மூலரோகம், சோகை, பாண்டு, மஹோதரம், பித்தமயக்கம் முதலியதைப் போக்கும். பலமுண்டுபண்ணும்.

3. ஆரபஸ்மம்—பித்தளைபஸ்மம்; காம்ஸ்யபஸ்மம், வெண்கலபஸ்மம்.

4. பித்தளையின் குணங்கள்:—ரூக்ஷம், க்ருமிஹரம், விஷஹரம், வ்ருஷ்யம், வாதரோகங்களையும் பாண்டுவையும் நிவாரணம் செய்யும், ப்லீஹரோகத்தையும் போக்கும். இரஸாயனமாகவு முபயோகிக்கலாம்.

5. வெண்கலத்தின் குணங்கள்:—பஸ்மமானபின் கசப்பாயிருக்கும்; உஷ்ணவீர்யம், வாந்தியையுண்டுபண்ணும், நேத்திரரோகங்களில் உபயோகிக்க உதவும், சில ஸமயம் தீபனமாகவும் பாசனமாகவும் உபயோகிக்க உதவும்.

நாகபஸ்மம், இரண்டாவது.

சுத்தமான நாகத்தை ஒரு மட்பாத்திரத்திலிட்டு உருக்கவும்; உருக்கும்பொழுது அரசம்பட்டை, புளியம்பட்டை இவற்றை நாகத்திற்கு நாலில் ஒரு பங்கு சேர்த்து இரும்புத்துடுப்பால் கிளறவேண்டும். ஒரு யாமநேரத்தில் நாகம் அப்பட்டைகளின் சாம்பரோடு கலந்து சூர்ணமாய்விடும். பிறகு அந்த நாகத்திற்கு ஸமயெடை மனச்சிலையைச் சேர்த்த காடி விட்டு இரண்டையும் அரைத்து நன்றாகப் புடம்போடவும். ஆறிய பின்பு அப்புடத்திலிருந்து நாகத்தையெடுத்து மீண்டும் அவ்விதமே மனச்சிலை சேர்த்து காஞ்ஜிகமென்னும் காடி விட்டரைத்து புடம் போட வேண்டும். இவ்விதமாக அறுபது புடமிட்டால் நாகம் பஸ்மமாகும்.[1] 37—39½.

வங்கபஸ்மம்.

ஒரு மட்பாத்திரத்தில் வங்கத்தை உருக்கி, அதற்கு நாலில் ஒருபங்கு புளியம்பட்டையும் அரசம் பட்டையும் சேர்த்து, இரும்புத்துடுப்பால் கிளறிவரவும்; பிறகு இரண்டு யாமத்தில் வங்கம் நன்கு பொடியாய்விடும். அப்பால் அச்சூர்ணத்திற்கு ஸமயெடை தாளகம் சேர்த்து, காடி விட்டு அரைத்து, அகல்களில் வைத்து சீலை மண்செய்து, கஜபுடத்தில் எரிக்கவும். மறுபடியும் அதில் பத்திலொரு பங்கு தாளகம் சேர்த்து காடியினால் ஒரு யாமநேரம் ஆட்டி புடமிடவும். இவ்வாறு பத்து புடங்களிட வங்கம்[2] நன்றாக பஸ்மமாகும். 40—43.

அயபஸ்மம், ஒன்று.

சுத்திசெய்த அயத்தின் வெகு மெல்லிய பொடிகளை சிந்திற்கொடியின் சாறு விட்டரைத்து, மூன்று புடம் போடவும். சோற்றுக்கற்றாழையின் சாற்றால் அவ்விதமே அரைத்து மூன்று புடம் போடவேண்டும். வெள்ளைச் சாறடைச் சாற்றால் அதை மீண்டும் அரைத்து ஆறு புடங்களிடவும். இவ்விதம் செய்தால் அயம் அல்லது எஃகு பஸ்மமாய்விடும். 44, 45.

அயபஸ்மம், இரண்டாவது.

எஃகு அல்லது அயப்பொடிக்குப் பன்னிரண்டில் ஒருபாகம் லிங்கம் சேர்த்து, சோற்றுக் கற்றாழைச்சாற்றால் இரண்டு யாமமளவும் அரைத்து புடமிடவும். இவ்விதம் ஏழு புடங்களிட அயம் அல்லது எஃகு பஸ்மமாகும். 46½.

அயபஸ்மம், மூன்றாவது.

வெள்ளைச்சாறடைச் சாற்றாலும், சிந்திற்கொடியின் சாற்றாலும், முலைப்பாலாலும், எருக்கம்பாலாலும் அயத்தை அரைத்து முன்போலவே புடம்போட அது நன்கு பஸ்மமாகும். 47½.

அயபஸ்மம் நான்காவது.

ஒருபங்கு இரஸம், இரண்டுபங்கு கந்தகம் இரண்டையும் ஒன்றாகக் கலந்து அரைத்து கஜ்ஜளியாகச் செய்து, இவ்விரண்டுக்கும் ஸமயெடை அயச்சூர்ணத்தைச் சேர்த்து, சோற்றுக்கற்றாழைச்சாற்றால் இரண்டு யாமமளவும் நன்றாய் அரைத்து, ஒரு கோளம்போல் அவற்றை யுருட்டி, ஒரு தாம்ரபாத்திரத்தில் வைத்து வெயிலில் சற்றுநேரம் உலர்த்தி, அப்பால் ஆமணக்கிலைகளால் அதைச் சுற்றி, மீண்டும் அரை யாமகாலம் வெயிலில் வைக்க அது நன்கு சூடுகொள்ளும்; பிறகு அதை அப்படியே தானியக் களஞ்சியத்தில் புதைத்து, அதன்மேல் ஒரு அகலைமூடி அதற்கு மேல் தானியத்தைப் பரப்பிவிடவும்; பிறகு மூன்றுநாட்கள் கழித்து அதையெடுத்து கல்வத்திலிட்டு அரைத்து, வஸ்திரகாளிதம் செய்யவேண்டும். இவ்விதம்செய்ய ஜலத்தில் மிதக்குமாறு அயம் பஸ்மமாகும்.[1] 48—51.

எல்லா தாதுக்களையும் புடமிட பொதுமுறை.

நான்காவது அயபஸ்மத்தைப் பக்குவம் செய்யும் முறையை யனுஸரித்து, ஸ்வர்ணம் முதலிய எல்லா லோஹங்களையுமே பஸ்மம் செய்யலாம். மேலும் மனச்சிலை, கந்தகம், எருக்கம்பால் இம்மூன்றையும் அரைத்து ஸ்வர்ணம் முதலிய எந்த தாதுக்களின்மேலும் தடவி பன்னிரண்டு புடங்களிட்டால் நிச்சயமாய் அவை பஸ்மமாய்விடும். 52½.

உபதாதுக்கள்.

ஸப்த உபதாதுக்கள்.

நிமிளை, மயில்துத்தம், அப்ரகம், நீலாஞ்ஜனம், மனச்சிலை, தாளகம், ரஸகம் என்கிற இவ்வேழும் ஸப்த 'உபதாதுக்கள்' என்று கூறப்படுகின்றன.[2] 53½.

ஸ்வர்ணமாக்ஷிக சுத்தி.

பொன்னிமிளை மூன்றுபாகம், இந்துப்பு ஒருபாகம் இவற்றை கொடி மாதளம்பழச் சாற்றிலாவது, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றிலாவது சேர்த்து, அடுப்பிலேற்றி பக்குவம் செய்யவும்; இதை ஒரு இரும்புப்பாத்திரத்தில் சேர்த்து நன்றாகக் கிளறிக்கொண்டே பக்குவம் செய்யவேண்டும். பாத்திரம் சிவந்து வரும் ஸமயத்தில் அதை இறக்கிவிடலாம். இவ்விதம் செய்தால் ஸ்வர்ணமாக்ஷிகமென்னும் பொன்னிமிளை சுத்தியாய்விடும். 54—55½.

ஸ்வர்ணமாக்ஷிக பஸ்மம்.

சுத்தியான பொன்னிமிளையை கொள்ளின் கஷாயத்தினாலாவது, எண்ணெயினாலாவது, மோரைக்கொண்டாவது, வெள்ளாட்டு மூத்திரத்தினாலாவது அரைத்து புடம்போட பஸ்மமாகும்.[3] 56½.

துத்தத்தை வெள்ளரிக்காயின் சாற்றாலும், ஆடுதீண்டாப்பாளையின் சாற்றாலும், எலுமிச்சம்பழ ரஸத்தினாலும் ஒவ்வொரு நாள் பாவனை செய்து, கடும் வெ

---

1. நாகத்தின் குணங்கள்:—உஷ்ணவீர்யம், கப-வாதஹரம், குருகுணமுள்ளது, லேகனம், இரஸாயனம், சுக்ரலம், ஆகவே சரீரபலத்தை விருத்தி செய்யக்கூடியது [நாகம்—காரீயம்.]

2. வங்கத்தின் குணங்கள்:—சிறிது உப்பும் காரமும் கசப்பும் கலந்த சுவையுள்ளது, ரூக்ஷம், கபஹரம், பித்தஹரம், க்ருமிஹரம், பாண்டு, மேஹரோகம் இவற்றைப் போக்கும்; லேகாம், இரஸாயனம் என்கிற குணங்களு முண்டு. [வங்கம்—வெள்ளீயம்.]

1. அயத்தின் குணங்கள்:—சுவையில் துவர்ப்பு, சில பாகங்களில் கசப்பாயுமிருக்கும்; உஷ்ணவீர்யம், ரூக்ஷம், கப-பித்த ஹரம், சோகை, பாண்டு, குஷ்டம், அர்சஸ், பிரமேஹம், வயிற்றுவலி முதலியதைப் போக்கும்; சிறந்த இரஸாயனமாகவும் உபயோகப்படும்.

2. பொன்னிமிளை, வெள்ளிமிளை, மயில்துத்தம், வெண்கலம், ஈயம், ஸிந்தூரம், சிலாஜது இவற்றை ஸப்த உபதாதுக்கள் என்று வேறு சிலர் வழங்குவர்.

3. மாக்ஷிகத்தின் குணங்கள்:—சுவையில் முதலில் மதுரமாயும் அப்பால் சிறிது காரமும் கசப்பும் கலந்ததாயும் இருக்கும்; உஷ்ணவீர்யம், கபஹரம்; அர்சஸ், சோகை, மஹோதரம் முதலிய வயிற்றைப்பற்றிய வியாதிகள், மூத்திர வியாதிகள், அக்னிமாந்த்யம் முதலியவற்றில் உபயோகிக்கக்கூடியது; விஷஹரம், வ்ருஷ்யம் என்கிற குணங்களுமுண்டு.

துத்த சுத்தி.

யிலில் வைத்து வரவேண்டும்; இதனால் துத்தம் சுத்தமாகும். அல்லது பூனை, புறா இவற்றின் மலத்தினால் மயில் துத்தத்தை அரைத்துவிட்டால் சுத்தமாகும். 57—58.

துத்த பஸ்மம்.

அவ்விதம் சுத்திசெய்த மயில் துத்தத்துடன் அதற்குப் பத்தில் ஒரு பங்கு வெண்காரம் சேர்த்து அரைத்து ஒருபுட மிடவும்; பிறகு தயிரால் ஆட்டி ஒருபுடமும், தேன்விட்டு அரைத்து ஒரு புடமும் போடவேண்டும். இப்படி செய்தால் துத்தம் சுத்தமாய் பஸ்மமாகும்.[1] 59.

அப்ரகசுத்தி.

கிருஷ்ணாப்ரகம் என்கிற சிறிது கருநிறமான அப்ரகத்தை அக்னியிலிட்டு ஊத வேண்டும்; அதை காய்ந்தவுடனே எடுத்து பாலில் சேர்த்துவிடவும். அவ்வப்ரகங்களை மெல்லிய தளம் தளமாகப் பிளந்து அம்மான்பச்சரிசிச் சாற்றிலும், காடியிலும் தனித்தனியே எட்டு யாமம்வரையில் பாவனை செய்யவேண்டும். இவ்விதம் செய்ய அப்ரகம் சுத்தமாகும். 60½.

அப்ரக பஸ்மம்.

அப்பால் அதை தானியாப்ரகம் செய்து[2] உலர்த்தி, பிறகு எருக்கம்பால் சேர்த்து ஒரு நாள் முழுதும் அரைத்து, எல்லாவற்றையும் சக்ரம்போல் அடை தட்டவும். அதை எருக்கிலைகளால் சுற்றி கஜபுடத்தில் எரிக்கவும். இவ்விதமாகவே மறுபடியும் அரைத்து ஏழு முறை புடம் போடவேண்டும். அதற்குப் பிறகு ஆலம் விழுதுகளை க்வாதம் செய்து, அந்த க்வாதத்தினால் மூன்று முறை அரைத்து மூன்று புடம் போடவும். இவ்வாறு செய்ய அப்ரகம் நன்கு பஸ்மமாகும். இதை அனுபானங்களின் முறைகளைக்கொண்டு பலவித ரோகங்களில் உபயோகிக்கலாம். இவ்விதமாக பஸ்மமான அப்ரகம் சீக்கிரம் கிழத்தன முண்டாகாமல் சரீரத்தை திடமாகக் காக்கும். 61—64½.

அப்ரகபஸ்மம் இரண்டாவது.

சுத்தமான தானியாப்ரகத்தையும், அதற்கு ஆறிலொரு பங்கு சுக்கையும், அவ்வளவு கோரைக்கிழங்கையும் சேர்த்து, காடிவிட்டு ஒருநாள் அரைக்கவேண்டும். மற்றொருநாள் சித்திரமூல ஸ்வரஸம் அல்லது சித்திரமூல கஷாயத்தினால் அவற்றை அரைத்து கஜபுடம் போடவேண்டும். அதை யெடுத்து மீண்டும் த்ரிபலாக் வாதத்தினால் மூன்றுமுறை அரைத்து முன்போல் மூன்று முறை புடம் போடவும். பிறகு சிற்றாமுட்டி, பசுமூத்திரம், கிலப்பனங்கிழங்கு, துளஸி, கருணைக்கிழங்கு இவற்றின் சாற்றால் தனித்தனி மூன்றுமுறை ஆட்டி மும்மூன்று புடங்களிட வேண்டும். இவ்விதம் பக்குவம் செய்ய அப்ரகம் வெகு நன்றாக பஸ்மமாகும்.[3] 65—67½.

---

1. துத்தத்தின் குணங்கள்:—துவர்ப்பும் சிறிது காரமுமான சுவையுள்ளது: உஷ்ணவீர்யம்; லேகனம், ஆகவே வமனமுண்டாக்கும், விஷஸம்பந்தமான தோஷங்களி லுபயோகிக்கத்தகுந்தது, ச்வித்ரமென்னும் வெண்குஷ்டம், நேத்திரரோகம் இவற்றிலும் உபயோகமாகும்.

2. அப்ரகத்தை நன்கு பொடித்து, சுணையுள்ள நெல்லுடன் கலந்து, ஒரு வஸ்திரத்திற் கட்டி, ஒரு வாயகன்ற பாத்திரத்தில் ஏதேனும் காடி அல்லது புளித்த அரிசி கழுவிய நீரை வார்த்து, அதில் அப்ரகப் பொடியும் நெல்லுமடங்கிய வஸ்திரத்தின் மேற்புறத்தைப் பிசைந்து அலசவும்; அப்பொழுது வெகு நுண்ணிய பொடிகளாக அப்ரகம் வஸ்திரத்தின் த்வாரங்களால் வெளிவரும். அதுதான் தானியா ப்ரகம் எனப்படும்.

3. அப்ரகபஸ்ம குணங்கள்:—பிரமேஹம், க்ஷயம், பாண்டு, கிரஹணீ இவற்றில் உபயோகிக்கலாம்; அந்தந்த அநுபானங்களைக் கொண்டு குஷ்டம், ச்வாஸம், காஸம், மஹோதரம் முதலிய ரோகங்களிலும் உபயோகிக்கக்கூடும்,

Raja Vaidya Mahathma Zandu Bhutjee's Ayurvedic Medicines

Prepared in Zandu Pharmaceutical Workshop of Bombay.

வைத்திய கலாநிதியுடன் வெளியாகும் சார்ங்கதரஸம்ஹிதையில் கூறப்படுகிற ஔஷதங்கள் யாவும், சாஸ்திரமுறை தவறாமல் ஜண்டு ஔஷத சாலையில் அநேக யந்திர ஸஹாயங்களைக் கொண்டு பக்குவம் செய்யப்பட்டு, இங்கிலீஷ் மருந்துகளைப்போல வெகு அழகான புட்டிகளில் போட்டு வைத்தியர்களுக்கும் மற்றவருக்கும் வெகு ஸரஸமான விலைக்கு விற்கப்படுகின்றன. அவற்றுள் சில மருந்துகளை இங்கு அடியில் குறிப்பிடுகின்றோம். ஒவ்வொரு வைத்தியரும் அதிக அளவில் வழக்கமாக வாங்கினால் அவர்களுக்கு குறைந்த விலைக்கு தகுந்தவாறு கொடுக்கப்படும். அடியில்வரும் ஔஷதங்கள் வைத்தியர்களுக்கும் மற்றவருக்கும் வெகு உபயோகமானவை. அவற்றின் குணாதிசயங்களையும், உபயோகங்களையும் பற்றி சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் அந்தந்த பிரகரணத்தில் பார்த்துகொண்டு இவ்வௌஷதங்களுக்குள்ள மஹிமையை அறிந்து கொள்ளலாம.

அவற்றுள் சில ஔஷதங்கள் :—

சியவனப்ராசாவலேஹம் :—இந்த லேஹ்யத்தில் பாதிரி, அகில், குமிழன், பில்வம், சீந்தில், ஆடாதோடை முதலிய 50 ஔஷதச்சரக்குகள் சேர்ந்திருக்கின்றன. ச்வாஸ காஸம், க்ஷயரோகம், இருதய ரோகம், மூத்திர ஸம்பந்தமான வியாதிகள் இவைகள் இதனால் தீரும். ரஸாயனம் என்கிற தேகபோஷக சக்தி விசேஷமாயுண்டு. விலை ராத்தல் 1-க்கு ரூ. [illegible]-0-0.

ஹரீதகீ அவலேஹம் :—அகஸ்திய ஹரீதகீ என்றும் வழங்கப்படும் இந்த லேஹ்யம் கடுக்காய், யவதானியம், தசமூலம், கண்டுபாரங்கி முதலிய பதார்த்தங்களைச் சேர்த்து செய்யப்படுகிறது. இதை தினந்தோறும் உட்கொள்வதால் மூலம் என்கிற அர்சஸ், அரோசகம், கிரஹணீ யென்னும் ஒருவித அஜீர்ணபேதி, மலபந்தம் இவை நீங்குவதுடன தேஹத்திற்கு பலமும் அழகும் அதிகரிக்கும். விலை ராத்தல் 1-க்கு ரூ. 3-0-0.

வஜ்ர தைலம் :—எவ்விதமான குஷ்டங்களையும் நிவ்ருத்தி செய்யத்தக்க தைலம் இதுதான். ஸாதாரண மேஹ வ்ரணங்களைப் போக்குவதற்கும் இதை யுபயோகிக்கலாம். இதில் வெகு சிறந்த வீர்யமுள்ள அநேகம் சரக்குகள் சேர்ந்திருக்கின்றன. விலை 10-தோலாவுக்கு ரூ. 1-4-0.

மஹாலாக்ஷாதைலம் :—இதுவே லாக்ஷாசந்தநாதி தைலம் என்றும் கூறப்படும். இதில் சந்தனம், வெட்டிவேர், மஞ்ஜிஷ்டி, தேவதாரு முதலிய அநேகம் வாஸனைச் சரக்குகளும் அரக்கும் சேருகிறது. ஜ்வரம் குணமானவுடன் அப்யங்கம் செய்ய இத்தைலமே எற்றதாகும். அபஸ்மாரமென்னும் காக்கைவலி, பைத்திய ரோகம், ஜ்வரம் இவையும் நிவ்ருத்தியாகும். பலம் விருத்தியாகும். விலை 10-தோலாவுக்கு ரூ. 2-8-0.

பலக்ருதம் :—நெய்யில் செய்யப்படும் ஔஷதங்களுள் இது மிகவும் சிறந்ததென்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஸ்த்ரீகளுக்கும் புருஷருக்கும் தாதுக்கள் புஷ்டியடைய இது மிகவும் சிலாக்யமான ஔஷதம். அடிக்கடி கர்ப்பந்தரித்து அழிந்துவருவது இவ்வௌஷதத்தினால் தடுக்கப்படும். விலை 10 தோலாவுக்கு ரூ 1-4-0.

நாராயண தைலம் :—இந்த தைலத்தைத் தேய்த்துக்கொண்டு ஸ்நானம் செய்யலாம். உள்ளுக்கு சாப்பிடலாம். நஸ்யமிடலாம். வஸ்த்தி (எனீமா) கொடுக்கலாம். இவ்விதம் செய்தால் பார்ச்வவாயு, ஹநுஸ்தம்பம், மந்யாஸ்தம்பம் (கழுத்துவலி), களக்ரஹம், பக்கசூலை, மொண்டித்தனம், புத்திக்குறைவு, சுக்ரவாதம், விஷமவாதம் இவைகள் போகும். மலடிக்கும் புத்திரோத்பத்தியுண்டாகும். கால் இராத்தல் ரூபா 1—4—0.

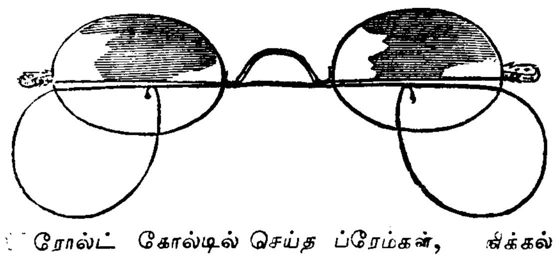
ஏஜெண்டுகள் தேவை, தக்க கமிஷன் கொடுக்கப்படும்.

ஸோல் ஏஜெண்டுகள்.

ஆர். வி. பண்டிட் அண்ட்கோ.,

6. பந்தர் தெரு, சென்னப்பட்டணம்.

விளம்பரக்காரருக்குக் கடிதம் எழுதுகையில் தயவுசெய்து வைத்தியகலாநிதியைக் குறிப்பிடுங்கள்.



ரோல்ட் கோல்டில் செய்த ப்ரேம்கள், நிக்கல் வெள்ளியில் செய்த ப்ரேம்கள், பெபில்ஸ் மற்றும் மூக்குக் கண்ணாடிக்கு ஸம்பந்தமான எல்லா ஸாமான்களும் எங்களிடம் தயாரில் இருக்கின்றன. ஒவ்வொரு ஸாமானிலும் பல சிறந்த மாதிரிகள் எங்களிடம் கிடைக்கும். வியாபாரிகளுக்கு மிகவும் ஸரஸமான விலைக்கு ஸாமான்கள் கொடுக்கப்படும். வேண்டியவர்கள் அடியிற்கண்ட விலாஸத்திற்கு எழுதி விவரம் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

S. Louis & co.,
Whole sale and retail Opticians,
156, *Broadway, Madras.*

எஸ். லூயிஸ் அண்ட் கோ,
மூக்குக் கண்ணாடி வியாபாரிகள்,
156, ப்ராட்வே, மதராஸ்,

20-வது நூற்றாண்டின் ஆச்சர்யமான ஜாமா என்னும் நோய் சம்ஹாரி.

இந்த ஜாமா என்னும் தைலமானது எங்களால் நீலகிரியில் தயார் செய்யப்பட்டது. இதனால் கைகால் கொடைச்சல், கழுத்துவலி, காயங்கள், நெருப்பு காயங்கள், வொத்தை தலைவலி, மார் நோவு, வயற்றுவலி, இருமல், சுளுக்கு, சீதளம், ஜ்வரம், கலரு, முதலிய சகல வியாதிகளையும், தேள், தேனீ, கொட்டுகளால் உண்டாகும் நோய்களை தீர்க்கும்.

இந்த ஜாமா தைலமானது சர்வ ரோகங்களுக்கு சித்த ஔஷதமானதால் ஒவ்வொரு வீட்டிலுமிருக்க வேணும் என்பது அவசியம். விலை புட்டி 1-க்கு அணா 4. டஜன் ரூபா 2-4-0. தபால் சார்ஜ் பிரத்தியேகம்.

ஏஜெண்டுகள் தேவை.

கொசுவு, மூட்டுப்பூச்சி, இவைகளுக்கு இந்த தைலத்தை சுவற்றிலும், படுக்கையிலும் தெளித்தால் ஷை பூச்சிகள் அணுகாது.

இப்படிக்கு,

அமர் செந்து சோபா செந்து,
இங்கிலீஷ் மருந்து பலசரக்கு ஆசட் வியாபாரிகள்,
63, நயினியப்பநாயக்கன் தெரு, சென்னை.

காதம்பரீ.

மஹா பிரஸித்தி பெற்ற பட்டபாணன் என்கிற கவியினால் சுமார் 1500 வருஷங்களுக்கு முன் இயற்றப் பெற்ற ஸம்ஸ்கிருத காதம்பரியின் சரியான அழகிய மொழி பெயர்ப்பு. கதையின் வரலாறு படிக்கப் படிக்க ஆனந்தமாயிருக்கும். வர்ணனைகளின் மேன்மை மனதைப் பரிக்கும். நடையின் அழகு மிகவும் இன்பமூட்டும். இதைப்படிப்பவருக்கு மற்றொரு கதையைப் படிக்க மீண்டும் ஆசையுண்டாகா வண்ணம் அவ்வளவு இணையற்றதாயிருக்கிறது.

இரண்டு பாகங்கள் சேர்ந்த முழுப்புஸ்தகத்தின் விலை ரூ 1-12-0

வைத்திய கலாநிதி ஆபீஸ்,
7, கொண்டலையர் தெரு,
மிண்டு பில்டிங்ஸ், சென்னை.

The "Vaidya Kalanidhi" Office,
7, Kondalaiyar Street,
Mint Buildings, MADRAS. E.

P. T. SIVA,

DENTIST and JEWELLER,

Temple Buildings, Devraja Mudaly Sireet,

Near Flower Bazaar, MADRAS, E.

விளம்பரக்காரருக்குக் கடிதம் எழுதுகையில் தயவுசெய்து வைத்திய கலாநிதியைக் குறிப்பிடுங்கள்.

பட்டு பீதாம்பர கம்பெனி, காசி.

திருப்தியில்லாதவைகள் திரும்பப் பெற்றுக்கொள்ளப்படும்.
பட்டு பீதாம்பர காட்லாக்கு இனாமாக அனுப்பப்படும்.

உருத்திராக்ஷங்கள்! ஜபமாலைகள்! பரிசுத்தமானது.
108 உள்ள மாலை 1-க்கு 6-அணா முதல் ரூ 12
வரை. விலை அதிகப்படுவது போல் மணிகள் சிறி
தாக இருக்கும். 6-முகக்கண்டிகள் 33-உள்ளது,
கண்டி 1-க்கு ரூ 1 முதல் 10-வரை. 5-முக
கண்டி 32 உள்ளது. கண்டி 1-க்கு 10-அணா முதல்
ரூ 10-வரை. விலை அதிகப்படுவது போல் மணி
கள் பெரிதாக இருக்கும்.

பனி! பனி!! பனி!!!

பனிக்கு அடக்கமான சுத்தமான கம்பளி ரோமத்தால் செய்த உறுதியும், நைஸும், நேர்த்தியுமான கம்பளிப் போர்வைகள், 6-முழம் நீளம் 3-முழம் அகலம். மெசகப்பு முதலிய சகல நிறத்திலும் தயாராக இருக்கின்றன. உருப்படி 1-க்கு ரூ 5-8-0. சிறிது 1-க்கு ரூ 4-8-0. மேகவர்ண போர்வை 1-க்கு ரூபா 6-8-0. தபால்செலவு பிரத்தியேகம்.

காசி வயிரவர் கயிறு.

முதல் நெம்பர் 100-க்கு	3	0	0
2-வது நெம்பர் 100-க்கு	2	8	0
3-வது நெம்பர் 100-க்கு	2	0	0
4-வது நெம்பர் 100-க்கு	0	6	0

வெண்பட்டு வேஷ்டிகள்.

	அகலம்.	விலை ரூபா.
நீளம் 4 முழம்,	2 ...	4-முதல் 6-வரையில்
5 ...	2½ ...	6 ஷை 8 ஷை
5 ...	3 ...	7 ஷை 9 ஷை
6 ..	2½ ...	8 ஷை 9 ஷை
6 ...	3 ...	9 ஷை 12 ஷை
7 ...	3 ...	10 ஷை 13 ஷை
8 ...	3 ...	12 ஷை 15 ஷை
9 ...	3 ...	14 ஷை 16 ஷை
10 ...	3 ...	15 ஷை 18 ஷை

குழந்தைகள்.

குழந்தைகள் விளையாடக்கூடிய பித்தளை வெங்கலத்தால் செய்த செம்பு, குடம், கரண்டி முதலிய 32 சாமான்கள் அடங்கிய அழகும் நேர்த்தியும் நைசும் பளபளப்புமுள்ள அழகிய பாத்திரங்கள் 32 உள்ள,

சிறு செட்டு 1-க்கு ...	2	0	0
பெரிய செட்டு 1-க்கு ...	4	0	0

உடனே எழுதுங்கள்.

விலாசம், மானேஜர்,

பட்டு பீதாம்பர கம்பெனி, தாராநகர் தெருவு, காசி. SILK PITAMBER & Co., BENARES CITY

தலைமயிர் நரைத்து கிழவர்களைப்போல் ஏன் காணப்படுகிறீர்கள்.

எங்கள்

தர்பார் கேசகலாபத்தை

ஒருதரம் உபயோகிப்பதனால் எந்தக் காரணத்தினால் 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

புதியதாய் கண்டுபிடித்த ரோமசங்காரிணி யென்னும்

தர்பார் சோப்.

இது தேகத்தின் எந்த பாகத்திலும் இருக்கும் கூந்தலை இது பூசுவதனால் தேகத்தின் சர்மத்துக்கு எவ்வித தொந்தரவில்லாமல் ரோமத்தை யெடுத்துவிடும். ஒரு தடவை வாங்கினால் விடமாட்டீர்கள். தேகத்தின் காந்தியையும் முன் போலவே நிற்கும் சுபாவமான நிடத்தைக் காப்பாற்றும் படியான சோப் இது ஒன்றே தவிர வேறொன்றும 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

வி. எ. எஸ். பாணி, நெ. 3, இருளப்பன்தெரு, மதராஸ்.

முக்கிய விளம்பரம்.

எங்களால் தயார்செயய்யப்படுகிற ஸதானந்த "ஸர்வரோக நிவாரணி" யானது **100** கணக்கானவியாதிகளை குணப்படுத்துகிறது. இதற்குப்பத்தியமோ இல்லை. இதை இன்னநேரத்தில்தான் உட்கொள்ளவேண்டுமென்ற நியமம் இல்லை. வெளிப்பிரயோகம் உட்பிரயோகம் இரண்டிற்கும் உபயோகப்படுகிறது. தவறிச்சாப்பிடுவதினால் எவ்வித தீங்கும் செய்வதில்லை. பாலர் விருத்தர் யாவரும் ஸந்தேகமில்லாமல் ஸாப்பிடலாம். இம்மருந்தை கன்றுகாலிகளுக்குங்கூட உபயோகப்படுத்தலாம். இம்மருந்தானது சர்க்யூட் ஆபீசர்களுக்கும் மிகவும் சௌகரியமாயிருக்கும். இம்மருநதைப்பல இங்கிலீஷ் வைத்தியர்களும், ஐரோப்பியர்களும், இந்து கனவான்களும் விசேஷமாகப் புகழ்ந்து கூறியிருக்கின்றனர். மருந்துக்கு ஆர்டர் செய்கிறவர்களுக்கு விவரமடங்கிய கியாட்லாக் புத்தகமொன்று அனுப்பிக்கப்படும்.

வி. லக்ஷ்மிநரசு அண்டு பிரதர்,
ஸதானந்த வைத்தியசாலை,

மருந்தின் விலைரூ. **1-8-0.** கோயமுத்தூர்.

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, ஜ்வரக்கட்டியினாலுண்டாகும் காய்ச்சல்களுக்கும், முறைக்காய்ச்சல்களுக்கும் இந்த மருந்து அமிருதம் போன்றது. எவ்வித ஜ்வரத்தையும் 3 தினத்தில் நிறுத்திவிடும். புட்டி 1-க்கு ரூபா. 1.

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 நன்றாக வளரச்செய்யும். புட்டி 1-க்கு ரூ. 0 12 0

அசோக

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

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

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

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர் :
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 2. Vol. 2. ஆனந்தஹு ஐப்பசிமீ—NOVEMBER—1914. ஸஞ்சிகை 3. No. 3.

OFFICE OF THE REGISTRAR 24 JAN 1915 MADRAS.

THE PRINCIPALNESS OF ANATOMY AND PHYSIOLOGY IN MEDICINE.

வைத்திய சாஸ்திரத்தில் சரீர தத்துவத்தின் அறிவு பிரதானமானது.

BY

KAVIRAJ GANANATH SEN, M.A., L.M. & S.,
Vaidyavatamsa, Vidyanidhi and Kavi bhushan,
President, Ayurveda-Vidya Petta and author of
Pratyaksha saria in Sanskrit.

மனித சரீரத்தின் உள்ளமைப்புகளென்ன வெளியமைப்புகளென்ன அவற்றின் இயற்கைச் செயல்களென்ன இவ்வனைத்தின் தத்துவங்களை யுணர்த்துவதும், ஆயுர்வேதத்திற்கு முதல் அங்கமானதும், சிகித்ஸை யென்னும் கலையை யுணர அவ்விஷயத்திற் புகுபவருக்கு வாயிலெனக் கூடியதுமான சாஸ்திரத்தையே "சாரீரம்" என்பார்கள். சப்த தத்துவங்களை யறிவதற்கு இலக்கணநூல் போலவும், ஸகல விஷயார்த்தங்களை யுணர்வதற்கு தர்க்க சாஸ்திரம் போலவும் உடற்கூறுகளின் உண்மையறிவதற்கு சாரீர சாஸ்திரம் இன்றியமையாததாம். நாநாவிதமான ஆசயங்களையும்*, ஸிரைகளையும் (காரிரத்தக் குயாழ்கள்), தமனிகளையும் (சுத்த இரத்தக் குழாய்கள்), நாடிமண்டலங்களையும் (உணர்ச்சி நரம்பு முதலியவை), மற்றும் பல வேறு அவயவங்களையும் ஆச்ரயித்து ச்வாஸம் விடுதல், உணவு ஜீர்ணமாதல், இரத்த ஓட்டம், விஷய உணர்ச்சிகள், அநேகவிதமாக நிமிஷந்தோறும் நடந்தேறும் பலவாறான அசைவுகள் என்னும் இவ்விதமான இயற்கை அல்லது செயற்கைச் செயல் யாவும் தேஹத்தை ஆதாரமாகக் கொண்டல்லவோ நிறைவேறுகின்றன? அவ்வவயவங்கள் கோளாறடைந்தால், அப்பொழுதல்லவோ அந்தந்த ஆசயங்கள் அல்லது அவயவங்களைப் பற்றிய அநேகவிதமான வியாதிகள் உண்டாகின்றன? உள்ளும் புறமும் அவயவ அமைப்புகளின் தத்துவங்கள் அறியப்படாமற் போனால், அந்தந்த அவயவங்களின் இயற்கைச் செயல் முதலியவையும் இவ்வகையானவையென்றுணரப்படமாட்டா; அவ்வவற்றிற்குண்டாகும் வியாதிகள் என்னும் கோளாறுகளும் உள்ளபடி தெரியவராது.

சிகித்ஸைக்குரியவனான மனிதன் அந்தந்த ஆசயம் முதலானவற்றைப் பற்றிய கோளாறுகளால் பலவாறு பீடிக்கப்படுவானாதலால், சிகித்ஸையும் அப்புருடனின் அவயவக் கோளாறுகளுக்கேற்றவாறு செய்யவேண்டியிருக்கிறது. வைத்தியன் சாரீர சாஸ்திர மென்னும் ஞானக்கண்ணாலேயே பிணியாளியின் சரீரத்

* ஆசயங்கள்.—ச்வாஸாசயம், அன்னாசயம், (இரைப்பை), மூத்ராசயம் (மூத்திரப்பை), பித்தாசயம் முதலியவையாம்.

தில் அந்தந்த ஆசயாதிகளை ஆச்ரயித்துண்டாகும் கோளாறுகளை நன்குணரவும், ஔஷதங்களால் பரிஹாரம் செய்யவும் வல்லவனாகிறான். சரகஸம்ஹிதையின் ஸூத்ரஸ்தானம் 13-வது அத்தியாயத்தில் கூறப்பட்டிருக்கும் வசனம் என்னவெனில்:—

“ आतुरस्यान्तरात्मानं यो नाविशति रोगवित्।
ज्ञानबुद्धि प्रदीपेन न स रोगान् चिकित्सति ॥”

என்றால்—“வியாதியின் ஸ்வரூபத்தையறிய முயலும் வைத்தியன், அறிவு புத்தி யென்னும் பெருந்தீபத்தின் உதவியைக் கொண்டு பிணியாளியின் உட்புற நிலைமையை யுணரப் புகாவிடின், அவ்வைத்தியன் வியாதிகளுக்கு உற்றவாறு சிகித்ஸை செய்ய வல்லவனாகான்.”

மேலும் மனதை ஆச்ராயித்து ஸம்பவிக்கும் மானஸிகரோகங்கள் எவையுண்டோ அவையும் உடற் செயல்களின் பலவாறான மாறுபாடுகளாகும் குறிகளைக் கொண்டே அறியக் கூடியவையாயிருப்பதுடன், சரீரத்திற்குச் செய்யப்படும் சிகித்ஸைகளாலேயே பெரும்பாலும் நிவ்ருத்திக்க வேண்டியவையாயிருக்கின்றன. ஆகவே இத்யாதிகாரணங்களைக் கொண்டு பண்டைக்காலத்திய பரம ருஷிகள், வைத்திய சாஸ்திரத்திற்கு சாரீரதந்திரம் பிரதானமான பூர்வாங்கமெனக் கருதி அவ்விதமே தமது அபிப்பிராயத்தையும் வெளியிட்டனர். “சரீரத்தைப்பற்றிய ஆராய்ச்சி சரீரோபகாரத்திற்காகவே கூறப்படுகிறது; இது வைத்தியர்களுக்கான வித்யை. சரீர தத்துவம் அறியப்படுமானால், சரீரத்திற்கு உபயோகமான விஷயங்களிலும் அறிவு உண்டாகின்றது. ஆகையினால் சரீர ஸம்பந்தமான ஆராய்ச்சியை அறிஞர்கள் கொண்டாடுகின்றனர்.” இங்ஙனம் சரகஸம்ஹிதை சாரீரஸ்தானம் ஆறாவது அத்தியாயத்தில் பல விசாரங்கள் செய்யப்பட்டுள.

இதர சாஸ்திரங்களைக் காட்டிலும் இன்னும் சாரீரசாஸ்திரத்திற் கேற்பட்ட விசேஷமென்னவெனில், இதிலுள்ள எல்லாப் பிரமாணங்களும் பிரத்தியக்ஷமானவை யென்பதே. ஆகையினால் மதியில் மேன்மையுறாத மனிதரைத் தவிர மற்றெவருக்கும் சாரீர சாஸ்திரத்தின் உண்மையில் ஸம்சயமேற்படாது. சொல்வது ஒன்று, பிரத்தியக்ஷத்திற்காண்பது ஒன்று என்பது இச்சாஸ்திரத்திற்கே இணங்காத விஷயமாம். பிரத்தியக்ஷத்திற்கு மாறாக இதில் ஏதேனும் கூறப்படுமானால் அது தைவச் சொல்லெனினும் அறிஞர் அங்கீகரிக்க மாட்டார். மேன்மைதங்கிய தன்வந்தரி பகவான் ஸுச்ருதருக்கு உபதேசிப்பதாவது:—“ பிரத்தியக்ஷம், அநுமானம், உபமானம், சாஸ்திரம் இவற்றில் எதற்கும் விஷயங்களில் விரோதமேற்படாத தத்துவங்களை உணர்வாயாக.” பண்டைக் காலத்திய சாஸ்திர வல்லோர் பிரத்தியக்ஷத்தில் நிரூபணம் செய்யப்பட்ட விஷயங்களடங்கிய சாஸ்திரத்தையே பிரமாணமாகக் கொண்டாடி யிருக்கின்றனர்:—

“ शरीरे चैव शास्त्रे च दृष्टार्थः स्याद्विशारदः ।
दृष्टश्रुताभ्यां सन्देहमवापोह्याचरेद्भिषक् ॥
प्रत्यक्षतश्च यद्दृष्टं शास्त्रदृष्टं च यद्भवेत् ।
समासतस्तदुभयं भूयो ज्ञानविवर्धनम् ॥”

இவற்றின் பொருள்;—“சரீரத்தைப் பிரத்தியக்ஷமாக சோதித்துப் பார்த்து சாஸ்திரத்தையும் படித்து விஷய முணர்ந்தவனே வித்யையில் வல்லவனாவான்; விஷயங்களை நேத்திரத்தினால் பார்த்தும், சாஸ்திரங்களிலுள்ள விஷயங்களை குரு முகமாகக் கேட்டு விசாரம் செய்தும் ஸந்தேஹங்களைப் போக்கிக் கொண்ட வைத்தியனே தொழிலிற் பிரவ்ருத்திக்கவேண்டும். பிரத்தியக்ஷமாகக் கண்ணும் கருத்துமாய் நோக்கியவிஷயமென்ன, சாஸ்திரத்திற் படித்தறிந்த விஷயமென்ன இவ்விரண்டும் சேர்ந்து வைத்தியனுடைய அறிவை இன்னும் மேன்மையுறச் செய்யும்.” (ஸுச்ருத - சாரீர - 6-வது அத்தி).

சாரீரம் சஸ்திர சிகித்ஸகருக்கு மாத்திரமல்ல.

சல்யசிகித்ஸை செய்பவருக்கு மாத்திரம் சாரீர சாஸ்திரம் அவசியமென்றும், காய சிகித்ஸை செய்பவருக்கு அவசியமல்லவென்றும் நினைக்கவேண்டாம்.* சிலர், வாத-பித்த-கபம் முதலிய தத்துவங்களின் மிகவும் நுட்பமான விஷயங்களை நன்குணர்ந்து ரோகங்களை நிர்ணயிப்பதும் அதற்கேற்ப சிகித்ஸை செய்வதும் எவ்வகையிலும் ஸாத்தியமானவிஷயமாதலால் இந்நூதன சாஸ்திரத்தினால் ஆகவேண்டியதென்னென்றும் நம்மவரில் அபிப்பிராயப்படுவதுண்டு. இவர்கள் சாரீர சாஸ்திரம் இன்றியமையாததென்பதற்கு முற்கூறிய பிரயோஜனங்களே பிரமாணங்களாகுமென்பதை நன்கு கவனிக்க வேண்டும். சாரீர ஸம்பந்தமான அறிவு இல்லாமலே வாத- பித்த- கபங்களாலேயே தேஹத்தின் இயற்கைத் தொழில்கள் அல்லது அமைப்புகளும், கோளாறடைந்த செயல்கள் அல்லது இணைப்புகளும் நன்குணரக் கூடுமென்று சொல்ல முடியாது. அந்தந்த ஆசயங்களுடையவும் அவயவங்களுடையவும் தொழில்களைக் கடிவாளம்போல் இழுத்துப் பிடித்துக்கொண்டும் நடத்திக்கொண்டும் வருவதற்கு ஆதாரமான வாத-பித்த-கபங்கள் என்னும் தத்துவங்கள் சில ஸமயம் உணரக்கூடியவையாயும், மற்றொரு ஸமயம் இவ்வகைத்தானவையென்றுணரக் கூடாதனவாயுமிருப்பதால், சரீரதத்துவங்களை யறியாதவனுக்கு வாத-பித்த-கபங்களின் ஸ்வரூபமே இவ்விதமென்று முற்றிலும் உணரமுடியாமலிருக்க, அவற்றைக்கொண்டு வியாதிநிர்ணயம் செய்வதெங்ஙனமோ நாம் அறியோம். கடிவாளம் இன்னதென்று அறிந்தால், அதனால் அடக்கக்கூடிய குதிரையின் உட்புற வெளிப்புற தத்துவங்கள் யாவும் அறியப்பட்டதாகவே ஆகும் என்று பாவிப்பவனைப் போலவே, சரீர தத்துவங்களை யுள்ளபடி யுணருவது அவசியமில்லையென்று சொல்பவரும் பரிஹாஸத்திற்குப் பாத்திரமாவார்கள். ரோக நிதானங்களிற் கூறப்படுகிறபடி ரோகங்களில் அவ்வவற்றிற் கேற்ற குறிகள் உண்டாகும் கிரமமும், அந்த ரோகங்களில் தோஷங்கள் வியாபிக்கும் விதமும் சரீர தத்துவ மறியாமல் தெரிந்துக்கொள்ளக் கூடியவையல்ல. ஜ்வரத்தின் ஸம்ப்ராப்தியில்* “தோஷங்கள் ஆமாசயத்தை ஆச்ரயித்து கோஷ்டத்திலுள்ள அக்னியை வெளிப்படுத்தி இரஸத்துடன் சேர்ந்து ஜ்வரத்தை யுண்டுபண்ணும்” என்று மொழியப்படுகிறது. இங்கு ஆமாசயம் யாதென்றும், எவ்வாறு எவ்விடத்தில் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறதென்றும், கோஷ்டமென்றால் என்ன, அதிலிருந்து அக்னி எங்ஙனம் வெளிப்படுத்தப் படுமென்றும், இரஸத்துடன் தோஷங்கள் சேர்வதென்பது தான் எவ்வாறு என்றும் ஒரு வைத்தியன் அறியாதவனாயிருந்தால், அப்பொழுது இவ்வைத்தியனுடைய அறிவுதான் எத்தகையது, பிறருக்கு அறிவிக்கத்தான் இவனுக்கு என்ன யோக்யதை யுண்டு? மேலும் “ भूयः संदूषितो वह्निर्ग्रहणीमभिदूषयेत् ”—‘முன்னமே மந்தமான அக்னியானது இன்னும் அதிகமாய் கெடுக்கப்பெற்று கிரஹணியையும் கெடுத்து விடும்’ என்னும் இடத்தில் கிரஹணீ என்றால் என்ன, அதன் அமைப்பு எவ்விதமானது? என்று அறியவேண்டியது அவசியமல்லவா? “ दूषयित्वा रसं दोषा विगुणा हृदयं गताः ” என்கிற விடத்தில் இருதயமென்பதையும், இரஸமென்பதையும், அதற்கு விகாரமுண்டாவதையும், இரஸம் இருதயத்திற்கு எவ்வழியினால் எவ்வாறு போய்ச் சேருகிறதென்பதையும் அறிவதற்கு

* சஸ்திரங்களைக்கொண்டு செய்யப்படும் சிகித்ஸை சல்ய சிகித்ஸையென்றும், ஜ்வரம்- அதிஸாரம்- பாண்டு- வாதநோய் முதலியவற்றிற்குச் செய்யப்படும் சிகித்ஸை காய சிகித்ஸை என்றும் கூறப்படுமென்பதை கலாநிதியைப் படிப்பவர் அறிந்திருக்கலாம்.

* ஸம்ப்ராப்தி.—எவ்வித காரணங்களால் எழுந்த தோஷங்கள் தேஹத்தில் எவ் வெவ்விடங்களில் எவ்விதமான கோளாறுகளை யுண்டாக்குகின்றன வென்னும் முறையை யுணர்த்தும் விஷயமாம்.

சாரீர அறிவு ஸர்வஜித்திலும் அவசியமானதென்று மீண்டும் நாம் கூறவேண்டுவதில்லை. இப்படி இவ்விஷயத்தில் பிரமாணமாக எடுத்துரைப்பதற்கு அளவற்ற திருஷ்டாந்தங்களுண்டு. ஆகவே சல்யதந்திர முறைப்படி வைத்தியம் செய்பவருக்கு மாத்திரமே சரீர தத்துவமறிதல் அவசியமென்று அறிவிற் குன்றியவர் மொழிவதை மதியிற் சிறந்த வைத்தியர்கள் மதிக்கமாட்டார்கள். "शल्यज्ञानादृते नैव वर्ण्यतेऽङ्गेषु केषु चित्"—"சல்ய தந்த்ரத்தில் பரிசயமில்லாமற்போனால் சரீர ஸம்பந்தமான தத்துவங்களை எங்கும் எடுத்துரைக்க முடியாது" என்கிற வசனம் சல்ய தந்த்ரம் கற்பவருக்குச் சாரீரத்தில் விசேஷமாக பரிசயம் இருக்கவேண்டுமென்பதைக் குறிப்பிடுகிறதேயன்றி, காயசிகித்ஸையில் சாரீர சாஸ்திரம் அவசியமில்லையென்பதைக் கூறுவதல்ல. ஆயுர்வேதம் அனைத்துக்கும் பிரதான பூர்வாங்கமாயுள்ள இச் சாரீரசாஸ்திரம் சல்யதந்திரத்தில் விசேஷமாக வர்ணிக்கப்படுவதை யோசிப்போமாயின், காயசிகித்ஸகர்கள்கூட சல்ய தந்த்ரத்தை அவசியம் கற்கவேண்டுமென்றே அவ்விஷயம் அறிவிக்கின்றது. ஆயுர்வேதத்திற்கு அஸ்திவாரம் போன்ற இச்சாஸ்திரத்தை ஆதிகாலத்திய வைத்திய ச்ரேஷ்டர்கள் மிகவும் ஆதரித்தனர் என்பதற்கு முற்கூறியவை மட்டுமல்ல, இன்னும் அநேகம் பிரமாணங்களுமுண்டு:—

"शरीरं सर्वथा सर्वं सर्वदा वेद यो भिषक् ।
आयुर्वेदं स कार्त्स्न्येन वेद लोकसुखप्रदम् ॥"

"எவ்வைத்தியன் எப்பொழுதும் சரீர ஸம்பந்தமான தத்துவம் அனைத்தையும் அகில விதத்திலும் அப்யஸித்தறிகிறானோ, ஜனங்களுக்கு ஆரோக்கிய மளிப்பதற்கென்று ஏற்பட்ட ஆயுர்வேதத்தையும் அவ்வைத்தியனே முற்றிலும் உணர்ந்தவனாவான்" என்பது சரகஸம்ஹிதையின் சாரீரஸ்தானத்தில் ஆறுவது அத்தியாயத்தின் வாக்கியம். ஆயுர்வேத நூல்களில் மாத்திரமல்ல—சதபத ப்ராஹ்மணம் முதலியவற்றிலும், புராணங்களிலும், பாதஞ்ஜல யோகசாஸ்திராதிகளிலும், விஷ்ணு—யாஜ்ஞவல்க்ய ஸ்ம்ருதி முதலானவைகளிலும், ருத்ர-யாமளாதி தந்த்ரங்களிலும் சாரீர விஷயமான விசாரங்களும், பிரஸங்கங்களும் படிக்கப்பட்டிருப்பதைப் பார்ப்போமாயின், முற்காலங்களில் சரீரதத்துவ ஸம்பந்தமான அறிவு ஸாதாரண பண்டிதர்களுக்கும், விசேஷமாக வைத்திய வித்வான்களுக்கும் நன்றாகத் தெரிந்திருந்ததென்றும், அது மஹா முக்கியமான சாஸ்திரமென்று கருதப்பட்டுவந்ததெனவும் நன்றாகத் தெரியவரும். அப் பிரமாணங்களெல்லாம் இங்கு இடங்கொள்ளாதென நினைத்து அவற்றை விவரமாய் வரையாது விடுத்தோம்.

முற்காலத்திய சாரீரசாஸ்திரங்கள்.

அகண்டமான ஆயுர்வேத மஹா ஸமுத்திரத்தில் இறங்கிப் பார்த்தால் இன்றைக்கும் அநேக ரத்தினங்களுக்கொப்பான சாரீர சாஸ்திரம் முதலியவை அகப்படுகின்றன. அவ்விதம் கிடைப்பவைகளில் சிலவற்றை இங்கெடுத்துக் கூறுவோம்:—

போஜ ஸம்ஹிதையின் சாரீரஸ்தானம். இது பிராசீன ஆயுர்வேத நூல்களில் பிரதானமாயிருந்ததாகத் தோற்றுகிறது. இந்த ஸம்ஹிதை இயற்றிய போஜன் தாராநகரத்திற்கு அதிபதியாயிருந்த போஜமஹாராஜனல்ல; இந்நூலியற்றிய போஜன் ஓர் இருஷி. ஸுச்ருதருக்கு ஸமகாலத்தில் அவருடன் கூடப்படித்தவர். போஜ ஸம்ஹிதை முற்றிலும் கிடைப்பது அரிதாயிருக்கிறது. போஜ ஸம்ஹிதையிலிருந்து கிரஹித்து அவரவர் ஆங்காங்கு வரைந்துள்ள வசனங்களைக் கொண்டுதான் நாம் அந்நூலுடைய மஹிமையை அறியவேண்டியிருக்கிறது. ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையின் சாரீர வியாக்யானத்தில்—

"हस्तपादाङ्गुलितले कूर्चेषु मणिबन्धयोः ।
बाहुजङ्घाद्वये चापि जानीयान्नलकानि च ॥"

"கை கால்களின் விரல்களிலும், புறங்கை

புறங்கால்களிலும், மணிக்கட்டுகளிலும், இரண்டு கைகளிலும், இரண்டு கால்களிலும் அமைக்கப்பெற்றுள்ள அஸ்த்திகள் நளகங்கள் என வழங்கப்படும்." என்கிற போஜ ஸம்ஹிதையின் வசனத்தை டல்லணாசாரியர் எடுத்துக் கூறியிருக்கிறார். மீண்டும் அவ்விடத்திலேயே "यथाह भोजः—संघाताः संचिता यैस्तु सीमन्तांस्तान् प्रचक्ष्महे"—"போஜன் கூறுவதாவது—எந்த அஸ்த்திக் கூட்டங்களைக் கொண்டு ஏதேனும் அவயவங்களில் பலவித இணைப்புகள் அமைக்கப்படுகின்றனவோ, அவற்றின் இடையிலுள்ள பாகங்களை ஸீமந்தங்கள் என்று வழங்குவோம்" என்றும் எடுத்து வரையப்பட்டுளது.

பாஸ்கரபட்டன் என்பவனால் இயற்றப்பட்ட சாரீர-பத்மினீ என்று மற்றொரு சாரீர நூல் உண்டு. அது சுமார் ஆயிரம் வருஷங்களுக்கு முன்னமே இயற்றப்பட்டதாய் அறிகிறோம். அதில் வர்ணிக்கப்பட்டுள்ள சாரீர விஷயங்களெல்லாம் இப்பொழுதுள்ள ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையிலிருக்கும் சாரீர விஷயங்களையே அநுஸரித்தவையா யிருக்கின்றன. சாரீர-பத்மினியிலிருந்து வசனங்களை வெகுவாக மேனாட்டுப் பண்டிதரான டாக்டர் ஹார்ன்லி என்பவர் எடுத்து அவர் இயற்றிய நூலில் சேர்த்திருக்கின்றார்.

சாரீர சாஸ்திர ஸம்பந்தமான இன்னும் இரண்டுக் கிரந்தங்கள் மேல்நாடுகளில் இன்றைக்கும் கிடைப்பதாய் அறிகிறோம். அவை சாரீரசாஸ்திரம், சாரீரவைத்தியம் எனப்படுகின்றன. இவ்விரண்டும் ஸ்ரீமுகன் என்பவனால் இயற்றப்பட்டவையெனக் கூறுகின்றனர். ஆகிலும் வேறு சில பிரமாணங்களைக் கொண்டு இவை வேறொருவனால் இயற்றப்பெற்றவையேயன்றி ஸ்ரீமுகனாலல்லவென்று நிச்சயிக்கின்றோம். அவ்விஷயத்தை விசாரம் செய்யப் புகுவதற்கு இங்கிடமில்லை. இந்நூல்கள் இரண்டைப்பற்றிய விவரங்களை அறியவிரும்புபவர் ஆப்ரெக்ட்ஸ் காடலாக் (Anfrecihts' catalogue) என்னும் ஆங்கிலப் புத்தகத்தைப் பார்க்கலாம்.

சாரீரப் பயிற்சியின் குறைவுக்குக் காரணம்.

அகில ஆயுர்வேதத்திற்கும் ஆதார பூதமாய் ஆதிகாலத்தில் சாரீர சாஸ்திரம் அவ்வாறு அபிவ்ருத்தியாய் உன்னத நிலைமையைப் பெற்றிருந்தும், சுமார் 2250 வருஷங்களுக்குமுன் மிகவும் பிரஸித்திபெற்றிருந்த பௌத்த சக்கிரவர்த்தியான அசோகனுடைய ஆஞ்ஞையினால் சவங்களை அறுத்துப் பரீக்ஷிக்கும் வழக்கம் தடுக்கப்பட்டுப் போனதாலும், அதன் பிறகு இராஜ்யங்களில் நூற்றுக்கணக்காய் ஸம்பவித்த பிரமாதமான கலஹங்களால் அபூர்வமான ஆயுர்வேத நூல்கள் அழிவடைந்ததாலும் வைத்தியர்களுக்கு மெள்ள மெள்ள சாரீர சாஸ்திர ஸம்பந்தமான அறிவு குறையத் தலைப்பட்டது. ஆகவே பௌத்தாளுடைய காலங்களில் சவங்களைப் பரீக்ஷிக்க முடியாத கிரந்தகர்த்தாக்கள், அவரவரது யுக்திக்கும் யோசனைக்கும் ஏற்றவாறு நூல்களியற்ற முயன்றதால், சில விடங்களில் சாரீரக் கிரந்தங்கள் சிலவற்றில் பிரத்தியக்ஷப் பிரமாணத்திற்கு ஒவ்வாத விஷயங்களும் சில ஏற்படத் தொடங்கின. ஆகிலும் பிராசீனமான மஹோபதேசங்கள் அநேகம் இப்பொழுதும் விளங்கிக்கொண்டுதான் இருக்கின்றன. "शोधयित्वा मृतं सम्यक् द्रष्टव्योऽङ्गविनिश्चयः" "சவத்தின் சரீரத்தை நன்றாகப் பரிசோதித்து சரீர தத்துவங்களைப் பிரத்தியக்ஷமாய்க் காணவேண்டும்" என்று ஸுச்ருத சாரீரம் 5-வது அத்தியாயத்திற் கூறப்படுகிறது. இப்பொழுது வெளியாயிருக்கும் ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையானது, பிற்காலத்தில் எவரோ ஒரு பண்டிதரால் ஸங்கிரஹம் செய்து வரையப்பட்டதால் இதிலுள்ள சில விஷயங்கள் பிரத்தியக்ஷப் பிரமாணத்திற்கு ஒவ்வாதனவாய்விட்டனவென்று சொல்ல அநேகம் பிரமாணங்கள் இருக்கின்றன. இதற்குமுன் இயற்றப்பெற்ற 'விருத்த ஸுச்ருதம்' என்று ஒரு கிரந்தம் உண்டு. அது

தான் ஸுச்ருதரென்கிற இருஷியினால் இயற்றப்பட்டதாகும். "शारीरे सुश्रुतः श्रेष्ठः"—"சாரீர சாஸ்திரத்தில் ஸுச்ருதமே மேலானது" என்னும் பிரஸித்தி விருத்த ஸுச்ருதத்தைப் பற்றியதேயன்றி இப்பொழுது வெளியாயுள்ள ஸுச்ருத ஸம்ஹிதைக்கு ஸம்பந்தப்பட்டதல்ல.

வாக்படனும் அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹத்திலும், அஷ்டாங்க ஹ்ருதயத்திலும் தன் புத்திக்கு எட்டியமட்டும் சாரீர விஷயங்களை விவரித்திருக்கின்றான். (தொடரும்.)

THE HOSPITAL TREATMENT.

ஆஸ்பத்ரிகளில் சிகித்ஸை.

By

Mr. S. RAJAGOPALACHARIAR, B. A.

சென்னையிலும் வெளியூர்களிலுமுள்ள ஆஸ்பத்ரிகளில் தற்காலத்தில் ஏற்பட்டுள்ள வைத்திய உதவிக்கான நியமங்களில் சில மாறுபாடுகள் செய்ய கவர்ன்மெண்டார் உத்தேசித்திருக்கின்றனர். இப்பொழுது எளியோர் தனிகர் என்கிற பேதமில்லாமலே அனைவருக்கும் பெரும்பாலும் இலவசமாகவே ஆஸ்பத்ரிகளில் சிகித்ஸை செய்யப்பட்டு வருவதுடன், வியாதி நிர்ணயம் செய்வதற்கான பரீக்ஷா முறை முதலியவற்றிற்கும் பணம் கேட்பதில்லை. ஆகவே ஆஸ்பத்ரிகளில் வெளிப் பிணியாளிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்வது முற்றிலும் இலவசமானதாகவே இருக்கின்றதென்பது நிச்சயம். ஏழையான பிணியாளிகளுக்கு மட்டும் விசேஷ ஸௌகர்யம் ஏற்படுத்துவதின்பொருட்டு, ஆரம்பத்தில் இச்சென்னை நகரிலுள்ள ஆஸ்பத்ரிகளில் மாத்திரம் மிகவும் ஏழைகளுக்குத் தவிர மற்றவர்களிடமிருந்து அவரவருடைய நிலைமைகளுக்கேற்றவாறு பணம் பெற்றுக்கொண்டு சிகித்ஸை செய்யவேண்டுமென்று கவர்ன்மெண்டார் நிச்சயித்திருக்கிறார்கள். இந்த நகரத்தில் ஸொந்தத்தில் தொழில் புரிகிற ஆங்கிலவைத்தியர்களும் ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களும் விசேஷமாயிருப்பதால், திரவியம் செலவு செய்ய சக்தியுள்ளவர்கள் அவ்வைத்யர்களிடம் பணச் செலவு செய்து சிகித்ஸை செய்துகொள்வதே நியாயமாகும். இப்பொழுது ஔஷதம் பெற்றுக்கொண்டு வெளிப்போய் விடும் பிணியாளிகளுக்கு வியாதி நிர்ணயம் செய்யவும், மற்ற விஷயங்களை அவர்களுக்குத் தெளிவாக அறிவிப்பதற்கும் எவ்வித சார்ஜும் செய்யப்படுவதில்லை. மாதம் 30 ரூபாய்க்கு மேற்பட்ட வருமானமுள்ளவர்களிடமிருந்து மருந்துச்செலவு மட்டும் வசூல் செய்யப்படவேண்டுமென்றும், அதிலும் கவர்ன்மெண்டு உத்தியோகஸ்தர்களானால் 60 ரூபாய்க்கு மேற்பட்ட சம்பளமுள்ளவரிடமிருந்தே அவ்வித சார்ஜும் செய்யப்படவேண்டுமென்றும் இதுவரையில் நியமமிருந்த போதிலும், பெரும்பாலும் அனைவருமே இலவசமாக ஆஸ்பத்ரிகளில் சிகித்ஸை செய்துகொண்டு போகின்றனர். ஆகிலும் இனி அவ்விதமில்லாமல் அவ்விஷயங்கள் நன்கு கவனிக்கப்பட்டு வரலாமென்று நம்பப்படுகிறது.

மேலும் புதிய ஏற்பாட்டின்படி இனி கவர்ன்மெண்டு உத்தியோகஸ்தர்களைத் தவிர 30 ரூபாய்க்குமேல் வரும்படியுள்ள மற்ற எல்லா ஜனங்களிடமிருந்தும் வியாதி நிர்ணயம் பண்ணவும், ஸாமானியமான சஸ்திர சிகித்ஸை செய்யவும் ஒரு பிணியாளிக்கு அரையணா வீதம் வசூல் செய்யப்பட வேண்டுமென்று கவர்ன்மெண்டின் உத்தேசம். கவர்ன்மெண்டு உத்தியோகஸ்தர்கள் உட்பட அனைவரிடமிருந்தும், அவரவருடைய நிலைமை எவ்விதமாயிருப்பினும் ஔஷதங்களுக்காகத் தலைக்கு இரண்டு அணாவிதம் இனி வசூல் செய்யவேண்டுமென்று தீர்மானிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆஸ்பத்ரிக்குத் தலைவரான உத்தியோகஸ்தருக்கு எவரேனும் பிணியாளி மிகவும் ஏழையென்று தெரியவந்தால் ஔஷதமும் இனாமாகக் கொடுத்துதவத் தடையிராது.

ஆஸ்பத்ரியிலேயே இருந்து வைத்தியம் செய்துகொள்பவரிடமிருந்து அவரவரது நிலைமைகளுக்கேற்றவண்ணம் வெவ்வேறு அளவான தொகைகள் வாங்கவேண்டுமென்று நியமங்கள் ஏற்படுத்தியிருக்கின்றனர். ஆஸ்பத்ரிகளில் அனைவருக்கும் பொதுவாக ஏற்பட்டுள்ள ஸ்தலங்களில் (General wards) படுக்கையிலிருந்து சிகித்ஸை செய்துகொள்ளும் ஏழைப் பிணியாளிகளிடமிருந்து இதுவரையில் வியாதி நிர்ணயம் செய்ய யாதொரு தொகையும் வாங்கப்படுவதில்லை. ஆனால் 25-ரூபாய்க்கு மேற்பட்ட வருமானமுள்ளவர் ஆஸ்பத்ரியில் இருந்துவரும் வரையில் தினமொன்றுக்கு இவ்வளவு தொகை கொடுக்கவேண்டுமென்று விதியேற்பட்டிருக்கிறது. இப்பொழுது சஸ்திர சிகித்ஸையும் இலவசமாகவே நடதப்தபட்டு வருகிறது. இனி மாதம் 50 ரூபாய்க்கு உட்பட்ட சம்பளமுள்ள கவர்ன்மெண்டு உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு மட்டும் அவ்வித ஸாதாரண சிகித்ஸைகள் இலவசமாகக் கிடைக்கும். அதற்கு மேலான சம்பளம் பெறும் உத்தியோகஸ்தர்கள் யாவரும் வியாதி நிர்ணயம் செய்தல், ஆஸ்பத்ரியிலேயே இருந்து வருதல், விசேஷமான சஸ்திர சிகித்ஸைகள், ஔஷதங்கள் என்னும் ஒவ்வொரு விகிதத்திற்கும் அவரவருக்குத் தகுந்தவாறு ஏதேனும் கட்டணம் கொடுக்கவேண்டி வரும். சஸ்திர சிகித்ஸைகளில் அதனின் தன்மைகளுத் தகுந்தவாறு 15 முதல் 45 ரூபாய் வரையில் ஆஸ்பத்ரியில் சிகித்ஸை செய்துகொள்ள வருபவர் கொடுக்கவேண்டுமென்று தீர்மானிக்கப்பட்டிருப்பதாய் அறிகிறோம்.

ஆஸ்பத்ரிகளில் மற்றப் பிணியாளிகளுடன் சேர்ந்திராமல் பிரத்யேகமான அறைகளில் (Special wards) இருந்து வைத்தியம் செய்துகொள்பவரிடமிருந்து, அவரவருடைய சம்பளம் அல்லது வருமானத்திற்கு ஏற்றவிதமாய் ஒரு முறைக்கு 60 முதல் 150 ரூபாய் வரையில் கட்டணங்கள்வாங்கப்படவேண்மென்றும் உத்தேசிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஸ்த்ரீகள் ஆஸ்பத்ரிகளில் பிரஸவிப்பதற்காக அவரவருடைய அந்தஸ்துகளைக் கவனித்து பிரஸவம் ஒன்றுக்கு 35 முதல் 50 ரூபாய் வரையில் கட்டணங்கள் ஏற்படுத்தப்படுமாம்.

கவர்ன்மெண்டார் பொதுப் பணத்தைக் கொண்டு தர்மவைத்தியசாலைகளை ஏற்படுத்தியிருப்பதால், ஏழ்மையினால் வருந்தும் ஜனங்களுக்கே அவ்வித ஸ்தாபனங்களில் விசேஷ ஸௌகரியமும் பாத்யதையும் இருக்கும்படி நியமங்கள் ஏற்படுத்துவது முற்றிலும் நியாயமாகும். சென்னை நகரிலும், வெளியிலுள்ள மற்றப் பட்டண வாஸங்களிலும் வைத்தியத் தொழில் புரிபவர் விசேஷமாக இருக்கின்றனர். செலவு செய்ய சக்தியுள்ளவர்கள் கூட அவ் வைத்தியர்களிடம் சிகித்ஸை செய்துகொள்வதைவிட்டு, ஏழைகளுக்கென்று ஏற்பட்ட ஆஸ்பத்ரிகளில் இலவசமாக வைத்தியம் செய்துகொள்ளப் போய், தனிகரென்னும் செல்வாக்கினால் ஏழைகளுக்குக் கிடைக்காத இதர ஸௌகரியங்களையும் அடைந்து, எளியவருக்கு அவ்விடங்களிலும் தகுந்த சிகித்ஸை கிடைக்காமல் அவர்களுக்கு மேன்மேலும் கஷ்டத்தையே சுமத்துவது சரியல்ல. வாஸ்தவமாய் மிகவும் எளியவருக்கு மட்டுமே ஆஸ்பத்ரிகளில் எவ்விதத்திலும் இலவசமாக சிகித்ஸை செய்துகொள்ள பாத்தியமுண்டு. ஆகையினால் இப்பொழுது கவர்ன்மெண்டார் புதிதாக ஆஸ்பத்ரிகளில் ஏற்படுத்துவதாய் உத்தேசித்திருக்கும் நியமங்கள் யாவராலும் அவசியமென்று ஆமோதிக்கக் கூடியவையேயாம். முதலில் இச்சென்னையிலுள்ள ஆஸ்பத்ரிகளில் இவ்வேற்பாடுகளை ஒழுங்குக்குக் கொண்டுவந்து, அதனால் ஏற்படும் ஸௌகரியங்களையறிந்து அப்பால் வெளியூர் ஆஸ்பத்ரிகளிலும் அவ்விதம் செய்ய நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால் இந்நியமங்கள் ஊர்ஜிதத்திற்கு வருகையில் தாக்ஷிண்யமில்லாமல் ஏழைகளிடமிருந்து நிர்ப்பந்தித்து கட்டணங்கள் வாங்குவதையும், செல்வாக்குள்ள தனிகரிடமிருந்து தாக்ஷிண்யத்திற்காகக் கட்டணங்களை

நியமப்படி வாங்காமலிருப்பதையும் தடுப்பதற்காக கவர்ன்மெண்டார் என்ன ஏற்பாடுகள் செய்வார்களோ அறியோம். அவ்விதம் ஸம்பவிக்காமலிருப்பதுதான் முக்கியமென்று கவர்ன்மெண்டார் கவனிப்பாராக.

MEDICINE *

வைத்தியம்.

BY

L. J. L. HAGA.

ஆங்கிலத்தில் மெடிஸின் என்றால், ஸாதாரணமாய் ஔஷதம் என்றே பெரும்பாலோர் முதலில் பொருள் கொள்வர். நட்டால் என்பவர் இயற்றிய ஸ்டாண்டெர்ட் டிக்ஷநரி என்னும் நிகண்டுவில் "மெடிஸின் என்பதனால் வியாதிகளை நிவ்ருத்தி செய்கிற அல்லது குறைக்கிற குணமுடைய எப் பதார்த்தமும், பிணிகளைத் தடுக்கும் உபாய முறைகளும், அவற்றை ஸ்வஸ்த்தம் செய்யவேண்டிய கிரமும் அல்லது சரீர நிலைமைக்கு ஏற்பட்ட மாறுபாடுகளை அகற்றும் எவ்வுபாயமும் குறிக்கப்படும்" என்று விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

அப்பதமானது, பிணியாளிகளுக்கு உதவிசெய்ய உபயோகமாயுள்ளவையும், சரீர வன்மை ஆரோக்கியம் அல்லது தேஹஸௌகம் இவற்றை விருத்திசெய்யக் கூடியனவுமான எவ்விஷயத்தையும் குறிப்பிடுமாகையால், அதற்கு இது ஒன்றுதான் பொருளென்று இங்கு நியமம் ஏற்படுத்துவது பிசகு. ஆகவே அதைப் பொதுப்பட வைத்தியம் என்று கூறுவதே சரியாம்.

வைத்திய சாஸ்திரத்தை நீங்கள் மேன்மேலும் படித்துவந்தால், ஔஷதச் சரக்குகள் வியாதி நிவாரணம் செய்கின்றனவெனவும், ஆனால் அநேகம் மருந்துகள் அல்லது சரக்குகள் வியாதி நிவாரணம் செய்வதில் உபயோகமற்றவையாய் ஆவதுமல்லாமல் அவை அபாயகரமான விஷத்தன்மையுடையனவாய் அவற்றின் ஒவ்வொரு மாத்திரையும் (dose) பிணியாளியின் ஜீவசக்தியை விசேஷமாகக் குறைத்துவிடக் கூடியவையாகவும் இருக்கின்றனவென்று பலவாறு வற்புறுத்தி வரையப்பட்டுள்ள விஷயங்களைப் படிப்பீர்கள்.

வியாதிகளைப் போக்குவதற்கு ஔஷதங்கள் அவசியமானவையென்றாலும், தற்காலத்தில் அறிவிற் சிறந்த வைத்தியர்கள் ஔஷதச் சரக்குகளினும் மேலான பயன் தரக்கூடிய அநேக முபாயங்களைக் கையாள முயல்கின்றனர்; ஏனெனில் அநேகம் சரக்குகள் சரீரத்தினுட்சென்று சல்யம்போல் பலவாறு தொந்தரை செய்கின்றன; அவை எவ்வவயவங்களில் அவற்றின் குணங்களுக்கேற்ற காரியங்களைச் செய்கின்றனவோ அவற்றிற்கு அழற்சியைத் தந்து அப்பால் விசேஷமான விஷத்தன்மையையும் அவ்வவயவங்களிற் காட்டுவதுண்டு; அல்லது ஏற்கனவே வியாதியினால் வருந்தும் அவயவங்களுக்கு அதிக வேலைகளைக் கொடுத்து அவற்றை இன்னும் அதிகமாய் களைக்கச் செய்கின்றன. ஔஷதங்களில் அநேகம் பிணியாளிகளுக்கு இங்ஙனம் பற்பல கஷ்டங்களை உண்டுபண்ணுவதுமல்லாமல் பிணியாளியுட்பட வைத்தியர் முதலானவர்களுக்கும் சில ஸமயங்களில் விசேஷமான செலவுகளையும், காலவிரயத்தையும், சரீர சிரமத்தையும் உண்டுபண்ணக் கூடியதாயிருக்கின்றதேயன்றி, நியதமாக சரீரநிலைமைக்கு வன்மையைக் கொடுத்து அனைவருக்கும் ஒரேவிதமாய் நற்பயன் விளைவிக்கக் கூடியனவாயில்லை.

உலகத்திலுள்ள எல்லாத் தேசங்களிலும் அனைவராலும் ஏகோபித்து அங்கீகரிக்கக் கூடியதும், எளிதில் நிறைவேறக்கூடியதுமான ஒருவித முறையைப்பற்றி சுமார் ஐம்பது வருடங்களுக்கு முன்னமே பலபேர்களால் ஒரு பெரு முயற்சி செய்யப்பட, அதைக் கைப்பற்றிய வகுப்பார் இன்றைக்கும் ஆங்காங்கு அநேகருண்டு. அம்முறை யாதெனில்—அவரவரது உடலின் இயற்கை நிலைமையே ரோகங்

* Reproduced and translated from "Good Health"

களை நிவ்ருத்தி செய்கின்றனவென்னும் அரிய விஷயத்தை அறிந்து நடக்கவேண்டிய முறையே யாம். வைத்தியரல்லாத விவேகிகளால் ஒருங்கே வழங்கப்பட்ட இம்முறையின் மேன்மையைக் கண்டறிந்து சாஸ்திரங்களைப்பயின்ற வைத்தியர்களும் சஸ்திரசிகித்ஸகர்களும் இப்பொழுது இம்முறை செழிப்பதற்குத் தாம் பாத்தியமுள்ளவர்களென்று முன்வந்து நிற்க முயல்கின்றனர். "இரத்தமே உயிர்" என்றும், "ஆகவே சரீரத்திற் குண்டான கோளாறுகளை உயிருக்கு உயிராயிருக்கும் இரத்தத்தின் ஜீவசக்தியினால் சரீரம் தனக்குத் தானே நிவ்ருத்தி செய்து கொள்ளுந் தன்மையது" என்றும் நிச்சயமாய் நம்பலாம். இதுதான் இயற்கைச் சிகித்ஸைக்கு அஸ்திவாரமான முற்கூறிய விஷயங்களுக்கு ஆதாரமான பிரமாணமாம்.

நமது வயதின் நிலைமைக்கு அறிகுறியாயிருப்பவை விஷயங்களின் கிரஹணதாரண சக்தியும், பற்பல அளவான அறிவுமே யாம். நாம் எல்லோரும் அகில விஷயங்களையும் உணர்ந்து பிரகாசமான வழியில் நடப்பதையே இயற்கை ஸ்வாதந்த்ரியமாக நினைத்து அவ்வறிவை ஆவலுடன் விரும்பிவருகிறோம். ஆனால் எது அனைவருக்கும் இன்றியமையாத அறிவு என்பதைப்பற்றிதான் கவனிப்பவர் அரிது. விஷயவிசாரம் செய்து உலக நன்மையைக் கோரும் விவேகிகளைக் கேட்டால் "உன்னை நீ அறிந்துகொள்வதே அவசியம்" என்றுரைப்பர். உங்களுடைய தேஹதத்துவத்தை அறிந்துகொள்ளுங்கள்; தேஹத்தில் உள்ளும் புறமும் அமைந்துள்ள அநேகம் அவயவங்களுடையவும் பலவேறு வகையான வியக்கத்தக்க செயல்களையெல்லாம் செவ்வனே தெரிந்து கொள்ளுங்கள்; ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பாதுகாக்கவும், நீண்டகாலம் உயிருடனிருந்து வாழவும் அவசியமாயுள்ள நன்னெறிகளையுணர்ந்து அவ்விதமே நடந்து கொள்ளவும் முயற்சியுங்கள்; இதுதான் நாகரிக காலத்திற்கேற்ற நவீன வைத்திய முறையாம்.

ஆரோக்கியமாயுள்ள மனிதனுடைய தேஹத்தில் எல்லா அவயவங்களுடைய செயல்களும் ஒற்றுமையாக நடந்தேறுமாகையால், அவ்விதம் நடந்துவருகையில் எவ்வித கஷ்டமும் நமது மனதிற்கு எட்டாது. விஷயமுணர்ந்து நடவாமையினாலாவது அல்லது வேறு எக்காரணத்தினாலாவது இவ்வித ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பாதுகாப்பதற்கு இயற்கையில் இன்றியமையாதனவற்றை அலக்ஷியம் செய்ய நேரிட்டால், தேஹத்தில் அகில அவயவங்களுக்கு மேற்பட்டுள்ள ஒற்றுணர்ச்சி அலங்கோலமடைந்து, அவ்வவயவங்களின் இயற்கை யமைப்புகளுக்கு அற்பமாகவோ அதிகமாகவோ கோளாறுகள் ஏற்பட்டு, ஆரோக்கிய நிலைமைக்கு ஆகாத அநேக விகாரங்களும் உற்பத்தியாய்விடுகின்றன. சரீரத்தின் இயற்கைச் சக்தியும் சும்மாயிருப்பதில்லை; தேஹத்திற்கு நேரிடும் தீங்குகளை இயற்கைச் சக்தியே கூடுமானவரையில் விலக்கிவர எப்பொழுதும் ஆயத்தமாயிருக்கின்றது. ஆகிலும் ஆரோக்கிய நிலைமை நிலைகுலையுமாறு நெறிமீறி நடந்தவன் தனது தேஹவன்மையைத் திடப்படுத்துவதற்காக ஸொந்த அறிவை யுபயோகித்து, பழையபடி தேஹத்தின் இயற்கைத் தன்மையை மீட்பதற்கு முயலாமற்போனால் மேன்மேலும் அவயவங்களின் இயற்கை வேலைகளில் ஒழுங்கீனமே அதிகரித்து நீடித்த வியாதிகளுக்கும் துன்பங்களுக்கும் ஆளாகவேண்டிவரும்.

பிறகு குறிப்பிடத்தகுந்த அநேகம் வியாதிகள் தனக்குத்தானே ஒன்றாகவோ ஒன்றுமேலொன்றாகவோ வெளிப்படையாயுண்டாகத் தொடங்குகின்றன; அவை வைத்திய பரிபாஷைப்படி ஆமவாதம் அல்லது கீல்வாயு, ஊருஸ்தம்பம், வாதரக்தம், ருதுசூலை, க்ரோஷ்டுக வாதம் அல்லது நரித்தலைவாயு, க்ருதரஸீவாதம் முதலிய பல பெயர்களாக வழங்கப்படுகின்றன. இவ்வாறு சரீரத்தில் இயற்கை

யமைப்புகளுக்கு மாறுதலுண்டாக்கிக் கடுந் துன்பமளிக்கும்வியாதிகளும் பலவேறுஉண்டு. இவ்வியாதிகளினும் மற்றும் இவற்றைப்போல் துன்பந்தரும் இதர வியாதிகளிலும் பிரயோகிக்கப்பட்ட ஔஷதங்கள் வெளிப்படையாக நற்குணமளிக்காமல் பயனற்றுப் போனதுமுண்டு. க்ஷயரோகம் ஒன்றே இதற்குப் போதுமான திருஷ்டாந்தமாகும்; அதில் ஔஷதப் பிரயோகத்திற் குண்டான உபயோகமற்றத் தன்மை நாம் மறுபடியும் குறிப்பிடுவது அநாவசியகமென்று கருதும்படி அவ்வளவு பிரஸித்தமாய்விட்டது.

இப்பொழுது ஔஷதச் சரக்குகளுக்கு தேஹத்தைப் பலப்படுத்தவும் வியாதி நிவாரணம் செய்யவும் சக்தியுண்டென்பது உண்மையானால் க்ஷயரோகம் போன்ற வியாதிகளிலும் அவற்றை உபயோகிக்க வேண்டியது அவசியமல்லவா? ஆனால் இஃது அனைவரும் அறிந்ததோர் ஸாதாரண விஷயமேயன்றி வேறல்ல; அதாவது வைத்தியர்கள் இனி ஔஷதங்களையே உபயோகித்து க்ஷயரோகம் போன்றவற்றை ஸ்வஸ்தம் செய்வது ஸாத்தியமில்லையென்பதேயாம். ஆனால் சிகித்ஸையே இல்லையா? உண்டு; "இயற்கையே வியாதிகளை நிவாரணம் செய்யவல்லது; அதைத் தவிர்த்து அவற்றைப்போக்கி ஆரோக்கியத்தை நிலைநிறுத்தக் கூடியது வேறொன்றில்லை." உலகத்தில் எல்லாப் பாகங்களிலுமுள்ள கல்விகற்று அநுபவம் வாய்ந்த வைத்தியர்கள் இவ்விஷயம் உண்மையானதென்று சுமார் அரை நூற்றாண்டாகவே அபிப்பிராயப்பட்டு வருகின்றனர்; இதன் உண்மையைப்பற்றி அநேகம் வைத்தியர்கள் பல தீர்மானங்களும் செய்திருக்கிறார்களென்று படித்த வகுப்பாருக்கு நாம் தனிப்பட பிரமாணங்கள் எடுத்துக்காட்டுவது அநாவசியம்.

எனக்குப் பிறப்பிடமான நார்வேதேசத்தில் அநேக ஜனங்கள் ஒரு வைத்தியனையும் கண்ணால் பாராமலே நூறு வருஷங்களானாலும் ஸுகமாய் வாழ்ந்துவருகின்றனர். என்னுடைய கிராமத்திற்கு ஸமீபத்தில்—எட்டுமைல் தூரத்தில்—ஒரு டாக்டர் இருந்துவந்தார். அப்பொழுது எங்களுக்கு டெலிபோனாவது தந்திஸமாசாரங்களை அனுப்புவதற்கான ஸௌகரியங்களாவது அங்கு ஏற்பட்டிருக்கவில்லை. மேலும் ஜனங்கள் அவ்வளவு தூரம்போய் எப்பொழுதேனும் அவ்வைத்தியரை வீட்டிலிருக்கக் கண்டால் உண்மையாக அவர்கள் தம்மை அப்பொழுது அதிருஷ்டசாலிகளென்று நினைத்து வந்தார்கள்; ஏனெனில் அவர் நிலத்திலும் ஸமுத்திரத்திலும் வெகுதூரம் வரையில் வியாபித்துள்ள ஜில்லாவுக்கு அதிகாரியாக கவர்ன்மெண்டால் நியமிக்கப்பட்டிருந்ததால் அவ்வைத்தியர் பெரும்பாலும் தமது வாஸஸ்தானத்தில் இருக்கமுடியாமல் அநேகம் இடங்களைச் சுற்றிப் பார்க்கவேண்டியிருந்தது. அவ்விதம் அவர் வீட்டில் காணமுடியாமல் வெளியில் போய்க்கொண்டிருந்ததே ஜனங்களின் அதிருஷ்டமென்று நாம் நிச்சயிக்க வேண்டிவந்தது. அவரைக்காண முடியாமலிருந்ததால் ஜனங்கள் அபாயகரமான நிலைமை நேரிட்டாலே யொழிய அவரிடம் போகும் வழக்கமே கிடையாது. ஆகவே அவர்கள் ஔஷதங்களை உபயோகிக்க வேண்டிய ஸந்தர்ப்பங்களும் நேரிடுவது மிகவும் அரிதாயிருந்தது. அவர்களுக்கு ஆரோக்கியக் குறைவு உண்டாவதும் அரிதாய்விட்டது. நியதமாக உபசாரங்கள் செய்யக்கூடிய பரிசாரிகைகளை (nurses) அங்குள்ளோர் அறியவே மாட்டார். எப்பொழுதாவது எவருடைய வீட்டிலாவது ஒருவன் பிணியாளியாக ஆனால் அல்லது மரிக்கும் நிலைமையைப் பெற்றால் அவருடைய படுக்கைக்கு அருகில் பக்கத்து வீடுகளிலுள்ள நண்பர்களில் எவரேனும் வந்து ஸஹாயம் செய்வது தான் வழக்கம். சரீரத்தில் ஏதேனும் நோயுண்டானால் அவ்வவயவங்களில் குளிர்ந்த ஜலத்தில் நனைத்த பஞ்சு அல்லது சனத்த வஸ்திரம் முதலியவற்றை அமர்த்திவைப்பதும், வயிற்றுக்கு நிலைமையறிந்து உணவுகளைக் கொடுப்பதுமே அங்கிருந்தவர்களுக்குத் தெரிந்த விஷயம்.

அவ்வித நிலைமையில் அவரவரது சரீர இயற்கையானது தனது வல்லமையைச் செலுத்தவேண்டிய அவகாசம் பெறுவதுடன், அதனால் பிணியாளியும் ஔஷதச் சரக்குகள், மாத்திரைகள், பானவகைகள் முதலியவற்றைச் சிறிது முபயோகியாமலே வியாதியினின்றும் விலகிக் கொள்கிறான். மிகவும் மூடத்தன்மைக்குட் பட்டு இயற்கையின் வேலை எக்காரணங்கொண்டேனும் தடுக்கப்படுமானால், அல்லது விவேகசாலியான ஒருவன் இயற்கைக்கு அனுகூலமாக நடக்கமுடியாமல் அவனுக்கு ஏதேனும் இடையூறு செய்யப்படுமானால், அவ்வியற்கையானது பிணியாளியின் உயிரைக் காக்க வகையற்றதாய் வியாதியுடன் மல்லுக்கு நின்று இறுதியிற் பயனற்றுப் போம்.

இக்காலத்தில் ஜனங்கள் மேற்கூறிய வகைகளால் சிரேஷ்டமான பயனையே பெற்று வருகின்றனர். இப்பொழுது உலகத்தில் எல்லாப் பாகங்களிலுமுள்ள வைத்தியர்கள் எவ்விதமான நீடித்த ரோகங்களையும் சாஸ்திர முறைக்கிணங்க இயற்கைத் தத்துவங்களைக் கொண்டு சிகித்ஸை செய்து வருகின்றனர். சரீரத்தைப் பிடித்தல் அல்லது மர்த்தனம் செய்தல், தேஜஸ் அல்லது உஷ்ண கிரணங்களால் செய்யப்படும் சிகித்ஸை, வைத்தியத்திற்கு அனுகூலமான மின்சாரம் அல்லது வைத்யுத சிகித்ஸை, தண்ணீரில் செய்யப்படும் பலவேறு ஸ்நானக்ரமங்கள், பற்பல அளவான சூடுள்ள ஜலத்தை அநேக விதமாக தேஹத்தில் பிரயோகித்தல் என்னும் இவை முதலியவையே இயற்கைச் சிகித்ஸைக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட மேன்மைவாய்ந்த முறைகளாகும். சரீரத்தின் இயற்கைத்தன்மைக்கு உதவி செய்வதற்கிசைந்தவையான முற்கூறிய பரிஹாரமுறைகள், ஆங்காங்கு இரத்தம் கட்டிக்கொள்வதைத் தடைசெய்து தாதுக்களுக்கு வேண்டியவளவு இரத்தத்தைப் பங்கிட்டு அனுப்புவதுமல்லாமல் இரத்த வோட்டத்தையும் விருத்திசெய்யும்; இயற்கைச் சிகித்ஸையை சரீரத்திற்கு இரஸாயனமாகவும் பல முண்டாக்கக் கூடிய ஔஷதமாகவும் கருதக் கூடும். அவ்வித குணங்கள் அனைத்தும் இயற்கைக்கு இன்றியமையாதன வென்றும் கூறலாம்; மேலும் சரீரத்தின் ஜீவசக்தியை மிகவும் விருத்திசெய்து ஆயுட்காலத்தையும் நீடிக்கச் செய்வதற்கு இயற்கைச் சக்தியைத் தவிர வேறொரு ஔஷதமும் உபயோகப்படாதென்று நிச்சயமாக நம்பலாம். சரீரத்தின் ஆரோக்கிய நிலைமை இன்னதென்றும், கோளாறுகளின் தன்மைகள் இவ்விதமானவை யென்றும் நம்மைப்போலவே இயற்கைத் தத்துவமும் விஷயங்களை யுணரக்கூடாததாயிருந்தாலும், ஆரோக்கிய நிலைமையில் தேஹபோஷணையும், வியாதிகள் பலவிதமாயுண்டாகையில் உண்டான வியாதிக்குத் தகுந்தவாறு பரிஹாரம் செய்யும் கிரமமும் இயற்கையினாலேயே நடந்தேறுகின்றன. இயற்கைச் சிகித்ஸைக்கு அனுகூலமான முற்கூறிய பிரயோகக்கிரமங்கள் யாவும் ரோகத்திற்குக் காரணமான விஷ பதார்த்தங்களுடன் போராடி அவற்றைச் சரீரத்தினின்றும் விலக்கி விடுவதுமல்லாமல், தேஹத்திற்குப் புதிய பலத்தையும் கொடுத்து ஆயுளையும் அதிகரிக்கச் செய்வதால், இவ்வுபயோகங்களை யறிந்து, வியாதி நிவாரணம் செய்வதற்காக உபயோகிக்கப்படும் ஔஷதச் சரக்குகள் அநேகம் ஸமயங்களில் உபயோகமற்றும் போவதுமல்லாமல், குணமுண்டுபண்ணியபோதிலும் இறுதியில் வெவ்வேறு கெடுதிகளையுமுண்டுபண்ணுகின்றன வென்றும் தெரிந்துகொண்டு, ஔஷதப் பிரயோகத்தினும் இயற்கைச் சிகித்ஸையே எவ்விதத்திலும் நமக்கு ஏற்றதென்று நிச்சயிக்கப்பட்டது. சரீர தத்துவங்களைக் கண்ணுங் கருத்துமாயிருந்து கற்றறிந்து, ஔஷதச் சரக்குகளின் குணங்களையும் செயல்களையும் போதுமாறு நன்குணர்ந்த இக்காலத்து நாகரிக வைத்தியர்கள் சில ஸமயம் ஔஷதச் சரக்குகளை யுபயோகித்தபோதிலும் இறுதியில் இயற்கை யென்னும் தத்துவத்தையே வியாதி நிவாரணத்தில் இன்றியமையாததாக ஏற்று அதற்கேற்ற

வாறு பிணியாளிகளுக்கு வெவ்வேறு பிரயோகங்கள் செய்ய முயல்கின்றனரென்று அனுபவத்தில் அறியலாம்.

டாக்டர் டௌஸ் M.D., F.R.C.P., என்பவர் தான் இயற்றிய "தேஹமர்த்தனத்தையும் மின்சார ப்ரயோகத்தையும் பற்றிய உபந்யாஸங்கள்" (Lectures on massage and electricity) என்கிற நூலின் முகவுரையில் எழுதுவதாவது:—"இத்தேசத்தில் (இங்க்லாண்டு) அநேகம் வருஷங்களுக்குமுன் தேஹமர்த்தநம் என்னும் முறை முதலில் வழக்கத்திற்கு வந்தபோது நானும் வேறு சில வைத்தியர்களும் அவ்வழக்கம் நெறி தவறிய காரியமென்றும், வைத்திய தர்மங்களுக்கு ஒவ்வாததென்றும், அஸ்திவாரமற்ற அவலப்போக்கான விஷயமென்றும், ஆகவே வைத்தியத் தொழிலுக்கு ஸம்பந்தப்பட்டதல்லவென்றும் அதன்மேல் குற்றம் சாட்டினோம். ஆனால் இப்பொழுது அனுபவத்தினால் மெச்சத்தகுந்ததும் இணையற்ற குணந்தரத்தகுந்ததுமான தேஹமர்த்தந முறையைப்பற்றி (massage) முன்னிருந்த கொள்கைகளை நாம் முற்றிலும் மாற்றவேண்டி நேரிட்டது. இவ்வித நூதன முறையினால் அநேகம் பிணிகளை அகற்றிவிடலாமென்று அடிக்கடியும் செய்துவந்த பரீக்ஷாக்ரமங்களைக் கொண்டு நன்குணர்ந்தோம்."

மிகப் புகழ்பெற்ற வைத்தியரான டாக்டர் J. H. கெல்லாக் என்பவர் தான் இயற்றிய "ராஷனல் ஹைட்ரோ தீராபி" என்கிற புஸ்தகத்தின் நூன்முகத்தில் "தேஹ தத்துவத்திற்கிசைந்த இயற்கைச் சிகித்ஸா முறையில் வைத்தியத் தொழில் புரிபவருக்கு இப்பொழுது நம்பிக்கையும் சிரத்தையும் வெகு துரிதமாகவே விருத்தியாய் வருகின்றது." என்றும் வரைந்திருக்கிறார். மேலும் "ஆரோக்கியமான பிரதேசங்களில் மனோஹரமான வாஸஸ்த்தலங்களை அமைத்து அவ்விடங்களில் க்ஷயரோகிகளை வெகு நேரங்கள் வீட்டிற்கு வெளிப்புறங்களிலேயே இருக்கச் செய்துவரும் இந்த நூதனமுறையினால் (open-air treatment) அவ்விதம் அஸாத்யமென்று நினைத்த அபாயகரமான வியாதிகளும் எளிதில் நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடியவைகளென்று அறிந்ததுமல்லாமல், அம்முறையினால் பிணியாளிகள் மிக ஆனந்தத்துடன் பொழுது போக்கி இறுதியில் வியக்கத்தகுந்த ஆரோக்கிய நிலைமையையும் பெறுகின்றனர் என்றும் அறிந்தோம். இயற்கை வைத்தியமுறையென்னும் இதில் உபயோகமாகும் பதார்த்தங்கள் ஜலம், சுத்தமான வாயு முதலிய இயற்கையாயுள்ள ஸாதாரணமான விஷயங்களேயன்றி இதில் செயற்கைப் பொருட்களின் ஸம்பந்தமெதுவுமில்லை" என்றும் டாக்டர் கெல்லாக் என்பவர் கூறுகிறார்.

OUR CUSTOMS AND HYGIENIC PRINCIPLES.

நமது ஆசாரங்களும் ஆரோக்கிய முறைகளும்.

By

PANDIT T. K. RAMABHADRA SARMA, R. V. C.

ஆசாரமென்பது முதலில் தேஹசுத்தி யுண்டாவதற்கும் பிறகு அதன்மூலமாய் மனச்சுத்தி யுண்டாவதற்கும் ஏற்பட்டுள்ள ஸதாசார விதி. பிராம்மணர்கள் எப்போதும் வேதாந்த சாஸ்திரங்களையும் தத்துவ சாஸ்திரங்களையும் விசாரணை செய்வதிலேயே தங்கள் காலத்தைக் கழிக்கவேண்டுமாதலின் அவர்களுடைய புத்தியும் மனமும் சுத்தமான நிலைமையிலிருப்பது அவசியம். ஒருநாள் அதிக உணவை உட்கொண்டால் வேலை செய்ய முடியாமற் போகிறது. இதற்கென்ன காரணம்? வயிற்றில் அதிகமாக ஆஹாரம் விழுந்து ஜீர்ணமாகாமல் நித்திரை யுண்டாகிறது. இந்திரிய சேஷ்டைகளால் மனம் தடுமாற்றமடைந்து புத்தி மயக்கமடைகிறது. அக்காலத்தில் அருமையான கிரந்தங்களைப் படிக்கவும், நல்ல விஷயங்களை மனனம் செய்யவும், பகவத்தியானம்

பண்ணவும் முடியாமல் அவதியடைகிறோம். ஆதலின் இவ்வஸந்தர்ப்பங்களை நீக்கவேண்டியது விவேகிகளின் கடமையாதலால் மிதபோஜனம் செய்யவேண்டுமென்று நமது முன்னோர்கள் விதித்திருக்கின்றனர். புத்திக்கு ஸ்தானமாகிய மூளைக் கருவி, 'குளிர்ச்சியாயிருக்கவேண்டி' பிரதிதினமும் அதிகாலையில் ஸ்நானஞ்செய்யவேண்டும். ஸ்நானம் செய்தபிறகு நமக்கு உண்டாகும் ஓர்வித ஆநந்தமே அதன் உபயோகத்தைத் தெரிவிக்கும். சோழ நாடுகளில் முக்கியமாய் காவேரி முதலிய நதிக்கரைகளில் வாஸம் செய்பவர்கள் புத்திசாலிகளாயும், ஸமீபத்தில் நதியில்லாத அநேகம் நகரங்களிலும் பட்டிக்காடுகளிலுமுள்ள ஜனங்கள் மந்தமாயுமிருப்பதற்கு ஸ்நானமே காரணம். சூத்திரர்களில் தினந்தோறும் ஸ்நானம் செய்துவரும் சில பக்திமான்களும் நாகரீகர்களும் பிராமணர்களோவென்று ஸம்சயிக்கும்படி நல்ல தேஜஸ்ஸையுடையவர்களாய் விளங்குகின்றனர். நெல்லூர் முதலிய வடதேசங்களில் ஸ்நானம் ஆசாரமின்றி வஸிக்கும் விப்ரர்களைக் கண்டால் பறையர்கள் தங்களினத்தார்களென்று ஸத்தியம் செய்து விருந்துக்கு அழைப்பார்கள். ஆதலின் ஸ்நானமானது முகத்தில் ஓர்வித தேஜஸ்ஸை யுண்டாக்குகிறதென்றறிகிறோம். அஜீர்ணத்தை யுண்டாக்கும் பதார்த்தங்களைப் புஜிப்பதால் ஜீர்ண சக்தி குறைந்து துர்நீருண்டாகிறது. அக்காலத்தில் நல்ல புஸ்தகங்களைப் படிக்க முடியாது. அதிக புஷ்டியைத் தரக்கூடிய மாம்ஸம், உருளைக்கிழங்கு, வெண்காயம், முருங்கக்காய் முதலிய பதார்த்தங்களையுண்டால் இரத்தம் அதிகக் குழப்பமுற்று புத்திக்கு மயக்கமுண்டாகிறது. (படிப்போர்களே! நீங்கள் இதை மனதில் வைத்திருந்து அநுபவத்தில் பார்க்கும்படி கேட்டுக்கொள்கிறேன்.) ஆதலின் அப்பதார்த்தங்களைச் சாப்பிடலாகாதென்று பெரியோர்கள் விலக்கி வைத்திருக்கின்றனர். ஒருவன் அஜீர்ணத்தால் அவதிப்படும்போது போஜனம் செய்யாமல் இரண்டு நாளிருந்தால் சுகமடைகிறான். இதனாலேதான் "இலங்கநம் பரமௌஷதம்" என்று வைத்தியர்கள் கூறுகின்றனர். இதுவே விரத மனுஷ்டிப்பதற்குத் தகுந்த காரணமாகும். இதை ஆங்கிலேயர்களும் ஒப்புக்கொண்டிருக்கிறார்கள். இதை ஆய்ந்துணராமல் சிலர் விரத மனுஷ்டிப்பது மூடபக்தி யென்று கூறுகின்றனர். ஒவ்வொரு வர்ணத்தாரும் செய்யவேண்டிய ஆசாரங்கள் இன்னின்னவையென்று நமது சாஸ்திரங்களிற் கூறியிருக்கின்றனர். நமது தத்துவதரிசிகள், எல்லா வர்ணத்தார்கட்கும் பொதுவான சில ஆசாரங்களுமுண்டென்று விதித்திருக்கின்றனர். அதாவது மேலே கூறியபடி மிதபோஜன மருந்தல், ஸ்நானம் செய்தல் முதலிய விஷயங்களே.

சாப்பிடும்போது திருஷ்டிதோஷமுண்டாகுமென்றும் அதனால் ஏதேனும் ஓர் திரையைக் கட்டிக்கொண்டு உண்ணவேண்டுமென்றும் சிலர் கூறுகிறார்கள். சிலர் ஒரே பந்தியாயிருந்துண்ணுவதுதான் ஆநந்தமென்றும், ஏகாந்தமாய்ச் சாப்பிடுவது உற்சாகந்தராதென்றும் கூறுகிறார்கள். முன் கூறியது வைஷ்ணவர்களின் ஆசாரம். பின்னாற் கூறியது ஸ்மார்த்தர்களின் ஆசாரம். புத்திசாலியானவன் இவ்விரண்டிலுமுள்ள தோஷத்தை நீக்கி குணத்தை மட்டும் கிரஹிக்கவேண்டும். அதாவது தன் குலத்தார்களும் தன்னினத்தார்களுமாகிய பந்துவர்க்கங்களுடனும் நேசர்களுடனும் ஸமமாய் உண்ணவேண்டும். இன்னதேசத்தானென்றுகூடத் தெரியாமலும் பிராம்மணனோவென்று ஸந்தேஹிக்கக் கூடியவனுமான பேர்வழிகளுடன் பந்தி போஜனம் செய்வது பிசகுதான். வீண் கர்வத்தால் தன்னை உயர்ந்தவனாக எண்ணிக்கொண்டு திரையைப் போட்டு ஒளிமறவாயுண்ணுவதும் அவலக்ஷண

மே. காகத்தின் உத்தமமான குணம் யாதெனில் அது எந்த வஸ்துவையும் தானே புஜிக்காமல் தன்னினத்தார்களுடன் புஜிப்பதே. நாயின் கெட்ட குணம் தன் ஜாதியில் விச்வாஸமற்றிருப்பது. இதனாலே மிருகங்களைவிட உத்தமமான மனுஷ்ய ஜாதியிற் பிறந்தவர்கள் தங்கள் பந்துக்களுடன் ஸமபந்தியாய்ப் போஜனம் செய்யவேண்டுமென்றேற்படுகிறது.

தேஹஸௌக்கியத்தைப் பற்றிய ஆசாரங்களைச் சிறிது கவனிப்போம். சென்னை நகரிலுள்ள அநேக வாலிபர்கள் வாரமொரு முறை அப்பியங்ஜன ஸ்நானம் செய்யும்போது ஜலத்தை ஸ்பரிசிக்கிறார்களே யன்றி மற்றக் காலங்களில் உடம்பை நனைக்கிற வாடிக்கையேயில்லை. அநேகமாய்ப் பெரிய மனிதர்களின் பிள்ளைகளெல்லாம் வண்ணான் வெளுத்த சொக்காய்த் துணிகளால் சுத்தம்போல் தோன்றுகிறார்களே யன்றி உண்மையில் சுத்த தேஹிகளல்ல. சில வீண் டம்பாசாரிகள் வீட்டிலிருக்கும்போதும் தேஹத்தை சொக்காய் முதலியவற்றால் மறைத்துக் கொள்ளுகிறார்கள். உடம்பிலிருந்து மயிர்க்கால் வழியாக வேர்வை ரூபமாய் உண்டாகும் மலஸம்பந்தமான கெட்ட வாயுவும் நீரும் போக இடமின்றிச் சொக்காயிலேயே தங்கி மறுபடியும் அவர்களுடைய தேஹத்திற் பிரவேசிக்கின்றன. இதுதான் அநேகருடைய உடம்பு அடிக்கடி அஸௌக்கியப்படுவதற்குக் காரணம். சிலர் படுத்துறங்கும்போது தலைக்குட்டையுடனும் குல்லாவுடனும் உறங்குகிறார்கள். இது அறிவீனமே யன்றி வேறில்லை. நம்முடைய தேஹத்தில் இடுப்புக்குக் கீழுள்ள பாகம் அமேத்தியபாக மென்றும் இடுப்புக்கு மேலுள்ள பாகம் மேத்தியபாகமென்றும் சொல்லப்படுகிறது. (மேத்தியம்-பரிசுத்தம்; அமேத்தியம்-அபரிசுத்தம்.) இந்த ஞானமுண்டாகவேண்டி உடம்பைச் சரியானபடி பிரித்துக் காட்டுவதற்காகவே கடிஸூத்ரம் (அரை ஞாண்) கட்டப்படுகிறது. இந்த ஸங்கதியை அநேகர் அறியாமலிருக்கிறார்கள். அதன் பிறகு அமேத்திய பாகத்தில் மிகவும் கீழ்ப்பட்ட அதம பாகங்களினின்றும் உண்டாகும் மலக்காற்று, தனக்கும் பிறருக்கும் தீங்கை விளைவிப்பதால் அதுதான் கெட்டுப்போவதற்கு அவசியமான பாகமென்றும் ஆகையால் அதைத் தானும் பிறரும் பார்க்கலாகாதென்றும் உத்தேசித்துக் கௌபீனம் கட்டிக் கொள்ளுகிறார்கள். இன்னும் சிறிது விவேகமுண்டானவுடன் வேஷ்டியைத் தரித்து அமேத்திய பாகம் முழுவதையும் மறைத்துக் கட்டிக்கொள்ளுகிறார்கள். ஆனாலும் அங்கிருந்து வியர்வை முதலிய துர்நீர் வெளிப்படுமாதலால் அதை உடனுக்குடன் துடைக்க ஓர் துண்டு வஸ்திரமும், வெயிலும் குளிரும் தாக்காதபடி மூட ஓர் அங்க வஸ்திரமும் தரித்துக் கொள்ள வேண்டிய தவசியம். கோயில்களுக்கும் பெரியோர்களினிருப்பிடத்திற்கும் போனால் அங்கவஸ்திரத்தை வரிந்து இடுப்பிற்கட்ட வேண்டியதவசியம்; இதுதான் மரியாதை. இப்படிக் கட்டிக்கொள்வானேனென்று கேட்டால்—ஈசனையும் பெரியோர்களையும் கண்டால் தலையால் வணங்கவேண்டும். அவர்களைக் கண் குளிர தரிசிக்கவேண்டும். அவர்கள் சொல்லும் நன்மொழிகளைச் செவிகளால் கேட்க வேண்டும். வாயால் அவர்களை ஸ்துதிக்க வேண்டும். அவர்களைக் கண்டு கையெடுத்துக் கும்பிடவேண்டும். தேஹத்தால் வணங்க வேண்டும். "ஹே பகவானே! உம்மை என்னுடைய ஹிருதய கமலத்தில் வைத்துப் பூஜிக்கிறேன்." என்பதாக மார்பைக் காட்டவேண்டும். சரீரத்தை சொக்காயால் மூடிக்கொண்டு கோயிலுக்குப் போகிற மூடர்கள் மேற்கூறியபடி தொழமுடியாததலால் அவர்களை பக்திஹீனர்களென்கிறோம். நவத்துவாரங்களும் நாற்றமுள்ளனவாயினும் மேத்திய பாகத்திலுள்ள துவாரங்கள் வெளியேயுள்ள நல்ல வாஸனையை உள்ளே செலுத்தவு , உள்ளேயிருக்கும் துர்நாற்றத்தை வெளியே தூரத்தவும் சக்தியுள்ளன. நல்ல பதார்த்தங்களை வாயினால் உள்ளே தள்ளுகிறோம். வாயிலிருந்து நித்திரை காலங்களில் அசுத்த ஜலமும் அசுத்த

ஆவியு முண்டாவதுண்டு. வாயிலுள்ள அசுத்தத்தை நன்னீராலும் நல்ல பதார்த்தத்தையுண்பதாலும் விலக்கிக்கொள்ளலாம். அமேத்திய பாகத்திலுள்ள துவாரங்களினின்று எப்போதும் அசுத்தமே கழிந்துகொண்டிருப்பதால் அவைகளை மறைப்ப தவசியமாகிறது.

இது இப்படியிருக்க இன்னும் சில நண்பர்கள் "தெருவோடு போகும் சனியனை வீட்டுவரை வந்து போகும்படி வேண்டின புத்திமானைப்போல்" புகைச் சுருட்டுப் பிடிப்பதும் பொடி போடுவதும் ஆகிய துராசாரங்களைக் கைப்பற்றித் தமாஷாகக் காலந் தள்ளுகிறார்கள். இது எவ்வளவு தூரம் கெடுதியென்பதை நாம் சொல்லவேண்டியதில்லை. ஆனாலும் எந்த ஸமயத்தாரும் எந்த ஜாதியாரும் மேற்கூறிய துர்க்குணங்களை விலக்கிக்கொள்வது நன்று. இதனால் வீண் செலவாவதுடன் கிட்டவிருக்கும் பெரியோர்களால் கெட்டவனென்றும் மதிக்கப்படுகிறான். காலையில் எழுந்தவுடன் முகத்தை சுத்த ஜலத்தால் அலம்பிக் கண்களைத் துடைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் செய்யாமல் அநேகர் உடுப்புமட்டும் தரித்துக்கொண்டு ஒய்யாரமாய்த் தெருவில் வந்துவிடுகிறார்கள். "சுத்த தேஹம் சுகத்துக்காதாரம்" என்பதை பொவ்வொருவரும் உணரவேண்டும். ஒரு கண்ணாடியில் அழுக்குப் படிந்தால் அதை உடனே துடைக்கிறோமன்றோ? அதுபோல் நமது ஆத்மா வஸிக்கும்படியான இச்சரீரத்தைப் பிரதிதினமும் ஸ்நானத்தால் சுத்தம் செய்ய வேண்டியது அவசியம். தேஹத்தில் அழுக்கடைவதால் சொறி சிரங்குகளும், இன்னும் பலவிதமான வியாதிகளும் தோன்றும். அதனால் அன்னியர்களும் நம்மிடம் வெறுப்புக் கொள்கிறார்கள். நமது சாஸ்திரங்களெல்லாம் சுகத்தை யனுஸரித்தே எழுதப்பட்டிருக்கின்றன. ஆகவே ஆசாரமாயிருப்பதுதான் பரமதர்மமெனப்படுகிறது. ஆசாரங்கெட்ட அந்தணர் காசிக்குப் போனாலும் கர்மந் தொலைகிறதில்லை. அந்தந்த வர்ணாச்ரமத்திற்குத் தக்கபடி விதித்துள்ள விதிகளைக் குறைவறச் செய்பவனே கடவுளின் அருளைப் பெறுவான். "ஓதலினன்றே ஒழுக்கமுடைமை". மேலும் தர்ம சாஸ்திரங்களிற் கூறப்பட்டுள்ளபடி அகில தர்மங்களையும் அனுஷ்டிப்பவனே ஆரோக்கிய மார்க்கத்தையும் அனுஸரித்தவனாவான்.

வைத்திய கலாநிதி.

ஆனந்த௵ ஐப்பசி௴.

OUR LEGISLATIVE COUNCIL AND INDIGENOUS SYSTEMS OF MEDICINE.

நமது சட்ட ஸபையும் சுதேச வைத்திய முறையும்.

இம்மாதம் 23-ம் தேதி கூடிய சென்னைச் சட்ட ஸபையில் ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்தியங்களென்னும் சுதேச வைத்திய முறைகளை கவர்ன்மெண்டார் ஆதரித்து, அவற்றை அபிவ்ருத்தி செய்யவேண்டுமென்று ஆனரபுல் மிஸ்டர் A. S. கிருஷ்ணராவ் அவர்களால் ஒரு தீர்மானம் கொண்டுவரப்பட்டது. உலகம் நாகரிகத்தால் மாறுபட்டு நவீனமான முறைகளையெல்லாம் கைக்கொண்டு நடக்க முயல்கையில், அதற்கேற்றவாறு நமது நாட்டில் பண்டைக்காலந்தொட்டு அனுபவத்தில் வந்துகொண்டிருக்கும் ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்தியங்களை ஒழுங்கான வழிகளைக் கொண்டு சீர்படுத்தி மேனாட்டு வைத்தியரைப் போல் நாமும் சீரும் செல்வாக்கும் வாய்ந்து உலகத்தில் நமது வைத்திய சாஸ்திரத்தின் உண்மைகளை நிலைநிறுத்த வேண்டுமென்று இந்நாட்டு வைத்தியர்களுக்கு எவ்விதத்திலும் ஊக்கமுண்டாகாமலிருந்தும், வைத்தியரல்லாத மிஸ்டர் கிருஷ்ணராவ் அவர்களைப்போன்ற சில கனவான்கள் இவ்வைத்தியமுறைகளில் சிரத்தையும் விச்வாஸமும் வைத்து, ஸமயம் நேர்ந்தபோது இவ்வைத்திய முறைகளின் அபிவ்ருத்திக்காக மனமுவந்து ஸாத்தியமான வரையில் முயற்சிகள் செய்து வருவதை நோக்கியாவது ஒருவாறு ஸந்தோஷப்படுகிறோம். அந்தந்

தத் தொழில் செய்பவருக்கு அவ்வவ் விஷயங்களை அபிவ்ருத்தி செய்ய ஊக்கமும் ஒற்றுமையும் அபிமானமும் ஏற்படாதவரையில், மற்றவர் எவ்வளவு சிரத்தையுடன் முயற்சி செய்தாலும் அக்காரியம் கைகூடுவதெங்ஙனம்! ஆனரபுல் மிஸ்டர் கிருஷ்ணராவ் சட்ட ஸபையில் பிரேரித்த தீர்மானத்தின் மொழிபெயர்ப்புப் பின் வருமாறு:—

ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்தியங்களைப் போன்ற சுதேச வைத்திய முறைகளை ஆதரித்து விருத்திசெய்ய கவர்ன்மெண்டார் முயலவேண்டுமென்று இந்த ஸபை சிபார்சு செய்கின்றது. பொதுவாக வைத்திய உதவியின் பொருட்டு கவர்ன்மெண்டார் கூடுமான பிரயத்தினங்கள் செய்து வருகிறார் எனினும், மாகாணத்திற்குப் போதுமானவளவு எல்லா விடங்களிலும் பிணியாளிகளுக்கு ஸௌகர்யம் ஏற்படவில்லையென்ற மனக்குறை குறைந்தபாடில்லை. வைத்திய ஸஹாயம் செய்வதை எவ்வழிகளில் விருத்திசெய்தால் நலமாயிருக்குமென்று சில ஸமயம் கேள்விகள் பிறந்ததுண்டு. இம்மாகாணத்தில் மொத்தம் 54,623 கிராமங்களும் பட்டணங்களும் உண்டு. அவற்றிற்கெல்லாம் உதவி செய்ய 529 ஆஸ்பத்ரிகளும் ஔஷதசாலைகளுமே ஏற்பட்டிருக்கின்றன. எந்த கிராமங்களில் ஜனஸங்கியை 500-க்குக் குறைகின்றதோ அவற்றையும் கழித்துவிட்டால் 22,678 பெரிய கிராமங்களும் பட்டணங்களுமாக இந்த 529 தர்ம வைத்தியசாலைகளும் ஔஷதசாலைகளையுமே எதிர்ப்பார்க்கவேண்டியிருக்கின்றது. 1913-ம் வருஷத்தில் இவற்றிற்காக மாகாணம் முற்றுக்கும் சுமார் இருபது லக்ஷம் ரூபாய் அல்லது சிறிது அதிகம் செலவாயிருக்கிறது. இதில் கவர்ன்மெண்டின் உதவி 8,63,389; மற்றத் தொகை வேறு வழிகளில் வந்திருக்கிறது. பட்டணத்திலுள்ள ஆஸ்பத்ரிகளுக்கு மட்டும் 9,28,605 ரூபாய் செலவாயிருக்கிறது; அதில் கவர்ன்மெண்டார் உதவிய சுமார் $7\frac{1}{2}$ லக்ஷம் ரூபாய் சேர்ந்திருக்கிறது. வெளியூர்களிலுள்ள ஆஸ்பத்ரிகள் அனைத்துக்கும் சேர்ந்து செலவழிந்த மொத்தத் தொகையோ 17,89,563; இதில் கவர்ன்மெண்டார் உதவியது 2,49,936 ரூபாய்தான். கவர்ன்மெண்டார் உதவியது போக மற்றத் தொகை லோகல் பண்டுகளிலிருந்தும் பொது ஜனங்களிடமிருந்து சந்தாக்கள் வசூலானதிலிருந்தும் ஏற்பட்ட வருமானமாகும். இவ்விஷயம் வெளியூர்களிலுள்ள ஆஸ்பத்ரிகளுக்கும் ஔஷதசாலைகளுக்கும் போதுமான ஸஹாயமேற்படவில்லையென்று அறிவிக்கின்றது. வைத்திய உதவியை விருத்தி செய்வதற்கு அநேக வழிகள் இருக்கின்றன. 1911-இல் 25,000 வைத்தியர்களும், 6,496 மருத்துவிச்சிகளும் மாகாண முடியவும் தொழில் புரிந்து வந்தனர். இவர்கள் எல்லோரும் வைத்திய சிக்ஷையை முறைப்படி கற்றவரல்லர். பெரும்பான்மையோர் பரம்பரையாய் வந்த அனுபவத்தைக்கொண்டு வைத்தியம் செய்பவரே. மேனாட்டு வைத்திய முறையை வியாபிக்கச் செய்து வந்தபோதிலும் சுதேச வைத்திய முறைகளில் படித்த வகுப்பாரில் அநேகம் பேருக்கு நம்பிக்கைக் குறைவு நேரிடவில்லை. ஆகவே சுதேச வைத்திய முறைகளை விருத்தி செய்ய முயற்சிப்பாரென்று நம்புகிறோம். சுதேச வைத்திய நூல்களை தேசபாஷைகளிலும் ஆங்கிலத்திலும் மொழி பெயர்த்து எங்கும் பரவும்படி அவற்றைப் பிரசுரிப்பதே முதலிற் செய்யவேண்டிய காரியம். மாணாக்கருக்கு உபகாரச் சம்பளம் உதவி சுதேச வைத்திய முறைகளைக் கற்க விரும்புபவரை உத்ஸாஹப்படுத்தி அதில் ஆராய்ச்சிகள் செய்யச்சொல்லி ஏற்பாடு செய்வது மற்றொரு வழி. இவ்விதம் கற்பதற்கும் ஆராய்ச்சிகள் செய்வதற்கும் இப்பொழுதுள்ள மெடிகல் காலேஜிலாவது, விசாகப்பட்டணத்திலும் இராயபுரத்திலுமுள்ள வைத்திய பாடசாலைகளிலாவது தகுந்த ஏற்பாடுகள் செய்தால் மேனாட்டு முறையுடன் இந்திய வைத்திய முறைகளையும் அவர்கள் கற்றறியக்கூடும். மேலும் ஆயுர்வேத பாடசாலைகளுக்கும் கவர்ன்மெண்டார் கூடிய திரவிய ஸஹாயம் செய்யவேண்டுமென்று அபேக்ஷிக்கப்படுகிறது. இக்கொள்கைகளைச் சரிவர நிறைவேற்ற சிறிது காலம் பிடிக்குமென்பதிலும், செலவுகளும் விசேஷமாய் ஏற்படுமென்பதிலும் ஸந்தேஹமில்லை; ஆனால் இவ்விஷயங்களைப்பற்றி முயற்சி செய்தால் உபயோகமுண்டென்பது மட்டும் வாஸ்தவம். நான் குறிப்பிட்ட வழிகளில் சில காரியங்களை ஆரம்பிக்கும் விஷயத்தில் கவர்ன்மெண்டார் கண்விழித்துப் பார்க்கவேண்டிய ஸமயம் ஸம்பவித்துவிட்டதென்று எதிர்பார்க்கிறேன்.

பிறகு இத்தீர்மானத்தை ஆனரபுல் மிஸ்டர் B. V. நரஸிம்ஹையர் அடியில் வருமாறு ஆமோதித்துப் பேசினார்:—

தேசத்தில் பெரும்பான்மையான ஜனங்களுக்கு வைத்திய உதவி கிடைப்பது அரிதாயிருப்பது மல்லாமல், மேனாட்டு முறையை அனுஸரித்த சாஸ்திரங்களின்படி வைத்தியம் செய்துகொள்ள அவர்களுக்கு இஷ்டமுமில்லை. ஆகவே ஜனங்களுக்கு வைத்திய உதவி வேண்டியவளவு கிடைக்கச் செய்வதற்கு இது ஒன்றுதான் ஏற்ற வழியாகும்; அதாவது—ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்தியசாலைகளையும் பாடசாலைகளையும் ஸ்தாபித்து அல்லது அவற்றிற்கு உதவி செய்து, அவற்றில் மாணாக்கரைப் படிப்பித்து, அவர்களை கிராமாந்தரங்களுக்கும் போய் ஜனங்களுக்கு வைத்திய விஷயத்தில் உதவுமாறு ஏற்பாடு செய்வதேயாம்.

அப்பால் ஆனரபுல் மிஸ்டர் ஜைனுலாபுடீன் ஸாஹெப் அவர்கள் அத்தீர்மானத்தை ஆதரித்துப் பேசினார்; அதாவது:—

இந்த வைத்திய முறைகளைக் கவர்ன்மெண்டார் ஆதரித்து முன்னுக்குக் கொண்டுவர முயன்றார்களானால், கவர்ன்மெண்டு ஏதோ பக்ஷபாதம் பாராட்டி இவற்றை ஆதரிப்பதில்லையென்று ஜனங்களுடைய மனதிற் பற்றியிருக்கும் ஸம்சயம் அகற்றப்பட்டுப் போம். தீர்மானத்தைப் பிரேரித்தவர் எடுத்துரைத்த அவ்வேற்பாடானது நிராக்ஷேபமான விஷயமாயிருப்பதுடன், அக்கொள்கை காரியத்தில் நிறைவேற்றப்படுமானால் ஜனங்களும் கவர்ன்மெண்டினிடம் நன்றி பாராட்டுவார்கள்.

கவர்ன்மெண்டின் மனோபாவம்.

ஆனரபுல் மிஸ்டர் P. S. சிவஸ்வாமி ஐயர் அவர்கள் கவர்ன்மெண்டுக்காக அடியில் வருமாறு விடையளித்தார்:—

இவ்விஷயத்தைப் பிரேரணை செய்தவர் அக்காரியம் நிறைவேற்றும் வகைகளைப் பற்றி விவரங்கள் அறிவித்திருப்பாரானால் அப்பொழுது கவர்ன்மெண்டார் அவ்விஷயங்களைக் கவனித்து யோசிக்கக்கூடும். சுதேச வைத்திய முறைகள் எவ்வளவு மதிக்கக்கூடியவைகளா யிருந்தபோதிலும்—அவற்றை ஆதரிக்க முடியாம லிருப்பதற்கு கவர்ன்மெண்டாருக்கு விருப்பமில்லையென்பது காரணமல்ல; அதற்குக் காரணங்கள் வேறுண்டு. அவற்றுள் முதலாவதும் முக்கியமானதுமான காரணம் செலவு செய்யவேண்டிய திரவியத்தைப்பற்றியது. இப்பொழுதுள்ளவைகளைத் தவிர இன்னும் அநேகம் ஆஸ்பத்ரிகளும் ஔஷதசாலைகளும் ஏற்படுத்த வேண்டுமென்றும், அவற்றிற்காக இன்னும் அதிக பணமும் செலவழிக்க வேண்டுமென்றும் இவ்விஷயத்தைப் பிரேரணை செய்தவரே கூறுகிறார். ஒரு புறத்தில் மேனாட்டு சாஸ்திரம் நூதன ஆராய்ச்சிகளாலும், புதிதாகக் கண்டறியப்படும் ஔஷத முறைகளாலும் செழித்துவர, மற்றொரு புறத்தில் இத்தேசத்தில் வைத்தியம் பண்டைக்காலத்திய ஏட்டுச்சுவடிகளிலேயே இருந்துகொண்டு ஆராய்ச்சி முதலியதைப் பெறாமல் துரத்ருஷ்டவசத்தால் விருத்தியடைய வகையற்ற நிலைமையில் இருந்து வருகிறது. இவ்வைத்திய முறைகளைக் கையாண்டு வருபவர் சுதேச வைத்தியமுறைகளை ஸாத்தியமான வரையில் அனைவரும் அறியுமாறு வெளிப்படுத்துவதைவிட்டு இரஹஸ்யமாய் வைத்துக்கொண்டு வருகின்றனர். இந்நிலைமையில் சுதேசவைத்தியமுறைகளை விட்டு எவ்விதத்திலும் சாஸ்த்ரீயமான விஷயங்களில் ஈடுபட்டு, கூடுமானவரையில் திருப்தி யுண்டாக்கக் கூடிய மற்றொரு சாஸ்திரமுறையில் விசேஷமாக கவர்ன்மெண்டார் நம்பிக்கைவைப்பது ஸஹஜமும் நியாயமுமாகு மல்லவா? இந்திய வைத்திய முறைகள் சிறந்தவை யல்லவென்பது அவர்களுடைய கருத்தல்ல; ஆனால் இவ்வைத்தியர்கள் தமக்கு அனுகூலமாய் முடிந்த ஏதேனும் கேஸ்களை எடுத்துக் காட்ட முடியாதவரா யிருக்கின்றனர். உலகத்தில் எங்கும் இத்தொழில் மூடவைத்தியர்களின் கலப்பில்லாமல் நடந்து வருவதில்லையென்பதை ஆனரபுல் மெம்பர்கள் அறியவேண்டும். தற்காலம் இந்தியவைத்திய முறைகளைக் கையாளும் வைத்தியர்களின் யோக்யதா யோக்யதைகளைக் கண்டறிவதற்கான உபாயமெதுவுமில்லை. பண்டைக்காலத்திய வைத்திய நூல்களை மொழிபெயர்க்க வேண்டுமென்று குறிப்பிட்ட விஷயத்தைக் கவனிப்பதில் பிரயோஜனமுண்டு. மாணாக்கருக்கு உதவி செய்து இவ்விஷயங்களைக் கற்கச் செய்வதென்பது நலமே. இப்பொழுது யூனிவர்ஸிடியினால் எட்டு வித்யார்த்திகளுக்கு உதவிசெய்யப்படும். அவ்வுதவியினால் படிக்கும் மாணாக்கரைக்கொண்டு இந்திய வைத்திய முறைகளைப்பற்றிய ஆராய்ச்சிகளும் செய்விக்கப்படும். மற்ற ஏற்பாடுகள் ஸாத்தியமானவையல்ல. ஆகவே கவர்ன்மெண்டு இத்தீர்மானத்தைக் கவனிக்க வழியில்லாமலிருப்பதைப்பற்றி வருந்தவேண்டியிருக்கின்றது.

பிறகு ஆனரபுல் மிஸ்டர் சிதம்பரநாத முதலியார்—வேண்டியவளவு திரவியஸஹாயம் கிடைக்கிறவரையில் இவ்விஷயத்தைக் கவனிக்க முடியாதென்பதும், அதுவரையில் அளவற்ற

ஜனங்களை வைத்திய உதவியின்றி நிராதரவாய் விட்டு விடுவதென்பதும் கவர்ன்மெண்டுக்கு உசிதமல்ல—என்றுசொல்ல, மிஸ்டர் கிருஷ்ணராவும், கவர்ன்மெண்டார் தமது தீர்மானத்திற்கு அனுகூலமா யிராததைப்பற்றி வருத்த முற்றார். அப்பால்இவ்விஷயத்தைவோட்டுக்கு விட்டதில் அத்தீர்மானம் தள்ளுபடியாய் விட்டது. ஆகவே யார் வருத்தமுற்றுதான் பயனென்ன? கவர்ன்மெண்டின் அபிப்பிராயத்தைப் பற்றிதான் நாம் என்ன சொல்லக்கூடும்? இம்மாகாணம்முற்றிலும் 25,000 சுதேசவைத்தியர்களும், 646 சுதேச மருத்துவச்சிகளும் உண்டல்லவா? இவர்களுள் பத்துப்பேராவது சேர்ந்து ஒற்றுமையுடன் நமதுவைத்தியமுறையை இக்காலத்திற்கேற்கவும், ஜனங்களுக்குக் கூடுமானவரையில் உதவிசெய்வதற்குத் தகுந்த விதமாகவும் சீர்படுத்தி முன்னுக்குக் கொண்டு வர முயற்சி செய்ததுண்டா? இவ்வித எண்ணமாவது எவ்வைத்தியனுடைய மனதிலாவது உதிக்க வகையில்லாம லிருக்கிறதென்றால் நமது வைத்தியமுறை அபிவ்ருத்தியடைய ஆதாரமென்ன இருக்கின்றது? இத்தேசத்தில் இவ்வளவு வைத்தியர்களும் சேர்ந்து ஒற்றுமையுடன் நமது வைத்தியமுறைகளை எவ்வெவ்வழிகளில் ஸாத்தியமோ அவ்வவ்வழிகளிலெல்லாம் ஒழுங்கு படுத்த முயன்று முன்னுக்கு வரவேண்டுமென்று நிச்சயித்தார்களேயானால், ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் நன்கு மதிக்கப்பட்டு ஆங்கிலவைத்தியர்களுக்கு அதிகமான அல்லது ஸமானமான நிலைமையைப் பெறுவரென்பது திண்ணம். இத்தேசத்தில் ஆங்கிலவைத்தியத்தினாலா இன்றைக்கும் இவ்வளவு ஜனங்களும் பிழைத்திருக்கின்றனர்? சுதேச வைத்தியர்களுடைய உதவி இல்லாவிட்டால், வெகு சொற்ப அளவான இம்மேனாட்டு வைத்தியர்கள் இத்தேசத்தில் பத்து லக்ஷக் கணக்கான ஜனங்களுக்கு ஈடுகொடுப்பது இசையாத காரியமன்றோ? வைத்தியர்கள் பத்தாயிரக்கணக்காக இருந்தும், இவ்வைத்தியர்களின் உதவியே ஜனங்களுக்கு இராஜாங்கத்தாருடைய உதவியினும் அதிகமா யேற்பட்டிருந்தும் இவர்களுடைய ஒற்றுமையின்மையும், உத்ஸாஹக்குறைவும், அறிவிற்சிறப்புறாமையும், ஆராய்ச்சி வேலைகளில் அனுபவம் பெறாமையுமே இந்திய வைத்தியமுறைகள் இவ்வளவு ஈனஸ்திதியுறுவதற்குக் காரணமாயின.

நமது வைத்தியமுறைகளை விருத்திசெய்வதற்கு மிஸ்டர் கிருஷ்ணராவ் அவர்கள் எடுத்துக்காட்டிய உபாயங்களுள் பிராசீன வைத்தியக்கிரந்தங்களை தேசபாஷைகளில் மொழிபெயர்த்தலென்னும் விஷயம் முக்கியமானது. அதை ஆனரபுல் மிஸ்டர் சிவஸ்வாமி ஐயர் அவர்களும் அங்கீகரித்து அது அவசியம் கவனிக்கக் கூடியதேயென்றார். இவ்விஷயம் மிக முக்கியமானதென்று வெகு நாட்களாகவே நாம் யோசனை செய்துவந்து, நமக்குத்தெரிந்த வைத்தியர்களில் யோக்யதை யுள்ளவர்களிடமும் இதைத் தெரிவித்துவந்தோம். ஆயினும் ஒரு வைத்தியராவது நாம் சொல்லிவந்த விஷயத்தைக் கவனித்தவரல்லர். இப்படியிருக்கையில் நமது வைத்தியநூல்களை ஸம்ஸ்கிருதம் முதலிய பாஷைகளிலிருந்து நாமே மொழிபெயர்த்து வெளிப்படுத்த வேண்டுமென்று தீர்மானித்தோம். ஆனால் அவ்வேலைக்கு அளவற்றத் திரவியம் செலவழித்தாலொழிய அது நிறைவேறாதென்றும், அப்படி உதவி செய்யக் கூடிய கனவான்களும் துர்லபமென்றும் நினைத்து "வைத்தியகலாநிதியை" ஆரம்பித்து, அத்துடன் சிறுகச் சிறுக ஸம்ஸ்கிருதம் முதலிய பாஷைகளிலுள்ள நூல்களைத் தமிழில் மொழிபெயர்த்து நமது சந்தாதாரர்களுக்கு உதவலாமென்று அபிப்பிராயப்பட்டு, முதலில் கலாநிதியுடன் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையை மொழிபெயர்த்து, கடினமான இடங்களில் டிப்பணியும் வரைந்து இப்பொழுது உதவி வருகின்றோம். ஆனால் தமிழ் நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்களில் பெரும்பான்மையோரும் இவ்வைத்தியப் பத்திரிகையினுடையவும், மொழி பெயர்க்கப்பட்டு இத்துடன் பிரசுரிக்கப்படும் சார்ங்கதர

ஸம்ஹிதை முதலியவற்றினுடையவும் அருமை இத்தகையதென்றும், அதனால் ஸம்ஸ்கிருதம் முதலிய பாஷைகளை அறியாதவர் அடையக் கூடிய நன்மை இவ்வகைத்தான தெனவும் அறியாதவராயிருக்கின்றன ரெனக் கூற நாம் மிகவும் வருந்துகிறோம். இப்பத்திரிகை முதலில் வைத்தியருடைய நன்மைக்காகவே ஆரம்பிக்கப் பட்டதென்று நாம் வெளிப்படையாகக் கூறவேண்டியது அநாவசியம். ஆனால் சென்ற வருஷத்தைவிட இவ்வருஷத்தில் சுதேசவைத்தியரான சந்தாதார் குறைவுற்றும், இங்கிலீஷ் வைத்தியர்களும் மற்ற உத்தியோகஸ்தர்களுமே அதிகமாய் சந்தாதாரராகவும் சேர்ந்திருக்கின்றனர் என்றால், நமது சுதேச வைத்தியர்களுக்கு இவ்விஷயத்தில் உள்ள அபிமானமும், சாஸ்திர ஸம்பந்தமான விஷயங்களை நாகரிகமுறைப்படி அறியவேண்டுமென்கிற விஷயத்திலுள்ள ஆசையும் இவ்விதமானதென்று நன்றாகத் தெரியவருகிறதல்லவா? இவ்விதமான ஒரு வைத்தியப்பத்திரிகையை ஆதரித்து இதன்மூலமாய் அடையக் கூடிய நன்மையைக் கவனிக்காத வைத்தியர்களை நாம் சாஸ்திரமுறைப்படி ஆராய்ச்சி செய்யவும், நூதன ஔஷதங்களைக் கண்டறிந்து அவற்றின் உபயோகத்தை அனைவருக்கும் வெளிப்படையாக அறிவிக்கவும் எவ்வளவு காலம்வரையில் எவ்வெவ்வகைகளில்தான் தூண்டிக் கொடுக்கமுடியும்? ஆனரபுல் சிவஸ்வாமி ஐயர் அவர்கள் கூறியபடி, நமது வைத்தியர்களிற் பெரும்பாலோர் தமது வைத்தியமுறைகளை மற்றொருவர் அறியும்படி வெளியிடுவதில்லையென்பதும் நமக்கு ஒரு குறையே. ஆங்கிலவைத்தியர்கள் ஏதேனும் தமது அனுபவத்தில் நூதனமான ஒருவிஷயத்தைத் தெரிந்துகொண்டால் அதைஉடனே வைத்தியப் பத்திரிகைகளில் பிரசுரித்து அனைவரும் அறியும்வண்ணம்செய்து தாமும் பிரஸித்தியைப்பெறுவது வழக்கம். இனியாவது சுதேசவைத்தியர்கள் தம் தமது அனுபவத்தினால் அறியப்படும் அரியவிஷயங்களை அனைவரும் நன்மையுறுமாறு வெளிப்படுத்தித் தாமும் புகழ்பெறுவாராக.

சுதேச வைத்தியமுறையை அபிவ்ருத்தி செய்ய வைத்தியர்கள் முதலில் செய்யவேண்டிய காரியம் இரண்டுண்டு. (1) ஸங்கஸ்தாபனம். (2) ஆராய்ச்சிசாலை ஸ்தாபனம். (1) ஸங்கஸ்த்தாபன விஷயத்தில் இப்பொழுது நாம் செய்யவேண்டியது விசேஷமாய் மனுஷ்ய பிரயத்னமும் சிறிது பணச்செலவுமாம். இப்பொழுது ஆயுர்வேத மஹா மண்டலமென்று பிரயாகையில் ஒருஸங்கம் இந்தியாவுக்குப் பொதுவாக ஏற்பட்டிருக்கிறது. அம்மஹா ஸங்கத்தின் மூலமாய் ஐந்தாறு வருஷங்களாகவே பிரதிவருஷமும் ஒவ்வோரிடத்தில் ஸபை கூடி காரியம் நடத்தப்பட்டு வருகிறது. அது இவ்வருஷம் கல்கத்தாவில் கூடும். இதைப் பற்றி இப்பத்திரிகையில் மற்றொரு பக்கத்தில் விவரங்களைப் படிக்கலாம். சென்னையிலுள்ள "ஆயுர்வேதயூனானி ஸங்கத்தை" இம்மாகாணத்துக்குப் பொது ஸங்கமாக வைத்துக் கொண்டு அதன்மூலமாய் நாம் அநேக காரியங்கள் செய்யலாம். இம்மாகாண ஸங்கத்தால் முடியாத காரியங்களை ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்திற்கு அறிவித்து அதன் மூலமாகவாவது நிறைவேற்றிக்கொள்ளலாம். இந்த ஸங்கத்தில்படித்தறிந்த வைத்தியர்கள்சேர்ந்து கவர்ன்மெண்டாரை ஏதேனும் குறித்த விஷயங்களுக்கு உதவி செய்யக் கேட்டோமானால் அப்பொழுது அவர்கள் முற்றிலும் மறுத்துவிட முடியாதென்பது நிச்சயம்.

(2) ஆராய்ச்சிசாலைகள் ஏற்படுத்துவதென்றால் அது வைத்தியர்களுடைய ஸாமர்த்தியத்தாலும் விசேஷமான பணச்செலவாலும் ஸாதிக்கக் கூடியது. மேற்கூறிய ஸங்கங்கள் திருப்திகரமாகக் காரியம் செய்துவந்தாலேயொழிய ஆராய்ச்சிசாலைகள் ஸ்தாபிப்பதும் அவற்றை நிர்வஹிப்பதும் கூடாத காரியமாம். ஆராய்ச்சி சாலையுடன் ஔஷதங்களை சாஸ்திர முறைப்படியே தயார் செய்து வைத்தியர்களுக்கெல்லாம் உதவும்படி ஏற்பாடு செய்வதும்

அவசியமான விஷயமென்று நாம் பலமுறையும் வற்புறுத்திக் கூறியிருப்பதை இனியாவது நமது தேசத்து வைத்தியர்கள் கண்விழித்துப் பார்த்து ஒற்றுமையுடன் உழைப்பார்களாக. இப்பொழுது வைத்தியக்கிரந்தங்களை மொழி பெயர்ப்பது, ஸங்கங்களை ஸ்தாபிப்பது, ஆராய்ச்சிசாலைகளை ஏற்படுத்துவது என்னும் இக்காரியங்கள் வைத்தியர்களுடைய கையில் இருக்கின்றன. இவற்றைச் செய்து தமக்கும் உலகத்திற்கும் நன்மையைத் தேடவேண்டியவர்கள் வைத்தியர்கள். இவ்வைத்தியர்கள் சும்மாயிருப்பதும், ஆனரபுல் மிஸ்டர் கிருஷ்ணராவ் அவர்களைப்போன்ற இத்தொழிலுக்கு ஸம்பந்தமில்லாதவர்கள் இவ்வைத்தியாபிவ்ருத்திக்காக முயற்சிப்பதும் விந்தைக் கிடமாயிருக்கின்றது. ஆயுர்வேத யூனனி வைத்தியர்கள் கடமையைச் செலுத்தாமல், கவர்ன்மெண்டார் பக்ஷபாதம் பாராட்டுவதாகக் கூறுவது நியாயமல்ல; கவர்ன்மெண்டு இத்தீர்மானத்தை அங்கீகரிக்காமல் தள்ளிவிட்டது நமக்கு வருத்தமுண்டு பண்ணுகின்றதானாலும், அவர்கள் அவ்விதம் செய்தது ஆச்சரியமல்ல.

ALL INDIA AYURVEDIC CONFERENCE AND EXHIBITION.

எல்லா இந்திய ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸும் பொருட்காட்சியும்.

இவ்வருஷம் கல்கத்தாவில் எல்லா இந்திய ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் ஆருவது ஸம்மேளனம் டிசம்பர்மாதத்தில் நடைபெறப்போகிறதென்றும், அப்பொழுது செய்யவேண்டிய காரியங்களைப் பற்றி நியமங்கள் ஏற்படுத்த சென்ற மாதத்தில் கல்கத்தாவில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் சேர்ந்து ஒரு கமிட்டியை ஏற்படுத்தினார்களென்றும் வைத்தியகலாநிதியில் முன் ஸஞ்சிகையிலேயே குறிப்பிட்டிருக்கின்றோம். அக்கான்பரென்ஸ் நடக்கும்போது ஆயுர்வேத ஔஷதங்கள், ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்கள், ஔஷதத்திற்கு உபயோகமான சரக்குகள், ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான கருவிகள் முதலானவை அடங்கிய ஒரு பொருட்காட்சியும் நடைபெறுமென்றும், அவ்விஷயங்களைப்பற்றிய விவரங்களைப் பிரசுரம் செய்ய வேண்டுமென்றும் அதன் சூப்ரிண்டெண்டெண்டான கவிராஜ் N. N. ஸேன் அவர்களும், அதன் காரியதரிசி முதலியவர்களும் எமக்கு அனுப்பிய விஷயங்களை அடியிற் பிரசுரிக்கின்றோம்:—

கனவான்களே!

விநயபூர்வகமாய் நாம் செய்துகொள்ளும் விண்ணப்பம் யாதெனில் — இவ்வருஷம் கல்கத்தாவில் ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் ஆருவது ஸம்மேளனம் நடக்கப்போகின்றது; அத்துடன் ஆயுர்வேத பொருட்காட்சியும் ஒன்று நடத்தவேண்டுமென்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இத்தேசத்தின் நன்மையைக் கோரி ஆரம்பித்திருக்கும் இக்காரியத்தினாலுண்டாகும் பலனையும் அதன் பெருமையையும் தாங்கள் அறிந்திருப்பீர்கள். இவ்வித பொருட்காட்சியினால் நமக்கு இந்த நாட்டில் அவசியம் முற்போக்குக்கு ஏற்றவிதமான நன்மை யுண்டாகுமென்பதையும் நீங்கள் உணர்ந்திருக்கலாம். ஆகவே, இதற்குக் கீழ் பிரசுரிக்கப்படும் பிரகடனத்தில் குறிக்கப்படுகிற விதமாய் எவ்வெவ்வஸ்துக்கள் தங்களால் அனுப்பமுடியுமோ அவ்வவற்றை பொருட்காட்சிச் சாலைக்கு அனுப்பி இக்காரியம் ஸகலவிதத்திலும் நன்கு நிறைவேறுமாறு ஸஹாயம் செய்யவேண்டு மென்று பிரார்த்திக்கின்றோம். தங்களால் அனுப்பக்கூடிய வஸ்துக்களுக்கு முதலில் தயவுசெய்து ஒரு குறிப்பு எமக்கு அனுப்பவேண்டியது அவசியம். தாங்கள் அனுப்பிய குறிப்புகளிற் கண்ட பதார்த்தங்களில் பொருட்காட்சிக்கு அவசியமானவை யென்று எதை நாம் கோருகிறோமோ அவற்றை மட்டும் தாங்கள் அனுப்பினால் போதுமானது. தங்களிடமிருந்து வரும் கடிதத்திற்கு உடனே பதில் எழுதப்படும். அவ்விதமே நாம் எழுதிய கடிதத்தில் கோரப்படும் பொருட்களை உடனே தாமதம் செய்யாமல் தாங்களும் பொருட்காட்சிச் சாலைக்கு அனுப்பித் தருவீர்களென்றும் நம்புகிறோம்.

குறிப்பு—நாளது டிசம்பர்மீ 10உக்குள் பொருட்காட்சிக்கு வஸ்துக்கள் வந்துசேரவேண்டும்

இங்ஙனம்-விதேயர்கள்:
ஸ்ரீஹாராநாத சர்மா,
ஸ்ரீபூராலால் மிச்ரா,
ஸ்ரீஞானேந்திரநாத் ஸேன்,
காரிய நிர்வாஹகர்கள்.

கல்கத்தா,
30-10-1914.

ஆயுர்வேத பொருட்காட்சியின் நியமங்கள்.

1. இப்பொருட்காட்சியில் ஏற்படுத்தப்போகும் பிரிவுகளாவன—(1) புஸ்தகப்பிரிவு, (2) சாரீர தத்துவ ஸம்பந்தமான பிரிவு, (3) மூலிகைப்பிரிவு, (4) தாது அல்லது இரஸௌஷதப் பிரிவு, (5) யந்திர சஸ்திரப்பிரிவு, (6) பிராணி ஸம்பந்தமான ஔஷதப் பிரிவு, (7) அவரவரது ஸொந்த அனுபவத்தில் வந்த ஔஷதப்பிரிவு.

2. இப்பொருட்காட்சியின் ஸகல காரியங்களும் ஒரு மானேஜிங் கமிட்டியின் மூலமாய் நடைபெறும்.

3. பொருட்காட்சிச்சாலைக்கு வரும் எல்லா வஸ்துக்களைக் காப்பாற்றுவது, அவற்றின் ஸம்பந்தமான உத்தரவாதம் என்கிற இப்பொறுப்புகளில் மானேஜிங் கமிட்டியாரே அதிகாரிகளாவார்கள்.

4. காட்சிச்சாலைக்கு வஸ்துக்களனுப்பும் கனவான்களுக்கு, அனுப்பப்பட்ட வஸ்துக்களைக் குறிப்பிட்டு சூப்ரிண்டெண்டெண்டு அவர்களின் கையொப்பமடங்கிய ஒரு ரசீது அனுப்பப்படும்; வஸ்துக்களை அனுப்புகிறவர்களும் அனுப்பப்படும் பார்ஸல்களை ரெஜிஸ்டர் செய்து தபாலாபீஸிலிருந்து ரசீது பெற்றுக்கொண்டு அனுப்புவது நலமாயிருக்கும். பொருட்காட்சியின் முடிவில் அவரவர்களுடைய வஸ்துக்கள் எல்லாம் திருப்பி அனுப்பப்படும்; ஆனால் ஆர்த்ரமென்னும் ஈரமான வஸ்துக்களும் சொற்ப விலையுள்ள வஸ்துக்களும் திருப்பி அனுப்பப்பட மாட்டா.

5. ஆயுர்வேதாபிமானிகள் யாவரும் தமதிடம் பொருட்காட்சிக்கு உபயோகமாயுள்ள வஸ்துக்களைப் பற்றி ஒரு குறிப்பு எழுதியனுப்பவேண்டுமாய் கோரப் படுகிறது. பிறகு காட்சிச் சாலைக்கு ஏற்றவை யென்று குறிப்பிட்டு நாம் கடிதம் அனுப்புவோம்; அப்பொழுது அவ்வஸ்துக்கள் காட்சிச்சாலைக்கு வந்து சேருவதற் கான செலவுகளையும் நாம் ஏற்றுக்கொள்வோம். அச் செலவுகளை அனுப்பும் கனவான்களே பொறுத்துக் கொண்டால் நாம் ஸந்தோஷத்துடன் நன்றிபாராட்டு வோம்.

6. காட்சிச் சாலைக்கு வந்து சேரும் வஸ்துகளுக்கு மட்டுமே நாம் உத்தரவாதிகளாவோம். அவற்றை அனுப்புவோர் ஜாக்கிரதையாக பந்தோபஸ்தாய் அனுப்ப ஏற்பாடு செய்யவேண்டும்.

7. காட்சிச்சாலையில் விற்கக்கூடிய வஸ்துக் களுக்கு உசிதமான விலைகளையும் அவற்றின்மேல் குறிப்பிட்டு அனுப்பவேண்டுமாய் கோருகிறோம், அவற்றில் ஏதேனும் வஸ்துக்கள் விற்கப்படுமானால் அத்தொகை ஸொந்தக்காரருக்கு அனுப்பப்படும்.

8. ஈரமான அல்லது உலர்ந்த ஓஷதிகள் எவையேனும் அரிதாகக் கிடைத்தால் அவற்றை அனுப்புபவர் அம்மூலிகைக்கு தேசபாஷையில் வழங்கப்படும் பெயரையும், ஸம்ஸ்கிருதப் பெயரையும், கிடைக்குமிடத்தையும், அவற்றின் பொதுவான உபயோகத்தையும் எழுதியனுப்புவது அவசியம். ஸம்ஸ்கிருதத்தில் பெயர் தெரியாவிட்டால் தேசபாஷையிலுள்ள பெயரையாவது எழுதியனுப்பலாம்.

9. சில வியாதிகளில் உபயோகப்படுத்தி அனுபவத்தில் நற்குணமுண்டானதாய் அறிந்து ஸொந்தத்திலுபயோகிக்கப்பட்டுவரும் சாஸ்த்ரீயமான அல்லது கற்பிதமான ஔஷதங்களையாவது அல்லது இதர பதார்த்தங்களையாவது பொருட்காட்சிக் கமிட்டியால் விரும்பாமலே எவரேனும் கனவான்கள் தாமே அனுப்பினால் அவற்றிற்கு ரூபாய்க்கு 1 அணா வீதம் கட்டணம் வாங்கப்படும். பொருட்காட்சியில் அவ்வித வஸ்துக்கள் விற்பனையானால், அவ்வஸ்துக்களுக்கு 100-க்கு 25 வீதம் கமிஷன் வாங்கப்படும். இவ்வித வஸ்துக்களைப் பொருட்காட்சிச் சாலையில் வைப்பதற்கு வேண்டிய பீரோ முதலான ஸௌகரியங்களை ஏற்படுத்துவதற்காக வாடகையும் வாங்கப்படும்.

10. பொருட்காட்சிக்கு அனுப்பப்படும் சாமான்கள் தைவச்செயலாய் கெட்டுப்போகுமானால் அவற்றிற்குக் காட்சிச்சாலையின் கமிட்டியார் உத்தரவாதிகளல்ல.

11. பொருட்காட்சி நடக்குமிடத்திலும், அதற்குச் சுற்றுப்புறங்களிலும் விளம்பரங்களைப் பிரசுரம் செய்ய விரும்புபவர் ஆயிரம் பிரதிகளுக்கு 2 ரூபாய் வீதம் கட்டணம் அனுப்பவேண்டும்.

12. பொருட்காட்சி ஸம்பந்தமாக அச்சிடப்போகும் ரிபோர்டில் தமது ஔஷதம் முதலியவற்றைப் பற்றிய விளம்பரங்களைப் பிரசுரிக்க விரும்புபவர், அப்புத்தகத்தில் பக்கம் ஒன்றுக்கு 5 ரூபாயும், ½ பக்கத்திற்கு 3 ரூபாயும் கொடுக்கவேண்டும். அரைப் பக்கத்திற்குக் குறைவாக விளம்பரம் செய்யப்படமாட்டாது. ஒரு பக்கத்திற்கு அதிகமாய் விளம்பரம் செய்ய உத்தேசிப்பவர் சூப்ரிண்டெண்டெண்டுக்கு எழுதி விஷயங்களை அறிந்துகொள்ளலாம்.

13. பொருட்காட்சிச் சாலையில் ஔஷதம் முதலியவற்றை வைப்பதற்கும், ஸாதாரணமாய் ஏற்படுத்தப்பட்ட இடத்தைவிட அதிக இடம் வேண்டியிருந்தால் அதற்கும், ரிபோர்டில் விளம்பரம் செய்வதற்கும் நாளது டிசம்பர் மாதம் 10-ம் தேதிக்குள் சூப்ரிண்டெண்டெண்டுக்கு எழுதி விஷயங்களைத் தெரிந்துகொள்ளலாம்.

14. அரிதான வஸ்துக்களைக் காட்சிச்சாலைக்கு அனுப்பிய பிறகு அவற்றைக் காட்சிச்சாலையின் கமிட்டியார் பார்வையிட்டு அவற்றை அதற்கான இடங்

களில் சரியானபடி வைப்பதற்கு ஏற்பாடு செய்வார்கள். காட்சிச்சாலையின் வேலை முடிவு பெற்றதும், அவ்விடத்தில் வந்துள்ள வஸ்துக்களின் அருமைக்குத் தகுந்தவாறு அதனதன் சொந்தக்காரருக்கு பதக்கங்களும் (மெடல்கள்), யோக்கியதா பத்திரங்களும் பஹுமானமாய் அளிக்கப்படும்.

15. பொருட்காட்சியின் பொருட்டு வஸ்துக்களை அனுப்ப விரும்புபவர் "சூப்ரிண்டெண்டெண்டு, ஆயுர்வேதீய ப்ரதர்சனசாலை, 18/17, லோயர் சித்பூர் ரோட், கல்கத்தா" என்று விலாஸம் எழுதலாம்.

குறிப்பு—அபாயகரமான வெடிக்கும் பதார்த்தங்கள் பொருட்காட்சிச் சாலையில் இடம் பெறமாட்டா.

இவ்வித ஆயுர்வேத மஹாஸங்கம் ஒன்று இருப்பதாக கலாநிதி ஏற்பட்டது முதல் நாம் தெரிவித்து வருகிறோம். இவ்வாயுர்வேத கான்பரென்ஸு ஆறு வருஷகாலமாய் நடந்தும், தமிழ் நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்கள் அதைச் சிறிதும் அறியாமலும், அறிந்து அபிமானமில்லாமலும் இருப்பது ஆச்சரியமே. அரிய ஔஷதங்களை இப்பொழுதாவது இப்பொருட்காட்சிச் சாலைக்கு அனுப்பி நமது வைத்திய முறைகளை மேன்மையுறச் செய்ய இத்தமிழ் நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்கள் பிரயத்தினப்படுவாராக. மேலும் வைத்தியர்கள் இத்தமிழ் நாட்டிலிருந்து கல்கத்தாவில் நடக்கப்போகிற ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸுக்குப் போய், அதை மேன்மேலும் விருத்தி செய்ய வழி தேடி, அவ்விடங்களில் நடந்ததுபோல் சென்னையிலும் ஒரு முறை வந்து கூடவேண்டுமென்று அக் கான்பரென்ஸை அழைக்கவும் ஏற்பாடு செய்வது மிகவும் அவசியமான காரியம்.

BOOK REVIEWS.

புஸ்தக விமர்சம்.

மானிட ஜீவிய சிந்தாமணி.

இப்பெயர் கொண்ட புஸ்தகம் ஒன்று கும்பகோணத்திலுள்ள டாக்டர் எஸ். சந்திரசேகர் அவர்களால் எமது பார்வைக்கு அனுப்பப்பட்டிருக்கிறது. இப் புஸ்தகத்தில் மானிட சரீரத்தின் உள்ளமைப்பு வெளி யமைப்புகளைப் பற்றிய தத்துவங்கள் ஆங்காங்கு சித்திரப்படங்களுடன் ஆங்கிலத்திலுள்ள சரீர தத்துவ நூல்களை யனுஸரித்து விவரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. புருஷருடையவும் ஸ்த்ரீகளுடையவும் ஜனனேந்த்ரிய ஸம்பந்தமான தத்துவங்களும், இயற்கைக்கு மாறான காரியங்களால் அவ்வவயவங்களுக்கும் பொதுவில் தேஹநிலைமைக்கும் நேரிடுகிற கோளாறுகளின் தன்மைகளும், கர்ப்போற்பத்திக் கிரமமும, கர்ப்பகாலத்தில் ஸ்த்ரீகளுக்குச் செய்ய வேண்டிய உபசார வகைகளும், கிரமப்பிரஸவம் அக்கிரமப் பிரஸவம் முதலியவற்றின் ஸ்வரூபங்களும் கூடுமானவரையில் நன்கு விளக்கப்பெற்றுள்ளன. கருத்தரிப்பதற்கு முன்பும் கருத்தரிக்குங் காலங்களிலும், பிரஸவமான பின்னரும் ஸ்த்ரீகளுக்கு ஸம்பவிக்கும் பல வேறு வகையான வியாதிகளுக்கு அல்லது ஆரோக்கியக் குறைவுகளுக்கு வைத்தியர்கள் செய்யக்கூடிய விதமாக அநேகம் சிகித்ஸா முறைகளும், வைத்தியரல்லாதவர் திடீரென்று ஆபத்துக் காலங்களில் எளிதில் செய்து கொள்ளக்கூடிய வேறு சில ஔஷத முறைகளும் இதில் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. சுகாதார விதிகளும் இப்புஸ்தகத்தின் இறுதியில் ஸங்கிரஹமாய் எழுதப்பட்டுள. 'சுதேச வைத்திய ரத்னம்' முதலிய நூல்களியற்றிய டாக்டர் எஸ். சந்திர சேகர் அவர்கள் இப்பொழுது 'மானிட ஜீவிய சிந்தாமணி' என்னும் இப் புஸ்தக மியற்றியது ஆங்கில மறியாத தமிழ் வைத்தியர்களுக்கு உபகாரமாயிருக்குமென்றும், இதைப்போன்ற நூல்களைப் படிப்பவர் தம்முடையவும் பிறருடையவும் ஆரோக்கிய நிலைமை சீர் கெடாவண்ணம் பாதுகாப்பதற் கேற்ற வழிகளை யுணரக்கூடு மென்றும் நம்புகிறோம். இதன் விலை ரூபாய் 1-12-0 எனக் குறிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

ஐந்தாவது ஆயுர்வேத—கான்பரேன்ஸின் அத்தியக்ஷருடைய பிரஸங்கம்.

சென்ற வருஷத்தில் வட மதுரையில் ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் ஐந்தாவது ஸம்மேளனம் நடந்ததென்றும், அதில் லெப்டினெண்ட் கர்னல் K. R. கார்த்திகர், I. M. S; F. L. S., J. P. என்கிற கனவான் ஸபாத்தி யக்ஷராக இருந்தாரென்றும் நாம் ஏற்கனவே அறிவித்திருப்பதை நேயர்கள் மறந்திருக்க மாட்டார்கள். அக்கான்பரென்ஸில் கர்னல் கார்த்திகர் செய்த மிக மேன்மையான பிரஸங்கம் அனைத்தையும் அச்சிட்டு எல்லா இந்திய ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் கமிடியார் வெளியிட்டிருக்கின்றனர். அக்கமிடியாரால் மேற்படி புஸ்தகமொன்று எமக்கு அனுப்பப்பட்டிருக்கிறது. ஆயுர்வேதத்தின் அபிவ்ருத்தியைப்பற்றியும், ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் முன் செல்லவேண்டிய முறைகளையுணராம லிருப்பதையும், முற்போக் கடைந்துள்ள மேனாட்டு வைத்திய முறைகளிலிருந்து இவ் வைத்தியர்கள் கற்றறிய வேண்டிய கிரமங்களையும், பாடனி யென்று சொல்லப்படும் வநஸ்பதி சாஸ்திரம் முதலிய வேறு சில சாஸ்திரங்கள் ஆயுர்வேத வைத்தியருக்கு இன்றியமையாதவை யென்பதையும், ஆயுர்வேத வைத்திய நூல்கள் சிறப்புற்றிருந்த நிலைமைகளையும் கர்னல் K. R. கார்த்திகர் வெகு நுட்பமாக எடுத்துக் காட்டி, ஆயுர்வேத வைத்தியர்களை வற்புறுத்தி உபதேசிக்கும் விஷயம் மிகவும் உபயோக மானதாகவும், அவ் வைத்தியர்களுக்கு மனதில் ஓர் உத்ஸாஹத்தை யுண்டாக்கக் கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. ஆங்கிலத்தில் எளிதும இனிதுமான நடையில் பிரசுரிக்கப்பட்டுள்ள இச்சிறிய நூல் வைத்தியர்கள் படிப்பதற்குப் பொருந்தியதாயுளது.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

மாங்கோட்டை.

மாங்கொட்டையின் பருப்பை உலர்த்தித் தூள் செய்து 20 முதல் 30 நெல்லெடை வரையும் தேனில் அல்லது வெல்லத்தில் கலந்துக் கொடுத்தால், வயிற்றில் சேர்ந்திருக்கும் கிருமிகள் வெளியாகும். மூலத்திலிருந்து இரத்தம் அதிகமாய் வடிவதையும், மாதவிடாயில் சோணிதம் மிதமிஞ்சிப் பெருகுவதையும் மாங்கொட்டைத்தூள் நிவ்ருத்தி செய்யும். சீதபேதியிலும், இரத்தக்கடுப்பிலும் இதைக் குழம்பாக்கி அன்னத்துடன் கலந்து உபயோகிப்பது நாட்டு வழக்கம். இதனால் சீதபேதி முதலியவற்றில் நற்குணம் பிறந்ததாகவும் அனுபவத்தில் அறியப்பட்டிருக்கிறது.

குன்றி வேர்.

இம் மூலிகையின் சிவப்பான வித்தை அனைவரும் கண்டிருக்கின்றனர். இந்தப் படர் செடியின் வேர் அதிமதுரத்திற்குக்கொப்பானசாயலையும் சுவையையும் உடையதாயிருப்பதால் இதை நாட்டு அதிமதுர மென்றும் வழங்குவர். ஔஷதங்களில் சேர்ப்பதற்கான குணங்கள் இவ்வேருக்குண்டு. மதுரமான புதிய வேரில் இரண்டு பலம் சிதைத்தெடுத்து, அரைப்படி ஜலம் ஊற்றி, அரைமணிநேரம் வரையும் வேகவைத்து வடிக்கட்டி, இதில் 8 அவுன்ஸ் கற்கண்டாவது தேனாவது சேர்த்து மறுபடியும் அடுப்பில் வைத்து நன்கு பாகாகப் பக்குவமாகிற வரையில் காய்ச்சவும். குழைந்தைகளுக் குண்டாகும் இருமலைப் போக்க இதை ஒரு தேக்கரண்டியளவாகக் கொடுக்கலாம்; இதை யுபயோகிக்கும்போது ஜ்வர மிருந்தாலும் பாதகமில்லை. இருமல் வரும்பொழுதெல்லாம் தினத்திற்கு அநேகமுறை இதைக் கொடுக்கவேண்டும். குன்றியின் இலையைப் பறித்து அவ்விலையின் சாற்றைப் பிழிந்து குழந்தைகளின் வாயில் வரும் வெள்ளை நிறமான புண்களைப் போக்க நாக்கினுள் தடவினால் குணமுண்டாகும்.

கிராம்பு என்னும் இலவங்கம்.

இரண்டு பலம் கிராம்பைச் சிதைத்து, அரைப்படி ஜலத்தில் சேர்த்துக் கொதிக்கவைத்து, ஆறிய பிறகு வடிக்கட்டி வேளைக்கு 1 அல்லது 2 அவுன்ஸ் வீதம் நடுப்பிராயத்திலுள்ளவருக்குக் கொடுக்க அஜீர்ணம், வயிற்றுநோய், வயிற்றில் வாயு சேருதல், குன்மம், ஆயாஸம் இவை தீரும். வாந்தியாவதை நிறுத்துவதற்கும் இதை உபயோகிக்கலாம்.

கிரோஸி னெண்ணெய்.

தலைமயிரில் பேன்பிடித்தால் அதற்குத் தலையில் வேண்டியவளவு கிரோஸினெய்யைத் தடவி விட்டால் அப் பேன்கள் அழிந்துவிடும். இதற்கு இந்த எண்ணெயே சிறந்தோர் ஔஷதமாகும்.—Practical Medicine.

கையாப்புடைத் தைலம்.

கஜபுடாயில் (oil of cajput) என்னும் கையாப்புடைத் தைலம் உதர வாதஹரமான (carminative) தைலங்களைப்போலவும், மணமுள்ள மற்றத் தைலங்களைப் போலவும் உபயோகிக்கக் கூடியதென்றும், ஆகவே 5 முதல் 10 துளிவரையில் வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல் இவற்றில் உபயோகிக்கத் தகுந்ததென்றும் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. — Practical Medicine.

அக்கி யென்னும் விஸர்ப்பத்தில் மோரின் உபயோகம்.

விஸர்ப்பத்தில் மோரை உபயோகிப்பதால் மிகவும் நன்மையுண்டாகுமென்று டாக்டர் ஆர்னல்ட் என்பவர் "மந்த்லி ஸைக்ளோபீடியா" என்னும் பத்திரிகையில் கூறுகிறார். இப்பிணியின் நிலைமை எவ்விதமாயிருந்தபோதிலும், இவ்வியாதிக்குக் காரணமான தோஷங்களைப் போக்குவதிலும், வலியை சாந்தப்படுத்தவதிலும் இது நிகரற்றது என்றும், விஸர்ப்பத்தின்மேல் உபயோகித்தவுடனே எரித்தலும் மற்ற விகாரங்களும் தணிந்துவிடுகின்றன வென்றும் மொழிகிறார்.

அக்னி வ்ரணங்களில் ஸோடா.

நெருப்புப்பட்டு உண்டாகும் விரணங்களுக்கு வீட்டில் ஸாதாரணமாய் வழங்கப்படும் ஸோடாவை உபயோகிப்பது உத்தமமான சிகித்ஸை. இதை உபயோகிக்கும் முறை வெகு ஸுலபமானது. சட்டியான ஒரு ஸோடாத் துண்டை ஜலத்தில் நனைத்து உடனே தாமதஞ்செய்யாமல் எரிந்தவிடத்தில் தேய்க்கவும். இவ்விதம் செய்தவுடனே வலி பெரும்பாலும் குறைந்துவிடும். மறு தடவையில் ஜலத்தில் 10 இல் ஒரு பங்கு ஸோடாவைக் கரைத்து இடைவிடாமல் விரணத்தின்மேல் சேர்க்கவும்; இதை உடனே செய்தால் விரணம் சீழ்கொள்வதும் தடுக்கப்படும். இவ்வாறு பாம்பெர்கர் என்னும் வைத்தியர் கூறுகிறார்.

வீக்கங்களில் சீமை இந்துப்பு.

சீமை யிந்துப்பை சிறிது ஜலத்தில் கரைத்து சில வீக்கங்களின் மேலும் வலியுள்ள விடங்களிலும் உபயோகிப்பதால் நற்பயனுண்டாகும்; அதாவது வலி சாந்தமாகும், வீக்கமும் குறைந்துவிடும். இந்த உப்பு நீரை வஸ்திரத்தில் அல்லது பஞ்சில் நனைத்து வீக்கம் அல்லது வலியுள்ள விடத்தில் விடாமல் வைத்து வர வேண்டும். இவ்வாறு M. டக்கர் என்பவர் கூறுவதாக "ப்ராக்டிகல் மெடிஸின்" என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகை எழுதுகிறது.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

குமட்டலும் வாந்தியும்.

வயிற்றில் குமட்டலுண்டாவதற்குக் காரணமான மூலஸ்தலம் மூளையில் அமைந்திருக்கிறதேயன்றி இரைப்பையிலல்லவென்றும், ஆகவே மூளையின் அடிப்புறத்தை நன்கு குளிரச் செய்வதால் குமட்டல் குறைந்துவிடு மென்றும் ஒரு வைத்தியர் கூறுகிறார். இதை வியக்தமாய் அறிவதற்காக அநேகமுறை சில வியாதிகளிலுண்டாகும் தலைவலிகளிலும், பித்த கோபத்தினால் நேரிடும் வயிற்று நோயிலும், விஷூசி யென்னும் வாந்திபேதியிலும், மற்றும் குமட்டலை முக்கியக் குறியாகவுடைய ரோகங்களிலும் இவ்விஷயம் பரீக்ஷிக்கப்படுங்கால் ஒன்றிலும் ஒரு சிறிதும் தவறுதலில்லாமல் வாஸ்தவமென்று அறியப்பட்டிருக்கிறது. மேலும் ஒருவனுக்கு, இரைப்பையில் ஒரு சிலந்திப்புண் உண்டாய் அதனால் அவன் அடிக்கடியும் வாந்திபண்ண நேரிட்டது; அப்பொழுதும் வியாதி இரைப்பையைப் பற்றியதாயிருந்தாலும், குமட்டலுண்டாகுவதற்கு மூலஸ்தானம் மூளையின் அடியிலிருப்பதாகவே பல காரணங்களைக் கொண்டு தீர்மானித்து, கழுத்தின் பின்புறத்திலும், சிரஸ்ஸின் பின்புறத்திலுள்ள கபால வெலும்பின் மேலும் பனிக்கட்டியை வைத்து குளிரச்செய்துவந்ததால், அப்பிணியாளிக்கு உண்டான அதிக வாந்தியையும் குமட்டலையும் அவ்வைத்தியர் நிறுத்திவிட்டனராம். பனிக்கட்டியை உடைத்து ஒரு வஸ்திரத்தில் இரண்டு பக்கத்திலும் கட்டி, கழுத்திலும் தலையிலும் இரு புறங்களிலும் படியத் தொங்கவிட்டு, மெல்லிய தாரையாக தலையிலிருந்து கழுத்தால் வழிந்தோடுமாறு ஜலத்தை ஊற்ற வேண்டும். இவ்விதம் செய்வதால் எவ்வித குமட்டலும் வாந்தியும் நிவ்ருத்தியாகும் என்று அவர் அபிப்பிராயப்படுகிறார்.—Family Doctor.

பிரொபஸர் போஸ் ஆராய்ச்சியில் அடைந்த வெற்றி.

வைத்தியத் தொழில் புறிபவர், பிரொபஸர் J. C. போஸ் அவர்களால் விருக்ஷங்களிலும் செடி கொடிகளிலும் ஔஷதப் பிரயோகம் செய்யப்பட்டதையும், அவ்விதம் செய்து விருக்ஷவகைகளுக்கும் மனிதருக்குச் செய்வதுபோலவே சிகித்ஸை முதலியது செய்யப்பட்டதென்பதையும் அறிய ஆச்சரியப்படுவார்கள். இங்கிலாந்திலுள்ள ராயல் ஸொஸைடி ஆப் மெடிஸின் (Royal Society of Medicine) என்கிற வைத்திய ஸங்கத்தைச் சேர்ந்த மெம்பர்களில் சிலர் செடி கொடிகளின்மீது அவற்றின் சக்தியைத் தூண்டுவதற்கும், அவற்றிற்கு மயக்கமுண்டாக்குவதற்கும், அவற்றில் விஷங்களை ஏற்றி விஷகுணங்களை விளக்குவதற்கும் எவ்வெவ்வகையில் ஔஷதப்பிரயோகங்கள் செய்யப்படுகின்றனவென்பதை நேரில் கண்டறிவதற்காக ஸமீபத்தில் பிரொபஸர் போஸின் ஆராய்ச்சிச் சாலைக்கு வந்தார்கள். இப்படிப் பார்க்கவந்தவர்களுள் ராயல் ஸொஸைடியின் அக்கிராசனாதிபதியும், நமது சக்கிரவர்த்தியின் டாக்டரான ஸர் ஜேம்ஸ் ரைட் என்பவரும், ஸர் லாடர் ப்ரண்டன் என்பவரும் சேர்ந்தவர்கள். ஐரோப்பாக் கண்டத்தில் ஸர் லாடர் ப்ரண்டன் முதலியவர்கள் வைத்திய ஸம்பந்தமான ஆராய்ச்சிகள் செய்து பெரும் புகழ் பெற்றவர்கள். சில ஔஷதச் சரக்குகளை செடி கொடிகளின்மீதுப் பிரயோகித்துப் பார்த்து, அப்பரீக்ஷா மூலமாய் அவ்வித சரக்குகளுக்கு பிராணிகளின்மீது எவ்வித செயல்களுண்டென்று அறிய வழிதேடக் கூடுமென்று ஸர் லாடர் ப்ரண்டனின் கொள்கை. இதற்கு முன் மேனாட்டு வைத்தியர்கள் இவ்வாராய்ச்சியைச் செய்ய முயன்றும் பயன்படவில்லையாம். இந்த ஆராய்ச்சியைச் செய்து முடிப்பதற்காக ஒருவகையான கருவி கண்டுபிடிக்கும் விஷயத்தில் டாக்டர் போஸின் அருமையான முயற்சி இவ்வாறு பயன் பெற்றதைப்பற்றி அவ்வைத்திய நிபுணர்கள் மிகவும் களிகூர்ந்தனர். இவர்கள் இங்கு வந்து பார்த்ததின் பயனாக, பிரொபஸர் போஸை ராயல் ஸொஸைடி ஆப் மெடிஸின் என்கிற ஸபையில் ஒரு பிரஸங்கம் செய்ய வரவேண்டுமென்று அவர்கள் கேட்டுக்கொண்டார்கள். இவ்வாறு ஒரு இந்திய சாஸ்திரஞ்ஞர் அரிதான ஆராய்ச்சிகள் செய்து பயன் பெறுவதும், இங்கிலாந்திலுள்ள ராயல் ஸொஸைடி ஆப் மெடிஸின் என்கிற மஹாகனம் பொருந்திய ஸபையில் பிரஸங்கம் செய்ய வேண்டுமென்று நமது சாஸ்திர வல்லோரை மேனாட்டு வைத்திய நிபுணர்கள் வேண்டிக்கொள்வதும் பிரொபஸர் போஸைப் போன்றவருக்குமட்டுமல்ல இந்தியர் அனைவருக்குமே பெருமைக் கிடமாகின்றது.

அமித போஜனமும் வன்மையும்.

அதிக உணவைப் புஜிப்பவன் அதிக பலசாலியாகவும் ஆரோக்கிய முள்ளவனாகவும் இருப்பனென்று பொதுவாக ஜனங்களின் கொள்கை; அது மிகவும் மதியீனமான எண்ணம். மனித சரீரம் பலத்திலும் ஆரோக்கியத்திலும் மேன்மை யுறுவதற்கு மிதமிஞ்சிய போஜனம் மிகக் கொடிய விரோதியெனக் கொள்ளவேண்டும்,—Practical Medicine,

162036

நீலாஞ்ஜனம் முதலியவற்றின் சுத்தி. நீலாஞ்ஜனக் கற்களை சூர்ணம் செய்து, எலுமிச்சம்பழ ரஸத்தில் சேர்த்து ஒருநாள் வெயிலில் வைத்து பாவனை செய்ய அவை சுத்தமாகும். இவ்விதமாகவே கைரிகமென்னும் காவிக்கல், அன்னபேதி, வெண்காரம், பலகறை, துவரீ அல்லது ஸௌராஷ்ட்ர ம்ருத்திகை என்னும் ஒரு வகையான உவர்மண், சங்கு, கங்குஷ்டமென்னும் ஒருவித காவி இவைகளையும் சுத்தி செய்யலாம்.[1] 68-69½.

மனச்சிலா சுத்தி. மனச்சிலையை டோலாயந்திரத்தில்[2] கட்டி மூன்று நாட்கள் வெள்ளாட்டு மூத்திரங்கொண்டு பாகம் செய்யவேண்டும். பிறகு ஆட்டின் பித்த நீரில் ஒரு தடவை பாவனை செய்யவேண்டும். இவ்விதம் செய்ய மனச்சிலை சுத்தியடையும்.[3] 70½.

தாளக சுத்தி. தாளகத்தை நன்கு சூர்ணம் செய்து டோலா யந்திரத்தில் கட்டி காஞ்ஜிகமென்னும் காடியிலிட்டு ஒரு யாமகாலம் பக்குவம் செய்து, அப்பால் பூசணிக்காய் ரஸத்திலும், பிறகு நல்லெண்ணெயிலும், பிறகு த்ரிபலா க்வாதத்திலும் அவ்விதமே பக்குவம் செய்ய அது சுத்தமாகும்.[4] 71—72½.

இரஸக சுத்தி. இரஸகமென்னும் சிறிது கடினமான ஒருவகை வெண் தாதுவை பசு மூத்திரத்தில் ஒருநாள் டோலா யந்திரத்தைக்கொண்டு பக்குவம் செய்ய சுத்தியாகும்.[5] 73.

தாதுக்களின் ஸத்வபாதநம். செவ்வரக்கு, மத்ஸியம், ஆட்டுப்பால், வெண்காரம், மான் கொம்பு, எள் பிண்ணாக்கு, கடுகு, முருங்கப்பட்டை, குன்றுமணிவேர், வெல்லம், இந்துப்பு, கம்பளம், யவதானியம், கடுகரோஹிணீ, நெய், தேன் இவற்றுள் கிடைக்கக்கூடிய பதார்த்தங்களுடன் முற்கூறிய உபதாதுக்களைக் கலந்து, அவற்றை

---

1. கைரிகம் முதலியவற்றின் பாக விஷயங்களை இச்சிறு ஸங்கிரஹ கிரந்தத்தில் தனியாக எடுத்து விவரிக்காவிடினும், நீலாஞ்ஜனத்தைப் போலவே சுத்தி செய்யக்கூடியவை யென்கிற ஒரு ஸம்பந்தத்தைக் கொண்டு அவையும் இங்கு கிரஹிக்கப்பட்டனவாம். [நீலாஞ்ஜனத்தை பஸ்மம் செய்வதில்லை; ஆகிலும் மனச்சிலையிலிருந்து ஸத்துவ மெடுப்பதுபோல் இதிலிருந்தும் ஸத்துவ மெடுக்கக்கூடும். நீலாஞ்ஜனத்தின் குணங்கள்:—சீதவீர்யம், நேத்திர ரோகங்களில் உபயோகிக்கக்கூடியது, விஷஹரம், கபவாதஹரம்.]

2. டோலா யந்திரம்:—சுத்தி செய்யவேண்டிய வஸ்துவை ஒரு வஸ்திரத்தில் கட்டி, ஏதேனும் திரவ பதார்த்தத்துடன்கூடிய ஒரு பாத்திரத்தின் முகத்தில் குறுக்காக ஒரு கொம்பை வைத்து, அதில் அவ்வஸ்திரத்தைக் கட்டி தொங்கவிட்டு, எரித்தல்போட்டு அதிலிருந்தெழும் ஆவியில் அவ்வஸ்துக்களை சுத்தி செய்வதற்கான இவ்வகையானது 'டோலாயந்திரம்' எனப்படுகின்றது.

3. மனச்சிலை முதலியவற்றிலிருந்து ஸத்துவமெடுக்கும் முறையைப்பற்றி பிறகு ஒருமிக்க சுருக்கமாய் கூறப்படுகிறது. மனச்சிலையின் குணங்கள்:—காரமும் கசப்புங்கலந்த சுவை, உஷ்ணவீர்யம், விஷஹரம், சர்ம ரோகங்களைப் போக்கும், கபஹரம், வாதஹரம், அக்னிமாந்தியத்தையும் அகற்றும்.

4. தாளக குணங்கள்:—காரமான சுவையுள்ளது, உஷ்ணவீர்யம், ஸ்னிக்த்தம், குஷ்டஹரம், விஷஹரம், சர்மரோகங்களை நீக்கும், வாதரோகங்களைப் போக்கும்.

5. இரஸகத்தின் குணங்கள்:—ஸகல மேஹங்களிலும் நற்குணமுண்டாக்கும், நேத்திரரோகங்களிலுபயோகிக்கலாம்.

மூசையில் சேர்த்து கடுஞ்சூட்டில் எரிக்க அவற்றிலிருந்து வெகு துல்லியமான ஸத்துவம் வெளியாகும்.[1] 74—76.

(இரத்னங்கள்.)

வஜ்ர சுத்தி.

வஜ்ரம் அல்லது வைரமென்னும் இரத்னத்தை கண்டங்கத்திரிவேரைப் பிளந்து அதனுள் மறைத்து வைத்து, ஒரு வஸ்திரத்தில் கட்டி, கொள், கேழ்வரகு, இவற்றின் கஷாயத்தில் டோலாயந்திரத்தில் மூன்று நாட்களளவும் பக்குவம் செய்யவேண்டும். இவ்வாறு பக்குவம்செய்த வைரத்தைக் காய்ச்சிக் காய்ச்சி கழுதை மூத்திரத்திற் போடவும்; அவ்விதம் இருபத்தோருமுறை செய்ய வஜ்ரம் நன்கு சுத்தமாகும். 77, 78.

வஜ்ர பஸ்மம்.

சிறிது தாளகத்தை மூட்டுப்பூச்சிகளின் இரத்தத்தால் அரைத்து, நன்கு கோளமாகச் செய்து, அக்கோளத்தினுட்புறத்தில் சுத்திசெய்த வஜ்ரத்தை மறைத்து வைத்து, அக்னியில் வைத்து நன்றாக ஊதவும்; அந்த கோளம் நன்கு எரிந்து அக்னிவர்ணமாயிருக்கையில் குதிரையின் மூத்திரத்தில் தோய்க்கவும். மீண்டும் முன்போலவே தாளகத்தை கோளம் செய்து அதில் வஜ்ரத்தையடக்கி புடம் போடவேண்டும். இவ்விதமாக இருபத்தோருமுறை எரித்தெடுக்க வஜ்ரம் பஸ்மமாகும். அல்லது பெருங்காயம், இந்துப்பு, கொள் இவற்றை ஜலத்தில் சேர்த்துக் காய்ச்சி, வஜ்ரத்தை அக்னியிலிட்டுப் பழுக்கக் காய்ச்சி மேற்கூறிய கஷாயத்தில் சேர்க்கவும்; இவ்விதமாக இருபத்தோரு தடவை செய்ய வஜ்ரம் பஸ்மமாகும். அல்லது ஒரு வெண்கலப் பாத்திரத்தில் தவளையைப் பிடித்துவைக்க, அது பயத்தினால் மூத்திரமிடும்; அதில் வஜ்ரத்தைக் காய்ச்சிக் காய்ச்சி பலமுறை தோய்க்க பஸ்மமாகும்.[2] 79—83.

வைக்ராந்த சுத்தி முதலியது.

நீலம் அல்லது சென்னிறமான வைக்ராந்தத்தையும் வஜ்ரத்தைப்போலவே சுத்தி செய்யலாம். அதை மறுபடியும் அக்னியில் காய்ச்சிக் காய்ச்சி குதிரை மூத்திரத்தில் தோய்க்கவும்; இவ்விதம் பதினான்கு முறை செய்து, அப்பால் ஆடு தீண்டாப்பாளையின் வேர், இலை, தண்டு, புஷ்பம், காய் இவ்வனைத்தையும் கல்கம்போல் அரைத்து, அக்கல்கத்தினுள் அவ்வைக்ராந்தத்தை மறைத்து, மூசையினுள் அடக்கம் செய்து புடம் போடவும். இவ்வாறு ஏழு தடவை புடம்போட வைக்ராந்தம் பஸ்மமாகும். இந்த பஸ்மத்தை வஜ்ரபஸ்மத்திற்குப் பதிலாகவும் உபயோகிக்கலாம்.[3] $84—85\frac{1}{2}$.

1. ஸத்துவம்:—பஸ்மத்தினும் அதிக வீர்யமுள்ளதான ஒருவித பாகம்; வெண்மையாகவும், தளதளப்புள்ளதாகவும் இருக்கும்.

2. வஜ்ரத்தின் குணங்கள்:—பல்யம், ஆயுளை விருத்தி செய்யும் வ்ருஷ்யம், இரஸாயனம், பிரம்மணம்; அதிகமானால் விஷகுணத்தைக் காட்டும்.

3. வைக்ராந்தத்தின் குணங்கள்:—மேஹரோகம், க்ஷயம், கிரஹணீ, காஸம் முதலியவற்றைப்போக்கும்; வ்ருஷ்யம், இரஸாயநம், பல்யம், தீபநம இவ்வித குணங்களுடன் வஜ்ரத்திற்குக்கூறிய எல்லாக் குணங்களும் இதற்குமுண்டு. [வைக்ராந்தம் என்பது ஸ்படிகம்போன்ற ஒருவித கல்.]

நல்முத்து முதலியவற்றின் சுத்தி.

தழுதாழையின் ஸ்வரஸத்தில் நல்முத்து, பவளம், மற்றுமுள்ள இரத்னங்கள் இவற்றை டோலா யந்திரத்திற் கட்டி ஒரு யாமகாலம் ஆவியிற் பக்குவம் செய்ய அவை நன்கு சுத்தியாகும். $86\frac{1}{2}$.

நல்முத்து முதலியவற்றின் பஸ்மம்.

சோற்றுக்கற்றாழையின் சாறு, அம்மான்பச்சரிசிச் சாறு, முலைப்பால் இவற்றைக் கொண்டு நல்முத்து, பவளம் முதலிய இரத்னங்களை நன்றாக அரைத்து, ஏழு தடவை புடம்போட, அந்தந்த இரத்னமும் அததற்கேற்ற நிறத்துடன் பஸ்மமாகும். மேலும் இதற்குமுன் ஸ்வர்ணமாக்ஷிகத்திற்குக் கூறிய விதமாக நல்முத்து முதலியவற்றையும் பஸ்மம் செய்யக்கூடும். அல்லது வஜ்ரத்தைப்போலவே ஸகல இரத்னங்களையும் சுத்தி செய்து பஸ்மமும் செய்யலாம்.[1] $87—89\frac{1}{2}$.

சிலாஜது சுத்தி.

கோடை காலங்களில் மலைப்பிராந்தங்களிலிருந்து உருகி வெளிவரும் சிலாஜதுவை எடுத்துவந்து பசும்பால், த்ரிபலாக்வாதம், கரிசிலாங் கண்ணிச்சாறு இவற்றால் ஒவ்வொருநாள் அரைத்து, வெயிலில் உலர்த்தி யுலர்த்தி யெடுத்தால் சிலாஜது சுத்தமாகும். 90, 91.

சிலாஜது பஸ்மம்.

சிலாஜதுவின் சிலைகளைச் சிறு சிறு துண்டுகளாகப் பொடித்து, மிகவும் சூடான ஜலத்தில் சேர்த்து ஒரு யாமகாலம் வைத்திருந்து, அப்பால் அதை நன்றாக அரைத்துக் கடைந்து, அதை வடிக்கட்டி, ஜலத்தை ஒரு மட்பாத்திரத்தில் எடுத்து வெயிலில் வைத்திருக்கவும்; பிறகு அதன் மேற்புறத்திலுள்ள குழம்பான பாகத்தை வடித்தெடுத்து மீண்டும் வெயிலில் வைக்கவேண்டும். இவ்வாறு இரண்டு மாதகாலம் மேன்மேலும் வடித்து, வெயிலில் வைத்துவந்தால் ஔஷதமாய் உபயோகிக்கத் தகுந்த நிலைமை சிலாஜதுவுக்கு உண்டாகும். இவ்வித சிலாஜதுவை நெருப்பில் சேர்த்தால் லிங்கம் போல் உருகி மேலெழுந்துவரும்; புகை சிறிதும் இராது. பாத்திரத்தின் அடியில் தங்கியிருக்கும் அம்சத்தையும் அநேகமுறை ஜலத்தில் கலக்கி வெயிலில் வைத்துவர அதுவும் ஔஷதமுறைக்கு உபயோகமாகும். $92—96\frac{1}{2}$.

மண்டூரம்.

தான்றிமரக் கட்டைகளிட்டு எரிக்கப்படும் அக்னியில் இரும்புக்கிட்டத்தைப் பழுக்கக் காய்ச்சி, பசுமூத்திரத்தில் தோய்க்கவும். இவ்விதம் ஏழு தடவை செய்தபின் அதை நன்றாகப் பொடி செய்து, இரு மடங்கு த்ரிபலா க்வாதத்

1. நல்முத்தின் குணங்கள்:—சுவையில் மதுரம், சீதவீர்யம், நேத்திரரோகங்களைப் போக்கும், விஷஹரம், க்ஷயரோகம், வாயிலுண்டாகும் புண் முதலியவை இவற்றையும் போக்கும்; பலம், தேஹபுஷ்டி இவற்றையும் தரும்; பித்தத்தையும் போக்கும்.

பவளத்தின் குணங்கள்:—கபம் முதலிய தோஷங்களை நெகிழச் செய்து வெளிப்படுத்தும்; நேத்திர தோஷங்களைப் போக்கும்; க்ஷயம், இரத்தபித்தம், காஸம் இவற்றையும் நிவ்ருத்தி செய்யும்; தீபநம், பாசநம் என்கிற குணங்களுமுண்டு.

2. சிலாஜது குணங்கள்:—சுவையில் கைப்பும் சிறிது காரமும் கலந்திருக்கும், உஷ்ணவீர்யம், இரஸாயநம்; மேஹம், உன்மாதம், அச்மரீ என்னும் மூத்திரத்தில் கல்லடைப்பு, வீக்கம், அபஸ்மாரம், க்ஷயம், ஹோதரம், அர்சஸ், மூத்திரப்பையிலுண்டாகும் வியாதிகள் இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும்.

தில் அதைச்சேர்த்து நன்றாகக் கலக்கி, அப்பால் அக்னியிலேற்றி வறுக்க அவ்விரும்புக்கிட்டம் கருஞ்சிவப்பான ஸிந்தூரமான மாறும். இதை 'மண்டூரம்' என்பார்கள்.[1] 97—98½.

(க்ஷாரகல்பனை.)

இரண்டுவித க்ஷார முறை.

க்ஷாரம் செய்வதற்கு உபயோகமான விருக்ஷங்களின் கட்டைகளை உலர்த்தி நெருப்பிட்டு எரிக்கவும்; அக்னி அவிந்துபோனதும் அதன் பஸ்மங்களை யெடுத்து ஒரு மட்பாத்திரத்தில் நாலு பங்கு ஜலமிட்டு அதில் அந்த சாம்பரைச் சேர்த்து, நன்றாகக் கடைந்து ஓர் இரவெல்லாம் அதை அவ்விதமே வைத்திருந்து, மறுநாட்காலையில் அதன்மேல் தெளிந்திருக்கும் ஜலத்தைமட்டும் வடித்துக்கொண்டு, அந்தஜலத்தை முடியவும் சுண்டிப்போகும்வரையில் காய்ச்சவேண்டும். பிறகு பாத்திரத்தினுள் சுற்றிலும் படிந்திருக்கும் வெண்ணிறமான சூர்ணம்போலிருக்கும் உப்புகளை சுரண்டி யெடுத்துக்கொள்ளவும். அடியில் மிகுந்து நிற்கும் குழம்புபோன்ற ஒருவித உப்புநீரையும் மற்றொரு பாத்திரத்தில் ப்ரத்யேகமாய் எடுத்துவைக்கவும். இவ்விருவித க்ஷாரங்களில் சூர்ணம்போலிருப்பது சர்மம் முதலியவற்றை சில வியாதிகளில் எரிப்பதற்காக மேலே உபயோகிப்பதற்கும், திரவமான க்ஷாரம் அவசியமான ஸமயங்களில் ஜலம் முதலியவைகளில் கலக்கி உட்கொள்வதற்கும் ஏற்றவையாம். விஷயமறிந்த வைத்தியர்கள் அந்தந்த ரோகங்களில் இந்த க்ஷாரங்களை யுபயோகிக்க உரியவராகின்றனர்.[2] 99—102.

பன்னிரண்டாவது அத்தியாயம்.

(இரஸங்கள்.)

பாரதத்தின் பிரபாவம்.

பாதரஸம் எனப்படும் பாரதமானது ஸர்வரோகங்களையும் போக்கவல்லதெனவும், சரீரத்திற்கு புஷ்டியையுண்டுபண்ணுந்தன்மையதென்றும் முனிவர்களால் நன்கு மதிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. இரஸசாஸ்திரத்தில் மிகவும் தேர்ச்சியடைந்த பண்டிதரால் முறைதவறாமல் இரஸம் பக்குவம் செய்யப்படு

---

1. மண்டூரத்தின் குணங்கள்:—பாண்டு, மேஹம், ஆமவாதமென்னும் கீல்வாயு, வாதரக்தம், குன்மம், வயிற்றுக்கிருமிகள், சோதையென்னும் சோகை இவற்றை நிவ்ருத்தி செய்யும்; சரீரத்திற்கு வன்மையையுண்டாக்கி கிழத்தனத்தினால் நேரிடும் பலக்குறைவை சீக்கிரமுண்டாகாமலும் தடுக்கும்.

2. க்ஷாரம் என்றால்—நீரடிமுத்து மரம் முதலியவற்றின் இலை தழைகளுடன்கூடிய கிளைகளை எரித்து, அவற்றின் சாம்பரை ஜலத்திற் கரைத்துக் காய்ச்சி யெடுக்கப்படும் மிகவும் தீக்ஷ்ணமான உப்பு. சுணையுள்ள யவதானியம் முதலியவற்றின் முள் முதலானதையும் எரித்து க்ஷாரமென்னும் உப்பு எடுப்பதுண்டு. இவ்வுப்புகளையே தமிழில் காரமென்றும் கூறுவர். [தாதுக்களை ஔஷதமாய் உபயோகிப்பதற்கு அவற்றை பஸ்மம் செய்து உபயோகிப்பதுபோல், க்ஷாரமுறையிலும் சில மரங்களையும் சுணையுள்ளதானியம் முதலியவற்றையும் எரித்து பஸ்மமாக்கி அவற்றிலிருந்து ஔஷதத்திற்குபயோகமான க்ஷாரம் எடுக்கப்படுவதால் க்ஷார முறையும் இங்கு கூறப்பட்டதென்றறிக.]

மானால், அதை யுபயோகிப்பவர் தேஹஸித்தி[1] யடையவும், எளிதில் லோஹஸித்தி[2] நிறைவேறவும் கூடும். 1.

இரஸம் முதலியவற்றிற்கு பலவித பெயர்கள்.

இரஸேந்த்ரம், பாரதம், ஸூதம், ஹரஜம், ஸூதகம், இரஸம், முகுந்தம் என்று ஔஷதமுறைகளில் பாதரஸத்திற்கு பல பெயர்கள் வழங்கப்படும். மேலும் இந்த ப்ரகரணத்தில் தாமிரம், வெள்ளி, பித்தளை, நாகம், ஸ்வர்ணம், வங்கம், அயம், வெண்கலம், காந்தம் என்கிற ஒன்பது லோஹங்களும் சூர்யன், சந்திரன், அங்காரகன், புதன், பிரஹஸ்பதி, சுக்ரன், சனி, இராகு, கேது என்னும் ஒன்பது கிரஹங்களுடைய பெயர்களால் முறையே வழங்கப்பட்டுவரும். 2—3½.

பாரத சுத்தி.

கடுகு, வெள்ளுள்ளி இவற்றைக் கல்கமாக அரைத்து, அதனால் மூசை செய்து, அந்த மூசையினுள் பாரதத்தைச் சேர்த்து, மற்றொரு மூசையினால் அதை மூடி, வஸ்திரத்தினால் கட்டி, டோலா யந்திரத்தின் மூலமாய் காடியில் தொங்க வைத்து, மூன்று நாட்கள் தீயிட்டு அதன் ஆவியில் இரஸத்தைப் பக்குவம் செய்யவும். பிறகு சோற்றுக்கற்றாழையின் சாற்றில் அந்த இரஸத்தை ஒரு நாள் அரைக்கவும்; அப்படியே சித்திரமூலக்கஷாயத்தினால் ஒரு தினமும், மணத்தக்காளியின் ஸ்வரஸத்தினால் ஒரு தினமும், த்ரிபலாக்வாதத்தினால் ஒரு தினமும் தனித்தனியே அதை அரைத்து, பிறகு காடிகளைச் சேர்த்து நன்றாகக் கழுவி இரஸத்தை மட்டும் தனியாகப் பிரித்தெடுக்கவேண்டும். அப்பால் அப்பாரதத்தை கல்வத்திலிட்டு, அதில் பாதியளவு இந்துப்பையும் சேர்த்து எலுமிச்சம் பழச்சாற்றால் ஒரு நாள் முடிய இடைவிடாது அரைக்கவும். பிறகு வெள்ளுள்ளி, கடுகு, இந்துப்பு, நவஸாரம் இவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் இரஸத்திற்கு ஸமானமாகச் சேர்த்து, காஞ்ஜிகமென்னும் காடியைச் சேர்த்து அரைத்து, அவ்வனைத்தையும் ஒரு சக்கிரம்போல் தட்டி, வெயிலில் உலர்த்தி, பெருங்காயத்தை அரைத்து அதன் மேல் தடவி, அதை ஒரு பாத்திரத்தில் வைத்து அதில் உப்பை நிரப்பி, மற்றொரு பாத்திரத்தை அதன் மேல் கவிழ்த்து மூடி, சுற்றிலும் சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, அடுப்பிலேற்றி சிறுகச் சிறுகத் தீயிட்டு எரிக்கவும். அவ்வாறு எரிக்கையில் மேலே கவிழ்த்துள்ள பாத்திரத்தின் மீது குளிர்ந்த ஜலத்தை அடிக்கொருமுறை விட்டு வர வேண்டும். கிரமமாக அக்னியையும் கடுஞ் ஜ்வாலையுடன் எரித்து வரவும். இவ்வாறு மூன்று யாமகாலம் எரித்து இரஸத்தை ஆவியாகச் செய்து மேலேயுள்ள பாத்திரத்தின் உட்புறத்தில் படியச்செய்யவேண்டும். இவ்விதம் செய்ய இரஸம் சுத்தமாகும். பிறகு மேல் பாத்திரத்தை யெடுத்து அதனுள் படிந்திருக்கும் பாரதத்தை வழித்தெடுத்துக் கொள்ளவும்[3] 4—12½.

---

1. தேஹஸித்தி—யோகத்தினால் உண்டாகக்கூடிய அணிமா, மஹிமா, கரிமா, இலகிமா, பிராப்தி, பிராகாம்யம், ஈசத்வம், வசித்வம் என்கிற அஷ்ட ஸித்திகள்.

2. லோஹஸித்தி—லோஹவர்க்கங்களை பஸ்மமாகவும் ஸத்துவமாகவும் செய்வதற்கும், அவற்றைக்கொண்டு தாதுவாதம் முதலியதைச் செய்வதற்கும் ஏற்ற முறை.

3. அடிப்பாத்திரத்தில் இரஸம் முதலியதை வைத்து ஆவியாக்கி மேற்பாத்திரத்தில் படியச் செய்வதற்கான உபகரணம் ஊர்த்வபாதந யந்திரம் எனப்படும்.

கந்தக சுத்தி.

வாயகன்ற ஓர் இரும்புப் பாத்திரத்தில் நெய்யை ஊற்றி அடியில் தீயிட்டு எரிக்கவும். நெய் உருகிய பிறகு அதற்கு ஸமயெடை கந்தகத்தைப் பொடித்துச் சேர்த்து அது நன்றாக நெய்யுடன் கலந்து உருகிய பிறகு அதை மெதுவாகப் பாலில் ஊற்ற வேண்டும். இவ்விதம் செய்ய கந்தகம் சுத்தமாகும்.[1] 13—14½.

லிங்கத்திலிருந்து இரஸமெடுக்கும் முறை.

லிங்கத்தை ஆட்டுப்பாலிலும், எலுமிச்சம்பழச்சாறு முதலிய அம்லவர்க்கங்களிலும் தனித்தனியே ஏழு முறை பாவனை செய்தால் அது நன்கு சுத்தியாகும். பிறகு எலுமிச்சம்பழரஸத்தினாலாவது, வேப்பிலைச்சாற்றினாலாவது ஒரு யாமகாலம் அதை ஆட்டி சிறிது உலர்த்தி, முன்பு பாரதத்திற்குக் கூறிய விதமாக ஊர்த்வபாதயந்திரத்தில் வைத்து எரிக்கவும்; மேற் பாத்திரத்தினுள் சுத்தமான பாரதம் முன்போல் படிந்திருக்கும். அதை யெடுத்து ஔஷத முறைகளில் உபயோகிக்கலாம்.[2] 15—17.

நவ விஷங்கள்.

காலகூடம்,[3] வத்ஸநாபம்,[4] ச்ருங்ககம்,[5] ப்ரதீபகம்,[6] ஹாலாஹலம்,[7] ப்ரஹ்மபுத்ரம்[8], ஹாரித்ரம்,[1] ஸக்துகம்[2] ஸௌராஷ்ட்ரிகம்[3] என்னும் இவ்வொன்பதும் 'நவ விஷங்கள்' எனப்படும். 18½.

ஸப்த உபவிஷங்கள்.

எருக்கு, இலைக்கள்ளி, ஊமத்தை, சிவனார்கிழங்கு, அலரி, குன்றுமணி, அபினி இவ்வேழும் 'ஸப்த உபவிஷங்கள்' என்று வழங்கப்படுகின்றன. 19½.

பாரதத்திற்கு தாதுக்ராஸ சக்தி.

மேற்கூறிய விஷவர்க்கங்களைச் சேர்த்து பாரதத்தை அரைக்க, அதில் சேர்ந்துள்ள கலப்பான தோஷங்கள் விலக்கப்படுகின்றன; மேலும் அதற்கு ஒரு வகையான முகமென்னும் தன்மையுண்டாய் எளிதில் தாதுவர்க்கங்களையும் கிரஸித்துக்கொள்ளுவதற்கேற்ற குணமும் உண்டாகின்றது[4]. அல்லது த்ரிகடு, யவக்ஷாரம், ஸர்ஜக்ஷாரம், கடுகு, பஞ்சலவணம், வெள்ளுள்ளி, நவஸாரம், முருங்கை இவற்றை ஸமயெடையாகச் சேர்த்து ஒரு மிக்க சூர்ணம் செய்து, எலுமிச்சம் பழச் சாற்றையாவது, கொடி யெலுமிச்சம்பழரஸத்தையாவது, காடிகளையாவது விட்டு, அக்னியின் மேலேற்றி நன்றாகக் காய்ச்சிய கல்வத்தில் அனைத்தையும் மூன்று நாள் இடைவிடாமல் அரைத்து வந்தால் இரஸத்திற்கு தாதுவர்க்கங்களை கிரஸிப்பதற்காக முகமென்னும் ஸ்வரூபம் உண்டாகும். 20—24.

கந்தக ஜாரணம்.

பிறகு கச்சபயந்திரத்தினால் கந்தகத்தை ஜாரணம்[5] செய்யும் முறை கூறப்படுகிறது. ஒரு பெரிய மட்பாத்திரத்தின் உட்புறத்தில் சுற்றிலும் சிறிய வரம்பு ஏற்படுத்தி, அதற்கடியில் ஜலம் சேர்த்து, அவ்வரம்பின் மேல் நிற்குமாறு ஓர் அகன்ற மண்ணாலாகிய அகலை இடையில் மூடியைப்போல் அமைத்து; அகலின் விளிம்பும் வரம்பின் முனையும் சேருமிடத்தில் சுற்றிலுமுள்ள த்வாரத்தைச் சுண்ணம் பூசி நன்றாக அடைத்துவிடவும். பிறகு அவ்வகலின்மேல் இரஸத்தைச் சேர்த்து, இரஸத்திற்கு ஸமயெடை கந்தகத்தை அதன்மேல் பொடித்துச் சேர்க்க வேண்டும். பிறகு கீழுள்ள அகலுக்கு ஸமமாக அகன்ற மற்றொரு அகலை அதன்மேல் கவிழ்த்து மூடி, அதன்மேல் சாம்பரைக்கொட்டி மூடவேண்டும். அப்பால் நாலைந்து வரட்டிகளை அதன்மேல் அடுக்கி அக்

---

1. கந்தகத்தைப் பாலில் ஊற்றிய பிறகு ஜலத்திற் கழுவி, மீண்டும் ஏழு முறை அவ்விதமே நெய்யில் உருக்கி பாலில் சேர்த்தால் சுத்தமாகும். இவ்விதம் செய்வதுதான் ஸாதாரணமுறை.

2. லிங்கம்—இது ஹாலண்டு என்னும் உலாந்தா தேசத்திலுண்டாவதால் உலாந்தாலிங்கம் என்றும், பவளம்போல் செந்நிறமாயிருப்பதால் பவளமனச்சிலை யென்றும், ஜாதிலிங்கமென்றும் தமிழில் வழங்கப்படும்; ஸம்ஸ்கிருதத்தில் தரதம் என்றும், ஹிங்குளம் என்றும் கூறப்படும். இதிலிருந்து எடுக்கப்படும் பாரதம் ஹிங்குளாக்ருஷ்ட ரஸம் எனப்படும்.

3. காலகூடம்—இது ஒரு வகையான விஷவிருக்ஷத்தின் பிசின்; அவ் விருக்ஷம் அரசமரம்போன்ற உருவமுள்ளது. ச்ருங்கபேரம் என்னும் க்ஷேத்திரத்திலும், கொங்கணதேசத்திலும், மலயபர்வத ப்ராந்தங்களிலும் உற்பத்தியாகுமாம். காலகூடமென்பதை கிழங்கு என்று சிலர்.

4. வத்ஸநாபம்—வத்ஸநாபியைப்போன்றது; ஆனால் வத்ஸநாபி அல்ல. இதன் இலை ஆவாரயிலையைப் போன்றது. வத்ஸநாபச் செடியின் அருகில் இதர மரங்கள் விருத்தியாகமாட்டா. இதை இந்திரநாபம் என்றும் சிலர் கூறுவர்.

5. ச்ருங்ககம்—இதுவும் நாபியைப்போன்றதோர் கிழங்கு. இவ்விஷக்கிழங்கை பசுவின் கொம்பில் கட்டினால் அதன் பால் செந்நிறமாக அல்லது இரத்தமாக மாறிவிடுமெனக் கூறப்படுகின்றது.

6. ப்ரதீபகம்—நிறத்தில் மிகச்சிவந்து அக்னியைப் போல் பிரகாசமுள்ளதும், மிகவும் அழற்சியுண்டுபண்ணக்கூடியதுமான ஒரு வகையான கிழங்கு.

7. ஹாலாஹலம்—இவ்விருக்ஷத்தின் இலைகள் பனையோலையைப் போலிருக்கும்; புஷ்பங்கள் கொத்துக் கொத்தாகத் தொங்கும்; பசுவின் முலையைப்போல் காய்கள் காய்க்கும். இவ்விருக்ஷத்தின் கடுமையான வேக்காட்டினால் அருகிலுள்ள மரங்களும் புற்பூண்டுகளும் எரிந்து விடும். ஹாலாஹலம் என்னும் இவ் விஷ விருக்ஷமானது கிஷ்கிந்தையிலும், ஹிமாலயத்திலும், தென்கடற்கரைகளின் சில பாகத்திலும், கொங்கண தேசத்திலும் உற்பத்தியாகுமாம்.

8. ப்ரஹ்மபுத்ரம்—இப்பெயர்கொண்ட கிழங்கு உள்ளும் புறமும் கபிலநிறமாயிருக்கும்; மலய பர்வதப்ராந்தங்களிலுற் பத்தியாவதாகக் கூறப்படுகிறது.

1. ஹாரித்ரம்—இதுவும் ஒரு வகையான கிழங்கு; பார்வைக்கு மஞ்சளைப் போன்றதாகவே இருக்கும்.

2. ஸக்துகம்—பலவாறு முடிபோன்ற கணுக்களுடன் கூடிய இவ்விஷக்கிழங்கை உடைத்தால் உட்புறம் ஒருவித மாப்பசைபோன்ற ஸத்துக்கள் நிரம்பியதாயிருக்கும்.

3. ஸௌராஷ்ட்ரிகம்—இதுவும் நாபியைப் போன்றதாய் ஸௌராஷ்ட்ரதேசத்தில் உற்பத்தியாகக் கூடியதான ஒருவித மிகக் கொடிய விஷகுணமுள்ள கிழங்கு.

4. ஸ்வர்ணம் முதலிய லோஹவர்க்கங்களை உறிஞ்சுக் கவர்ந்து கொண்டு தன்னுடன் லயப்படுத்துங்குணம் இரஸத்திற்கு சில ஸம்ஸ்காரங்களால் உண்டாகும்; அவ்விதமுண்டாகுந்தன்மையை ரஸக்ராஸம் என்பார்கள்.

5. ஜாரணம் என்பது—ஒரு பதார்த்தத்திலுள்ள ஸாராம்சங்களை மற்றொரு பதார்த்தம் கவர்ந்துகொள்வது; ஸ்வர்ணம் முதலியதை க்ரஸித்து அதன் ஸத்துவங்களை இரஸம் கவர்ந்து கொள்வது ஜாரணமாகும்.

னியை மூட்டி புடம் போடவும் [1]. அக்னியெல்லாம் தானே அவிந்து போனபின்னர் சாம்பர் முதலியவற்றை விலக்கிவிட்டு, ஜாரணமான கந்தகம் ஸம்பந்தித்த இரஸத்தை யெடுத்து, மறுபடியும் முன்போலவே அவ்வளவு கந்தகத்துடன் கலந்து மீண்டும் இவ்விதமே புடம்போட்டு எரிக்க வேண்டும். இவ்வாறு ஆறுமுறை கந்தகம் சேர்த்துப் பக்குவம் செய்ய ஆறு பங்கு கந்தகமும் இரஸத்துடன் ஒருமிக்கக் கலந்துவிடும். இதை ஜாரணம் என்பார்கள். இவ்வாறு கந்தகம் ஜாரணமான பாரதம் அக்னிதீபனம் செய்யக்கூடியதாகவும், மற்றும் பல முறைகளிலும் உபயோகிக்கத்தகுந்ததாகவும் ஆகின்றது. இவ்விதம் ஆறு பங்கு கந்தகம் சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்பட்ட பாரதமானது 'ஷட்குண பலி ஜாரித ரஸம்' என்று வழங்கப்படுகின்றது. 25—28½.

இரஸ பஸ்மம் முதலாவது.

தூமஸாரமென்னும் ஒருவித உப்பு,[2] இரஸம், உழமண்ணுப்பு, கந்தகம், நவாஸாரம் இவற்றை ஸமபாகமாகச் சேர்த்து, ஏதேனும் புளிப்பு வஸ்துக்களைச் சேர்த்து ஒரு யாமகாலம் அரைக்கவும்; பிறகு அவற்றை ஒரு கண்ணாடிக் குப்பியினுள் சேர்த்து சீலைமண் செய்து அதன் வாயையும் மூடி மண்பூசி உலர்த்தவும்; ஒரு மட்பானையின் அடியில் சிறிய த்வாரமிட்டு அதில் குப்பியை வைத்து அக்குப்பியைச் சுற்றிலும் அதன் கழுத்துவரையில் மணலை நிரப்பி, அடுப்பிலேற்றி சிறுகச் சிறுகத் தீயிட்டெரிக்க வேண்டும். பிறகு க்ரமமாக அக்னியை கடுந்தீயாகப் போட வேண்டும். இவ்வாறு பன்னிரண்டு யாமங்களளவும் எரிக்க இரஸம் பஸ்மமாய்விடும். பிறகு தானே ஆறியபின்பு அக்குப்பியை உடைத்து அதனுட்புறத்தில் மேற் புறமாகப் படிந்திருக்கும் கந்தகத்தின் அம்சங்களைப் பரிஹரித்து அடியிலுள்ள இரஸபஸ்மத்தை யெடுத்து அவசியமான காரியங்களில் உபயோகிக்கலாம். 29—34.

இரஸபஸ்மம் இரண்டாவது.

நாயுருவிவிதைகளை யரைத்து இரண்டு மூசைகள் செய்யவும். அந்த மூசையினுள் இரஸத்தைச் சேர்த்து, பேயகத்தியின் பாலையும் அதில் கலந்து, திரோணபுஷ்பியென்னும் [3] செடியின் புஷ்பங்களையும், வாய்விடங்கத்தையும், கருங்காலிப்பட்டையையும் சூர்ணம் செய்து இரஸத்திற்குக் கீழும் மேலும் சேர்த்து, மேலே மற்றொரு மூசையை மூடி, இடையிலுள்ள த்வாரத்தை மண்பூசி மறைத்து, மற்றொரு பெரிய மண்மூசையினுள் அதை வைத்து மூடி, அதற்கும் சீலை மண் செய்து உலர்த்தி, அப்பால் கஜபுடத்தில் எரிக்கவேண்டும்; இவ்விதம் ஒரு புடம் போட பாரதம் பஸ்மமாகும். 35—37½.

இரஸ பஸ்மம் மூன்றாவது.

பேயகத்திப்பால் விட்டு அரைத்த பெருங்காயத்தினால் இரண்டு மூசைகள் செய்து, இரஸத்தையும் பேயகத்திப்பாலால் ஆட்டி ஒரு மூசைக்குள் வைத்து, அதை மற்றொரு மூசையினால் மூடி அதைச் சுற்றிலுமுள்ள த்வாரங்களை நன்றாக அடைத்து, அதை மற்றொரு பெரிய மண்மூசையினுள் வைத்து சீலைமண் செய்து, மெதுவான ஒரு புடம்போட பாதரஸம் பஸ்மமாய்விடும். 38—40.

---

1. மேலே கூறிய முறைப்படி செய்யப்படும் புடவிசேஷத்தையே 'கச்சப புடம்' என்பார்கள்.

2. தூமஸாரம்—கிருஷ்ணலவணமென்று இதை சிலர் கூறுவர்; ஆகிலும் அது ஸம்சயமாகவே கூறப்படுகிறது.

3. திரோணபுஷ்பியென்பதற்குத் தமிழில் பெயர் கிடைக்கவில்லை,

இரஸ பஸ்மம் நான்காவது.

பாதரஸத்தை வெற்றிலைச்சாற்றாலாட்டி, அதை வெள்ளரியின் கிழங்கு அல்லது வேரின் உள்ளே அடக்கி, மண்மூசையினுள் வைத்து ஸாதாரணமாய் ஒரு முறை புடம் போட்டாலும் பஸ்மமாகும் [1] 41.

ஜ்வராங்குச ரஸம் முதலாவது.

மான் கொம்பை நன்றாகப் பொடித்து, அதற்கு ஸமபாகம் இரஸத்தையும் சேர்த்து, சித்திரமூலரஸத்தினால் ஆட்டி ஒரு மட்பாத்திரத்தில் சேர்த்து, அடுப்பிலேற்றி இரண்டு யாமம் வரையில் எரிக்கவும். பிறகு மான் கொம்புக்கு எட்டில் ஒரு பங்கு த்ரிகடுவைச் சேர்த்து, அனைத்தையும் கல்வத்தில் அரைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் நிஷ்கப்ரமாணம்[2] எடுத்து வெற்றிலைச்சாற்றுடன் உட்கொண்டு வர வாதஜ்வரம், பித்தஜ்வரம், மற்றும் அநேக வகையான ஜ்வரங்கள் இவற்றைப்போக்கும். இதற்கு 'ஜ்வராங்குசரஸம்' எனப்பெயர். 42—43½

ஜ்வராரி ரஸம்.

பாதரஸம், இரஸகம், தாளகம், மயில்துத்தம், வெண்காரம், கந்தகம் இவ்வனைத்தையும் சுத்தமானதாய் ஸமயெடையாகக் கிரஹித்து, பாகலிலைச்சாற்றால் ஒரு நாள் முடியவும் அரைத்து, அக்கல்கத்தை ஒரு தாமிரபாத்திரத்தின் உட்புறத்தில் அரை அங்குல ப்ரமாணம் தடவி, அப்பாத்திரத்தின் முகத்தை மூடி, வாலுகாயந்திரத்தில் [3] அதை வைத்து எரிக்கவேண்டும். அப்பாத்திரத்தின் முகத்தில் ஏதேனும் தானியங்களை வைத்து அவை பொரியுமாகில் அப்பொழுது குப்பியினுள்ளிருக்கும் ஔஷதம் பக்குவமானதாய் அறியவேண்டும். அப்பால் அக்னியை அவித்துவிட்டு, அப்பாத்திரமும் அதனுள்ளிருக்கும் ஔஷதத்துடன் தானாகவே ஆறியபிறகு பாத்திரத்தினுட்புறத்திலிருந்து ஔஷதத்தைச் சுரண்டி யெடுத்துக்கொள்ளவும். அவ்வௌஷதம் 'ஜ்வராரி' என்று வழங்கப்படும். அதில் ஒரு மாஷப்ரமாணம் எடுத்து வெற்றிலையினுள்வைத்து புஜிக்க அந்யேத்யுஷ்கம், த்ருதீயகம், சாதுர்த்திகம் முதலான விஷமஜ்வரங்கள் அனைத்தும் தீரும். 44—48½.

சீதாரி ரஸம்.

தாளகம், மயில்துத்தம், தாமிரம், இரஸம், கந்தகம், மனச்சிலை இவற்றில் ஒவ்வொரு கர்ஷம் எடுத்து, க்ரிபலா க்வாதத்தினால் அவற்றை நன்றாய் அரைத்து, உருண்டையாக உருட்டி மூசைகளிற் சேர்த்து புடம்போடவும். பிறகு

---

1. பாரத பஸ்மகுணங்களும் உபயோகமுறையும்:—கிருமிஹரம், குஷ்டஹரம், ஆயுஷ்யம், பல்யம், மற்றும் அநேக வியாதிகளை அந்தந்த பதார்த்தங்களின் சேர்க்கையினால் போக்கக்கூடியது. வாதரோகங்களில் பாலுடனும், பித்தரோகங்களில் சர்க்கரையுடனும், கபரோகங்களில் திப்பிலி அல்லது சுக்குக் கஷாயத்துடனும் ஸாதாரண ஜ்வரங்களில் எலுமிச்சம்பழரஸத்தோடும், இரத்தப் பெருக்குகளில் தேனோடும், அதிஸாரங்களில் சிறு கீரையின் சாறு அல்லது தயிரோடும், கண்டுபாரங்கியின் சூர்ணத்துடன் வயிற்றூளைத்தல் முதலான வற்றிலும் இரஸபஸ்மத்தை உபயோகிக்கலாம்.

1. நிஷ்கம்—நான்கு மாஷஎடைகொண்டது; 5-வது பக்கத்தில் அளவுகளின் அட்டவணையைப் பார்க்க.

2 வாலுகாயந்திரம்:—இரஸம் முதலிய தாதுவர்க்கங்களை ஔஷதமாகச் செய்வதற்கு அவற்றை ஒரு குப்பியில் சேர்த்து, ஒரு மட்பாத்திரத்தில் அடியில் சிறிது மணலைப் போட்டு, அதன் மேல் குப்பியை வைத்து அதைச் சுற்றிலும் கழுத்து வரையில் மணல் சேர்த்து மட்பானையின் அடியில் தீயிட்டு எரிப்பதற்கேற்ற உபகரணமானது வாலுகாயந்திரம் என்றும், ஸிகதாயந்திரம் என்றும் கூறப்படும்.

எருக்கம்பால், கள்ளிப்பால், நேபாள க்வாதம், கருஞ்சிவதையின் கஷாயம் இவற்றில் தனித்தனியே எவ்வேழுமுறை பாவனை செய்யவும். அப்பால் ஐம்பது மிளகுகள், வெல்லம் ஒரு கர்ஷம், இரண்டு துளஸியிலைகள் இவற்றுடன் மேற்கூறிய பஸ்மத்தைக் கலந்து மூன்று தினங்கள் உட்கொள்ளவும். இதற்குப் பாலும் அன்னமும் கலந்து பத்தியமாயுபயோகிக்கலாம். முதலில் குளிர்வந்து அதன் பிறகுண்டாகும் ஜ்வரமும், முதலில் சூடு அதிகரித்து பிறகு சைத்யத்துடன் விருத்தியாகும் ஜ்வரமும், அந்யேத்யுஷ்கம், த்ருதீயகம், சாதுர்த்திகம் என்கிற ஜ்வரங்களும் நிவ்ருத்தியாகும். இதற்கு 'சீதாரிரஸம்' எனப் பெயர். 49—54.

ஜ்வரக்ன குடிகா.

சுத்தரஸம் ஒருபாகம், ஐலேயகம் என்கிற கந்தத்திரவ்யம், திப்பிலி, கடுக்காய், அக்கராகாரம், கடுகெண்ணெயினால் சுத்தம்செய்த கந்தகம், பேய்த்தும் மட்டிக்காய் இவை ஒவ்வொன்றும் நான்கு பாகம் சேர்த்து சூர்ணம் செய்து, பேய்த்தும்மட்டியின் சாற்றால் ஒருமிக்க அரைத்து உளுந்துகளுக்கு ஸமானமாக மாத்திரைகள் உருட்டி, சீந்திற்கொடியின் ஸ்வரஸத்துடன் உபயோகித்துவர ஸர்வஜ்வரங்களும் நீங்கும். இது 'ஜ்வரக்ன குடிகா' என்று கூறப்படும். 55—57.

லோகநாத ரஸம் முதலாவது.

சுத்தமானதும் ஜாரணம் செய்து முகமுண்டாக்கப் பட்டதுமான பாரதம் இரண்டு பங்கு, சுத்தகந்தகம் இரண்டு பங்கு அவ்விரண்டையும் சேர்த்து கஜ்ஜளி[1] செய்யவும். பிறகு அக்கஜ்ஜளியை இரஸத்தினும் நான்கு மடங்கு அதிக அளவான பலகறைகளில் நிரப்பிவைக்கவும். அப்பால் ஒரு பாகம் வெண்காரம், உடைத்துப் பொடியாக்கிய சங்கம் எட்டு பங்கு இவ்வனைத்தையும் பசும்பால் விட்டரைத்து உலர்த்தி, இச்சூர்ணமனைத்தையும் ஓர் அகலில் சேர்த்து, மற்றோர் அகலால் மூடி சீலை மண்செய்து ஒருமுழம் ஆழமுள்ள பள்ளத்தில் வைத்து கஜபுடம் போடவும். அதை ஆறியபிறகு எடுத்து, அவற்றை ஒன்றாக அரைத்து, கிரமமாக இருபத்தொன்பது மிளகுகளுடன் ஆறு குஞ்ஜா ப்ரமாணங்கொண்ட இவ்வௌஷதத்தை நெய்யிற் கலந்து வாதரோகங்களிலும், வெண்ணெயிற் கலந்து பித்தரோகங்களிலும், கபத்தினாலுண்டாகும் வியாதிகளில் தேனோடும் கலந்து உட்கொண்டுவரலாம். மேலும் அதிஸாரம், க்ஷயம், அரோசகம், கிரஹணீரோகம், தேஹமெலிவு, அக்னிமாந்தியம், காஸச்வாஸங்கள், குன்மம் இந்த ரோகங்களிலும் இதையுபயோகிக்க நற்குணம் பிறக்கும். இவ்வௌஷதத்தை யுட்கொண்டதும் நெய்யும் அன்னமுமாகக் கலந்து மூன்று கபளம் புஜித்துவிட்டு, தலையணையில்லாமல் மஞ்சத்தின்மீது சிறிதுநேரம் மல்லாந்துப் படுத்திருக்கவும். பிறகு புளிப்பு ஸம்பந்தப்படாத ஆஹாரங்களைப் புஜிக்கலாம்; அதாவது நெய், புளிக்காத தயிர், மற்றும் மதுரபதார்த்தங்கள், நெய்யிற் பக்குவம்செய்த ஜாங்கலமாம்ஸம்[2] இவ்வித உணவுகள் உபயோகிக்கக் கூடியவையாம். அப்பால் பசியுண்டானால், மாலைநேரத்தில் பாலும் அன்னமுமாய் உட்கொள்ளலாம். பயற்றம்பருப்பாலாகிய வடகங்களை நெய்யிற்பொரித்து அன்னத்திற்கு அவற்றை வியஞ்ஜனமாய் உபயோகிக்கலாம். பிறகு நெய் தேய்த்து அப்யங்கம் செய்யலாம்; அப்பொழுது எள்ளுப்பிண்ணாக்கு, நெல்லிப்பருப்பு இவற்றைத் தேய்த்து ஸ்நானம் செய்யவேண்

1. கஜ்ஜளி:—இதைப்பற்றி 139-ம் பக்கத்தில் டிப்பணியில் 1. என்று குறிப்பிட்டிருப்பதைக் காண்க.

2. விசேஷமாக வாயு வீசுவதும் வரட்சி யுடையதுமான பூமி 'ஜாங்கலம்' எனப்படும். அதில் ஜீவிக்கும் மிருகபக்ஷிகள் ஜாங்கல ஜந்துக்களாம்.

டும்; இளஞ்சூடான ஜலத்தையே ஸ்நானத்திற்கு உபயோகிப்பது நலம். எண்ணெயை உபயோகிக்கவே கூடாது. மேலும் பில்வம், பாகல், கத்திரி, மத்ஸியம், புளி, மதுபானம், மற்றும் ஸந்தானம்[1] செய்த பானவகைகள், காயம், சுக்கு, உளுந்து, சிறுகடலை, பூசினி, கடுகு, காஞ்ஜிகமென்னும் காடி இவைமுதலிய பதார்த்தங்களும், வியாயாமமென்னும் சிலம்பப்பயிற்சி முதலியதும், புணர்ச்சி, அகாலநித்திரை, வெண்கலப்பாத்திரத்தில் போஜனம் இவை முதலியவைகளும் பரிஹரிக்க வேண்டியவையாம். இது இவ்வௌஷத முபயோகிப்பதற்கான பத்தியமுறையாம். இவ்வௌஷதம் 'லோகநாதரஸம்' என்று கூறப்படும். சந்திரன் நன்கு செழித்து வளர்ந்த பௌர்ணமி திதியில், அல்லது சுக்லபக்ஷத்தில், வாரமும் நக்ஷத்திரமும் சுபமானவையாயிருக்கையில் லோகநாதனென ஸர்வேச்வரனை பூஜித்து, ஒரு கன்னிகைக்கு அன்னமளித்து, சக்திக்கியன்றவாறு ஏதேனும் தானமும் செய்த பிறகு காலையில் லோகநாதமென்னும் இந்த உத்தமமான இரஸௌஷதத்தை உட்கொள்ளவேண்டும். இவ்வௌஷத முபயோகிப்பதால் சரீரத்தில் தாபம் அதிகரிப்பதாகத் தோற்றுமாயின் அப்பொழுது சீந்திற்கொடியின் ஸத்துவத்தை சர்க்கரையோடு கலந்து உட்கொள்ளலாம்; அத்துடன் மூங்கிலுப்பையும் பொடித்துக் கலந்து உபயோகிப்பது நலம். மேலும் கர்ஜூரப்பழம், மாதளம்பழம், திராக்ஷை, கரும்பு இவற்றையும் புஜிக்கலாம். லோகநாத ரஸத்தை அந்தந்த ரோகங்களில் அடியிற் கூறப்படும் அனுபானங்களுடன் தகுந்தவாறு உபயோகிக்கலாம்:—நாக்கு அரோசகமுள்ளதாயிருந்தால் கொத்தமல்லிவிதையை நெய்யில் வருத்து சர்க்கரையுடன் கலந்துக் கொடுக்கலாம். ஜ்வரமுண்டாயிருக்கையில் கொத்தமல்லிவிதை, சீந்திற்கொடி இவற்றை க்வாதம் செய்தாவது, வெட்டிவேர், ஆடாதோடை இவற்றைக் கஷாயமிட்டாவது லோகநாதத்திற்கு அனுபானமாய்க் கொடுக்கலாம்; இக்கஷாயங்களுடன் சர்க்கரையும் சேர்க்கவேண்டும். இக்கஷாயங்களையே இரத்தபித்தம், கபரோகம், ச்வாஸம், காஸம், ஸ்வரக்ஷயமென்னும் தொண்டைக்கம்மல் இவற்றிலும் அனுபானமாய் உபயோகிக்கலாம். நித்திரை யின்மை, அதிஸாரம், கிரஹணீ, அக்னிமாந்தியம் இவற்றில் கஞ்ஜாவை அக்னியில் வருத்து சூர்ணம் செய்து தேனிற் கலந்து இரவில் லோகநாதத்துடன் உட்கொள்ளச் செய்யலாம். வயிற்று வலி, அஜீர்ணம் இவற்றில் அட்டுப்பு, கடுக்காய், திப்பிலி இவற்றின் சூர்ணத்தை உஷ்ண ஜலத்துடன் உபயோகிக்கலாம். ஜ்வரத்தில் திப்பிலிப்பொடியையும் தேனையும் கலந்து உட்கொள்வது நலம். ப்லீஹோதரமென்னும் மண்ணீரலின் வீக்கம், வாதரக்தம், சர்த்தியென்னும் வாந்தி, அர்சஸ், நாசியில் இரத்தம் கசிதல் என்னும் இவ்வியாதிகளில் மாதளம்பூ ரஸத்தை உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். நாசியிலுண்டாகும் வியாதிகளில் சர்க்கரையையும் அருகம்புல் ரஸத்தையும் கலந்து நஸ்யமிடலாம். இலந்தங்கொட்டை, திப்பிலி, மயிலிறகு பஸ்மம், இவற்றைப் பொடித்துக் கூட்டி சர்க்கரையும் சேர்த்துத் தேனுடன் கலந்துட்கொள்ள வாந்தி, விக்கல் இவை நிவ்ருத்தியாகும். மேற்கூறிய முறைகள் யாவும் மிருகாங்கம், ஹேமகர்ப்பம், மௌக்திகம் என்கிற இவை முதலிய போடலீரஸங்கள் அனைத்திற்குமே அனுஸரிக்கக் கூடியவையாம். பெரும்பாலும் அகில வியாதிகளையும் விலக்குவதற்கான 'லோகநாதம்' என்னும் இரஸௌஷத முறை இவ்வாறாம். 58—82.

1. ஸந்தானம்—இதைப்பற்றி 131-ம் பக்கம் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் பார்க்க.

லோகநாதம் இரண்டாவது.

பலகறையை பஸ்மம் செய்து, அத்துடன் மண்டூரத்தைச் சேர்த்து அவற்றை நெய்யில் பாகம் செய்தெடுத்து, அவற்றிற்கு ஸமஎடை மிளகுப்பொடியும் சேர்த்து, வெற்றிலைச்சாற்றில் பாவனை செய்து, அப்பால் அச்சூர்ணத்தில் ஒரு மாஷ ப்ரமாணம் தேனுடனாவது வெண்ணெயுடனாவது ஒவ்வொரு யாமந்தோறும் உட்கொண்டு வந்தால் ஒருமண்டலத்தில் க்ஷயரோகம் தீரும். இதுவும் 'லோகநாதம்' என்றே கூறப்படும். 83—84½.

மிருகாங்க போடலீ ரஸம்.

பூர்ஜமரப் பட்டையைப்போல் ஸ்வரணத்தை வெகு மெல்லிய தகடுகளாய் அடித்து, இரஸத்திற்கு ஸமஎடை அத்தகடுகளை கல்வத்திலிட்டு, மலையகத்தியின் ஸ்வரஸத்தினாலாவது, சித்திரமூல ஸ்வரஸத்தினாலாவது, சிவனார்கிழங்கின் சாற்றாலாவது பிஷ்டம் போலாகும்வரையில் அரைத்து, பிறகு ஸ்வர்ணத்திற்கு நாலில் ஒரு பங்கு வெண்காரமும், இரண்டுபங்கு நன்றாக அரைத்த நல்முத்துச்சூர்ணமும் அதில் சேர்த்து, எல்லாச் சரக்குகளுக்கும் ஸமஎடை கந்தகமும் கலந்து அனைத்தையும் ஒருமிக்க அரைத்து, ஒரு உருண்டையாகச் செய்து வஸ்திரத்தில் வைத்துச் சுற்றி, அதன்மேல் மண்பூசி உலர்த்தி, ஓர் அகலில் வைத்து மற்றொரு அகலால் மூடி சீலை மண்செய்யவும். பிறகு அந்த ஸம்புடத்தை ஒரு விசாலமான மட்பாத்திரத்தில் வைத்து, சுற்றிலும் உப்புகளைக் கொட்டி அப்பாத்திரத்தின் முகத்தையும் மூடி, சீலைமண்ணால் முத்திரையிட்டு உலர்த்தி அநேகம் வரட்டிகளிட்டுப் புடம்போடவும். பின்னர் அப்பாத்திரம் முதலியது தானாகவே ஆறியதும் ஸம்புடத்திலுள்ள இரஸம் முதலியவற்றை யெடுத்து, அதில் சேர்த்த பாதரஸத்திற்கு ஸமஎடையாக கந்தகம்சேர்த்து முன்போலவே கல்வத்திலிட்டு அரைத்து, அவ்விதமாகவே கஜபுடத்தில் எரிக்கவேண்டும். அப்பால் ஆறியபிறகு ஔஷதத்தைப் புடத்திலிருந்து எடுத்துக்கொள்ளவும். இதை இரண்டு குஞ்ஜா ப்ரமாணத்தில் எட்டு மிளகுகளோடாவது அல்லது மூன்று திப்பிலிகளுடனாவது வாத-பித்த-கபாதிகளின் நிலைமைகளையும் மற்றும் பிணியாளியின் தன்மைகளையும் அறிந்து ஏற்றவாறு ஆலோசித்து உபயோகிக்கச் செய்யவும். மனதிற் கவலையின்றி அமைதியாகவும் பரிசுத்தமாகவும் இருந்துகொண்டு லோகநாத ரஸத்திற்குக் கூறிய பத்தியமுறைகளை யனுஸரித்தே இவ்வௌஷதத்தையும் உபயோகிக்கவேண்டும். கபத்தினாலுண்டாகும் கோளாறுகள், கிரஹணீ, காஸம், ச்வாஸம், க்ஷயம், அரோசகம், சரீரமெலிவு, பலமின்மை இவ்வனைத்தும் தீரும். இந்த இரஸௌஷதத்திற்கு 'மிருகாங்க போடலீ' என்று பெயர். 85—95.

ஹேமகர்ப்ப போடலீரஸம், முதல்.

பாரதம் ஒரு பங்கு, ஸ்வர்ணத் தகடு கால் பங்கு, இரண்டையும்சேர்த்து பிஷ்டம்போல் அரைக்கவும். பிறகு அவ்விரண்டுக்கும் இரண்டு பங்கு கந்தகம்சேர்த்து மலையகத்தியின் ஸ்வரஸத்தினால் மீண்டும் ஆட்டி, கோளம்போல் செய்து, மூசைகளுக்குள்வைத்துச் சுற்றிலும் சந்துகளை யடைத்துவிட்டு, மூன்று நாட்கள் பூதரயந்திரத்தில்[1] எரிக்கவேண்டும். பிறகு மூசையிலிருந்து அவை யனைத்தையும் எடுத்து, அவற்றிற்கு ஸமஎடை கந்தகம் மறுபடியும் சேர்த்து, இஞ்சி ஸ்வரஸத்தி

1. இரஸம் முதலிய சரக்குகளடங்கிய பாத்திரம் அல்லது மூசையை ஒரு சிறிய பள்ளத்தில் வைத்து, அதைமுற்றிலும் மணலால்மூடி, சுற்றிலும் தீயிட்டு எரிக்கப்படும் முறைக்கு 'பூதரயந்திரம்' எனப் பெயர்.

னாலும், சித்திரமூல ஸ்வரஸத்தினாலும் அரைத்து, சிறிது மஞ்சள்நிறமான பருத்த பலகறைகளுக்குள் அவற்றை அடைத்துவிடவும். பிறகு அச்சோழிகளில் நிரப்பியுள்ள சரக்குகளுக்கு எட்டில் ஒரு பங்கு வெண்காரமும், அதில் பாதி நாபியும் சேர்த்து கள்ளிப்பால்விட்டு அரைத்து, இக்கல்கத்தினால் சோழிகளிலுள்ள த்வாரங்களைமூடி, ஒரு மட்பாத்திரத்தினுள் சுண்ணம்பூசி அச்சோழிகளை அதனுள் வைத்து அப்பாத்திரத்தின் வாயையும் மூடியிட்டுச் சீலைமண் செய்திடவேண்டும். பிறகு இதை ஓர் ஆழமான பள்ளத்தில் வைத்து கஜபுடம்போட்டு, ஆறியபிறகு ஔஷதத்தையெடுத்துப் பிணியாளியின் ஸ்வரூபம் முதலியவற்றையறிந்து லோகநாத ரஸத்தைப்போல் கொடுக்கவேண்டும். மிருகாங்க ரஸத்திற்குக் கூறிய பத்தியக்கிரமங்களே இவ்வௌஷதத்திற்கும் ஏற்றவையாம்; மேலும் மூன்று நாட்கள்மட்டும் உப்பு உபயோகிக்கக் கூடியதல்ல. இவ்வௌஷத முபயோகிக்கப்பட்டு வருகையில் எப்பொழுது வாந்தியுண்டாகிறதோ அப்பொழுது சீந்திற்கொடியின் கஷாயத்தைத் தேனுடன் கொடுக்கவேண்டும். கபம் அதிகரித்திருந்தால் இஞ்சியும் வெல்லமும் கலந்துபயோகிக்கலாம். விசேஷமாக மலப்போக்கு நேரிடுமானால் கஞ்ஜாவைப் பொரித்து தயிரிற் கலந்து உட்கொள்ளலாம். இவ்வௌஷதமானது காஸம், ச்வாஸம், கிரஹணீ, அரோசகம், கபவாதங்களின் கோளாறு இவற்றைப் போக்கும்; அக்னிதீபனமும் இதனால் உண்டாகும். இது 'ஹேமகர்ப்ப போடலீரஸம்' என்று வழங்கப்படும். 96—105.

ஹேமகர்ப்ப போடலீ ரஸம் இரண்டாவது.

இரஸம் நாலு பங்கு, தகடுகளாகச்செய்த ஸ்வர்ணம் நாலு பங்கு இவ்விரண்டையும் அரைத்து பிஷ்டம்போல் செய்து, பன்னிரண்டு பங்கு கந்தகம் சேர்த்து கஜ்ஜளி செய்யவேண்டும். பிறகு பதினாறுபங்கு நல்முத்தும், இருபத்திநான்கு பங்கு சங்கமும், ஒரு பங்கு வெண்காரமும் சேர்த்து அனைத்தையும் ஒருமிக்கச் சேர்த்து, நன்றாகப் பழுத்த கொடிஎலுமிச்சம் பழங்களின் ஸ்வரஸத்தினால் அரைக்கவேண்டும். பிறகு அவற்றை ஒரு கோளம்போல் செய்து மூசைகளுக்குள் வைத்துச் சுற்றிலும் கவசமிட்டு வேண்டிய வரட்டிகளைப் போட்டு கஜபுடமிடவும். ஆறிய பிறகு அவ்வௌஷதத்தையெடுத்துப் பொடிசெய்து, அதை நான்கு குஞ்ஜா ப்ரமாணத்தில் பத்தொன்பது மிளகுகளைப் பொடிசெய்து அத்துடன் பசுவின் நெய்யையும் கலந்து உட்கொள்ளலாம். இதைக் கலந்து உபயோகிப்பதற்கு வெள்ளிப்பாத்திரமாவது, மட்பாத்திரமாவது, பீங்கான் அல்லது கண்ணாடிப்பாத்திரமாவது ஏற்றதாகும். அமைதியான மனதுடன் லோகநாதத்திற்குக் கூறியுள்ள பத்தியமுறைகளை யனுஸரித்து இதையும் உபயோகிக்கவேண்டும். இதனால் காஸம், ச்வாஸம், க்ஷயம், வாதரோகங்கள், கபரோகங்கள், கிரஹணீ, அதிஸாரம் இவை தீரும். இதுவும் 'ஹேமகர்ப்ப போடலீரஸம்' என்றே கூறப்படும். 106—112.

ஜ்வராங்குச ரஸம் இரண்டாவது.

இரஸம், நாபி, கந்தகம் ஒவ்வொன்றையும் சுத்தம் செய்து, அவற்றில் தனித்தனியே சாணப்ரமாணம் எடுத்துக்கொள்ளவும்; ஊமத்தவிதை மூன்று சாணம், பிரம்மதண்டுவிதை அனைத்திற்கும் இரண்டுபங்கு இவற்றை நன்றாக அரைத்து சூர்ணமாகச் செய்யவும். இந்த சூர்ணத்தில் இரண்டு குஞ்ஜா ப்ரமாணம் எலுமிச்சம்பழத்தின் உட்புறத்திலுள்ள அதன் சோற்றில் கலந்து உபயோகிக்கலாம்; அல்லது இஞ்சிஸ்வரஸத்துடனாவது உட்கொள்ளலாம். ஸந்நிபாதஜ்வரம், அந்யேத்யுஷ்கம், த்ருதீயகம், சாதுர்த்திகம் என்னும் விஷமஜ்வரங்கள் அனைத்தும் இதனால் தீரும். இதற்கு 'ஜ்வராங்குச ரஸம்' எனப்பெயர். 113—115½.

ஆனந்த பைரவரஸம்.

ஹிங்குளம் எனப்படும் லிங்கம், நாபி, மிளகு, வெண்காரம், திப்பிலி இவற்றை ஸம பெடையாக எடுத்து சூர்ணம் செய்யவும். இது 'ஆனந்த பைரவ ரஸம்' என்று வழங்கப்படும். இதில் ஒன்று அல்லது இரண்டு குஞ்ஜாப்ரமாணம் தேனோடுகலந்து அவரவருடைய சரீரபலத்தையறிந்து உபயோகிக்கச் செய்யலாம். வெட்பாலரிசி, இலவங்கப்பட்டை இவ்விரண்டையும் சூர்ணம் செய்து இத்துடன் மேற்கூறிய ரஸத்தைக் கலந்து கர்ஷப்ரமாணம் உபயோகிக்க ஸந்நிபாதத்தினாலுண்டான அதிஸாரமும் நிவ்ருத்தியாகும். இதற்கு பத்தியக்கிரமம்: தயிரும் அன்னமும் கலந்து புஜிக்கச் செய்யலாம்; பசுவின்நெய், மோர் இவற்றையும் உபயோகிக்கலாம். விசேஷமாக நாவரட்சியுண்டானால் குளிர்ந்த ஜலத்தைக் குடிக்கலாம். இரவில் நன்றாக நித்திரை யுண்டாகாவிட்டால் கஞ்ஜாவில் சிறிதளவு உபயோகிக்கலாம். 116—119.

ஸூசிகாபரண ரஸம்.

நாபி ஒரு பலம், இரஸம் சாணப்ரமாணம் இவ்விரண்டையும் ஒன்றாகச் சூர்ணம் செய்ய வேண்டும். இச்சூர்ணத்தை ஒரு அகலில் வைத்து மற்றோர் அகலால் மூடி சீலை மண் செய்து உலர்த்தி, அடுப்பில் ஏற்றி இரண்டு யாமம்வரையில் சிறுகச்சிறுகத் தீயிட்டெரிக்கவும். பிறகு புடத்தை யெடுத்துத் திறந்து, மேல் அகலின் உட்புறத்திற் படிந்திருக்கும் பஸ்மம்போன்ற ஔஷதத்தைச் சுரண்டியெடுத்து, காற்றுப் படாமலிருக்குமாறு உடனே ஒரு குப்பியில் வைக்கவேண்டும். குப்பியிலிருந்து ஊசியினால் எடுக்கையில், அவ்வூசிமுனையில் எவ்வளவு ஔஷதம் நிற்குமோ அவ்வளவு ப்ரமாணம் மூர்ச்சையடைந்திருப்பவனுக்கும், ஸந்நிபாதத்தினால் அபாயகரமான நிலைமையிலிருப்பவனுக்கும் உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். தீக்ஷ்ணமான கத்தியினால் தலையில் சிறிதளவு கீண்டு, இவ்வௌஷதத்தை அவ்விடத்தில் வைத்துத் தேய்க்க, இரத்தத்தில் ஔஷதம் நேராக ஸம்பந்தித்து விடுவதால் மூர்ச்சையுற்று அபாய நிலைமையிலிருப்பவனும் ஜீவித்துவிடுவன். இங்ஙனமே மரிக்கும் நிலைமையிலிருக்கும் ஸர்ப்பந்தீண்டிய மனிதனுக்கும் செய்யப் பிழைத்து விடக்கூடும். தாபம் அதிகரிக்குமாயின் அவனுக்கு உடனே மதுரமான வஸ்துக்களைக்கொடுத்து தாபத்தைத் தணித்து விடலாம். 120—125½.

ஜலசூட ரஸம்.

பாரதபஸ்மமும், அதற்கு ஸமயெடையாக கந்தகமும், அதில் நாலில் ஒரு பங்கு மனச்சிலையும், அதே அளவு ஸ்வர்ண மாக்ஷிகமென்னும் பொன்னிமிளை, திப்பிலி, த்ரிகடு இவற்றையும் எடுத்து நன்றாகப் பொடித்து, மத்ஸியம் மயில் இவற்றின் பித்தங்களில் தனித்தனியே ஏழு முறை பாவனைசெய்து உலர்த்தியெடுக்கவும். இதை இரண்டு குஞ்ஜாப்ரமாணத்தில் உட்கொள்ளலாம். இதற்கு சதகுப்பியின் ஸ்வரஸத்தையாவது, பஞ்சகோல க்வாதத்தையாவது[1] அனுபானமாய் உபயோகிக்கலாம். இதற்கு 'ஜலசூடரஸம்' எனப் பெயர். இது ஸந்நிபாத தோஷத்தையும் போக்கும். இந்த ரஸௌஷதத்தை உட்கொள்கையில் ஒரு பாத்திரத்தில் ஜலம் சேர்த்து அதில் கைகால்களை வைத்திருப்பதும் நலம்; அதனால் ஔஷதத்தின் வீர்யமும் அதிகமாகும். 126—129.

இரஸம், நாபி, கந்தகம், மிளகு, வெண்காரம் இவற்றை ஊமத்தையிலைச் சாற்றால்

1. பஞ்சகோலம்—இதைப்பற்றி 137-ம் பக்கம் டிப்பணியில் விவரம் பார்க்க.

பஞ்சவக்த்ர ரஸம்.

ஒரு நாள் முடிய அரைத்து உலர்த்தவும். 'பஞ்சவக்த்ர ரஸம்' எனப்படும் இவ்வௌஷதத்தை இரண்டு குஞ்ஜா ப்ரமாணத்தில் உட்கொள்ள ஸந்நிபாதமும் நிவ்ருத்தியாகும். இதற்கு எருக்கன் வேரின் கஷாயத்தில் த்ரிகடு சூர்ணத்தையும் சேர்த்து அனுபானமாய் உபயோகிக்கலாம். தயிரும் அன்னமும் பத்தியமாகும். பிணியாளியை ஜலத்தில் சிறிது நேரம் இருக்கச் செய்வதும் நலம். இந்த ஔஷதத்தைத் தேனுடன் கலந்து உட்கொண்டால் கபத்தின் கோளாறுகளும் விலகும். ஜாடராக்னியை விருத்தி செய்வதற்கு இதை தேன் இஞ்சிஸ்வரஸம் இவற்றுடன் உபயோகிக்கவேண்டும். இதை யுபயோகிக்கையில் வேண்டியவளவு நெய்யும் மாம்ஸமும் சாப்பிடுவதால் அக்னி பலம் சிறிதும் குறைவடையாமல் மேன்மேலும் விருத்தியாகும். 130—133.

உன்மத்த ரஸம்.

இரஸம், கந்தகம் இரண்டையும் ஸமயெடை யெடுத்து,ஊமத்தங்காயின் சாற்றால் ஒரு தினம் அரைத்து, அதற்கு ஸமமாக த்ரிகடு சூர்ணம் கலந்து நஸ்யமிடுவதற்கு உபயோகிக்கலாம். இவ்விதம் செய்வதால் ஸந்நிபாத தோஷம் தீரும். இது 'உன்மத்த ரஸம்' எனக் கூறப்படும். 134½.

ஜேபாள ரஸம்.

நேபாள விதையை தோல் நீக்கி பத்து நிஷ்கப்ரமாணம் எடுத்து, மிளகு, திப்பிலி, பாதரஸம் ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு நிஷ்கம் சேர்த்து, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் அவற்றை ஒரு வாரம் பாவனை செய்யவும். இவ்வௌஷதத்தை அஞ்ஜனமிட ஸந்நிபாதம் தீரும். 135—136½.

நாராச ரஸம்.

இரஸம், வெண்காரம், மிளகு இவை ஒவ்வொரு பங்கு, கந்தகம், திப்பிலி, சுக்கு இவை தனித்தனியே இரண்டு பங்கு, தோல் நீக்கிய நேபாள விதை அனைத்திற்கும் ஸமயெடை—இச்சரக்குகளைச் சேர்த்து சூர்ணம் செய்யவும். இதை இரண்டு குஞ்ஜாப்ரமாணத்தில் உட்கொள்ள நன்றாக விரேசனமாகும். இதனால் வயிற்றுப் பொருமல், மலச்சிக்கல், உதாவர்த்தம் இவை நிவ்ருத்தியாகும். இது 'நாராச ரஸம்' என்று கூறப்படும்.137—139.

ரேசக ரஸம்.

லிங்கம், வெண்காரம், சுக்கு, திப்பிலி இவை ஒவ்வொன்றும் தனித்தனியே கால் பலம், பிரம்ம தண்டு விதையும் நேபாள விதையும் ஒவ்வொரு பலம் இவ்வனைத்தையும் ஒன்றாக அரைத்து, பசும்பாலுடன் மூன்று குஞ்ஜாப்ரமாணத்தில் உட்கொள்ளவும். இதை மலபந்தம் வயிற்றுப் பொருமல் இவற்றில் மலம் கழிவதற்காக உட்கொள்ளச் செய்யவும். 140, 141.

வஸந்த குஸுமாகரரஸம்.

ஸ்வர்ண பஸ்மம் இரண்டு பங்கு, அப்ரக பஸ்மம் இரண்டு பங்கு, அயபஸ்மம் மூன்று பங்கு, இரஸ பஸ்மம் நான்கு பங்கு, வங்க பஸ்மம் மூன்று பங்கு, பவள பஸ்மம் இரண்டு பங்கு, முத்து பஸ்மம் இரண்டு பங்கு இவை யனைத்தையும் ஒன்றாக அரைத்து, ஆடாதோடையின் ஸ்வரஸம், மஞ்சளின் ஸ்வரஸம், வாழைக்கிழங்கின் சாறு, தாமரையின் சாறு, ஜாதிமல்லிகையின் சாறு இவற்றால் தனித்தனியே அரைத்து, பசும்பாலில் அவ்வனைத்தையும் பாவனை செய்யவும். பிறகு துளஸி ஸ்வரஸத்தில் பச்சைக் கர்ப்பூரம் கலந்து, அதில் கஸ்தூரியை பாவனை செய்து,

அக்கஸ்தூரியையும் மேற்கூறிய சரக்குகளுடன் சேர்த்து நன்ருகக் கலந்துவிடவும். இது 'வஸந்த குஸுமாகரம்' என்று கூறப்படுகிறது. எவ்விதமான மேஹரோகங்களிலும் இதை இரண்டு குஞ்ஜாப்ரமாணத்தில் தேனில் கலந்து உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். அம்லபித்தம் முதலிய ரோகங்களைப் போக்குவதற்கு அதே அளவாக சர்க்கரை சந்தனம் இவற்றுடன் கலந்து உபயோகிக்கச் செய்யலாம். 142—146½.

இராஜ மிருகாங்க ரஸம்.

இரஸபஸ்மம் மூன்று பாகம், ஸ்வர்ண பஸ்மம் ஒரு பாகம், அப்ரக பஸ்மம் ஒரு பாகம், மனச்சிலை, கந்தகம், தாளகம் இம்மூன்றும் தனித்தனியே இரண்டிரண்டு பாகம் இவ்வனைத்தையும் ஒன்ருகக் கூட்டி சூர்ணம் செய்யவும். இந்த சூர்ணத்தை பலகறைகளின் த்வாரங்களில் அடைத்து விடவும். பிறகு வெண்காரத்தை ஆட்டுப்பால் விட்டு அரைத்து இதனுல் அப்பலகறைகளின் த்வாரங்களை மூடி, ஒரு மட்பாத்திரத்தில் அவற்றை வைத்து அப்பாத்திரத்தின் முகத்தையும் மூடி, சீலை மண்செய்து உலர்த்தி கஜபுடத்தில் பக்குவம் செய்யவேண்டும். அப்பால் ஆறியபிறகு பாத்திரத்தை வெளியிலெடுத்து அதிலுள்ள ஔஷதத்தைக் கிரஹித்து அதை நன்கு சூர்ணம் செய்துகொள்ளவும். இது 'இராஜ மிருகாங்கம்' எனப்படும். இதில் நான்கு குஞ்ஜாப்ரமாணம் உட்கொள்ளலாம். க்ஷயரோகத்தைப் போக்கக்கூடியது. பத்துத் திப்பிலி, இருபத்தொன்பது மிளகு இவற்றைப் பொடித்து தேனிற் கலந்து இராஜ மிருகாங்கத்திற்கு அனுபானமாய் உபயோகிக்கலாம். ஆஹாரங்களில் அவசியமானவளவு நெய் சேர்த்து உட்கொள்ளச் செய்யலாம். ஸ்த்ரீ ஸம்பந்தம், அதிக கோபம், அக்னிக்கு ஸமீபத்திலிருத்தல்' சரீரத்திற்கு சிரமமுண்டாக்கும் காரியங்கள் இவற்றைப் பரிஹரிக்கவும். 147—151½.

ஸித்தயோக ரஸம்.

பாரதம் ஒரு பங்கு, கந்தகம் இரண்டு பங்கு இவ்விரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு கஜ்ஜளியாகச் செய்யவும். அவற்றிற்கு ஸமயெடை எஃகின் பொடியைச் சேர்த்து, சோற்றுற்கற்ருழையின் சாற்ருல் அனைத்தையும் இரண்டு யாமம் ஆட்டி, கோளமாகச் செய்து தாமிர பாத்திரத்தில் வைத்து, அதனுள் ஆமணக்கிலைகளைப் போட்டு மூடிவைக்கவும். அரை யாமம் கழித்துப் பார்க்க அப்பாத்திரத்தில் அதிக உஷ்ணமுண்டாயிருக்கும். பிறகு தானியக் களஞ்சியத்தில் அதைப் புதைத்து வைத்து ஒரு நாள் கழிந்ததும் எடுத்து சூர்ணம் செய்து, வஸ்திர காளிதம் பண்ணியெடுக்க அவ்வௌஷதம் நன்கு ஜலத்தின்மேல் மிதக்குமாறு பக்குவமாயிருக்கும்.[1] பிறகு சோற்றுக்கற்ருழையின் சாற்றிலும், கரிசிலாங்கண்ணிச்சாற்றிலும், மணத்தக்காளிச்சாற்றிலும், மருதோன்றியின் சாற்றிலும், ச்ராவணீ யென்னும் ஓஷதியின் சாற்றிலும், வெள்ளைச் சாறணையின் சாற்றிலும், சிந்திற்கொடியின் சாற்றிலும், அவிரிச் சாற்றிலும், நொச்சியின் சாற்றிலும் சித்திரமூல ஸ்வரஸத்திலும் தனித்தனியே எழு முறை பாவனை செய்து வெலியில் உலர்த்தியெடுக்கவும். இது 'ஸித்தயோகம்' என்று வழங்கப்படும். ஸித்தர்களுடைய அனுபவத்தில் பயனுண்டானதாக அவர்களால் கூறப்பட்ட ஔஷதமாகும். இது அநேகம் வியாதிகளைப் போக்கக் கூடியது.

1. லோஹம் முதலானவற்றை பஸ்மம் செய்தபிறகு நன்கு பக்குவமாயிற்ரு என்று பரீக்ஷித்தறிய அவற்றை ஜலத்தில் சேர்க்கவும்; அப்பொழுது அவை ஜலத்தில் மிதந்தால் பக்குவமானதற்கு இலக்ஷணம்; அமிழ்ந்துவிட்டால் பக்குவமாகவில்லை யென்றறியவும்.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

OFFICE OF THE REGISTRAR ... 30 MAR 1915 MADRAS.

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

பத்திராதிபர் : பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 2. Vol. 2. } ஆனந்தவருஷ கார்த்திகைமீ—DECEMBER—1914. { ஸஞ்சிகை 4. No. 4.

THE PRINCIPALNESS OF ANATOMY AND PHYSIOLOGY IN MEDICINE.

வைத்திய சாஸ்திரத்தில் சரீர தத்துவத்தின் அறிவுபிரதானமானது.

BY

KAVIRAJ GANANATH SEN, M.A., L.M.&S.,

Vaidyavatamsa, Vidyanidhi and Kavibhushan, President Ayurveda-Vidya Petta and author of Pratyaksha sarrira in Sanskrit.

[சென்ற மாதத்திய 54-வது பக்கத்தின் தொடர்ச்சி.]

வாக்படன் பௌத்தமதஸ்தனுக இருந்ததால் சரீர தத்துவங்களைக் கண்ணுங்கருத்துமாய் நேரில் பார்வையிடுவதற்கு இன்றியமையாத உபாயங்களில் முக்கியமாயுள்ள சவங்களை அறுத்துப் பரிசோதனை செய்யும் வேலையைக் கவனிக்க முடியாதவனுயிருந்தான். ஆகவே அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம், அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம் இந்நூல்களில் அவனுடைய யுக்திக்கும் யோசனைக்கும் எட்டியவாறு சரீர தத்துவத்தைப் பற்றிய விஷயங்களை வரைந்திருக்கின்ருனென்பது விஷபாராய்ச்சி செய்யும் வித்வான்களுக்குத் தெரியாததல்ல.

சார்ங்கதரன் என்பவன் சரகம், ஸுச்ருதம், வாக்படம் என்னும் கிரந்தங்களிலிருந்து ஒருவாறு ஸாராம்சங்களைக் கிரஹித்து, சொற்ப வாக்கியங்களை எழுதி தனது ஸங்கிரஹநூலில் சாரீர விஷயத்தை அடக்கிவிட்டான். மேலும் தென் தேசங்களில் கொடிய அரசர்களால் இராஜ்யப் புரட்சிகள் அதிகமாய் நேரிடவில்லையாதலால், பண்டைக்காலத்திய கிரந்தங்கள் சில அத்தேசங்களில் அழியாமலிருந்தனவென்றும், ஆகையினுல் அவற்றிலிருந்து சில நூதன விஷயங்களை சார்ங்கதரன் எடுத்துத் தன் கிரந்தமான சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் சேர்த்திருக்கிருனெனவும் அறிகிரும். அவ்விதம் வரையப்பட்டுள்ள அரிய விஷயங்களுடன், நாம் உட்கொள்ளும் ச்வாஸவாயுவின் குணங்களைக் கூறுமிடத்து அடியில் வரும் பத்தியங்களை அவன் வரைந்திருக்கிருன்:—

"नाभिस्थः प्राणपवनः स्पृष्ट्वा हृत्कमलान्तरम् ।
कण्ठाद्बहिर्विनिर्याति पातुं विष्णुपदामृतम् ॥
पीत्वा चाम्बरपीयूषं पुनरायाति वेगतः ।
प्रीणयन् देहमखिलं जीवयन् जठरानलम् ॥"

இவ்விரு பத்தியங்களின் பொருளென்னவென்ருல்—நாபிக்கு அருகிலிருந்து பிராணவாயுவானது ஹ்ருதயகமலத்தின் உட்புறத்தைப் பரிசித்துக்கொண்டு ஆகாயத்திலுள்ள அமுதம்போன்ற ஒருவித வாயுவை உறிஞ்சுவதற்குக் கண்டத்தினின்றும் வெளியில் வருகிறது. ஆகாயத்திலுள்ள அமுதத்தைக் கிரஹித்துக்கொண்டவுடனே மீண்டும் விரைவாக தேஹத்தினுட் பிரவேசித்து அகில சரீர

த்தையும் போஷித்து ஜாடராக்னியையும் அழிவுறாமலிருக்கச் செய்கின்றது. (இவ்விஷயம் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையின் பூர்வகண்டத்தின் ஐந்தாவது அத்தியாயத்தைச் சேர்ந்தது.)

இங்ஙனம் அம்பர பீயூஷம் (ஆகாசாம்ருதம்) என்றும், விஷ்ணுபதாம்ருதம் என்றும் குறிக்கப்பட்டுள்ள பதார்த்தமானது, 'உட்கொள்ளப்படும் ச்வாஸவாயுவின் ஸாராம்சமானதும், இரத்தம் முதலியவற்றைச் சுத்தம் செய்வதில் உதவிபுரிவதும், மேனாட்டுப் பண்டிதரால் ஆக்ஸிஜன் என்று வழங்கப்படுவதுமான வாயுவே என்பதில் ஐயமொன்றுமில்லை. வெகு பண்டைக்காலத்தியதானாலும் இப்பொழுது நவீனக் கொள்கையை அநுஸரித்துக் கூறப்படுவதுபோல் தோன்றும் இவ்விஷயத்தை இதரநூல்களிற் காண்பதரிது.

பாவமிச்ரனும் தன்னுடைய கிரந்தத்தில் ஒருவர் போனவழியையே மற்றவரும் பின்தொடர்வதுபோலவே, சாரீர தத்துவங்களை சிறிது விவரித்திருக்கின்றான். அதிலுள்ள சாரீர விஷயங்கள் அவன் மனம்போனபடி வரையப்பட்டு அநேகம் தவறுதல்கள் ஸம்பவித்திருப்பதாகவும் அவற்றைப் படித்தவர்கள் உணரக்கூடும்.

வைத்திய சாஸ்திரத்தில் இப்பொழுது சரீர தத்துவங்களை யுணர்த்தும் நூல்களில் அத்தத்துவங்கள் அநேக விதமாய் பிரத்தியக்ஷாநுபவமில்லாதவர்களால் தாறுமாறாகப் பிரயோகிக்கப்பட்டுப் போயினவென்றறிய வருந்தவேண்டியிருக்கின்றது. இவற்றுள் சிலவற்றிற்கு ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ள ஸம்ஞைகளில் அநேகம் ஒன்றுக்கொன்று மாறுபட்டிருக்கின்றனவென்பதற்கு ஸங்கிரஹமாய் சில விஷயங்களை யெடுத்துக் காட்டுகின்றோம்.

இங்கு நாநாவிதமான நாளங்கள் அல்லது குழாய்களென்னும் வஸ்துக்கள் விஷயத்தில் பிரயோகிக்கப்படும் ஸம்ஞைகள்—விரைகள், தமனிகள், ஸ்ரோதஸ்ஸுகள், ரஸாயனிகள், நாடிகள் என்பனவாம். இவைகளில் நாடியென்னும் ஸம்ஞை பெரும்பாலும் யோக தந்திரங்களிலேயே வழங்கப்படுகின்றது; மற்ற விரை முதலிய ஸம்ஞைகள் சரகம், ஸுச்ருதம், வாக்படம் முதலியவற்றில் விசேஷமாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. வெவ்வேறு பொருட்களைக் குறிப்பிடுபவையான இந்த ஸம்ஞைகளுக்கு எவ்விதத்திலும் பொருளில் ஒற்றுமை யுண்டாக்குவது பிசகு; சாஸ்திரார்த்தங்களுக்கெல்லாம் அதனால் விரோதமேற்பட்டு விஷயங்கள் வியக்தமாயிராமல் அநேக ஸம்சயங்களுக்கு இடமுண்டாகும். சவசரீரத்தைப் பரீக்ஷித்தோமானால் அதனுள் பெயராலும், உருவத்தாலும், உபயோகத்தினாலும் ஒன்றுக்கொன்று வித்தியாஸமுள்ள நான்குவிதமான நாளங்கள் காணப்படுகின்றனவென்பது நமக்குப் பிரத்தியக்ஷமானதே. அவற்றுள் இரத்தமோடுவதற்கான இரண்டுவித நாளங்கள், நிர்மலமான ஜலம்போன்ற இரஸம் ஓடுவதற்கான ஒருவித நாளம், மனோபாவங்களை உடலெங்கும் பரவச் செய்யவும் உடல்களை வேலை வாங்கவும் ஏற்பட்ட வேறு நாளங்கள் அல்லது நாடிகளும் உண்டு; இவ்வாறு சரீரத்திலடங்கிய நாளங்களை நான்கு விதமாகப் பிரிக்கலாம்.

இரத்தமோடுவதற் கேற்பட்ட இரண்டுவித நாளங்களுள் ஒருவகை சிறிது கருநிறமாகவும், பெரும்பாலும் சர்மத்திற்குச் சிறிது அடியில் அமைக்கப்பட்டு இருதயத்தை நோக்கிப் போகும் கருநிற இரத்தத்துடன் கூடியனவாகவும் இருக்கின்றன. மற்றொரு வகையான நாளங்கள் சென்னிறமாகவும், சரீரத்தில் ஆழமானப் பிரதேசங்களில் அமைக்கப்பட்டு, பிரகாசமான அதிக சிவப்புள்ள இரத்தம் இருதயத்திலிருந்து வெளிக் கிளம்பி அகில அவயவங்களையும் போஷிப்பதற்காக ஓடுவதற்கு ஆதாரமாகவுமிருக்கின்றன. அவற்றுள் முதலிற் கூறிய கருநிற நாளங்களைக் குறிப்பிடுவதற்கு ஆதிகாலத்திய ஆயுர்வேதாசார்யர்கள் விரை யென்னும் ஸம்ஞையை வெளிப்படை

யாக விராவ்யதவிதி யென்னும் பிரகரணத்தில் மொழிந்திருப்பதால், அந்த நாளங்களை விரையென்றே நாம் அங்கீகரிக்கவேண்டும். சென்னிறமான வேறுவித இரத்த நாளங்களுக்கு அவற்றின் தன்மைகளுக்குத் தகுந்தவாறு தமனிகள் என்றும் பெயர் ஏற்படுத்தப்பட்டது. அவ்வாறே ஸுச்ருத ஸூத்ரஸ்தானத்தில் 14-வது அத்தியாயத்தில் கூறப்படும் பிரமாணம் பின்வருமாறு:—“ तस्य च हृदयं स्थानम्, स हृदयाच्चतुर्विंशतिं धमनीरनुप्रविश्य, ऊर्ध्वगा दश दश चाधोगामिन्यः चतस्रस्तिर्यग्गाः कृत्स्नं शरीरमहरहस्तर्पयति वर्धयति यापयति जीवयति चादृष्टहेतुकेन कर्मणा ” என்றால்—“ அவ்வித சுத்த சோணிதத்திற்கு இருதயம் மூலஸ்தானம்; அது இருதயத்திலிருந்து வெளிப்பட்டு இருபத்திநான்கு தமனிகளுக்குள் பிரவேசிக்கின்றன. அவற்றில் மேல்நோக்கிச் செல்லுபவை பத்து, கீழ்நோக்கிச் செல்லுபவை பத்து, குறுக்காக வியாபித்துச் செல்லுபவை நான்கு; இரத்தம் இந்த தமனிகளினூடே உடலெங்கும் வியாபித்து இச்சரீரத்தை நாள்தோறும் திருப்தி செய்விக்கவும், விருத்தி செய்யவும், உயிர்த்தரிக்கவும், காலயாபனை செய்யவும், உஜ்ஜீவித்திருக்கவும் உபயோகமாகின்றது; இந்த இரத்தம் இக்காரியங்களை எவ்வாறு நிறைவேற்றுகிறதென்பதற்கு ஆதாரங்கள் கண்டறிவது மட்டும் கஷ்டம்.” ஆகவே சென்னிறமான சுத்தரத்தமோடுவதற்கு ஆதாரமான குழாய்களை நாம் 'தமனிகள்' என்றே வழங்கவேண்டியிருக்கின்றது.

மிக இலேசானதும், நிர்மலமுமான ஜலம்போன்ற திரவம் ஓடுவதற்கு ஆதாரமான நாளங்கள் 'ரஸாயனிகள்' என்று சரகத்தில் கூறப்படுகின்றன. இவற்றையே ஸுச்ருதத்தில் 'ஸ்ரோதஸ்ஸுகள்' என மொழிந்திருந்தாலும், பெரும்பாலும் அப்பெயர் இஷ்டம் வாய்ந்தவிதம் பிரயோகிக்கப்பட்டதாகவே அறிகிறோம். சரகத்தில் எல்லா நாளங்களுமே ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் என்று விவஹரிக்கப்படுகின்றன; மேலும் மூத்திரநாடிகள், மலங்களைத் தள்ளும் குடல் முதலிய குழாய்கள், நாசி செவி முதலிய இந்த்ரியங்கள் இவை முதலியவையும் ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் என்று வழங்கப்படுவதால், நிர்மலமான இரஸம் ஓடுவதற்கான நாளங்களை மட்டும் ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் என்று குறிப்பிடுவது பொருந்தாதென்று நிச்சயித்து அவற்றை “ரஸாயனிகள்” என்றே அவசியம் கூறவேண்டி வருகிறது.

பரிசம் முதலியவற்றைப் பற்றிய உணர்ச்சிகளைப் பரவச் செய்பவையும், அவயவங்களை மடக்கவும் நீட்டவும் மற்றும் பலவாறு அசைக்கவும் தகுந்தவாறு விசைகள் ஓடுவதற்கேற்றவையுமாக உடலினுட்புறங்களில் வெண்மஞ்சள் நிறமாக வியாபித்துள்ள நரம்புகள் 'நாடிகள்' எனப்படும். உலோஹங்களாலான தந்திக்கம்பிகளில் மின்சார விசையினால் குறிப்பிட்ட செய்திகள் செல்வதுபோலவே, அந்த நாடிகளிலும் விஷய உணர்ச்சிக்கும் அவயவங்களைத் தூண்டி வேலைகளைச் செய்விப்பதற்கும் அவசியமான விசைகள் விரைந்தோடுகின்றன. இந்த நாடி மண்டலங்கள் ஒருமிக்கக் கூடுமிடம், முதுகின் மத்தியிலுள்ள எலும்புக்கோவைக்குள் தாமரைத் தண்டுபோல் ஊடுருவிச் செல்லும் 'ஸுஷும்நா' என்னும் நாடிக்கொடியேயாம். இந்த 'ஸுஷும்நா' என்னும் கொடி சிரோகுஹையினுள் அடங்கியுள்ள மூளையைப் பற்றிக்கொண்டிருக்கின்றது. ஸம்ஸ்கிருதத்தில் ப்ருஷ்டவம்சமென்றும், தமிழில் முதுகெலும்பு அல்லது முள்ளெலும்பு என்றும் வழங்கப்படும் இந்த அஸ்திக்கோவையின் இரு புறங்களிலும் ஏற்பட்டிருக்கும் த்வாரங்களுக்குள் ஸுஷும்நா நாடிகள் வில்லைப்போல் வளைந்து ஊடுருவிச் செல்கின்றன. இவ்விஷயம் அனைத்தும் பிரத்யக்ஷவித்தமாயிருப்பதுமல்லாமல், யோகயாஜ்ஞவல்க்யம், ருத்ரயாமளம், நிருத்தரதந்திரம், சாரதாதிலகம், ஷட்சக்ர நிரூபணம் முதலிய தந்திர நூல்களிலும் வியக்தமாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. மேலும் முள்ளெலும்புகளின் இரு புறங்களி

னும் உள்ளடங்கிய இந்த நாடித்தண்டுகளில் ஒரு புறத்திலிருப்பதற்கு 'இளா' என்றும், மற்றொரு புறத்திலிருப்பதற்கு 'பிங்களா' என்றும் பெயர்கள் குறிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. ஸம்ஸ்கிருதத்தில் 'நாடி' யென்று கூறப்படும் இந்த பதத்திலிருந்தே லாடின் பாஷையில் 'ந்யூரன்' என்றும், பார்ஸியில் 'நர்ஹ' என்றும், ஆங்கிலத்தில் 'நெர்வ்' என்றும் பெயர் வந்ததாக எமது துணிபு; (தமிழில் 'நரம்பு' என்கிற பதமும் 'நாடி' என்றும் பதத்திலிருந்தே ஏற்பட்டதாகக் கருதவேண்டி வருகிறது).

எலும்புகளை ஒன்றோடொன்று இணைப்பதற்கான தாதுக்களைக் குறிப்பிடுவதற்கேற்பட்ட 'ஸ்நாயு' என்னும் பதத்தை நாடிகளைக் குறிப்பிடுவதற்காகவும் சிலர் உபயோகிக்கின்றனர்; என்றால்—ஸ்நாயு என்னும் பதத்திற்கு நாடி என்றும் பொருளுண்டென்று கூறுகின்றனர். ஆயுர்வேத நூல்களென்று கூறப்படும் சிற்சில கிரந்தங்களில் செவ்விரத்தக் குழாய்களைக் குறிப்பிடுவதற்கு 'தமனி' என்றும் பதத்தைப் பிரயோகிப்பதும் தவிர, ஸிரையென்றும், நாடியென்றும், ஸ்ரோதஸ் என்றும் பிரயோகிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. அவ்விதமே 'ஸிரை' என்னும் காரிரத்தக் குழாய்களைக் குறிப்பிடுவதற்காக தமனி, நாடீ முதலியவற்றையும் மாறாக வழங்கியிருக்கின்றனர். இவ்விதம் சாஸ்திரமார்க்கங்களில் மாறுபாடுகள் ஏற்பட்டதற்குக் காரணம், பிற்காலத்திய வைத்தியர்களிற் சிலர் சரீரதத்துவங்களைப் பிரத்தியக்ஷமாய் பரிசோதனை செய்து பாராமலே அவரவரது கற்பனைகளைக் கொண்டு பிராசீன கிரந்தங்களை மாற்றியதும், புதிய நூல்களியற்றியதுமேயாம். ஆதிகாலத்திய ஆயுர்வேத நூல்கள் யாவும் சரீர தத்துவங்களையும், வியாதியின் நிலைமை முதலியவற்றையும் பிரத்தியக்ஷத்தில் கண்ணும் கருத்துமாகப் பரீக்ஷை செய்து அனுபவம் பெற்ற அறிஞர்களால் இயற்றப்பட்டனவென்பதிலும், பிற்காலத்தில் அவை பலவாறு அழியத் தொடங்க அவற்றை மீண்டும் புதிப்பிக்க முயன்றவர்கள் அந்நூல்களிலடங்கிய அநேகம் விஷயங்களைத் தாறுமாறாக நினைத்தபடியெல்லாம் இணைத்துவிட்டனரென்பதிலும் ஐயமொன்றுமில்லை. மூத்திர மார்க்கத்தை வர்ணிக்கும் விஷயங்களே இதற்குப் போதுமான திருஷ்டாந்தமாகும். தற்காலத்தில் நமது முன்னிலையிலுள்ள அநேகம் ஆயுர்வேத நூல்களில் மூத்திரம் உற்பத்தியாவதற்கும், அது சேர்ந்திருப்பதற்கும் ஆதாரமான அவயவம் 'வஸ்தி' யென்று கூறப்படுகிறது. மூத்திரமானது 'வ்ருக்கங்கள்' என்னும் மூத்திரகுண்டிக்காய்களில் நூற்றுக்கணக்கான நுண்ணிய குழாய்களில் உற்பத்தியாய், இரண்டு வ்ருக்கங்களிலிருந்தும் இரண்டு மூத்திரநாடிகளின் மூலமாய் வந்து வஸ்தியென்னும் மூத்திரப் பையில் சேருவதாக நாம் சரீர பரிசோதனையினால் அறிகிறோம். ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையின் நிதான ஸ்தானத்தில் அச்மரீ நிதானம் என்னும் ப்ரகரணத்தில் பின்வருமாறு கூறப்படுகிறது:—

" पक्काशयगतास्तत्र नाड्यो मूत्रवहास्तु याः ।
तर्पयंति सदा मूत्रं सरितः सागरं यथा ॥
सूक्ष्मत्वान्नोपलभ्यन्ते मुखान्यासां सहस्रशः ।
नाडीभिरुपनीतस्य मूत्रस्यामाशयान्तरात् ॥
जाग्रतः स्वपतश्चैव स निष्यन्देन पूर्यते ।
आमुखात् सलिले न्यस्तः पार्श्वेभ्यः पूर्यते नवः ॥
घटो यथा तथा विद्धि वस्तिर्मूत्रेण पूर्यते ॥ "

இவற்றின் பொருளென்னவெனில்:—"குடலில் பக்வாசயமென்னும் ஸ்தானத்திலுள்ள அநேகம் மூத்திர நாடிகளின் மூலமாய் மூத்திரமானது சுரப்பிக்கப்படுகின்றது. ஆறுகளின் மூலமாய் கடலை நோக்கி ஜலம் ஓடுவதுபோலவே, நாடிகளிலிருந்தும் மூத்திரம் சுரந்து மூத்திராசயம் நோக்கிச் செல்லும். இந்த நாடிகள் மிகவும் நுட்பமாதலால் இவற்றின் முகங்களைக் காணமுடியவில்லை. இந்த நாடிகள் ஆயிரக் கணக்கானவை. ஆமாசயமென்னும் இரைப்பைக்கு ஸமீபத்திலிருந்து அநேகமாயிரம் நாடிகளால் சுரப்பித்துக்கொண்டு வரப்

பெற்ற மூத்திரம், விழித்துக்கொண்டிருக்கையிலும் நித்திரை செய்கையிலும் வஸ்தியில் விழுந்துகொண்டு அதை நிரப்பிவிடுகின்றது. ஜலத்தில் ஒரு குடத்தை அமிழ்த்துகையில் சுற்றிலும் அதன் விளிம்புகளின் மூலமாய் அக்குடத்தினுள் கிரமமாக ஜலம் பிரவேசித்து அதை நிரப்பி விடுவதுபோலவே மூத்திரம் வஸ்தியை நிரப்புகின்றது." வ்ருக்கங்களில் மூத்திரமுண்டாகும் வகைகளை இங்கு ஒருவாறு பிரத்தியக்ஷப் பிரமாணத்திற்கு உற்றவிதமாய் மொழிந்திருப்பது அங்கீகரிக்க வேண்டுமாயினும், பக்வாசயத்திலிருந்தும் ஆமாசயத்திலிருந்தும் உற்பத்தியாய் வஸ்தியில் வந்து மூத்திரம் நிரம்புகிறதென்று கூறியிருப்பது எவ்விதத்திலும் பொருத்தமுள்ள விஷயமென்று விவேகிகளான வைத்தியர்கள் நினைக்கமாட்டார். இவ்விதமான தவறுதல்கள் பண்டைக்காலத்திய வ்ருத்த ஸுச்ருதம் முதலிய நூல்களிலுமிருப்பதாகக் கருதவேண்டாம். ஏனெனில் அவை வேதங்களையும், மற்றும் மஹர்ஷிகளின் உபதேசங்களையும் பிரமாணமாகக் கொண்டு இயற்றப்பட்டவை யானதால், அவற்றில் சரீர தத்துவங்கள் பிரத்தியப் பிரமாணத்திற்கு ஏற்றவையாகவே கூறப்பட்டிருப்பதாய் நாம் நிச்சயமாகக் கூறுவோம். ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்திற்கு ஆகரமான அதர்வ வேதத்திலும், ஸுச்ருதத்தில் வேறு சில இடங்களிலும் இது போன்ற தத்துவார்த்தங்கள் அநேகம் விளக்கப்பெற்றிருக்கின்றன. அதர்வணவேதத்தில், மூத்திரம் வராமல் தடைப்பட்டால் அதில் அம்புபோன்ற ஒரு சலாகையினால் அடைப்புகளை விலக்கி மூத்திரத்தை வெளிப்படுத்த உபாயங்களை உபதேசிக்கும் பிரகரணத்தில் ஓதப்படும் மந்திரமாவது :—

" यदान्त्रेषु गवीन्योर्यद्वस्तावधिसंश्रितम् ।
एवा ते मूत्रं मुच्यतां बहिर्बालिति सर्वकम् ॥ "

இதற்கு ஸாயனாசாரியருடைய பாஷ்யத்தில் அடியில் வருமாறு பொருள் கூறப்படுகிறது. "குடல்களுக்கு அருகில் உற்பத்தியாகும் மூத்திரம் யாதொன்றுண்டோ அதுவே, கவீனிகள் என்றும் இரண்டு குழாய்களில் விழுந்து அவற்றிலிருந்து வஸ்தியில் வந்து சேருகின்றது; கவீனிகள் என்றால் இரண்டு வ்ருக்கங்களிலிருந்துக் கீழ் நோக்கி வரும் இரு விலாக்களிலுமுள்ள மூத்திரக் குழாய்கள்; வஸ்தி யென்பது மூத்திரம் தங்கியிருப்பதற்கான ஓர் அவயவம். அவ்விதம் உனது வஸ்தியில் வந்து சேர்ந்துள்ள மூத்திரம் அவ்விடத்தில் தடுக்கப்படாமல் முற்றிலும் வேகமாய் வெளியாய்விடக் கடவது." 'கவீனீ' என்பவற்றை ஆங்கிலத்தில் யூரிடெர்ஸ் (Ureteres) என்பார்கள். ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையில் 'தமனீ வ்யாகரணம்' என்கிற அத்யாயத்தில் " मूत्रवस्तिमभिप्रपन्ने मूत्रवहे द्वे " "மூத்திரம் சுரந்து வருவதற்கு ஆதாரமானவையும், வஸ்தியென்னும் மூத்திரப்பையைச் சேர்ந்திருப்பவையுமான குழாய்கள் இரண்டு" என்று சொல்லுமிடத்து 'மூத்ரவஹே' என்கிற சொல்லால் ஆங்கிலத்தில் யூரிடெர்ஸ் எனப்படும் மூத்திரக் குழாய்களே குறிப்பிடப்படுகின்றனவென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. மூத்ரவஹமென்னும் இந்தக் குழாய்களுக்கு வைதிகமான வைத்திய பரிபாஷைப்படி 'கவீனிகள்' என்று பெயர் வழங்கப்படுகின்றது. வஸ்தியென்னும் மூத்திரப்பையிலிருந்து மூத்திரம் வெளிவருவதற்காக ஒரு குழாய் உண்டு; அது 'மூத்ரப்ரஸேகம்' என்று ஸம்ஸ்கிருதத்தில் கூறப்படுகிறது. ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையின் சிகித்ஸா ஸ்தானத்தில் " मूत्रप्रसेकक्षणनात् मूत्रक्षरणम् " என்றால் 'மூத்ர ப்ரஸேகம்' என்கிற குழாய் சிதைவுறுமானால் மூத்திரமானது இடையுறாது வெளிவரத்தொடங்கும், என்று கூறப்பட்டிருப்பதையும் ஆராய்வோமானால், முதலில் மூத்திரமார்க்கங்களைப்பற்றிய அறிவு பிரத்தியக்ஷப் பிரமாணங்களுக்கு அனுகூலமானதாகவே ஏற்பட்டிருந்ததாகவும், பிற்காலங்களில் அவ்வறிவு மழுக்கங்கொண்டதாகவும் நன்கு விளங்கும். இது போலவே சரீரதத்துவம் பெரும்பாலும் பழுதடைந்து வந்ததாய் அநேகம் முகாந்தரங்களால் அறியப்படுகின்றது.

சரீரத்தில் இரத்தமானது சுழன்றோடிக் கொண்டிருப்பதாக ஆங்கில வைத்தியர்கள் வெகு நாள் மட்டும் அறியாமலிருந்தன ரென்றும், ஸமீப காலந்தொட்டே இரத்தம் ஓடுகிற விஷயத்தை சில பரிக்ஷா முறைகளைக்கொண்டு கண்டறிந்தன ரென்றும் மேனாட்டாரது சாரீர நூல்களின் சரித்திரங்களே கூறுகின்றன. ஆயுர்வேத நூல்களிலோ, ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளுக்கு முன்னமே இவ்விஷயம் அக்காலத்திய வைத்தியர்களால் அறியப்பட்டிருந்ததாய் அநேகம் பிரமாணங்களுண்டு :—" दश मूलसिरा हृत्स्थाः ताः सर्वं सर्वतो वपुः । रसात्मकं वहन्त्योजः" 'இருதயத்தில் இரத்தக்குழாய்களின் பத்து மூலக்குழாய்கள் இணைக்கப்பட்டிருக்கின்றன; அக்குழாய்கள் சரீரத்தைப் போஷிப்பதற்கு ஸார பூதமான இரத்த மனைத்தையும் சரீரமெங்கும் பரவச் செய்கின்றன.' என்று அஷ்டாங்கஹ்ருதயத்தின் சாரீர ஸ்தானத்தில் ஆறாவது அத்தியாயத்தில் மொழியப்பட்டுள்ளது. சரகஸம்ஹிதையின் ஸூத்திர ஸ்தானத்தில் 30-வது அத்தியாயத்தில்—

" यत् सारमादौ गर्भस्य यत्तद्गर्भरसाद्रसः ।
संवर्तमानं हृदयं समाविशति यत् पुनः ॥ "

"கற்பத்திலுள்ள சிசுவைப் போஷிப்பதற்கு ஸாராம்சமான எந்த ரஸமானது உழன்று சரீரமெங்கும் மேன்மேலும் துடித்துக்கொண்டிருக்கும் இருதயத்தினுள் மீண்டும் பிரவேசிக்கின்றதோ அது இரத்தமெனப்படும்" என்று விவரிக்கப்படுகின்றது. ச்வாஸவாயு வெளிவந்ததும் மீண்டும் ஆகாயத்திலிருந்து சுத்தவாயு உட் சென்று இரத்தத்தைச் சுத்திசெய்து சரீரத்தைப்போஷிக்கச்செய்கிறதென்கிற விஷயம் " नाभिस्थः प्राणपवनः ++++ जीवयन् जठरानलम् " என்று சார்ங்கதரனால் வெகு ஸ்பஷ்டமாகவே கூறப்பட்டதாய் முன்னமே குறிப்பிட்டிருக்கின்றேன்.

(தொடரும்.)

INFANTILE CONVULSIONS.

குழந்தைகளின் இசிவு.

BY

M. A. Venkateswara Aiyar, Vaidyar.

இவ்வியாதியால், இந்த மலைநாடாகிய வயனாட்டில் நான் வஸித்துவருகிற ஊர்ப் பக்கங்களில் சுமார் 30 குழந்தைகளுக்கு மேல் சென்ற மூன்று மாதங்களுக்குள் இறந்து போனதாகக் கேள்வி. ஆ! ஆ! என்ன பரிதாபம்! இவ்விடத்தில் விசேஷமாகத் தேர்ந்த வைத்தியர்களுமில்லை. ஆனால், முறிவைத்தியர்களும், முறிமாந்திரீகர்களும் ஆங்காங்கு தலை காட்டுகிறார்கள். இவர்கள் வியாதியின் உண்மையை அறியாதவர்களாக மயங்கி, பூதம் பொத்திக்கொண்டதென்றும், பேய்ப்பிடித்ததென்றும், அலகை அறைந்ததென்றும், கூளி கூவித்தென்றும் இவ்விதம், பலர் பலவாறாகத் தோன்றின படிக்கெல்லாம் வியாதியை நிதானித்து, பூசாரியை அழைத்து பூசை செய்விப்பதும், மாந்திரீகரை அழைத்து மந்திரிப்பித்தும் விபூதி எறிவதும், இவ்வாறாக "மாலைக் கண்ணுக்கு மருந்து மாரில் பூசுவதுபோல்" அறிவீனமாகச் செய்து தயங்கித் தத்தளித்து, பறபறத்து அங்குமிங்குமோடி கடைசியில் "போய்விட்டதே"! "கைவிட்டதே"! என்று வாயிலும், வயற்றிலும் அறைந்து கொள்ளுகிறார்கள்.

நவநாகரீகம் நாளுக்கு நாள் விருத்தியடைந்து செழித்தோங்கும் இக்காலத்தில்கூட இத்தகைய மூடஎண்ணம் அவர்களுடைய மனதை விட்டகன்று விடாமலிருப்பது மிகவும் விஸனிக்கத்தக்கதே. நாம் எவ்வளவு சொன்னபோதிலும், அவர்களுடைய செவிக்குள் நுழைய இடம் போதாது அவ்வளவுக்கு அடைத்துக் கிடக்கிறது. "பெரிய பாட்டனார் நாளிலும் கேட்டதில்லை இப்புதுப் புரட்டு என்று நம்மை ஏசிப் பழித்து விடுகிறார்கள்

இது நிற்க, அபஸ்மார ரோகத்தைப்போலவே முற்றும் பிரஞ்ஞையற்று அங்காகர்ஷண வலியுடன் கூடின இவ்விசேஷ ரோகத்தைதான் இசிவு, வலி, அபஸ்மாரம், குழந்தை வியாதி எனப் பல பேர்களை இட்டழைத்து வருகிறோம். ஆனால், முதல் சொன்னவியாதிக்கும், இதற்கு மிருக்கும் வேற்றுமை என்னவென்றால், அபஸ்மாரமானது பர்யாய முறையாகவே அநேக நாள் வரையில் விசேஷகாரணங்களின்றி அடிக்கடித் தோன்றும்; இசிவானது சில முக்கிய காரணங்களாற்றோன்றி அக்காரணங்களை யறிந்து நிவ்ருத்திக்கத்திரும்பவும் காணுவதில்லை. ஆனால், இவ்வியாதியே அடிக்கடி சில வருஷங்களுக்குத் தோன்றுமாயின், அது கடைசியில் அபஸ்மாரமாகவே முடியும்.

இசிவானது, தனது ஸகல அதிகாரத்தையும் பெற்ற தனிமையான ஓர் வியாதி யென்று நினைப்பதற்கிடமில்லை. ஆனால், இதனை விளைவித்த முக்கிய காரணவியாதியினுடைய உபாதியினாற்றோன்றி, காரிய ரூபமான உபரோகமாகவே தொடர்ந்து நிற்கும். அக்காரணத்தைக்கண்டு பிடித்துத் தகுந்த சிகித்ஸை செய்து வந்தால் காரிய காரணங்களிரண்டும் மறைந்துவிடும்.

இதனை விளைவிக்கிற காரணவியாதிகள் என்னவாயிருக்கலாம்? விடாக்காய்ச்சல், மலைஜ்வரம், அதிஸாரம், பல் முளைத்தல், அஜீர்ணம், வயற்றில் புளிப்புச்சேர்ந்து வாய் அழன்று வயறு விம்மியிருத்தல், குடலில் பூச்சிகள் சேறுதல், வேறு விளையாட்டுகளில் குழந்தைகள் திரியும்பொழுது அது அறியாமல் திடீரென்று பயமுறுத்துவது, மூளை வியாதி, தலையில் நீரேற்றம், இரத்தக்குறைவு, காதுநோய், எலும்பின் போஷிப்பின்மையினால் வருகிற ரிக்கெட்ஸ் என்னும் பலஹீனமான தேஹக்கூறு, வயற்றுவலி, பாரிசவாதம், புட்டாலம்மை முதலிய இன்னும் அநேக ரோகங்களை இது காரணமாகக் கொண்டிருக்கிறது.

இது நரம்பு மண்டலத்தைச் சேர்ந்த வியாதிகளிலொன்றென்று உலகப்பிரஸித்தியடைந்த டாக்டர்"கோவர்" முதலிய ஆங்கிலப் பண்டிதர்களும் பரீக்ஷித்துப் பார்த்துத்தீர்மானித்திருக்கிறார்கள். அவர்களின் கொள்கையிதுவே:-குழந்தைப்பருவமானது நரம்பு மண்டலத்தின் மூலம் கிரமமாகப் பருத்து விருத்தியடைய ஆரம்பிக்கக்கூடியதாகையால், அந்தத் தொழிலுக்கு இடையூறுண்டு பண்ணுகிற எவ்வித சொற்பக் காரணத்தாலேனும், அந்த நரம்பு மண்டல மூலம் தனதியற்கைத்தொழிலை விட்டு விகற்பமடைந்து விடும். அதெப்படியெனில், இவ்வியாதிக்குக் காரணமாயுள்ள முன் குறித்த வியாதிகள் நேராகவும், பரம்பரையாகவும் அம்மூலத்தைத் தாக்கி அதிரச் செய்வதால், அதன் கிளைகளாகிய "சலனம்" "இந்த்ரியம்" "ஒற்றுணர்வு" என்ற விஷயங்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட அவ்வவ் வகுப்பு நரம்புகளும் தாக்கப்பட்டு, தத்தம் இயற்கைத் தொழில்களை விட மிதமிஞ்சி உக்கிரமாயாவது அதிக சாந்தமாகவாவது விகற்பமாகவே நடக்கமுயல்கின்றனவாம்,

இவ்வியாதியில் இவ்விகற்ப நரம்புகளுடைய வெளி வியாபாரத்தையும் கொஞ்சம் கவனிப்போம். கண்கள் துரிதமாக அடிக்கடி மூடித் திறந்து, முழிகள் வட்டமிட்டு ஒரு பக்கமாக உள்ளே சொருகிக்கொண்டு பார்வை முற்றும் அற்றுப்போவதும், முக வாய்க்கட்டை ஒரு பக்கத்துக்கு இழுக்கப்படுவதும், பற்களை "நற நற" வென்று கடிப்பதும் இவை முதலிய வேறு சில விகாரங்களும் முகத்தில் தோன்றுமாம். இவ்விகாரங்கள், மூளையின் 2-வது முதல் 6-வது நம்பர் வரையிலுள்ள கிளை நரம்புகளின் விகற்பங்களாலுண்டாகின்றன. முற்றும் பிரஞ்ஞை யற்றுப்போவது மூளையின் விகற்பத்தாலுண்டாகிறது. மூச்சுப் பிடித்தல், பெருமூச்சு, குறட்டை இவை மூளையின் 8-வது கிளையின் விகற்பத்தாலுண்டாகின்றன. கை கால்கள், உடல் இவை விறைப்பதும், இருதயம் படபடவென்று அடித்துக்கொள்வதும், சரீரம்

முன் பின் வளைவதும் முள்ளந்தண்டிலிருந்து பிரியும் பற்பல நரம்புகளின் விகற்பங்களாலுண்டாகின்றன. இவ்விதம் பொதுவாகவோ, நரம்பு மண்டலத்தின் மூலஸ்தானம் விகற்பமடைவதாலோ, அதனதன் கிளைகளாகிய மற்றும் எல்லா நரம்புகளும் விகற்பமடைவதாலோ, இசிவென்னும் வியாதி விளைகின்றது. அம்மூலஸ்தானம் விகற்பமடைவதற்கு மேலே மொழிந்துள்ள வியாதிகளே காரணங்களாம்.

ஆனால், இவ்வியாதி எல்லாக் குழந்தைகளையும் பாதிக்கிறதில்லை. "கண்டமாலை", "உபதம்சம்" முதலிய சில பிறவி வியாதியுடைய குழந்தைகளும், பலம் குன்றின தாய்தந்தைகளுடைய ஸந்ததிகளும் இதனிடம் அகப்பட்டுக்கொள்கின்றன. பலமுள்ள குழந்தைகளுக்கோ வென்றால், நரம்பு மூலம், தனது எதிரியைத் தாக்கி மறுத்தடிக்கும்படியான ஆத்ம சக்தியுடன் கூடின திறமையோடிருப்பதால் இக்குழந்தைகளை அவ்வியாதி பாதிக்கிறதில்லை. இதன் மற்ற இலக்ஷணங்களும், சிகித்ஸையும் "கலாநிதி"யின் அடுத்த ஸஞ்சிகையில் வெளியிடப்படும்.

METHODS OF PURIFICATION OF PEARL.

நல்முத்தைச் சுத்திசெய்யும் முறை.

BY

V. S. AIYAN PILLAI VAIDYAR.

ஔஷத முறைகளில் சேர்க்கப்படும் இரத்தினங்களில் பெரும்பாலும் தோஷமற்றதும், நிர்ப்பயமாகக் கையாளக் கூடியதும், பிணியாளருக்குப் பெரும் பயனைத் தருவதுமாகிய இரத்தினம் முத்து ஒன்றுதான். இதை அடியிற் கண்டவாறு அந்தந்த ஔஷதங்களுக்கேற்றபடி சுத்தி செய்துகொள்ள வேண்டியது :—

1. நேத்திர ரோகங்களுக்கு அஞ்ஜனமாக்கும் முறைகளுக்கும், நீர் ரோகங்களுக்குபயோகிக்கும் ஔஷதப் பிரயோகங்களுக்கும், முத்தை ஓர் பீங்கான் பாத்திரத்திலிட்டு, அது மறைந்து மேலேயும் ஒரு அங்குலம் நிற்கத் தக்க அளவு சங்கம்பழ ரஸத்தை விட்டு, ஒரு நாள் இரவும் பகலும் ஊறியபின் மறுநாளெடுத்துக் குளிர்ந்த ஜலம் விட்டுக் கழுவி, வெயிலிலுலர்த்தி, அன்று இரவும் முன் மாதிரியே சங்கப்பழச்சாற்றி லூறவைத்துக் கழுவி யுலர்த்தி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டியது,

2. வாய், தொண்டை, நெஞ்சின் உட்பாகம் இவ்விடங்களில் விரணத்தை யுண்டாக்கி, வாயினின்றும் ஏராளமான உமிழ் நீரொழுகத் தக்கதும், உள்ளும் புறமும் பலவகையான விரணங்களை யுண்டாக்கக்கூடியதுமான மேஹரோகங்களுக்கும், (சூகதோஷம் — syphillis) எலும்புருக்கி ரோகங்களுக்கும், எவ்வகை ரோகத்தினாலும் அறவே தேஹம் மெலிந்துபோனதற்கும், இன்னும் பலவகையான உஷ்ணரோகங்களுக்கும் உபயோகிக்கத்தக்க பஸ்மம் முதலிய பிரயோகங்களிலும் முத்தை, வெந்நீர் விட்டுப் பிழிந்த புளியிலைச் சாற்றை முன்போல்விட்டு, மேற்கண்ட விதமே கழுவி யுலர்த்தி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டியது.

3. தாது வ்ருத்திக்கேற்ற பிரயோகங்களுக்கு மாத்திரம் 'முத்தை' முதல் நாள் முலைப்பாலி லூறவைத்துக் கழுவி யுலர்த்தியும், மறுநாள் பசும்பாலி லூறவைத்துக் கழுவி யுலர்த்தியும் சேர்த்துக்கொள்ள வேண்டியது.

வைத்திய கலாநிதி.
ஆனந்த௵ கார்த்திகை௴.

FIRST AID TO THE INJURED.

காயமுண்டவருக்கு உடனே செய்யவேண்டிய உதவி.

ஏதேனும் அபாயங்களால் காயமடைந்தவருக்கு நாம் உடனே உதவி புரியவேண்டியது இன்றியமையாத கடமை; அவ்விஷயம் அனுபவத்தினாலேயே அறியவேண்டியதாயிருக்கின்றது; மேலும் மஹாயுத்தம் நடந்தேறும் இந்த ஸமயத்தில் அநேகம்பேர் இதைக் கற்றுவருகின்றனர். இவ்விதமான காரியங்களைச் செய்வதில் உதவிபுரிவதற்கென்றே ஏற்பட்டுள்ள மிகப் பிரஸித்திபெற்ற ஸெஞ் ஜான் அம்புலென்ஸ் அஸ்ஸோஸியேஷன் என்கிற ஸங்கமும், சிலாக்யமான வேறு சில ஸ்தாபனங்களும் இவ்விஷயத்தைக் கற்பிப்பதற்கான வகுப்புகளை ஏற்படுத்தியிருக்கின்றன; இப்பொழுது இவ்விஷயமாக போதனைகள் நடக்காத பட்டணங்கள் பெரும்பாலும் அரிதென்றே சொல்லலாம்; விஷயமுணர்ந்தவர்களிடம் நேரில் காரியங்களைச் செய்ய சிக்ஷை பெற வேண்டுமேயல்லாது புஸ்தகங்களைப் படிப்பதால் மட்டும் இதில் ஸாமர்த்தியம் பெறுவது ஸாத்தியமானதல்ல. முதலிற் செய்யவேண்டிய உதவிகளைப்பற்றிய கோட்பாடுகளைக் கூடியமட்டிலும் விளங்கக் கூறுகிறோமாயினும், ஸாத்தியமானவரையில் ஸமயம் நேரிட்டபொழுது அவரவர் வஸிக்குமிடங்களில் அபாயம் நேரிட்டவருக்கு இக்காரியங்களைச் செய்து பார்ப்பது நலமென்றும், அவரவர் வஸிக்கும் நகரம் முதலியவற்றில் இதைப்பற்றி ஸென் ஜான் அம்புலன்ஸ் ஸங்கத்தாருடைய ஸஹாயத்தினால் அனுபவஞானத்தைப் பெறுவதற்கு இது ஒருவாறு ஊன்றுகோலாயிருக்குமென்றும் நினைத்து இவ்வியாஸத்தை எழுதத் தொடங்கினோம்.

காயமுண்டவருக்கு உடனே செய்யவேண்டிய உதவி யென்பது சில வரையறைகளுக்குட்பட்ட கோட்பாடுகளடங்கியது. இவ்விஷயத்தைக் கற்க விரும்புபவர், அக்கோட்பாடுகளை தமது மனதில் திடமாகப் பதியச் செய்துகொள்ளவேண்டும். இவ்விஷயமறிய விரும்புபவர் பிரதானமாய் தெரிந்துக்கொள்ள வேண்டியதென்னவென்றால்: ஒருவனுடைய சரீரத்தில் ஏதேனும் அபாயத்தினால் சிதைவு நேரிட்டால், மறுபடியும் அதற்குமேல் வேறுவிதமான சிதைவுகள் ஸம்பவிக்காமலிருக்கும்படிச் செய்யவேண்டியதேயாம்; இவ்விதம் உதவி செய்வதற்கான விஷயங்கள் வெகு மிதமானவையே; இக்கோட்பாடுகளைக்கொண்டு அபாயமடைந்தவருக்குத் தற்காலம் வேறுவகையில் கஷ்டங்கள் உண்டாகாவண்ணம் அவர்களைக் காக்க வேண்டியதும், அதற்குப் பிறகு கூடுமான சீக்கிரத்தில் தேற்சிபெற்ற ஒரு வைத்தியரை அழைத்து மேல் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸைகளைச் செய்விக்க வேண்டியதும் அவசியம். ஒருவனுடைய சரீரத்தில் ஏதேனும் சிதைவு நேரிட்டதும் அதற்குமேல் வேறு அபாயம் ஸம்பவிக்காமல் காப்பதென்பது ஒரு பெரிய விஷயமென்று சிலர் நினைக்கமாட்டாராயினும், சிதைவுண்டவனுக்கு அவ்விதம் உதவி செய்வது அவனைப் பிராணாபாயத்திலிருந்து மீட்கும் காரியங்களுள் ஒன்றாயிருப்பதால், அவ்வுதவி எவ்வகையிலும் மேலான விஷயமாகவே குறிப்பிடத்தகுந்ததென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை.

முதலிற் செய்யவேண்டிய உதவியில் போதிக்கப்பட வேண்டிய விஷயமெவை யென்றால்:—

1. சரீரத்தில் சிதைவுண்டவனுக்கு உடனே செய்யவேண்டிய உதவிக்கேற்ற உபாயங்கள் யாவை? அவற்றை எவ்வாறு விரைவாகவும் அமைதியாகவும் நிறைவேற்றக் கூடும்?

2. சிதைவுண்ட மனிதனைப் பிடிப்பதும், எடுப்பதும், ஓரிடத்திலிருந்து மற்றோரிடத்திற்குக் கொண்டுபோவதும் எவ்வாறு?

3. சிதைவுண்டவன் திகிலடைந்து நடுக்கங்கொள்ளாமலிருக்கும்படிக் காப்பதும், விசேஷமாக இரத்தப்பெருக்கு எடுத்துச் சரீரத்தை திடீரென்று ஒடுக்கங்கொள்ள விடாமல் பாதுகாப்பதும் எவ்விதம்?

4. சிதைவுண்ட மனிதனிடமும், அவன் பந்துக்களிடமும் உண்மையில் மனவுருக்கத்தை யறிவிக்க ஸாமர்த்தியமாக நடந்துகொள்ள வேண்டியமாதிரிகளென்ன? இந்த நான்காவது விஷயம் அம்புலென்ஸுக்கு* ஸம்பந்தப்பட்ட போதனாமுறை யல்லவாயினும், இப்பொழுது சாஸ்திரநிபுணர் ஆபத்துக்குள்ளான மனிதரை தைரியப்படுத்துவதற்கு எவ்வகையிலும் பிரயத்னம் செய்யவேண்டியது அவசியமென்று அபிப்பிராயப்படுவதால், இவ்வாறு அவர்களிடம் அன்பு பாராட்டுவது, சிதைவுண்டவருக்கு மனத்தேற்சியையுண்டுபண்ணி அதனால் சில நேரமேனும் அவர் அமைதியாயிருக்க வழியுண்டென்றும் நிச்சயமாய் நம்பவேண்டும் என்று ஜி. ஸெப்ரீஸ் என்பவர் கூறுகிறார்.

கட்டுகள் கட்டுவதற்காக சில ஸாமான்கள் அவசியமானவை; அவற்றிற்காக அதிகம் செலவு செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லை; சில அணாக்கள் செலவழித்தால் அடியில் கூறப்படுபவைமட்டும் வாங்கிக்கொள்ளலாம். மிகவும் குறைந்த விலையில் சலவை செய்யாத 30 அங்குலம் அகலமுள்ள ஒரு கஜம் கித்தான் துணியை வாங்கி, நீளவாட்டத்தில் ஒரு முனையை மற்றொரு முனையுடன் சேர்த்து மடித்து, சரிபாதியாகக் குறுக்காக நடுவில் கிழித்து விடவேண்டும்; இப்பொழுது மத்திய அளவில் த்ரிகோணபந்தனத்திற்கு (Triangular bandages) வேண்டிய இரண்டு வஸ்திரங்கள் தயாராயின. 1 கஜம் நீளமும், 40 அங்குலம் அகலமுள்ளதும், சலவை செய்யப்படாததுமான விலையில் மலிந்த மற்றொரு கித்தான் துணியை வாங்கி முன்போலவே கிழிக்கவும்; இதில் ஒரு துண்டை தேஹத்தைச் சுற்றிலும் கட்டுவதற்குப் பெரிதான த்ரிகோணபந்தனத்திற்கு உபயோகிக்கலாம்; மற்றொரு பாதியை மீண்டும் மடித்து முன்போல் நடுவில் கிழித்து, இரண்டு சிறிய த்ரிகோணபந்தனங்களுக்கு ஆகும்படி வைத்துக்கொள்ளவும். இப்பொழுது பெரிய த்ரிகோணபந்தனத்திற்கு ஒரு துணியும், மத்திம அளவான பந்தனத்திற்கு இரண்டும், சிறிய பந்தனத்திற்கு இரண்டும் தயாராயிருக்கின்றன. இவை சரீரத்தில் காயம் முதலியதால் சிதைவுண்டானதும் ஸாதாரணமாய் உபயோகிக்கக்கூடிய வெகு சிறந்த உபகரணங்களாகக் கருதக்கூடியவை. மற்றும் தேவையானவற்றுள் பலகைகளைப் போன்ற சிறு கழிகளும், காகிதம் முதலியவற்றாலான அட்டைகள் முதலியவைகளேயாம்.—அம்புலென்ஸ் பண்டச்சாலையினுட் சென்றால் அங்கு அவரவரது புத்திநுட்பத்திற்கேற்றவாறு அனுபவ விசேஷங்களுக்கு இசைந்தவண்ணம் அநேகவிதமான ஸாதாரண சாமான்களும் ஸமயத்திற்கு அநுகூலமாய் உதவும். அதாவது யடித்த ஸமாசாரப்பத்திரிகைகள், குடைகள், கைத்தடிகள் முதலியவைகளும் சிறிய பலகைக் கழிகளுக்குப் பதிலாக சில ஸமயம் உபயோகிக்கவேண்டியவைகளாயிருக்கும்; அநேகம் கைக்குட்டைகள், மடித்தத் தலைப்பாகைகள், மடித்த குல்லாய்கள் முதலியவை அட்டைகளுக்குப் பதிலாக உபயோகிக்கத் தகுந்தவையாயுமிருக்கும்; இரத்தப்பெருக்கைத் தடுப்பதற்கான உபகரணங்களின் ஸ்தானத்தில் சில ஸமயம் டை யென்னும் கழுத்துப்பட்டையும் உபயோகிக்கக்கூடியதாகும்.

1. காயமுண்டவருக்கு முதலிற் செய்யவேண்டியவை யாவை? அவற்றைச் செய்யவேண்டிய வகைகளென்ன?

ஒரு நோயாளிக்கு நேர்ந்திருக்கும் பாதை இன்னதென்று தெரிந்துக்கொள்ளாமலும், அவனுக்குச் செய்யவேண்டிய உதவி இத்தகையதாயிருக்க வேண்டுமென்பதை நிச்சயித்துக்

* யுத்தத்தில் காயமடைந்தவருக்கு உபசாரம் செய்வதற்காக ஏற்பட்டுள்ள தேர்ச்சிபெற்ற வைத்தியர்களுடன் கூடிய ஒரு ஸங்கம் அல்லது கூட்டம் அம்புலென்ஸு எனப்படும்.

கொள்ளாமலும் திடீரென்று அவனை எவ்விதமாகவும் அசைக்கவே கூடாது. உதாரணமாக, உமக்கு எதிரில் ஒருவன் காயம்பட்டு அபாய நிலைமையில் விழுந்திருக்கிறான்; அப்பொழுது அவன் ஒரு சாலையோரத்தில் தாறுமாறாக மேடுபள்ளமாயிருக்கும் ஒரு மேட்டின் மேல் விழுந்துகிடந்து பெருமூச்செறிந்துகொண்டோ அல்லது ஒருவேளை பிரஞ்ஞையற்ற நிலைமையிலோ இருக்கிறான்; ஆனால் அவனுக்கு நேரிட்டிருப்பது இன்னதென்று நீர் ஒன்றும் வியக்தமாய் அறியமுடியாதபடி அவ்வாபத்து அவ்வளவு விரைவாக அவனுக்கு ஸம்பவித்தது. அப்பொழுது நீர் என்ன செய்வீர்? "இரத்தப்பெருக்கு உண்டா? இருந்தால் அது எவ்விடத்தில்?" என்பதையே நீர் முதன்முதல் கவனிக்கவேண்டும். இரண்டாவதாக "ஏதாவது எலும்பு சிதைவுற்றதா? அப்படியானால் எங்கே?" என்று கவனிக்கவேண்டியது. இரத்தப்பெருக்கு உண்டானால் உடனே அவ்விடத்தைச் சிறிது அழுத்திப் பிடித்து அதை நிறுத்தவேண்டும்; ஆனால் இரத்தப்பெருக்குண்டான பாகத்தில் கண்ணாடி முதலியவை புதைந்திராமலிருக்கின்றனவா வென்று உற்றுப் பார்க்கவேண்டும்; அப்பொழுது அவ்விடத்தை அழுத்துவது பிசகு. இரத்தப்பெருக்கெடுத்த கைகால் முதலிய அவயவங்களை உயர்த்திவைப்பதும், அவற்றை அமரிக்கையாக இருக்கச்செய்வதும் பிரதானமான காரியங்களாம். தமனிகளென்னும் செவ்விரத்தக்குழாய்களிலிருந்து இரத்தப்பெருக்கு (arterial bleeding) உண்டானால், காயமுண்டான இடத்திற்கு மேல் இரத்தக்குழாயைப் பிடித்து அமுக்கவேண்டும்; இரத்தம் பெரிய இரத்தக்குழாயிலிருந்து வேகமாய் வெளிவருமானால், கைகளால் அமுக்காமல் இரத்தத்தைக் கட்டுவதற்கான பந்தனத்தை (tourniquet)க்கொண்டு தகுந்தவாறு கட்டு கட்டவேண்டும். இரத்தப்பெருக்கு பலவகைகளாக ஏற்படுவதுண்டு; தமனிகளும் அநேக விதங்களுண்டு; என்றாலும் அவற்றையெல்லாம் விவரித்துக் கூறுவதற்கு இங்கிடமில்லை. அவற்றைப்பற்றிய விவரங்களைக் கற்க வேண்டுமென்றால், சித்திரப்படங்களமைந்த "காயமடைந்தவருக்கு உடனே செய்யவேண்டிய உதவிகள்" என்கிற விஷயங்களை யுணர்த்தும் புஸ்தகங்களைப் படிக்க வேண்டும்.

விரணத்தைச் சுத்தமான ஒரு கைக்குட்டையால் அல்லது கந்தையினால் உடனே மூடவேண்டும்; ஸாத்தியமானால் அந்த பாகத்தைக் குளிர்ந்த ஜலத்தில் வைத்துக் கழுவுவது நலம்; பிறகு இன்னும் சில கைக்குட்டைகளை கனமாக மடித்து, அவ்விடத்திற்குத் தகுந்த அகலமுள்ள ஒரு த்ரிகோண பந்தனத்தினால் கெட்டியாகச் சுற்றிக் கட்டிவிடவும். ஆனால் இவ்விதம் கட்டும்போது நீங்கள் கவனிக்க வேண்டிய விஷயங்கள் இரண்டு உண்டு: (1) விரணத்தில் வேதனையுண்டாகாதபடி முடியைப்போடவேண்டும்; (2) பந்தனத்தை எவ்வளவு அழுத்தமாகப் போட்டால் இரத்தவோட்டம் தடையுறாமலிருக்குமோ அவ்விதமாகக் கட்டவேண்டும். அடிக்கடியும் அப்யாஸம் செய்துவந்தால் தான் இதைச் செய்ய நன்றாகக் கற்க முடியும். இரத்தம் அதிகமாகப் பெருகும்போது செய்யப்படும் பந்தனத்தினால் (tourniquet) தற்காலம் அவ்வவயவத்தில் இரத்தவோட்டத்தை நிறுத்தலாமேயல்லாது, அரைமணி நேரத்திற்கு அதிகமாய் அவ்வாறு இரத்தவோட்டம் தடைப்படும்படி வைத்திருக்கக்கூடாது. இவ்வித பந்தனத்திற்கென்று ஒரு வகையான கட்டுத்துணி யேற்பட்டிருக்கின்றதானாலும், அவஸரம் நேரிட்டபோது கழுத்துப்பட்டையையும் (neck tie) அதற்காக உபயோகப்படுத்திக் கொள்ளலாம். ஏதேனும் தமனி (artery) யென்னும் இரத்தக்குழாய் அறுபட்டால் தான் மேற்கூறிய பந்தனம் அவசியமானது. அப்பொழுது ஒரு சிறு கல் அல்லது கொட்டையை எடுத்து உடைந்துபோன இரத்தக்குழாயின் முகத்தில் நேராக வைத்து, அது இரத்தக்குழாயை எலும்

பின் பக்கமாய் சாயும்படி எவ்வாறு தள்ளுமோ அவ்விதமாய் அமைத்து அழுத்திக் கட்டிவிடவும். அதற்கு மேல் அவ்வவயவத்தைச் சுற்றிலும் ஒரு துணியை நெகிழும்படிச் சுற்றி, முடிபோட்ட இடத்திற்கு நேராக ஒரு சிறிய கழியை நுழைத்து, இரத்தப்பெருக்கு நிற்குமளவும் கெட்டியாக முறுக்கவேண்டும்; பிறகு அச்சிறு கழியின் இரண்டு முனைகளையும் நேராக வைத்து கைக்குட்டைகளால் அல்லது கட்டுத்துணியினால் நன்கு கட்டிவிடவும். அப்பால் அரை மணிநேரத்திற்கெல்லாம் முறுக்குக் கட்டைச் சிறிது தளர்த்தவும்; அவசியமானால் மறுபடியும் முன்போலவே முறுக்கிக் கட்டிவிடவுங் கூடும். இந்த ஸந்தர்ப்பங்களில் எப்பொழுதும் ஒரு தேற்சிபெற்ற சஸ்திரசிகித்ஸை செய்யும் வைத்தியரை அழைத்து வருவதற்காவது, உங்களுடைய பிணியாளியை ஆஸ்பத்ரிக்குக் கொண்டு போகவாவது உடனே முயற்சி செய்யவேண்டும்.

ஏதேனும் எலும்பு ஒடிந்திருப்பதாகத் தெரிந்தால், காயம்பட்ட அவயவம் கூடுமான வரையில் அசையாமலிருக்கும்படி ஏற்பாடு செய்வதிலேயே கண்ணும் கருத்துமாயிருக்க வேண்டும். இவ்விதம் நேர்ந்திருக்கையில் எவ்விடத்தில் எலும்பு ஒடிந்து விட்டதோ அவ்விடத்தில் பலகைபோன்ற கழிகளைக் கீழும் மேலும் வைத்துக் கட்டவேண்டும்; அக்கழிகளின் முனைகள் காயம்பட்ட இடத்திற்குக் கீழும், அதற்கு மேலும் (எலும்புகள் இணைக்கப்பட்ட இடத்திற்குமேல்) நீண்டிருக்கும்படி, அமைத்துக் கட்டுவது அவசியம்; காயம்பட்ட இடத்திற்கு மேலும் அதற்குக் கீழும் இரண்டு கட்டுகள் போடவேண்டும்; ஆனால் காயம்பட்ட இடத்தின்மேல் நேராக முடிபோடக் கூடாது. அவயவம் ஏதாவது நெருப்பு முதலியதால் எரிக்கப்பட்டிருந்தால் அவ்விடங்களில் கூடுமான சீக்கிரத்தில் காற்றுப் புகாதபடி உடனே தகுந்த ஏற்பாடு செய்யவேண்டும்.

அநேக வகையான அபாயங்களால் பற்பல விதமான காயங்கள் ஏற்படுவதுண்டு; அவற்றிற்குச் சிகித்ஸைகளின் கிரமமும் பலவாறு ஏற்பட்டிருக்கின்றன; ஆனால் அவற்றையெல்லாம் இங்கு விவரிக்கமுடியாது. இப்பொழுது உங்களுடைய பிணியாளிக்குச் செய்யவேண்டிய உதவிகளில் இரண்டாவது உபாயங்களைப் பற்றிச் சிறிது கூறுவோம்.

2. காயமுண்டவனைப் பிடிப்பதும், எடுப்பதும், வேறோரிடத்திற்குக் கொண்டுபோவதும் எப்படி என்கிற விஷயங்களே இப்பொழுது கவனிக்கவேண்டியவையாம். ஆனால் இது நேரில் செய்து காட்டக்கூடியதே யல்லாது எழுதி அறிவிப்பதென்பது அவ்வளவு ஸாத்தியமானதல்ல; ஆயினும் அடியில் கூறப்படும் சில ஸாதாரண நியமங்கள் உங்களுக்கு உபயோகமாயிருக்கும். சரீரத்திற்கு எவ்விதமான சிதைவு நேரிட்டிருந்தபோதிலும், அப்பிணியாளியை நேராக விடாமல்கெட்டியாகப் பிடித்துக்கொண்டு, பதமையாகவும் அமைதியாகவும் எடுத்துக்கொண்டு போகவேண்டியது அவசியம். எப்பொழுதும் சிதைவுண்ட கை கால் முதலிய அவயவங்களை காயம்பட்ட இடத்திற்கு அடியிலும் மேலும் பிடித்துக்கொள்ள வேண்டும்; வேறு இடங்களில் எலும்பு ஒடிந்திருப்பதாக ஸந்தேஹமிருந்தால், அவ்விடத்திற்கு அடியில் கையை ஆதாரமாக வைத்து வெகு ஸாமர்த்தியமாக அதிர்ச்சியுண்டுபண்ணாமலும், பிடித்துக்கொண்ட இடத்திலிருந்து கையை நழுவ விடாமலும் பிணியாளியைப் பற்றிக்கொள்ளவேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் வலி சிறிது பொறுக்கக் கூடியதாவதுடன், ஏற்கனவே சிதைவுண்ட இடத்தில் வேறு வகையான சிதைவுகள் நேரிடாமலுமிருக்கும்; கழிகளை காயமுண்ட இடத்தில் ஆதாரமாகக் கீழும் மேலும் வைத்துக் கட்டும் வரையிலும் நோயாளியை இவ்விதமாக வெகு ஜாக்கிரதையாய் பிடித்துக்கொண்டிருப்பது அவசியம். அடியுண்ட மனிதன் உட்காரக்கூடிய நிலைமையிலிருந்தால் இரண்டு மனிதர்கள் ஒருவருக்கொருவர் கைகளைக் கோத்துத் தழுவிக்

கொண்டு அப்பிணியாளியை எடுத்துக்கொள்ளலாம். பிணியாளியை எடுத்துக்கொண்டு போக ஏணத்திற்காகப் பெரிய வஸ்திரங்களை யாவது உபயோகிக்கலாம்; இரண்டு பேருடைய மேற்சட்டைகளைக் கழற்றி, அவற்றின் பொத்தான்களை மீண்டும் பிணைத்து, கால் பக்கத்தில் ஒரு சட்டையும், இடுப்புக்கு மேல் ஒரு சட்டையும் வரும்படி அமைத்து, பொத்தான்களைப் பூட்டிய பாகத்திற்கு நேராக, அவ்விடத்தில் கிடைக்கக்கூடிய மூங்கிற்கழியையோ வேறு மரக்கிளையையோ நுழைத்துக் கொள்ளவும்; இதற்குமுன் அத்துணியினால் அல்லது மேற்சட்டைகளாலான ஏணத்திற்குள் பிணியாளியை மெல்லென எடுத்துப்படுக்க விடவேண்டும். ஆனால் ஏணம் தயாராவதற்கு முன் நோயாளியை எடுக்கவோ அசைக்கவோ முயலக் கூடாது. பிணியாளிக்கு கால்கள் முறிந்திருந்தாலும், முள்ளந்தண்டு ஏதேனும் சிதைவுற்றிருந்தாலும், சிறிது அகன்ற பலகை அல்லது அதைப்போல் வளைந்து ஒடியக்கூடாத ஒரு ஆதாரத்தை ஏற்படுத்தி, அதில் பிணியாளியை அசையாமல் எடுத்துவிட்டுக் கொண்டு போகவேண்டும்.

3. திடீரென்று நேரிட்ட அபாயத்தினால் பிணியாளி திகிலடைந்து அதிர்ச்சிகொள்ளாமல் அவனைப் பாதுகாக்கவேண்டியது மூன்றாவதும் மிகவும் இன்றியமையாததுமான விஷயம். அப்படியுண்டாகும் அதிர்ச்சியினால் தேஹச்சூடு குறைந்துபோய் சீதளம் அதிகரிக்குமாகையால், அப்பொழுது முதலில் புட்டிகளில் உஷ்ணஜலம் நிரப்பி அவற்றை உடம்பின் இரு புறங்களிலும் அணைத்தாற்போல் வைப்பதும், சூட்டைக் காக்கக்கூடிய வஸ்திரங்களை அதிக கனமில்லாமல் போர்ப்பதும் அவசியம். நோயாளி ஞாபக சக்தியுடையவனாயிருந்தால், அவனுக்குச்சூடான பால், காபி முதலியவற்றைக் கொடுக்கவேண்டும்; ஆனால் தற்காலம் சிறிது குணந்தரத் தக்கதுபோல் தோற்றுவதும், பிறகு இந்நிலைமையிலுள்ளவருக்குப் பெருந்தீங்கு விளைவிக்கக்கூடியதுமான மத்யம் முதலிய பானவகைகளைக் கொடுப்பது உசிதமன்று. ஞாபக சக்தியற்றிருப்பவனுக்கு எதையும் வாய்க்குள் செலுத்தக் கூடாது.

4. பிணியாளியைக் காப்பாற்றும் விஷயத்தில் அவனிடமும், அவனைச்சேர்ந்தவரிடமும் உண்மையான இரக்கத்தைக் காட்டவேண்டுவது மனிதப்பிரவிக்கு ஏற்பட்ட மிக முக்கியமான கடமைகளில் ஒன்றும். அப்பொழுது உபசாரம் செய்பவரான நீங்களும் உங்களுடைய பிணியாளியும் எவ்விதத்திலும் வேறுபட்டவரல்லவென்பதை வார்த்தைகளாலும் நடவடிக்கைகளாலும் காட்டிக்கொண்டால் பிணியாளிக்கு மிகவும் தைரியமுண்டாய், மற்ற உபசாரங்களில் ஏதாவது குறைவு நேரிடுவதாலும் பாதகமுண்டாகாமல் அவனுக்கு அமைதியுண்டாகும்.

மேற்கூறிய விஷயங்கள் இந்த யுத்தகாலத்தில் பெரும்பான்மையான ஜனங்களும் அறிந்திருக்க வேண்டியவையாயிருப்பதுடன், ஸாதாரணகாலங்களிலும் மனிதருக்கு அநேகவிதமான அபாயங்களால் தேஹத்தில் சிதைவுகள் ஏற்படுவதும் ஸஹஜமாதலால், மேற்கூறிய வெகு ஸங்கிரஹமான கோட்பாடுகளெல்லாம் கவனிக்கப்படுமானால் அவை ஒவ்வொருவருக்கும் அநேக ஸமயங்களில் பிராணாபாயத்தினின்றும் மீட்சி பெறுவதற்கு உத்தமமான உபாயங்களாகும்.

CURATIVE SPRINGS IN MADRAS.

சென்னை ராஜதானியில் பிணியகற்றும் ஊற்றுகள்.

புண்ணிய தீர்த்தங்களென்றும், அவற்றில் ஸ்நானம் செய்தாலும் அவற்றைப் பருகுவதாலும் அநேகம் வியாதிகளென்ன மானஸிகதோஷங்களென்ன இவை விலக்கப்படலாமென்றும் இவ்விந்திய நாட்டிலுள்ள ஜனங்களனைவருக்குமே பண்டைக்காலமுதல் விசேஷ நம்பிக்கை யொன்றுண்டு. மந்திரங்களை யோதி மானிடரையும் மிருகங்களையும் வசப்படுத்தலாமென்று நமது பெரியோர் வழங்கிவந்ததை இக்காலத்திய நவீன

நாகரிகர்கள் சிலர் நகைப்புக்கிடமாகக் கருதினராயினும், இப்பொழுது அக்கொள்கையையே வேறு பெயரிட்டு மெஸ்மிரிஸமென்றும் ஹிப்னடிஸமென்றும் கூறியழைக்க அவ்வித விஷயங்களில் இக்காலத்தியவருக்கு ஒருவாறு நம்பிக்கையுண்டாவதுபோல், தற்காலத்திய சாஸ்திர விற்பன்னர்கள் சிற்சில ஆராய்ச்சிகளைச் செய்து அநேகம் ஊற்றுகளிலும், குளம் முதலியவற்றிலுமுள்ள ஜலங்கள் பலவிதமான பிணிகளையகற்றுவதற்கான சிறந்தகுணங்களுடையவையென்று அபிப்பிராயம் அறிவிப்பாராயின், அப்பால் அந்த ஜலங்களில் விசேஷ பிரபாவமுண்டென்று இந்தியர்களில் நாகரிகம் மேலிட்ட ஜனங்களுக்கும் விச்வாஸமுண்டாய் வருகின்றது. நமது தேசத்து ஜனங்களுக்கு இத்தேசத்தில் நெடுநாட்களாய் வழங்கப்பட்டுவரும் இவ்வித விஷயங்களில் காலக்கிரமத்தில் விச்வாஸக்குறைவு உண்டாவதற்கும், தற்காலத்திய சாஸ்திரவல்லோர் கூறும் விஷயங்களில் புதிதாக விசேஷமான நம்பிக்கையுண்டாவதற்கும் தகுந்த முகாந்தரங்களில்லாமற் போகவில்லை. முன்னால் புண்ணியநதிகளென்றும், புஷ்கரிணிகளென்றும், மற்றும் புனிதமான தீர்த்தங்களென்றும் பெரும்புகழ் பெற்றிருந்த பரிசுத்த ஜலங்களில் ஜனங்கள் கோடிக்கணக்காக ஸ்நானம் செய்துவந்து, அவரவரது தேஹ மனஸ்ஸுக்களைப் பற்றிய தோஷங்களையும் வியாதிகளையும் பரிஹரித்துக்கொண்டு வந்தாரென்பது உண்மை. ஆனால் காலக்கிரமத்தில் அநேகம் புண்ணிய தீர்த்தங்களிருந்த விடங்களில் மேன்மேலும் புதிதாக ஜலம் வருவதற்கு வகையில்லாமற் போனதாலும், அபரிமிதமான ஜனங்கள் இறங்கி ஸ்நானம்செய்து ஜலம் தோஷங்கள் நிரம்பியதாய்விட்டபடியாலும், முன்னிருந்த வியாதி பரிஹார சக்தியானது அப்புண்ணிய தீர்த்தங்களுக்கு மிகவும் குறைந்தும் அழிந்தும் போயிற்று. அவ்வாறு முன்னால் மிகப் பிரக்யாதி பெற்றவையும், இப்பொழுது கண்ணால் பார்ப்பதற்கும் வழங்காதவையுமான அநேகம் புஷ்கரிணிகளையும், சுனைகளையும் மஹத்தான தேவாலயங்களுக்கு அருகிலும், வேறிடங்களிலும் காணலாம். முற்காலத்தில் ஒவ்வோரிடத்தில் புண்ணிய தீர்த்தங்கள் ஏற்பட்டு அவற்றால் ஜனங்கள் புனிதமானதுபோல், இக்காலத்தில் வேறிடங்களிலும் அவ்விதமான புண்ணிய தீர்த்தங்கள் புதிதாக ஏற்படக்கூடும்; புண்ணிய தீர்த்தமென்றால்—சரீரத்திலுள்ள பிணி முதலிய தோஷங்களைப் போக்கி ஆரோக்கிய நிலைமையையும் விருத்தி செய்து, அதன்மூலமாய் ஆனந்தமுமளிக்கவல்ல மிகச் சிறந்த குணம் வாய்ந்ததான ஜலம் எனக் கருத்தாம். இவ்வித குணங்கள் எந்தெந்த விடங்களிலுள்ள ஜலத்தில் எவ்வாறு அமைந்திருக்கின்றனவென்று இக்காலத்திய சாஸ்திர நிபுணர்கள் பற்பல பரிசோதனைகளைச் செய்து, இறுதியில் தத்துவங்களை விளங்கக் கூறுகின்றனர். இப்பொழுது, பம்பாய்ராஜதானியில் அநேகமிடங்களில் ஜலங்களைப் பரிசோதித்து வந்த டாக்டர் ஏ. ஸ்டைசென் என்பவரைக் கொண்டு சென்னைராஜதானியிலும் ஆங்காங்குள்ள ஊற்று முதலியவற்றின் குணங்களைப் பரீக்ஷிப்பதற்காகக் கவர்ன்மெண்டார் ஓர் உத்தரவு பிறப்பித்திருப்பதாகவும், அதன்மேல் டாக்டர் ஸ்டைசென் சேலம், கடப்பை, கர்நூல் இந்த ஜில்லாக்களின் சில விடங்களிலுள்ள ஊற்றுகளைப் பரிசோதித்ததாகவும் அறிகிறோம். கடப்பை, கர்நூல் இந்த ஜில்லாக்களிலுள்ள ஹோங்காரம், மஹாநந்தி என்கிற விடங்களிலிருக்கும் இரண்டு ஊற்றுகளும் அவர் பரிசோதனை செய்தவைகளுள் மிகவும் முக்கியமானவையென்று கருதப்படுகிறது. அதிலும் மஹாநந்தியின் ஊற்று நீர் மிகவும் அதிகமான வீர்யமுள்ளதென்றும், அவ்விடங்களுக்கு அருகில் பெரும்பாலும் காரீயச் சுரங்கங்கள் இருக்கக் கூடுமென்றும், அதனாலேயே இவ்வித குணம் விசேஷமாக இதற்கு ஏற்பட்டிருக்கலாமென்றும் அவர் அபிப்பிராயப்படுகிறார். ஆனால், காரீயச்சுரங்கங்களில் ஸம்பந்தப்பட்ட ஜலம் வாதரோகங்களையுண்டுபண்ணக் கூடியதென்று வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயப்படுவராயினும், நேரில் ஈயத்தில் ஸம்பந்தப்படாமல் அதன் வாடையினால் வேறுவிதமான வீர்யம் இந்த ஜலத்திற்கு ஏற்பட்டிருக்கக் கூடுமென்று நம்புகிறோம். வெகு நாட்களாகவே புண்ணிய தீர்த்தங்களென்று கொண்டாடப்படுபவையும், இக்காலத்தில் இன்னும் சீரழியாமலிருப்பவையுமான சில ஊற்றுகள் அல்லது கிணறு முதலியவற்றின் ஜலத்தைப் பரிசோதித்துப் பார்த்தால், அவற்றில் ரேடியம் என்கிற ஒருவித சக்தியிருப்பதாகவும், அதனால் சரீரத்திலுள்ள வாதநோய் முதலியவைகள் தீருமென்றும் டாக்டர் ஸ்டைசென் அறிவிக்கிறார். முன்னால் மொண்டிகளும் முடவர்களும் சில புண்ணிய தீர்த்தங்களில் ஸ்நானம் செய்துவர அவர்கள் ஸௌக்கியமடைந்ததாக நம் பெரியோர்கள் கதையாகக் கூறுவதையும், புராணம் அல்லது இதிஹாஸங்களில் மொழியப்பட்டிருப்பதையும் நாம் அறிவோம். இப்பொழுது ரேடியச் சக்தியினால் (radio-activity) ஊற்று நீர் முதலியவைகள் வாதநோய்களைப் போக்குமென்று டாக்டர் ஸ்டைசென் அபிப்பிராயப்படுவதால், அவ்வாறு நமது பெரியோர்களும் புராணேதிஹாஸங்களும் கூறிய விஷயங்

களில் புதிதாக நமக்கு விசேஷமான விச்வாஸ மேற்படுகின்றது.

கடப்பை முதலிய பிரதேசங்களில் ஆரோக்கியமளிக்கவல்ல ஊற்றுகள் இருக்கின்றனவென்பது வாஸ்தவமாயினும், அப்பிரதேசங்கள் பெரும்பாலும் விஷமஜ்வரம் முதலிய வியாதிகளுக்கு இருப்பிடமாக ஆய்விட்டதால், அவ்வூற்றுகளுக்குள்ள சிறந்த யோக்கியதைக்கும் குறைவு நேரிடக்கூடும். கற்பாங்கான பிரதேசங்களில் ஊற்று நீர்களுக்கு ரேடியச்சக்தி அதிகமாயிருக்குமென்றும் தோற்றுகிறது; ஆகவே கர்நூல், கடப்பை, இவ்விடங்களிலுள்ள ஊற்றுகளுக்கு வீர்யம் விசேஷமாகவும், சேலம்ஜில்லாவிலுள்ள ஊற்றுகளுக்கு ரேடியச்சக்தியென்னும் வீர்யம் குறைவாகவும் ஏற்பட்டிருப்பதாகக் கருதுகின்றனர்.

இதைப்பற்றி இறுதியில் நாம் சுருக்கமாகக் கூறுவதென்னவென்றால்—வியாதிகளைப் போக்குவதற்கும், ஆரோக்கியத்தை நிலைநிறுத்துவதற்கும் பலவாறான ஔஷதங்களைப்போல மிகப் பரிசுத்தமான வாயுவும், நிர்மலமான புண்ணிய தீர்த்தங்களும் எவ்வகையிலும் பயன்படக்கூடியவை, அல்லது சில ஸமயங்களில் ஔஷதங்களைவிட அஸாத்தியமான வியாதிகளைப் போக்க புண்ணிய ஜலஸ்நானமே மேலானதாகவுமிருக்கின்றதென்பதேயாம்.

A LESSON ON MALARIA.

விஷம ஜ்வரத்தைப்பற்றிய பாடம்.

இந்தியாவில் முறைக்காய்ச்சல் என்னும் விஷம ஜ்வரத்தினால் ஜனங்கள் விசேஷமாய் பீடிக்கப்படுவதை நோக்கி, அவ்வியாதியைத் தடுத்துக்கொள்ளவும், வந்த பிறகு அதை நிவ்ருத்திக்கவும் வேண்டிய சில உபாயங்களை ஜனங்களுக்கு அறிவித்து, அவர்களுக்கு அதனால் நேரிடும் கஷ்ட நஷ்டங்களை ஒருவாறு நிவ்ருத்திக்கலாமென்று நினைத்து அடியில் வரும் விஷயங்களைப்பற்றி சில நாட்களுக்கு முன் கவர்ன்மெண்டார் ஒரு சுற்றுக்கடிதம் பிரசுரித்திருக்கிறார்கள். பின்வருமாறு அதில் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

இந்தியாவில் சற்றேறக்குறைய எல்லா மனிதருமே ஒரு ஸமயம் இல்லாவிட்டால் மற்றொரு ஸமயமாவது விஷம ஜ்வரத்தினால் பீடிக்கப்படுகின்றனர். ப்ளேக் என்னும் மஹா மாரி மிகவும் பயங்கரமானதென்று நாம் எண்ணுகிறோம்; ஆகிலும் பிரதி வருஷமும் மஹா மாரியினால் மாண்டு போகிறவர்களைக் காட்டிலும் விஷம ஜ்வரத்தினால் அதிக ஜனங்கள் இறந்து வருகிறார்கள். அவ்வியாதி ஸம்பவித்து நிவாரணமான பிறகு கூட ஜனங்கள் பலவித ஸங்கடங்களை அனுபவிக்கின்றனர். பிணியினால் வருந்தும்போது அவரவரது வேலைகளைச் செய்துகொள்ள ஸாத்தியப்படாமலும், ஸம்பாதிக்க முடியாமலும், ஏற்கனவே ஸம்பாதித்திருப்பதை விரயம் செய்துகொண்டும் பலவகையில் நஷ்டப்படுகின்றனர். பள்ளியிற் படிக்கும் சிறுவர்களும் ஜ்வரத்தினால் வருந்தும்போது அவர்களுடைய பாடங்களைப் படிக்க முடியாமல் கஷ்டப்படவேண்டி நேரிடுகிறது.

ஜ்வரத்திற்குக் காரணமென்ன? மிகவும் அணுப்பிரமாணமான வழ வழப்புள்ள ஒரு சிறிய ஜீவ வஸ்து நமது இரத்தத்திற் புகுந்து ஜ்வரமுண்டாகுமாறு அதில் விஷத்தன்மையை விருத்தி செய்கின்றது. இந்த ஜீவன்கள் மிகவும் நுண்ணியவை யாதலால், ஸூக்ஷ்மதர்சனயந்திரமென்னும் கருவியின் உதவியைக் கொண்டல்லாது வேறு வகையில் காணக்கூடியவை யல்ல; இவை ஜ்வரமுண்டாயிருக்குந் தருணத்தில் நமது இரத்தத்தில் கோடிக் கணக்காகச் செழித்திருக்கும். அந்த நுண்ணுயிர்களை நாம் சீக்கிரத்தில் கொன்றுவிட்டால் ஜ்வரத்திலிருந்து நாம் சீக்கிரம் நிவ்ருத்தியடைவோம். ஆனால் நாம் அந்நுண்ணுயிர்கள் நமது இரத்தத்தில் பிரவேசிக்காதபடி முன் ஜாக்கிரதையுடன் இருந்துவந்தால் நமக்கு ஜ்வரமே உண்டாகாது. இவ்விரண்டில் இது தரமானது?

இந்த நுண்ணுயிர்கள் நமது இரத்தத்தில் வந்து சேருவதெப்படி? நமக்கு அருகில் வஸிக்கும் எவராவது ஜ்வரத்துடன் கூடியவராயிருந்தால் அவருடைய இரத்தம் அவ்வித நுண்ணுயிர்கள் நிரம்பியதாயிருக்கும். அப்பொழுது ஒரு கொசு அம் மனிதனைக் கடித்து அவனது இரத்தத்தைக் குடிக்கும்; ஆகவே அந்த நுண்ணிய ஜீவன்களில் சில அக் கொசுவின் சரீரத்தினுள் ஸம்பந்திக்கின்றன. கொசு வேண்டியவளவு இரத்தத்தைக் குடித்தவுடனே ஓடிப்போய் எங்கேயாவது சிறிது நேரம் பதுங்கித் தூங்கும். பிறகு அதற்குப் பசியுண்டாய் மற்றொரு மனிதனிடம் சென்று அவனைக் கடிக்கும். அது கடிக்கும்போது முன் அதன் சரீரத்திற் புகுந்த நுண்ணுயிர்களில் சில அக் கொசுவினிடமிருந்து வெளிப்பட்டு இரண்டாவது மனிதனுடைய இரத்தத்தில் பிரவேசிக்கின்றன. சில நாட்களில் அவை அம் மனிதனுடைய இரத்தத்திலும் எண்ணிறந்தவைகளாய் செழித்து வளரும்; அப்பால் அவ்விரண்டாவது மனிதனுக்கும் ஜ்வர முண்டாகின்றது.

இவ்வாறு ஒரு மனிதனிடமிருந்து மற்றொரு மனிதனிடம் கொசுக்களே ஜ்வரத்தைப் பரவச் செய்

கின்றன. ஆகையினால் எல்லாக் கொசுக்களையும் நாம் அழித்துவிட்டோமானால் ஜ்வரத்தையும் தடுத்தவராவோம். இந்தியாவில் அளவற்ற கொசுக்கள் இருப்பதால் அவையனைத்தையும் நாம் அழித்துவிடுவது ஆகாத காரியமென்றாலும், அடியில் வரும் முறைப்படி செய்தால் அவற்றில் பெரும்பான்மையானவற்றையும் அழித்துவிடலாம்.

பெண் கொசுக்கள் பெட்டைக் கோழிகளைப் போலவே முட்டையிடும். குட்டைகளிலும், கிணறுகளிலும், மற்றும் எவ்வெவ் விடங்களில் ஓட்டமில்லாமல் ஜலம் தங்கி நிற்கின்றதோ அவ்விடங்களிலும் அதாவது தகர டப்பிகள் அல்லது பானைகளிலும் உள்ள ஜலத்தின் மேற்பாகத்தில் இம் முட்டைகள் இடப்பட்டிருக்கும். இந்த முட்டைகள் ஒட்டடைக் கொப்பான நிறமுடையவைகளாய் சில தானியங்களைப்போல் ஜலத்தின் மேல் மிதந்துகொண்டிருக்கும். சரியான பக்குவதசை வந்தபோது கொசுக் குஞ்சுகள் முட்டைகளிலிருந்து வெளிவரும்; அவை சில புழுக்களைப்போல் தோற்றும்; முட்டைகள் மிதந்துகொண்டிருந்த ஜலத்திலேயே இருந்து வரும். இப் புழுக்களைப்போன்ற குஞ்சுகள் ஜலத்திற்குள்ளேயே மீன்களைப்போல் இருந்து வர முடியாதாகையால், அடிக்கடி வெளியில் காற்றுக்காக ஜலத்தின் மேற் புறத்திற்கு வரும். அவற்றை ஜலத்தின் மேற்புறத்தில் வரக்கூடாதபடி தடுத்து விட்டால், காற்றில்லாமையினால் அவை ஜலத்துக்குள்ளேயே செத்துப் போய் விடும். சிறிது கிரோஸினெண்ணெயை ஜலத்தின்மேல் சேர்த்து இக்காரியத்தை நாம் நிறைவேற்றுவது எளிது. இது எண்ணெயானதால் ஜலத்தின் மேல் முடியவும் ஒரு போர்வையை அல்லது சர்மத்தைப்போல் பரவி ஜலத்தின் மேற்பாகத்தை மூடிவிடுமாகையால் ஜலத்தின் உட்புறமிருந்து கொசுக்குஞ்சுகள் வெளிவந்து காற்று வாங்கமுடியாமல் அடியிலிருந்தவாறே அழிந்துவிடுகின்றன. சிறிய குட்டைகளிலும், குளங்களிலும், மட்பானை அல்லது தகர டப்பிகளிலும், கிணறுகளிலுமுள்ள ஜலத்தை வெளிப்படுத்தி அவற்றில் சிறிதும் நீர் இல்லாமலே செய்துவிட்டோமானால் கொசுக்குஞ்சுகள் ஒன்றுமே இராதபடி செய்துவிடலாம்.

மேற்கூறிய கொசுக்குஞ்சுகள் பெரிதான பிறகு ஜலத்திலிருந்து வெளிவந்து (எலிப்புழு அல்லது கம்பளிப்பூச்சியானது வண்ணாரப் பூச்சியாவதுபோலவே) கொசுவாகவே மாறி வெளியிற் பறந்தோடுகின்றன. பகற்பொழுதில் மூலைமுடுக்குகளிற் பதுங்கியிருந்து அவை நித்திரைபோகும்; மாலை நேரத்தில் அவை பசியுடன் எவரையாவது கடிக்கப் பார்க்கும். ஆகவே நாம் படுத்துத் தூங்கும்போது நம்மைக் கொசுக்கள் கடிக்காமலிருக்கும்படி செய்துகொள்ளவேண்டும். சில ஜனங்கள் கொசு வலைகளுக்குள்ளும், வேறு சிலர் தமது உடம்பையும் முகத்தையும் மூடிக்கொண்டும் படுத்து நித்திரைபோவது வழக்கம். நாம் ஸாத்தியமான வரையில் எவ்வுபாயங்களைக் கொண்டேனும் கொசுக்கள் கடிக்காமல் நம்மைப் பாதுகாத்துக்கொண்டோமானால் நமக்கு ஜ்வரம் வருவதையும் தடுத்தவராவோம்.

இந்தியாவில் சில விடங்களில் ஒரேமாதிரி ஏககாலத்தில் ஜனங்கள் ஜ்வரத்துடன் வருந்துவதுண்டு. அவர்கள் தாம் வஸிக்குமிடத்திற்கு அருகிலுள்ள குளம் குட்டைகளிலும் பானை முதலியவற்றிலுமிருக்கும் ஜலங்களை அப்புறப்படுத்திவிட்டு, மிச்சமுள்ள ஜலத்தின்மேல் கிரோஸினெண்ணெயை ஊற்றிவிட்டால் பெரும்பான்மையான கொசுக்களையும் கொன்றுவிடலாமல்லவா? மேலும் அவர்கள் தமது உடம்புகளை முற்றிலும் போர்வைகளால் மூடிக்கொண்டு நித்திரைபோனால் ஏதேனும் மிகுந்துள்ள கொசுக்களும் கடிக்காமல் தம்மைக் காத்துக்கொள்ளலாம். இவ்வுபாயங்களின் மூலமாய் ஜ்வரம் வராதபடி அவர்கள் தம்மைத் தாமே பாதுகாத்துக்கொள்ளக் கூடும். இதர தேசத்திலுள்ள ஜனங்கள் செய்வதுபோல் இந்திய ஜனங்களும் செய்வதற்கு அவ்வளவு திறமைசாலிகளல்லவா?

ஆனால் ஒரு மனிதன் ஜ்வரமுண்டாய் வருந்தும்படி அவ்வளவு துரத்ருஷ்டசாலியாயிருந்தால் அவன் செய்யவேண்டியதென்ன? சில நுண்ணுயிர்கள் அவனுடைய இரத்தத்திலிருந்துகொண்டு ஜ்வரத்தையுண்டாக்குகின்றனவாதலால், அச்சிறு ஜீவன்களை அழிக்க முயலவேண்டும். அவற்றைக் கொல்லுந்தன்மையுள்ள கொய்னா என்கிற ஔஷதம் ஒன்றுண்டென்று பலருக்கும் தெரிந்த விஷயம். தபாலாபீசுகளில் இவ்வௌஷதம் வெகு மெலிவான விலைக்குக் கிடைக்கும். நாம் சிறிதளவு கொய்னாவை உட்கொண்டால் அவ்வௌஷதம் இரத்தத்தில் சேர்ந்து நுண்ணுயிர்களைக் கொன்றுவிடும். கொய்னா கசப்பாகவிருந்தபோதிலும் சிலநாள் வரையில் அதை உபயோகித்துவரவேண்டும்; பிறகு நமது இரத்தத்தில் கொய்னா நிரம்பவும் சேர்ந்து அந்த நுண்ணுயிர்கள் ஜீவித்திருக்க முடியாமற் போய்விடுமாகையால், அப்பால் நாம் ஜ்வரத்துடன் வருந்தவேண்டியும் நேரிடாது. கொய்னாவை அதிகம் உபயோகித்து வந்தால் பிறகு காதுகளில் இறைத்தலுண்டாய் காது மந்தப்படுவதுண்டு; ஆனால் நமக்கு அதனால் கெடுதல் ஒன்றுமில்லை. அவ்விதம் காதுகளில் இரைத்தலுண்டாகும் வரையில் கொய்னாவை உட்கொண்டுவரலாமென்பதற்கு அதை அறிகுறியாகக் கொள்ளலாம். ஆனால் நாம் கொய்னாவை உபயோகிப்பதற்கு முன் ஆமணக்கெண்ணெயைப் போன்ற ஏதேனும் ஒன்றை விரேசனமாகும்படி உட்கொள்வது நலம்.

ஜ்வரம் நின்றவுடனே சிலர் கொய்னா சாப்பிடுவதையும் நிறுத்திவிடுகின்றனர்; ஆனால் மேன்மேலும் பிறகுகூட சில நாள் வரையில் அதை விசேஷமாக உபயோகித்து வருவது அவசியம். நாம் வேண்டிய வளவு சிலநாட்கள் வரையில் கொய்னாவை யுட்கொள்ளாவிட்டால், ஜ்வரம் விட்டபிறகுகூட நமது இரத்தத்தில் சில நுண்ணுயிர்கள் சாகாமல் மிகுந்து அநேக நாள் வரையில் அமைதியாயிருந்து பிறகு மீண்டும் வளரத் தொடங்கும்.

ஒரு மனிதன் வெகு நாட்களளவும் இந்த ஜ்வரத்தினால் பீடிக்கப்படுவானானால், வயிற்றிலுள்ள ப்லீஹமென்னும் அவயவம் பிணிகொண்டு வீங்கத் தொடங்கும். இக்காரணத்தினால் குழந்தைகளுக்கே ப்லீஹம் விசேஷமாகப் பருத்துவிடுவது வழக்கம். இந்த நுண்ணுயிர்கள் எந்த மனிதனுடைய இரத்தத்தில் விசேஷமாக நிரம்பியிருக்கின்றனவோ அவனைக் கடிக்கும் கொசுக்கள் மற்றொரு மனிதனையும் கடிக்குமானால் அவனுடைய இரத்தமும் விஷத்தன்மையைப் பெற்று அவனுக்கும் ஜ்வரமுண்டாய் விடுகிறது. ஆகவே ப்லீஹம் வீங்கிப்போன அம்மனிதன் தன்னுடைய சரீரத்தைக் காத்துக்கொண்டு தான் நன்மை பெறுவதற்காகவும், தன்னைச்சுற்றிலும் வஸிப்பவருடைய நன்மைக்காகவும் ஔஷதமுண்ணவேண்டியது கடமையாம். இதற்கு சிலாக்கியமான ஔஷதம் கொய்னாதான்; அதைத் தனியாக உட்கொண்டாலும் சரி, அல்லது வேறு ஏதேனும் பலந்தரும் மருந்துகளுடன் கலந்து உட்கொண்டாலும் சரி எவ்விதமேனும் அதை உபயோகிப்பது அவசியம், உமக்கு ஸமீபத்தில் வைத்தியர் இருந்தாலும் அவரிடம் சென்று தகுந்தமாதிரி அதை பலந்தரும் ஔஷதங்களுடன் கலந்து கொடுக்கச் செய்யலாம். அவ்விதம் செய்துவந்தால் பருத்துப்போன ப்லீஹம் மீண்டும் இயற்கைத் தன்மையைப் பெறும். இவ்வாறு செய்தால் உம்முடைய சரீரம் பலம் பெறும். மற்றவருக்கும் உம்மால் தீங்கு நேரிடாது. ஆகவே நீர் நினைவில் வைத்திருக்கவேண்டிய மூன்று அல்லது நான்கு விஷயங்கள் உண்டு :—

(1) கொசுக் குஞ்சுகள் வளருமாறு கண்ட விடங்களிலும் ஜலத்தைத் தேக்கவிடக்கூடாது.

(2) கொசுக்கள் உம்மைக்கடிக்கும்படி அஜாக்கிரதையாய் உடம்பைத் திறந்து வைத்திருக்கக் கூடாது.

(3) உமக்கு ஜ்வரம் வந்தால் நீர் வேண்டிய வளவு கொய்னாவை உட்கொள்ளவேண்டும்.

(4) உமக்கு ப்லீஹம் பருத்துப்போயிருந்தால் அதற்காக வைத்தியர்களிடம் ஔஷதம் வாங்கி உபயோகிக்கவேண்டும்.

RESPIRATION AND ITS USES.

ச்வாஸமும் அதன் உபயோகமும்.

ஜங்கம ஸ்த்தாவரங்களான எல்லா ஜீவன்களும் தங்களுயிரைத் தாங்குவதற்கும், தொழில்கள் கிரமமாய் நடப்பதற்கும் உணவுகளைப்போல் ஆகாயத்தையும் அபேக்ஷிக்கின்றன. ஆகாயம் அல்லது வாயுவானது இவற்றின் உட்பகுதிகளிலும் வேண்டிய வளவு செல்லவேண்டும். வாயு இவ்வாறு புகுந்து சரீரத்திற் பரம்புவது ச்வாஸம் எனப்படும்.

அந்தந்த பிராணிவகையில் ச்வாஸ உறுப்புகள் வித்தியாஸப்படும். சின்னஞ் சிறிய சிலந்திப்பூச்சிகள் முதலான மிகக் கீழான ஜந்துக்களில் ச்வாஸம் சர்மம் மூலமாகவே நடக்கும். வேறு சில சிறிய பூச்சிகளில் அவற்றின் பக்கங்களிலுள்ள சில த்வாரங்களால் ச்வாஸம் நடைபெறும். குளவி முதலிய பூச்சிகளின் மேல் தடிப்பான எண்ணெயைப் பூசினால் அந்த த்வாரங்கள் அடைபட அவை மூச்சடைந்து சாகும். உயர்ந்த பிராணிகளில் ச்வாஸம், புப்புஸமென்னும் நுரையீரலினாலாவது, செவுள் (Gill) என்கிற பூவினாலாவது நடந்தேறும். மனிதனுக்கு இரண்டு புப்புஸங்களுண்டு. தொண்டையிலிருந்து ஒரு ச்வாஸக் குழல் ஆரம்பித்து மார்பினுட்புறத்தில் இரு கிளைகளாகப் பிரிகின்றது. அவ்விரண்டும் கிளைமேற் கிளையாகக் கிளைத்து ஏராளமான சிற்றறைகளை யுண்டாக்கும். நன்கு செழித்து வளர்ந்த மனிதனுக்கு இச்சிற்றறைகள் சற்றேறக்குறைய அறுபது கோடியாம். இவற்றிற் கிடையில் நுண்ணிய இரத்தக் குழாய்கள் ஓடியிருக்கும். இச் சிற்றறைகளும் இரத்தக் குழல்களும் ஒன்றோடொன்று பின்னிக்கொண்டிருக்கும். அவற்றின் தோற்றத்தை நாம் பூதக் கண்ணாடியாலல்லாது வேறு வகையில் காணமுடியாது.

ச்வாஸம் நடந்தேறுகையில் புப்புஸங்கள் துருத்தியைப்போல் ஊதியும் வற்றியும் வரும். வளர்ந்து நடு வயதிலுள்ள மனிதன் நிமிஷமொன்றுக்குப் பதினேழு

பதினெட்டுத் தடவை ச்வாஸம் விடுவான். ஒவ்வொரு முறை மூச்சு இழுக்கப்படும்போதும் இருபது கன அங்குலம் அளவுள்ள வாயு அல்லது ஆகாயம் உட்செல்லும். இந்த விகிதப்படி ஒரு நாளில் பன்னீராயிரம் நாழிக்கு (ஓர் அளவைப் பாத்திரம்—சுமார் ஒரு படி) அதிகமான வாயு உட்கொள்ளப்படும். மனிதனுடைய சர்மமும் ஒரு வகையில் ச்வாஸ உறுப்பாக இருக்கின்றது; ஆகவே சர்மத்திற்கு விசேஷமான தாபமும் காயமு முண்டானால், ச்வாஸ வேலையினைத்தையும்—சர்மம் செய்யவேண்டியதையும் சேர்த்து—புப்புஸங்களே நடத்தவேண்டி நேரிடுமாகையால், அப்பொழுது புப்புஸங்கள் அதிகவேலை செய்து நொந்துபோம்.

ச்வாஸத்தை உட்கொண்டு வெளிவிடும்போது, அவ்வாயுவில் நீராவியும், கரியமிலமும் மிக அதிகமாகவும், பிராணவாயு குறைந்தும், தார்க்கியகர வாயுவின் பிரமாணம் மாறாமலும் இருக்கும். நடுப்பிராயத்திலுள்ள மனிதருடைய மூச்சின் வழியாய் ஒரு நாளுக்கு ஐந்துமுதல் பதினைந்து அவுன்ஸ் வரையில் கரி வெளியாகும். தோல் வழியாக ஐம்பது முதல் அறுபது நெல்லெடை வரையில் அது வெளிப்படும். மூச்சின் மூலமாகவும், தோலின் மூலமாகவும் வெளியிற் பறியும் தண்ணீர் மூன்று அல்லது நாலு இருத்தல் இருக்கும்.

ஒவ்வொரு முறையிலும் உள்ளே வாங்கப்படும் வாயுவிலுள்ள பிராணவாயுவில் ஏழில் ஒரு பங்கு முதல் ஐந்தில் ஒரு பங்கு வரைக்கும் உடலினுள் ஊறிப் பரவும். இதன் அளவு, ஸாதாரணமாய் உட்கொள்ளப்படும் அன்னபானாதிகளின் அளவில் நால்வாசியாகும். பிராணவாயுவானது, புப்புஸங்களிலுள்ள ச்வாஸநாடிக் கிளைகளுடைய சிற்றறைகளின் மெல்லிய சவ்வு அல்லது சர்மத்தாலான சுவருக்கூடே சென்று இரத்தத்தில் கலக்கும்.

ச்வாஸத்தின் உபயோகங்கள்:—இரத்தத்தில் பிராணவாயுவைச் சேர்ப்பதே ச்வஸித்தலின் விசேஷ நோக்கமாகும். இந்த பிராணவாயு வெவ்வேறான மூன்று செயல்களுக்கு உதவும்.—

1. பிராணவாயு, உடற்கூறு பகுதிகளை வளர்ப்பதற்குத் துணையாகும். க்ளூடின், அல்ப்யூமின் என்னும் சில தார்க்கியகரப் பொருட்களின் கூறுபாடானது, ஸ்த்தாவரங்களிலும் ஜங்கமங்களிலும் சற்றேறக்குறைய ஒரே மாதிரிதான். ஆயினும் அவற்றின் ஸ்த்தர்வர வகையானது பிராணவாயுவின் துணையின்றி உடலில் கூறாகச் சேராதென்று இரஸாயன சாஸ்திர ஆராய்வால் விளங்குகின்றது. இவ்வேலைக்குத் தேவையான சிறிது பிராணவாயு ச்வாஸவாயுவின் மூலமாய் வரும்.

2. பிராணவாயு, சிதைவும் கழிவுமான பதார்த்தங்களை உடலிலிருந்து அகற்ற உதவியாகும். உடற்கூறுகளிலுள்ள பரமாணுரூபமான அம்சங்கள் சிதைவதால் பிறக்கும் ஒருவகை ஸத்துவத்தினாலேயே சரீரத்தில் பற்பலவிதமான அசைவுகள் உண்டாகும். சரீரத்தினுள் சிதைவுறும் அம்சங்கள் உடலிலிருந்து கழிக்கப்படுவது ஆரோக்கியத்திற்கு அவசியமானதாம். சிதைவு கழிவு என்னும் செயல்களிரண்டுக்கும் ச்வஸிக்கப்படுவதால் வரும் பிராணவாயுவே காரணமாகும். உதாரணமாக, தசைநார்களின் நுண்ணிய அம்சங்கள் பிராணவாயுவின் செயலால் கூறுபட்டு கரைந்து, காரிரத்தத்தில் கலந்து, அதிலிருந்து பல உறுப்புகளின் வழியாய் உடலிலிருந்து கழிக்கப்படும்.

3 பிராணவாயு இரத்தத்தில் வியாபிப்பது உடலின் அனலுக்கு ஹேதுவாகும். இது, இரத்தத்திலுள்ள தார்க்கியகரமல்லாத (Non-nitrogenous) அம்சங்களை எரித்து தேஹச்சூட்டைப் பிறப்பிக்கும் என்று சில ஆராய்ச்சிகளால் கூறப்படுகிறது.

நன்றாய்க் கொழுத்த மிருகத்துக்கு சிலநாட்கள் தீனியைக் கொடுக்காமல் வைத்தால், அதன் பாரம் அதிகமாய்க் குறையும். நீராவியும், கரியமிலவாயுவும் சர்மம் மூலமாகவும், புப்புஸங்களின் மூலமாகவும் ஓயாமல் வெளிப்பறிவதாலும், அநேகவிதமான உப்புகளும் வேறு ஆகரிப்பதார்த்தங்களும் (Urea &c.) வ்ருக்கம் (Kidney) முதலிய உறுப்புகளிலிருந்து கழிவதாலும் ஏற்படும் தாதுக்களின் குறைவை நிரப்புவதற்கு உணவு இல்லாததால் உடல் இப்படி மெலிகிறது.

பட்டினியால் மெலிந்த மிருகத்தைக்கொன்று அதனுடலைச் சோதித்தால், மற்றெந்தத் தாதுக்களினும் கொழுப்பே அதிகமாய்க் குறைந்திருப்பதாகத் தெரியவரும். கொழுப்பானது மலஜலாதிகள் வழியாய்க் கழியாமல், சர்மம் ச்வாஸப்பை இவற்றின்மூலமாய் கரியமிலமாகவும், நீராவியாகவும் பறிந்து விடுகிறதென்று பலசோதனைகளால் அறிந்திருக்கின்றனர். மிருகத்தைத் தீன் கொடாமல் வைப்பதற்குப் பதிலாய் அதிக கொழுப்புள்ள தீனியைக் கொடுத்துவந்தால், உட்செல்லும் கொழுப்பு, சர்மம் புப்புஸங்கள் இவற்றின் வழியாய் கரியமிலமாகவும் நீராவியுமாகப் பறிந்து வரும்; ஆயினும் கொழுப்புக் குறைந்து உடல் மெலிவுறாது.

இரத்தத்திலுள்ள கொழுப்பு முதலான தாதுக்கள் எரிக்கப்படும் இடம், உடலடங்கலும் படரும் தந்

துகிகள் (Capillaries) என்னும் நுண்ணிய இரத்தக் குழாய்களின் உட்புறங்களெனக் கருதப்படுகிறது. இவைகளுக்குள் விரைகள் வழியாக ச்வாஸப்பைகளிலிருந்து வந்த செவ்விரத்தம் தன்னிடமுள்ள பிராணவாயுவை விட்டு கரியமில வாயுவையும் தண்ணீரையும் வாங்கி, கருநிறமாய் மாறி மீண்டும் தமனிகள் மூலமாய் ச்வாஸப்பைகளுக்குத் திரும்பும்; இவற்றிலுள்ள சிற்றறைகளின் மெல்லிய சவ்வுகளுக்கூடே இரத்தத்திலுள்ள கரியமிலவாயுவும் நீராவியும் வெளியே வர, காற்றிலுள்ள பிராணவாயு உட்புகுந்தும் வர இரத்தமானது நல்ல சிவப்பு நிறங்கொண்டு மறுபடியும் தந்துகிகளில் பரவியோடும்.

சொற்ப சிற்றறைகளுள்ளவையும், மிகச் சிறியவையுமான புப்புஸங்களுள்ள பிராணிகளின் உடலுக்குள் பிராணவாயு சொற்பமாய் வியாபிக்குமாதலால் அவற்றின் தேஹச்சூடு அவ்வளவாய் அதிகப்படாது. ஏராளமான சிற்றறைகளுடையவையும், மிகப் பருமனானவையும், ஆகவே அதிகமாக ச்வஸிப்பவையுமான புப்புஸங்களையுடைய பிராணிகளின் உடலனல் மிகவும் அதிகமாயிருக்கும். மனிதர் மூச்சுவிடுவதற்குத் தக்கவாறு அவர்களுடைய தேஹச்சூடு சராசரி 98 பாகையளவாகும். வளர்ந்த மனிதரைவிட குழந்தைகள் வேகமாய் ச்வஸிப்பதால் அவற்றின் தேஹச்சூடு சில ஸமயம் 100 அல்லது 101 பாகை இருக்கும். பக்ஷிகள் மூச்சுவிடுவதற் கேற்றவாறு அவற்றின் உடற்சூடு 104 முதல் 108 பாகைவரையிலும் இருக்கும். எந்தப் பிராணியின் உடலிலும் அவற்றின் உடற்சூடு ச்வாஸநடை மாறுவதற்குத் தக்கவாறு வித்தியாஸப்படும். நித்திரைபோகும்போதும், மற்றும் அவ்விதமான அமைதியான நிலைமைகளிலும், ச்வாஸநடையும், இரத்தக் குழாய்களில் இரத்தத்தின் ஓட்டமும் பதமையாக இருக்குமாகையால், அப்பொழுது பிராணவாயு அளவிற் குறைந்து வியாபிக்கும்; ஆகையால் தேஹச்சூடும் சிறிது குறையும். நாம் நடமாடும்போது ச்வாஸநடையும், இரத்தத்தின் ஓட்டமும் அதிகரிக்குமாகையால், அவற்றிற் கேற்க பிராணவாயு அதிகமாக உட்செல்லும்; உடற்சூடும் மேலோங்கி நிற்கும்.

இந்தியாவில் குரங்குக் குழந்தைகள்.

இந்தியாவிலுள்ள அரண்ணியங்களில் பல ஸந்தர்ப்பங்களில் மனிதக் குழந்தைகள் குரங்குருவங் கொண்டிருந்ததாகக் காணப்பட்டதுண்டு. வடக்கே நைனிடால் என்கிற இடத்திற்கு அருகிலிருந்த ஒரு காட்டில் ஒரு பெண்குழந்தை காணப்பட்டது. அதற்குப் புல்லையும கிழங்குகளையும் தவிர வேறு எதையும் தின்பதற்குத் தெரியவில்லை; தின்பதற்கு அதனால் ஆகவுமில்லை. அதன் தலையில் கனமாக மயிர் அடர்ந்திருந்ததுமல்லாமல் முகத்திலும், பிடரியிலும் மயிர் அதிகமாய் முளைத்திருந்தது. அதற்கு அம்மைக்குத்திய அடையாளங்கள் காணப்பட்டன; ஆகவே ஒருவருஷத்திற்கு முன்னால் எவரோ அக்குழந்தையை எக்காரணத்தினாலோ காட்டில் விட்டுவிட்டதாகத் தோற்றுகிறது. அதன் காலில் புண்களும், முழங்கால்கள் தலை முதலிய விடங்களில் ஆழமான காய்ப்புகளும் உண்டாயிருந்தன. அக்குழந்தை வளரும் விதங்களையும், அதற்கு மனித சுபாவம் மற்ற மனிதருடைய ஸஹவாஸத்தால் ஏற்படக்கூடுமா யென்கிற விஷயங்களையும் இப்பொழுது சிலர் கவனித்துவருகின்றனர்.—Nature.

CORRESPONDENCE.

பொதுக் கடிதங்கள்.

THE ALL INDIA AYURVEDIC CONFERENCE AND EXHIBITION.

எல்லா இந்திய ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸும் பொருட்காட்சியும்.

கல்கத்தாவில் 1915௵ ஜனவரி௴ 2,3,4,5-தேதிகளில் எல்லா இந்திய ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸும், இந்த டிசம்பர்௴ 17-ம் தேதி முதல் ஜனவரி௴ 7-ம் தேதி வரையிலும் ஆயுர்வேத பொருட்காட்சியும் நடக்குமென்று ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ் கமிட்டியாரால் தீர்மானிக்கப்பட்டிருக்கிறது. கான்பரென்ஸில் அடியில் குறிப்பிடும் விஷயங்களைப்பற்றி பிரஸங்கங்கள் செய்யப்படும்; வியாஸங்களும் வாசிக்கப்படும்:—

(1) ஆயுர்வேதத்தைப்பற்றிய சரித்திர தத்துவம். (2) ஆயுர்வேத சிகித்ஸையின் மேன்மை. (3) ஆயுர்வேதௌஷதங்களின் குணங்களை நூதனமுறைகளையனுஸரித்துப் பரீக்ஷிப்பது. (4) புதிதாக வெளியாகும் தேசீய ஔஷதங்கள். (5) ஆயுர்வேத சல்ய சிகித்ஸை (Surgery). (6) ஆயுர்வேத முறைப்படி செய்யப்படும் சஸ்திர சிகித்ஸையில் உபசாரக்கிரமம். (7) ஆயுர்வேதத்தையும் தற்கால வைத்தியத்தையும் அனுஸரித்த விஷசிகித்ஸை. (8) ஆயுர்வேதத்திற் கூறப்பட்டுள்ள வியாதிகளின் தத்துவங்கள். (9) ஆயுர்வேதத்திலுள்ள பஞ்ச கர்மங்களென்னும் பரீக்ஷா முறைகள் அவசியமானவையென்பதற்குப் பிரமாணம். (10) தற்காலத்திய மேனாட்டு வைத்தியர்

களால் அஸாத்தியமென்று கூறப்படும் வியாதிகளுக்கு ஆயுர்வேத முறைப்படி சிகித்ஸை. (11) ஆயுர்வேதத்தில் கூறப்படுகிற விதமாய் நீண்டகாலம் ஜீவித்திருப்பதற்கான உபாயங்கள். (12) ப்ரம்மசர்யத்தின் உபயோகம். (13) பிரங்கி ரோகம் (Syphillis), விஷமேஹம் (Gonorrhoea), ப்ளேக், டெங்கு ஜ்வரம், பெரிபெரி இவற்றிற்கு ஆயுர்வேதாநுஸாரமாய் நிதானங்களும் சிகித்ஸைகளும். (14) ரோகங்களை யறிவதற்கு ஸுலபமான உபாயங்கள். (15) ஆயுர்வேதத்தை மீண்டும் நல்ல நிலைமைக்குக் கொண்டுவருவதற்கான உபாயம். (16) ஆயுர்வேத சாஸ்திர தத்துவம். (17) ஸத்யோ வ்ரணங்களென்னும் காயம் முதலியவற்றின் சிகித்ஸாக்கிரமம். (18) ஆரோக்கிய நிலைமையின் தத்துவம். (19) ஆயுர்வேத ஒளஷதங்களை எளிதில் தயார் செய்யுமுபாயங்கள். (20) சாரீர சாஸ்திரத்தின் இன்றியமையாமை. (21) பிரஸவ சிகித்ஸை, ஸ்த்ரீ சிகித்ஸை, பால சிகித்ஸை. (22) கஷ்டஸாத்தியமான வியாதிகள் சிகித்ஸை செய்யப்பட்டிருந்தால் அவ்வநுபவமுறைகளைப்பற்றிய விவரம். (23) வாத பித்த கபங்கள் என்னும் மூன்று தோஷங்களின் தத்துவம். (24) மேற்கூறியவையன்றி ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான வேறு சில விஷயங்கள்.

குறிப்பு—1, 6, 9, 10, 12 இந்த நம்பருள்ள விஷயங்களைப்பற்றிய முதல்தரமான வியாஸங்களுக்கு வெள்ளிப் பதக்கங்களும், 5, 15, 20, 23 இந்த நம்பருள்ள விஷயங்களைப்பற்றிய முதல்தரமான வியாஸங்களுக்குப் பொன் பதக்கங்களும் பரிசளிக்கப்படும்.

இப்படிக்கு:

ரிஸப்ஷன் கமிட்டி ஆபீஸ், மாணிக்டோலா வீதி, பீடன்ஸ் கொயர் கல்கத்தா.	ரிஸப்ஷன் கமிட்டியாரின் உத்தரவின்படி ஸ்ரீ ஹரிநாத சர்மா, ஸ்ரீ பூராலால் மிச்ர, ஸ்ரீ ஜ்ஞானேந்திரநாத் ஸேன். காரியதரிசிகள்.

[இக்கடிதம் அச்சுக்குப் போனபிறகு ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸு நடக்கவேண்டிய தேதிகளை மாற்ற வேண்டி நேரிட்டிருப்பதாகவும், அது ஜனவரிமீ 9உ முதல் 4 நாட்கள் நடந்தேறுமென்றும் ரிஸப்ஷன் கமிட்டி காரியதர்சிகளிடமிருந்து கடிதம் வரப்பெற்றோம். ப-ர்.]

ASSOCIATION OF ANCIENT MEDICINE OF INDIA OF KUMBAKONOM.

கும்பகோணம்.

இந்திய ப்ராசீன வைத்திய ஸமாஜம்.

இந்திய ப்ராசீன வைத்திய ஸமாஜத்தில் அநேகம் தேர்ச்சிபெற்ற வைத்தியர்கள் ஒன்றுகூடி த்ரிகால வர்த்தமானமுணர்ந்த மஹர்ஷிகளாலும் ஸித்தர்களாலும் மற்றும் மஹான்களாலும் கூறப்பட்டுள்ள முப்பு என்பதின் பெருமையைப் பற்றியும், கார ஸார மருந்துகளின் பிரயோகங்களைப்பற்றியும், அரிய பச்சிலைகளின் குணாநுபவங்களைப்பற்றியும், அநேக கொடிய வியாதிகளைப்பற்றியும் வெகு விமர்சையாக சென்ற வாரங்களில் பிரஸங்கம் செய்தனர். இவ்விதம் ஒவ்வொரு குருவாரமும் இந்திய ப்ராசீன வைத்திய ஸமாஜத்தில் தெரிந்தவர்கள், தெரியாதவர்களுக்கு விஷயங்களைச் சொல்லிக் கொடுத்துவருகிறார்கள். இதைப்போல வைத்தியாபிமானமுள்ள பிரமுகர்களும் வைத்தியர்களும் ஒன்றுகூடி ஒவ்வொரு பிரதானமான நகரங்களிலும் ஸங்கம் சேர்த்து நமது அரிய வைத்தியத்தையும் சீர்திருத்தி அபிவிருத்தி அடையச் செய்தால் நமது தேசத்திலுள்ள ஏழைமுதல் ஸர்வ ஜனங்களும் நோய் நீங்கி திடகாத்திரராய் ஸுகஜீவியாய் வாழ்வார்கள்.

ஒரு ப்ராசீன வைத்தியாபிமானி,
கும்பகோணம்.

[இவ்வாறு அப்போதைக்கப்போது விஷயமறிந்த வைத்தியர்கள் பிரஸங்கங்கள் செய்துவருவதைப்பற்றி ஸந்தோஷப்படுகிறோம். ஆனால் அவரவர்கள் செய்துவரும் பிரஸங்கங்களின் ஸாராம்சங்களையாவது வைத்தியப் பத்திரிகைக்கு அனுப்பிவந்தால் கும்பகோணம் வைத்தியர்களைப்போல் மற்ற விடங்களிலுள்ளவர்களும் அவ்விஷயங்களை அறியக்கூடும். மேலும் முப்பு என்றால் என்ன? கார ஸாரங்கள் என்றால் எக்குணங்களைக் குறிப்பிடுகின்றன? அரிய பச்சிலைகளும் அவற்றின் குணங்களும் யாவை? வியாதிகளைப்பற்றி விசாரம் எவ்வாறு செய்யப்படுகிறது? என்று விவரங்களைக் கூறாமல், பொதுப்படப் பிரஸங்கங்கள் நடந்து வருகின்றனவென்று எழுதி விடுவதில் எழுதுபவருக்காவது மற்றவருக்காவது பிரயோஜனமில்லை. அல்லாமலும் அநேக கோடி வியாதிகள் என்றும், கார ஸாரங்கள் என்றும் சாஸ்திரமுணராத ஸாதாரண ஜனங்கள் கூறுவதுபோல் வைத்தியங் கற்றவர்கள் தத்துவத்தைக் குறிப்பிடாமல் எழுதுவதும் சாஸ்திரமுணர்ந்த மற்றவருக்குத் திருப்தியுண்டாக்காது. ப-ர்]

DRUGS AND MEDICINES.

ஒளஷதச் சரக்குகளும் ஒளஷதங்களும்.

காயம்.

இந்தியாவில் இதை யறியாதார் இல்லை. இத்தேசத்தில் வேண்டியவளவு இது கிடைக்கின்றது. ஈரமாயும், வெள்ளுள்ளி வாஸனையுடையதாகவுமிருப்பது ஒளஷதங்களுக்கு ஏற்றதாகும். இதை மாத்திரைகளாகச் செய்தாவது, ஜலத்தில் கரைத்தாவது உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். எவ்விதமெனில்:— சுமார் ½ அல்லது 1 பலம் காயத்தை 8 அவுன்ஸ் ஜலத்தில் சிறுகச் சிறுகத் தேய்த்துக் கரைத்து, ஒருவித கட்டிப்பால் மாதிரி வந்தவுடனே வடிக்கட்டி, குப்பிகளில் வைத்துக்கொண்டு, ½ முதல் 1 அவுன்ஸ் வரையில் நடுப்பிராயத்தி விருப்பவருக்குக் கொடுத்து வரலாம். நெடு ஸூதகவாயு, ஸூதகமூர்ச்சை (Hysterical fits), நெடுநாட்களாகத் தொந்தரவு செய்யும் இருமல், ச்வாஸகாஸம், வாயு, கடினமான விக்கல், குன்மவலி இவ்வியாதிகளில் மேற்கூறிய திரவம் பல ஸமயங்களில் நற்குணமுண்டாக்குவதுண்டு. இந்த திரவத்தை இரண்டு மணி நேரத்திற்கு ஒருமுறை கொடுத்து வரலாம். ½ பலம் சுக்கை நன்றாகச் சிதைத்து 4 ஆழாக்கு ஜலத்தில் சேர்த்து ஒரு ஆழாக்காக வற்றவைத்து வடிக்கட்டியெடுத்து அதில் 1 அவுன்ஸ் கஷாயத்தில் மேற்கூறிய காயத்தின் திரவத்தையும் கலந்து உட்கொள்வதும் நலம். வலி மிகவும் அதிகமாயிருந்தால் அரைக்குன்றுமணி யெடை அபினியை அத்துடன் கலந்து உபயோகிக்கலாம்.

குழந்தைகளுக்குக் காணும் வயிற்றுப் பொருமல், குன்மவலி முதலியவற்றில் மேற்சொன்ன காயஜலத்தில் ஒரு தேக்கரண்டி யளவு எடுத்து, சிறிது கருவாப்பட்டைத் தூளோடாவது, ஓமத் திராவகத்துடனாவது கொடுக்கலாம். தேஹம் வெளிறிப் போயுள்ள குழந்தைகளுக்கு இந்த திரவத்தை ஒரு தேக்கரண்டியளவில் இரண்டொரு மணிக்கொருமுறையாகக் கொடுத்துவந்தால், வியாதி சாந்தமாகும். குழந்தைகளுக்கு நெடுநாட்களா யனுஸரித்துவரும் இருமலில் இது மிக்க உபயோகமாயிருக்கும்; ஆனால் இதைக் கொடுக்கும்போது ஜ்வரமிருக்கக் கூடாது. அதிக வயதான குழந்தைகளுக்கு காயஜலத்தைக் கிரமமாக அளவில் அதிகமாகக் கொடுத்துவரவேண்டும். ஜ்வரம் இல்லாமலிருந்தால் கக்கிருமலால் கஷ்டப்படும் குழந்தைகளுக்கு வேளைக்கு ஒரு தேக்கரண்டி விதம் தினத்திற்கு நாலைந்துமுறை இத்திரவத்தைக் கொடுத்துவர நற்குணமேற்படுவதுண்டு.

வெள்ளைப் பாஷாணம்.

இது மிகவும் உபயோககரமான ஒளஷதச் சரக்குகளில் ஒன்று. ஆனால் வைத்தியர்களைக் கேட்காமல் அனைவரும் இதைக் கையாளுவது அபாயகரமாய் முடியும். இவ்வௌஷதச் சரக்கு விஷம ஜ்வரங்களிலும், குளிர்க்காய்ச்சலிலும் மிகவும் உபயோகப்படக்கூடியது. ஒரு நெல்லெடை வெள்ளைப் பாஷாணத்தைப் பொடித்து 10 சரி பங்குகளாகப் பிரித்துக்கொள்ளவும். மிளகுப் பொடி 60 நெல்லெடை யெடுத்து அதைத் தேன்விட்டு அரைத்து 10 மாத்திரைகளாக உருட்டி இதில் ஒவ்வொரு மாத்திரையிலும் ஒரு பாகம் (1/10 நெல்லெடை) பாஷாணத்தை வைத்து மறைத்து ஆஹாரம் சாப்பிட்ட பிறகு ஒரு மணி நேரத்திற்குள் கொடுக்கலாம். இதை நடுப்பிராயமுள்ளவருக்குதான் உபயோகிக்கலாம். நாளொன்றுக்கு இதை மூன்று முறை உபயோகிக்கவேண்டும். இந்த மாத்திரையைக் கொடுப்பதற்குமுன் ஆமணக்கெண்ணெய் முதலியதைக் கொடுத்து ஒரு முறை வயிற்றைச் சுத்தம் செய்வது உத்தமம். இவ்விதம் சிலநாள் கொடுத்த பிறகு கண்களில் சிவப்பும் அரிப்பும் உண்டானால், கண்ணிமைகள் தடித்துமிருந்தால் உடனே இம்மருந்தை நிறுத்திவிடவேண்டும். யானைக்கால் வியாதியிலுண்டாகும் ஜ்வரத்திலும் இதைக் கொடுத்துவர ஜ்வரம் சீக்கிரம் நின்றுவிடும். குஷ்டரோகங்களிலும் இதை உபயோகிப்பதால் சிறிது ஸௌக்கியமுண்டாகும்; ஆனால் இந்த வியாதியுள்ளவர் இச்சரக்கை தொடர்ந்து பல நாட்கள் உபயோகிக்கவேண்டும். இதை உபயோகித்து வரும்போது கண்களில் அரிப்பும் இமைகளில் தடிப்பு மேற்பட்டால் ஒளஷதத்தை ஒரு வாரம் உபயோகிக்காமலிருப்பதுமல்லாமல் ஒரு முறை விரேசனத்திற்கும் கொடுக்கவேண்டும். பிறகு முன்போலவே ஒளஷதத்தைத் தொடர்ந்து உட்கொள்ளலாம். ஒரு வேளை வயிற்றுளைத்தலும், வாந்தியும், பேதியும் உண்டானால் பாஷாண மருந்தைத் நிரவும் நிறுத்திவிடவேண்டும். பாஷாணம் சேர்ந்த ஒளஷதங்களை வெகு ஜாக்கிரதையாக உபயோகிக்க வேண்டுமென்பதை வைத்தியர்கள் அறிவார்கள்.

ஜடாமாம்ஸி.

இந்த மூலிகை ஆங்கிலத்தில் விருக்ஷ சாஸ்திர பரிபாஷைப்படி நரடோஸ்டாசைஸ் ஜடாமான்ஸி (Naradostachys jatamansi) என்று கூறப்படும். ஔஷதச் சரக்குகள் விற்கும் கடைகளில் இது ஸாதாரணமாய் எப்பொழுதுமே கிடைக்கும். இச்செடிகள் வெகு உன்னதமான ஹிமாலயப் பிரதேசங்களிலும், விசேஷமாக அவ்விடத்திலுள்ள ஸிக்கிம், பூதான், நேபாளம் முதலிய விடங்களிலும் பயிராகின்றன. இதன் வேர்தான் ஔஷதங்களில் உபயோகப்படுகிறது. இதற்கு பல்யம் (tonic), உத்தீபநம் (stimulant), ஆக்ஷேபக ஹரம் (antispasmodic) என்கிற குணங்கள் உண்டு. வெலிரியன் (Valerian) என்கிற ஒருவித சீமைவேர்ச்சரக்குக்குப் பதிலாக ஜடாமாம்ஸியே உபயோகிக்கக்கூடியது. அதற்குள்ள எல்லாக் குணங்களும் இதிலிருக்கின்றன. ஆகவே வெலிரியன் என்பதை சிலர் சீமை ஜடாமாம்ஸி யென்றும் கூறுவர். ஜடாமாம்ஸி 4 அவு, ஜாதிக்காய்த் தைலம் 30 துளிகள், எலுமிச்சந் தைலம் 20 துளிகள், நவாசார ஜடநீர் 2 அவு, ஆல்கோஹால் 18 அவு; இவற்றைச் சேர்த்து 7 நாள் ஊறவைத்து பிறகு வடிக்கட்டிக்கொள்ளவும். இவ்வௌஷதம் ஜடாமாம்ஸி பாவனத்ரவம் எனப்படும். இப்பொழுது அநேகம் வைத்தியர்கள் மயிர் வளருவதற்காக இதைச் சேர்த்து தைலம் பக்குவம் செய்வதுண்டு. வாஸனை வஸ்துக்களிலும் இதைச் சேர்க்கின்றனர். ஆக்ஷேபகமென்னும் இசிவுகளைப் போக்க இது சிறந்த ஔஷதமானதால் ஸூதக வாயு ரோகத்திலும், மூர்ச்சைகளிலும் விசேஷமாய் இதை உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். காக்கை வலி முதலிய ரோகங்களில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் இதை அடிக்கடி உபயோகித்து இதனாலுண்டாகும் செயல்களையும் குணங்களையும் அப்போதைக்கப்போது இப்பத்திரிகையின் மூலமாய் அறிவிப்பாராயின் எல்லா வைத்தியர்களுக்கும் மிகவும் உதவி புரிந்ததாகக் கருதப்படும். இதைச் சூர்ணம்செய்து 30 முதல் 40 நெல்லெடை வரையில் கொடுக்கலாம். இதிலிருந்து ஒருவிதமான திரவச்சத்து இறக்கப்படலாமென்றும், தைலமும் இறக்கக் கூடுமென்றும், அவற்றை 2 முதல் 5 துளி வரையில் சர்க்கரையில் கலந்து காக்கைவலியில் கொடுப்பது நலமெனவும் 'ப்ராக்டிகல் மெடிஸின்' என்கிற வைத்தியப் பத்திரிகை கூறுகின்றது.

கர்ப்பூரம்.

தேளாவது குளவியாவது கொட்டினால், உடனே காரமுள்ள கர்ப்பூரத்தை அவ்விடத்தில் வைத்துத் தேய்ப்பதால் குணமுண்டாகும். ஏதேனும் அக்னி முதலியதால் வேறு வகையில் அழற்சியுண்டானாலும் அவ்விடங்களில் கர்ப்பூரத்தைப் பொடித்துத் தேய்ப்பது அல்லது தூவுவதால் பிரயோஜனமுண்டு.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

குடிப்பதென்றால் எரிப்பதேயாம்.

பதார்த்த தத்துவ பரிசோதகர்கள் மதுவின் தன்மைகளை நன்கறிந்து எற்கனவே அதைப்பற்றி அபிப்பிராயங்களை வெளியிட்டிருக்கின்றனர். ஒரு பதார்த்தத்தை எரிப்பதற்கு விறகிடுவதுபோல் மனிதர் தமது சரீரத்தை உயிருடன் எரிப்பதற்கே மதுபானம் செய்கின்றனர். மதுவினால் மனிதசரீரம் சிதைவுறுவது உண்மையென்று எண்ணிறந்த பரீக்ஷைகளால் பிரத்தியக்ஷமாக விஷயங்கள் விளக்கப்பட்டிருந்தும், உலகில் அதை உற்பத்தி செய்யும் வேலை குறைந்தபாடில்லை. மத்யமுண்டுபண்ணுவதற்கென்று பல வேறு பதார்த்தங்களை ஒவ்வொரு தேசத்திலும் உபயோகப்படுத்துகின்றனர். ஜெர்மனியில் உருளைக்கிழங்கிலிருந்தும், ப்ரான்ஸில் பீட் என்னும் கிழங்கிலிருந்தும், உஷ்ணப் பிரதேசங்களான ஆசியா கண்டத்தில் அநேகவிடங்களில் சர்க்கரையிலிருந்தும், ஜப்பான் சைனா இத்தேசங்களில் அரிசியிலிருந்தும், வேறு சில தேசங்களில் சோளம் முதலிய தானியங்களிலிருந்தும் மத்யம் உற்பத்தி செய்கின்றனர். இந்தியாவில் சாராயம் இறக்குவது மிகவும் அரிதாயிருந்தாலும், வெளி தேசங்களிலிருந்து மிகுதியாக மத்யம் இறக்குமதியாகின்றது. மெதிலேடட் ஸ்பிரிட் என்கிற ஒருவித சாராயம் ஜாவாவிலிருந்து விசேஷமாய் வருகிறது. மத்யம் எவ்வித வஸ்துவிலிருந்து உண்டாக்கப்பட்டாலும், அது சரீரத்தினுள் தாதுக்களில் ஊறி அவற்றில் வெகு சீக்கிரத்தில் வரட்சியையுண்டாக்கி மேன்

மேலும் குடிப்பதிலேயே தீராத விருப்பத்தைத் தந்து இறுதியில் தாதுக்களை எரித்து விடுகின்றது. ஆகையால் குடிப்பதென்றால் சரீரத்தை எரிப்பதென்றே பொருள்கொள்வது பொருந்தும்.-The Indian Trade Journal.

ஒரு நூதன ஔஷதத் தொழிற்சாலை.

இந்தியாவில் ஆஸ்பத்ரிகளிலும், ஸொந்தத்தில் மேனாட்டு முறைப்படி தொழில் புரியும் வைத்தியர்களுக்காக அவரவர் ஏற்படுத்தியிருக்கும் ஔஷதச்சாலைகளிலும் இப்பொழுது உபயோகிக்கப்பட்டுவரும் ஔஷதங்கள் யாவும் பெரும்பாலும் தேசாந்தரங்களிலிருந்தே இந்தியாவுக்கு வருகின்றன. ஜெர்மனியிலிருந்து ஏராளமாக ஔஷதங்கள் வந்துகொண்டிருந்தன. யுத்தத்தினால் அங்கிருந்து ஔஷதங்கள் வர தடையேற்பட்டதால் மேனாட்டு ஔஷதங்களுக்கு விலை அதிகமாய்விட்டது. இவ்வித ஸந்தர்ப்பங்களிலல்லவோ நமது தேசம் ஊக்கக்குறைவுடன் இருப்பதைப் பார்த்து நாம் வருந்தவேண்டி நேரிடுகிறது! இவ்வித ஸமயத்தில் ஒவ்வொரு மாகாணத்திலும் ஔஷதத்தொழில் விருத்தியடைய வழிகளைத் தேடவேண்டும். இப்பொழுது பெங்களூருக்கு வடக்கே ஜஸ்வந்தபூரில் ஒரு ஔஷதத்தொழிற்சாலை ஸ்தாபிக்கப்போவதாய் அறிய நாம் ஸந்தோஷப்படுகின்றோம். அது மைசூர் ஔஷதச்சாலை (Mysore-Pharmacy) என்கிற பெயரால் அழைக்கப்படுமாம். தற்காலம் அதற்காக 2,00,000 ரூபாய் மூலதனம் சேர்ந்திருப்பதாகவும், அதில் சில பாகம் மைசூர் வாஸிகளாலும், சிலபாகம் பம்பாய் வாஸிகளாலும் கொடுக்கப்பட்டதாகவும்அறிகிறோம். இவ்வௌஷதத்தொழிற்சாலையில் ஆயுர்வேத ஔஷதங்களைத் தயார் செய்து, அவ்வௌஷதங்கள் தேசத்தில் எங்கும் ஒரேவிதமாகக் கையாளப்படும்படி ஏற்பாடுசெய்து அவற்றை முன்னுக்குக்கொண்டுவருவார்களானால், அவர்கள் ஆரம்பித்த இக்காரியம் மிகவும் பாராட்டத்தகுந்ததாகும்.

ஓர் இளங்குழந்தைக்கு மாதவிடாய்.

டாக்டர் Wm. F. ஸ்மித் என்கிறவர் ஓர் இளங்குழந்தையைப்பற்றி ஒரு ரிபோர்டு வெளியிட்டிருக்கிறார். அவர், 22-வயதுள்ள ஒரு ஸ்த்ரீ பிரஸவிக்கும்போது அவளுக்கு சிகித்ஸை செய்து வந்தார்; அவளுக்கு அது தான் முதற் பிரஸவம்; அவள் தேஹமும் நன்றாகச் செழித்து வளர்ந்திருந்தது. அவளுக்குப் பிறந்த பெண்குழந்தையோ பார்க்கப் பார்க்க மிகவும் அழகாகக் காணப்பட்டது. அவள் பிரஸவித்த ஏழாவதுநாள் குழந்தையைப் பார்ப்பதற்காக டாக்டர் ஸ்மித் அழைக்கப்பட்டார்; அவர் வருகையில், குழந்தையின் காலிடுக்குகளிலிருந்து இரத்தப் பெருக்குண்டானதைக் கண்டு தாயார் மிகவும் திகைத்து வருந்திக்கொண்டிருந்தாள். அவர் பார்க்கையில், அக்குழந்தையின் சின்னஞ்சிறிய மார்களில் இயற்கைக்கு மாறாக அதிகமாய் பால் சுரக்க ஆரம்பித்தது; கண்களைச் சுற்றிலும் ஒருவகையான கருநிறம் தோன்றிற்று. அக்குழந்தைக்கு உடம்பில் வலியாவது வேறு வகையான கஷ்டமாவது உண்டானதாய் ஒரு குறியும் ஏற்படவில்லை. இவ்விதம் இரத்தப் பெருக்கு மூன்று நாட்கள் தொடர்ந்திருந்து தானாகவே நின்றுவிட்டது. பிறகு 28-நாட்கள் கழிந்ததும் முன்போலவே மறுபடியும் இரத்தப் பெருக்கும் மற்றக்குறிகளும் உண்டாயின; ஆனால் மார்களில் பால் சுரக்காமல் அவை இயல்பாயிருப்பதைவிட சற்றுப் பருத்திருந்தன. மறுபடியும் அக்குழந்தைக்கு அவ்வித மாதவிடாயால் மாறுபாடுகள் ஏதேனும் ஏற்படுமோவென்று அவர் கவனித்து வருகின்றனராம். அக்குழந்தைக்கு வெளியான ஸூதகத்திற்கு நடுவயதிலுள்ள வருடைய ஸூதக உதிரத்திற்குண்டான எல்லா லக்ஷணங்களுமிருந்தனவாம்.—Critic and Guide.

வாத்துக்கள் கொசுக்களின் சத்ரு.

'அமெரிகன் மெடிகல் அஸோஸியேஷன்' என்கிற வைத்திய ஸங்கத்தாரால் வெளியிடப்படும் பத்திரிகையில் டாக்டர் டிக்ஸன் என்பவர் கொசுக்களை அழிப்பதற்கு மேலார்டு டக் என்னும் பெட்டை வாத்துகளே ஏற்ற கருவிகளென்று உறுதி மொழி கூறி ஒரு வியாஸம் வரைந்திருக்கின்றார். இதை நன்றாய் அறிவதற்காக அவர் செய்த அநேகம் உபாயங்களில் அடியில் குறிப்பிடப்படுவதுமொன்றாம்: ஒரே அளவாக இரண்டு சிறிய குட்டைகளை வெட்டி, அவற்றில் ஜலம் விட்டு, பிறகு சில நாட்கள் சென்றதும் அவற்

தில் கொசுக்கள் விருத்தியானதைக் கண்டு, ஒரு குட்டையில் நிரம்பவும் மீன்களை விட்டு, மற்றொரு குட்டையில் இருபது வாத்துக்களையும் விட்டதில், சற்று நேரங்கழித்துப் பார்க்கையில் மீன்விட்டிருந்த குட்டையில் கொசுக்கள் மொய்த்துக்கொண்டிருக்க, வாத்துகளிருந்த மற்றொரு குட்டையில் ஒரு கொசுவும் காணமுடியாமல் அவ்வளவு சுத்தமாயிருந்தது. பிறகு அவ்வாத்துக்களை இரண்டாவது குட்டையில் விட்டதும் அதிலிருந்த கொசுக்களும், அவற்றின், குஞ்சுகளும் முட்டைகளும் முற்றிலும் அவற்றால் விழுங்கப் பெற்றனவாம். பிறகு, மிஸ்டர் மெக் ஆடீ என்பவரும் இவ்விதமான சோதனைகளைச் செய்ததில் இவ்விஷயம் வாஸ்தவமென்று நன்கு விளங்கிற்று. இவ்வித பரிசோதனைகள் அமெரிக்காவில் செய்யப்பட்டனவாம். அவ்விதமே இந்தியாவிலும், பிரதானமாய் விஷம ஜ்வரத்திற்கு இருப்பிடம் போன்ற இச் சென்னையிலும் கவர்ன்மெண்டார் சொற்பத்தொகை செலவழித்து இப் பரீக்ஷைகளைச் செய்து ஜனங்களுக்குக் கொசுக்களால் நேரிடும் ஸங்கடங்களை நிவ்ருத்தி செய்வார்களென்றும் நம்புகிறோம்.

எல்லா ஜ்வரங்களிலும் குளிர்ந்த காற்றின் உபயோகம்.

குளிர்ந்த ஜல ஸ்நானம் போல், குளிர்ந்த வாயுவிலும் ஸ்நானம் செய்யலாம்; அதாவது: மனிதனை உடம்பில் போர்வை முதலியது இல்லாமல் குளிர்ந்த காற்று மேலே வீசும்படி இருக்கச் செய்வதேயாம். C. H. ப்ரௌன் என்பவர், எவ்வித ஜ்வரங்களிலும் பிணியாளியை குளிர்ந்த காற்று அவன்மேல் தாராளமாய் படும்படி விட்டிருந்தால், சரீரதாபம் கிரமமாக அடங்கி, அவனுக்கு அமைதியும் உண்டாகுமென்று கூறுகிறார். படுக்கையறையில் சாளரங்களையெல்லாம் திறந்து ஒரு தாழ்ந்த கட்டிலில் பிணியாளியை உடம்பில் வஸ்திரங்களைப்போர்க்காமல் படுத்திருக்கச் செய்யலாம். ஆனால் அதிக காற்று வீசும்படியாவது, ஸதாரணமான தேஹச்சூடும் குறைந்துபோகும் வரையிலுமாவது பிணியாளியை குளிர்ந்த காற்றுக்கு எதிரில் இருக்கச்செய்வது பிசகு. தாபம் அடங்கியதும் வஸ்திரங்களைக் கொடுத்து போர்த்துக்கொள்ளச் செய்யலாம். எவ்வித ஜ்வரத்திலும் இந்த சிகித்ஸை வெகு ஸுலபமானதாயும், சீக்கிரத்தில் தாபத்தைத் தணித்து ஸுகமுண்டாக்கக்கூடியதாகவும், நோயாளியினால் விரும்பத் தகுந்ததாகவும் இருக்கின்றது. காற்றில் உடம்பைத் திறந்து வைத்துக்கொள்வதும், பனிக்கட்டிகளை வாயிலடக்கிக்கொள்வதும், குளிர்ந்ததான சுத்த ஜலத்தைப் பருகுவதும் ஜ்வரங்களாலுண்டாகும் அழற்சியைப் போக்கக்கூடிய உபாயங்களாம். இவையெல்லாம் செய்தபிறகு ஜ்வரம் தணிந்ததும் சூடான தேயிலைப்பானகம் சிறிது பருகுவது நலம்.-American Medicine.

சுகாதார விஷயங்களைப்பற்றி கிராம வாஸிகளுக்குப் பிரஸங்கங்கள்.

சென்னை மாகாண சுகாதாரக் கமிஷனர் சுகாதார விஷயங்களைக் குறித்து கிராமவாஸிகளைக் கூட்டி வைத்துப் பிரஸங்கங்கள் செய்யலாமென்றும், அந்தப் பிரஸங்கங்கள் இன்ன விஷயங்களைப்பற்றியிருக்கலாமென்றும், இன்னமாதிரி செய்யப்படலாமென்றும் கவர்ன்மெண்டாருக்கு சிப்பார்சு செய்ய, கவர்ன்மெண்டார் அம்மாதிரி பிரஸங்கங்கள் செய்யப்படுவதற்கு வேண்டிய ஏற்பாடுகளைப் பண்ணும்படி சுகாதாரக் கமிஷனருக்கும் வித்தியாதிகாரிக்கும் உத்தரவு பிறப்பித்திருக்கிறார்கள். அப்பிரஸங்கங்கள் மனிதர்கள் உட்கொள்ளும் ஆஹாரம், அவர்கள் ச்வஸிக்கும் காற்று, அவர்கள் தாஹத்துக்குச் சாப்பிடும் ஜலம் இவைகளைப்பற்றியும், மனிதர்களுக்குச் சாதாரணமாய் உண்டாகிற வயிற்றுளைச்சல், க்ஷயரோகம், நரம்புச் சிலந்தி, வாந்திபேதி, ப்ளேக் முதலிய வியாதிகளைப் பற்றியும், மற்ற சுகாதார விஷயங்களைப் பற்றியும் செய்யப்படுமாம். ஜனங்களுக்கு சுகாதார விஷயங்களில் அறிவைப் புகட்டுவதற்கு இது தகுந்த உபாயமென்றே சொல்லலாம். இதைவிட ஆங்காங்குள்ள கிராமாதிகாரிகள் மூலமாய் அவ்வவ்விடங்களில் தொழில் புரிந்துவரும் நாட்டு வைத்தியர்களை ஒவ்வொரு ஜில்லா அல்லது தாலூக்காக்களின் பொதுவிடங்களில் வரவழைத்து, அவர்களுக்கு முதலில் சுகாதார முறைகளைக் கற்பித்து, அவர்களைக்கொண்டு ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் ஜனங்களுடைய சுகாதார முறைகளைக் காப்பாற்றும்படி ஏற்பாடு செய்வது மிகவும் நலமாயிருக்கும்.

எஃகு அல்லது அயத்தைப் பொடித்து மேற்கூறியவிதம் செய்தால் பஸ்மமாவதுபோலவே ஸ்வர்ணம் முதலியவற்றையும் செய்ய பஸ்மமாகும். எந்த ரோகங்களிலும் த்ரிபலாக்வாதம், தேன் இவற்றுடன் கலந்துட்கொள்ளலாம். 152—158.

அக்னி ரஸம். த்ரிகடு, த்ரிபலை, ஏலக்காய், ஜாதிக்காய், இலவங்கம் இவை ஒவ்வொன்றும் ஒன்பது பங்கு, முற்கூறிய சுத்தரஸம் இவற்றிற்கு ஸமபெடை, இவற்றைச் சேர்த்து அரைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் இரண்டு நிஷ்கப்ரமாணம் தேனில் கலந்து உட்கொள்ளலாம். இது 'அக்னி ரஸம்' என்று கூறப்படும். இது க்ஷயம், காஸம் இவற்றைப் போக்கும். 159—160½.

அம்ருதார்ணவ ரஸம். பாரதம், கந்தகம், லோஹபஸ்மம், வெண்காரம், சிற்றரத்தை, வாய்விடங்கம், த்ரிபலை, தேவதாரு, த்ரிகடு, சீந்திற்கொடி, தாமரைக்கிழங்கு, தேன், சுக்கு இவ்வனைத்தையும் ஸமயெடையாகச் சேர்த்து அரைத்து,இதை மூன்று குஞ்ஜா ப்ரமாணத்தில் உட்கொள்ள எவ்வித காஸமும் தீரும். இது 'அம்ருதார்ணவம்' என்று கூறப்படும். 161—162½.

ஸூர்யாவர்த்த ரஸம். பாதரஸம் ஒருபங்கு, கந்தகம் அரைப் பங்கு இவ்விரண்டையும் சோற்றுக்கற்றாழையின் சாற்றால் ஒரு யாமநேரம் அரைத்து, பாரத கந்தகங்களுக்கு ஸமயெடை செப்புத்தகடுகளை யெடுத்து, அவற்றில் அக் கல்கத்தைத் தடவி, ஒருநாள் முடிய ஸ்தாலீயந்திரத்தில்[1] எத்ரிதெடுத்து சூர்ணம் செய்து, அதில் இரண்டு குஞ்ஜாப்ரமாணம் உட்கொள்ளலாம்; இது ச்வாஸ ரோகத்தைப் போக்கும். இதற்கு 'ஸூர்யாவர்த்த ரஸம்' என்று பெயர். 163—164½.

ஸ்வச்சந்த பைரவரஸம். சுத்தி செய்த பாரதம், அயபஸ்மம், பொன்னிமிளை, கந்தகம், தாளகம், கடுக்காய், அகில், கருநொச்சி, த்ரிகடு, வெண்காரம், நாபி இவற்றை ஸமயெடையாகச் சேர்த்து, கருநொச்சிச்சாற்றால் ஒரு தினமும், கொட்டைக்கரந்தையின் சாற்றால் ஒரு தினமும் அரைத்து, இரண்டு குஞ்ஜாப்ரமாணத்தில் குளிகைகள் உருட்டி உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும். வாதரோகங்களால் பீடிக்கப்படுபவர் இதை உபயோகிக்கலாம். இது 'ஸ்வச்சந்த பைரவம்' என்று வழங்கப்படும். சிற்றரத்தை, சீந்தில், தேவதாரு, சுக்கு, ஆமணக்கன்வேர் இவற்றைக் கஷாயமிட்டு, அதில் சிறிது மஹிஷாக்ஷி யென்னும் பிசினைப் பொடித்துச் சேர்த்து இளஞ் சூடாயிருக்கையில் அதற்கு அநுபானமாய் உட்கொள்ளலாம். 165—168.

ஹம்ஸபோடலீ ரஸம். நன்றாக எரித்தெடுத்த பலகறையின் சூர்ணம், த்ரிகடு, வெண்காரம், நாபி, கந்தகம், இரஸம் இவற்றை ஸமயெடையாக யெடுத்து, எலுமிச்சம்பழச்சாற்றால் அரைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் ஒரு மாஷப்ரமாணம் மிளகுப் பொடியோடும் நெய்யோடும் கலந்து உட்கொள்ளலாம். இது கிரஹணீ

1. ஒரு சிறு கலசத்தில் பக்குவம் செய்யவேண்டிய ஔஷதச் சரக்குகளைச் சேர்த்து, அதன் வாயை ஒரு அகலால் மூடி அடுப்பிலேற்றி எரிக்கவேண்டும்; இவ்வகையாக பாகம் செய்வதற்கான ஸாதாரண உபகரணத்திற்கே 'ஸ்தாலீயந்திரம்' எனப் பெயர்,

ரோகத்தைப் போக்கும். இதற்கு மோரும் அன்னமும் கலந்துபயோகிப்பது பத்தியமாம். 169,170.

த்ரிவிக்ரம ரஸம்.

தாமிரபஸ்மத்தை அதற்கு ஸமபாகமான வெள்ளாட்டுப் பாலில் கலந்து அதைத் தீயிலேற்றி பக்குவம் செய்யவும்; அதில் கலந்துள்ள ஜலபாகம் சுண்டிய பிறகு அந்தாமிரபஸ்மம், இரஸம், கந்தகம் இவற்றை ஸமஎடையாகச் சேர்த்து, கருநொச்சிச்சாற்றால் ஒருநாள் அரைத்து ஒரு கோளமாகச் செய்து, ஒரு யாமகாலம் வாலுகாயந்திரத்தில்[1] பக்குவம் செய்யவும். இதில் இரண்டு குஞ்ஜாப்ரமாணம் உபயோகிக்கலாம்; கொடிமாதுளையின் வேரைக் கஷாயமிட்டு இவ்வௌஷதத்திற்கு அநுபானமாய் உட்கொள்ளலாம். இதற்கு 'த்ரிவிக்ரமரஸம்' எனப் பெயர். இதை ஒரு மாதகாலம் விடாமலுபயோகிக்க அச்மரீ யென்னும் மூத்திர வியாதி நிவ்ருத்தியாகும். 171—173.

மஹாதாளேச்வர ரஸம்.

தாளகம், பொன்னிமிளை, மனச்சிலை, பாதரஸம், இந்துப்பு, வெண்காரம் இவை ஒவ்வொரு பாகம், கந்தகம், தாமிரபஸ்மம் இவ்விரண்டும் தனித்தனியே இரண்டு பாகம் இவற்றை நன்றாகப் பொடித்து, எலுமிச்சம் பழச்சாற்றால் ஐந்து நாட்கள் அரைத்து, இதை மூசைகளில் அரைத்து பூதரயந்திரத்தில்[2] வைத்துப் புடமிடவும்; இவ்விதமே ஒவ்வொரு முறையும் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றால் அரைத்து ஆறு புடம் போடவேண்டும். இவ்விதம் புடமிட்ட ஔஷதச்சரக்கு ஆறுபலம், தாமிரபஸ்மம் இரண்டுபலம், அயபஸ்மம் நான்கு பலம் இவ்வளைத்தையும் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றால் ஒருநாள் அரைத்து ஸாதாரணமாய் ஒரு புடம் போடவும். பிறகு அதை யெடுத்து அத்துடன் முப்பதில் ஒருபாகம் நாபியைச் சேர்த்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாக அரைத்து எடுக்கவும். இதில் இரண்டு மாஷப் பிரமாணம் எருமைநெய்யுடன் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். பிறகு எருமை யாட்லாங்கொடியை யுலர்த்தி சூர்ணம் செய்து, அதில் கர்ஷப்ரமாணம் தேன் அல்லது நெய்யோடு கலந்து மேற்கூறிய ஔஷதத்திற்கு அநுபானமாய் உபயோகிப்பது நலம். 'மஹாதாளேச்வர ரஸம்' என்னும் இவ்வௌஷதம் பலவகையான குஷ்டங்களையும் போக்கும் 174—178½.

குஷ்டகுடார ரஸம்.

இரஸபஸ்மம், கந்தகம், அயபஸ்மம், தாமிரபஸ்மம், மஹிஷாக்ஷி குக்குலு, த்ரிபலை, வேம்பு, சித்திரமூலம், சிலாஜது இவற்றை தனித்தனியே சூர்ணம் செய்து, ஒவ்வொன்றிலும் பதினாறு சாணமெடை யெடுத்துக்கொள்ளவும். புங்கங்கொட்டையின் சூர்ணம் அறுபத்து நான்கு சாணம்; அப்ரகபஸ்மம் அறுபத்து நான்கு சாணம்; இவ்வளைத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து, தேன் நெய் இவற்றைப் போதுமானவளவு சேர்த்துக் குழைத்து, நெய் வைத்துப்பழகிய ஒரு மட்பாத்திரத்தில் மேற்கூறிய

1. வாலுகாயந்திரம்—இதைப்பற்றி 153-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. பூதரயந்திரம்—இரஸௌஷதச்சரக்குகள் அடங்கிய ஒரு குப்பியை மற்றொரு மட்பானையினுள் அடக்கி, அப்பானையினுள் ஔஷதக்குப்பி மறையுமாறு மணலை நிரப்பி, ஒரு குழியில் அப்பாத்திரத்தை அமர்த்தி வைத்து, அதன் மேலும் சுற்றுப்புறங்களிலும் தீயிடவேண்டும்; இவ்விதம் பக்குவம் செய்வதற்கான உபகரணம் பூதரயந்திரம் எனப்படும்.

ஔஷதத்தைச் சேர்த்து வைக்கவும். 'குஷ்டகுடார ரஸம்' என இதற்குப் பெயர். அவயவங்களைச் சிதறச்செய்யும் மிக்க கொடிய குஷ்டரோகங்கள் அனைத்தையும் இவ்வௌஷதம் போக்க வல்லது. 179—182.

உதயாதித்ய ரஸம்.

சுத்த ரஸம் ஒரு பங்கு, கந்தகம் இரண்டு பங்கு; இவற்றைச் சோற்றுக்கற்றாழையின் சாற்றால் ஒருநாள் அரைத்து ஒரு கோளமாக உருட்டி, ஒரு மட்பாத்திரத்தினுள் வைத்து, இதில் சேர்க்கப்பட்டுள்ள இரஸம் எவ்வளவு எடையோ அவ்வளவு எடையுள்ள ஒருதாமிரபாத்திரத்தை நன்றாக ஔஷதமுறைக்கு ஏற்றவாறு சுத்தம் செய்து இத்தாமிரபாத்திரத்தைக் கவிழ்த்து மட்பாத்திரத்தின்மேல் மூடவேண்டும்; அத்தாமிரபாத்திரத்தைச் சுற்றிலும் சாம்பரை கனமாகத் தூவி, மட்பாத்திரத்திற்கு அடியில் கடுந்தீயிட்டெரித்துக்கொண்டே, தாமிரபாத்திரத்தின்மேல் பசுஞ்சாணங்கலந்த குளிர்ந்த நீரை சிறுகச் சிறுக விட்டுவரவேண்டும்; இவ்விதம் இரண்டு யாமகாலம் எரித்து விட்டு அப்பால் தீயை நிறுத்திவிடவும். பிறகு பேயத்தி, சித்திரமூலம், த்ரிபலை, கொன்றை இவற்றின் பட்டை, வாய் விடங்கம், வாலுளுவை இவற்றை இடித்து ஜலம் சேர்த்து க்வாதம் காய்ச்சி, இக் கஷாயத்தில் மேற்கூறிய ஔஷதத்தை ஒரு நாள் முடிய பாவனை செய்யவேண்டும். இதற்கு 'உதயாதித்ய ரஸம்' என்று பெயர். இதை உட்கொள்ள வேண்டிய அளவு இரண்டு குஞ்ஜாஎடை. இது விசர்ச்சிகா யென்னும் சர்மரோகத்தையும், தத்ரு குஷ்டம் என்னும் படையையும், வாதரக்தத்தையும் நிவ்ருத்தி செய்யும். கருங்காலிப்பட்டையின் கஷாயத்தில் வாலுளுவைப் பொடியைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிவடிக்கட்டி அதற்கு அநுபானமாய் உபயோகிக்க வேண்டும். ச்வித்ரம் அல்லது கிலாஸமென்னும் வெண்குஷ்டரோக முடையவன் மூன்று சாணமெடை அளவில் உதயாதித்ய ரஸத்தைப் பசும் பாலுடனாவது, த்ரிபலாக்வாதத்துடனாவது உட்கொண்டுவர மூன்று நாட்கள் அல்லது ஏழுநாட்கள் கழித்து உடலில் எங்கும் கொப்புளங்கள் உண்டாகும். அப்பால் அவிரிவேர், குன்றிவேர், ஊமத்தைவேர், செருப்படை, வல்லாரை, புளியரணை இந்த மூலிகைகளையும் அன்னபேதியையும் ஒன்றாக அரைத்து, இக் கல்கத்தை ஏழுநாள் அக் கொப்புளங்களின்மேல் தடவிவர அவ்விரணங்கள் சாந்தமாகும். எவ்வித வெண் குஷ்டமும் இவ்வௌஷதப்ரயோகத்தினால் நிவ்ருத்தியாகும். ச்வித்ரத்தின்மேல் உபயோகிப்பதற்கு வேறுவிதமான லேபங்களும் வைத்தியர்களுடைய அநுபவத்தில் வந்திருப்பதாகக் கூறப்படுகிறது:—குன்றிமணி, சித்திரமூலம் இவ்விரண்டையும் அரைத்து மேலே பூசிவந்தாலும் ச்வித்ரம் தீருமாம். அல்லது மனச்சிலை, நாயுருவிச்சாம்பர் இவற்றை ஜலத்தினால் அரைத்துத் தடவினாலும் வெண் குஷ்டம் விலகும். 183—192½.

ஸர்வேச்வர ரஸம்.

இரஸம் ஒருபலம், கந்தகம் நான்குபலம், இரண்டையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து ஒரு யாமகாலம் அரைக்கவும்; பிறகு தாமிரபஸ்மம், அப்ரக பஸ்மம், அயபஸ்மம், லிங்கம் இவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொருபலம், ஸுவர்ணம், வெள்ளி இவ்விரண்டும் பிரத்தியேகம் பத்து நிஷ்கங்கள், வஜ்ரபஸ்மம் ஒரு மாஷஎடை, சுத்ததாளகம் இரண்டு பலம், இவ்வளைத்தையும் கல்வத்திலிட்டு எலுமிச்சம்பழச்சாற்றால் ஒரு நாள் அரைக்கவும்; அவ்விதமே ஊமத்தையிலைச்சாறு, ஆடாதோடையிலைச்சாறு, இலைக்கள்ளிச்சாறு, எருக்கிலைச்சாறு, எட்டிக்கொட்டையின் கஷாயம், அலரியிலைச்சாறு இவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் சேர்த்து ஒவ்வொருநாள் அரைக்கவேண்டும். இவ்வாறு ஏழு நாட்கள் அரைத்த

பின்பு உருட்டி வஸ்திரத்தினால் கவசமிட்டு வாலுகாயந்திரத்தில் மூன்று நாட்கள் மட்டும் இளந் தீயிட்டு எரித்து பக்குவம் செய்யவேண்டும். பிறகு அப்புடத்தையுடைத்து நன்றாகச் சூர்ணம் செய்து, அத்துடன் ஒரு பலம் நாபியையும், இரண்டு பலம் திப்பிலியையும் பொடித்துச் சேர்த்து அனைத்தையும் ஒன்றாக அரைத்து எடுக்கவும். இது 'ஸர்வேச்வர ரஸம்' எனப்படும். இரண்டு குஞ்ஜா எடையில் இதைத் தேனில் கலந்து உட்கொள்ளலாம். பரிச உணர்ச்சி யிழந்த குஷ்ட ரோகத்திலும், படைபோன்ற விகாரத்தை யுண்டுபண்ணும் குஷ்டத்திலும் இவ்வௌஷதம் உட்கொள்ளத்தகுந்தது. வாலுளுவை, தேவதாரு இவ்விரண்டையும் சூர்ணம் செய்து, இச்சூர்ணத்தில் கால்பலமெடை யெடுத்து ஆமணக்கெண்ணெயுடன் கலந்து மேற்கூறிய ஔஷதத்திற்கு அநுபானமாய் உட்கொள்வதால் நற்குண முண்டாகும். 193—199.

ஸ்வர்ணக்ஷீரீ ரஸம்.

ஐந்து பலமெடை கூகை நீறென்னும் பதார்த்தத்தை ஒரு த்ரோண அளவு மோரில் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும்; மோர் முடியவும் வற்றிப்போன பின்பு அதை யெடுத்து ஒரு த்ரோணம் அளவான பாலில் சேர்த்து அவ்விதமே கொதிக்கவைத்து அதிலுள்ள பால் அனைத்தும் வற்றிப்போன பிறகு அக்கூகை நீறையெடுத்துக் கழுவி உலர்த்தவும். அப்பால் அதைச் சூர்ணம் செய்து, அச்சூர்ணத்தில் ஐந்து பலமும், மிளகுப்பொடி இரண்டு பலமும், இரஸபஸ்மம் ஒரு பலமும் சேர்த்து ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் நிஷ்கப்ரமாணம் ஒரு வேளைக்கு உட்கொள்ளலாம். பரிச உணர்ச்சியைப்போக்கும்குஷ்டரோகத்தில் இதனால் நற்குண முண்டாகும். இதற்கு 'ஸ்வர்ணக்ஷீரீ ரஸம்' என்று பெயர். 200—202.

மஹா மேஹ பத்த ரஸம்.

இரஸபஸ்மம், காந்தபஸ்மம், மண்டூரம், சிலாஜது, சுத்தமான பொன்னிமிளை, மனச்சிலை, த்ரிகடு, த்ரிபலை, இலந்தக்கொட்டை, விளாம்பழம், மஞ்சள் இவற்றில் சூர்ணம் செய்யக் கூடியவற்றைப் பொடித்து இருபது முறை கரிசிலாங்கண்ணிச்சாற்றில் பாவனைசெய்யவும்; பிறகு அச்சூர்ணமனைத்தையும் எடுத்து உலர்த்தி நிஷ்கப்ரமாணம் தேனில் கலந்து உட்கொள்ள எவ்வித மேஹரோகங்களையும் போக்கும். 'மஹா மேஹ பத்தரஸம்' என்று இதற்குப் பெயர். நன்கு முதிர்ந்த வேப்பமரத்தின் ஐந்து வித்துகளைச் சூர்ணம் செய்து, ஒரு பலமெடை அரிசி கழுவிய நீரில் சேர்த்து மேற்கூறிய ஔஷதத்திற்கு அநுபானமாய் உட்கொள்ளலாம். அல்லது இரண்டு நிஷ்கமெடை நெய்யில் கலந்தாவது உபயோகிக்கலாம். வெகு நீடித்தகாலமாய் தொடர்ந்து வரும் மேஹரோகம் அனைத்தும் இதனால் நிவ்ருத்தியாகும். 203—206.

மஹாவஹ்நி ரஸம்.

இரஸம் நாலு பங்கு, கந்தகம் எட்டு பங்கு, மஞ்சள், த்ரிபலை, கோரோசனை இவை ப்ரத்நியேகம் இரண்டு பாகம், கருஞ்சிவதை, சித்திரமூலம் இவை ஒவ்வொன்றும் மூன்று பாகம், த்ரிகடு, நேபாளம், ஜீரகம் இவை ஒவ்வொன்றும் எட்டு பாகம்; இவற்றை ஒருமிக்கப் பொடித்து, காஞ்ஜிக மென்னும் காடியிலும், கள்ளிப்பாலிலும், கரிசிலாங்கண்ணிச்சாற்றிலும், சித்திரமூலக் கஷாயத்திலும், ஆமணக்கெண்ணெயிலும் அச்சூர்ணத்தைத் தனித்தனியே எவ்வேழு முறை பாவனை செய்யவும். இது 'மஹா வஹ்நி ரஸம்' என்று வழங்கப்படும். இதில் ஒரு நிஷ்கப்ரமாணம் ஔஷதத்தை உஷ்ண ஜலத்துடன் உட்கொள்ளலாம். இதனால் நன்கு விரேசனமாகும். இதை யுபயோகிப்ப

வர் மாலைப் பொழுதில் இந்துப்பும் மோரும் கலந்த அன்னத்தைப் பத்தியமாய் உட்கொள்ளலாம். குளிர்ந்த ஜலம் உபயோகிக்கக்கூடாது. வயிற்றைப்பற்றி யுண்டாகும் மஹோதரம் முதலிய வியாதிகளையும், ஆமவாதம் ஊருஸ்தம்பம் முதலியவற்றையும் இவ்வௌஷதோபயோகத்தினால் நிவ்ருத்தி செய்யலாம். 207—211.

வித்யாதர ரஸம்.

கந்தகம், தாளகம், பொன்னிமிளை, தாமிரபஸ்மம், மனச்சிலை, இரஸம் இவ்வனைத்தையும் சூர்ணம் செய்து, திப்பிலிக்கஷாயத்தில் ஒரு தினமும், கள்ளிப்பாலில் ஒரு தினமும் பாவனை செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் அரை நிஷ்கமெடை யெடுத்துத் தேனுடன் கலந்து உட்கொள்ள குன்மம், ப்லீஹோதரமென்னும் மண்ணீரலின் வீக்கம் இவற்றைப் போக்கும். இதற்குப் பசுமூத்திரம் அநுபானம். இது 'வித்யாதர ரஸம்' எனப்படும். 212—213½.

த்ரிநேத்ர ரஸம்.

வெண்காரம், மான்கொம்பு, ஸ்வர்ணம், தாமிரபஸ்மம், இரஸம் இவற்றை இஞ்சிஸ்வரஸத்தினால் ஒரு நாள் அரைத்து, அகல்களில் வைத்துச் சீலைமண் செய்து புடம் போடவும். இது 'த்ரிநேத்ர ரஸம்' எனப்படும். இதில் மாஷப்பிரமாணம் நெய் தேன் இவற்றில் கலந்து உட்கொள்ளலாம். பிறகு இந்துப்பு, ஜீரகம், பெருங்காயம் இம்மூன்றையும் பொடித்து, தேன் நெய் இவற்றில் குழைத்து அநுபானமாய் உபயோகிக்க வேடுண்ம். இதை ஒரு மாதகாலம் உபயோகித்துவர பரிணாமசூலை யென்னும் வயிற்று வலி தீரும். 214—216.

கஜ கேஸரி ரஸம்.

ஒருபங்கு பாதரஸத்தையும், இரண்டு பங்கு கந்தகத்தையும் ஒரு யாமகாலம் நன்றாய் அரைக்கவும்; இரண்டுக்கும் ஸமவெடையாக தாமிரபஸ்மத்தையும் சேர்த்து ஓர் அகலில் வைத்து, மற்றொரு அகலால் மூடி சீலைமண்செய்து விடவும்; அப்பால் ஒரு மட்பாத்திரத்தில் இதை வைத்து அதற்குள் கீழும் மேலும் உப்பைச் சேர்க்கவேண்டும். பிறகு அதை கஜபுடத்தில் எரித்து, தனக்குத்தானே ஆறிய பிறகு அதை எடுத்து உள்ளிருக்கும் ஔஷதத்தைச் சூர்ணம் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதை இரண்டு குஞ்ஜாப்பிரமாணத்தில் வெற்றிலையில் மடித்து மென்றுவிடவும்; பிறகு பெருங்காயம், சுக்கு, ஜீரகம், வசம்பு, மிளகு இவற்றைப் பொடி செய்து அச்சூர்ணத்தில் கால் பலம் எடை உஷ்ணஜலத்துடன் அநுபானமாய் உட்கொள்ளலாம். இது அஸாத்திய மென்று கருதப்படும் வயிற்று வலிகளையும் சில ஸமயம் போக்கக்கூடியது. இதற்கு 'கஜ கேஸரி ரஸம்' என்று பெயர். 217—220.

ஸூதாதி வடி.

பாரதம், நாபி, கந்தகம், ஓமம், த்ரிபலை, ஸர்ஜக்ஷாரம், யவக்ஷாரம், சித்திரமூலம், இந்துப்பு, ஜீரகம், அட்டுப்பு, த்ரிகடு இவை தனித்தனியே ஒவ்வொருபங்கும், இவ்வனைத்துக்கும் ஸமமாக எட்டிக்கொட்டையும் சேர்த்து சூர்ணம் செய்து, எலுமிச்சம்பழச்சாற்றால் நன்றாய் அரைத்து, மிளகுகளைப் போல் மாத்திரைகள் செய்யவும். அக்னிமாந்தியம் என்னும் பசியின்மைக்கு இது சிறந்த ஔஷதம். 221—222½.

பாரதம், நாபி, கந்தகம் இவற்றை ஸமவெடையாக எடுத்து, இவ்வனைத்துக்கும் ஸம

அஜீர்ண கண்டக ரஸம்.

மாக மிளகுப்பொடியையும் சேர்த்து, கண்டங்கத்திரிக்காயின் ஸ்வரஸத்தினால் ஆட்டி, அந்த ஸ்வரஸத்திலேயே இருபத்தோரு முறை பாவனை செய்து மூன்று குன்றுமணி யெடையில் மாத்திரைகள் செய்யவும். இதனால் அகில அஜீர்ணமும் சாந்தமாகும். 'அஜீர்ண கண்டக ரஸம்' என்று இதற்குப் பெயர். இது விஷூசியையும் போக்கக்கூடியது. 223—225.

மந்தான பைரவ ரஸம்.

இரஸபஸ்மம், தாமிரபஸ்மம், பெருங்காயம், தாமரைக்கிழங்கு, இந்துப்பு, கந்தகம், தாளகம், கடுகரோஹிணீ இவற்றை ஸமயெடையாக எடுத்து சூர்ணம் செய்து, வெள்ளைச்சாறடை, தேவதாளீ, கருநொச்சி, அம்மான் பச்சரிசி, பேய்ச்சுரை இவற்றின் ஸ்வரஸத்தினால் தனித்தனியாக ஒவ்வொரு நாள் ஆட்டி, உளுந்து அளவாக மாத்திரைகள் செய்யவும். இதைத் தேனுடன் கலந்து உபயோகிக்கலாம். இதற்கு வேப்பம்பட்டை க்வாதத்தை அநுபானமாய் உட்கொள்ள வேண்டும். கபத்தினாலுண்டாகும் வியாதிகளை நிவ்ருத்திக்க வல்லது. இது 'மந்தான பைரவ ரஸம்' என்று வழங்கப்படும். 226—228.

வாதநாசந ரஸம்.

பாரதம், ஸ்வர்ணம், வஜ்ரம், தாமிரம், அயம், பொன்னிமிளை, தாளகம், நீலாஞ்ஜனம், துத்தம், அபினி, பஞ்சலவணம் இவற்றை ஸமபாகமாக எடுத்து கள்ளிப் பாலிட்டு ஒருநாள் அரைத்து, அகல்களில் வைத்து சீலைமண்செய்து, பூதர யந்திரத்தில் பக்குவம் செய்யவும். பிறகு அப்புடத்திலுள்ள ஔஷதத்தை யெடுத்து அதில் ஒரு மாஷப்ரமாணம் இஞ்சி ஸ்வரஸத்தில் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். மோடியையும் திப்பிலியையும் பொடித்துச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த க்வாதத்தை மேற்கூறிய ஔஷதத்திற்கு அநுபானமாய் உபயோகிக்கலாம். ஆக்ஷேபக மென்னும் இசிவு முதலான எல்லா வாதரோகங்களையும் போக்கும். 229—231½.

ரோகஹர ரஸம்.

ஸ்வர்ணம் எட்டு சாணமெடை, இரஸம் பன்னிரண்டு சாணமெடை, அப்ரகம் நான்கு சாணம், கந்தகம் பன்னிரண்டு சாணமெடை, தாமிரம் இரண்டு சாணம், பொன்னிமிளை இரண்டு சாணம், வங்கம் இரண்டு சாணம், ஸௌவீரம் மூன்று சாணம், அயம் எட்டு சாணம், நாபி மூன்று சாணம், நிலப்பனங்கிழங்கு ஒரு பலம் இவற்றை நன்றாகப் பொடி செய்து, எலுமிச்சம்பழம் முதலிய புளிப்பான பழங்களின் சாறுகளை விட்டு ஒருநாள் அரைத்து ஒரு முறை புடம் போடவும். அப்பால் அப்புடத்திலுள்ள ஔஷதத்தையே யெடுத்து, நுண்ணிய பொடிகளாக ஆகும்படி கல்வத்தில் அரைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். மிகவும் உக்கிரமான ஸந்நிபாதத்திலும், குஷ்டத்திலும், குஷ்டத்திலும், விஸர்ப்பத்திலும், பகந்தரத்திலும், ஜ்வரத்திலும், வெண் திலும், கிருத்ரிமவிஷப் பிரயோகத்தினாலுண்டாகும் கோளாறுகளிலும் இவ்வௌஷதத்தை ஒரு மாஷமெடையில் இஞ்சி ஸ்வரஸத்துடன் கலந்து உபயோகிக்கலாம். இது 'ரோகஹர ரஸம்' எனப்படும். 232—237.

இரஸம், கந்தகம் ஒவ்வொன்றும் முக்கால் பலம்; வெள்ளி, அப்ரகம், தாமிரம், வங்கம், அபினி இவை கால் கால் பலம்; முருங்கப்பட்டையின் ஸ்வரஸத்தி

ஸந்நிபாத பைரவ ரஸம்.

னாலும், சிந்திர மூலஸ்வரஸத்தினாலும், சுக்குஸ்வரஸத்தினாலும், பில்வஸ்வரஸத்தினாலும், அம்மான் பச்சரிசி ஸ்வரஸத்தினாலும் தனித்தனியே ஒவ்வொரு யாமகாலம் மேற்கூறிய சரக்குகளை அரைத்து ஒரு கோளமாகச் செய்து வஸ்திரத்தினால் கவசம் செய்து, இதை ஒரு காசக்குப்பியில் வைத்து அதினுள் கீழும் மேலும் உப்பை நிரப்பி, இக்குப்பியை மற்றொரு மட்பாத்திரத்தில் வைத்து அதனுள் மணலை நிரப்பி இரண்டு யாமகாலம் எரித்தல் போடவேண்டும். அப்பால் அதிலிருந்து அக்கோளத்தை யெடுத்து சூர்ணம் செய்து, அத்துடன் கால் பலம் பொடிசெய்த பவளமும், சாணமெடை நாபியும் சேர்த்து, கிருஷ்ணஸர்ப்பத்தின் விஷத்தில் இரண்டு நாள் பாவனை செய்யவும். கிரந்திதகரம், அமுக்கிறாங்கிழங்கு, ஜடாமாம்ஸீ, பிரம்மதண்டு, நீர்வஞ்சி, திப்பிலி, அவிரி, இலவங்கப்பத்திரி, ஏலம், சித்திரமூலம், கறுப்புக் கஞ்சாங்கோரை, சதகுப்பி, தேவதாளீ, ஊமத்தை, அகத்தி, கொட்டைக்கரந்தை, இலுப்பை, ஜாதிக்காய், மருக்காரை இவற்றின் கஷாயநீரால் தனித்தனியே ஒவ்வொரு நாள் அரைத்து, உலர்த்திவைத்து ஒரு குப்பியில் அடைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதை இரண்டு குஞ்ஜாப்ரமாணத்தில் உட்கொள்ளலாம். பதினாறு மிளகுகளைப் பொடிசெய்து, கொம்மட்டி மாதளையின் சாறு, இஞ்சி ஸ்வரஸம் இவற்றுடன் சேர்த்து இதற்கு அநுபானமாய் உபயோகிக்கலாம். இது 'ஸந்நிபாத பைரவரஸம்' என்று வழங்கப்படும். இதை ஸந்நிபாத ரோகங்களில் பிரயோகிக்கலாம். 238—246.

கிரஹணீ கபாட ரஸம்.

வெள்ளி, நல்முத்து, ஸ்வர்ணம், யவக்ஷாரம் இவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பாகம், கந்தகம் இரண்டு பங்கு, பாதரஸம் மூன்று பங்கு இவற்றை விளாம்பழரஸத்தினால் நன்றாக அரைத்து, மான் கொம்புக்குள் சேர்த்து சீலை மண் செய்து புடம்போடவும். அது ஆறியபிறகு எடுத்து, சிற்றாமுட்டியின் ஸ்வரஸத்தினால் ஏழு நாட்களும், நாயுருவிச்சாற்றால் மூன்று நாட்களும் அரைக்கவேண்டும். பிறகு வெள்ளிலோத்திப்பட்டை, அதிவிடயம், கோரைக்கிழங்கு, ஆரைப்பூ, வாலுளுவை, சீந்தில் இவற்றின் ஸ்வரஸங்களால் தனித்தனியே மும்மூன்று முறை பாவனை செய்யவேண்டும். மிளகுப்பொடி, தேன் இவற்றுடன் மேற்கூறிய ஔஷதத்தை ஒரு மாஷப்ரமாணம் உட்கொள்ள எவ்விதமான அதிஸாரமும், கிரஹணீரோகமும் தீரும். அக்னிதீபனமும் உண்டாகும். இது 'கிரஹணீ கபாட ரஸம்' எனக் கூறப்படும். 247—251.

வஜ்ர கபாட ரஸம்.

பாரதபஸ்மம், அப்ரகபஸ்மம், கந்தகம், யவக்ஷாரம், வெண்காரம், அகில், வசம்பு இவற்றை ஸமபாகமாய் எடுத்து, காடி, எலுமிச்சம்பழ ரஸம், கரிசிலாங்கண்ணி ரஸம் இவற்றால் ஒவ்வொருநாள் ஆட்டி, ஒரு கோளமாக உருட்டி உலர்த்தி, ஒரு இரும்புப் பாத்திரத்தில் வைத்து, அதை ஓர் அகலால் மூடி சீலைமண்ணிட்டு, அதன் அடியில் சிறுகச்சிறுக அரை யாமகாலம் தீயிட்டெரிக்கவேண்டும். பிறகு அதையெடுத்து அவ்வௌஷதத்திற்கு ஸமமாக அதிவிடயம், இலவம்பிசின் இரண்டையும் பொடித்துச் சேர்த்து, விளாம்பழம், கஞ்ஜா இவற்றின் கஷாயங்களில் ஏழு முறை பாவனை செய்யவேண்டும்; பிறகு ஆரைப்பூ, வாலுளுவை, கோரைக்கிழங்கு, வெள்ளிலோத்தி, பில்வம், சீந்தில் இவற்றின் கஷாயங்களில் ஒவ்வொரு நாள் பாவனை செய்து உலர்த்தவும். இது 'வஜ்ர கபாட ரஸம்' என்று கூறப்படும். இதை சாணப்ரமாணமாக தேனில் கலந்துபயோகிக்கலாம்.

சித்திரமூலம், சுக்கு, பிடாலவணம், பில்வக்காய், கறியுப்பு இவற்றை ஸமபாகமாகச் சூர்ணம் செய்து, உஷ்ணஜலத்துடன் மேற்கூறிய ஔஷதத்திற்கு அநுபானமாய் உட்கொள்ளவேண்டும். இவ்வௌஷதம் இவ்வாறு உபயோகிக்கப்படுமானால் ஸகல தோஷங்களாலும் ஸம்பவிக்கும் கிரஹணீரோகம் தீரும். 252—257½.

தாராதி ரஸம்.

வெள்ளி ஒரு பங்கு, வஜ்ரம் இரண்டு பங்கு, ஸ்வர்ணம் மூன்று பங்கு, தாமிரம் நான்கு பங்கு, இரஸம் ஐந்து பங்கு, கந்தகம் ஆறு பங்கு, அயம் ஏழு பங்கு இவற்றை சோற்றுக் கற்றாழையின் சாற்றால் அரைத்து, ஒரு காசிக்குப்பியில் சேர்த்து, ஒரு பானையில் இந்துப்பைக் கொட்டி, அதனிடையில் அக்குப்பியை அமர்த்தி, அப்பானையின் வாயை மூடி, சீலை செய்து அடுப்பிலேற்றவும். ஒருநாள் முடியவும் சிறுகச் சிறுக அக்னியை வளர்த்தி அப்பால் தீயை நிறுத்திவிடவேண்டும். ஆறியபிறகு அக்குப்பியிலிருந்து ஔஷதத்தை வெளியிலெடுத்து, அதை எருக்கம்பாலிலும், அமுக்கிறுங்கிழங்கின் சாற்றிலும், காகோலீ, பூனைக்காலி, நிலப்பனங்கிழங்கு, யானைநெரிஞ்சி, தண்ணீர்முட்டான் இவற்றின் ஸ்வரஸத்திலும், தாமரைக்கிழங்கு, பத்ரமுஸ்தையென்னும் முத்தக்காசு, ஞாழல் இவற்றின் ஸ்வரஸத்திலும் தனித்தனியே மும்மூன்று நாட்கள் பாவனை செய்யவேண்டும். பிறகு கஸ்தூரி, த்ரிகடு, பச்சைக்கர்ப்பூரம், தக்கோலம், ஏலம், இலவங்கம் இவற்றை முற்கூறிய சூர்ணத்தில் எட்டிலொரு பங்காகச் சேர்த்து, அனைத்துக்கும் ஸமஎடையாக சர்க்கரையையும் கலந்து வைத்துக்கொள்ளவும். இதை ஒரு சாணமளவில் இரண்டு பலம் பசும்பாலுடன் உட்கொள்ளவேண்டும். இதற்கு மதுரமான உணவுகளையே பத்தியமாகக் கொள்ளவேண்டும். இதன் பிரபாவத்தினால் தேஹத்தில் அழகும், வன்மையும், ஒளியும் செழிக்கும். சுக்லதாதுவும் மிக விருத்தியடையும். 258—265½.

கந்தர்ப்ப ஸௌந்தர ரஸம்.

பாதம், வஜ்ரம், நாகம், நல்முத்து, வெள்ளி, ஸ்வர்ணம், கிருஷ்ணாப்ரகம் இவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் கால் பலமெடுத்து, கருங்காலிப்பட்டையின் சாற்றால் அவற்றை ஆட்டி, பவளப்பொடி, கந்தகம் இவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் கால்பலமெடை கலந்து, அப்பால் அமுக்கிறுங்கிழங்கு ஸ்வரஸத்தால் அனைத்தையும் அரைத்து, அதை மான்கொம்புக்குள் அடைத்து ஒரு முறை புடம்போடவும். பிறகு ஆரைப்பூ, காகோலீ, அதிமதுரம், ஜடாமாம்ஸீ, சிற்றுமுட்டி, பேராமுட்டி, சுரைக்காய், தாமரைக்கிழங்கு, தண்ணீர் முட்டான்கிழங்கு, இங்குணம்பட்டை, திராக்ஷை, திப்பிலி, புல்லூரி, சிறுமல்லிகை, மேர்மல்லிகை, பெருமல்லிகை, நாய்ப்பயறு, ஈச்சம்பழம், சிறு கோரைக்கிழங்கு, இலுப்பை, பூனைக்காலி இவற்றின் ஸ்வரஸங்களில் பாவனை செய்து உலர்த்தி, ஏலக்காய், இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, ஜடாமாம்ஸீ, இலவங்கம், அகில், நாககேஸரம், கோரைக்கிழங்கு, திப்பிலி, வெட்டிவேர் இவற்றை தனித்தனியே சாணமெடை சேர்த்து அனைத்தையும் சூர்ணம்செய்து, பிறகு ஒருசாணம் கஸ்தூரியையும், ஒரு சாணம் பச்சைக்கர்ப்பூரத்தையும் அதில் கலந்து வைத்துக்கொள்ளவும். இது 'கந்தர்ப்ப ஸௌந்தர ரஸம்' என்று சொல்லப்படும். நெல்லிக்கனி, நிலப்பனங்கிழங்கு, சர்க்கரை இவற்றைப் பொடித்து இச்சூர்ணத்தில் கால்பலமெடுத்து கந்தர்ப்ப ஸௌந்தரமென்னும் ஔஷதத்தை ஒரு சாணப்ரமாணம் கலந்து, கால்பலம் நெய்விட்டுக் குழைத்து இரவில் உட்கொள்ளலாம் இதற்கு இரண்டு பலம் பாலையும் அநுபானமாகக் கொள்ளலாம். இதனால் சரீர

வன்மையும், சுக்லவிருத்தியும் உண்டாகும். ஆகவே இவ்வௌஷதம் சிறந்த வ்ருஷ்யகுணமுள்ளதாம். 266—273½.

லோஹ ரஸாயனம்.

சுத்தரஸம் ஒருபங்கு, சுத்தகந்தகம் இரண்டுபங்கு இவ்விரண்டையும் அரைத்து கஜ்ஜளி செய்து, அப்பால் அக்கஜ்ஜளிக்கு ஸமஎடை உருக்கிரும்புத்தூளைச் சேர்த்து ஒரு யாமகாலம் அரைத்து, அச்சூர்ணத்தில் சோற்றுக் கற்றாழையின் சாற்றை விட்டு வெயிலில் வைத்து மூன்று நாட்கள் ஆட்டவும். பிறகு கிரமமாக அதில் உஷ்ணமுண்டாய் விசேஷதாமமும் கிளம்பும். அப்பொழுது அதைக் கெட்டியாக பிண்டம்போல் உருட்டி, ஒரு தாமிர பாத்திரத்தில் வைத்து அதிக சுணையுள்ள தானியக் களஞ்சியத்திற் புதைத்து, மூன்றுநாட்கள் கழிந்தபிறகு அதை எடுத்து, கல்வத்திலிட்டு ஒருநாள் வெயிலில் வைக்கவும்; பிறகு சீந்திற்கொடியின் ஸ்வரஸத்தில் மூன்று முறை பாவனை செய்து வெயிலில் உலர்த்தி, மறுபடி த்ரிகடு க்வாதத்திலும், ஆடாதோடை, சித்திரமூலம் இவற்றின் ஸ்வரஸத்திலும் தனித்தனியே மும்மூன்றுமுறை பாவனை செய்து, அப்பால் இரும்புப்பாத்திரத்தில் அதைச் சேர்த்து த்ரிபலா க்வாதத்திலும், கருநொச்சி, மாதளம்பட்டை, தாமரைக்கிழங்கு, கரிசிலாங்கண்ணி, மருதோன்றி, பலாசம்பட்டை, வாழைப்பட்டை இவற்றின் சாறுகளிலும், வேங்கம்பட்டையின் கஷாயத்திலும், அவிரிச்சாற்றிலும், வரள்ச் சுண்டிச்சாற்றிலும், கருவேலங்காய்ச் சாற்றிலும், பேராமுட்டி, தண்ணீர் முட்டாங்கிழங்கு, நெரிஞ்சி, சீந்தில் இவற்றின் ஸ்வரஸங்களிலும் தனித்தனி மும்மூன்றுமுறை பாவனை செய்யவேண்டும். ஆனால் இவற்றில் கிடைக்கக்கூடிய ஓஷதிகளின் ஸ்வரஸம் அல்லது க்வாதங்களில்மட்டும் பாவனைசெய்தால் போதுமானது. இவ்வௌஷதத்தை கோலப்ரமாணமாக நெய்யிலும் தேனிலும் கலந்து காலையில் உட்கொண்டுவரலாம். ஒரு பலம் சிற்றுமுட்டிக் கஷாயத்தை இதற்கு அநுபானமாய் உபயோகிக்கலாம். இதை மூன்று மாதங்களளவும் உபயோகிக்க நிரை திரைகள் நீங்கும். திப்பிலிப்பொடி, தேன் இவற்றைக் கலந்து அநுபானமாயுட்கொண்டால் அக்னிமாந்தியம், ச்வாஸகாஸம், பாண்டுரோகம், மற்றும் வாத கபங்களால் நேரிடும் கோளாறுகள் என்னும் இவைகள் நிவ்ருத்தியாகும். இவ்வௌஷதத்தைச் சீந்திற்கொடியின் ஸத்துவம், தேன் இவற்றிற் கலந்து உபயோகிக்க வாதரக்த்தம், கிரஹணீ, அர்சஸ், மூத்திரரோகங்கள், அண்டவிருத்தி இவை தீரும். மேலும் சரீர வன்மையையும், நிறத்தையும் இது விருத்தி செய்யும். இவ்வௌஷதம் வ்ருஷ்யம், ஆயுஷ்யம் என்கிற குணங்களில் மிகச் சிறந்ததாம். இது 'லோஹரஸாயனம்' எனப்படும். அயத்தினாலான ஔஷதத்தை யுபயோகிப்பவர் பூசுணிக்காய், நல்லெண்ணெய், உளுந்துகலந்த அன்னம், கடுகு, மதுபானம், புளிப்பு இவற்றை உபயோகிக்கக் கூடாது. 274—288.

இந்த கண்டத்திற் கூறப்படாமற்போன சில விஷயங்கள்.

நேபாள சுத்தி.

நேபாளத்தின் மேற்றோலையும், முளையையும், முனையிலுள்ள மூக்குபோன்ற பாகத்தையும் நீக்கிவிட்டு, அவ்வித்துகளைப் பசுஞ்சாணத்தில் மூன்று நாட்கள் புதைத்துவைத்து, அப்பால் உஷ்ணஜலத்தினால் கழுவியெடுத்து, கல்வத்திலிட்டு அரைத்து, புதிய மட்பாத்திரத்தில் அக்கல்கத்தைத் தடவிவிடவும். அதிலுள்ள எண்ணெய்ப்பசை உறிஞ்சப்பட்டு வரண்டுபோனதும் சூர்ணம்போலிருக்கும் நிலை

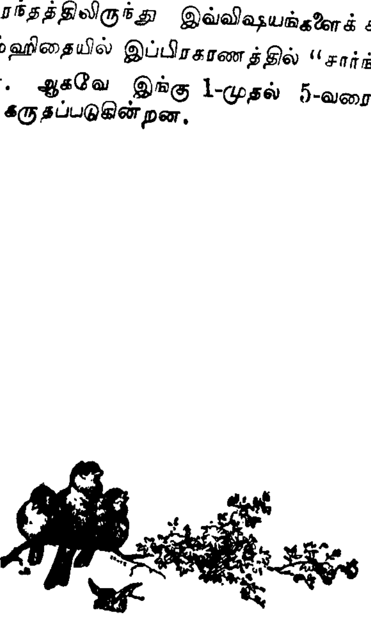
மையில் அதை யெடுத்து எலுமிச்சம்பழ ஸ்வரஸத்தில் அநேக முறை பாவனை செய்யவேண்டும். இவ்விதம் பக்குவம் செய்த நேபாளம் சுத்தமாகவும், குணத்திற் சிறந்ததாகவும் இருக்கும். 1.

நாபி சுத்தி.

வத்ஸநாபியைச் சிறு துண்டுகளாகச் செய்து, ஒருதுண்டு வஸ்திரத்திற்கட்டி, பசுமூத்திரத்தில் போட்டு மூன்று நாட்கள் வெயிலில் வைத்திருக்கவும்; ஆனால் ஒவ்வொரு நாளும் முதல்நாள் சேர்த்த கோமூத்திரத்தைக் கொட்டிவிட்டு புதிதாக மீண்டும் பசுமூத்திரம் சேர்க்கவேண்டும். மூன்று நாட்கள் சென்றதும் அத்துண்டுகளை யெடுத்து வெயிலில் உலர்த்தி, மிக மிருதுவாயிருக்குமாறு அரைத்தெடுக்கவும். இவ்விதம் செய்ய நாபி சுத்தமாகும். இவ்வாறு சுத்தி செய்த நாபியை அவசியமான வியாதிகளில் உபயோகிக்கலாம். மற்றொரு விதத்திலும் நாபியைச் சுத்தம் செய்யக்கூடும். அக்கிழங்கை முன்போலவே துண்டுகளாகச் செய்து வஸ்திரத்திற் கட்டி, வெள்ளாட்டுப்பாலில் டோலாயந்திரமாக வைத்து ஒரு யாமகாலம் எரித்தல் போட சுத்தமாகும். வெள்ளாட்டுப்பால் கிடைக்காவிட்டால் பசும்பாலைக் கொண்டு இதைச் சுத்தி செய்யலாம்.[1] —2—5.

---

1. நேபாளசுத்தி, நாபி சுத்தி இவற்றைப்பற்றிய முறைகள் மேழே அவசியமாயிருந்தும் கூறப்படவில்லை யென்பதைக் கருதி, இதரக் கிரந்தத்திலிருந்து இவ்விஷயங்களைக் கூறும் பத்தியங்கள் ஸமஸ்கிருதத்தில் வெளியாயிருக்கும் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் இப்பிரகரணத்தில் "சார்ங்கதரனால் கூறப்படாதவை" என்று குறிப்பிட்டு சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றன. ஆகவே இங்கு 1-முதல் 5-வரையிலுள்ள பத்தியங்கள் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதைக்குச் சேராதவை யென்று கருதப்படுகின்றன.



உத்தர கண்டம்.

முதல் அத்தியாயம்.

(ஸ்நேஹபான விதி.)

நான்குவித ஸ்நேஹங்கள். பானம் செய்வதற்கு

ஸ்நேஹம் என்பது நான்குவிதம். அவை க்ருதம், தைலம், வஸா, மஜ்ஜா என்பவையாம்.[1] நான்குவிதமான ஸ்நேஹங்களும் ஸ்தாவரம் ஜங்கமமென்னும் இரண்டு மூலங்களிலிருந்து உற்பத்தியாகின்றன. ஸ்தாவர பதார்த்தங்களிலிருந்து உற்பத்தியாகும் ஸ்நேஹங்களுள் நல்லெண்ணெயும், ஜங்கமங்களிலிருந்து உற்பத்தியாகிறவற்றுள் நெய்யும் சிறந்தவையாம். ஸ்நேஹபானம் செய்வதற்கு ஸூர்யோதயம் சிறந்த காலமாகும். 1, 2.

ஸ்நேஹங்களின் சேர்க்கை முதலியது.

மேற்கூறிய நான்குவிதமான ஸ்நேஹங்களுள் ஏதேனும் இரண்டை ஒருமிக்கச் சேர்த்தால் அதற்கு 'யமகம்' என்றும், மூன்றைச் சேர்த்தால் 'த்ரிவ்ருதம்' என்றும், நான்கைச் சேர்த்தால் 'மஹாத்' என்றும் பெயர் வழங்கப்படும். அந்தந்த நிலைமைக்கேற்றவாறு ஸ்நேஹத்தை மூன்று நாட்களும், நாலு நாட்களும், ஐந்து நாட்களும், ஆறுநாட்களுமாக முறையே உபயோகிக்கலாம். ஏழுநாட்களுக்கு மேல் ஸ்நேஹத்தைப் பானம் செய்தால் அது சரீரத்திற்கு ஸாத்மியமாய் விடும்.[2] 3½.

ஸ்நேஹபானத்திற்கான அளவுகளும், உபயோகங்களும்.

ஸ்நேஹபானம் செய்வதற்கு ஹீன மாத்திரை, மத்யம மாத்திரை, உத்தம மாத்திரை என்று மூன்று விதமான அளவுகள் உண்டு. வாத பித்த கபங்களென்னும் தோஷங்களென்ன, காலபேதங்களென்ன, வயதின் வேற்றுமைகளென்ன இந்நிலைமைகளையனுஸரித்து ஸ்நேஹங்களைக் கொடுக்கவேண்டிய அளவுகளையும் நிர்த்தாரணம் செய்யவேண்டும். அளவுகளில்லாமலும், காலநியமமின்றியும், உண்டி வினை பத்தியக்கிரமமில்லாமலும் ஸ்நேஹங்களையுட்கொண்டால் சரீரவீக்கம், அர்சஸ், சோம்பல், அதிக நித்திரை, உணர்ச்சிக்குறைவு இவையுண்டாகும். நன்கு அக்னி தீபனமுள்ள மனிதருக்கு ஒரு பலம் ஸ்நேஹமும், மத்யமமான ஜீர்ணசக்தியுள்ளவருக்கு முக்கால் பலம் ஸ்நேஹமும், ஜீர்ணசக்தியில்லாதவருக்கு அரைப் பலம் ஸ்நேஹமும் கொடுக்கலாம். அல்லது ஸ்நேஹபானத்திற்கு அகில வைத்தியராலும்

---

1. க்ருதம்—நெய்; தைலம்—எண்ணெய் வகைகள்; வஸா—கிணம் அல்லது கொழுப்பு; மஜ்ஜா—எலும்புகளுக்குள்ளிருக்கும் ஒரு வகையான சோறு போன்ற பசை.

2, ஸாத்மியம்—உபயோகிக்கப்படும் ஔஷதங்கள் சரீரத்தில் அவ்வவற்றின் குணங்களுக்கேற்ற செயல்களைக் காட்டும்; ஆனால் ஔஷதங்கள் அல்லது சரக்குகள் எவையேனும் நீடித்து உபயோகிக்கப்படுமானல் அவை விசேஷகுணங்களைக் காட்டாமல் சரீரத்திற்கு உரிய பதார்த்தங்களைப் போல் ஆய்விடும். அவ்விதம் சரீரத்திற்கு ஸஹஜமாய் விடுவதுதான் ஸாத்மியம் எனப்படும்.

அங்கீகரிக்கப்பட்ட வேறுவித மூன்று அளவுகள் உண்டு. அவையாவன: எவ்வளவு ஸ்நேஹத்தைப் பானம் பண்ணால் அது ஓர் இராப்பகலில் ஜீர்ணமாகக் கூடுமோ அந்த அளவு உத்தம மாத்திரையாம்; ஒரு முழுப்பகலில் ஜீர்ணமாகக்கூடிய அளவு மத்யமமாத்திரையாகும்; அரைப்பகலில் ஜீர்ணமாகக்கூடியது ஹீனமாத்திரையாம். இவற்றுள் ஹீனமாத்திரையே ஸௌகந்தரத்தக்கது. அது தீபனம் விருஷ்யம் என்கிற குணங்களுடையது. தோஷங்கள் சிறிது கோளாறடைந்திருக்கையில் ஸ்நேஹத்தை ஹீனமாத்திரையிலுபயோகிப்பதே நலம். ஸ்நேஹங்களை மத்யமமாத்திரையிலுபயோகிப்பதால் சரீரம் நன்கு ஸ்நிக்த்தமாகும்;[1] பிரமமென்னும் தலைச்சுற்றல் முதலியதும் நீங்கும்; அவ்விதமுபயோகிப்பதால் ப்ரஹ்மணமென்னும் குணமுமுண்டாகும். உத்தம மாத்திரையிலுபயோகிப்பதால் குஷ்டம், விஷதோஷம், உன்மாதம், கிரஹபீடை, அபஸ்மாரம் இவை நிவ்ருத்தியாகும். 4—9½.

க்ருதபானத்திற்கான நிலைமைகள்.

பித்தத்தினால் ஏற்பட்ட வியாதிகளில் க்ருதத்தைத் தனியாகவும், வாதரோகங்களில் இலவணங்களைச் சேர்த்தும், கபம் மிகுதியாய் விருத்தியான வியாதிகளில் த்ரிகடு, க்ஷாரவகைகள் இவற்றுடன் கூட்டியும் உபயோகிக்கலாம். மேலும் ரூக்ஷசரீரிகள், விரணத்தினாலும் விஷப்பற்றாலும் வருந்துபவர், வாதபித்தங்களாலுண்டான வியாதிகளுடன் கூடியவர், அறிவு ஞாபகசக்தி இவற்றில் குன்றியவர் இவர்களுக்கெல்லாம் க்ருதபானம் சிறந்ததாகும். 10—11½.

தைலபானத்திற்கான நிலைமைகள்.

குடல்களில் கிருமிகளுண்டாயிருக்கையிலும், வாதரோகங்களிலும், கபம் கொழுப்பு இவை விருத்தியாயிருக்கையிலும், சரீரத்தை வன்மையாக்க வேண்டிய நிலைமையிலும் தைலத்தை யுபயோகிக்கலாம்; மேலும் எவருக்கு தைலமே ஸாத்மியமாயிருக்கின்றதோ அவர்களும் தைலத்தையுபயோகிப்பது நலமே. 12½.

வஸாபானத்திற்குரியவர்.

வியாயாமமென்னும் சரீர வுழைப்பினால் மெலிவடைந்தவர்களும், சுக்லம் இரத்தம் முதலிய தாதுக்கள் சுஷ்கமானவரும், மஹத்தான வியாதிகளால் வருந்துபவரும், அதிக சரீர வலிவென்ன ஜீர்ணம் செய்துகொள்ளக்கூடிய அக்னிபலமென்ன இவற்றுடன் கூடியவரும், வாதப்ரகோபத்தினால் பிணியுண்டானவரும் வஸாவென்னும் ஸ்நேஹத்தை உபயோகிப்பதற்கு உரியவராகின்றனர். 13½.

மஜ்ஜாபானத்திற்குரியவர்.

க்ரூர கோஷ்டமுள்ளவரும்[2], க்லேசங்களை ஸஹிக்குமியல்பினரும், வாதரோகங்களால் பீடிக்கப்படுபவரும், அதிக அக்னி தீபனமுடையவரும் மஜ்ஜா என்னும் ஸ்நேஹத்தை அருந்துவதற்கு அர்ஹமானவராம். அல்லாமலும் அடியிற் குறிப்பிட்ட எல்லாப் பிணியாளிகளுக்குமே க்ருதபானமும் ஹிதமானதாகும். 14½.

1. ஸ்நிக்த்தம்—எண்ணெய்ப் பசையுடன் கூடியதன்மை; வறட்சியில்லாத்தன்மை.

2. க்ரூரகோஷ்டம்—கற்குடல்; (மிகவும் மலச்சிக்கலுள்ள குடல்).

ஸ்நேஹபானத்திற்குரிய காலங்கள்.

சீதகாலங்களில் பகலும், உஷ்ணகாலங்களில்[1] இரவும் பொதுவாக ஸ்நேஹபானத்திற்கேற்ற காலங்களாம். ஆனால் வாதபித்தங்களின் ப்ரகோபத்தினாலுண்டான வியாதிகளில் இரவிலும், வாத கபங்களின் ப்ரகோபத்தினாலுண்டான வியாதிகளில் பகலிலும் ஸ்நேஹபானம் செய்வது உசிதமாகும். 15½.

நஸ்யம் முதலியவற்றிலுபயோகிக்கக் கூடிய ஸ்நேஹங்கள்.

நஸ்யம், அப்யஞ்ஜநம், கண்டூஷம், மூர்த்ததர்ப்பணம், கர்ணதர்ப்பணம், நேத்திரதர்ப்பணம் என்னும் க்ரியைகளில்[2] வாதபித்த கபங்களுக்குள்ள பலாபலங்களை யறிந்து க்ருதத்தையாவது தைலத்தையாவது தக்கபடி உபயோகிக்கலாம். 16½.

ஸ்நேஹபானத்திற்கு அநுபானங்கள்.

க்ருதபானம் செய்ததும் இளஞ்சூடான ஜலத்தை உட்கொள்ளவேண்டும். தைலபானத்தில் யூஷம் உடனே உபயோகிக்கக்கூடியது. வஸா மஜ்ஜா இவற்றுடன் மண்டம் பருகத்தகுந்தது. ஸ்நேஹபானங்களில் இவையே அநுகூலமான குணமுண்டாக்கக்கூடிய அநுபானங்களாம். 17½.

ஸ்நேஹபானத்தில் அருவருப்புள்ளவருக்குச் செய்யவேண்டிய உபாயம்.

ஸ்நேஹபானத்தில் வெறுப்புள்ள சிறுவர்கள், வயது முதிர்ந்தவர்கள், ஸௌகுமாரதேஹிகள், மெலிந்து போனவர், நாவரட்சியுள்ளவர் இவர்களுக்கு ஆஹாரங்களிற் கலந்து ஸ்நேஹங்களை உட்கொள்ளக் கொடுப்பது நலம். உஷ்ணகாலங்களில் அனைவருக்கும் இவ்விதமே செய்யவேண்டும். இத்தகையவர்களுக்கேற்ற ஸ்நேஹந குணமுள்ள உணவுகள் பலவுண்டு. அதிக எள்ளும் சொற்ப அரிசியும் சேர்த்து பக்குவம் செய்யப்பெற்ற நெய் கலந்த யவாகூ வென்னும் கஞ்சியை இளஞ்சூடாயிருக்கையில் உட்கொண்டால் உடனே தேஹத்தை ஸ்நிக்த்தமாகச் செய்யும். ஒரு பாத்திரத்தில் சர்க்கரையும் நெய்யும் சேர்த்து, அதில் பசும்பாலைக் கறந்து அதை உஷ்ணத்துடன் பருகுவதால் சரீரம் உடனே ஸ்நிக்த்தமாகும். 18—20½.

முறைதவறின ஸ்நேஹ பானத்தினாலுண்டாகும் தீமையும் பரிஹாரமும்.

மித்யாசரணையினாலும்,[3] மிதமிஞ்சிய அளவில் ஸ்நேஹபானம் செய்வதாலும் எவருக்கு உட்கொண்ட ஸ்நேஹம் ஜீர்ணமாவதில்லையோ, வயிற்றுப் பொருமலுடன் அஜீர்ணத்தையு முண்டுபண்ணுமோ அவரை உஷ்ண ஜலம் குடிக்கச் செய்து வாந்தி செய்விக்க வேண்டும். மேலும் உட்கொண்ட ஸ்நேஹம் நன்றாக ஜீர்ணமாகவில்லை யென்கிற சங்கையிருந்தால் உடனே அந்த நோயாளி சிறிது வெந்நீரைக் குடிப்பதால் ஸ்நேஹம் ஜீர்ணமாய், வயிற்றிலேயே ஸ்நேஹம் தங்கியிருப்பதற்கு அறிகுறியாக உண்டாய்க் கொண்டி

1. ஹேமந்தருது, சிசிரருது, வர்ஷருது இவை சீத காலங்களென்றும், மற்ற மூன்று ருதுக்களும் உஷ்ணகாலங்களென்றும் கூறப்படுகின்றன.

2. நஸ்யம், அப்யஞ்ஜநம் முதலியவற்றைப்பற்றிய விஷயங்களையும், அவற்றின் விவரங்களையும் பின் வரும் அத்தியாயங்களிற் காண்க.

3. சீதகாலங்களில் உஷ்ணகாலத்திற்கேற்ற ஆசரணைகளும், உஷ்ணகாலங்களில் சீதகாலாசரணைகளும், குருபோஜனத்திற்குப் பதிலாய் இலகுவும், இலகுவுக்குப் பதிலாய் குருவும்-இவ்வாறுநேர் எதிரிடையான ஆசரணைகள் மித்யாசாரங்கள் எனப்படும்.

ருந்த ஏப்பம் முதலியதும் நிவ்ருத்தியாகும்; ஆஹாரமுண்ண வேண்டுமென்கிற இச்சையும் பிறகு உண்டாகும். பித்தப்ரக்ருதியாயிருப்பவனுக்கு அல்லது பித்தரோகமுள்ளவனுக்கு ஸ்நேஹபானத்தினால் ஜாடராக்னி மிகவும் கிளறப்பட்டு நாவரட்சியு மேற்படுமானால் அந்நிலைமைக்கு நேர் எதிரிடையான சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும்; அதாவது குளிர்ந்த ஜலத்தைக் குடிக்கச் செய்யவும். அதனால் நாவரட்சி நீங்கும். 21—24.

ஸ்நேஹபானம் செய்யத் தகாதவர்கள்.

அஜீர்ணரோகி, அரோசகமுள்ளவன், உதரரோகி, தருணஜ்வரமுடையவன்[1], துர்ப்பலன், ஸ்தூல தேஹி, மூர்ச்சையினால் வருந்துபவன், வெறியன், வஸ்தியென்னும் சிகித்ஸை செய்யப்பட்டவன், விரேகத்தினால் சுத்தி செய்யப்பெற்றவன், வமனம் செய்விக்கப்பட்டவன், நாவரட்சியினாலும் சிரமத்தினாலும் கஷ்டப்படுபவன், அகாலத்தில் முறைகேடாகப் பிரஸவித்தவள் என்னும் இவர்கள் ஸ்நேஹபானத்திற்குத் தகாதவராவர்; மேலும் மாரிகாலத்தில் எவருக்குமே ஸ்நேஹபானம் உற்றதல்ல. 25, 26.

ஸ்நேஹபானத்திற்குரியவர்கள்.

ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்யவேண்டியவர், வேறுவகையான சோதநசிகித்ஸைக்குரியவர், மதுபானம் செய்பவர், சிற்றின்பத்தில் அதிகப்பற்றுள்ளவர், அதிக வியாயாமமென்னும் தேஹப்பயிற்சி செய்பவர், சிந்தையுள்ளவர், கிழவர், பாலர், இளைத்துப்போனவர், ரூக்ஷமான தேஹமுள்ளவர், இரத்தம் க்ஷீணித்தவர், சுக்ல க்ஷீணமுள்ளவர், வாதரோகத்தினால் பீடிக்கப்படுபவர், திமிரமென்னும் நேத்திர ரோகத்தினால் வருந்துபவர் இவர்களுக்கெல்லாம் ஸ்நேஹபானம் சிறந்ததாகும். 27, 27½.

சரீரம் ஸ்நிக்த்தமானதற்கு அறிகுறிகள்.

வாததோஷம் கோளாறடைந்த நிலைமையை விட்டு இயற்கை நிலைமையடைவது[2], ஜாடராக்னி விருத்தியாவது, மலம் இளகலாய் எண்ணெய்ப் பசையுடன் வெளியாவது, சரீரம் மிருதுவாகவும் ஸ்நிக்த்தமாகவும் ஆவது, சரீரத்தில் சிறிது களைப்புண்டாவது, ஸ்நேஹத்தில் அருவருப்பு ஏற்படுவது, தேஹம் இலகுவாதல், இந்த்ரியங்கள் யாவும் அததற்குண்டான இயற்கைச்சக்தியைப் பெற்றுவருதல் என்னும் இவைகள் ஸ்நேஹபானம் செய்து சரீரம் நன்கு ஸ்நிக்த்தமாயிற்றென்பதற்கு அறிகுறிகளாகும். ஸ்நிக்த்தமாகாமல் ரூக்ஷகுணம் மேலிட்டிருந்தால் மேற்கூறிய குறிகளுக்கு நேர் விரோதமான குணங்களுண்டாயிருக்கும். 28,29.

அதிஸ்நிக்த்தமானதற்குக் குறிகள்.

அன்னத்வேஷம், வாயில் நீர் சுரத்தல், குதத்தில் எரித்தல், ஆஸனக்கடுப்பு, மேல் அதிகரித்தல், அதிஸாரம், சரீரம் வெளிறிப்போதல் இவை மிதமிஞ்சிய ஸ்நிக்த்தகுணத்திற்கு அறிகுறியாம். 30.

1. தருணஜ்வரம்—முதிர்ச்சி பெறாத ஜ்வரம், (எட்டு நாட்களுக்குப் பிறகு ஜ்வரம் பக்குவமாவதாகவும், அதற்கு முன் அது தருணஜ்வரமென்றும் கூறப்படும்.)

2. இங்கு 'வாதாநுலோம்யம்' என்பதற்கு வாததோஷம் இயற்கை நிலைமையடைவது என்று பொருள் கூறப்பட்டதற்கு, ஸ்நேஹசிகித்ஸை வாதரோகங்களுக்கே இன்றியமையாததென்பதே காரணமாகும். 'வாதாநுலோம்யம்' என்பதற்கு அபானவாயு வெளியாதல் என்று சிலர் பொருள் கூறுவர். அது அவ்வளவு உசிதமான பொருளல்ல.

அதிஸ்நிக்த்த நிலைமையிலும் ரூக்ஷ நிலைமையிலும் செய்யவேண்டிய முறை.

மிகவும் வரட்சியுண்ட ரூக்ஷதேஹி ஸ்நேஹபதார்த்தங்களை யுபயோகித்து சரீரத்தை ஸ்நிக்த்தமாக்கிக் கொள்ளவேண்டும். அதிஸ்நிக்த்தமாக ஆய்விட்டால் சாமை, கடலை இவற்றின் கஷாயம், மோர், பிண்ணாக்கு, மாப்பண்டங்கள் இவற்றை யுபயோகித்து சரீரத்தை ரூக்ஷமாக்க வேண்டும். 31.

ஸ்நேஹோபயோகத்தினாலுண்டாகும் குணங்கள்.

ஸ்நேஹங்களை யுபயோகிப்பவருக்கு ஜாடராக்னி நன்றாக விருத்தியாகும்; குடல் சுத்தமாகும்; தாதுக்கள் புஷ்டியடையும்; புலன்கள் யாவும் பலம் பெற்று நல்ல நிலைமையிலிருக்கும்; தேஹத்திற்கு வன்மையும் அழகிய நிறமும் உண்டாகும்; கிழத்தன சீக்கிர மேற்படாது. 32.

ஸ்நேஹங்களை யுபயோகிக்கையில் பரிஹரிக்க வேண்டியவை.

ஸ்நேஹமுபயோகிக்கையில் வியாயாமமென்னும் தேஹ உழைப்பு, மாம்ஸ போஜனம், சீதளமான வஸ்துக்கள், வேக நிரோதம்[1], அதிகமாகக் கண்விழித்தல், பகலில் நித்திரை போதல், வாயினும் குடல் முதலியவற்றினும் திரவ பதார்த்தங்களை அதிகமாய் சுரக்கச்செய்யும் பதார்த்தோபயோகங்கள், ரூக்ஷமான உணவு இவற்றைப் பரிஹரிக்கவேண்டும். 33.

இரண்டாவது அத்தியாயம்.

(ஸ்வேத விதி.)

நான்குவித ஸ்வேதங்களும் அவற்றின் உபயோகங்களும்.

தாப ஸ்வேதம், ஊஷ்ம ஸ்வேதம், உபநாஹ ஸ்வேதம், திரவ ஸ்வேதம் என்று ஸ்வேத முறை நான்கு வகைப்படும். ஸ்வேதமுறைகள் யாவும் பெரும்பாலும் வாதஹரங்களாகவே இருக்கும். சில ஸமயம் அவை வேறு குணங்களையுமுண்டுபண்ணும். அதாவது: தாபஸ்வேதம் ஊஷ்மஸ்வேதம் இவை கபஹரங்களாகவும், உபநாஹஸ்வேதம் வாதஹரமாகவும், திரவஸ்வேதம் பித்தஹரமாகவும் உபயோகமாவதுண்டு. 1,2.

மூன்றுவித ஸ்வேதங்களும் அவற்றின் உபயோகங்களும்.

மேலும் மேற்கூறிய நான்கு ஸ்வேதமுறைகளையும் 'மஹா ஸ்வேதம்' என்றும், 'மத்யம ஸ்வேதம்' என்றும், 'துர்ப்பல ஸ்வேதம்' என்றும் மூன்றுவிதமாகப் பிரிக்கலாம். அவற்றுள் மிகவும் பலிஷ்டருக்கும், மஹத்தான வியாதிகளால் வருந்துபவருக்கும், சைத்தியபாதையினால் பீடிக்கப்படுபவருக்கும் மஹாஸ்வேதம் ஏற்றதாம். மத்யம பலத்துடன் கூடியவருக்கும், மத்யம

1. வேகநிரோதம்—மலவிஸர்க்கம், மூத்திரவிஸர்க்கம், அபானவாயு விஸர்க்கம், தும்மல், நித்திரை, பசி, தாஹம் முதலியவை வேகங்களென்றும், அவற்றை இயற்கைக்கு மாறாகத் தடுத்தல் வேகநிரோதமென்றும் கூறப்படும்.

மான வியாதிகளால் பீடிக்கப்படுபவருக்கும் மத்யம ஸ்வேதம் தகுந்தது. அவ்வாறே துர்ப்பலர்களுக்கும், வெகு ஸாமானிய வியாதிகளுடையவருக்கும் துர்ப்பல ஸ்வேதம் உற்றதாகும். 3.

நிலைமைகளுக்குத் தகுந்த வெவ்வேறு ஸ்வேத முறைகள்.

கபம் ப்ரகோபமடைந்திருந்தால் ரூக்ஷபதார்த்தங்களால் செய்யப்படும் ஸ்வேதமும், கபம் வாதம் இரண்டும் கோளாறடைந்தால் ரூக்ஷமும் ஸ்நிக்த்தமுமான பதார்த்தங்களால் செய்யப்படும் ஸ்வேதமும், வாதமானது கபம் மேதஸ் என்னும் கொழுப்பு இவற்றால் கவரப்பட்டிருந்தால் சிறிது கதகதப்பான வீட்டில் வஸிப்பது, ஸூர்யகிரணங்களைப் பரிசிக்கச்செய்வது, கைச்சண்டை, வழிநடத்தல், கனமான போர்வை, சிந்தை, அதிக தேஹப்பயிற்சி செய்தல், பாரங்களைச் சுமத்தல் என்னும் இவ்வித காரியங்களும் பிணிகளைப்போக்கத் தகுந்த முறைகளாம். 4,5.

முதலில் ஸ்வேத சிகித்ஸைக்கு உரிய பிணியாளிகள்.

எவர்களுக்கு நஸ்யம் செய்யவேண்டுமோ, எவர்களுக்கு வஸ்திகள் பண்ணவேண்டுமோ, எவர்கள் சோதனசிகித்ஸை[1] செய்யவேண்டியவர்களாயிருக்கிறார்களோ அவர்கள் முதலில் ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்துகொள்ளவேண்டுவதும் அவசியம். மேலும் பகந்தரரோகி, அர்சஸ் என்னும் மூலரோகி, அச்மரீ ரோகி இம்மூவருக்கும் சஸ்திர சிகித்ஸை செய்வதற்கு முன் ஸ்வேதம் செய்யவேண்டியது அவசியம். 6,7.

ஸ்வேத சிகித்ஸைக்குப் பிறகு செய்ய வேண்டிய காரியம்.

சரீரத்திற் பிரவேசித்த சல்யங்களை வெளிப்படுத்திய பிறகும், மூடகர்ப்பத்தில்[2] வயிற்றிலுள்ள சிசுவைத் தகுந்த உபாயத்தினால் வெளியிற் கொண்டு வந்த பிறகும், காலப்ரஸவத்திலோ அகாலப்ரஸவத்திலோ எதிலும் ஸ்த்ரீகள் ப்ரஸவித்த பிறகும் ஸ்வேதம் செய்யவேண்டியது. 8.

எப்பொழுது ஸ்வேதம் செய்யவேண்டும்.

ஸ்வேத சிகித்ஸைக்குரியவர் அனைவரையும் அதிக காற்றோட்டமில்லாத விடங்களில் இருக்கச்செய்து, அதற்கு முன் புஜித்துள்ள உணவு ஜீர்ணமான பிறகு அவர்களுக்கு ஸ்வேத விதியை நிறைவேற்றவேண்டும். 8½.

ஸ்வேத சிகித்ஸையைப் பயன்படச் செய்யு முபாயம்.

ஸ்வேதம் செய்வதால் தாதுக்களில் வியாபித்துள்ள தோஷங்கள் திரவமாகப் போய் குடல் முதலியவற்றில் வந்து சேரும். இவ்விதம் ஸ்வேதம் செய்தானவுடன் சிறிது ஸ்நேஹங்களையுட்கொண்டால் விரேசனமாய் அத்தோஷங்கள் வெளிப்பட்டு விடுகின்றன. ஸ்வேத சிகித்ஸையினால் சரீரம் வியர்க்கையில் சீதளமான பதார்த்தங்களால் இருதயத்திற்கு அருகில் மார்பைப் பரிசிக்கவேண்டும்; ஆனால் அதற்குமுன் சரீரத்தை ஸ்நேஹங்களால் மெதுப்படுத்தவேண்டும். கண்களையும் சீதளமான வஸ்துக்களால் மூடிவிட்டு அவற்றிற்கு அருகில் ஸ்வேதம் செய்யலாம். ௯-10½.

1. வமனம், விரேசனம், வஸ்திகள், நஸ்யம் முதலியவை சோதன சிகித்ஸைகள் எனப்படும்.

2. மூடகர்ப்பம்—ப்ரஸவகாலத்தில் சிசு கருப்பையில் இயற்கைக்கு மாறாகத் திரும்பி வயிற்றில் சிக்கிக்கொள்வதால் உண்டாகும் கோளாறு.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர் :
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 2. Vol. 2. | ஆனந்த ௵ மார்கழி௴—JANUARY—1915. | ஸஞ்சிகை 5. No. 5.

OFFICE OF THE REGISTRAR OF ... 30

THE TRUTH ABOUT TEA *

தேயிலையின் தத்துவம்.

BY
A. B. OLSEN, M. D., D. P. H.

ஐரோப்பாவில் 1610-ம் வருஷம் வரையில் தேயிலை இன்னதென்றே தெரியாமலிருந்தது. ஆனால் 1610-ம் வருஷத்தில் டச்சுக்காரரால் ஸ்தாபிக்கப்பட்ட ஈஸ்டு இந்தியா கம்பெனியாரால் முதன்முதலில் ஐரோப்பாவுக்குத் தேயிலை ஏற்றுமதி செய்யப்பட்டது; அப்பொழுது ஒரு பவுன் நிறைகொண்ட தேயிலை சுமார் 10 கினிகளுக்கு விற்கப்பட்டதாம். (ஒரு கினியென்பது சுமார் 10½ ரூபாய் மதிப்புள்ள நாணயம்.) பெபிஸ் என்பவர், 1660-ம் வருஷத்தில் அவருடைய தினவர்த்தமானக் குறிப்புப் புஸ்தகத்தில் "சீனதேசத்தார் குடித்துவருவதான தேயிலைப் பானம் ஒரு கோப்பை கொண்டுவரும்படி நான் சொல்லி அனுப்பினேன்; அவ்விதமான பானத்தை அதற்குமுன் நான் பருகியதேயில்லை." என்று எழுதியிருக்கிறார். தேயிலையானது வெகு மெதுவாகவே பயிராகுந்தன்மையது; ஆனால் பத்தொன்பதாவது நூற்றாண்டின் ஆரம்பத்தில் அவ்விடத்தில் இதை உபயோகிக்கும் வழக்கம் நன்றாக நிலை நின்றுவிட்டது. அக்காலத்தில் தலைக்கு 1¼ பவுன் வீதம் பகுக்கக்கூடியவாறு வருஷாந்தர விளைவு அதிகரித்து வந்தது. இப்பொழுதோ வருஷாந்தர விளைவு ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் சற்றேறக்குறைய 7 பவுன் கிடைக்கும்படியாய் அவ்வளவு அதிகமாய் விருத்தியாயிருக்கிறது.

இந்த இலைகள் தீ சைனென்ஸிஸ், தீ அஸ்ஸாமிகா (Thea Chinensis and Thea Assamica) என்கிற இரண்டுவிதமான செடிகளிலிருந்து உற்பத்தியாகின்றன. சைனாவிலும், அஸாம் மாகாணத்திலும் விசேஷமாய் பயிராய் வந்ததால் இவற்றிற்கு இப்பெயர்கள் கிடைத்தனவென்று அறியலாம். இப்பொழுது இது ஸமீப காலந்தொட்டு இலங்கையிலும் இந்தியாவிலும் வேண்டியவளவு விளைகின்றது. இதில் அநேக வகைகளுண்டு; ஆனால் பச்சைத்தேயிலை, கருப்புத்தேயிலையென்று இரண்டுவித இலைகள்தான் ஸாதாரணமாய் வழங்கப்பட்டு வருகின்றன; ஆயினும் இவ்வித பேதங்கள் இயற்கையாயேற்படாமல், இலைகளைப் பதன் படுத்துவதாலேயே உண்டாகின்றன. இந்தியாவிலும் சைனாவிலுமுற்பத்தியாகும் தேயிலைகளில் சைனாவிலுண்டாவதிலிருப்பதைவிட டானின் (tannin) என்கிற ஒருவித பச்சிலைச் சத்து அளவில் அதிகமாயிருக்கின்றது; ஆனால் தைனி (Theine) என்கிற ஒருவகையான சுண்ணவிஷம் (alkoloid poison) எல்லாவற்றி

* Reproduced and translated from "Good Health."

ளும் ஒரேவிதமாகத்தான் அடங்கியிருக்கின்றது.

தேயிலையில் அடங்கியுள்ள வஸ்துதத்துவங்களைக் கூறுமிடத்து, இலையைவிட குடிப்பதற்கான திரவபாகத்தைக் கிரஹிப்பதே அவசியம். இதில் பரிசோதிக்குங்கால் ஸூக்ஷ்மமான அநேகம் பதார்த்தக்கூறுகள் காணப்படுகின்றனவாயினும், அவற்றுள் முக்கியமானவை டானிக் அம்லம் (tannic acid), சுண்ணத்தைனி (alkoloid theine), ஆவியாய்ப்பறக்குந்தன்மையதான ஒருவித வாஸனைத்தைலம் என்பவையாம்.

டானிக் அம்லம் அல்லது டானின் என்கிற பதார்த்தத்திற்கு ஸ்தம்பனம் (astringent) என்னும் குணம் விசேஷமாயுண்டென்பது பலரும் அறிந்தவிஷயம் ; அந்த அம்லச்சத்து ஒரு கோப்பையளவு தேயிலைப் பானகத்தில் சுமார் நூற்றுக்கு 10 முதல் 12 அம்சமாகக் கலந்திருக்கின்றது. அந்த ஸத்வமானது ஜீர்ணகோசங்களின் வெகு மிருதுவான சவ்வுக்குச் சிறிது எரித்தலைக் கொடுக்கக்கூடியதாயிருப்பதுடன், ஜீர்ணசக்திக்கும் இடையூறு செய்யுந்தன்மையதென்றும், அவ்வித இடையூறு—பெப்ஸின் (pepsin) முதலிய ஜீர்ண வேலை நிறைவேறுவதற்கு இன்றியமையாத சில கூறுகளின் செய்கையை டானிக் அம்லம் தடுப்பதால் ஸம்பவிக்கின்றதென்றும் அறியப்படுகிறது. மேலும் டானிக் அம்லமானது அடிக்கடி அற்பமாகவாவது அதிகமாகவாவது மலபந்தமுண்டாக்குவதற்கு முகாந்தரமாகவும்,பொதுவாகப் பேசினால் இரைப்பையிலும் மற்றும் ஜீர்ண உறுப்புகளிலும் அதன்செய்கை பெரும்பாலும் தீங்குண்டாக்கக்கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. தேயிலையிலுள்ள டானிக் அம்லத்தினாலுண்டாகும் இவ்விதமான தீங்குகள் ஒருபுறமிருக்க, அதிலடங்கிய தைனி என்னும் மற்றொரு சுண்ணச்சரக்கு ஒருவித தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ளதாகையால், வேறு விதத்திலும் அதனால் சில கெடுதிகளுண்டு ; தைனி என்னும் பதார்த்தத்தைப் பரிசோதித்துப் பார்க்கையில் அதன் கூறுபாடுகள், காப்பியிலடங்கியுள்ள மிகப் பிரஸித்தமான காபீன் (caffeine) என்னும் சுண்ணத்தின் கூறுபாடுகளுக்கு ஸமானமாகவேயிருக்கின்றன ; இது சற்றேறக்குறைய நூற்றுக்கு 2 முதல் 4 பாகம் வரையில் இதில் அடங்கியிருக்கின்றது. பொதுவாகக் கவனித்தோமானால், தைனியென்பது ஒருவாறு உத்தீபனத்தையும் (stimulation), மயக்கத்தையும் தரக்கூடிய குணமுள்ளதென்றும், அதன் செய்கைகள் விசேஷமாக நரம்புகளின் மேலும் நரம்பு மண்டலத்தின் மேலும் (nerves and nerveous system) சார்புள்ளனவென்றும் கூறவேண்டியிருக்கிறது. இந்த சுண்ணச்சத்துதான், ஒருவித இன்பத்தையும் உத்ஸாஹத்தையும் தற்காலமுண்டுபண்ணி, ஜனங்களின் மதியை மயங்கச் செய்யுமியல்புடையதாயிருக்கின்றது ; இந்த ஸத்வம் முற்றிலும் நீக்கப்படுமானால், அப்பால் தேயிலைப் பானகமானது தேயிலையால் தயார் செய்ததாகக் கருதப்படமாட்டாது ; அதில் ஆவலுள்ளவருக்கு அதனால் பிறகு திருப்தியுமுண்டாகாது. தேயிலைப் பானகத்தில் வாஸனைத்தைலம் சுமார் நூற்றுக்கு ½ பங்குதான் அடங்கியுளது; அதன் செய்கையெல்லாம் தைனியென்பதன் செய்கைகளுக்கு ஸமானமாகவே இருக்கின்றது.

தேயிலையும் ஜீர்ணசக்தியும்.

தேயிலையிலடங்கிய டானிக் அம்லமானது ஜீர்ணசக்திக்கு இடையூறு செய்து, உணவுகள் சீக்கிரம் ஜீர்ணமாகாமலிருக்கும்படி தீமை விளைவிக்குந் தன்மையதென்று ஏற்கனவே கூறியிருக்கிறோம். குடலிலுள்ள உணவுப் பொருட்களின் மீது டானிக் அம்லத்திற்குள்ள ஸ்தம்பந குணமானது (astringent effect) ஆஹாரம் ஜீர்ணமாவதில் மிகவும் கஷ்டத்தையுண்டுபண்ணக் கூடியதாயிருப்பதால், ஜீர்ணசக்திக்குத் தேயிலைப் பானம் இடைஞ்சல் செய்கின்றதென நிச்சயிக்கப்படுகிறது. டாக்டர் பார்கிஸ் என்பவரும், டாக்டர் கென்வுட் என்

பவரும் "ஹைஜின் அண்ட் பப்ளிக் ஹெல்த்" என்று அவர்கள் எழுதிய நூலில் தேயிலைப் பானகம் அருந்துவதைப்பற்றி அடியில் வருமாறு குறிப்பிட்டிருக்கின்றனர்:—

"தேயிலைப் பானகத்தை உணவுடனாவது, போஜனம் செய்த சிறிது நேரத்திற்குள்ளாவது உட்கொள்ளக்கூடாது ; அதிலடங்கிய டானின் என்னும் ஸத்வம் ஜீர்ணமாய்க் கொண்டிருக்கும் உணவுகளிலடங்கிய (ஓஜஸ் என்று ஸம்ஸ்கிருதத்தில் வழங்கப்படும்) அல்ப்யூமின் என்கிற போஷணத்திரவ்யத்தைக் கெட்டியாக்கி விடுகின்றது."

இதை அதிகமாய் உபயோகிப்பதால் உண்டாகும் கெடுதிகளைப்பற்றியும் அவர்கள் கூறுவதாவது:—

"தேயிலைப்பானகத்தை அதிகமாய் அருந்துபவருக்கு ஜீர்ணசக்தியின் பலம் குறையும் ; அதிலுள்ள டானின் என்னும் ஸத்வத்தின் ஸ்தம்பநகுணத்தினால் மலபந்தம் உண்டாகும்; தைனி என்னும் சுண்ணச்சத்து, ஆவியாயெழும்பும் ஒருவித தைலம் இவ்விரண்டின் குணங்களால் நரம்புகள் சோர்வுறுவதும், நித்ராபங்கமும், பலக்குறைவு ஏற்படுவதால் ஒருவித நடுக்கமும் உண்டாகின்றன."

நரம்புகளின் உணவு.

உணவுகளைப்போல் நாம் உபயோகிக்கும் பதார்த்தங்களுள் தேயிலையை காப்பி, கோகோ, மது முதலிய பானவகைகள், ஊறுகாய் அல்லது உபதம்சங்கள் (condiments) முதலிய நரம்புகளின்மேல் பலவாறு வேலை செய்யக்கூடிய பதார்த்தங்களுடன் காடியெர் என்பவர் சேர்த்துக்கூறியிருக்கிறார். பிரதிதினமும் தேயிலையையுபயோகிப்பதால் ஒருவாறு மனக்களிப்பும் உத்ஸாஹமும் நரம்புகளின் உத்தீபனமும் உண்டாவதாகப் பிரமிப்பதைத் தவிர்த்து சரீரத்திற்கு அதனால் வேறு எவ்வித குணமும் ஏற்படுவதாக நினைக்கவழியில்லை. காடியெர் என்பவர், "டயெட் அண்ட் டயெடிடிக்ஸ்" என்கிற தனது நூலின் மற்றொரு பக்கத்தில் வரைந்திருப்பதாவது:—

"அவசியமில்லாத உத்தீபனகாரியான (stimulating) இவ்வித வஸ்துக்களை ஏதோ இன்றியமையாத சில ஸமயங்களில் மட்டும் ஒருவன் உபயோகிப்பது உசிதமேயன்றி, மற்றப்படி நினைத்தபொழுதெல்லாம் இப்பதார்த்தங்களை யுட்கொள்வது புத்திமான்களுடைய செய்கை யல்ல."

நரம்புக் கிளர்ச்சியைத் (nervous excitement) தரும் பதார்த்தங்கள் நரம்புகளைப் போஷித்து அவற்றிற்கு வன்மையைத் தரக்கூடியவையல்ல. ஆகையால் நெர்வைன் (nervine) என்பது ஓர் ஔஷதச் சரக்காகக் கருதப்படும் ; இப்பொழுது நன்றாகக் கவனித்தோமானால் தேயிலையையும் ஒரு மருந்துச் சரக்கென்றே நிர்த்தாரணம் செய்யலாம். டாக்டர் ராபெர்ட் ஹட்சிஸன் என்பவருடைய கொள்கைப்படி "தேயிலையும் காப்பியும் உணவுப்பொருட்கள் என்று எந்த அறிவாளனும் அபிப்பிராயப் படமாட்டான்."

வேறு சில அபிப்பிராயங்கள்.

"உணவுகளும் உணவுப்பொருட்களும்" (Food and the Principles of Dietetics) எனப் பொருள்படும் புஸ்தகத்தில் டாக்டர் ஹட்சிஸன் என்பவர் தேயிலை, காப்பி, கோகோ இவற்றைப்பற்றிய தன்மைகளை இவ்வாறு கூறியிருக்கிறார்:—

"உமிழ்நீர் ஸம்பந்தத்தினால் வாயிலும், பிறகு இரைப்பையிலும் நடந்தேறும் ஜீர்ண வேலையின்மீது இவ்வித பானவகைகளுக்கு ஏற்பட்டுள்ள செல்வாக்கானது பொதுவாக நமது இயற்கைக்கு அநுகூலமானதல்ல ; அப்பால் குடல் ஸம்பந்தமான ஜீர்ண வேலையில் இவற்றின் குணம் இவ்விதமானதென்று சிறிது வாஸ்தவாம்சம் நமக்குத் தெரிந்திருக்கின்றது ; அஃதென்னவென்றால், அநுபவத்தில் அது குடல்களில் ஒன்றும் சிறந்த குணந் தருவதில்லையென்பதேயன்றி வேறல்லவென்று ராபெர்ட்ஸ் அபிப்பிராயப்படுகிறார். தேயிலையானது, உமிழ்நீரால் ஸ்டார்ச் என்னும்

மாப்பொருள் ஒருவித சர்க்கரையாக மாறுவதாகும் ஜீர்ண வேலையைத் தடை செய்கிறதென்பது ராபெர்ட்ஸ் என்பவரால் பரிக்ஷித்தறியப்பட்டது. குடலில் ஜீர்ணமாய்க்கொண்டிருக்கும் பலவித மிச்ரமான உணவுகளில் நூற்றுக்கு 5 பங்கு தேயிலைச் சத்து சேர்ந்திருந்தாலும் ஸ்டார்ச் என்னும் மாப்பொருள் ஜீர்ணமாவதில்லை. தேயிலைப் பானகத்தி லுள்ள டானிக் அம்லத்தினுலேயே இவ்வித பலன் உண்டாவதாகவும், இரண்டு நிமிஷத்தில் கஷாயமாகக் காய்ச்சிய தேயிலையின் ஸத்வம் அரைமணி நேரம் மாத்திரம் அவ்வாறே நல்ல வீர்யத்துடனிருக்குமென்றும் அவர் கூறியிருக்கிறார்.

இன்னும் சிலவற்றையும் நாம் இங்குப் பிரமாணமாய் எடுத்துக் கூறுகிறோம்:—

“ப்ரோபெஸர் என்பவர், இரைப்பையில் நடந்தேறும் ஜீர்ண வேலையில் இப்பான வகைகளாலுண்டாகும் குண விசேஷங்களைப்பற்றி வெகு ஸாமர்த்தியமாக சில ஆராய்ச்சிகளைச் செய்தார். அப்பொழுது தேயிலையும், காப்பியும் பெப்ஸின் என்னும் வஸ்துவினுல் நடந்தேறக்கூடிய ஜீர்ணவேலைக்கு இடைஞ்சல் உண்டாக்குவதாகவும், அவற்றுள் காப்பியைவிட தேயிலைச் சத்து அக்கெடுதலை அதிகமாக விளைவிப்பதாகவும், அதிலும் சைனுவில் உற்பத்தியாகிற தேயிலையைப் பார்க்கினும் இந்தியத் தேயிலை மிக அதிகமான வீர்யமுள்ளதாகவும் அவரால் கண்டு பிடிக்கப்பட்டது. மேலும் அவர் இவ்விஷயங்களை யுற்று நோக்கி பற்பல பரிசீலனைகள் செய்துவந்ததில், தேயிலைச் சத்து குடலில் அநேக வஸ்துக்கள் ஜீர்ணமாவதற்கு பலவிதத்திலும் தடை செய்து வருவதாகவே குறிப்பிடத்தக்க இலக்ஷணங்கள் காணப்பட்டன. இதையுபயோகிப்பவருக்கு ரொட்டி முதலியது ஜீர்ணமாவதே மிகக் கடினம்.” இறுதியில் மொழிவதென்ன வென்றால்:

‘தேயிலைப் பானகத்தை அவசியம் அருந்த வேணுமென்றே நிச்சயித்தால், சீனதேசத்தி லுண்டாகும் சிறந்த இலையைப் பார்த்து வாங்க வேண்டும்; அதைப் பக்குவம் செய்யும் பொழுது எவ்வளவு சீக்கிரத்தில் ஸாத்தியமோ அவ்வளவு சீக்கிரத்தில் கஷாயமாகக் காய்ச்சி, உடனே பாலுடன் கலந்து அருந்திவிடவேண்டும். ஒரு கோப்பைக்கு மேல் உபயோகிக்கக் கூடாது; அதையும் போஜனம் பண்ணும்போது அப்பொழுதே உபயோகிக்காமல், போஜனத்திற்குப் பிறகு உபயோகிப்பது சிறிது பாதகமாகாது.”

அமெரிக்காவின் ஐக்கிய மாகாணத்திலுள்ள கர்னெல் யூனிவர்ஸிட்டியைச் சேர்ந்த ப்ரொபஸர் W. G. தாம்ப்ஸன், M.D., என்பவர் “ப்ராக்டிகல் டயெடிடிக்” என்னும் தனது நூலில் “அளவு மீறி அடிக்கடியும் தேயிலைப்பானகத்தைப் பருகுவதால்—தேயிலையை வழக்கமாக விசேஷமாய் அருந்தி வருவதால்—அதன் ஸத்வங்கள் ஜீர்ண கோசங்களின்மேலும் நரம்பு மண்டலத்தின்மேலும் குறிப்பிடக்கூடிய சில கெடுதிகளை உண்டாக்குகின்றன” என்று வரைந்திருக்கின்றார்.

பிறகும் அந்த டாக்டர், எப்பொழுது தேயிலைப் பானகத்தை உபயோகிக்கக்கூடாதென்பதைப்பற்றி அடியில் கூறப்பட்டமாறு சில விஷயங்களையும் சொல்லியிருக்கிறார்.—

“அஜீர்ணம், இரைப்பையைப்பற்றிய அழற்சிகள்—புளியேப்ப மென்னும் அம்ல பித்தம் முதலியன—, மலபந்தம், பாண்டு, நித்திரையின்மை, நரம்புகளைப்பற்றிய பலஹீனம், இரைப்பை முதலிய அவயவங்களில் கபம் அதிகரித்தல் இவ்வியாதிகளால் வருந்துபவருக்குத் தேயிலைப் பானகம் உற்றதல்ல. தேயிலை யுபயோகிக்கும் வழக்கம் வயதானவரைவிட குழந்தைகளுக்கு அதிக கெடுதியை உண்டாக்குகின்றது.”

தேயிலையும் உன்மாதமும்.

தேயிலையைத் தடையின்றி அதிகமாய் உபயோகிப்பவருக்கு உன்மாத மென்னும் பைத்தியரோகம் உண்டாவதாகவும் நம்ப இடமுண்டு. டாக்டர் தாம்ப்ஸன் இயற்றிய புஸ்தகத்திலிருந்து மீண்டும் சில விஷயங்களை எடுத்துக் கூறுகிறோம்.—

“அயர்லாண்டில் ஓர் உன்மாதரோகியைப் பற்றி வெளிவந்த ரிபோர்டில், தேயிலையானது அவ்வியாதிக்குத் தூண்டுதலா யிருந்து அதை விருத்திசெய்ய ஹேதுவாயிருந்ததென்று குறிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. மிகவும் கீழ்த்தர குணமுள்ள தேயிலையை நாள் முடியவும் வேகவைத்து, அப்போதைக்கப்போது அதில் தண்ணீர் சேர்த்து, அதையே உபயோகித்துவந்ததாய் அறியப்பட்டது. ‘தேயிலையைக் காய்ச்சிய வகையும், அதை அதிகமாக உபயோகித்து வந்த வழக்கமும் இவ்வாறுபுத்திக்குக் கோளாறை உண்டுபண்ணிற்றென்பதில் சிறிதும் ஸந்தேஹமில்லை; இவ்வித வஸ்துக்களை உபயோகிப்பது நமது ஏழை ஜனங்களுக்கு வழக்கமாயிருக்கிறது; அப்பதார்த்தங்கள் முதலில் அஜீர்ணமும், அப்பால் புத்திக்கு மழுக்கமும் உண்டாய் இறுதியில் மூளைக்கு அநேகவித கோளாறுகள் ஏற்படுவதற்கும் அநுகூலமான செய்கையுடையதாயிருக்கின்றது.’ என்றும் அந்த ரிபோர்டில் விளங்கவே எழுதப்பட்டிருக்கின்றது.”

இவ்வாறு சுருக்கமாக விமர்சம் செய்த பிறகு, அவ்வளவு மேன்மை தங்கிய மஹான்களுடைய அபிப்பிராயங்களை எடுத்துக் கூறிய பின்பு, தேயிலையானது ஓர் ஔஷதச் சரக்கென்றும், மேலும் அது விடாமலுபயோகிக்கும்படியான விருப்பத்தை உண்டாக்கவல்ல மருந்துச்சரக்கென்றும், ஆகவே மற்ற ஔஷதச் சரக்குகளைப்போல் தினப்படி உபயோகிக்கத் தகாததும், ஸமயம் நேரிட்ட போதுமட்டும் அளவறிந்து பருகக்கூடியதுமான ஓர் ஔஷதப் பொருளென்றும் தீர்த்தாரணம் செய்யவேண்டிய உரிமை எமக்குண்டு. அல்லாமலும் வழக்கமாய் விடாமல் தேயிலைப் பானகம் பருகுவதானது பசியின்மை, வயிற்றுப் பொருமல், அஜீர்ணரோகம், அவற்றிற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வேறு குறிகளான வயிற்றுவலி, இரைப்பை எரித்தல், தேஹத்திற்கு அமைதியின்மை, சரீரம் நடுங்கக்கூடிய நரம்புத் தளர்ச்சி, சில இந்த்ரியக் கோளாறுகள், தூக்கமின்மை, தசைநார்களின் நடுக்கம், ஹ்ருதயத் துடிப்பு, புத்திமாறுட்டம், மற்றும் அநேக விதமான விகாரக் குறிகளும் பிணிகளும் ஸம்பவிப்பதற்கு ஹேதுவாகின்றது என இப்பொழுது கூறத் துணிவோம். வாத ப்ரக்ருதியான (nervous) மனிதர்கள் மற்றவர்களைவிட தேயிலைப் பானகத்தையுபயோகிப்பதால் விசேஷமான தீங்குகளுக்கு உள்ளாகின்றனர்; ஆகவே அவ்வித சுபாவமுள்ளவர் முற்றிலும் அதை யுபயோகிக்காமலிருப்பது நலம். எவர் தேஹவன்மையிலும் மனோபலத்திலும் மதியின் மேம்பாட்டிலும் சிறப்புற்று எவ்விதத்திலும் ஆரோக்கிய நிலைமையுடன் வாழ்கின்றனரோ, அவர்கள் தேயிலையை உணவுப்பொருளாக உபயோகிப்பவரா யிருக்கமாட்டார்.

PHYSICIANS IN INDIA AND MEDICAL JOURNALS.

இந்தியாவில் வைத்தியர்களும் வைத்தியப் பத்திரிகைகளும்.

BY

RAMA NARAYAN, L.M.&S.,

Editor of Practical Medicine.

நாகரிகம் பெற்ற இதர நாடுகளில் வைத்தியப் பத்திரிகைகள் பிரசுரிக்கப்படுவதைக் கவனிப்பவர் இந்தியாவில் பிரசுரிக்கப்படுமவை வெகு சொற்பமென்று நிச்சயமாகக் கூறுவர்; உதாரணமாக அமெரிக்காவின் ஐக்கிய மாகாணத்திலுள்ள நியூ யார்க் என்னும் நகரத்திலிருந்துமட்டும் சுமார் 20 வைத்தியப்பத்ரிகைகளுக்குமேல் பிரசுரிக்கப் பட்டு வெளியாகின்றன. இங்கிலாந்தில் லண்டன் நகரந்திலிருந்து 8 அல்லது 9 வைத்தியப்பத்திரிகைகள்வெளியாகின்றன. இந்தியா முழுமைக்குமாக மொத்தத்தில் 7 அல்லது 8 வைத்தியப் பத்திரிகைகளுக்குமேல் இல்லை. இவ்விசாலமான நாட்டில்

படித்தறிந்த வைத்தியர்கள் 30,000-க்குமேல் ஆங்காங்கு இருந்து வைத்தியம் செய்துவர, அவர்கள் அனைவருக்கும் இந்த 7 அல்லது 8 வைத்தியப் பத்திரிகைகள் போதுமா வென்றும், அப்பத்திரிகைகள் எண்ணிக்கையில் இவ்வளவு குறைந்திருப்பதற்குக் காரணமென்னவென்றும் ஒருவர் கேட்கக்கூடும். இக்கேள்விக்கு விடையும் வெளிப்படையானதே; இவ்வளவு எண்ணிக்கையுள்ளவருள் கால் பங்கு வைத்தியர்களும் வைத்தியப் பத்திரிகையைப் படிப்பதில் சிரத்தையுள்ளவராயில்லை. இவ்வைத்தியர்களுடன் நமக்கு நேரிலுள்ள அநுபவத்தைக்கொண்டும், கடிதப் போக்குவரத்துகளாலும், நாம் அறிந்தமட்டும் அவர்கள் பத்திரிகையை வரவழைத்துப் பாராமலிருப்பதற்கு மூன்று காரணங்கள் உண்டு:—

(1) வைத்தியர்களில் சிலர் பத்ரிகைகளைப் படிப்பது அநாவசியகமென்றும், அவற்றால் அறிந்துகொள்ள வேண்டியது ஒன்று மில்லையென்றும் கருதுவதுண்டு; வைத்திரப் பத்திரிகைகளைக் கவனிக்காமலிருப்பதற்கு இது ஒரு காரணமாகும். (2) மற்றொரு பகுதியார் 'பத்திரிகையைப் படிக்க சிறிதும் ஒழிவுநேரம் கிடையாது' என்று கூறுவது இரண்டாவது காரணமாம். ஆனால் மிகவும் செல்வாக்கைப் பெற்று வைத்தியத்தொழிலில் வெகு பிரக்கியாதிபெற்ற சில வைத்தியர்களே இந்த இரண்டாவது பகுதியிலுள்ள காரணத்திற்கு உள்ளாவாரென்று நாம் குறிப்பிடவேண்டியிருக்கிறது. (3) வேறு சிலர் வைத்தியப் பத்திரிகைகளைப் படிப்பதில் ஆவலுள்ளவராயினும், இதற்காகச் செலவிட அவர்களுக்குச் சக்தியில்லை என்று ஏதோ ஒருவாறு காரணம் சொல்லுவர்; அவர்களுக்கு இலவசமாக எப்பொழுதேனும் மாதிரிக்கு ஒரு ஸஞ்சிகை அனுப்பப்படுமானால், அப்பொழுது மாத்திரமே அவர்கள் பத்திரிகையைப் படிப்பர். இவ்வித முறைப்பாடுகளில் ஒவ்வொன்றையும் நாம் அனுபவத்தில் ஆராய்ந்து பார்த்து வந்ததில், முற்கூறிய மூன்று காரணங்களுக்கும் உள்ளான பகுதியாரில் ஒவ்வொரு பகுதியையும் பற்றி நமது அபிப்பிராயத்தைத் தனித் தனியே எடுத்துக் கூறுகிறோம்:

1. வைத்தியப்பத்திரிகையைப் படிப்பது அவசியமல்லவென்று கருதும் முதல் வகுப்பினரக்கு நாம் தெரியப்படுத்துவதென்னவெனில் — வைத்தியரல்லாதவர் ஸமாசாரப் பத்திரிகைகளைப் படிப்பது எவ்வளவு முக்கியமோ, வைத்தியர்கள் வைத்தியப்பத்திரிகையை அப்போதைக்கப்போது கருத்துடன் படித்து வருவதும் அவ்வளவு முக்கியமாகும். ஸாதாரண ஜனங்கள் வெளியில் நடந்தேறும் பற்பல விதமான விவஹாராதிகளை யறிவது அவர்களுக்கு எவ்வாறு இன்ப மூட்டுவதாகவும் உபயோககரமாகவும் இருக்கின்றதோ, அவ்விதமே வைத்தியர்களுக்கு அவர்களுடைய தொழில் மார்க்கம் எவ்வாறு விருத்தியடைகிறதென்றும், சிகித்ஸா க்ரமங்களில்எவ்விதமான புதிய முறைகள் ஏற்பட்டு வருகின்றனவெனவும், பலவாறான வியாதிகளைத் தடுப்பதற்கு மேன்மேலும் சிறந்தவகையில் கண்டுபிடிக்கப்படும் உபாயங்கள் யாவை யெனவும், ரோகங்களைப் பரீக்ஷிப்பதற்கு தற்காலமுள்ளவைகளைவிட எளிதான வழிகள் எவையென்றும், மனிதர்கள் வியாதிகளிலிருந்து நிவ்ருத்தியடைய நிரூபிக்கப்படும் அனுபவமுறைகள் எவை யென்றும் இவ்வித அரிய விஷயங்களை அந்தந்த ஸமயங்களில் வைத்தியப்பத்திரிகையின் மூலமாய் தெரிந்துகொள்வது மிகவும் இன்பமூட்டுவதாகவும் அவர்களுடைய தொழிலுக்கு இன்றியமையாததாகவும் இருக்கின்றது. மேற்கூறிய விஷயங்கள் யாவும் வைத்தியப்பத்திரிகையைப் படிப்பதாலேயே அறிந்துகொள்ளக் கூடியவையாம்; வைத்தியப் பத்திரிகைகளை எவர் படிப்பதில்லையோ, அவர்கள் இக்காலம்வரையில் வைத்திய சாஸ்திரத்திலேற்பட்டுள்ள அநேகவிதமான நவீன விஷயங்களையுணர்ந்து விரிவான அறிவைப் பெற்ற நாகரிக வைத்தியர்களாகமாட்டாரென்று நாம் திடமாகக் கூறுவோம். புதிது புதிதா

சக் கண்டுபிடிக்கப்படும் வைத்தியமுறைகளைப்பற்றி, வைத்தியப்பத்திரிகைகளைப் படிப்பது அவசியமில்லையென்று நினைத்த சிலரிடம் கூற, அவர்கள் பிறகு ஆச்சரியமுற்று, அப்பால் அவர்கள் அவ்விஷயங்களைத் தெரிந்துகொள்ளாமலிருந்ததைப்பற்றி சிந்தித்து வைத்தியப்பத்திரிகையைப் படிப்பது வைத்தியர்களுக்கு எவ்விதத்திலும் அவசியமானது என்று ஒப்புக்கொண்டனர். இதைப்பற்றி நாம் எவ்வளவோ திருஷ்டாந்தங்களைக் கூற முடியுமாயினும், அவற்றை எழுதினால் விஷயம் மிக விரியும். வைத்தியப் பத்திரிகையைப் படிப்பது அவசியமில்லையென்று கூறுபவர் தமது புத்தியை விசாலப்படுத்திக்கொள்ள முடியாதென்றும், தேச காலாதிகளுக்குத் தகுந்தவாறு வைத்திய முறைகளைக் கையாள ஸாத்தியப்படாமல் அநேக ஸமயங்களில் கஷ்டப்படவேண்டி நேரிடுமென்றும் அனுபவத்திலேயே அறியப்படும்.

2. வைத்தியத் தொழில் அபரிமிதமா யிருப்பதால் பத்திரிகையைப் படிப்பதற்கு நேரம் கிடைப்பதில்லையென்று கூறப்படும் இரண்டாவது காரணம் விவேகிகளான வைத்தியர்களிடமிருந்து நாம் ஒருக்காலும் எதிர்பார்க்கக் கூடியதல்ல. நாகரிகத்தில் முன் சென்றிருக்கும் இதர நாடுகளில் பிரசுரிக்கப்படும் பத்திரிகைகளைப்போல் இந்தியாவில் வெளியிடப்படும் வைத்திபப் பத்திரிகைகள் அவ்வளவு அதிகமான பக்கங்களுடையவையல்ல; இவை பெரும்பாலும் சுமார் 30 அல்லது 40 பக்கங்கள் கொண்டவைகளாகவே யிருக்கின்றன; அவையும் மாஸத்திற்கு ஒரு முறையே வெளியாகின்றன; 30 அல்லது 40 பக்கங்கள் கொண்ட ஒரு வைத்தியப் பத்திரிகையைப் படிக்க ஒரு மணி நேரமும் அதிகமென்று நாம் நினைக்கிறோம். ஒரு மாஸத்தில் ஒருமணி நேரங்கூட ஒழிவு கிடைக்காதென்று எந்த வைத்தியரும் சொல்லமுடியாது. மேலும் இரண்டாவது காரணத்தைக் கூறும் வகுப்பைச் சேர்ந்தவர் மற்றொரு சாக்கும் கூறுவர்; அதாவது இந்தியாவில் பிரசுரமாகும் பத்திரிகைகளில் விசேஷமான விஷயங்கள் அடங்கியிருப்பதில்லை யென்பதே. தோன்றினவாறு மொழியப்படும் இவ்வார்த்தைக்கு நாம் ஸமாதானம் கூறுவதே அவசியமானதல்ல; ஆகிலும் சொல்லுகிறோம். இதரதேசங்களிலிருந்து வரும் பத்திரிகைகளிலும் இத்தேசத்தில் வெளியாகும் பத்திரிகைகளிலும்—அவை எவ்வளவு பெயர்பெற்றவையாயிருந்தபோதிலும் ஒவ்வொரு கையொப்பக்காரரின் எண்ணத்திற்கும் அநுகூலமாகவே ஒவ்வொன்றிலும் விஷயங்கள் யாவும் அடங்கியிருக்குமென்ற எதிர்பார்ப்பது சரியல்ல. ஒவ்வொரு ஸஞ்சிகையிலும் சில விஷயம் சிலருக்கும், வேறு சில வேறு சிலருக்கும் உபயோகமாகும்படி வருவதுடன், அநேக ஸமயங்களில் பொதுவாக அனைத்துமே எல்லோருக்கு உபயோகமாகும்படியும் வெளியாகக்கூடும். மேலும் இத்தேசத்தில் ஆயிரக்கணக்கான வைத்தியர்கள் தொழில் நடத்திவருகையில் அவர்களில் சிலராவது தம் தமது அனுபவத்தில் வரும் நூதன வைத்திய முறைகளையும், ரோக பேதங்களைப்பற்றி புதிதாகக் கண்டு பிடிக்கப்படும் அரிய விஷயங்களையும் எழுதி ஸமயம் நேர்ந்தபோதெல்லாம் வைத்தியப் பத்திரிகைகளுக்கு அனுப்பிப் பிரசுரப்படுத்திவந்தால், தங்களைப்போன்ற இதர வைத்தியர்களுக்கும் தமது அனுபவத்தினாலறிந்த விஷயங்களை அறிவித்து உதவிசெய்தவர்களாகவும், அதன் மூலமாய் இத்தேசத்திய வைத்தியப் பத்திரிகைகளை மேன்மைப் படுத்தியவர்களாகவும் ஆவார்களல்லவா? பத்திராசிரியர்கள் பன்முறை கேட்டுக்கொண்டாலும் இத்தேசத்திலுள்ள வைத்தியர்கள் தமது காரியத்தையே கவனிப்பவர்களாயிருக்கிறார்களே யன்றி, இவ்விதம் பத்திரிகைமுதலியவற்றை ஆதரித்து அவற்றைச் சிறப்பிக்க முன்வருவதில்லையே. இவர்கள் இவ்வாறு கவனம் செலுத்தாமற்போனால் ஒரு பத்திராசிரியர்மட்டும் என்ன செய்யக்கடவர்? அல்லாமலும் பலவிதமான

மற்ற சாஸ்திரங்களைப்போல வைத்தியமென்பது இவ்வித தத்துவமுள்ளதென்று நிச்சயிக்கக் கூடிய, அல்லது இவ்வளவுதான் என்று முடிவு பெற்ற சாஸ்திரமாகக் கருதக்கூடிய சாஸ்திரமல்ல. இந்த சாஸ்திரம் இன்றைக்கும் ஒருவாறு உருவாக வேண்டியதும், விருத்தியடையக் கூடியதும், வேறுவகையான மாறுதல்களையடையத்தகுந்ததுமா யிருக்கின்றதேயன்றி எவ்வகையிலும் முற்று பெற்றதாக ஆய்விடவில்லையானதால், இப்பொழுதுள்ள அறிவுடன் இன்னும் அதிகமான அறிவு ஸம்பாதிக்கவும், பழையன கழிக்கவும், சில விஷயங்கள் விசேஷமாக மாற்றவேண்டியு மிருக்கின்றன. நாம் வைத்திய சாஸ்திரத்தைப் பள்ளிக்கூடங்களில் கற்றறிவது, புஸ்தகங்களைப் படிப்பது என்னும் இவ்விரு வழிகளால் மட்டும் போதுமானவரையில் சாஸ்த்ரீயமாகவும் அநுபவரீதியாகவும் அறிவைத் தேடிக்கொள்ளலாமென்று நினைப்பது பிசகு. எந்த வைத்தியர் வைத்தியப் பத்திரிகைகளைப் படிப்பதில் சோம்பலுள்ளவராகவும், அல்லது உத்ஸாஹக் குறைவுடையவராகவும் இருக்கிறாரோ அவர்கள் தமதிடம் வரும் பிணியாளிகளுக்கு அவசியமானவற்றைச் செய்யமுடியாதவராகவும், ஆகவே அவர்கள் வைத்தியர் என்கிற பெயருக்கே உரியவரல்லரென்று கருதக்கூடியவராகவும் ஆவார்கள். வைத்தியப்பத்திரிகைகளைப்படித்துவந்தால்தான் வைத்தியமுறைகளில் புதிது புதிதான விஷயங்களையுமறிந்து பிணியாளிகளுக்கும் மேலான நன்மையைச் செய்து முடிக்கவும் திறமையுள்ளவராவார்கள்.

3. பத்திரிகைகளை வரவழைத்துப் படிப்பதற்குச் சக்தியில்லை யென்னும் காரணத்தைக் கூறும் மூன்றாவது வகுப்பினருக்கு நாம் கூறுவதென்னவென்றால் — இவர்களுடைய வைத்தியத் தொழிலும், புரோவ்ருத்திக்கு வேண்டிய மற்ற முயற்சிகளும் பயன் பெறுவதற்கு இவர்கள் செய்யும் செலவு மிதமாயிருக்க வேண்டுமென்றாலும், வைத்தியத் தொழிலுக்கு வேண்டிய அறிவை மேன்மை படுத்திக்கொள்வதும், அவ்வித அறிவின் மேன்மையைப் பெற ஒரு வைத்தியப் பத்திரிகையையாவது படிப்பதும் எவ்விதத்திலும் இன்றியமையாததாம். ஒரு வைத்தியப் பத்திரிகைக்குக் கூட ஒரு வருஷத்திய சந்தாத்தொகையைக் கட்டுவது கஷ்டமாகத் தோற்றினால், அவர்கள் ஆறுமாதங்களுக்கு ஒருமுறையாக இரண்டு தடவையிலாவது சந்தாவைச் செலுத்திப் பத்திரிகையை வரவழைத்துப் படித்து வரலாம். முதலில் ஆறுமாதங்களுக்கு சந்தாவைச் செலுத்தி அந்த ஆறுமாதங்களிலும் ஒரு வைத்தியப் பத்திரிகையைப் படித்து வருபவர், பத்திரிகைகளைப் படிக்காத ஸமயத்திலிருந்த அறிவையும் அப்பொழுதுள்ள ஞானத்தையும் சீர்தூக்கிப் பார்த்தார்களேயானால், தமக்கு அநுபவ முறையிலும் சாஸ்திர முறையிலும் எவ்வளவு விசேஷமான தேற்சியுண்டாயிருக்கிறதென்று நிச்சயமாய் நிர்த்தாரணம் செய்ய சக்தியுள்ளவராவார். வைத்தியப் பத்திரிகை மிக உபயோகமானதென்றும் அவசியமாகப் படிக்கவேண்டியதென்றும் அப்பொழுதே அவர்கள் அறியக்கூடியவராவர்.

[அநுபவமுறைகளையும் சாஸ்திரங்களையும் கண்ணும் கருத்துமாகக் கற்றுத்தெறிய ஆங்கில வைத்தியர்களுக்கே வைத்தியப் பத்ரிகைகளைப் படிப்பது இன்றியமையாத விஷயமென்றால், தமிழ்நாட்டிலுள்ள ஆயுர்வேத யூனானி வைத்தியர்களுக்கு வைத்தியப் பத்திரிகை எவ்வளவு அவசியமோ அவர்களே யோசித்து நிச்சயிக்கக் கடவர். வைத்திய கலாசாலைகளிலாவது ஆஸ்பத்திரிகளிலாவது சென்று இவ்வைத்தியர்கள் சாஸ்திரமும் கற்கவில்லை, அநுபவமும் பெறவில்லை. இப்படியிருக்க அநுபவமுறைப்படி சாஸ்திர அறிவையும் புகட்டக்கூடிய ஒரு தமிழ் வைத்தியப் பத்திரிகையையாவது படிக்காமற் போனால் இவர்களுடைய அறிவு எவ்வாறு மேன்மை யடையுமோ கடவுளே அறிவார். ப-ர்.]

THE PRINCIPALNESS OF ANATOMY AND PHYSIOLOGY IN MEDICINE.

வைத்திய சாஸ்திரத்தில் சரீரதத்துவத்தின் அறிவு பிரதானமானது.

BY

KAVIRAJ GANANATH SEN, M.A., L.M.&S.,

Vaidyavatamsa, Vidyanidhi, and Kavi Bhushan, Author of "Pratyaksha Sarira" in Sanskrit, &c., &c.

(சென்ற ஸஞ்சிகையின் 78-வது பக்கத்தின் தொடர்ச்சி.)

தந்திரத்திற் கூறப்பட்டுள்ள ஷட்சக்ர விவரணமானது பண்டைக்காலத்திய ஆர்ய வைத்தியர்களுக்கு சாரீர சாஸ்திரத்தில் அபூர்வமானதோர் அறிவு இருந்ததாகத் தெரிவிக்கின்றது. அதைப்பற்றி கீழே சிறிது குறிப்பிடப்பட்டது; இன்னும் சிறிது அவ்விஷயத்தையே விளக்கிக் காட்டுகிறேன். சரீரத்தில் மூலாதாரம், ஸ்வாதிஷ்டாநம்,மணிபூரகம், அநாஹதம், விசுத்தம், ஆஞ்ஞா என்று ஆறு சக்ரங்கள்—ஷட் சக்ரங்கள் என்று பிரஸித்தி பெற்றவை--உண்டென்று கேள்விப் படுகிறோமல்லவா ? அவற்றுள் மூலாதாரமென்பது மர்மஸ்தானத்திற்குக் கீழேயும் குதத்திற்கு முன்புறமாகவும் கிரந்திபோல் ஒரு அவயவம் இருப்பதாகக் காணப்படும்; அது இளா பிங்களா என்னும் இரண்டு நாடிகளின் மூலஸ்தானமென்று கருதப்படுகிறது ; இதையே ஆங்கிலத்தில் 'காங்ளியன் காக்ஸிஜீயம் இப்பார்' (Ganglian Coccygeum impar) என்று வழங்குவதாக எமது துணிபு. ஸ்வாதிஷ்டானசக்ரம் என்பது மர்மஸ்தானத்தின் அடியிலுள்ள ஒரு பாகம்; இங்கு நரம்புகள் அநேகம் ஒரு மிக்கச் சேர்ந்திருக்கின்றன; இந்த நரம்பு மண்டலத்தையே ஆங்கிலேயர் ஹைபோகாஸ்ட்ரிக் ப்ளெக்ஸஸ் (Hypogastric plexus) என்றுரைப்பதாகக் கருதுகிறோம். மணிபூரசக்ரம் என்பது ஸ்வாதிஷ்டானத்திற்குமேல் நாபிக்கி அடியிலுள்ள நாடிக்கூட்டத்தின் பகுதி; இதையே ஆங்கிலத்தில் ஸோலார் ப்ளெக்ஸஸ் (Solar plexus) என்று வழங்குகின்றனர் என்று நிச்சயமாகக் கூறுவோம். மணிபூரத்திற்கு மேற்புறத்தில் ஹ்ருதயத்திற்கு அருகிலுள்ள நாடிகளின் சேர்க்கை அநாஹத சக்ரம் எனப்படுகின்றது; இதற்கே ஆங்கிலத்தில் கார்டியேக் ப்ளெக்ஸஸ் (Cardiacplexus) எனவும் பெயராம். இதற்குமேல் கழுத்தில் விசுத்த மென்னும் நாடீசக்ரம் இருக்கின்றது; இதையே ஆங்கிலத்தில் கெராடிட் ப்ளெக்ஸஸ் (Carotid plexus) என்பார்கள். ஆஞ்ஞாசக்ரமானது புருவங்களுக்கு இடையில் குறுக்காகப் படர்ந்திருக்கின்றது; மேனாட்டார் இதை காவெர்னஸ் ப்ளெக்ஸஸ் (Cavernous plexus) என்று கூறுவதாயறிகிறோம்.

இவ்வாறு நரம்பு மண்டலங்களுடைய ஆக்காங்குள்ள விசேஷ ஸ்தானங்களைக் குறிப்பிடுபவையான இந்த ஷட்சக்ர மண்டலங்களனைத்துக்கும் மேல் சிரஸ்ஸுக்குள் அமைக்கப்பட்டுள்ளதும், ஸகல உணர்ச்சிகள் அல்லது அறிவுக்கு ஆதாரமுமாயுமிருக்கும் 'ஸஹஸ்ராரம்' என்னும் உட்புறத்து அவயவமே மூளை என்று வழங்கப்படுகிறதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. ஷட் சக்ரங்களின் தத்துவத்தை ஆராய்ச்சி செய்ததன்மேல் நாம் தெரிந்துகொள்வதென்னவென்றால் — நரம்பு மண்டலங்களையும், மூளை முதலியவற்றையும் பற்றிய மிக நுட்பமான விஷயங்களையும் பண்டைக்காலத்திய ஆர்யவைத்தியர்கள் ஆதியோடந்தமாய் நன்றாக அறிந்திருந்தனர் என்பதேயாம். இவ்வாறு மேம்பாடடைந்திருந்த முற்காலத்திய அறிஞருடைய புத்தி விசேஷங்களைக் குறிப்பிடுபவையான அநேகம் அத்தாட்சிகள் காலவளவில் அநியாயமாய் அழியத் தொடங்கின; நமது பிராசீன சாஸ்திரங்களுக்கு சத்துருக்களும் எண்ணிறந்தவர்களாய் ஏற்பட்டனர்; ஆகவே ஆர்யர்களியற்றிய ஆதிகாலத்திய சாஸ்திரங்களின்மேல் நாம் குற்றம் குறை கூறுவதிற் பிரயோஜனமில்லை யென்றும், பிற்காலத்தியவர் அவற்றை சிரத்தையுடன் அபிவ்ருத்திக்குக் கொண்டுவராமலிருந்ததே விஸ

ணிக்கக் கூடியதாகுமென்றும் எனதெண்ணம்.

அப்பால் இப்பொழுது நமது சாரீர சாஸ்திரத்தை நன்றாச் சீர்திருத்தும் உபாயங்களை நாம் தேடவேண்டும்; அதற்கு இரண்டு காரியங்களைச் செய்யவேண்டும்: (1) பிராசீனமான சாரீர சாஸ்திரத்தை ஒருங்கே பரிசோதிப்பதும், (2) பிரத்தியக்ஷமாக சரீரதத்துவங்களையுணர்ந்து அவ்வறிவைக் கொண்டு நமது சாரீரசாஸ்திரத்தை ஒழுங்குபடுத்துவதுமாம். பிராசீன சாரீர சாஸ்திரம் பலவாறு மாறுதலடைந்திருப்பினும், அவற்றில் பெரும்பான்மையான பாகங்கள் அந்தந்த கிரந்தங்களில் சிதறியிருப்பதால் அவற்றை ஒருங்கே ஆராய்ந்தெடுத்து நாம் ஒழுங்கு படுத்துவது கடமை; அவற்றில் அநேக பரிபாஷைகள் அறியக் கூடியவையாகவும், சில அறியக் கூடாதனவாயும் இருக்கின்றன. நமது சாரீர சாஸ்திர ஸம்பந்தமான விஷயங்களை ஒரு கிரந்தத்தைக் கொண்டே அறிய முடியாமல், இப்பொழுது கிடைக்கக்கூடிய முற்காலத்தியவையான அநேக சாரீரக் கிரந்தங்களின் மூலமாகவே தெரிந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. சவசரீரங்களைப் பரிசோதித்து ஸந்தேஹமற விஷயங்களையுணர்ந்து அச்சாரீர சாஸ்திரத்தைச் சீர்திருத்துவதே மற்றொரு புறத்தில் நமது சிரஸ்ஸில் ஏற்றப்பட்ட பாரமாம். இவ்விருவித காரியங்களையும் நாம் இனியாவது செய்து முடித்தால்தான் சாரீர சாஸ்திரத்தில் ஸந்தேஹமற சிறந்த அறிவு ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு உண்டாக வகையேற்படும். சரீரதத்துவங்களை பிரத்தியக்ஷ பரிசோதனைகளால் அறிவதற்கு வேண்டிய முயற்சிகளைச் செய்ய இக்காலத்தில் மேனாட்டாரே கடமைப்பட்டவரென்றாவது, இதைச் செய்யக்கூடிய யோக்கியதை அவர்களுக்கே உண்டென்றாவது, இந்த சாஸ்திரம் அவர்களுக்கே உரியதென்றாவது எவர்தான் நினைக்கக்கூடும்? பிரத்தியக்ஷ ஞானத்தைப் பெறுவதற்கு ஆவலும் சிரத்தையுமுள்ள ஒவ்வொரு வைத்தியரும் இக்காரியங்களைச் செய்ய, அல்லது இவ்விஷயங்களை அவசியமான உபகாரணங்களைக் கொண்டு அறிய உரிமையுள்ளவராயிருக்கின்றனர். ஆயுர்வேதத்திலடங்கிய சாரீர சாஸ்திர ஸம்பந்தமான நூல்களில் பிரத்தியக்ஷப்ரமாணத்திற்கு விரோதமாக விஷயம் ஏதாவது உண்டென்று தோற்றினால், சவசரீரம் முதலியவற்றை நேரில் பரிசோதித்தறிந்து, நமது நூல்களிலுள்ள முன்பின் விரோதமான விஷயங்களை நாம் சீர்திருத்தி விடுவது யுக்தமேயன்றி அது குற்றமாகாது. ஆனால் ஒரு ஆயுர்வேத நூலில் சில விஷயம் பிரத்தியக்ஷப்ரமாணத்திற்கு விரோதமாகக் காணப்படுவதால், நாம் சீர்திருத்துவதற்குமுன் சாரீரசாஸ்திர ஸம்பந்தமான எல்லா ஆயுர்வேத நூல்களையுமே உற்றுப் பார்த்து, ஒன்றுக்கொன்றுள்ள ஒற்றுமைகளையும் வேற்றுமைகளையும் அறியவேண்டியது அவசியம். ஒருநூலில் ஒரு விஷயம் பிரத்தியக்ஷப்ரமாணத்திற்கு விரோதமாகவும், மற்றொரு நூலில் அது அனுகூலமாகவும் இருப்பதற்குக் காரணங்கள் அநேகம்; முதலில் நூலியற்றியவர் சரியாக வரைந்திருப்பினும், பிற்காலத்தியவர் அந்நூல்களின் இடையிடையே புதிய விஷயங்களைச் சேர்த்திருக்கலாம்; அப்புஸ்தகங்களைப் பதிப்பித்தவர் விஷயங்களை நன்றாகத் தெரிந்து கொள்ளாமல் மாற்றியிருக்கலாம்; எழுதும்போது எழுத்துப் பிழைகளும் நேர்ந்திருக்கலாம்.

இப்பொழுது ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான சாரீர சாஸ்திரத்தைச் சீர்திருத்துவதற்கு ஆறுவிதமான வழிகளைக் கைப்பற்ற வேண்டியிருக்கிறது:-(1) பிரஸித்தமான சில பிராசீன ஸம்ஞைகளுக்கு பரிபாஷைகளை உறுதிப்படுத்தல், (2) அதிக பிரஸித்தமல்லாத அல்லது முற்றிலும் பிரஸித்தமில்லாத பெயர்களை வெளிப்படுத்தல் அல்லது அவற்றின் பொருட்களை விவரித்துக் கூறுதல், (3) பிராசீனமான பெயர்கள் எவற்றிற்குக் கிடைக்கவில்லையோ அவற்றிற்குப் புதிய பெயர்களை ஏற்படுத்தல், (4) பரிசோதனைகளால் பிரத்தியக்ஷத்தில் காணப்படும் விஷயங்களை விளங்கக் கூறுதல், (5) பிர

த்தியக்ஷ ப்ரமாணங்களைக்கொண்டு பண்டைக் காலத்திய நூல்களிலுள்ள பிழைகளைப் பரிசோதித்து சரிப்படுத்தல், (6) கண்ணால் பார்க்கும் விஷயங்களுடன் பிராசீனமான சாரீர சாஸ்திரத்திலுள்ள விஷயங்களை ஒற்றுமைப் படுத்தல்.

1. பிரஸித்தமான சில பிராசீன ஸம்ஞைகளுக்குள்ள பரிபாஷைகளை உறுதிப்படுத்தும் வகையானது, ஸிரைகள் (காரிரத்தக் குழாய்கள்), தமனிகள் (செவ்விரத்தக் குழாய்கள்) முதலிய பதங்களுக்குப் பொருள்கூறப்படும்போது முன்னால் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கின்றது.

2 அதிகமாகப் பிரஸித்தி பெறாத பெயர்களை நன்றாக வெளிப்படுத்துவதையும், அவற்றின் பொருட்களை நிச்சயிப்பதையும் பற்றி அதர்வணவேதத்தில் மொழியப்பட்டுள்ள கவீனீ முதலிய பதங்களுக்கு அர்த்த விசாரம் செய்கையில் கீழே அறிவித்திருக்கிறேன். (வ்ருக்கங்களிலிருந்து மூத்திரப்பையில் வந்து சேரும் இரண்டு மூத்திரக் குழாய்கள் கவீனிகள் என்று கூறப்பட்டிருக்கின்றன.) வைத்தியநூல்களில் மூத்ரவஹம் அல்லது மூத்ரப்ரஸேகம் (வஸ்தியென்னும் மூத்திரப்பையிலிருந்து மூத்திரம் வெளிவருவதற்கான குழாய்) என்கிறபெயர்கள் பெரும்பான்மையோருக்கு நன்கு விளங்காமையால் அவற்றின் பொருட்களையும், அவற்றைப்போல் அதிக பிரஸித்தியில்லாத வேறு சிலவற்றையும் சிறிது நுட்பமாய் சிரமப்பட்டு அறியவேண்டும். வேறு தந்திரங்களில் இளா பிங்களா முதலிய மற்றும் சில பதங்கள் அறியக்கூடியவை; அவற்றின் பொருட்களும் அடியில் விவரிக்கப்பட்டன. சரீரதத்துவங்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட அநேகம் பெயர்கள் பல சாஸ்திரங்களில் சிதறியிருந்தாலும் அவற்றை ஒருமிக்கச் சேர்த்து நாம் வியவஹாரத்திற்குக் கொண்டுவர வேண்டுமேயல்லாமல் அவற்றிற்குப் பதிலாக வேறு பதங்கள் உண்டாக்கவாவது சேர்க்கவாவது கூடாது.

3. சில விஷயங்களுக்குப் பெயர்கள் கிடைக்காவிட்டால், அவசியமான விடங்களில் புதிதாக சில பெயர்களை ஏற்படுத்தலாம்; அவற்றிலும் டித்தன், டிபித்தன் முதலியதைப் போலிராமல் அர்த்தமுள்ளனவாகவும் அழகாகவும் இருக்கும் பெயர்களைச் சேர்த்துவிடலாம்; அப்படிச் செய்தால் படிக்கும் மாணாக்கருக்கு அவற்றை நினைவில் வைத்துக்கொள்வது எளிதாகும்.

4. பிரத்தியக்ஷமான பரீக்ஷாமுறைகளால் அறியப்பட்ட சாரீரதத்துவங்களை சொற்ப வாக்கியங்களைக்கொண்டு விவரித்துவிட முடியாது. ஆங்கிலத்திலுள்ள அநேக சாரீரநூல்களைப்போல் அதிக விஸ்தாரமாகவாவது, ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களிலடங்கிய சாரீரங்களைப் போல் அதிக சுருக்கமாகவாவது புதிதாக சாரீரநூல் எழுதுவதில் பிரயோஜனமில்லை. சரீரதத்துவங்களை சவசரீர பரிசோதனை முதலியவற்றால் காணப்பெறாதவர்கள் நாம் கூறும் விஷயத்தை நன்குணரும்படியாக ஒவ்வொரு ஸந்தர்ப்பத்திற்கும் தகுந்தவாறு பற்பல சித்திரப்படங்களையும் அமைக்கவேண்டும். இக்காரியம் அதிக திரவியச்செல்வாலும் சரீரசிரமத்தாலும் நிறைவேற்றக்கூடியதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. செய்வதாயிருந்தால் அவ்வாறு செய்தால்தான் பிரயோஜனமுண்டு.

5. நமது சாரீரசாஸ்திரங்களில் ஏதேனும் சிலவிடங்களில் பிரத்தியக்ஷ ப்ரமாணத்திற்கு அல்லது முன் பின் கூறிய விஷயங்களுக்கு விரோதமான பிரயோகங்கள் ஏற்பட்டிருந்தால் அவற்றைச் சீர்திருத்துவதைப்பற்றி அடியில் சிறிது கூறப்பட்டிருக்கிறது. என்னவென்றால்—ஸிரைகளையே தமனிகளென்றும் ஸ்ரோதஸ்ஸுகளென்றும் நாடிகளென்றும் மொழிந்திருப்பது, அவ்வாறே தமனிகளை ஸிரைகளென்றும் நாடிகளென்றும் வழங்கியிருப்பது முதலியன, இவ்வித பிழைகளைத் திருத்தி தமனிகளை தமனிகளென்றும், ஸிரைகளை ஸிரைகளென்றும், நாடிகளை நாடிகளென்றுமே வழங்கும்படி நாம் ஏற்பாடுசெய்து விடுவதுதான் சாஸ்த்ரீய முறையாம்.

6. பிரத்தியக்ஷத்தில் பரீக்ஷித்தறியப்படும்

விஷயங்களுக்கும் சாஸ்திரத்திற் கூறப்பட்டிருப்பவைகளுக்கும் ஒற்றுமை யில்லாவிட்டால், பிரத்தியக்ஷ பரீக்ஷைகளால் அறியப்பட்ட விஷயங்களைக்கொண்டு சாஸ்திரத்தில் அடங்கிய சில தவறுதல்களைப்போல் தோற்றும் அவற்றைச் சரிப்படுத்தவேண்டும். இவ்விஷயம் நிர்த்தாரணம் செய்வது மிகவும் சிரமஸாத்தியமானது. ஆகிலும் அவ்வாறு சீர்திருத்தத்தான் வேண்டும். முற்காலத்திய சாரீர சாஸ்திரத்தில் அநேகவிஷயங்கள் பிரத்தியக்ஷ ப்ரமாணங்களுக்கு விரோதமானவைபோல் தோற்றுகின்றன; ப்ரத்தியக்ஷ ப்ரமாணத்திற்குமட்டும் விரோதமாயிருப்பவை போலல்ல, முன்பின் விஷயங்களுக்கும் அல்லது ஒருவர் கூறியவற்றிற்கும் மற்றொருவர் கூறுவதற்குங்கூட விரோதங்கள் இருப்பதாகத் தோற்றுகின்றன. ஆம், சரக ஸம்ஹிதை, யாஜ்ஞவல்க்யஸம்ஹிதை இவற்றில் மனிததேஹத்தில் முன்னூற்றறுபது எலும்புகள் இருப்பதாகக் கூறப்பட்டிருக்கிறது; ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையில் முன்னூறு எலும்புகளென்று மொழியப்படுகிறது. இக்காலத்திய நவீன சாரீரநூல்களில் இருநூறு எலும்புகளே உண்டென்று வரையப்பட்டிருக்கிறது. இதற்கு ஸமாதானமென்ன? "நமது சாரீரநூல்களில் ஒன்றுக்கொன்று விரோதமாகவும், பிரத்தியக்ஷ ப்ரமாணத்திற்கு விரோதம்போலவும் மேலுக்குத் தோற்றும் இவ்விஷயங்களை உட்புகுந்து விமர்சம் செய்து பார்ப்பவர், அவை விரோதமானவை அல்லவென்றே அபிப்பிராயப்படுபவர். அதன் எண்ணிக்கை முதலியவற்றில் ஒவ்வொருவர் ஒவ்வொரு முறையைக் கைப்பற்றியதாலேயே இவ்விதம் விரோதமாயிருப்பதுபோல் நமக்குத் தோற்றும்படி யாயிற்றேயன்றி வேறல்ல. வேதமார்க்கத்தை அனுஸரித்தவர் பற்கள் நகங்கள் முதலியவற்றையும் எலும்புகளுடன் சேர்த்துக் கணக்கிட்டிருக்கின்றனர்; பிறர் எழுதிய சாரீரநூல்களில் அவை வெவ்வேறாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. சல்யதந்திரமென்னும் சஸ்திரசிகித்ஸையில் கைதேர்ந்த ஆர்யவைத்தியர்கள் தருணாஸ்திகள் என்னும் முருந்துகளையும் பற்களையும் எலும்புகளின் கூட்டத்தில் கணக்கிட்டிருக்கின்றனர்; மேனாட்டு வைத்தியர்கள் அவற்றை வெவ்வேறாகப் பிரித்து வரைந்திருக்கின்றனர். எலும்புகளின் எண்ணிக்கை வயதுகளை அநுஸரித்தும் வேற்றுமையுடையவைகளா யிருப்பதால், அதைக்கொண்டும் ஆயுர்வேதநூல்களிலும் ஆங்கிலநூல்களிலும் எண்ணிக்கையில் சில மாறுபாடுகள் ஏற்பட்டிருக்கின்றன. இவ்வாறு பிரத்தியக்ஷ ப்ரமாணங்களுக்கு விரோதம்போல் தோற்றும் சிலவிடங்களை ஆழ்ந்துக் கவனித்தோமாயின் அவரவர்கள் போனவழியில் ஒவ்வொன்றும் சரியானதாகவே ஏற்படுத்தப்பட்டதாய் அறிவோம்.

இவ்வாறு சீர்திருத்தப்பட்டு வெளியாகும் சாரீரசாஸ்திரத்தைப் படிப்பதும், அதன்பிறகு மனிதர்களுக்குண்டாகும் வியாதியின் கூறுபாடுகளை சரீரதத்துவமுறைப்படி யுணர்ந்து அவற்றிற்கேற்ற பரிஹாரங்களைச் செய்வதும் வைத்தியர்களின் கடமையாம். சரீரதத்துவங்களை முற்றிலுமுணராதவர் ரோகஸ்வரூபங்களை யறிவதற்கும், அவற்றிற்கு சிகித்ஸை செய்வதற்கும் யோக்யதை யுடையவராகார்.

THE SIXTH ALL INDIA AYURVEDIC CONFERENCE.

ADDRESS OF WELCOME

ஆறுவது அகிலபாரத ஆயுர்வேத ஆலோசன மஹாசபையில் படித்த நல்வரவு உபந்நியாஸம்.

By

VAIDYARATNA KAVIRAJ JOGINDRA NATH SEN, VIDYABHUSHAN, M.A.,

Chairman, Reception Committee.

ஸதாசாரங்களில் சிறப்புற்றவரும் கல்வியில் மிகத் தேர்ந்தவருமான கனவான்களே! ஆயுர்வேத ஸங்கத்தாரின் வேண்டுகோளுக்கிணங்கி இவ்விடம் வந்து எம்மைப் பெருமைபடுத்தும்

உங்களனைவரையும் வணக்கத்துடன் வரவேற்கும் பணியில் பாக்கியவசத்தினால் நான் நியமிக்கப்பட்டேன். உங்களுடைய மேலான கௌரவாதிசயங்களுக்கேற்க நான் மிகத் தலைவணங்கி முழுமனதுடன் நல்வரவுகூறி ஸந்தோஷத்துடன் வரவேற்கிறேன்.

ஆயுர்வேதமுறையை ஆதரித்து விருத்தி செய்வதற்கென்று பற்பல விடங்களிலிருந்தும் தாங்கள் சிரமத்தையும் கவனிக்காமல் வந்திருக்கிறீர்கள். இப்பொழுது மிகவும் பயங்கரமாக நடந்தேறும் ஐரோப்பிய மஹாயுத்தத்தின் நிமித்தமாக எக்காரியத்தை நிறைவேற்றுவதென்றாலும் பலவகையான ஸங்கடங்கள் ஸம்பவிப்பதால் உங்களுக்கு இவ்விடத்தில் தங்கியிருப்பதற்கான ஸௌகரியங்களை வேண்டியவளவு செய்து முடிப்பதில் ஒருக்கால் ஏதேனும் சிறிது இடையூறு நேரிடக்கூடுமானாலும், அதை மன்னித்து எம்மைப் பெருமைபடுத்துவீர்களென்று நம்புகிறோம்.

சென்ற ஞாயிற்றுக்கிழமை வரையில் (3-1-15) யுத்தத்தில் ஜயம் பெறவேண்டுமென்று ஆவல்மேலிட்ட ஆங்கிலேயருக்கு விடுமுறைநாட்களா யிருந்தமையால், இம்மாதம் இரண்டாம் தேதி நடக்கவேண்டிய இவ்வாலோசன ஸபையை இவ்வாறு ஒன்பதாந்தேதி ஆரம்பிக்க வேண்டிவந்தது.

கனவான்களே! இத்தேசத்தில் (வங்காளத்தில்) நாலாப்பக்கங்களிலும் அநேகம் பிரஸித்தி பெற்ற நதிகள் வந்து வீழ்வதாலேயே இது புண்ணியதேசம் எனப்படுகிறது; அது மாத்திரமல்ல; இதர சாஸ்திரங்களியற்றிய ஸ்ரீபதி, ரகுநாதன், ஜீமூதவாஹனன் முதலியவர்களென்ன, வைத்தியக் கிரந்தங்களியற்றியவருள் ருக்விநிச்சயமென்னும் நிதான நூல் வரைந்த மாதவகரன், சக்ரதத்தம் என்கிற நூல் எழுதிய சக்ரபாணிதத்தன், இரஸகிரந்தங்களுக்குள் மிகப்பிரதானமான ரஸேந்திரஸாரஸங்கிரஹமியற்றிய கோபாலகரன், ஸாரஸங்கிரஹம் வரைந்த ராமமோஹனன் முதலிய அநேக வைத்தியசாஸ்திர நிபுணர்களென்ன இவர்கள் வஸித்துவந்ததால் இத்தேசம் மிகவும் சிறப்புற்றதாயிற்று; அவ்வுத்தம வைத்தியர்களுடைய நூல்களைப் படித்தறிந்தே இப்பொழுது எல்லா ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் சிகித்ஸை செய்ய முன் வந்தனர். அல்லாமலும் அநேக ஆயுர்வேத நூல்களுக்கு வியாக்யானங்கள் இயற்றிய ஸ்ரீ விஜயரக்ஷிதன், ஸ்ரீகண்டதத்தன், அருணதத்தன், சிவதாஸன், கங்காதரர் முதலிய வைத்தியசாஸ்திர நிபுணர்களும் இத்தேசத்தி லல்லவோ உண்டானார்கள்! அன்றியும் ஸீதாராமவஸதஸ்ஸில் பிரதான புருஷனாயிருந்த மஹா மஹோபாத்யாயரான அபிராமர், பிறருக்குக்கல்வி கற்பிப்பதில் மிகவும் திறமை வாய்ந்த ராமஸுந்தரர், வைத்திய சாஸ்திரத்திலும் மற்ற சாஸ்திரங்களிலும் மிகப் பரிசயம் பெற்றிருந்த மதனன், கங்காப்ரஸாதன், புண்ணியபுருஷனான ராமநாதன், வைத்தியசூடாமணியான சந்திரகிசோரர், ஆசார்ய கங்காதரரிடம் கல்விகற்று மிகப் புகழ்பெற்ற த்வாரகாநாதர், விநோதலாலஸேனன், பஞ்சாநநன், விஜயரத்னஸேனன், கயாநாதன், விச்வநாதன், ப்யாரீமோஹனன், லோகநாதன், கமலசந்திரன், ஸ்ரீ அம்ருதானந்தன், நீலாம்பரவைத்தியர், பீதாம்பரவைத்தியர், வைத்தியகுல சிரோமணியான ஈச்வரசந்திரன், கைலாஸ சந்திரன், கோபீமோஹனன் முதலிய வைத்தியசாஸ்திர ப்ரவர்த்தகர்களான இன்னும் அநேக மஹான்களுக்கும் இவ்வங்கதேசமே பிறப்பிடமென்று சொல்லிக்கொள்ளும் பாக்கியத்தைப் பெற்றது. இவ்வாறு உலகெங்கும் புகழ்பெற்ற வைத்தியோத்தமர்களுக்குப் பிறப்பிடமான இப்பிரதேசம் ஏற்கனவே பலவிதத்திலும் பெருமை பெற்றதாயிருப்பதுடன், உங்களைப்போன்ற மஹான்களுடைய வரவால் இன்னும் மேலான சிறப்பு வாய்ந்ததாகின்றது.

சாஸ்திரங்களைக் கற்றறிந்து விசாலமான மதியைப்பெற்ற மஹான்களான உங்களனைவரையும் வரவேற்று உபசரிக்கும் காரியத்தில் என்னை நியமித்ததற்காக ஆயுர்வேத ஸங்கத்தின் அங்கத்தினரான வைத்தியர்களுக்கு நான்

தலைவணங்கி நன்றிபாராட்டக் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன். இக்காரியம் எனக்கு மிகப் பெருமை பாராட்டக் கூடியதாயினும், இது உங்களுடைய அன்பார்ந்த கூட்டுறவால் முற்றிலும் சிறப்புடன் நிறைவேறுமாயின் அப்பொழுதே நானும் நமதுஸங்கமும் நற்பயன் பெற்றதாகக் கருதப்படலாம்.

இப்பொழுது நாம் எக்காலத்திலும் கேட்டிராத ஆக்சரியகரமான இந்த மஹாயுத்தம் நமது பகைவருடைய அடங்காத இறுமாப்பினால் ஏற்பட்டு எண்ணிறந்த உயிர்களும் அளவிறந்த திரவ்யங்களும் அநியாயமாய் அழிந்து போவதை நோக்கி நாம் மனதாற வருத்தமுற வேண்டியிருப்பதுமல்லாமல், நமது காருண்ணிய பிரபுக்களான ப்ரிடிஷ் ராஜாங்கத்தார் சீக்கிரம் ஜயபேரி முழங்கும்படியான நிலைமை நேரிட்டு இப்பொல்லாத யுத்தம் ஒழியவேண்டுமென்று கடவுளைப் போற்றி, நமது அன்பார்ந்த அரசனிடம் முதலில் நமக்கு இயற்கையாயுள்ள பக்தியையும் அறிவிப்போமாக.

அப்பால், வைத்திய சாஸ்திரங்களைப் படித்து மிகவும் ஆச்சரியகரமான சிகித்ஸா முறைகளைக் கையாண்டு புகழ் பெற்ற மதனகவியென்பவருடைய பௌத்திரரும், கவீந்திர வித்யாலயஸ்தாபகரும், ஆயுர்வேதத்தில் ஆழ்ந்த அறிவுள்ளவருமான சந்திரகுமார கவிராஜ கவிபூஷணன் என்கிற வைத்திய வித்வான் இவ்வருஷம் காலகதியடைந்த விஷயம் இவ்விடத்திற் கூடியுள்ள நமக்கெல்லாம் மிகவும் மனத்துயரமுண்டாக்கக்கூடியது. ஆயுர்வேதத்தைக் கசடறக்கற்று, அஸாத்தியமான அநேகம் வியாதிகளுக்கும் அற்புதமான சிகித்ஸைகளைச் செய்து தமது திறமையை பலமுறையில் வெளிப்படுத்தியதை நோக்கி மிகவும் ஸந்தோஷப்பட்ட த்ரிபுராதீச்வரன் என்கிற மஹாப்ரபுவானவர் இவரை தமது ஸம்ஸ்தானத்தில் வைத்தியராக நியமித்து, இவருக்கு இராஜ வைத்தியர் என்கிற பெயரையும் அளித்தார். ஆயுர்வேதத்தில் அறிவு பெற்று அதில் அபிமானம் வாய்ந்த நமக்கெல்லாம் இவ்வித்தையை விருத்தி செய்வதற்கு வழிகாட்டி இவ்வித ஸங்கம் ஸ்தாபிப்பதற்கு மூல புருஷனாயிருந்து இப்பொழுது ஸ்வர்க்கலோகத்தை அலங்கரிக்கும் மஹாநுபாவரான ஸ்ரீ சங்கர சாஸ்த்ரியை நாம் இப்பொழுது குறிப்பிட்டு அவரிடம் நன்றி பாராட்டுவதும் அவசியம்.

சாஸ்திரங்களைக்கொண்டும் அநுபவங்களைக் கொண்டும் வேண்டியவளவு வைத்தியத்தில் பரிசயம் பெற்ற நீங்கள் அனைவரும் ஆயுர்வேத சிகித்ஸா முறையை விருத்தி செய்வதன் பொருட்டு இப்பொழுது ஆவலுடன் இங்கு வந்திருப்பதைப் பார்க்க நான் மிகவும் ஸந்தோஷப்படுகிறேன். ஐரோப்பிய சிகித்ஸா சாஸ்திரவல்லோரும் தமது வைத்திய முறைகளை விருத்தி செய்வதற்கு வேண்டிய விஷயங்களை தத்துவப்படி உணர்வதற்கு இவ்வாறே ஒன்றுகூடி ஆலோசனை செய்து விஷய நிர்த்தாரணம் பண்ணுவது வழக்கம். ஒருவர் செய்யும் காரியங்களைப் பார்த்து நாமும் அவ்விதமே செய்ய வேண்டுமென்று முயற்சி செய்வது அழகல்லவென்று சிலர் நம்மை இகழ்வதுமுண்டு. அவர்களுடைய கொள்கைக்கு நாம் மறுமொழி கூறுகின்றோம். ஆயுர்வேத வித்வான்களுடைய இம்முயற்சி அவர்களுக்குப் புதிதானதல்ல; பண்டைக்காலத்திய ஆயுர்வேத நூல்களை ஆதியோடந்தமாய் கவனித்துப் படித்தவர் அவ்வாறு அபிப்பிராயங்கொள்ளார். ஆம்: சரகஸம்ஹிதையின் யஜ்ஜ: புருஷீயமென்னும் அத்தியாயத்தில் காசிபதியான வாமகர், மௌத்கல்யர், சரலோமா, ராஜர்ஷியான வார்யோவிதர், குசிகபுத்திரரான ஹிரண்யாக்ஷர், சௌனகர், பத்ரகாப்யர், பரத்வாஜர், காங்காயனர், பிக்ஷு, ஆத்ரேயர் முதலிய மஹாத்மாக்கள் ஒன்று சேர்ந்து ஆத்மா, இந்திரியங்கள், மனது இவற்றின் தன்மைகளையும், மனிதருடைய சரீரதர்மங்களைப்பற்றிய தத்துவங்களையும், வியாதிகள் முன்னால் உற்பத்தியாவதற்கான முகாந்தரங்களையும் ஆராய்ச்சி செய்து நன்கு அறிவதற்காக ஸபைகள் நடத்தினார்கள் என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. அந்த நூலி

லேயே ஆத்ரேய பத்ரகாப்யீயமென்னும் அத்தியாயத்தில் பத்ரகாப்யர், சாகுந்தேயர், பூர்ணாக்ஷ மௌத்கல்யர், குசிகபுத்திரரான ஹிரண்யாக்ஷர், குமாரசிரஸ் பரத்வாஜர், வார்யோவிதர், வைதேஹமுனி, படிசர், காங்காயனர், பாஹ்லீகபிஷக், பாஹ்லீகர் என்னும்—சாஸ்திர அறிவிலும் வயதிலும் முதிர்ந்தவரான—வித்தர்கள் மிக மனோஹரமான சைத்ரரதமென்னும் வனத்தில் இரஸாஹாரம் முதலியவற்றின் தத்துவங்களை ஆராய்ச்சி செய்வதற்காக ஸபைகூடியதாய் மொழியப்பட்டிருக்கிறது. மூன்று காலங்களையும் அறிவதில் தடையில்லாத மதிமஹிமை யுடையவரும், அத்ரிமஹாமுனிவரின் புத்திரருமான புனர்வஸு என்பவர் அந்த ஸபைகளுக்கு அக்ராஸனாதிபதியாக வீற்றிருந்தார்; புனர்வஸு என்பவர் அக்காலத்தில் வைத்தியசாஸ்திரத்தை விசேஷமாகப் பிரசாரம் செய்பவராகவும், அனைவராலும் ஆராதிக்கக்கூடிய மேன்மை தங்கியவராகவும், வைத்தியசாஸ்திர ஸம்பந்தமான அநேக தத்துவார்த்தங்களை நிர்த்தாரணம் செய்பவராகவும் இருந்த மஹாத்மா ஆவர்.

மேலும் நமது சாஸ்திரங்களில் அத்யயனம், அத்யாபனம் இவற்றைப்போல், சாஸ்திரங்களைக் கற்றறிந்த வித்வான்கள் ஒன்றுகூடி விஷயங்களை ஆலோசனை செய்வதும் நல்லறிவு ஸம்பாதிக்கும் வழியாக மொழியப்படுகிறது; மஹர்ஷியான சரகர் ‘‘அத்யயநம், அத்யாபநம் தத்வித்யஸம்பாஷா ச இத்யுபாயா:’’ என்று கூறியிருக்கிறார். (தத்வித்யஸம்பாஷா என்றால் வைத்தியசாஸ்திரத்திற் பயிற்சி பெற்ற வித்வான்கள் தம்மைப்போன்ற வைத்ய வித்வான்களுடன் ஸம்பாஷணைசெய்து விஷயங்களை ஆலோசித்தல்.) இவ்வாறு ஆயுர்வேத வித்வான்கள் ஆலோசன ஸபைகள் நடத்தும் வழக்கம் பண்டைக்காலத்திலேயே பிரவிர்த்தமாயிருந்த விஷயம்.

மஹாஜனம் பொருந்திய ஆர்ய வைத்தியர்காள்! ஆயுர்வேத சாஸ்திரமே மற்ற எல்லாச்சாஸ்திரங்களினும் மிகச்சிறப்புற்றதாகும். இதைப் பிரமாணமாக அங்கீகரித்தால்தான் இதர வேத வாக்கியங்களையும் பிரமாணமாக ஒப்புக்கொள்ள வேண்டியிருக்கும். பிரத்தியக்ஷத்தில் பலன்களைக் காட்டக்கூடிய ஆயுர்வேதத்தைப் பிரமாணமாகவும், அதையே உயர்ந்த சாஸ்திரமாகவும் கொள்ளாமற்போனால் அப்பிரத்தியக்ஷமான பலன்களை அநுமானங்களைக் கொண்டு கூறும் வேத வாக்கியங்களையும் தர்க்க சாஸ்திரம் முதலியவற்றையும் பிரமாணமாய் அங்கீகரிப்பதெங்ஙனம்? ஆயுர்வேதத்திற் கூறப்பட்டுள்ள உபாயங்களைக் கைப்பற்றி செய்யப்படும் சிகித்ஸையினால் நற்பயன் விளைவது ஸந்தேஹமில்லாமல் நேரில் அநுபவிக்கக் கூடியதல்லவா? ஜீவகாதி கணத்திற்குள்ள ஜீவநீயம் என்னும் குணத்தில் * எவர் ஸம்சயப்படுவர்? மதனபலமெனப்படும் மருக்காரை எவருக்குத்தான் வமனத்தையுண்டாக்காது? சிவதைவேர் விரேசன முண்டாக்காதென்றுதான் எவர் கூறுவர்? அக்னிக்கு அல்லது அக்னியிற் காய்ச்சிய வஸ்துக்களுக்கு ஸ்வேதனமென்னும் வியர்வையுண்டாக்கும் சக்தியைப்பற்றியும், தண்ணீருக்கு ஸ்தம்பநமென்னும் (இரத்த ஓட்டம், பேதியாவது முதலியதைத் தடை செய்யும்) சக்தியுண்டென்பதைப் பற்றியும் ஸந்தேஹப்படுபவர் யாவர்? ஆகா! இவ்வாறு பிரத்தியக்ஷத்தில் பலன் தரக்கூடியதும், புகழும் புண்ணியமும் ஸம்பாதிப்பதற்கு இன்றியமையாத உபகரணமாயிருப்பதும், ஆகவே இம்மை மறுமைகளில் இன்பமளிக்குந்தன்மையதுமான ஆயுர்வேதமானது நமது துர்ப்பாக்கியவசத்தினால் இப்பொழுது இவ்விதமான பிற்போக்கை யடைந்துவிட்டது!

முன்னால் இப்பாரதவர்ஷத்தின் அரசாட்சி அநேக விதத்தில் சீர்குலைந்திருந்ததால் ஒவ்வோரிடத்திலும் ஸம்பவித்த பல வகையான உபத்திரவங்களால் பரிதாபகரமான நிலைமை

* ஜீவகாதிகணம்—இத்துடன் வெளியாகும் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 96-வது பக்கத்தில் இதைப் பற்றிய விவரங்களையும் பார்க்க.

ஜனங்களுக்கு நேர்ந்திருக்க, எவ்வித முயற்சியிலும் அடிவைக்கமுடியாமல் அளவற்ற இடையூறுகளால் அகில காரியங்களும் அழிந்துகொண்டுவர—அத்தகைய காலத்தில் ஆயுர்வேதம் மாத்திரமேயல்ல பெரும்பாலும் ஸகல சாஸ்திரங்களுமே படிப்பாரின்றி, கற்பிப்பவர் அரிதாகப்போய் மிகவும் ஹீனஸ்திதியடைந்து வந்தன. பிறகு இத்தேசத்திற்கு மீண்டும் தோன்றியதோர் அதிருஷ்டவசத்தினால் மேன்மை தங்கிய ஆங்கில அரசாட்சி ஆரம்பமானது முதல் ஜனங்களுடைய மனது அமைதியடைந்து, தேசக்ஷேமத்திற்கான காரியங்களும் காலக்கிரமத்தில் அபிவிருத்தியடையத் தொடங்கின; ஆகிலும் ஆயுர்வேதாபிவிருத்தியின் பொருட்டு அவசியமான காரியங்களைச் செய்ய முயன்றவர் வெகு சிறுபான்மையரென்று வாயாலுரைக்க நான் வருந்துகிறேன்.

வைத்தியோத்தமர்காள்! அபௌருஷேயம்* என்று ஆர்யவைத்தியர்களால் கருதப்படும் ஆயுர்வேதமானது ஹீனதசையடைந்து வருகையில், நாம் முற்பிறப்பிற் செய்த நல்வினைப் பயனென்று எண்ணக்கூடியவாறு இவ்வங்க தேசத்தில் ஸ்ரீமான் ஆசார்ய கங்காதரர் என்கிற மஹான் வைத்தியகுலசிரோமணியாக வந்துதித்தார். இந்த மஹாபுருஷர் ஆரோக்கியத்தையும் ஆகவே ஆயுளையும் அபிவிருத்தி செய்வதற்கும், இச்சாஸ்திரமுணர்ந்த வித்வான்களை இத்தேசத்தில் விசேஷமாக மேன்மைப்படுத்துவதற்கும் முதன் முதல் பெருமுயற்சி செய்தவராவர். நமது சாஸ்திர நூல்களுக்கு சிரோபூஷணம் போன்றதான யாதொரு சரகஸம்ஹிதையுண்டோ, அது [illegible]ல நாட்களுக்கு முன் வரை ஒரு மூலையில் ஒருவருக்கும் தெரியாமல் அடைந்து கிடக்க, அதை வைத்தியர்கள் படிப்பதற்கும் படிப்பிப்பதற்கும் அவசியமான கிரந்தமென்று பஹிரங்கப்படுத்தியவரும் இந்த மஹானுபாவனே. இப்புண்ணிய புருஷருடைய பிறப்பினால் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடைய ஸமூஹம் மாத்திரம் அனுக்கிரஹிக்கப்பட்டதென்று கூறுவதைப் பார்க்கினும் பாரதபூமி அனைத்துமே ஒருவாறு பெருமைபெற்றதென்று மொழிவது பொருந்தியதாம்.

கனவான்களே! ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெற்று பெருமையுடன் வாழ்பவர் அந்நிலைமையைக் காப்பாற்றிக்கொள்வதற்கும், பிணிகளால் பீடிக்கப்படுவர். தமது வியாதிகளை நிவிருத்தி செய்து கொள்வதற்கும் இன்றியமையாத வழிகளை யுபதேசிக்கும் ஆயுர்வேதத்தின் சிறப்பைப்பற்றி—உங்களுக்கு உபசாரம் செய்யுமூழியத்தில் நியமிக்கப்பட்ட சிற்றறிவுள்ளவனான—நான் விசேஷமாக எடுத்துரைக்க வல்லமையற்றவனா யிருப்பதுடன் அதற்கு அவகாசமும் அதிகமில்லை. இங்கு நடத்த வேண்டிய வேறு காரியங்களோ அநேகமிருக்கின்றன. இப்பொழுது இம்மஹாஸபையில் வந்து கூடியிருக்கும் நீங்கள் அனைவரும் முறைப்படி வைத்தியசாஸ்திரத்தைக் கற்றறிந்தவரே; அவ்வைத்தியசாஸ்திரத்திலடங்கிய எல்லா விஷயங்களுடைய பொருட்களையும் போதமாறு நீங்கள் அறிந்திருப்பீர்கள்; சுயம் வைத்தியத்தில் திறமை வாய்ந்தவராகவும் விசாலமான கொள்கைகளுடன் பெருமுயற்சி செய்பவராகவும், அந்தந்த ஸமயத்திற்குத் தகுந்தவாறு அதிநுட்பமாகத் தோன்றும் மதிமஹிமை யுடையவராகவும் இருக்கின்றீர்களென்றும் நான் அறிவேன்; அதிகமாக மொழிவதில் பயனென்ன! வைத்தியர்களென்று வழங்குவதற்கான குணங்கள் யாவும் உங்களிடம் அமைந்திருக்கிறதென்று நான் பூர்ணவிச்வாஸமுடையவனாகிறேன். உங்களுக்குள் எவரேனும் ஒருவர் இவ்வித காரியத்தில் முயற்சியெடுத்துக்கொண்டால் அதனாலேயே காரியம் நிறைவேறுமென்பது நிச்சயமாயிருக்க, நீங்கள் அனைவரும் ஒருமிக்கச் சேர்ந்து இவ்வித காரியங்களைச் செய்ய முன் வந்தால் நற்பயன் விளையுமென்பதில் ஸந்தேஹமுமுண்டோ? ஆகவே இப்பொழுது நீங்கள் உத்தேசித்து வந்திருக்கிற காரியங்களை ஆரம்பித்து நடத்தி ஒற்றுமையுடன் அவற்றை நிறைவேற்றி எம்மைப்பெருமைபடுத்த வேண்டுமென்று உங்களைப் பிரார்த்தித்து எனது ஆரம்பப்பிரஸங்கத்தை இங்ஙனம் முடித்துக் கொண்டேன்.

* அபௌருஷேயம்—புருஷனால் இயற்றப்படாதது; எவராலும் இயற்றப்படாமல் சாச்வதமாயிருக்கும் சாஸ்திரமெனக் கருத்து. ஆகையாலேயே "ப்ரஜா ஸ்ம்ருத்வாயுஷோ வேதம் ப்ரஜாபதி மஜிக்ரஹத்" 'ஏற்கனவே சாச்வதமாக இரஹஸ்யமாயிருந்த ஆயுர்வேதத்தைப் பிரம்மதேவன் ஞானக்கண்ணால் அறிந்து அப்பால் தக்ஷப்ரஜாபதிக்கு உபதேசித்தார்' என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. வேதங்களைப்போல் ஆயுர்வேதமும் ஒருவராலும் இயற்றப்படாத சாச்வதமான சாஸ்திரமென்று ஆர்யவைத்தியர்களின் கொள்கை.—ப-ர்.

வைத்திய கலாநிதி.

ஆனந்தஹ மார்கழிமீ.

TOWN PLANNING AND SANITATION.

நகரநிர்மாண முறையும் சுகாதாரமும்.

நமது ஆரோக்கிய நிலைமையைக் காப்பாற்றிக் கொள்வதற்கு நாம் குடியிருக்கும் வீடு வாயில்களை வெகு ஒழுங்காகவும் பரிசுத்தமாகவும் வைத்துக்கொள்ளவேண்டியது அவசியமாயிருப்பதுபோல், நாம் வஸிக்கும் நகரமும் முற்றிலும் நிர்மலமாகவும் ஒழுங்காகவும் அமைந்திருக்கும்படி ஏற்பாடு செய்வது சுகாதாரமுறைக்கு இன்றியமையாத விஷயம். முற்காலத்தில் இத்தேசத்திலும் நகரநிர்மாணத்தில் மிகத் தேற்சிபெற்ற மயன், விச்வகர்மா முதலிய தேவாம்சம் பொருந்திய மஹான்களால் அகில விதத்திலும் சீர்மை வாய்ந்த ஹஸ்தினாபுரம் முதலான மிகப் புகழ்பெற்ற பட்டணங்கள் உலகத்தோர் வியப்புறும்வண்ணம் நிர்மிக்கப்பட்டனவென்று பிராசீன சரித்திரங்கள் கூறுகின்றன. ஆனால் பிற்காலங்களில் எவ்வெவ்விடங்களில் வர்த்தகமும், கைத்தொழில்களும், தேவாலயங்களும், மற்றும் மஹாப்பிரபுக்களுக்கு வாஸஸ்தலங்களும் ஏற்பட்டனவோ அவ்வவ்விடங்களில் ஜனங்களும் விசேஷமாக வந்துகூடி, வீடுகளைக்கட்டி வீதிகளையும் பலவாறு ஏற்படுத்தி, அப்பால் தோன்றியவாறெல்லாம் நியமமின்றியே முதலில் சிறுகிராமமாக இருந்ததையெல்லாம் நகரமாக மாற்றிக் கொண்டுவந்ததால் இந்தியாவில் அநேக நகரங்கள் ஆரோக்கியக் குறைவையுண்டுபண்ணும் விதமாய் ஏற்பட்டுவிட்டன. இவ்வித நகரங்களில் வஸிப்பவர் அநேக விதமான வியாதிகளால் பீடிக்கப்படுவது இயல்பாகையால், இக்குறையை நிவிருத்திக்கும் உபாயங்களை நகரபரிபாலகரான முனிஸிபாலிடியாரும், மற்றவரும் அறிவது அவசியமென்று நிச்சயித்து நமது மாகாண கவர்னர் அவர்கள் தாம் முன்னால் ஸ்காட்லண்டு தேசத்தில் பார்வையிட்ட நகரநிர்மாணத்திற்கான பொருட்காட்சியை இங்கும் ஜனங்களுக்குக் காட்டவேண்டுமென்னும் எண்ணத்துடன் ப்ரொபஸ்ஸர் பாட்ரிக் கெட்டிஸ் (Prof. Patrick Geddes) என்பவரை அப்பொருட்காட்சிக்கு அவசியமான உபகரணங்களுடன் வரவழைத்தார்.

பொருட்காட்சி.

ஸெனட் மண்டபத்தில் இம்மாதம் 23-ம் தேதியன்று ப்ரொபஸ்ஸர் கெட்டிஸ்ஸால்பார்ப்பவர் பிரமிக்குமாறு ஏற்படுத்தப்பட்டிருந்த நகரநிர்மாண பொருட்காட்சியானது கவர்னர் அவர்களால் திறந்துவைக்கப்பட்டது. கவர்னர் அவர்களை இதைச் செய்வதற்காக ஆனரபுல் மிஸ்டர் P. S. சிவஸ்வாமி ஐயர் அவர்கள் வேண்டிக் கொண்டபொழுது இக்காரியத்தின் உத்தேசத்தையும் உபயோகத்தையும் சுருக்கமாக எடுத்துக் கூறினார்:—

நகரநிர்மாண சிற்பம் இப்பொழுது இந்தியாவில் நன்றாகத் தெரிந்த விஷயமல்ல; மேனாட்டார்கூட இப்பொழுதே இவ்விஷயத்தைப் புதிதாக அறிந்து வருகிறார்கள். நகரங்கள் சாஸ்த்ரீயமான சிற்பமுறைகளின்படி நிர்மிக்கப்படாமையால் அகால மரணங்களுக்கு அதிகமாய் ஜனங்கள் ஆளாகிறார்கள். இப்பட்டணத்தில் ஒரு மைலுக்கு 38-பேர் வீதம் மாண்டு விடுகின்றனர்; இது லண்டன் நகரத்திலாவது லிவர்பூல் நகரத்திலாவது ஸம்பவிக்கும் மரணவிகிதத்திலும் இரண்டு பங்குக்குமேல் அதிகரித்ததாயிருக்கின்றது. சிசுமரணமோ இன்னும் கேடான நிலைமையிலிருக்கிறது; கிரேட்ப்ரிடன் முழுமையி[illegible]ண்டாகும் மரணவிகிதத்திலும் மூன்ற[illegible] மேலாகவே—அதாவது ஒரு மை[illegible]0-மரணம் வீதம்—இவ்வூரில் ஸம்பவி[illegible]கின்றது; இவ்வித தீங்குகளுக்கு ப்[illegible]ஸர் கெட்டிஸ் தமது பிரஸங்கத்தில் கூறியவையும் கூறப்போகிறவையுமான சாஸ்த்ரீய நகரநிர்மாண சிற்ப விஷயங்களே பரிஹார முறையாகும்.

பிறகு H. E. கவனர் அவர்கள் பொருட்காட்சியைத் திறந்துவைப்பதற்குமுன் ப்ரொபஸ்ஸர் கெட்டிஸ்ஸின் திறமையையும், அவருடைய உபந்யாஸங்களால் நமது மாகாணத்திற்கும் முக்கிய முனிஸிபாலிடிகளின் சீர்திருத்தங்களுக்கும் உண்டாகும் உபயோகங்களையும் எடுத்துக் கூறி, அங்கு அந்தந்த முனிஸிபாலிடிகளிலிருந்து இவ்வுபந்யாஸங்களைக் கேட்கவும் பொருட்காட்சியைப் பார்க்கவும் வந்திருந்த பிரதிநிதிகளுக்கும் நன்றிபாராட்டி வெகு ஸந்தோஷத்துடன் சில வார்த்தைகளைப் பேசினார். முதலில் சில்கானு என்கிற மரக்கலத்தில் இப்பொருட்காட்சியின் பொருட்டு அதிக மதிப்புள்ள உபகரணங்கள் கொண்டுவரப்பட, அவை ஏதோ துரத்ருஷ்டவசத்தினால் அக்கப்பலுடன் எம்டனால் ஸமுத்திரத்தில் அமிழ்த்தப்பட்டன வென்பது விஸனிக்கத்தக்கதானாலும், உடனே ப்ரொபஸ்ஸர் அவர்கள் இங்கிலாந்திற்கு எழுதி வேறு ஸாமான்களை வரவழைத்து இப்பொருட்காட்சியை இவ்வாறு ஏற்படுத்தியதைப்பற்றி ஸந்தோஷப்படுவதாகவும் மொழிந்தார்.

கெட்டிஸ்ஸின் விரிவுரை.

அப்பால் ப்ரான்ஸிலுள்ள மிகச் சிறப்புற்ற பாரிஸ் நகரத்தை மதஸம்பந்தமான பாரிஸ், இராஜாங்க ஸம்பந்தமான பாரிஸ், கல்வி ஸம்பந்தமான பாரிஸ், மற்றும் அநேக வகையான வகுப்புகள் அடங்கிய பாரிஸ் என்று அந்தந்த காரியங்களுக்குத் தகுந்தவாறு அதன் அமைப்புகளைக் காட்டும் ஸாதனங்களடங்கிய பொருட்காட்சியின் பெருமையையும், மைசூர் பெங்க[illegible]லியவற்றின் முற்கால-தற்கால அமை[illegible] ரீதிகளைக் காட்டக்கூடியவையான இவ்விடத்திலேயே நூதனமாய் சேகரிக்கப்பட்ட உபகரணங்களின் மேன்மையையும், முற்காலத்திய நமது சிற்பசாஸ்திர முறைகளையனுஸரித்து இந்துக்களாலும் மகம்மதியர்களாலும் கட்டப்பெற்ற கல்லறைகளென்ன, அற்புதமான வேலைப்பாடுகளமைந்த வெவ்வேறு வகையான கட்டடங்களென்ன இவற்றில் அநேகம் வெள்ளத்தினால் வீழ்த்தப்பட்டு சீர்குலைந்திருப்பினும் இன்னும் அவற்றால் உயிருடன் விளங்குவது போலவே தோற்றும் காசிமாநகரத்தின் காட்சிகளைக் காட்டும் பல வேறு வகையான சித்திரப்படம் முதலியவற்றின் சீர்மைகளையும் ப்ரொபஸ்ஸர் கெட்டிஸ் அவர்கள் அங்கு வந்திருந்தவர்களுக்கு விளங்கும்படி யெடுத்துக்கூறி அவற்றைக்காட்டியது அனைவரும் மெச்சத்தக்க விஷயமாம்.

பிறகு ப்ரொபஸ்ஸர் அவர்களால், ஸாலிஸ்பரி என்கிற பட்டணம் விஸ்தீர்ணம் முதலியவற்றால் முன்னிருந்ததைப்பார்க்கிலும் பன்மடங்கு அதிகமாய் விருத்தியாயிருப்பதன் பயனாக, அங்கு நடந்தேறும் கைத்தொழில் முதலானவைகளால் அந்நகரத்தின் ஆகாயமும் அங்கு வஸிப்பவரின் ஆரோக்கிய நிலைமையும் சீரழிந்துவிட்டதின் அறிகுறிகளும், சிறிய கிராமங்கள் கிரமமாகப் பட்டணங்களாய் மாறிவரும் மாதிரிகளும் மற்றொரு புறத்தில் அமைக்கப்பட்டிருந்த ஸாதனங்களின் மூலமாய் அறிவிக்கப்பட்டதைப் பார்க்க எமக்கு அளவில்லாத ஆச்சரியமும் ஆனந்தமுமுண்டாயிற்று. அதன் பிறகு இத்தேசத்திலுள்ள பட்டணங்களுள் மிகவும் சிறந்ததென்று ஒருவாறு பிரஸித்திபெற்றிருக்கும் பம்பாய் நகரம்,இப்பொழுது ஒரு தலை முறைக்குள்--1872 முதல் 1915 வரையில்—அளவுக்கு மிஞ்சிய ஜனநெருக்கத்தினாலும், அதிக உன்னதமாகக் கட்டிய மாளிகைகள் மேன்மேலும் அடர்ந்துவிட்டதாலும் சுத்தமான வாயுவும் போதுமான வெளிச்சமும் இல்லாமல் சுகாதாரமுறைக்கு இனி கேடு விளைவிக்கக்கூடியதாயிருக்கிறதென்றும், கல்கத்தா நகரத்தை விசாலப்படுத்துவதற்காக இப்பொழுது அதற்கென்று ஏற்பட்ட கமிட்டியாருடைய உத்தேசத்தின் மேல் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கும் 5 - லக்ஷம் பவுன் செலவை தம்மைப் போன்ற நிபுணர்கள் ஸம்மதிக்க மாட்டாரென்றும், அப்பட்டணத்தின் வீதிகளையும் சாலைகளையும் அவர்கள் ஆலோசித்திருப்பதைவிட இன்னும் அதிக விசாலமாகவும் எவ்வளவோ ஒழுங்காகவும் அதே செலவில் அவ்வளவு அதிக சிரமமின்றியே நிர்மித்துவிட தம்மால் ஆகுமென்றும் அநேகவிதமான படங்களைக் கொண்டும் மற்றும் பல வகையான உபகரணங்களைக்கொண்டும் ப்ரொபஸ்ஸர் அவர்கள் எடுத்துக் காட்டியதானது சுகாதார முறைகளிலும், மிதமாகச் செலவுசெய்து அதிக சுகமும் ஸௌகரியமுமடையும் வழிகளிலும் ஜனங்களுக்கோர் நூதன உணர்ச்சியைத் தூண்டுவதாயிருந்தது.

இறுதியில் நகரநிர்மாண சிற்பம் எல்லா ஜனங்களுக்கும் பயனளிக்கக் கூடியதென்னும் விஷயத்தை ப்ரொபஸ்ஸர் கெட்டிஸ் விவரித்துக் கூறுகையில், பர்மிங்காம் என்னும் நகரத்தின் அமைப்பையும், அப்பட்டணத்தில் இவ்வித பொருட்காட்சியின் பயனாக ஏற்பட்ட மாறுதல்களையும் திருஷ்டாந்தமாக எடுத்துக் காட்டினார்; இப்பொழுது அந்த நகரம் விசாலமாக ஆய்விட்டபடியால் ஜனங்களின் நெருக்கம் குறைந்துபோய், அங்கு வஸிப்பவர் எல்லோரும் கஷ்டமின்றி வஸித்து வருவதையும், வர்த்தகம் செய்யும் முதலாளிகளெல்லாம் தமது யந்திரசாலைகளை நகரத்திற்கு வெளியே ஸ்தாபித்துக்கொள்ள விருப்பமுள்ளவராயிருப்பதையும் கவனிப்போமாயின், நகரநிர்மாண சிற்பமுறைக்கு மாறாக வீடு வாயில்களைக் கட்டி நகரத்தின் நிலைமையைச் சீர்குலைக்க ஒரு நகரத்தவருக்கும் எண்ணமுண்டாகாதென்பதையும் அவர் குறிப்பிட்டுச் சொல்லி, பர்மிங்காம் நகர ஸம்பந்தமான சில காட்சிப்பொருட்களையும் அங்கிருந்தவர்களுக்கு ஆதரவுடன் காட்டினார்.

அப்பொருட்காட்சியை எல்லா ஜனங்களும் பார்ப்பது மிகவும் அவசியமென்று நாம் உண்மையாகவே அபிப்பிராயப்படவேண்டியிருந்தது. அக்காட்சியானது பார்ப்பதற்கு இன்பமாகவும், அபூர்வமான அற்புத விஷயங்களை அறிவிக்கக்கூடியதாகவும் இருந்ததுடன், பொருட்காட்சியின் ஒவ்வொரு வகுப்பையும் பற்றி ப்ரொபஸ்ஸர் கெட்டிஸ் குறிப்பிட்டு வந்த ஒவ்வோர் அம்சமும் இன்னும் விசேஷமான வேறு விஷயங்களையும்—உதாரணமாக சுகாதார முறைகளைப்பற்றிய இரஹஸ்யங்களையும் விளக்கக்கூடியதாயிருந்தது. வைத்தியம் முதலிய சாஸ்திரங்களைப் பயின்றவருக்கும் மற்ற ஸாதாரண ஜனங்களுக்கும் உபயோகமான அறிவைப் புகட்டி ஒரே மாதிரியாக மனதுக்குத் திருப்தியுண்டாக்கக் கூடிய இப்பொருட்காட்சி எவ்விதத்திலும் அரிதானதென்றே கருதினோம். இம்மாதம் 18-தேதி முதல் 29-தேதி வரையில் ப்ரொபஸ்ஸர் கெட்டிஸ் ஒன்பது பிரஸங்கங்களை வெகு சாதுர்யமாகச் செய்து வந்தார். அவற்றின் ஸாராம்சத்தை நாம் கிரஹித்துக் கொள்வோம். இந்தியாவில் மிஸ்டர் கெட்டிஸ் ஸஞ்சாரம் செய்து வந்ததில், இத்தேசத்தில் அநேகம் பட்டணங்களில் ஜனங்களிடமிருந்து வரி வசூல்செய்வதற்கேற்றவாறு அநேகவிதமான ஏற்பாடுகள் முனிஸிபாலிடிகளால் நடத்தப்படுகின்றனவேயன்றி, அவர்கள் வஸிப்பதற்கு ஸௌகரியங்களையுண்டுபண்ணி, அவர்களுடைய ஜீவனத்தை விருத்திசெய்யும் நோக்கமுடையவைகளாயில்லையென்று அறிய விஸனப்படுவதாகவும், நகரங்களை ஜனங்களுடைய ஸௌகரியங்களுக்கென்றே விருத்திசெய்ய அக்காரியத்தில் நிபுணரான உத்தியோகஸ்தர்களை நியமிக்கவேண்டியது அவசியமென்றும், ப்ரொபஸ்ஸர் கூறியதை நமது தேசத்து முனிஸிபாலிடிகள் நன்றாகக் கவனிக்க வேண்டும்.

தோன்றினவாறெல்லாம் வீதிகளையும் சிறிய சந்துகளையும் விருத்திசெய்து ஜனங்களை அடர்த்தியாக ஓரிடத்தில் வஸிக்கச்செய்வது இத்தேசத்தில் ஒழிந்தபாடில்லை. நகரநிர்மாண முறைகளிலும், கிராமங்களின் அமைப்புகளிலும் உலகத்தில் ஜர்மனியைப்போல் எவ்வகையிலும் சீர்திருத்தம் பெற்ற தேசம் வேறெதுவுமில்லையென்று ப்ரொபஸ்ஸர் குறிப்பிட்டதையும் நாம் கவனிக்கவேண்டும். சுகாதாரமுறைகளுக்கு முற்றிலும் ஏற்றவாறு நகரங்களையும் கிராமங்களையும் அமைத்துக்கொண்டிருப்ப

தாலேயே ஜர்மனியர்கள் அவ்வளவு ஆரோக்கிய திடகாத்திரமும் தைரியமும் புத்திவல்லமையும் பெற்று, உலகத்தோர் யாவரும் ஒருவாறு நடுங்கும்படி இவ்வித மஹாபயங்கரமான யுத்தத்தை ஒரு பொருட்டாகவும் கருதாமல் நடத்திவருகின்றனர்.

இப்பொழுது பட்டணங்களில் கிணறுகளையும் குளங்களையும் திடீரென்று முனிஸிபாலிடியார் மூடிவிடும் வழக்கத்தை கண்டித்துப் பேசியதையும் நாம் குறிப்பிடாமலிருக்கமுடியவில்லை. நகரத்தில் வஸிக்கும் ஜனங்களுக்கு இடைவிடாமல் போதுமான ஜலத்தை ஸப்ளை செய்ய ஸித்தமாயிராத வரையில், குளம் கிணறுகளை மூடிவிடுவது முற்றிலும் யுக்தமல்லவென்றும், கிணறுகளைச் சுற்றிலும் சிறிது தூரம் சுண்ணப்பூச்சிட்டு கற்கட்டம் கட்டி வெளியிலிருந்து கிணற்றில் கழிவடைஜலம் புகாவண்ணம் கவனிக்கச்செய்ய வேண்டுமென்றும், கோயில் முதலியவைகளின் ஸமீபத்தில் நிர்மிக்கப்பட்டுள்ள அழகான பண்டைக்காலத்திய குளம் முதலியவற்றை மூடிவிடுவதைவிட மீன்களையும் வாத்துக்களையும் மற்றும் ஔஷதச்சரக்குகளையும் கொண்டு அவற்றின் ஜலத்தைச் சுத்தமாக்குவதற்கு ஹெல்தாபீஸர்கள் உபாயம் தேடவேண்டியது கடமையென்றும் செய்த பிரஸங்கங்கள் மிகவும் பாராட்டத்தக்கவை.

இவ்விதமான பொருட்காட்சியை இவ்விடத்தில் ஏற்படுத்தியதற்கும், நகரநிர்மாண ரீதிகளையும், அவற்றின் சுகாதாரமுறைகளை மேன்மேலும் சீர்திருத்த வேண்டிய வழிகளையும் வெகு ஸாமர்த்தியமாகவும் அழகாகவும் அநேக விதமான திருஷ்டாந்தங்களைக்கொண்டு எடுத்துக்காட்டி உபயோகமான உபந்யாஸங்களைச் செய்ததற்கும் இம்மாகாணத்து ஜனங்கள் ப்ரொபஸ்ஸர் கெட்டிஸ் அவர்களுக்கு நன்றிபாராட்டக் கடமைப்பட்டிருக்கிறார்களென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை.

HOW TO AVOID THE COMMON COLD*

ஜலதோஷத்தைத் தடுப்பதெப்படி.

அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த நியூயார்க் என்னும் நகரத்தில் டாக்டர் ஜான் ஹாபெர்ப், A. M., M. D. என்பவர் இவ்விஷயத்தைப்பற்றிச் சிறந்ததோர் பிரஸங்கம் செய்தார். அது பின்வருமாறு:—

ஜலதோஷத்தை உபேக்ஷித்தால், அது க்ரமமாக பிற்காலத்தில் மிகவும் உக்கிரமான வியாதிகளுக்குக் காரணமாகும். பொதுவில் ஜலதோஷத்தினால் கஷ்டப்படுபவரை நன்கு கவனித்துவந்தால், அதனாலுண்டாகும் சில அபாயகரமான தீங்குகளைக் கண்டு அப்பால் ஸாதாரணமாய் அதை எளியவிகாரமென்று ஒருவரும் சொல்லத் துணியார். முதலாவது, ஜலதோஷத்தினால் வாஸனையறியும் சக்தியும் தாராளமாக நாசியால் மூச்சுவிடும் தன்மையும் குறைந்துவிடுகின்றது; இதனால் பலஹீனமும் மேன் மேலுமுண்டாகும்; நாசியினுள்ளும், ச்வாஸாசயங்களினுள்ளும் அமைந்திருக்கிற மெல்லிய ச்லேஷ்மஜவ்வுகளின் சக்தியும் குறைந்துவிடும்; ஆகவே சரீரத்திற்குள் பிணியுண்டாக்கக்கூடிய ஸூக்ஷ்ம ஜீவன்கள் பிரவேசிக்காமலிருக்கவும், அப்படி பிரவேசித்தால் அவற்றுடன் போராடி அவைகளை அழிப்பதற்கும் அவசியமான சரீரபலமும், ச்வாஸாசயம் முதலியவற்றிலுள்ள ச்லேஷ்மஜவ்வு முதலியவற்றின் இயற்கை நிலைமையும் சீரழிந்துவிடுவதால், ஜலதோஷமானது வேறு பல ரோகங்களுண்டாவதற்கேற்றவாறு சரீரத்தை வசப்படுத்தும் காரணமாக (Predisposing cause) ஏற்படுகின்றது. அவ்வாறுண்டாகும் வியாதிகளுள் பிரதானமானவை கபஜ்வரம் (Pneumonia), க்ஷயம் (Consumption) என்கிற இவ்விரண்டேயாம்.

கபஜ்வரம் (Pneumonia) என்பதை அபிந்யாஸ ஜ்வரமென்றும் கூறுவர். க்ஷயரோகம் மாதிரியாகவே அபாயகரமான வியாதி; மேலும் சீக்கிரத்தில் பிராணாபாயமுண்டாக்கக்கூடியதா யிருப்பதால், க்ஷயத்தினும் சில விஷயத்தில் இதையே கொடிய வியாதியென்றும் சொல்லவேண்டும். காலவேற்றுமைகளால் திடீரென்றுண்டாகும் சீதோஷ்ண நிலைமைகளின் மாறுபாட்டால் அபிந்யாஸ ஜ்வரம் அடிக்கடி ஜனங்களை மிகுதியாக பாதிப்பதுண்டு; ஆனால் நீடித்த குளிர்காலமானது அவ்வளவு அதிகமாக அபிந்யாஸ ஜ்வரத்தைப் பரவச்செய்வதாய் விளங்கவில்லை. உதாரணமாக, பூமியின் உத்தரத்ருவத்திற்குச் சென்று ஆராய்ச்சிகள்செய்துவருபவருக்கு இந்த ஜ்வரமுண்டாவதில்லை; அதாவது த்ருவத்திலாவது, த்ருவத்திற்கு ஸமீப பிரதேசங்களிலாவது இவ்வியாதி உற்பத்தியாவதேயில்லை. ஒருகால் உண்டானாலும், கடுங்குளிர்ச்சி பொருந்திய அந்த த்ருவத்தை விட்டு வெளி தேசங்களில் வந்து பல நாட்கள் சென்ற பிறகு அவர்களுக்கு இவ்வியாதியுண்டாகலாமே யன்றி அதற்குமுன் உண்டாவதில்லை. காலம் உஷ்ணமாகவும் சீதளமாகவும் அடிக்கடி மாறுவதாலும், அநேக விதமான நுண்ணுயிர்கள் கலந்த தும்புகளை வாரி யிறைக்கும் வாடைகாலங்களாலும் ஸாதாரண ஜலதோஷ முண்டாவதற்கான முகாந்தரங்கள் ஏற்பட்டுவிடுகின்றன; இந்த முகாந்திரங்களே சில ஸமயம் கபஜ்வரம் அல்லது அபிந்யாஸ ஜ்வரத்திற்கும் ஆதாரமாகின்றன.

*'ஹெரால்ட் ஆப் கோல்டன் ஏஜ்' என்கிற பத்திரிகையிலிருந்து பெயர்த்தெடுக்கப்பட்டது.

நாகரீகத்தினாலேற்படும் கேடு.

ஜலதோஷமானது நாகரிகமாக ஜீவனம் செய்யும் ஜனங்களிடமே விசேஷமாய்ப் பரவிவருகின்றது. மனித ஸந்ததி எவ்வளவு காலம் வரையிலும் வீடுகள் கட்டிக்கொள்ளவும், உடைகள் உடுக்கவும் அறியாமலிருந்ததோ, அதுவரையிலும் அந்த ஸந்ததிக்கு ஜலதோஷம்மட்டுமேயல்ல, பீனஸக்காரன் பேசுவதுபோல் மூக்கின் கோளாறுகளால் முணுமுணுத்துப் பேசுந் தன்மையு முண்டானதில்லை. அடுத்தபடி வீடுகளில் குளிர் தாக்காமல் அவற்றை வெப்பமாக வைத்துக்கொண்டதே. இவ்வித வியாதிகள் விருத்தியாவதற்குக் காரணமாயேற்பட்டது; மனிதர் தமது சரீரத்தை இதர பூதங்கள் அல்லது பொருட்கள் தாக்கியபோதிலும் அதற்குக் கெடுதியுண்டாகாவண்ணம் தமது சரீரத்திற்கு இயற்கையா யமைந்திருந்த ஆரோக்கியத் தன்மையையும், உத்ஸாஹத்தையும், மற்றுமுள்ள மேன்மையையும் வீணில் கெடுத்துக்கொள்வதற்கே ஜனநெருக்கத்தினால் மிகவும் வெப்பமான வீடுகளில் வஸிக்கலாயினர்; அதுமுதலாகவே க்ரமமாய் இவர்களுக்கு ஜலதோஷமுண்டாவது வழக்கமாய்விட்டது.

கடவுளால் படைக்கப்பட்டு கடவுளுக்கு ஸொந்தமாயுள்ள இப்பூமியின் மேற்புறமடங்கலும் சுத்தமான வாயு ஆரோக்கியத்திற்கு ஆதாரமாய் வியாபித்திருக்கின்றது; ஆனால் மனிதரால் நிர்மிக்கப்பட்டு மனிதருக்கு ஸொந்தமான வீடுகளில் மட்டும் சுத்த ஆகாயம் அரிதாய்விட்டதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. சுத்தமான வாயு ஜனங்கள்மேல் தாராளமாய் வீசாமற் போய் விடுவது மாத்திரமல்ல, அவ்வாயு இல்லாமையே அநேகம் வியாதிகளுற்பத்தி யாவதற்கும் காரணமாகின்றது. சுத்த வாயுவும், சூரிய வெளிச்சமும் ஒன்று சேர்ந்து, வியாதிக்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்களை அழித்து ஆகாயத்தையும் பூமியையும் சுத்தமாகச் செய்யும்; இவற்றினும் சிறந்த க்ருமிஹரபதார்த்தங்கள் (disinfectan's) வேறெவையும் இதுகாறும் கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை. வீட்டின் உட்புறங்களிலுள்ள வாயுவானது ஜனங்களால் மேன்மேலும் ச்வஸிக்கப்பட்டு விஷத்தன்மை யுறுகின்றது; ஆகவே வீடுகளில் அடைந்துள்ள வாயு அசுத்தமாகவும், அதிக வெப்பமுள்ளதாகவும் ஆய்விடுகின்றது; எப்பொழுதுமே வீட்டுக்கு வெளிப்புறங்களில் வஸிப்பவர் குளிர்ந்து நிர்மலமாயுள்ள வாயுவை ச்வஸித்து வருவராதலால், அவர்களுக்கு வீடுகளிலடைந்துள்ள வெப்பமான வாயுவைப்போல் அக்குளிர்ந்த வாயு ஜலதோஷமுண்டாக்குவதில்லை.

வெளிவிட்ட வாயுவை மீண்டும் ச்வஸித்தல்.

வியாதிக்காதாரமாயுள்ள விஷங்களை வெளியிடுபவையான இதர பிராணிகளுடன் ஜனங்கள் தமது பரிவாரஸஹிதமாய் வீடுகளில் வஸித்துவருங்கால், எப்பொழுதும் ஒருவர் வெளிவிட்ட மூச்சுக்காற்றை மற்றவரும் ச்வஸிக்க நேரிடுகின்றது. பிராணிகள் வெளிவிடும் மூச்சுக்காற்று விஷகுணமுள்ளதென்று அனைவரும் அறிந்த விஷயமே. அவ்விதம் அதிக அசுத்த வாயுவை உட்கொண்டு வருவதால், மூக்கிலிருந்து கபம் முதலியது கசியத் தொடங்கி, காஸமும் உற்பத்தியாய், இவற்றால் நாசியினுடையவும் ச்வாஸாசயங்களுடையவும் உட்புறங்கள், நுண்ணுயிர்களாகும் வித்துகள் விதைப்பதற்கு ஏற்றவையாய் விடுகின்றன.

இரவுகளில் வீடுகளுக்குள் தூங்கும்பொழுது ச்வஸிக்கப்படும் துர்க்கந்தமுள்ளதும் அசுத்தமுமான வாயுவையும் கவனிக்கவேண்டும்; படுக்கை யறைகளைக் காற்றுப் புகாதபடி அடைத்துவிட்டு அவற்றில படுத்துறங்குவது ஸஹஜம். இரவுகளில் இங்ஙனம் அசுத்தமான ஆகாயத்தையே ஜனங்கள் உட்கொள்வராயின், நாம் வேண்டியவளவு ச்வஸிப்பதற்கென்றே கடவுளால் படைக்கப்பட்டுள்ள ஏராளமான சுத்தவாயுவை உபயோகிப்பவர் யாவர்? அதன் பயனென்ன?

ஜனங்கள் மேன்மேலும் தாமே உடைகளைத் தரித்து, இராத சுமைகளையும் கஷ்டங்களையும் வலியவே தாங்கவேண்டிவந்தது; வீடுகளில் வஸிப்பவரைச் சுற்றிலும் வளரக்கூடியவையான எண்ணிறந்த நுண்ணுயிர்கள் இவ்வுடைகளில் ஏராளமாய்ப் புகுந்து விருத்தியாகின்றன. ஜனங்கள் வெளிவிடும் மூச்சுக்காற்றாலும், வியர்வையாலும், மற்றும் பலவகையாலும் அதிக வெப்பங்கொண்டு தடித்துப்போன வாயுவை உறிஞ்சுறிஞ்சு ஜலதோஷத்தைப் பெற்று சரீரம் அதன் செயல்களைச் செய்வதற்கான ஸமநிலைமையை (epuilibriuin) சிதைந்துவிடுகின்றது. (தொடரும்).

BOOK REVIEWS.

புஸ்தக விமர்சம்.

ஆருவது ஆயுர்வேத கான்பரேன்ஸின் ஸபாத்யக்ஷரின் பேச்சு.

இந்த மாதம் 9-ம் தேதி கல்கத்தாவில் ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ் ஆருவது முறை கூடிற்றென்று நமது நேயர்களுக்குத்தெரிந்த விஷயம். அதற்கு ஆயுர்வேத மார்த்தாண்ட பண்டிட் லக்ஷ்மீராமஸ்வாமி, வைத்தியரத்ன என்கிற ஆயுர்வேத வித்வான் அக்ராஸனாதிபதியாக வீற்றிருந்து வெகு விரிவான பிரஸங்கத்தை எழுதிப் படித்தார். அப்பிரஸங்கத்தை முற்றிலும் அவ்வாறே ஸம்ஸ்கிருதத்தில் அச்சிட்டு ஆயுர்வேத மஹாமண்டல ஸபையார் புஸ்தகமாக வெளியிட்டிருக்கிறார்கள். நமக்கு ஆயுர்வேத ஸபையார் அனுப்பிய அப்புஸ்தகத்தைப் படித்துப் பார்த்ததில், ஆயுர்வேதத்தின் ஸாராம்சங்களையும், அதன் மேன்மையையும், அதற்கு காலக்கிரமத்தில் ஸம்பவித்த ஹீன ஸ்திதியையும், அதை அபிவ்ருத்தி செய்யவேண்டியதற்கான சில வழிகளையும் கூடுமானவரையில் நன்ருகவே வெளியிட்டிருக்கிருர் என்று அறிகிரேம். இப்புஸ்தகம் 70-பக்கங்களுக்குமேல் அச்சிடப்பட்டிருக்கிறதென்ருல், பிரஸங்கம் எவ்வளவு விஸ்தாரமானதோ அதை நேயர்களே ஆலோசித்துக்கொள்ளலாம். இப்புஸ்தகத்திலடங்கியுள்ள பிரஸங்கத்தின் ஸாராம்சங்களை அடுத்த ஸஞ்சிகையில் சுருக்கமாக வரைந்து வெளிப்படுத்துவோம். இதை ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் படித்தால், நமது தேசத்தில் ஆயுர்வேதத்தின் நிலைமை எத்தகையதா யிருக்கிறதென்று ஒருவாறு உணரக்கூடுமென்று எண்ணுகிரேம்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

கஸகஸாவின் தோல்.

இது ஸம்ஸ்கிருதத்தில் அஹிபேநத்வக் என்று சொல்லப்படும். ஆங்கிலத்தில் ஒபியம் பாப்பி அல்லது பாப்பி காப்ஸ்யூல்ஸ் (opium poppy or poppy capsules) என்று வழங்கப்படும். இது இப்பெயர் கொண்ட செடியிலிருந்து வருஷாவருஷம் உற்பத்தியாகும் காயை உடைத்து அதினின்றும் எடுக்கப்படுகிறது. இதன் காயை போஸ்தக்காய் என்றும் கூறுவார்கள். இதன் பூவும் விதைகளும் வெண்மையாயிருக்கும். இச் செடியானது இந்தியாவில் விசேஷமாய்ப் பயிராகின்றது. இதிலிருந்து கசியும் பால் நன்ருக உறைவதால் அபினி உண்டாகின்றது.

கஸகஸாத்தோலைச் சிதைத்து ஜலத்தில் போட்டுக் காய்ச்சி அநேகம் காரணங்களால் உண்டாகும் வீக்கங்களுக்கும், எரிப்புண்களுக்கும், சுளுக்குகளுக்கும், மற்றும் வேதனையைத் தரும் நோய்களுக்கும் ஒற்றடம் கொடுப்பது மிகவும் ஹிதமாயிருக்கும்; அல்லது கல்கம்போல ஜலம்விட்டு இதை அரைத்து வதக்கி வஸ்திரத்திற் கட்டியும் மேற்கூறிய நோய்களில் ஒற்றடங் கொடுப்பதுண்டு. இதற்கு சூலப்ரசமனம், தாஹப்ரசமனம் (Sedative and Anodyne) என்கிற குணங்களுண்டு.

பேரீச்சங்காய் அல்லது கனி.

பேரீச்சமரம் ஸிந்துதேசம் முதலியவிடங்களில் பயிராக்கப்படுவதுண்டு, தானுகவும் வளர்வதுண்டு. சதை பெருத்து இனிமையாயிருக்கும் இதன் பழத்திற்கு ஸ்நிக்த்தம் (தேஹவறட்சியைப் போக்கி பசையுள்ளதாகச் செய்யும் தன்மை-Demulcent), லேகநம் (கபத்தைக் கல்லி வெளிப்படுத்தல்-Expectorant), ஸ்ரம்ஸநம் (மலத்தை சிறிது இளகலாகச் செய்து வெளிப்படுத்தல்-Laxative), தர்ப்பணம் (போஷிக்கும் தன்மை-Nutrient), வ்ருஷ்யம் (தாது புஷ்டியென்று ஸாதாரணமாய் வழங்கப்படும் குணம்-Aphrodisiac) என்கிற இக்குணங்களையுடையது. இக்கனியை இருமல், ச்வாஸரோகம், இன்னும் வேறுவிதமான தொண்டை அல்லது மார்பைப்பற்றிய வியாதிகள் இவற்றிலும், ஸாதாரணமான ஜ்வரத்திலும், சுக்லமேஹ மென்னும் (Gonorrhoea) ரோகத்திலும் உபயோகிக்க இது தகுந்த ஔஷதமாகவே கருதப்படுகிறது. நேத்திர ரோகங்களில்—முக்கியமாய் கருவிழியில் உண்டாகும் மங்கலான தோஷத்தில்—இப்பழத்தின் விதையை நன்கு கல்கம்போல் ஜலம் சேர்த்து அரைத்து கண்களின் இறப்பைகளின்மேல் பற்றுப் போடுவதும் நலம். இந்த மரத்திலுண்டாகும் ஒரு விதமான பிசினனது அதிஸார ரோகத்திலும், மூத்திரமார்க்கம் சருப்பை முதலிய அவயவங்களைப் பற்றிய வியாதிகளிலும் உபயோகிக்கப்படுமானுல் மிகவும் நற்பயனுண்டாக்குமென்று அறிகிரேம்.

சோம்புத் தைலம்.

"தலையில் பேன் பிடித்தலைத் தடுப்பதற்கு அல்லது போக்குவதற்கு ஏற்ற பரிஹாரங்களைப்பற்றி அநேக விதமான வியாஸங்கள் வெளிவந்ததில் டாக்டர் எட்வெர்ட் G. ஹட்டரெர் என்கிறவர் அதற்கு சோம்புத் தைலம் (Oleum anise) மிகச் சிறந்த ஔஷதமென்று சிலாகித்து எழுதியிருக்கிருர். 'இத்தைலத்தில் சிறிதளவு எடுத்து மயிர்களில் தேய்த்தவுடனே அதுவே அவற்றில் நன்ருகப் பற்றிக்கொண்டு பேன்களை அழிக்கவல்லது; என்ருலும் முறைப்படி இத்தைலத்தை சிறிது விளாவி உபயோகிப்பதே நலம்; இல்லாவிட்டால் மண்டையில் அது ஒருவாறு அழற்சியைத் தரும். இதை மயிர்களில் தேய்ப்பதால் பேன்களும் ஈர்களும் அடியோடு அழிந்துவிடும்' என்றும் அவர் திடமாகக் கூறுகிருர்." இவ்வாறு க்ளினிகல் மெடிஸின் (Clinical Medicine) என்கிற பத்திரிகை வரைகின்றது. வைத்திய கலாநிதியைப் படிப்பவர் சோம்புத் தைலத்தை தலையில் பேன் பிடித்தவருக்கு உபயோகித்து, இதன் உண்மையை இப்பத்திரிகையின் வாயிலாக வெளிப்படுத்துவது அநேகர் விரும்பத்தக்க விஷயம்.

தேனும் தேயிலையும்.

தேன் சிறந்த ஔஷதகுணமுள்ள பதார்த்தம்; மேலும் அது தேஹத்தையும் போஷிக்கும்; கொழுப்பையும் விருத்திசெய்யும்; நரம்புகளைக் குளிரச் செய்து இன்பந்தரும்; இவ்வித குணங்களால் அநேகம் வியாதிகளில் இதன் உபயோகம் மிகவும் உயர்ந்ததாயிருக்கின்றது. ஆகவே மிஸ்டர் ஆர்ச்சிபால்ட் என்பவர் தான் எழுதிய "தேனும் ஆரோக்கியமும்" (Honey and Health) என்கிற சிறு புஸ்தகத்தில் இதைப்பற்றி எழுதியிருப்பதின் ஸாராம்சமாவது:— தேன் இயற்கையான சர்க்கரையே யாகும். தேனை தேயிலைப்பானகத்துடன் உட்கொண்டால் அஜீர்ணம் சாந்தமாகும்; இவ்விரண்டையும் கலந்து சாப்பாட்டுக்கு ஒருமணி நேரம் முன்பாகவே பருகினுல் எவ்விதமான அஜீர்ணமும் நிவ்ருத்தியாகும். ஸாதாரணமாக ஒரு கோப்பைத் தேயிலைப்பானகத்திற்கு ½ அவுன்ஸ் தேன் சேர்த்து கூடுமானவரையில் சுடச்சுடவே பருகவேண்டும். தினத்திற்கு மூன்று வேளை ஆஹாரத்திற்கு ஒருமணி நேரம் முன்பாக இவ்விதம் உபயோகித்து வரவேண்டும். அநேக வகையான ஜலதோஷங்கள், பலவிதமான இருமல்கள், வாய்ப்புண், தொண்டைப்புண்கள் இவைகளும் ஸ்வஸ்த்தமாகுமென்று மிஸ்டர் ஹோப் என்பவரும் கூறுகிருர்.— Health Record.

[தேன் அநேகம் வியாதிகளைப் போக்குமென்றும், ஆகவே அதை சூர்ணங்கள், பஸ்மங்கள், மாத்திரைகள் முதலியவற்றிற்கு அனுபானமானமாய் உபயோகிப்பது நலமென்றும் ஆயுர்வேத நூல்கள் முறையிடுகின்றன; ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு இது புதிதல்லவாகிலும், மேனுட்டு வைத்தியர் இப்பொழுதே இவ்விதமான ஔஷதச்சரக்குகளின் மேன்மையை அறிந்து உபயோகிக்கத் தொடங்குகின்றனர். ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் இவ்விஷயத்தை வெகு நாட்களாக அறிந்து உபயோகித்து வந்தாலும் மேனுட்டாராலும் தற்காலம் இது மேலான மதிப்பைப் பெறுகின்றது. என்பது ஒரு விசேஷம். ப-ர்.]

வெறிநாய்க் கடிக்கு ஔஷதம்.

பொடாஷியம் ஐயோடைட் (Iodide of potassium) என்கிற ஔஷதம் வெறிநாயால் கடியுண்டவருக்கு அவசியமாகக் கொடுக்கக்கூடிய முக்கிய ஔஷதம் என்று வைத்தியர்களின் நவீனமான கொள்கை. இதைக் கொடுத்து சிகித்ஸை செய்யப்பட்டவர்களின் கணக்குகளைக் கவனித்ததில் இவ்வௌஷதம் வெறிநாயின் விஷத்தை வெகு நன்ருக அகற்றிவிடுகிறதென்று அறியப்பட்டது. இதை 5 முதல் 10 கிரைன் வரையில் உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

ப்ளேக்கும் இனுகுலேஷனும்.

மத்திய மாகாணங்களிலிருந்து நியூ இந்தியா பத்திரிகைக்கு ஒரு நிருபர் இனகுலேஷனைப்பற்றி ஒரு குறிப்பு அனுப்பியிருப்பதாக (1 - 2 - 15) விஷயமொன்று பிரசுரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ப்ளேக் நோய் பரவும் இடங்களில் ஜனங்களுக்கு இனுகுலேஷன் செய்வது இப்பொழுது வழக்கமென்று பெரும்பான்மையோர் அறிந்த விஷயம். இனுகுலேஷன் பண்ணிக்கொண்டவருக்கு ப்ளேக் நோய் சரீரத்தில் பற்றுவதில்லையென்று தற்காலத்திய சில சாஸ்திரவல்லோருடைய கொள்கை. ஆனுல் நாகப்பூரில் ப்ளேக் நோயைத் தடுப்பதற்காக ஜனங்களுக்கு இனுகுலேஷன் செய்யப்பட்டத்தில் ப்ளேக்நோய் மிகவும் அதிகரித்து அதனுல் மரணவிகிதம் அதிகமாய்விட்டதாம். ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள மனிதர்களின் தேஹத்தில் வியாதிக்குக் காரணமான விஷப்பொருளைத் தரும் வஸ்துக்களை ஏன் குத்திச் செலுத்தவேண்டும்? மஸூரிகை யென்னும் பெரியம்மையைத் தடுப்பதற்கு இப்பொழுது செய்யப்பட்டுவரும் அம்மைக் குத்துவதையே மேனுட்டிலேயே அநேகம் சாஸ்திரவல்லோர் கண்டித்து வரும்போது இயற்கைக்கு மாருக சரீரத்தில் இவ்வித ஔஷதப்ரயோகம் அவசியமில்லையென்று நாம் சொல்வோம்.

ஸந்நிபாத ஜ்வரமும் இஞ்ஜெக்ஷனும்.

மிஸ்டர் J. S. மிர்ஸான் என்பவர் "பாம்பே க்ரானிகல்" என்கிற பத்திரிகைக்கு எழுதுவதாவது:—ஸர் ப்ரெடரிக் ட்ரெவிஸ் என்பவர் 'ஸொஸைடி ஆப் ஆர்ட்ஸ்' என்கிற ஸங்கத்திற்காகச் செய்த பிரஸங்கத்தில் இஞ்ஜெக்ஷன் செய்வதனாலுண்டாகும் பயன் "உண்மையில் இப்பொழுது ஆச்சரியப்படக்கூடியதாயிருக்கின்றது" என்று கூறினார். அவ்வாச்சரியம் எவ்விதமானதெனில்—லண்டன் நகரத்து 3-வது ரிஸெர்வுப்படைக்கு சேஹப்பயிற்சியைச் செய்விக்கும் ஹெர்பெர்ட் நிக்கால்ஸ் என்பவன் நன்றாக வளர்ந்த திடமும் ஆரோக்கியமும் பெற்ற சரீரத்தோற்றமுடையவனாயிருந்தான்; அவன் புதிதாய்ச் சேர்ந்த ஸோல்ஜர்களுக்கு ஸந்நிபாதஜ்வரம் (typhoid) வராமல் தடுக்க இஞ்ஜெக்ஷன் செய்யவேண்டி வந்தது; ஆனால் அவன் தனக்கு இஞ்ஜெக்ஷன் செய்து கொண்டவனல்ல; ஆகவே அவன் முதலில் 'ஆண்டி டைபாய்ட் வாக்ஸின்' என்கிற பதார்த்தத்தைக்கொண்டு இஞ்ஜெக்ஷன் செய்து கொள்ளவேண்டியது அவசியமென்று உத்தரவிடப்பட்டான். பிறகு இவ்வித இஞ்ஜெக்ஷன் தீங்குவிளைவிக்குமென்பதற்கு திருஷ்டாந்தமாக அவன் இரண்டு நாள் தீவ்ரமான வியாதியினால் பீடிக்கப்பட்டு இறந்து போய்விட்டான். இவனுடைய மரணத்திற்கு "Anty typhoid vaccination" என்கிற ஔஷதத்தை உடலிற்குத்திச் செலுத்தியதே யாகுமென்று டாக்டர் ஹென்றி J. ஸ்வோரன், M. D. என்பவர் நிர்த்தாரணம் செய்தார். இறந்துபோன நிக்கால்ஸ் என்பவனுடைய ஒரு பெண்சாதியும் மூன்று குழந்தைகளும் கதியற்றுப்போயினர். இவ்விதம் இஞ்ஜெக்ஷன் என்னும்—ஔஷதங்களை உடலிற்குத்திச்செலுத்தும் வேலையானது அபாயகரமானதென்று தெரிந்தும், இவ்வாறு ஒரு கேஸ் இவ்வபாயத்திற்கு ஆளாயிற்றென்று அறிந்திருந்தும் ஸர் ப்ரெடரிக் தமது பிரஸங்கத்தில் அவ்விஷயத்தைக்குறிப்பிடாமல் விட்டுவிட்டார். ஆக்ஸ்போர்ட் யூனிவர்ஸிடியில் ஔஷதப்ரயோகங்களைக்கற்பிக்கும் ப்ரொபஸ்ஸராயிருக்கும் ஸர் வில்லியம் ஒஸ்லெர் என்பவர் ஸேனையிற் சேருபவருக்கு இஞ்ஜெக்ஷன் செய்வதில் தீங்கில்லை யென்று பஹிரங்கமாகக் கூறினார்; ஆனால் பிறகு, இஞ்ஜெக்ஷன் உண்மையில் அனுகூலமான பலனைக் கொடுப்பதில்லை யென்றும், ஆகவே அவர் முன்னால் கூறிய அபிப்பிராயத்தை மாற்றிக்கொள்ள வேண்டியது அவசியமென்றும் "ப்ரிடிஷ் மெடிகல் ஜர்னலில்" சென்ற நவம்பர் மாஸம் 28-ம் தேதி பிரசுரிக்கப்பட்டது.

அகில பாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ்.

இந்த கான்பரென்ஸின் ஆறாவது வருஷத்திய கூட்டம் இந்த ஜனவரி மாஸம் 9 தேதி முதல் 12-தேதி வரையில் 4 நாட்கள் கல்கத்தாவில் நடந்தேறியது. அதற்கு ஆயுர்வேத மார்த்தாண்ட பண்டிட் லக்ஷ்மீ ராமஸ்வாமி, வைத்யரத்ன என்கிற மஹான் ஸபாத்யக்ஷராக வீற்றிருந்தார். இவர் ஜயப்பூர் மஹாராஜா காலேஜில் ஆயுர்வேதம் கற்பிக்கும் ப்ரொபஸ்ஸராயிருப்பவர்; வடதேசத்தில் இவர் பிரஸித்திபெற்ற ஆயுர்வேத வைத்தியர். இந்த வருஷத்து ஸபையில் நடந்தேறிய விஷயங்களை அடுத்த ஸஞ்சிகையில் விவரித்துக் கூறுவோம். இந்த மஹாஸபையானது அடுத்த வருஷம் இச்சென்னையில் கூடப்போகிறது என்று நாம் குறிப்பிட மிகவும் ஸந்தோஷப்படுகிறோம். இதுவரையில் சென்னை மாகாணம் ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான பெரிய கான்பரென்ஸ் ஒன்று உண்டென்றே அறிந்ததல்ல. இதை இச்சென்னையில் சிறப்பாகவும் நற்பயன் விளையுமாறும் நடத்துவதற்கு இம்மாகாணத்திலுள்ள வைத்தியர்கள் உத்ஸாஹத்துடன் முன் வந்து உதவிபுரிவார்களென்று நம்பியிருக்கிறோம்.

அல்யூமினியப் பாத்திரங்கள்.

க்ளாஸ்கோ யூனிவர்ஸிடியைச் சேர்ந்த ப்ரொபஸ்ஸர் ஜான் க்ளெஸ்டர் என்பவர் வரிசையாக அநேக விதமான ஆராய்ச்சிகள்செய்துவந்ததில் அல்யூமினியப் பாத்திரங்களைப்பற்றி அடியில் வருமாறு தமது அபிப்பிராயத்தை வெளியிட்டிருக்கிறார். ஆரெஞ்சு என்னும் கிச்சிலிப்பழரஸம், எலுமிச்சம்பழரஸம், மணத்தக்காளிப்பழம் முதலிய இன்னும் இரண்டொரு பதார்த்தங்களை அல்யூமினியப்பாத்திரங்களில் வைத்திருப்பதால் சிறிது கெட்டுப்போகக்கூடியவை; என்றால் இவற்றின் சேர்க்கையால் அல்யூமினியம் கரைந்து களிம்பேறுவதுண்டு. ஆனால் அல்யூமினியம் கரைந்திருப்பதாகவும் அறியமுடியாதபடி அவ்வளவு சொற்பந்தான் கரையும்; அதனால் மனித சரீரத்திற்கு யாதொரு கெடுதியுமில்லை. அதைப் பரிசோதித்துப் பார்த்ததில் தெரிந்துகொண்ட வாஸ்தவாம்சம் என்னவென்றால்—அல்யூமினியமானது விஷகுணமற்றதான வஸ்து; மிக எளிதில் சுத்தம் செய்யக்கூடியது; இதில் வெகு சீக்கிரத்தில் சூடு ஏறுமாகையால் சமையலும் சீக்கிரமாகும்; வெள்ளியைப்போல் கந்தகம் பட்டால் கருப்பாக ஆகாது; ஆகையால் சமையற்பாத்திரங்கள் செய்வதற்கு அல்யூமினியமே முதல் தரமான லோஹமாகும்:—Life and Health.

குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கக்கூடிய கொழுப்பு.

பாலில் இயற்கையாகச் சேர்ந்துள்ள ஆடையென்னும் (Cream) வஸ்துவே குழந்தைகளுக்கு ஏற்றதான கொழுப்புள்ள உணவு; பாலில் இவ்வித கொழுப்பு நுண்ணிய அணுக்களாகக் கலந்திருப்பதால் குழந்தைகளின் குடலில் வெகு ஸுலபமாக ஜீர்ணமாய் விடுகிறது. குழந்தைகளும் ஆவலுடன் இதை உட்கொள்ளும். காட்லிவர் ஆயில் என்னும் மீனெண்ணெயும், வெண்ணெயும் குழந்தைகளுக்கு ஆதியிலிருந்தே கொடுக்கப்பட்டு வந்தால் அவற்றை ஜீர்ணம் பண்ணிக் கொள்ளும் சக்தி காலக்ரமத்தில் இயல்பாய் விடுகிறது:—Health and Happiness.

அஜீர்ணம், தூர்ப்பலம், மேஹரோகம், க்ஷதக்ஷீணம், நாவரட்சி, அதிஸாரம், இரக்த்தபித்தம், பாண்டு, மஹோதரம் முதலிய வயிற்றைப்பற்றிய வியாதிகள், வெறி இப்பிணிகளால் பீடிக்கப்படுபவரும், கர்ப்பிணியும் ஸ்வேத சிகித்ஸைக்கு உரியவராகார்.—11,12.

ஸ்வேத சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர்.

ஆனால் முற்கூறியவர்களுக்கும் அவசியம் ஸ்வேதசிகித்ஸை செய்யவேண்டிய நிலைமை நிர்ப்பந்தமாயேற்பட்டால் தூர்ப்பல ஸ்வேதமெனப்படும் மிருதுஸ்வேதம் செய்வது உசிதமாம். மேலும் இருதயம், பீஜங்கள், கண்கள் இவ்விடங்களிலும் மிருது ஸ்வேதமே செய்யவேண்டும்.—13.

மிருது ஸ்வேதத்திற்குரிய நிலைமை.

ஸ்வேத சிகித்ஸையை மிதமிஞ்சிச் செய்துவிட்டால் மூட்டுகளில் வேதனை, நாவரட்சி, தேஹ அழற்சி, சரீரவாட்டம், தலைச்சுற்றல், இரக்த்தபித்தம், பிடகைகளென்னும் விரணங்கள், கோபம் இவை உண்டாகும். இவ்விதம் நேரிட்டால், சீதோபசாரம் செய்து இக்கோளாறுகளை அடக்கவேண்டும்.—14.

அளவு மீறிய ஸ்வேதத்தினால் உண்டாகும் தீமையும் பரிஹாரமும்.

இவற்றுள் தாபஸ்வேதம் செய்யவேண்டுமானால், அதற்கு அக்னியிற் காய்ச்சிய மணல், வஸ்திரம், கரங்கள், ஓடுகள், பந்துகள், தழல்கள் உள்ளடங்கிய பாத்திரங்கள் முதலியவற்றால் ஒற்றடம் கொடுத்து அவ்விதியை நிறைவேற்றவேண்டும். மணல் முதலியவற்றில் எந்தெந்த வஸ்து எந்தெந்த நிலைமைக்கு உற்றதென்பதை வைத்தியர்கள் உற்றுணர வேண்டும்.—15.

தாபஸ்வேதம்.

இரும்புக்குண்டுகள், செங்கல், மற்றும் பலவிதமான கற்கள் இவற்றை அக்னியிலிட்டுக் காய்ச்சி, காடியில் சேர்த்து, அதிலிருந்து கிளம்பும் ஆவி சரீர மெங்கும் படும்படி வஸ்திரங்களால் உடம்பைப் போர்த்துக்கொண்டு செய்யப்படும் சிகித்ஸாமுறை ஊஷ்மஸ்வேதம் எனப்படும். அல்லது வாதஹரமான திரவியங்களால் பக்குவம் செய்யப்பெற்ற க்வாதங்கள், ஸ்வரஸங்கள் முதலானவற்றைக் கொதிக்கும் நிலைமையில் ஒரு குடத்தில் கொட்டி நிரப்பி, அதன் வாயை மூடிவிடவேண்டும்; ஆனால் அப்பாத்திரத்தின் ஒரு பாரிசத்தில் முன்னதாய் சிறிது த்வாரம் செய்து, மரம், மூங்கில், இதர லோஹவகைகள் முதலியவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றால் கோபுச்சம்போல் செய்த இரண்டுமுழம் நீளமுள்ள ஒரு குழாயை அந்த த்வாரத்தில் அமைத்திருக்கவேண்டும். ஸ்வேதம் செய்துகொள்ளவேண்டிய பிணியாளிக்கு முதலில் அப்யங்கம் செய்வித்து, அவனுடம்பை கனமான போர்வைகளால் போர்த்து ஓர் ஆஸனத்தில் அல்லது வேறு இடத்தில் ஸுகமாயுட்காரவைத்து, துதிக்கையைப்போன்ற அக்குழாய் மூலமாய் வரும் ஆவியை அவனுடம்பில் விடவேண்டும். இந்த ஸ்வேதம் விசேஷமாக வாதரோகிக்கு குணாந்தரத்தக்கது. அல்லது ஒரு புருஷப்பிரமாணம் அகல நீளமுள்ளதாய் பூமியில் சிறிது ஆழமுள்ள பள்ளம் தோண்டி, அதில் கருங்காலிக்கட்டைகளை யிட்டு எரித்து, அப்பால் அதிலுள்ள நெருப்பை அப்புறப்படுத்தி, அப்பள்ளத்தில் பால், காடி, ஜலம் இவற்றைத் தெளித்து, வாதஹரமான இலை தழைகளால் அதை மூடி, அதன்மேல் தழைகளைக்கொண்டு படுக்கையிட்டு, அதன்மேல் பிணியாளியைப் படுக்கச்

ஊஷ்மஸ்வேதம்.

செய்தால் சரீரம் நன்கு வியர்க்கும். இவ்விதமாகவே உளுந்து முதலியவற்றையும் வேகவைத்து அவற்றால் சயநமேற்படுத்தி, அதில் மனிதனைப் படுக்கச்செய்து ஸ்வேதநம் செய்யலாம்.—16—21.

பிறகு உபநாஹஸ்வேத முறை எங்ஙனமெனில்:—முதலில் வாதஹரமான ஔஷதங்களை பால், மாம்ஸரஸம், காடிகள், உப்பு, ஸ்நேஹவர்க்கங்கள் இவற்றைச் சேர்த்து அரைத்து சிறிது சூடேற்றி வாதரோகத்தினால் வருந்துபவருடைய தேஹத்திற் பூசவேண்டும். கிராமங்களுக்கு அருகில் நீர்வளமுள்ள செழிப்பான இடங்களில் ஸஞ்சரிக்கும் மிருகபக்ஷிகளின் மாம்ஸம், ஜீவநீய கணத்திற் கூறப்பட்டுள்ள ஔஷதச்சரக்குகள் [1], தயிர், காடி, க்ஷாரங்கள், வீரதர்வாதி கணத்திற்கூறிய[2] சரக்குகள், கொள், உளுந்து, கோதுமை, ஆளிவிதை, எள், கடுகு, சதகுப்பை, தேவதாரு, கருநொச்சி, ஜீரகம், ஆமணக்கன்வேர், ஆமணக்குவிதை, சிற்றரத்தை, முள்ளங்கி, முருங்கை, ஜடாமாம்ஸி, திப்பிலி, கஞ்சாங்கோரை, உப்புகள், அம்லபதார்த்தங்கள், முதியார்கூந்தல், அமுக்கிருங்கிழங்கு, சிற்றாமுட்டி, தசமூலம் [3], சீந்தில், பூனைக்காலிவிதை இவற்றுள் கிடைக்கக்கூடியவற்றைக் கிரஹித்து இடித்து, வதக்கி, வஸ்திரத்திற் கட்டி ஒற்றடம் கொடுப்பதுபோல் ஸ்வேதநம் செய்யலாம். உபநாஹஸ்வேதத்திற்கு உபயோகிக்கப்படும் இம்முறை 'மஹா சால்வணம்' என்று வழங்கப்படும். இது ஸகலவிதமான வாதரோகங்களையும் அகற்றும். 22—27½.

உபநாஹஸ்வேதம்.

திரவஸ்வேதம் எவ்விதமென்றால்:—வாதஹரமான திரவ்யங்களாலான கஷாயத்தினால் ஓர் சாலையாவது தொட்டியையாவது நிரப்பி, நாபிக்குமேல் ஆறு அங்குலம் வரையில் சரீரம் அமிழ்ந்திருக்குமாறு பிணியாளியை அதில் உட்காரச் செய்யவும். ஆனால் இதற்குமுன் தைலம் முதலானதைக் கொண்டு பிணியாளியின் சரீரத்தை ஸ்நிக்த்தமாகச் செய்துவைப்பது நலம். அந்த கஷாயத்தில் உட்கார்ந்த பிறகு, அதே க்வாதத்தை இளஞ்சூடாக எடுத்து இரு தோள்களிலும் தாரைபோல் விடவேண்டும். இவ்விதமாகவே நோயாளிக்கு தைலத்தினாலும், பாலாலும், நெய்யாலும் ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்யலாம். ஸ்நேஹங்களில் அமிழ்ந்து ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்யவேண்டுமானால், ஒரு நாள் அல்லது இரண்டு நாள் இடையில் விட்டுவிட்டுச் செய்வது நலம். தைலம் முதலிய ஸ்நேஹவகைகளில் மூழ்கி ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்துகொண்டால், மயிர்க்கால்களாலும், ஸிரைகளின்[4] மூலமாகவும், தமனிகள் மூலமாகவும்[5] அந்த ஸ்நேஹங்களின் அம்சங்கள் சரீரத்தி

திரவஸ்வேதம்.

1. ஜீவநீய கணம்—ஜீவகம், ருஷபகம், மேதா, மஹாமேதா, காகோலீ, க்ஷீரகாகோலீ, மாஷபர்ணீ, முத்கபர்ணீ, ஜீவந்தீ என்பவைகளாம். இவற்றிற்கு இதர பாஷைகளில் பெயர் கிடைப்பது அரிது.

2. வெட்டிவேர், அகில், ஈச்வரமல்லி, ஆடாதோடை, கல்லுருவி, நெரிஞ்சி, இச்கடகாயென்னும் ஒருவித சிவந்தமூலிகை, மருதோன்றி, கருங்குறிஞ்சி, ஞாழல், சீந்தில், சவுட்டுக்கோரை, தர்ப்பம், காவட்டம் புல், பேய்க்கரும்பு, பெருவாகை, விழுதி, வாடாக்குறிஞ்சி, உத்தாமணி, மருதை இவை வீரதர்வாதி கணம்.

3. தசமூலம்—115-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

4. ஸிரைகள்—காரிரத்தக் குழாய்கள்.

5. தமனிகள்—செவ்விரத்தக்குழாய்கள்.

னுள் வியாபித்து தேஹத்திற்கு வன்மையைத் தருகின்றன. விருக்ஷத்தின் வேர்களில் ஊற்றிய ஜலத்தினால் அதில் முளைகளும் கிளைகளும் செழித்து வளருவதுபோலவே, ஸ்நேஹத்தில் அமிழ்ந்து ஸ்வேதம் செய்து கொள்வதால் சரீரத்தில் தாதுக்கள் விருத்தியடைகின்றன. வாயுவினாலுண்டான கோளாறுகளைப் போக்குவதற்கு இதைக்காட்டிலும் சிறந்த உபாயம் வேறொன்றில்லை. 28—33.

அதிக சைத்யமும் வலியும் ஒழிந்து, அவயவங்களின் பிடிப்பும் பாரமும் குறைந்து, அக்னி தீபனமுண்டாய், தேஹம் ம்ருதுவாகவும் ஆயிற்றானால் ஸ்வேத சிகித்ஸையை நிறுத்திவிடவேண்டும். 34.

ஸ்வேத சிகித்ஸையை நிறுத்தவேண்டிய ஸமயம்.

நன்கு ஸ்வேதசிகித்ஸை செய்து முடிந்ததும், சரீரத்தை நன்றாகப் பிடித்து விடவேண்டும்.[1] பிறகு உஷ்ணஜலத்தில் ஸ்நானம் செய்து, அபிஷ்யந்தியென்னும்[2] குணமில்லாத ஆஹாரத்தை மெதுவாகப் புஜிப்பது நலம். ஸ்வேத சிகித்ஸை செய்து கொண்டவன் உடனே வியாயாமம்[3] செய்யக் கூடாது.—35.

ஸ்வேதம் முடிந்ததும் செய்யவேண்டிய காரியம்.

மூன்றாவது அத்தியாயம்.

(வமனவிதி.)

சரத்ருது, வஸந்தருது, வர்ஷருது இக்காலங்களில் பிணியாளருக்கு விஷயமறிந்த வைத்தியர்கள் வமனம், விரேசனம் [4] இவற்றைச் செய்விப்பார்கள்.—1.

வமன விரேசனங்களுக்கேற்ற காலம்.

வலிவுள்ளவர், கபம் ப்ரகோபித்து அதனால் வருந்துபவர், ஹ்ருல்லாஸமென்னும் இருதயத்தைப்பற்றிய வியாதியினால் பீடிக்கப்படுபவர், வமனசிகித்ஸையை ஹிதமாகக் கொண்டவர், மனோதைரியமுள்ளவர் இவ்வித மனிதர்கள் அந்தந்த ரோகங்களில் வமன சிகித்ஸைக்கு உரியவராகின்றனர்.—2.

வமனத்திற்கு உரியவர்.

1. பிடித்து விடுதல்—தேஹத்தை இதமாக மர்த்தனம் செய்தல்.

2. அபிஷ்யந்தி—16-வது பக்கம் பார்க்க.

3. வியாயாமம்—தேஹவுழைப்பு.

4. வமனம்—வாந்தி செய்வித்தல்; விரேசனம்—மலத்தைத் திரவமாக்கி வெளிப்படுத்துவதற்கான சிகித்ஸை; அல்லது பேதியுண்டுபண்ணல்.

வமனம்செய்வதற்கான வியாதிகள்.

விஷ ஸம்பந்தத்தினாலுண்டான கோளாறுகள், ஸ்தன்யரோகம், அக்னிமாந்த்யம், யானைக்கால், அர்புதம், இருதயரோகம், குஷ்டம், விஸர்ப்பம், மேஹரோகம், அஜீர்ணம், ப்ரமம் அல்லது தலைச்சுற்றல், விதாரிகா என்னும் சிலந்தி, அபசீ என்னும் புண், காஸம், ச்வாஸம், பீனஸம், அண்டவ்ருத்தி, அபஸ்மாரம், ஜ்வரம், உன்மாதம், இரத்தாதிஸாரம், நாஸாபாகம், தாடையிலுண்டாகும் புண், உதட்டிலுண்டாகும் புண், கர்ணஸ்ராவம் அல்லது காதில் சீழ்வடிதல், உள்நாக்கு வீங்குதல், களசுண்டியென்னும் தொண்டைச் சிலந்தி, அதிஸாரம், பித்தரோகங்கள், கபரோகங்கள், மேதோரோகம், அருசி இந்த ரோகங்களில் வமனம் செய்விக்கவேண்டும். 3—5½.

வமனத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

திமிரமென்னும் நேத்திரவியாதி, குன்மம், மஹோதரம் முதலிய உதர வியாதிகள், தேஹம் இளைத்துப்போதல், மிகவும் வயது முதிர்ந்தவர், கர்ப்பிணி, மிகவும் ஸ்தூலித்த தேஹம், க்ஷதகாஸமென்னும் இரத்தகாஸம், வெறி அல்லது மதம், ரூக்ஷசரீரம், பசி, உதாவர்த்தம், கஷ்டப்பட்டு வாந்தி செய்யும் நிலைமை, வேறு தோஷத்தின் ஸம்பந்தமில்லாமல் கேவலம் வாததோஷத்தினாலுண்டான கோளாறு, பாண்டுரோகம், க்ருமிரோகம், படிப்பதால் தொண்டை வரட்சியுறுதல் இவ்வியாதிகளில் வருந்துபவரும், நிரூஹவஸ்தி 1 செய்து கொண்டவரும், சிறு குழந்தைகளும் வமனத்திற்கு உரியவரல்லர். 6—7½.

வமனத்திற்குரியாதவர்களில் சில விலக்கு.

ஆனால் பாண்டுரோகி, வயிற்றில் க்ருமியுள்ளவன், படித்ததால் தொண்டை வறண்டவன் இவர்களுக்கு அஜீர்ணமும் தொடருமானால் அப்பொழுது விஷமுண்டவனுக்குச் செய்வது போலவே வமனம் செய்விக்க வேண்டியது அவசியமாம். 8½.

அதிமதுர க்வாதத்தினால் வமனம்.

பாண்டுரோகம், க்ருமி, தொண்டைவறட்சி இவ்வியாதிகளுடன் அஜீர்ணமும் தொடருமானால் அவர்களுக்கும், வமனத்திற்குரியவரெனப்படும் விஷமுண்டவர் முதலியவருக்கும், கபப்ரகோபத்தினால் வருந்துபவருக்கும் அதிமதுரத்தை க்வாதம் செய்து உட்கொள்ளக் கொடுத்து வமனம் செய்விக்க வேண்டும். 9.

பாலர்முதலிய ஸுகுமார தேஹிகளுக்குச் செய்விக்கத்தகும் வமனமுறை.

ஸுகுமாரதேஹிகள், சரீரம் மெலிந்தவர், பாலர், கிழவர், பலசாலிகள் இவர்களுக்கு வமனம் செய்விக்கக்கூடாது; ஆனால் அவசியமாக இருந்தால் யவாகூவையாவது, பாலையாவது, தயிரையாவது, அல்லது மோரையாவது வயிறு நிரம்ப மேலே எதிர்த்து வரும்படி அவ்வளவு அதிகமாய் உட்கொள்ளச் செய்து வமனம் செய்விக்கவேண்டும்; மேலும் வழக்கத்திலில்லாதவையும் கபத்தை விருத்தி செய்யத்தகுந்தவையுமான ஆஹாரபதார்த்தங்களைக் கொடுத்து நோயாளியின் சரீரத்தினுள் சேர்ந்திருக்கும் தோஷங்களைக்

1. நிரூஹவஸ்தி—இதைப்பற்றிய விவரங்களை இந்த கண்டத்தில் ஆறாவது அத்தியாயத்திற் காண்க.

கலக்கிவிட்டு, ஸ்நேஹசிகித்ஸையும் ஸ்வேத சிகித்ஸையும் செய்து வைத்தபின் வமனம் செய்வித்தால் குடலிலிருந்து தோஷங்கள் நன்றாக வெளிவந்துவிடும். 10 11.

வமனத்திற்கு உபயோகிக்கும் பொதுச் சரக்குகள்.

எவ்விதமான வமன சிகித்ஸைகளிலும் வமனமுண்டுபண்ண இந்துப்பு அல்லது தேன் உபயோகிக்கத்தகுந்ததாம். ஆனால் வமனமானது சில ஸமயம் பார்க்க வழங்காத துன்பத்தைத் தரும்; அவ்வித வமனசிகித்ஸையை விரும்பாதவருக்கு அதற்கு மாறாக விரேசன சிகித்ஸையைச் செய்வது நலம். 12.

வமனத்திற்கு க்வாதம் பக்குவம் செய்யுமுறை.

க்வாதம் செய்வதற்கான வஸ்துக்கள் நான்கு பலமிருந்தால், அவற்றிற்கு ஓர் ஆடக ப்ரமாணம் ஜலம் சேர்த்து, அதில் அரை வாசி மிகும்படி காய்ச்சியெடுக்கவும். வமன சிகித்ஸைக்கு உபயோகிக்க வேண்டிய கஷாயங்களை பெரும்பாலும் இவ்வாறே பக்குவம் செய்யவேண்டும். 13.

வமனத்திற்காக ஔஷதங்களுபயோகிப்பதற்குப் பொது அளவு.

வமனத்திற்காக க்வாதங்களையும் உபயோகிக்கவேண்டுமானால் அதில் ஜ்யேஷ்டமாத்திரையென்றும், கனிஷ்ட மாத்திரை யென்றும் மத்யம மாத்திரையென்றும் மூன்றுவிதமான அளவுகள் உண்டு[1]. அவற்றுள் ஒன்பது ப்ரஸ்தம் அளவில் கொடுக்கப்படுவதை ஜ்யேஷ்ட மாத்திரை யெனவும், ஆறு ப்ரஸ்தம் அளவில் கொடுப்பதை மத்யமமாத்திரை யென்றும், மூன்று ப்ரஸ்தங்களை கனிஷ்டமாத்திரை யென்றும் சொல்லுவர். மேலும் கல்கம், சூர்ணம், லேஹ்யம் இவற்றை வமனத்திற்காக உபயோகிக்க வேண்டுமானால், அவற்றிற்கு மூன்று பலம் ஜ்யேஷ்டமாத்திரை யாகவும், இரண்டு பலம் மத்யம மாத்திரையாகவும், ஒரு பலம் கனிஷ்டமாத்திரையாகவும் கருதப்படும். இது வமனத்திற்காக ஔஷதங்களுபயோகிப்பதற்கான பொதுப் பிரமாணமாகும். 14, 15.

வமனாதிகளில் ப்ரஸ்தத்தின் பரிமாணம்.

வமனத்திற்காகவும், விரேசனத்திற்காகவும், இரத்த மோக்ஷணம்[2] செய்விப்பதற்காகவும் ஔஷதங்களுபயோகிப்பதற்கான அளவுகளில் ப்ரஸ்தம் என்கிற பரிமாணம் கூறப்படுமானால், அந்த ப்ரஸ்தம் பதின்மூன்றரைப் பலம் அளவுள்ளதெனக் கருதப்படுமாம்.[3] 16.

1. நடுப்பிராயமும் பலமும் வாய்ந்தவருக்குக் கொடுப்பது ஜ்யேஷ்ட மாத்திரை (பெரிய அளவு) என்றும், குழந்தைகளுக்கும் மிகவும் துர்ப்பலர்களுக்கும் கொடுப்பது கனிஷ்டமாத்திரை (சிறிய அளவு) என்றும், மத்யம வயதுள்ளவருக்கும் மத்யம பலமுள்ளவருக்கும் கொடுப்பது மத்யமமாத்திரை (மத்திம அளவு) என்றும் கருதப்படும்.

2. இரத்தமோக்ஷணம்—இரத்தத்தை சிரைகளிலிருந்து குத்தியெடுத்தல்.

3. வைத்யக பரிபாஷை முதலிய வேறு சில கிரந்தங்களில் வமனம் முதலியவற்றில் ஔஷதப் பிரயோகத்திற்கு 12-பலங்கொண்டது ப்ரஸ்தமென்றும், மற்றவைகளுக்கு 16-பலங்கொண்டது ப்ரஸ்தமென்றும் கூறப்படுகிறது.

வமனத்திற்கான அளவுகள்.

வமனத்திற்காக ஔஷத முபயோகித்தவருக்கு எட்டுமுறை வாந்தியானால் அல்லது பித்தநீர் வெளிப்படுமானால் அது உத்தம அளவென்றும், ஆறுமுறை வாந்தியானால் மத்யமமென்றும், நான்குமுறையானால் சிறிய அளவெனவும் கூறப்படுகிறது. 17.

தனித் தனி வாத பித்த கபங்களாலான வியாதிகளில் வமனத்திற்குரிய பொருட்கள்.

கடுரஸமும் தீக்ஷ்ணகுணமுமுள்ள பதார்த்தங்களால் கபத்தினாலான வியாதிகளிலும், மதுரமும் குளிர்ச்சியும் பொருந்திய வஸ்துக்களால் பித்தத்தினாலான வியாதிகளிலும், மிகவும் மதுரமும் இலவணமும் அம்லமும் உஷ்ணவீர்யமுமுள்ள பதார்த்தங்களால் கபம் வாயு இவற்றாலான வியாதிகளிலும் வமனம் செய்விக்கவேண்டும். 18.

கபம் முதலிய வற்றாலான வியாதிகளுக்கேற்ற வமனௌஷதங்கள்.

கபப்ரகோபத்தில் அல்லது கபத்தினாலான வியாதியில் திப்பிலி, மதநபலமென்னும் மருக்காரை, இந்துப்பு இவற்றைப் பொடித்து உஷ்ணஜலத்தில் சேர்த்து உட்கொள்ளலாம். பித்தத்தினாலான வியாதிகளில் அல்லது பித்தப்ரகோபத்தில் பேய்ப்புடல், ஆடாதோடை, வேம்பு இவற்றை குளிர்ந்த ஜலத்துடன் உபயோகிக்கலாம். கபம் வாதம் இவ்விரண்டாலுமுண்டான வியாதிகளில் அல்லது அவ்விரண்டும் ஒருமிக்க ப்ரகோபித்த நிலைமையில் மதனபலத்தைப் பாலுடன் உட்கொள்ளலாம். அஜீர்ணத்தில் இந்துப்பை உஷ்ணஜலத்துடன் உட்கொண்டு வமனம் செய்யவேண்டும். 19,20.

வமனோபசாரம்.

வமன சிகித்ஸைக்குரிய பிணியாளியை முழங்காலளவு உயரமுள்ள ஓர் ஆஸனத்தில் உட்காரச்செய்து, வமனத்திற்கான ஔஷதங்களை உட்கொள்ளப் பண்ணி, வைத்தியன் மெல்லிய ஆமணக்கந்தண்டை யெடுத்து அதனால் ரோகியின் கண்டத்தைப் பரிசித்து வாந்தியுண்டாகும் வண்ணம் செய்யவேண்டும். வமனம் பண்ணும்போது அப்பிணியாளியின் கன்னங்கள் இரண்டையும் பற்றிக்கொண்டு அவனுக்கு உத்ஸாஹ மூட்டவேண்டும். 21½.

துச்சர்த்தி.

வமனம் தகுந்தவாறு செய்விக்கப்படாமல் உள்ளே தங்கியிருக்கும் தோஷங்கள் முற்றிலும் வெளிவராமற்போனால் அப்பொழுது வாயில் நீர் சுரக்கும்; மாரில் ஒருவிதமான அடைப்பு அல்லது பிடிப்பு உண்டாகும்; குடலில் ஒருவாறு அரிப்பு அல்லது வேதனையும் ஸம்பவிக்கும். இக்குறிகளால் வேண்டியவளவு வாந்தியுண்டாகவில்லையென்றறியலாம்; இது 'துச்சர்த்தி' எனப்படும். 22.

அதிவமனம்.

மிதமிஞ்சி வாந்தி செய்யப்படுமானால், நாவறட்சி, விக்கல், ஏப்பம், மயக்கம், நாக்குத் துவளல், கண் புரளுதல், ஹநுஸ்தம்பமென்னும் முகவாய்க்கட்டைப் பிடிப்பு, இரத்தவாந்தி, உமிழ்நீர் அதிகமாகயூறல், தொண்டைக்குள் வேதனை இக்குறிகள் ஸம்பவிக்கும். 23½.

அதிவமனத்தினாலுண்டானகோளாறுகளை விலக்குமுபாயம்.

வமனம் மிதமிஞ்சியுண்டானால் மிருதுவாக விரேசனமாகும்படி உபாயம் செய்யவேண்டும். அதிக வமனத்தினால் நா இழுக்கப்பட்டு சுருக்கங்கொண்டால் ஸ்நிக்த்தமும் அம்லமும் இலவணரஸமும் உள்ள; ஹ்ருதயத்திற்கு வன்மைதரக்கூடிய வாறு பக்குவம் செய்த க்ருதம், பால், மாம்ஸரஸம் இவற்றால் கபளக்ரஹம்[1] செய்யவேண்டும்; ஆனால் கபளக்ரஹம் செய்வதற்குமுன் புளிப்பான களிகளைப் புஜிப்பது நலம்; நாக்கு வெளியில் துவளுமாயின், எள் திராக்ஷை இவற்றைக் கல்கம் செய்து அதன் மேல் தடவி மெதுவாகச் சுருங்கி உட்செல்லுமாறு செய்யவேண்டும். கண்கள் பிதுக்கங்கொண்டால், மெதுவாக நேத்திரங்களில் நெய்விட்டுக் கட்டலாம். முகவாய்க்கட்டையின் பிடிப்பு அல்லது தளர்ச்சியில் ஸ்வேத சிகித்ஸையும், வாதகபங்களின் கோளாறுகளை யகற்றக்கூடிய நஸ்ய சிகித்ஸையும்[2] செய்யலாம். வாந்தியில் இரத்தம் வருமானால் இரத்தபித்தத்திற்குக் கூறப்பட்டுள்ள சிகித்ஸை செய்வது நலம். மேலும் நெல்லிக்கனி, இரஸாஞ்ஜனம், வெட்டிவேர், நெற்பொரி, சந்தனக் குழம்பு இவற்றை மந்தமாகச்[3] செய்து, அதில் நெய், தேன், சர்க்கரை இவற்றையும் சேர்த்து உட்கொள்ளச் செய்யலாம்; இதைப் பருகுவதால், அதிக வாந்தியினாலுண்டான நாவறட்சி முதலிய உபத்திரவங்கள் நீங்கிவிடும். 24—29.

முறைப்படி வாந்தியானதன் குறிகள்.

மார்பின் உட்புறம் அல்லது ஹ்ருதயம், தொண்டை, சிரஸ் இவை சுத்தமாதல், நன்றாகப் பசியெடுத்தல், சரீரத்திற்கு இலாகவமுண்டாதல், கபபித்தங்கள் ஒழிந்து விடுதல் என்னும் இவையே நன்கு முறைப்படி வாந்தியானதன் குறிகளாம். 30.

வமனத்திற்கான பத்தியம்.

முறைப்படி வாந்தியானபின்பு, பகற்பொழுது சாய்ந்ததும் அக்னிதீபனமுண்டாயிருப்பதை யறிந்து பயறு, காரரிசி, சம்பா, ஹ்ருதயத்திற்கு பலந்தரக்கூடிய மாம்ஸரஸரஸம் இவற்றால் யூஷம்[4] செய்து அப்பிணியாளிக்குக் கொடுக்க வேண்டும். 31.

வமனத்தினால் நிவ்ருத்திக்கக் கூடிய வியாதிகள்.

சோம்பல், அதிநித்திரை, வாயில் துர்நாற்றம், குடலில் அரிப்பு, கிரஹணீ, விஷம் இவற்றாலுண்டாகும் தீங்குகள் நன்கு வமனம் செய்வதால் நிவ்ருத்திக்கக் கூடியவையாம். 32.

வமனசிகித்ஸையில் விலக்கக்கூடியவை.

அஜீர்ணமுண்டாக்கக்கூடிய உணவு, குளிர்ந்த ஜலம், வியாயாமமென்னும் தேஹவுழைப்பு, புணர்ச்சி, தைலாப்யங்கம், அதிகமாய் சினமுண்டாதல் இவற்றை வமன சிகித்ஸை செய்து கொண்டவன் ஒருநாள் முடியவிலக்க வேண்டும். 33.

---

1. கபளக்ரஹ —இந்த கண்டத்தில் 10-வது அத்தியாயத்தில் இதைப்பற்றிய விவரங்களைப் பார்க்கவும்.
2. நஸ்யம்—இதே கண்டத்தில் 8-வது அத்தியாயத்தில் இதன் விவரங்களைப் பார்க்க.
3. மந்தம்—ஒரு வகையான க்வாதம்; இதற்கே ப்ரமத்யா என்று பெயர். 85-வது பக்கத்தைப் பார்க்கவும்.
4. யூஷம்—இதைப்பற்றி 86-வது பக்கம் பார்க்க.

நான்காவது அத்தியாயம்.

(விரேசன விதி)

—:—

விரேசனத்திற்கு முன் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை.

முதலில் ஸ்நேஹங்களைக்கொண்டு சரீரத்தை ஸ்நிக்த்தமாகச் செய்து, பிறகு ஸ்வேதமுறைப்படி தேஹத்திற்கு ஸ்வேதம் செய்வித்து, வமனவிதியையும் தகுந்தவாறு நிறைவேற்றி, அப்பால் நன்றாகக் குடல்களிலிருந்து மலங்கழியுமாறு விரேசனமும் செய்விக்கவேண்டும். வமனமின்றியே விரேசனத்திற்குக் கொடுத்தால், ஆமாசயமென்னும் இரைப்பைக்கு மேலுள்ள கபமானது கீழ் நோக்கிச் சென்று கிரஹணீயென்னும் த்வாரத்தை [1] மூடிவிடும்; அல்லது அக்னி மாந்தியம், சரீரம் பாரமாயிருப்பதுபோன்ற கோளாறு, ப்ரவாஹிகாயென்னும் சீதபேதி இவையாவது உண்டாகும். அல்லது பாசனகுணமுள்ள [2] ஔஷதங்களால் குடலில் சேர்ந்துள்ள அபக்குவமான தோஷங்களையும், கபத்தையும் பக்குவம் செய்து, ஸ்நேஹவர்க்கங்களால் சரீரத்தை ஸ்நித்தகமாக்கி, ஸ்வேதசிகித்ஸையையும் செய்து அப்பால் விரேசனத்திற்கும் ஔஷதங்களை யுபயோகிக்கலாம். 1—$2\frac{1}{2}$.

விரேசனத்திற்கேற்றகாலம்.

சரத்ருது, வஸந்தருது இவ்விரண்டு காலங்களிலும் தேஹம் சுத்தியாவதற்காக விரேசனம் செய்விப்பது நலம்; ஆனால் ஆபத்கரமான ஸமயங்களில் வேறு காலங்களிலும் விரேசனம் செய்விக்கலாம். $3\frac{1}{2}$.

விரேசனம் செய்விக்கக்கூடியகோளாறுகள்.

பித்தம் ப்ரகோபமடைந்து ஸம்பவிக்கும் கோளாறுகளிலும், ஆமதோஷத்தினாலுண்டாகும் வியாதிகளிலும், உதரரோகங்களிலும், வயிற்றுப் பொருமலிலும் குடலைச் சுத்தி செய்வதன்பொருட்டு விரேசனம் செய்விக்கவேண்டும். $4\frac{1}{2}$.

மற்ற சிகித்ஸா முறைகளினும் விரேசனத்தின் மேன்மை.

லங்கனம், பாசனம் என்கிற சிகித்ஸைகளால் தோஷங்கள் ஸ்வஸ்த்தம் செய்யப்பட்டாலும் சில ஸமயம் மறுபடி அவை ப்ரகோபமடைந்து விடுவதுண்டு; சோதன சிகித்ஸையெனப்படும் விரேசனம் முதலியவற்றால் எவர்களுடைய சரீரம் சுத்தம் செய்யப்படுகிறதோ அவர்களுக்கு அத்தோஷங்கள் மீண்டும் மேலெழுந்து துன்பம் விளைவிப்பதில்லை. $5\frac{1}{2}$.

அதிக வேலை முதலியவற்றால் களைப்புற்றவர், நாவறட்சியினால் கஷ்டப்படுபவர், ஸ்தூலதேஹிகள், கர்ப்பிணிகள், நவஜ்வரிகள் [3], புதிதாகப் பிரஸவித்த ஸ்த்ரீ, அக்னி மாந்

1. கிரஹணீ—இரைப்பையின் கீழ்முனையும், சிறு குடலின் மேல் முனையும் சேருமிடத்திலுள்ள ஒருவகையான கபாடத்துடன்கூடிய த்வாரம்.

2. பாசனகுணம்—இதைப்பற்றி 14-வது பக்கம் பார்க்க.

3. நவஜ்வரிகள்—ஜ்வரம் உண்டானதுமுதல் 8-நாள் வரையில் அது 'ஆமஜ்வரம்' எனப்படும்; அந்த நிலைமையில் பிணியாளி 'நவஜ்வரி' எனப்படுவான்,

விரேகத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

தியமுள்ளவர், மதாத்யய ரோகிகள் [1], சரீரத்தினுள் சல்யம் புகுந்து வருந்துபவர், ரூக்ஷதேஹிகள் [2] இவர்கள் விரேகத்திற்குத் [3] தகாதவர்கள் எனக் கருதவேண்டும். 6—$7\frac{1}{2}$.

விரேகத்திற்குத் தகுந்த ரோகிகள்.

ஜீர்ணஜ்வரிகளும், [4] கரமென்னும் க்ருத்ரிமவிஷம் [5] பரவிய சரீரமுடையவர்களும், வாதரக்த்தம், பகந்தரம், அர்சஸ், பாண்டு, உதரரோகம், கிரந்திகள், ஹ்ருதயத்தைப்பற்றிய வியாதிகள், அரோசகம், யோநிரோகம், பிரமேஹம், குன்மம், ப்லீஹரோகம், விரணங்கள், வித்ரதி, சர்த்தியென்னும் வாந்தி, விஸ்போடமென்னும் கொப்புளங்கள், விஷூசி, குஷ்டம், காது நோய், நாசியைப்பற்றிய ரோகம், சிரோரோகம், வாய்ப்புண் முதலிய முகத்தைப்பற்றிய நோய்கள், ஆண்குறி ஸம்பந்தமான வியாதிகள், நேத்திரரோகம், சோபையென்னும் சோகை, கிருமிரோகம், வாததோஷம் க்ஷீணித்தல், வயிற்றுவலி அல்லது சூலை, மூத்ராகாதமென்னும் மூத்திர அடைப்பு இவ்வியாதிகளால் பீடிக்கப்படுபவரும் விரேகத்திற்கு உரியவராவர். 8—11.

குடல்களின் குணபேதங்களும் விரேகம் செய்விக்க ஔஷத மாத்திரைகளும்.

எவருடைய குடலில் பித்தம் அதிகரித்திருக்குமோ அவர் மிருதுகோஷ்டிகள் [6] என்றும், கபம் அதிகரித்திருக்குமானால் மத்யம கோஷ்டிகள் [7] என்றும், வாதம் மேலிட்டு வறண்டிருந்தால் க்ரூரகோஷ்டிகள் [8] எனவும் கூறப்படுவர். இவர்களுள் க்ரூரகோஷ்டிகளுக்கு ஸாதாரண ஔஷதங்களால் விரேசனமுண்டாக்குவது கடினம். மிருதுகோஷ்டமுடையவருக்கு மிருது மாத்திரைகள் என்னும் சிறிய அளவுகளிலும், மத்யம கோஷ்டமுள்ளவருக்கு மத்யமமான அளவுகளிலும், க்ரூரகோஷ்டிகளுக்கு தீக்ஷ்ண மாத்திரைகளென்னும் பெரிய அளவுகளிலும் ஔஷதங்களைப் பிரயோகிக்கவேண்டும்; அவ்வௌஷதச் சாக்குகளும் வீர்யத்தில் முறையே மிருது—மத்யமம்—தீக்ஷ்ணம் என்கிற குணங்களுள்ளவைகளாயிருப்பது அவசியம். 12, 13.

குடல்களின் தன்மைக்கேற்ற விரேகௌஷதங்கள்.

மிருது கோஷ்டிகளுக்கு திராக்ஷை, பால், ஆமணக்கெண்ணெய் இவற்றை யுபயோகிப்பதாலேயே விரேசனமுண்டாகும். மத்யமகோஷ்டிகளுக்கு சிவதைவேர், கடுகரோஹிணீ, கொன்றை இவற்றாலும் விரேகமுண்டாகும். க்ரூரகோஷ்டமுள்ளவருக்கு கள்ளிப்பால், கூகைநீறு, நேபாளம் முதலியவற்றால்தான் விரேசன முண்டாகக்கூடும். $14\frac{1}{2}$.

1. மதாத்யயம்—35-வது பக்கத்தில் மூலமும் டிப்பணியையும் பார்க்க.
2. ரூக்ஷதேஹிகள்—வறட்சியுள்ள சரீரமுடையவர்.
3. விரேகம்—விரேசனம்; [பேதி அல்லது வயிறு கழியச்செய்வது விரேசனம் அல்லது விரேகம் எனப்படுகிறது.]
4. ஜீர்ணஜ்வரி—ஆமஜ்வர நிலைமை நீங்கியவன்; நாள்பட்ட ஜ்வரத்தினால் வருந்துபவன் எனவும் கூறலாம்.
5. கரமென்னும் க்ருத்ரிமவிஷம்—64-வது பக்கம் மூலத்தையும் டிப்பணியையும் பார்க்க.
6. மிருது கோஷ்டிகள்—மிருதுவான அல்லது இளகிய குடல் உடையவர்கள்.
7. மத்யம கோஷ்டிகள்—அதிக இளகலுமல்லாமல் அதிக கடினமுமல்லாமலிருக்கும் குடல் உடையவர்.
8. க்ரூரகோஷ்டிகள்—கற்குடலுள்ளவர்.

விரேகத்தில் உத்தம மத்யம ஹீனயோகங்கள்.

முப்பது முறை விரேசனமாவதுடன் இறுதியாக ஆகும் விரேகத்தில் கபமும் வெளி வருமானல் அது உத்தம யோகமென்றும், இருபதுமுறை விரேசனமானல் அது மத்யம யோகமென்றும், பத்துமுறை ஆனல் ஹீனயோகமென்றும் கூறப்படும். 15½.

விரேகத்திற்குப் போதுவாக கஷாயங்களின் உத்தம மத்யம ஹீந மாத்திரைகள்.

விரேகத்திற்காக கஷாயவகைகள் ஏதேனும் உபயோகிக்கப்படுமானல் அவற்றை இரண்டு பலம் அளவில் உபயோகித்தால் அதை உத்தம மாத்திரையென்றும், ஒரு பலமானல் மத்யம மாத்திரையென்றும், அரைப் பலமானல் ஹீனமாத்திரையென்றும் கூறுவர். 16½.

விரேகத்தில் கல்கம் முதலியவற்றின் போது அளவு.

கல்கங்கள், மோதகம் அல்லது குடிகைகள், சூர்ணங்கள் என்னும் இவ்வுருவங் கொண்ட ஔஷதங்களை வயது, வியாதி முதலியவற்றின் தன்மைகளுக்கு ஏற்றவாறு கால் பலம் அளவிலோ, அரைப்பலம் அளவிலோ அல்லது ஒரு பலம் அளவிலோ உபயோகிக்கலாம். 17½.

வாதாதி தோஷங்களுக்கேற்ற விரேகௌஷதங்கள்.

பித்தம் ப்ரகோபித்து உண்டாகும் வியாதிகளில் விரேகத்திற்காக சிவதைவேரின் சூர்ணத்தை திராக்ஷாதி க்வாதம் [1] முதலியதுடன் கலந்து உட்கொள்ளலாம். கபத்தினல் பீடிக்கப்பட்டவன் த்ரிபலாக்வாதம் [2], கோமூத்திரம் இவற்றுடன் த்ரிகடு சூர்ணத்தைச் சேர்த்து உட்கொள்ளலாம். சிவதைவேர், இந்துப்பு, சுக்கு இவற்றின் சூர்ணத்தை ஏதேனும் காடிகளுடனுவது, ஜாங்கல மாம்ஸரஸத்துடனுவது [3] வாதவியாதிகளில் விரேகத்திற்காக உபயோகிக்கலாம். 18—19½.

சீக்கிரம் விரேசனமாகக்கூடிய ஸாதாரண ஔஷதம்.

ஆமணக்கெண்ணெயை அதற்கு இரு மடங்கு த்ரிபலா க்வாதத்துடனுவது, பாலுடனுவது கலந்து உட்கொண்டால் சீக்கிரத்தில் விரேசனமுண்டாகும். 20½

வர்ஷா காலத்திற்கேற்ற விரேசனௌஷதம்.

சிவதைவேர், வெட்பாலரிசி, திப்பிலி, சுக்கு இவற்றைப் பொடித்து திராக்ஷாதி க்வாதம், தேன் இவற்றுடன் கலந்து வர்ஷருதுவில் விரேசன ஔஷதமாக உபயோகிக்கலாம். 21½.

1. திராக்ஷாதி க்வாதம்—72-வது பக்கம் பார்க்க.

2. த்ரிபலா க்வாதம்—கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் இவற்றைச்சேர்த்து செய்யப்படும் க்வாதம்.

3. எவ்விடத்தில் ஜலம் கிடைப்பது அரிதாகவும் வாயு விசேஷமாக வீசிக்கொண்டும் ஆகவே வறட்சி அதிகரித்து மிருக்குமோ அது ஜாங்கல தேசமென்றும், அவ்விடத்து மிருகங்களின் மாம்ஸம் ஜாங்கல மாம்ஸமென்றும் கூறப்படும்.

சரத்காலத்திற் கேற்ற விரேகௌஷதம்.

சிவதைவேர், காஞ்சோறி, கோரைக்கிழங்கு, சர்க்கரை, வெட்டிவேர், சந்தனம், அதிமதுரம் இவற்றின் சூர்ணத்தை திராக்ஷாதி க்வாதத்துடன் கலந்து குளிரச் செய்து சரத்ருதுவில் விரேகமாவதற்கு உட்கொள்ளலாம். 22½.

ஹேமந் தருதுக்கேற்ற விரேசனௌஷதம்.

சிவதைவேர், சித்திரமூலம், வட்டத்திருப்பி, ஜீரகம், கருஞ்சிவதை, வசம்பு, கூகைநீறு இவற்றின் சூர்ணத்தை உஷ்ணஜலத்தோடு ஹேமந்தருதுவில் விரேசனத்திற்காக உபயோகிக்கலாம். 23½.

சிசிர-வஸந்தருதுக்களுக்கேற்ற விரேகௌஷதம்.

திப்பிலி, சுக்கு, இந்துப்பு, சிவதை, கருஞ்சிவதை இவற்றின் சூர்ணத்தை தேனிற் கலந்து சிசிரருதுவிலும், வஸந்தருதுவிலும் விரேசனத்திற்காக உபயோகிக்கலாம். 24½.

க்ரீஷ்மகால விரேசனௌஷதம்.

சிவதைவேரைப் பொடித்து சர்க்கரையுடன் ஸமபாகமாகக் கலந்து க்ரீஷ்ம ருதுவில் விரேசனத்திற்காக உட்கொள்ளலாம். 25.

அபயா மோதகம்.

கடுக்காய், மிளகு, சுக்கு, வாய்விடங்கம், நெல்லிப்பருப்பு, திப்பிலி, மோடி, இலவங்கப்பத்திரி, இலவங்கப்பட்டை, கோரைக்கிழங்கு இவற்றை ஸமபாகமாய் எடுத்துக்கொண்டு, இரண்டு பங்கு நேபாளமும், எட்டு பங்கு சிவதைவேரும் சேர்த்து நன்றாகச் சூர்ணம் செய்து, ஆறு பங்கு சர்க்கரையும் சேர்த்துக் கலந்து, தேன்கூட்டி கால் பலமெடையில் குளிகைகள் செய்யவும். இதில் ஒரு குளிகையை காலையில் குளிர்ந்த ஜலத்துடன் உட்கொள்ளலாம்; வெகு நன்றாக விரேசனமாகும்; விரேசனம் குறைவாக இருந்தால் குளிர்ந்த ஜலத்தை மேன்மேலும் பருகலாம்; விரேசனம் அதிகமாய் விட்டால் உடனே உஷ்ண ஜலத்தைக் குடிக்க பேதி நின்றுவிடும். உணவுகளை யுண்பதிலும், பானவகைகளைப் பருகுவதிலும், மற்ற வேலை விளையாட்டுகளைச் செய்வதிலும் இவ்வௌஷத முபயோகிக்கையில் நியமமொன்றுமில்லை. விஷமஜ்வரம், அக்னிமாந்தியம், பாண்டு, காஸம், பகந்தரம், அர்சஸ், குஷ்டம், குன்மம், களகண்டம், ப்ரமமென்னும் தலைச்சுற்றல், உதரரோகங்கள், தேஹ அழற்சி, ப்லீஹரோகங்கள், மேஹம், க்ஷயம், நேத்திரவியாதிகள், வாதரோகங்கள், வயிற்றுப்பொருமல், மூத்ரக்ருச்சிரம், அச்மரீ, முதுகுவலி, பக்கவலி, துடையிலுண்டாகும் நோய், இடுப்புவலி, வயிற்றுவலி, இவை இவ்வௌஷதத்தினல் தீரும்; அடிக்கடி ஸமயம் நேரிட்டபோது இதை யுபயோகித்துவர கிழத்தன்மையும் சீக்கிரமுண்டாகாது. இதற்கு 'அபயாமோதகம்' எனப் பெயர். இது சிறந்த ரஸாயனமாகக் கருதப்படுகிறது. 26—32½.

விரேசனத்திற்காக் ஔஷதமுட்கொண்டதும் குளிர்ந்த ஜலத்தினல் கண்களைத் துடைத்துக்கொண்டு, ஏதேனும் சிறந்த பரிமளவஸ்துக்களைச் சிறிதுமுகர்ந்து, தாம்பூலம் தரிக்கலாம். அதிக காற்றோட்டமில்லாத பிரதேசத்தில் இருந்துகொண்டு, விரேசனமாகும் போலிருந்தால் அதை அடக்கிக்கொண்டிராமல் அப்போதைக்கப்போது மலபாதையை நிவ்

விரேசனௌஷத முட்கொண்டபின் செய்ய வேண்டிய விதி.

ருத்தி செய்துகொள்ளவேணும். விரேசனௌஷதத்தை யுபயோகித்தவன் படுத்துறங்கக் கூடாது; குளிர்ந்த ஜலத்தையும் அதிகமாய் பரிசிக்காமலிருப்பது நலம். இளஞ்சூடான ஜலத்தை அடிக்கடியும் பருகிவரலாம். வமனம் செய்பவனுக்கு சபமும், ஔஷதமும், பித்தமும், அப்பால் வாயுவும் கிரமமாக வெளிவருவதுபோல், விரேகம் ஆனவனுக்கு மலமும், பித்தமும், ஔஷதமும், அப்பால் கபமும் முறையே வெளிப்படும். 33—35½.

துர்விரேகக் குறிகள்.

நன்றாக வேண்டியவளவு விரேகம் ஆகாமற்போனால் அது 'துர்விரேகம்' எனப்படும். அப்பொழுது நாபியில் தடிப்பும், வயிற்றுவலியும், மலம் வாயு இவை கட்டுப்பட்டும், குடல்களில் வேதனையும், தேஹத்தில் தழும்புகளும், சரீரம் பாரமாயிருப்பதுபோன்ற உணர்ச்சியும், தேஹ அழற்சியும், அரோசகமும், வயிற்றுப்பொருமலும், ப்ரமமென்னும் தலைச்சுற்றலும், வாந்தியும் உண்டாகும். 36, 37.

துர்விரேக சிகித்ஸை.

துர்விரேகத்தினால் மேற்கூறிய குறிகளுண்டானவனும், பாசனகுணமுள்ள ஸ்நேஹ வர்க்கங்களில் வயிற்றிலுள்ள மலாதிகளைப் பக்குவம் செய்து, குடல்களை ஸ்நிக்த்தமாக்கி மீண்டும் விரேசனமுண்டாகும்படி உபாயம் செய்யவேண்டும். அவ்விதம் செய்தால் முற்கூறிய உபத்திரவங்கள் அனைத்தும் ஒழிந்து, அக்னி தீபனமுண்டாய், சரீரம் பாரமாயிருப்பதுபோன்ற உணர்ச்சியும் தீர்ந்து ஸுகமுண்டாகும். 38.

அதிவிரேகத்தின் அறிகுறிகள்.

மூர்ச்சை, குதம் நழுவிவிழுதல், வயிற்றுவலி, கபம் அதிகமாய் வெளிவருதல், மாம்ஸம் கழுவிய நீர்போன்றதும் கொழுப்பு அல்லது தண்ணீரைப் போன்றதுமான மலம் கழிதல், அல்லது இரத்தமே வெளிப்படுதல் என்னும் இவை மிதமிஞ்சிய விரேகத்திற்கு அறிகுறிகளாகும். 39½.

அதி விரேகத்தைக் கட்டு முபாயங்கள்.

அவ்வாறு அதிக விரேகத்தினால் கோளாறுகள் உண்டாகும்போது சரீரத்தைக் குளிர்ந்த ஜலத்தினால் துடைத்து, குளிர்ந்த அரிசிகழுவிய நீரையும் தேனையும் கலந்து குடிக்கச்செய்து மெதுவாக வமனம் செய்விக்கவேண்டும். மாம்பட்டையைத் தயிர் சேர்த்தாவது காடியைச் சேர்த்தாவது அரைத்து கல்கமாகச் செய்து நாபியின்மேல் தடவினால் அதிகமாய் பேதியாவதைத் தடுக்கும். அல்லது ஆட்டுப்பால், விஷ்கிரமென்னும் வகுப்பைச்சேர்ந்த பக்ஷிகளுடைய [1] மாம்ஸரஸம் அல்லது மானின் மாம்ஸரஸம் இவற்றில் ஏதேனுமொன்றுடன் சம்பா அரிசியினால் அல்லது காரரசியினாலான அன்னத்தையாவது, சிறு கடலையைச் சமைத்தாவது கலந்து சிறிது புஜிக்கலாம். மேலும் கிராஹியென்னும் குணத்திற் [2] சிறந்தவையும் குளிர்ந்தவையுமான தகுந்த பதார்த்தங்களால் மலத்தைக் கட்டுவதற்கு வைத்தியன் உடனே முயலவேண்டும். 40—43.

1. விஷ்கிரங்கள்,—லாவம் என்னும் பக்ஷி, விச்சுளி, குயில், செங்குருவி, சக்ரவாகட்புள், கிலா முக்கியென்னும் சகோரம், அழுகுரல் பக்ஷி, தித்திரியென்னும் பறவை, இராஜாளி, மயில், கோழி, கொக்கு முதலியவை விஷ்கிர கணத்திற் சேர்ந்தவையாம்.

2. கிராஹி—15-வது பக்கம் பார்க்க.

முறைப்படி விரேகமானதன் குறிகளும் பிறகு செய்யவேண்டிய உபசாரங்களும்.

தேஹம் இலகுவாகவும், மனது மிகத் தெளிவுற்றுமிருந்து, வாயுவும் அதற்குற்ற மார்க்கத்தினால் கீழ்நோக்கி வருமானால் அப்பொழுது அப்பிணியாளிக்கு முறைப்படி விரேகமுண்டாய் ஸுகமுண்டானதாகக் கருதவேண்டும். அதன்பிறகு குடலில் மிகுந்துள்ள ஆமதோஷம் முதலியவற்றைப் பக்குவம் செய்வதற்காக பாசன ஔஷதங்களை இரவிற் பருகச் செய்வது நலம். 44.

விரேகத்தின் உபயோகம்.

விரேசனமாகும்படி அப்போதைக்கப்போது ஏதேனும் ஔஷதமுபயோகித்து வருவதால் இந்த்ரியங்களுக்கு பலமும், புத்திக்குத் தெளிவும், அக்னி தீபனமும், தாதுக்களுக்கு வன்மையும், ஆயுளபிவ்ருத்தியும் உண்டாகும். 45.

விரேகௌஷத முபயோகித்தவர் விலக்க வேண்டியவை.

பெருங்காற்று வீசுமிடங்களில் இருப்பது, குளிர்ந்த ஜலம், தைலாப்யங்கம், அஜீர்ணமுண்டாக்கும் உணவு, வியாயாமமென்னும் தேஹவுழைப்பு, புணர்ச்சி இவற்றை விரேசனௌஷத முட்கொண்டவன் விலக்கிவிடவேண்டும். 46.

விரேகமானவருக்கு பத்தியம்.

சம்பா அரிசி, காரரிசி, பயறு இவை முதலியவற்றால் பக்குவம்செய்த யவாகூவென்னும் கஞ்சியை விரேகமானவன் உட்கொள்வது நலம்; அல்லது ஜாங்கல மாம்ஸரஸத்துடனாவது, விஷ்கிரமென்னும் பக்ஷியினங்களின் மாம்ஸரஸத்துடனாவது சம்பா அரிசியினாலான அன்னத்தைக் கலந்து புஜிப்பது ஹிதமாகும். 47.

ஐந்தாவது அத்தியாயம்.

(வஸ்திவிதி.)

இரண்டுவித வஸ்திகள்.

வஸ்தியானது [1] 'அநுவாஸனம்' என்றும் 'நிரூஹம்' என்றும் இருவகைப்படும்; ஸ்நேஹவர்க்கங்களால் செய்யப்படுவது 'அநுவாஸனவஸ்தி' என்றும், கஷாயங்கள் பால் தைலம் முதலியவற்றைச் சேர்த்து செய்யப்படுவது 'நிரூஹவஸ்தி' என்றும் கூறப்படும். வஸ்தி யென்னும் வஸ்துவினால் செய்யப்படுவதால் [2] இச்சிகித்ஸை 'வஸ்தி' என்று மொழியப்படுகின்றது. 1, 2.

1. குதமார்க்கத்தினால் ஏதேனும் கருவியினால் (பீச்சிடும் குழல்—Syringe முதலியதால்) தைலம் முதலியவற்றை குடலுக்குள் செலுத்தி குடலைக் கழுவுவதற்கான உபாயம் வஸ்தியெனப்படும். மூத்திரமார்க்கம் அல்லது கருப்பையைக் கழுவுவதற்கான வஸ்தி 'உத்தரவஸ்தி' எனப்படும்.

2. வஸ்தி யென்று மூத்திரப்பைக்குப் பெயர். [முற்காலங்களில் பீச்சாங்குழல்களையும், துருத்தி போன்ற வேறு கருவிகளையும் கொண்டு குதமார்க்கத்தினால் ஔஷதங்களைப் பீச்சிட்டுவந்தனர்; அக்காலங்களில் துருத்திக்குப் பதிலாய் மிருகங்களின் கனமான மூத்திரப்பைகளை உபயோகித்து வந்தனர். ஆகவே அக்கருவியும், அவ்வேலையும் 'வஸ்தி' எனப்படுகின்றன.]

மூன்று வஸ்திகள் செய்யப்படும் கிரமம்.

அவற்றுள் 'அநுவாஸனவஸ்தி' யென்பது முதலிற் கூறப்படும்; அதன் பிறகு 'நிரூஹ வஸ்தி' விவரிக்கப்படும்; நிரூஹவஸ்திக்கு உத்தரத்தில்[1] செய்யக்கூடிய வஸ்தியானது 'உத்தரவஸ்தி' என்று வழங்கப்படும். $3\frac{1}{2}$.

மாத்ராவஸ்தி.

அநுவாஸந வஸ்தியிலேயே 'மாத்ராவஸ்தி' என்றொரு வகையான வஸ்தியுண்டு. 'மாத்ராவஸ்தி' என்பது அவ்வஸ்திகர்மத்திற்காக உபயோகிக்கப்படும் ஔஷதங்களில் அல்லது செய்கையிலுள்ள பேதத்தினால் ஏற்படுத்தப்படாமல், கேவலம் அவ்வௌஷதங்களின் அளவுகளிலுள்ள பேதத்தினாலேயே ஏற்பட்டதாகும். அநுவாஸன வஸ்தியில் ஒன்று அல்லது இரண்டு பலம் அளவாக தைலம் முதலியது உபயோகிக்கப்படுமானால் அது 'மாத்ராவஸ்தி' எனப்படும்.[2] $4\frac{1}{2}$.

அநுவாஸனத்திற்கு உரியவரும் தகாதவரும்.

ரூக்ஷசரீரமும், மிதமிஞ்சிய பசியும், மிகவும் அதிகரித்த வாத தோஷமுமுடைய மனிதன் அநுவாஸன வஸ்திக்கு ஏற்றவனாவான். குஷ்டரோகி, மேஹரோகி, ஸ்தூலித்த தேஹமுடையவன், மஹோதரம் முதலிய உதரரோகங்களால் வருந்துபவன் இவர்கள் அநுவாஸன வஸ்திக்குத் தகாதவர்கள். $5\frac{1}{2}$.

இரண்டு வஸ்திகளுக்கும் தகாதவர்.

அஜீர்ணம், உன்மாதம், நாவறட்சி, மனநோய், மூர்ச்சை, அரோசகம், பயம், ச்வாஸம், காஸம் இவற்றால் வருந்துபவருக்கு ஆஸ்த்தாபன வஸ்தி யென்ன[3] அநுவாஸன வஸ்தி யென்ன இரண்டையுமே செய்யக்கூடாது. $6\frac{1}{2}$.

நேத்திரம் செய்வதற்கேற்ற வஸ்துக்கள்.

பொன் முதலிய லோஹங்களாலாவது, மரம் அல்லது மூங்கில் முதலியவற்றாலாவது, த்வாரமுள்ள வேறுவிதமான தண்டுகளாலாவது, தந்தத்தினாலாவது, மாடு முதலிய மிருகங்களின் கொம்பு முனைகளாலாவது, இரத்னங்களாலாவது வஸ்தியில் சேர்ப்பதற்கான நேத்திரம்[4] செய்யப்படவேண்டும். $7\frac{1}{2}$.

நேத்திர ப்ரமாணம் முதலியது.

ஒன்று முதல் ஆறு வயது வரையிலுள்ள சிறுவர்களுக்கு உபயோகிக்க வேண்டியதற்கு நேத்திரம் ஆறு அங்குலம் நீளமாகவும், அதற்குமேல் பன்னிரண்டு வயது வரையில் எட்டு அங்குலம் நீளமாகவும், பன்னிரண்டு வயதுக்கு மேற்பட்ட அனைவருக்குமே பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமாகவும் செய்யப்படவேண்டும். அவற்றில் ஆறு அங்குலமுள்ள நேத்திரத்தின் த்வாரம் ஒரு பயறு புகும்படியாகவும், எட்டு அங்குலமுள்ள நேத்திரத்திற்கு சிறு கடலை பிரவேசிக்கக்

1. உத்தரவஸ்தி—அநுவாஸனத்திற்கும் நிரூஹத்திற்கும் உத்தரத்தில் (பிறகு) செய்யப்படுவதால் இப் பெயர் வந்தது.

2. இரண்டு யாமங்களில் ஜீர்ணமாகக்கூடிய அளவில் ஸ்நேஹத்தை உபயோகித்து செய்யப்படுவது அல்லது ஒன்றரை பலமளவிலுபயோகிக்கப்படுவது 'மாத்ராவஸ்தி'யின் முறையென்று வேறு சிலரது கொள்கை.

3. ஆஸ்த்தாபன வஸ்தி—நிரூஹவஸ்தியின் மற்றொரு பெயர். [இதையே கஷாயவஸ்தி யென்றும் கூறுவர். அவ்விதமே அநுவாஸனத்திற்கும் ஸ்நேஹவஸ்தியென்று பெயர் வழங்கப்படும்.]

4. நேத்திரம்—தோல் அல்லது மூத்திரப்பையாலான வஸ்தியில் இணைக்கப்பட்டு, குதத்தில் பிரவேசிப்பித்து மருந்துகளைப் பீச்சிடுவதற்கு உபயோகமான குழல்.

கூடியதாகவும், பன்னிரண்டு அங்குலமுள்ளதற்கு இலந்தங்கொட்டை நுழையும்படியும் இருக்க வேண்டும். இந்த நேத்திரங்களை வழவழப்பாகவும், அடி பருத்து நுனி சிறுத்ததாகவும் செய்யவேண்டும். அவற்றின் அடிபாகம் பிணியாளியின் பெருவிரலளவாகவும், முனையானது சுண்டுவிரலளவாகவும், குளிகைபோல் சிறிது உருண்டு வழவழப்பான முகமுடையதாகவும் இருக்கவேண்டும். நேத்திரங்களின் அடிப்புறத்தில் நாலு பாகங்களுக்கு மேல் ஒரு கணுவும், முனையில் நாலு பாகத்திற்குக் கீழ் ஒரு கணுவும் ஏற்படுத்தி, அவற்றின் அடிப்புறத்துக் கணு வரையில் வஸ்தியை நுழைத்து நன்றாகக் கட்டிவிடவும். 8—12.

வஸ்தி செய்வதற்கான வஸ்துக்கள்.

மான், ஆடு, பசு, பன்றி, எருமைக்கிடா இவற்றுள் ஏதேனும் ஒரு மிருகத்தின் மூத்திரப்பையை எடுத்து வஸ்தியென்னும் கருவியாகச் செய்துகொள்ளலாம். அவ்வித மூத்திரப்பை கிடைக்காவிடின், ஏதேனும் சர்மத்தினாலாவது வஸ்தியை நிர்மித்துக்கொள்ளலாம். இதற்காக உபயோகிக்கப்படும் மூத்திரப்பை முதலியவற்றை முதலில் துவர்ப்பான வஸ்துக்களால் செய்த கஷாயங்களில் தோய்த்து ஒருவித வர்ணமும் கிசிகிசிப்பும் மெதுத்தன்மையும் வன்மையும் உண்டாகும்வண்ணம் பதன் செய்யவேண்டும். $13\frac{1}{2}$.

விரணவஸ்தியின் நேத்திரம்.

விரணங்களைக் கழுவுவதற்கு உபயோகமாகும் வஸ்திக்கு எட்டு அங்குலம் நீளமுள்ளதும், வழவழப்பாயிருப்பதுமான நேத்திரத்தை வஸ்தியில் இணைக்கவேண்டும்; அந்த நேத்திரம் கழுகென்னும் பக்ஷியினுடைய இறகுத்தாளின் பருமனுள்ளதும், பயறு நுழையக்கூடிய இரந்த்ரமுடையதாகவும் அமைந்திருக்கவேண்டும். $14\frac{1}{2}$.

வஸ்தியின் மஹிமை.

வஸ்தியை முறைதவறாமல் உபயோகித்து வந்தால் சரீரம் செழித்து வளரும்; அழகிய நிறமுண்டாகும்; தேஹவன்மை விருத்தியாகும்; ஆரோக்கிய நிலைமை அபிவிருத்தியடையும்; ஆயுளும் வளரும். $15\frac{1}{2}$.

அநுவாஸனம் செய்ய வேண்டிய காலங்கள்.

வஸந்த காலத்தில் ஸாயங்கால வேளையில் அநுவாஸநவஸ்தியைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். க்ரீஷ்மருது, வர்ஷருது, சரத்ருது இவற்றில் இராத்ரி காலங்களில் அநுவாஸன வஸ்தியைப் பிரயோகிப்பது உசிதமாம். $16\frac{1}{2}$.

முறை தவறிய அநுவாஸனத்தினால் தீங்குகள்.

மிகவும் எண்ணெய்ப்பசையுள்ள உணவுகளைப் புஜித்திருக்கையில் அநுவாஸனம் செய்விக்கக்கூடாது; இரண்டு முறையாக ஸ்நேஹங்களையுபயோகிப்பதால்[1] மனிதனுக்கு ஒருவிதமான மதமும் மூர்ச்சையும் உண்டாகக் கூடும். அதிக ரூக்ஷமான உணவுகளை யுண்டவனுக்கும் உடனே அநுவாஸனம் செய்தால் சரீரவன்மையும் நிறமும் குறையும். அநுவாஸன வஸ்தியையாவது நிரூஹவஸ்தியையாவது குறைந்த அளவில் உபயோகித்தால், அவற்றால் அதிக குணங்கள் உண்டாகமாட்டா. அளவு மிஞ்சி உபயோகிக்கப்படுமானால், அவ்வித

1. ஸ்நேஹம் என்றால் எண்ணெய் வஸ்துக்கள் என்று முன்பே கூறப்பட்டிருக்கிறது. எண்ணெய்ப் பசையுள்ள உணவுகள் ஒரு ஸ்நேஹமாகவும், அநுவாஸனத்தில் பிரயோகிக்கப்படுவது மற்றொரு வகையான ஸ்நேஹவிதியாகவும் இருப்பதால் இரண்டுமுறை ஸ்நேஹங்கள் என்று குறிக்கப்பட்டதாம்.

வஸ்தி கர்மங்களால் வயிற்றுப் பொருமல், சோர்வு, அதிஸாரம் இக்கோளாறுகளுண்டாகும். 17—19.

அநுவாஸனத்தில் உத்தம மத்யம ஹீந மாத்திரைகள்.

அநுவாஸனத்தில் ஸ்நேஹம் முதலியவற்றை ஆறு பலம் அளவில் உபயோகித்தால் 'உத்தம மாத்திரை' என்றும், மூன்று பலமானால் 'மத்யம மாத்திரை' என்றும், ஒன்றரைப் பலமளவாயின் 'ஹீநமாத்திரை' என்றும் கருதப்படும். 20.

சதாஹ்வா தைல விரேசமும் அநுவாஸனத்திற்கேற்ற நிலைமையும்.

சதகுப்பி, இந்துப்பு இவற்றைச் சூர்ணம் செய்து எண்ணெயில் சேர்த்து, வஸ்தி செய்வதற்கு முன் விரேசனமாவதற்காகக் கொடுக்கவேண்டும். அச்சூர்ணத்தை உத்தம மாத்திரையானால் ஆறு மாஷமும், மத்யம மாத்திரையானால் நான்கு மாஷமும், ஹீநமாத்திரையானால் இரண்டு மாஷ எடையும் எண்ணெயிற் சேர்த்து உபயோகிக்கவேண்டும். இதையுபயோகித்து விரேசனமான பின்பு ஏழு நாட்கள் சென்றதும், சரீரத்தில் பலமும் சிறிது உண்டாயிருந்தால், அநுவாஸனத்திற்கு ஏற்ற நிலைமையிலுள்ள மனிதருக்கு ஆஹாரமுட்கொண்டபின் அவ்வஸ்தியைச் செய்யவேண்டும். 21, 22.

அநுவாஸனம் செய்ய வேண்டிய முறை.

அப்பால், அநுவாஸன வஸ்திக்குரிய மனிதனுக்கு முதலில் அப்யங்கம் செய்வித்து, உஷ்ணஜலத்தினால் ஸ்வேதமுண்டாக்கி, மெதுவாக போஜனமும் விதிப்படி செய்வித்து, சிறிது இங்குமங்கும் உலாவி வரச் செய்து, அபானவாயு மலம் மூத்திரம் இவற்றை வெளிவிடப்பண்ணி, அதன் பிறகு ஸ்நேஹ வஸ்தியைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். இடதுபுறமாகச் சாய்ந்து, இடது காலை நீட்டியும் மற்றொரு காலை மடக்கிக்கொண்டும் பிணியாளியைப் படுக்கச் செய்து, குதத்தில் சிறிது எண்ணெயைத் தடவி, வஸ்தியின் நேத்திரத்தை மெதுவாக உட்செலுத்தவேண்டும். முன்பாகவே வஸ்தியையும் நேத்திரத்தையும் நன்றாக நூலைக்கொண்டு இணைத்துக்கட்டி ஆயத்தமாய் வைத்துக்கொள்வது அவசியம். வஸ்தியினுள் ஸ்நேஹத்தை ஊற்றி, வைத்தியன் தனது இடது கையால் நேத்திரத்தைப் பிடித்து பிணியாளியின் குதத்திற்குள் செலுத்தி, மற்றொரு கையால் வஸ்தியென்னும் பையைச் சிறிது வேகமாக அமுக்கவேண்டும். வஸ்தியைச் செய்துகொண்டிருக்கையில் கொட்டாவி, இருமல், தும்மல் இவை வாராமல் அமைதியாய் அவ்வேலையைச் செய்து முடிக்கவேண்டும். முப்பது மாத்திரைகள்[1] கொண்ட காலத்தில் ஒரு முறை வஸ்தியைச் செய்து முடிக்கவேண்டும். இவ்விதம் ஸ்நேஹத்தை குதத்தின் மூலமாய் உட்செலுத்தியபின், அப்பிணியாளி மல்லாந்து சயனித்தவாறு சற்றேறக்குறைய நூறு எண்ணிக்கைகள் எண்ணும்வரையில் அசையாமலிருக்கவேண்டும். நோயாளியை தேஹமனைத்தையும் நன்றாக நீட்டிக்கொண்டு படுக்கச் செய்து, அவனுடைய இரு கால்களையும் மூன்று முறை மெதுவாக மடக்கி தரையின்மீது உதைக்கச் சொல்லவேண்டும்; இடுப்புக்குக் கீழும் இடுப்பின் இரு புறங்களிலும் தட்டிக்கொடுத்து, படுக்கையின் மேல் இடுப்பைத் தூக்கித்தூக்கி

1. முப்பது மாத்திரைகள்—சற்றேறக்குறைய முப்பது விநாடி. [முழங்காலைச் சுற்றிலும் சுடிக்கைப் போட்டுக்கொண்டே மெதுவாகக் கையானது சுழன்றுவர எவ்வளவு நேரம் செல்லுமோ அவ்வளவு நேரம் ஒரு மாத்திரை யென்று கூறப்படுகிறது.]

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

REGISTRAR ... 4 - MAY 1915

புஸ்தகம் 2. Vol. 2. } ஆனந்த வருஷ தைமீ—FEBRUARY—1915. { ஸஞ்சிகை 6. No. 6.

DHARA KALPA OR THE AYURVEDIC SYSTEM OF DOUCHE BATH.

தாரா கல்பம்.

By, N. MADHAVA MENAN,
AYURVEDA BHUSHAN.
Asst. Physician, Ayurvedic Free Dispensary,
Lecturer, Madras Ayurvedic College.

இவ் "வைத்திய கலாநிதியின்" சென்ற புரட்டாசிமாத ஸஞ்சிகையில் மலையாளத்தில் வெகு பிரஸித்தமாக வழங்கிவரும் சில சிறந்த ஆயுர்வேத சிகித்ஸாமுறைகளைப்பற்றி வேறு சில வியாஸங்களும் இப்பத்திரிகையின் மூலமாய் நமது வைத்தியர் முதலான நண்பர்களுடைய நன்மையைக் கோரி வெளியிடப் போவதாய் வாக்களித்திருந்தேனல்லவா? இப்பொழுது அவற்றுள் மிக முக்கியமானதும் வெகு உபயோகமானதுமான ஒருவித சிகித்ஸா முறையைப்பற்றி இதனடியில் வரையத் துணிந்தேன்:

மேனாட்டு வைத்திய ச்ரேஷ்டர்களால் கைவிடப் பெற்றவையும், வேறுவிதமான வைத்தியங்களுக்கு வசப்படாதவையும், நெடுநாட்களாய் மிகவும் துன்பமளித்து வருபவையும், ஆகவே அஸாத்தியமென்று கருதப்படுபவையுமான அநேகம் வியாதிகளை மலையாளத்திலுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் சில அருமையான சிகித்ஸாமுறைகளைக்கொண்டு அடியோடு அகற்றிவிடுகின்றனர் என்பது, இத்தென்னிந்தியாவில் புதிதாகக் கேட்கப்படும் விஷயமல்ல. விசேஷமான சிற்சில சிகித்ஸா க்ரமங்கள் கேரளதேசத்திலேயுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடைய அநுபவத்தில் இன்றைக்கும் இருக்கின்றன; இதர தேசங்களில் அவற்றிற்குப் பிரசாரமிருப்பதாய் அறியப்படவில்லை; மற்ற வைத்தியர்களுடைய செவியிலும் அவ்விஷயங்கள் விழுந்திருக்க மாட்டாவென்று நினைக்கிறேன்; மிகுதியான சிரமத்தையும் பாராட்டாமல் அவ்வித சிகித்ஸா விசேஷங்களை சாஸ்திரரீதியாகவும் கைகண்ட பலனளிக்கும் விதமாகவும் அத்தேசத்தியவர் நிறைவேற்றி வரக்காணலாம். அவர்கள் செய்துவரும் அருமையான அத்தகைய அநேக சிகித்ஸைகளுக்குள் 'தாராவிதி' என்பது முக்கியமானதாம். மிகவும் ஸாரவத்தான இவ்வித முறையை அகில வைத்தியர்களும் அறியும்படி வெளிப்படுத்துவது அவசியமென்றும், ஸர்வ ஜனங்களும் ஒரேவிதமாய் அநுபவித்து நற்பயன் பெறுவதற்கென்று ஆதிகாலத்திய ஆர்ய வைத்தியர்களால் உபதேசிக்கப்பட்ட விஷயங்களை இரண்டொருவர் மட்டும் அறிந்து அதை மறைத்துவைத்து ஒரு வாறு தாமே இலாபம்

பெற எண்ணங்கொள்வது யுக்தமல்லவென வும் நினைத்து இவ்வியாஸத்தை வரைய விரும்பினேன்.

'தாரா' என்கிற சொல்லுக்கு அநேகம் அர்த் தங்கள் இருந்தபோதிலும், வைத்திய சாஸ்தி ரத்தில் சிகித்ஸாக்ரமத்தின் ஸம்பந்தத்திற் கேற்றவாறு, 'ஏதேனும் திரவப்பொருளின் பெருக்கு' என்றே பொருள் கூறவேண்டும்.

தாராவிதியில் அந்தந்த திரவப்பொருளின் பேதத்திற்கேற்க 'தக்ரதாரை' என்றும்,* 'தைலதாரை' என்றும், 'ஸ்தந்யதாரை' †என்றும் பலவேறு முறைகளுண்டு. ரோகிகளுடைய வியாதி நிதானங்களையும் சரீரக் கூறுபாடுகளை யும் உற்றுநோக்கி, அதற்கேற்ற திரவ வஸ் துக்களைக்கொண்டு தாராவிதியைச் செய்யும் வகையை மலையாளத்திலுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் நன்கு அறிவர். "பிணியாளி யின் தேஹக் கூறுபாட்டிலும் மற்றும் செய்ய வேண்டிய காரியங்களிலும் கண்ணும் கருத்து மாயிருந்து தாராவிதி நிறைவேற்றப்படுமானால், அதனால் நிவ்ருத்திக்கக்கூடாத ரோக மெதுவு மில்லை" என்பது சாஸ்திரத்திலும் அனுபவத் திலும் முதிர்ந்த அறிவு பெற்றவர்களான கேரளதேசத்து வைத்தியர்களின் ஸித்தாந்த மாகும். பெரும்பாலும் நமது அனுபவத்தி லும் அது அவ்விதமென்றே தெரியவருகிறது. தாரா விதியைச் செய்ய ஆரம்பிக்கும் வைத்திய னுக்கு சாஸ்திரத்தில் தீரவும் நல்லறிவு இருக்க வேண்டியதுமல்லாமல், அதிக அனுபவத்தி னால் அக்காரியத்தில் விசேஷமாக பரிசயமும் பெற்று திறமைசாலியா யிருக்கவேண்டும்; அவ்வித வைத்தியனே தாரையென்னும் இச் சிகித்ஸா விசேஷத்தை நன்கு நிறைவேற்ற வல்லவனாவான். இதை முறைதவறிச் செய் தால் பலவிதமான தீமைகள் ஸம்பவிக்கும்; அத்தீங்குகள் சில ஸமயம் எவ்வித உபாயத் தாலும் தடுக்கக்கூடாதனவாகவும் ஆய்விடும்.

* தக்ரதாரை—மோரை தாரைபோல் விட்டுச்செய் யப்படும் சிகித்ஸை.

† ஸ்தந்யதாரை—முலைப்பாலை தாரைபோல்விட்டுச் செய்யப்படுவது.

இந்த தாரா ப்ரயோகமானது வாதம், பித் தம், கபம் என்கிற இம்மூன்று தோஷங்களால் தனித்தனியே ஸம்பவிக்கும் கோளாறுகளில் மாத்திரமல்ல, இவையனைத்தும் ஒருமிக்கச் சேர்ந்து விகாரமடைந்து நேரிடும் வியாதிகளி லும் அதற்குத் தகுந்த சிகித்ஸைகளின் பேதத் தையும், காலவேற்றுமைகளையும் அநுஸரித்து வெவ்வேறு விதமான திரவ பதார்த்தங்களைக் கொண்டு செய்யப்படுகின்றது. பிணியாளிக ளல்லாதவர்கள் செய்து கொள்வதற்கேற்ற சில தாரா கல்பமுமுண்டு; அதை நன்றாகச் செய்துகொண்டால் பிணியாளிகளல்லாதவ ருக்கும் அது நல்ல ஸௌக்கியத்தைத் தரும்.

அவற்றுள் வாதரோகங்களில் வாதஹரமான ஔஷதச் சரக்குகளைச் சேர்த்து பக்குவம் செய் யப்பட்ட தைலமும், பித்தரோகங்களில் பித்த ஹரமான பதார்த்தங்களால் பக்குவம் செய் யப்பெற்ற க்ருதமும், கபரோகங்களில் அவ் விதமே கபஹரமான பதார்த்தங்களால் பக்கு வம் செய்யப்பட்ட தைலமும் உபயோகிக்கக் கூடியதென்று நியமமொன்றுண்டு. வேறு சில கொள்கைப்படி வாதவியாதிகளில் ஏதாவது ஸ்நேஹமும்,* பித்தரோகங்களில் பாலும், கப ரோகங்களில் மோரும் தாராவிதிக்கு உபயோ கிக்கக் கூடியவையென்றும் நியமம் ஏற்படுத்தப் பட்டிருக்கிறது. ஆனால் விஷயங்களையுணர்ந்த வைத்தியர்கள் வாதரோகங்களில் காஞ்ஜிக மென்னும் புளிப்பான சில திரவபதார்த்தங் களையும், பித்த வியாதிகளில் தேங்காயின் இள நீரையும், கபரோகங்களில் கபஹரமான ஔஷ தச் சரக்குகளால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட கஷாயவகைகளையும் வெகு ஸாதாரணமாய் உப யோகித்து வருகின்றனர். வாத பித்தாதி தோ ஷங்களிருக்கும் நிலைமைகளையும், ரோகத்தின் ஸ்வரூபங்களையும், தேசகாலாதிகளின் தன்மை களையும் ஆலோசித்து இன்னும் வேறுவித மான திரவபதார்த்தங்களைக்கொண்டும் தாரா விதியை நன்றாகச் செய்யலாம். தாரா கல்பங்

* ஸ்நேஹம்—நெய், கொழுப்பு, தைலம் முதலிய எண்ணெய்ப் பொருட்கள்.

களுள் பிணியாளிகளல்லாத அனைவருக்கும் உபயோகிக்கத் தகுந்தது யமகஸ்நேஹமே* என்று சாஸ்திரமறிந்த எல்லா வைத்தியர் களுடையவும் கொள்கை.

தாரையைப் பிரயோகிக்கும் முறையானது மூன்றுவிதமாகப் பகுக்கப்படும்:—

1. மூர்த்ததாரை (சிரஸ்ஸில் செய்யப்படும் தாராவிதி).

2. ஸர்வாங்க தாரா (சரீரம் முழுமையிலும் செய்யப்படும் தாராவிதி).

3. ஏகதேச தாரா (சரீரத்தில் ஏதேனும் ஒரு பாகத்தில் செய்யப்படும் தாராவிதி).

1. மூர்த்ததாரை:-சிரஸ்ஸில் ஏதேனும் திரவ பதார்த்தங்களை தாரைபோல் ஊற்றிச்செய்யப் படும் சிகித்ஸாக்ரமமாகும். உன்மாதம் என் னும் பைத்தியரோகம், அபஸ்மாரமென்னும் காக்கைவலிமுதலிய மானஸிக ரோகங்களி லும், சிரஸ்ஸைப்பற்றிய நோய்கள், பீநஸம், செவிட்டுத்தனம், நேத்திரரோகங்கள், மற்றும் மார்புக்கு மேற்பட்ட அவயவங்களைப்பற்றி யுண்டாகும் இதர வியாதிகளிலும் இந்த தாரா விதி உபயோகமானது.

2. ஸர்வாங்கதாரை:-ஸர்வசரீரத்தையும் ஆச் ரயித்துண்டாகும் வாதநோய், க்ஷயரோகம், பார்ச்வவாயு முதலியவைகளைப்போல் அகில அங்கங்களையும் பற்றியுண்டாகும் ரோகங்க ளில் இந்த ப்ரயோகம் ப்ரசஸ்தமானது.

3. ஏகதேச தாரை:-சரீரத்தில் ஏதேனும் ஓர் குறிப்பிட்ட அவயவத்தை அல்லது பாகத்தை ஆச்ரயித்து ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளில் இந்த முறை தகுந்ததாகும். குன்மம், ப்லீஹமென் னும் மண்ணீரலின் வீக்கம், வயிற்றுப்பொரு மல், வயிற்றுவலி முதலிய ரோகங்களில் இதை யுபயோகிப்பது நலம்.

இவற்றுள் மூர்த்ததாராவிதியை நிறை வேற்ற வேண்டுமானால், அதற்கு முன்னதாய் ஆயத்தம்செய்து வைத்துக்கொள்ளவேண்டிய ஸாமக்ரிகள் சில உண்டு.

அவற்றுள் (1) தாராவிதிக்கு அவசியமான திரவத்தை வைப்பதற்காக ஒரு அண்டா. (2) அத்திரவத்தை எடுத்துவிடுவதற்குபயோக மான ஒரு சிறிய பாத்திரம். (3) தாரைக்கு வேண்டிய திரவப்பொருள் என்பவையாம்.

முன்னதாய் ஆயத்தம் செய்துகொள்ள வேண்டிய உபகரணங்களுக்குள் இம்மூன்றும் பிரதானமானவை. மேலும் படுக்கை, தலை யணை, பீடங்கள் முதலிய வேறு சில பண் டங்களும் வேண்டியவைகளே; ஆனால் இவற்றை அவ்வளவு உடனே தயார்செய்து வைத்துக்கொள்ளவேண்டுமென்கிற நிர்ப்பந்த மில்லை. ஸமயம் நேரிட்டபோது அவற்றைப் பற்றிய விஷயங்களும் வரையப்படும்.

1. தாராத் ரோணீ: தாரா விதிக்குபயோக மான திரவவஸ்துவை வைப்பதற்கான அண் டாவே தாராத்ரோணீ என்று வழங்கப்படும். இந்த த்ரோணியென்னும் பாத்திரம் வெள்ளி, தாமிரம் முதலிய உலோகங்களால் செய்யப் பட்டதாயிருக்கக் கூடாது. இதை மரத்தி னால் செய்வதுதான் நல்லது; அதிலும் எல்லா மரங்களும் இதற்கு உதவாது. தேவதாரு, மகிழமரம், ஸாளவிருக்ஷக்கட்டை, சரக்கொ ன்னை, மா, அசோகமரம், கருங்காலி, விளா, வேம்பு, நாவல், அத்தி, சந்தனம், செண்பக மரம், பலா முதலிய சில விருக்ஷங்களின் கட் டைகளே த்ரோணீ செய்வதற்குச் சிறந்தவை களாகக் கருதப்படுகின்றன. இவற்றுள் கிடைக்கக்கூடிய மரத்தினால் அடியிற் கூறப் படும் விதமாய் தாராத்ரோணியை நிர்மாணம் செய்யலாம்.

த்ரோணியை நிர்மாணம் செய்யும் முறை:— த்ரோணியின் அங்கத்தை மூன்று பாகங்களா கப் பிரிக்கலாம். (1) அடிப்பிரதேசம், (2) தலைப்புறம் (3) மத்யபாகம் என்று.

அவற்றுள் மத்யபாகமே மிகப் பிரதானமா னது. அது பிணியாளி படுப்பதற்கு உபயோக மானது. இந்த பாகத்தை உயரத்திலும் அக

* யமக ஸ்நேஹம்—தைலம் நெய், முதலிய எண் ணெய்ப் பொருட்களில் எதையேனும் இரண்டிரண்டு வஸ்துக்களைச் சேர்த்து உபயோகித்தால் அவை 'யமக ஸ்நேஹங்கள்' எனப்படும்.

லத்திலும் 22 அங்குலங்களுக்குக் குறையாமலும், 32 அங்குலங்களுக்கு அதிகப்படாமலும் செய்யவேண்டும்; இதன் நீளம் 84 அங்குலங்களுக்குக் குறையாமலும், 96 அங்குலங்களுக்கு அதிகப்படாமலும் இருக்கவேண்டும். தலைப்புறத்து இரண்டு பக்கங்களிலும், அடிப்புறத்து இரண்டு பக்கங்களிலும் ஆக நான்கு பாரிசங்களிலும் நான்குபிடிக்கும் காம்புகளை இணைக்கவேண்டும்; ஒவ்வொரு கொம்பும் நன்கு வளர்ந்த மனிதனுடைய காலவ்வளவுப் பருமனுடையதாகவும், நீளத்தில் எட்டு அங்குலங்களுக்குக் குறையாமல் பத்து அங்குலங்களுக்கு அதிகப்படாமலுமிருக்கவேண்டும். த்ரோணியை அப்படியேயாவது பிணியாளியைப் படுக்கவிட்டாவது ஓரிடத்திலிருந்து மற்றோரிடத்திற்குக் கொண்டுபோக வேண்டுமானால் இப்பிடிகளைப் பற்றியெடுத்துக் கொண்டுதான் போகவேண்டும். அப்படிச் செய்வதுதான் ஸௌகர்யமாயிருக்கும். மேலும் த்ரோணியின் கீழ்த்தடம் பூமியின்மீது படியும்படி இருக்கக் கூடாது. அதற்காக த்ரோணியின் கீழ்த்தடத்தில் நான்கு மூலைகளிலும் எட்டு அல்லது பத்து அங்குலங்களுக்கு அதிகப்படாத உயரமுள்ள நான்கு கால்களையும் இணைத்திருப்பது அவசியமாம்; மேலும் கால்புறத்தின் கால்களைவிட தலைப்புறத்துக் கால்கள் இரண்டும் சிறிது உயரமாயிருப்பது நலம்; அப்படிச் செய்தால் பிணியாளி அதனுள் படுத்துக்கொள்வதற்கு ஸௌகர்யமாயிருக்கும். அதற்கு மாறாகத் தலைப்பக்கத்துக் கால்களும் தாழ்ந்திருந்தால் பிணியாளியின் தலைப்புறம் தாழ்ந்து அவனுக்கு அதனால் அஸௌகர்யம் ஏற்படும். அப்பொழுது வயிற்றுக்கு மேற்பாகத்திலுள்ள அவயவங்களின் வேலைகள் சிறிது கஷ்டப்பட்டு நடக்கும். அதனால் சில வியாதிகளும் உண்டாகலாம். இதற்குக் கால்களை இல்லாமற்போனால் என்ன தோஷமென்றால், அப்பொழுது த்ரோணியின் அடித்தடம் பூமியின்மேல் பதிந்திருக்குமாகையால், பூமியின் சீதோஷ்ண நிலைமைகள் த்ரோணியின் அடித்தடத்தையும் தாக்கி, அதற்கேற்றவாறு அந்த த்ரோணியிலடங்கிய திரவவஸ்துக்களுக்கும் அதே குணத்தை யுண்டுபண்ணும்; அந்த த்ரோணியினுள் படுத்திருக்கும் பிணியாளியின் உடலுக்கும் அத்தோஷங்கள் ஸம்பந்திக்கும்; அப்பொழுது ரோகியின் தேஹத்தில் வைத்தியனுடைய கொள்கைக்குத் தகுந்தவாறு சீதோஷ்ணதிகளின் அளவு ஒரு ஒழுங்காக ஸம்பந்திக்காமல் அவை பலவாறு வேற்றுமை யடையலாம்; அதனால் ரோகிக்கு நாம் நினைத்தபடி குணங்கள் ஸம்பவிப்பதும் தவறிவிடும்.

த்ரோணியின் மத்யபாகம்:—இதன் நீளமும் வைசால்யமும் கூறப்பட்டதல்லவா? அத்துடன் இதன் உருவம் முழுமையும் விவரிக்கப்பட்டதாகக் கருதவேண்டாம். இதன் மத்யபாகத்தில் (அதாவது பிணியாளி படுக்கும் பாகத்தில்) ஓர் உத்தேசமாகத் தலையை அமர்த்தி வைத்துக்கொள்ளும் பாகத்தைப் பகுத்து, கழுத்து அமரக்கூடிய இடம் முதற்கொண்டு சிரஸ்ஸை உயர்த்திவைத்துக் கொள்வதற்காகச் சிறிது உயரமாய் அப்பாகத்தை ஒருவாறு மேடைபோல் அமைத்திருக்கவேண்டும்; ஆனால் கழுத்துக்கு இரு புறங்களிலிருந்தும் தலையைச் சுற்றிலும் வரம்புபோலவும், தலையின் பின்புற எலும்புபாகம் நிற்குமிடம் சிறிது பள்ளமாகவும் இருக்குமாறு அம்மேடையை அமைக்கவேண்டும். இவ்வரம்புக்கு வெளிப்புறத்திலும் மற்றொரு பள்ளம் கொஞ்சம் பெரிதாக அமைக்கப்படவேண்டும்; சிரஸ்ஸில் தாராரூபமாக ஏதேனும் திரவபதார்த்தம் ஊற்றப்படும்போது, அத்திரவப்பொருள் சிரஸ்ஸுக்கு அடியிலிருந்து அப்பெரிய பள்ளத்தில் விழும்படி அவ்விடம் அவ்வளவு வாட்டமாக அமைக்கப்படுமானால், ஊற்றப்படும் திரவம் பிணியாளியின் மற்ற அவயவங்களின்மேல் பெருகி வாராமலிருக்கும். அந்தப் பெரிய பள்ளத்திலிருந்து திரவப்பொருள் த்ரோணிக்கு வெளியில் போய்விடுமாறு அப்பாத்திரத்தின் தலைப்பாகத்தில் ஒரு சிறிய த்வாரமும் ஏற்படுத்துவது அவசியம்.

வெளியில் அந்த த்வாரத்திற்குக் கீழே ஒரு பாத்திரத்தை வைத்திருந்தால், அதில் தாராவிதிக்கு உபயோகித்தத் திரவம் வந்துவிழும். கழுத்துக்குக் கீழிருந்து மற்ற உடற்பாகத்திற்கு இருபுறமும் வெளியில் சிறிது தாழ்ந்தும், உட்புறம் வரம்புபோல் உயர்ந்து மிருக்கவேண்டும். கால்பாகத்தில் வரம்புகளுக்குக் கீழிருந்து திரவப்பொருள் வெளியாவதற்கு ஒரு த்வாரம் ஏற்படுத்தி யிருக்கவேண்டும். இதன் அடித்தடம் வெகு மழமழப்பாகவும் வேறு சந்துகளில்லாமலும் அமைக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும். இவ்வாறு த்ரோணியை நிர்மாணம் செய்ய வேண்டிய முறை ஒருவாறு மொழியப்பட்டது.*

(தொடரும்.)

ANCIENT HINDU CHEMISTRY.‡

இந்துக்களின் பண்டைக்காலத்திய இரஸாயன சாஸ்திரம்.

By Dr. P. C. Ray,

Professor of Chemistry, Presidency College, Calcutta.

பிரஸவசாஸ்திரம், கௌமார ப்ருத்யமென்னும் பாலபோஷணை அல்லது பால சிகித்ஸாமுறை முதலியவற்றில் மிகவும் வியாபகரென்று புகழ் பெற்றிருந்த ஜீவகன் என்பவரும், வியாகரண சாஸ்திரமியற்றிய பாணிநியும், அர்த்த சாஸ்திரத்திலும் இராஜ்ய தந்திரத்திலும் மதியூகத்திலும் மேலான அறிவாளனென்று பெயர்பெற்ற சாணக்யனும், மற்றும் அவர்களைப்போன்ற பலரும் தக்ஷசிலா நகரத்தில் (இப்பொழுது டாக்ஸிலா-Taxila என்று வழங்கப்படுகிறது, பஞ்ஜாபின் மேற்குப் பிராந்தத்திலுள்ளது.) முதலில் சாஸ்திரங்களைப் பயின்று வந்ததால் அவ்விடம் பண்டைக்காலத்தில் பலவிதமான சாஸ்திரங்களைப் பயில்வதற்கு ஒரு கல்லூரியாயிருந்தது; அதிலும் அம்மேதாவிகள் முக்கியமாய் வைத்தியசாஸ்திரத்தைப் பயில்வதற்கு அதுவே பிரதானவிடமாயேற்பட்டிருந்தது. இந்தியாவில் முற்காலத்தில் வெவ்வேறு வகையான தொழில்கள் அல்லது கலைகளும், சாஸ்திரங்களும் ஏற்பட்டு அவை சிஷ்ய பரம்பரையாகக் கற்பிக்கப்பட்டு வந்தனவென்று நாம் அறிவோம்; மேலும் அக்காலத்தில் அவ்விஷயம் அத்துடன் நிற்கவில்லை. அநேக சாஸ்திரங்களைக் கற்றுத் தேறியவர்களுள் சிலர் ஒவ்வொரு சாஸ்திரத்தில் அல்லது கலையில் நிபுணர்கள் (specialists) என்றும் விசேஷமாகப் பிரஸித்தி பெற்றிருந்தனர். வாத்ஸ்யாயனர் இயற்றிய காமஸூத்ரம் என்கிற ஸம்ஸ்கிருத நூலில் அறுபத்தி நான்கு கலைகள் விவரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன; அவற்றுள் தாதுவாதம் (Chemistry and Metallurgy), ஸ்வர்ண பரீக்ஷை, இரத்னபரீக்ஷை, இரத்னங்களுக்கு வெவ்வேறு வர்ணமேற்றும் கலை இவை முதலான விஷயங்கள் குறிப்பிடத் தக்கவையாம். கி. பி. 587-இல் வராஹமிஹிரன் இயற்றிய ப்ருஹத் ஸம்ஹிதை யென்கிற நூலில் இரும்பையும், இரஸத்தையும் ஔஷதமாகப் பக்குவம் செய்யலாமென்றும், அவ்வௌஷதங்களை தேஹத்திற்கு பலத்தையும் ஆரோக்கியத்தையும் உண்டுபண்ணக்கூடிய இரஸாயனமாக (tonic) உபயோகிக்கலாமென்றும் கூறப்பட்டிருக்கிறது. இந்துக்களின் இரஸாயனசாஸ்திரம் தோன்றிய காலத்தோடும் காரியத்தோடும், அரேபியர்களுடையவும் ஐரோப்பியர்களுடையவும் இரஸாயன சாஸ்திரமுண்டானதற்கு ஆதிகாரணங்களை நன்றாக ஒற்றுப் பார்த்தோமானால், பரிசவேதியென்னும் மாணிக்கம் அல்லது சிந்தாமணி (philosopher's stone) என்கிற இரத்னமென்ன, சரீரத்திற்கு அழிவைத் தராத இரஸாயனமென்று பிரஸித்தி பெற்ற அமிருதமென்ன இவற்றை யுண்டாக்கியதற்கும், முற்கூறிய இரஸாயன சாஸ்திரங்களுக்கும் ஒருவாறு ஸம்பந்தம் ஏற்பட்டிருந்த

---

* த்ரோணி யென்னும் பாத்திரத்தின் உருவத்தைக் காட்டும் ஓர் சித்திரப்படம் அடுத்த ஸஞ்சிகையில் போடப்படும்.

‡A lecture delivered at the Bradlaugh Hall, Lahore, on 20th February 1915.

தாகக் கூறலாம். சிலவிஷயத்தில் அச்சாஸ்திர முறையின் விஷயம் இந்தியாவில் சிறிது மாறுபாடடைந்துள்ளது. இந்தியாவில் பண்டைக் காலத்திலிருந்த ஜ்யாமிதி அல்லது க்ஷேத்திர கணிதம், ககோளசாஸ்திரம் இவற்றின் மேன்மையைப்பற்றி டாக்டர் திபாட் என்பவர் கூறியுள்ள ஸித்தாந்தத்தைக் கவனித்துப் பார்த்த பிறகு, இந்தியாவில் முதன்முதல் இரஸாயன முறையானது, யோகசாஸ்திரப் பயிற்சியுடன் ஸமானமாகவும் அதற்குத் துணையாகவும் பயிலப்பட்டு வந்ததாக அறியப்படுகிறது. பிறகு காலவளவில் இரஸாயனமுறையென்பது தனியான ஒரு தந்திரம் அல்லது சாஸ்திரமாகக் கருதப்பட்டது; அப்பால் இரஸத்தைக்கொண்டு ஔஷதங்கள் செய்வதற்கும், அப்ரகம் முதலியதைச் சுத்திசெய்து உபயோகிப்பதற்கும் தகுந்த உபாயங்களை யறிவிப்பதற்கு இத் தந்திரம் ஏற்றதென்றும் தெரியவந்தது. இவ்விஷயமாய் அநேகம் பிராசீனநூல்களைப் பரிசீலனைசெய்து பார்த்ததில், இரஸத்தையே பிரதான ஆதாரமாகக்கொண்டு மிகவும் பெரியதோர் தந்திரம் ஏற்பட்டதென்று நிச்சயிக்கலாம். இரஸம் என்கிற பதத்தையும், அப்பொருளையும், அதன் குணங்களை அல்லது தன்மைகளையும் கவனித்துப் பார்ப்பவர் இத்தந்திரம் கிரமமாக எவ்விதம் மாறுபட்டு இப்பொழுதுள்ளபடி விவஹரிக்கப்படும் நிலைமையை யடைந்ததென்று நன்கு அறியலாம். இரஸம் என்று முதலில் பாதரஸத்திற்கும், பிறகு சில உப்பு வகைகளுக்கும் பிரதானமாகப் பெயர் வழங்கப்பட்டுவந்தது; அதன்பிறகு காலவளவில் கிழத்தனமும் மரணமும் சீக்கிரமுண்டாகாதபடி தடுப்பதற்கென்று உலோஹங்களாலும் பாதரஸத்தாலும் பக்குவம் செய்ய உபாயங்கள் ஏற்பட, அவ்வௌஷதங்களும் இரஸாயனங்களென்று வழங்கப்படலாயின; பதினாறுவது நூற்றாண்டில் இயற்றப்பட்டதான தாதுக்ரியா என்கிற கிரந்தத்தைப் (இது ருத்ரயாமள தந்திரத்தின் ஒரு பாகமென்று கருதப்படுகிறது) படித்தபிறகு, இக்காலத்தில் கெமிஸ்ட்ரி என்கிற பெயரால் வழங்கப்படும் சாஸ்திரமே அக்காலத்தில் இரஸாயனதந்திரம் என்கிற பெயரால் வழங்கப்பட்டதென்று அறிந்து இப்பொழுது நாம் ஒரு தீர்மானத்திற்கு வந்தோம். ஆகையால், பாதரஸம் சேர்ந்த ஔஷத ஸமுதாயங்கள் செய்யப்படும்போது, அவற்றில் தாதுவர்களைக் கூட்டி ஒருவித ஔஷதத்தன்மையை யுண்டாக்குவதற்கான முறையின் சரித்திரத்தைக் கூறும் கிரமமே இந்திய இரஸாயன தந்திரத்தின் சரித்திரம் (History of Hindu Chemistry) என்று உறுதியாகக் கூறலாம். பாதரஸத்தை ஔஷதயோக முறைப்படி உபயோகிக்கும் வகையைக் (Therapeutic use of mercury) கூறுபவையும், பிரசஸ்தமானவையென்று அங்கீகரிக்கப் பட்டவையுமான கிரந்தங்களுள் கி. பி. 900-இல் இயற்றப்பட்டவையே ஸமீப காலத்தியவைகளாம்; ஆனால் கி. பி. 1200 இல் எழுதப்பட்ட ரஸார்ணவம் என்கிற கிரந்தம் இன்னும் வெகு ஸமீபகாலத்தியதானாலும் இரஸாயனப் பொருட்களின் தத்துவங்களை யறிவிக்கும் விஷயங்களுக்கு அது ஓர் களஞ்சியமாயிருக்கின்றதெனக் கருதி, அதில் எமக்கு விசேஷ அபிமானமிருப்பது நியாயமே; அநேகம் வஸ்துக்கள் கலந்திருப்பதால் அசுத்தமாயிருக்கும் தாதுப் பொருட்களிலிருந்து சுத்தமான ஸத்துவங்களென்னும் உலோஹங்களையெடுப்பதற்கும், திராவகங்களை யிறக்குவதற்கும், புடமிடுவதற்கும், பஸ்மங்களை அல்லது சுண்ணங்களைச் செய்வதற்கும் அவசியமான அடுப்புகளென்ன, சூளைகளென்ன, புடங்களின் மாதிரிகளென்ன இவ்விஷயங்களும், மூசை முதலிய பல வேறு உபகரணங்களைச் செய்வதற்கான உபாயங்களும், அநேகவிதமான பிரயோகமுறைகளும் வெகு விஸ்தாரமாக இந்த நூலில் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. பதார்த்தங்களை நுட்பமாகவும் நிச்சயமாகவும் பார்த்தறிவதற்கு அவசியமான வழிகளை—அதாவது உலோஹங்களை யெரிக்கும்போது அவற்றிலிருந்து எழும் ஜ்வாலைகளின் நிறங்களைக்

கொண்டு அவற்றின் தத்துவங்களை அறிவதற்குவேண்டிய உபாயங்கள் இந்த நூலில் வெகு விவரமாகக் குறிக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

அப்பால் க்ஷாரங்கள் என்னும் காரவகைகளை யெடுத்துக்கொண்டால், அநேகம் வியாதிகளில் மேலே சர்மம் முதலியவற்றைச் சுடுவதற்கும் மற்றும்பல காரியங்களுக்கும் அவற்றின் உபயோகத்தை நாம் புகழாமலிருப்பதற்கில்லை. இக்காலத்திய மேனாட்டு இரஸாயன சாஸ்திரத்தில் சேர்த்து அவற்றை இன்னும் சீர்திருத்திக்கொள்ளலாமென்று நினைக்கும்படியாக அவற்றின் குணமும் தத்துவமும் அவ்வளவு மேன்மையாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன; அவ்விதமே அநுபவத்திலுமிருப்பதாக அவற்றின் செய்கைகள் காணப்படுகின்றன. க்ஷாரவகைகளைக்கொண்டு கெட்டுப்போன புண்களைச் சுடுவது இந்தியாவில் அநேகமாயிரம் ஆண்டுகளாகவே வழக்கத்திலிருந்து வருகிறது. இவ்விஷயத்தை, ப்ரெஞ்சு இரஸாயனதந்திர நிபுணரான பெர்த்திலாட் என்பவர் மிகவும் புகழ்ந்து எழுதியிருப்பதால், இதன் உண்மைக்கு அதையே ஒரு பிரமாணமாக எடுத்துக் கூறுவது உசிதமாகும். இரஸாயன சாஸ்திரத்தில் காலவளவில் இந்தியர்கள் தேர்ச்சிபெற்று வந்ததாலேயே உலோஹங்களை அநேகம் காரியங்களுக்கு உதவும்படி அவற்றைப் பக்குவம் செய்யும் உபாயங்களையெல்லாம் உணர்ந்திருந்தனர். அக்காலத்திய இந்தியர்கள் உலோஹங்களைப் பலவாறு பக்குவம்செய்து அவற்றை உபயோகிக்கும் வகைகளில் (Mettallurgy) மிகவும் நிபுணர்களா யிருந்தார்களென்பதற்கு குடப் மைனர் என்கிற (டெல்லியில் ஐபாக், அல்டாம்ஷ் என்பவர்களுடைய காலத்தில் கி. பி. 1250-க்கு முன் கட்டப்பட்ட) ஆகாயத்தையளாவி நிற்கும் மஹத்தான இருத்புத்தூணே இன்றைக்கும் நமக்கு ஒரு திருஷ்டாந்தமாயிருக்கிறது. பூமியினுள் சுனிகளைத் தோண்டி அவற்றிலிருந்து எடுக்கப்படும் மண்துகளைப் பக்குவம் செய்து துத்த நாகத்தை அவற்றிலிருந்து எடுப்பதற்கும் அவற்றை அநேக காரியங்களில் உபயோகிப்பதற்கும் முதன்முதல் கண்டுபிடித்தவர்கள் இந்துக்களேயென்று ஸர் ராபர்ட் ஹேட்பீல்ட் என்பவர் கூறியிருப்பதையும் ஒரு ஆதாரமாகக் கொள்ள வேண்டும். அராபியர்கள் முதலில், ஔஷத நிர்மாணக்ரியைகளிலும், கணிதசாஸ்திரத்திலும், அவை போன்ற வேறு சில வற்றிலும் இந்தியர்களிடமிருந்து அறிவை ஸம்பாதித்துக்கொண்டு, அவ்விஷயங்களை அப்பால் ஐரோப்பாமுதலிய தேசங்களிலும் பரவச்செய்தனரென்பதுண்மை. இரத்தினங்களென்ன, வேறு வகையான சிலைகளென்ன, அணுக்கள் அல்லது பரமாணுக்களைப்பற்றிய தத்துவமென்ன, உஷ்ணம்-தேஜஸ்-சப்தம் இவற்றின் தத்துவ விஷயங்களில் காணாதர் முதலியவர்களுக்கிருந்த அறிவின் அருமையென்ன, இவற்றை யனைத்தையும் உட்புகுந்து ஊக்கங்குன்றாமல் கவனித்தோமானால், இந்தியர்கள் இரஸாயன சாஸ்திரத்தில் மட்டுமல்ல, பௌதிக சாஸ்திரத்திலும் (Physical science) வல்லவராயிருந்தனரென்று நிச்சயிக்கக்கூடும்; அக்காலத்தில் பௌதிக சாஸ்திர ஸம்பந்தமான அறிவை க்ரீக் தேசத்தவர் அடைந்ததற்கு இந்தியாவே மூலாதாரமாயிருந்தது. ஆகையினால் இந்தியாவானது முற்காலத்தில் அறிவிலும் செல்வத்திலும் ஆச்சரியமான காரியங்களைச் செய்வதிலும் முதன்மையாயிருந்து மிகவும் பிரகாசித்து வந்தது; நாம் ஒற்றுமையுடன் இந்நாட்டு சாஸ்திர மார்க்கத்தில் உழைத்து வந்தோமானால் இந்தியாவின் வரப்போகிற காலமும் முன்போலவே மிகப்பிரகாசித்து விளங்கக்கூடியதா யிருக்குமென்று நிச்சயமாய் நம்பலாம்.

GOOD HEALTH.*

அருமையான ஆரோக்கியம்

BY B. C. Dixon.

சிறந்த ஆரோக்கியமே அரும்பொருளென்று அங்கீகரிக்காதவர் ஒருவருமில்லை. அதி

* Reproduced and translated from The "Family Doctor."

லும் முக்கியமாய் உழைத்துப் பாடுபட்டே ஜீவனம் செய்யவேண்டியவர்கள் தமது ஆரோக்கிய நிலைமையைக் காப்பாற்றிக்கொள்வது மிகப் பிரதானமென்று நினைவில் எப்பொழுதும் வைத்திருக்கவேண்டும்; தினந்தோறும் சிறுகச் சிறுக நமது காரியங்களைச் செய்துவரவோ, நமக்குக் கடமையாக நமது பொறுப்பில் ஏற்பட்டுள்ள ஊழியங்களை விடாமல் அப்போதைக்கப்போது நிறைவேற்றிவரவோ ஆரோக்கிய நிலைமை யொன்றே ஆதாரமாகின்றது. நாம் நமது ஊழியத்தைச் செய்துவருங்கால் நல்ல ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெற்றிராவிட்டால் வியாதிகளின் காரணமாய் அநேகஸமயங்களில் நாம் அவ்வேலைகளைக் கவனிக்கமுடியாமற்போய் விடுமென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை; நமது மேலதிகாரிகள் நாம் செய்யும் வேலைகளைக்கண்டுவெகுதிருப்தியடைந்துவந்தாலும், அநேக ஸமயங்களில் வேலை நேரங்களில் நாம் இல்லாமற்போவதால் அவர்களுக்கு அதிக அஸௌகரியங்கள் உண்டாகுமாகையால், அவ்வதிகாரிகள் ஒரு நாளில்லாவிட்டால் மற்றொரு நாளாவது நமது ஸ்தானத்தில் வேறெவரையேனும் வேலை செய்ய நியமித்துவிடும்படி நேரிடும். ஆகையால் நமது ஸொந்த நன்மையைக் கோரியும், நம்மை அண்டிப் பிழைத்துவரும் மற்றவர்களுடைய நன்மையைக் கோரியும் நாம் தினந்தோறும் செய்தாகவேண்டிய காரியங்களை ஒழுங்காக நடத்தக்கூடியவாறு நமது ஆரோக்கியத்தைக் காப்பாற்றிக்கொள்வதில் மிகவும் ஊக்கமுள்ளவராயிருக்க வேண்டியது நமது கடமையாம்.

தமது ஜீவனத்தின் பொருட்டு உழைத்துப் பாடுபடவேண்டியவர்கள்மட்டுமே தமது ஆரோக்கிய நிலைமையைக் காப்பாற்றிக்கொள்வது கடமையென்று சொன்னபோதிலும், மற்றவர்களும் அவரவர்களுடைய ஸ்திதி எவ்வளவு உயர்ந்ததாக அல்லது தாழ்ந்ததாக இருந்தபோதிலும் பிரதி யொருமனிதனும் தன் தேஹ ஸௌக்கியத்தைச் சீரழியவிடாமல் காப்பது கடமை, நாம் அனைவரும் மனித ஸமூஹத்தினுடைய உபயோகத்தின் பொருட்டே பிறந்திருக்கிறோம்; நாம் மனித ஸமூஹத்தின் உபயோகத்தைக் கருதி நமது ஆரோக்கியத்தை நிலைநிறுத்தி, கூடுமானவரையில் உலகில் நீடித்த காலம் ஜீவித்திருக்க முயலவேண்டியது மிகவும் அவசியம்; ஜனஸமூஹத்திற்கு நம்மால் ஏற்படும் உபயோகம் எவ்வளவு சொற்பமாயிருந்தபோதிலும், அச்சொற்ப உதவியும் ஸாத்தியமானவரையில் எவ்வளவு நீடித்து நடக்கக்கூடுமோ அவ்வளவு காலமும் நடந்தேறும்படி கவனிக்கவேண்டும். தாராளமான கொள்கையுடன் தர்ம காரியங்களிலேயே கண்ணும் கருத்துமாயிருந்துவந்த சில மேன்மை தங்கிய புருஷர்கள் அல்லது ஸ்த்ரீகள் அகாலமரணத்திற்குள்ளாவதால் அநேக ஜனங்கள் மிகவும் துன்பப்படுகிறார்களென்று நாம் பல முறையும் கேள்வியுறுகிறோமல்லவா? உண்மையில் உலகத்திற்கு மிகவும் உபயோகமாக ஜீவித்துவந்தவர்களில் அநேகம் புருஷர்களும் ஸ்த்ரீகளும் அவர்களுடைய ஆரோக்கியச் சீர்கேடாலேயே சிறு வயதில் மாண்டுபோகின்றனர்; அவர்கள் சிறந்த ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெற்றிருந்தார்களானால் தீர்க்காயுளுடன் வாழ்ந்து தமது மேன்மையான வேலையை இன்னும் அநேகம் ஆண்டுகளளவும் நீடித்துச் செய்து வருவார்களல்லவா?

சிறந்த ஆரோக்கியம் மிகவும் அவசியமானதென்று நாம் அனைவரும் ஒப்புக்கொள்வதாக அடியிற் கூறியிருந்தாலும், அதை நாம் பெற்றிருப்பதன் பிரயோஜனத்தைத் தீரவும் கவனித்து நடப்பவர் நமக்குள் மிகவும் அரிது. நமக்குள் அநேகம் பெயர் தாம் பலசாலிகளாயிருப்பதாகப் பாவித்து, நமது சரீரத்தில் ஏதேனும் காரணத்தினாலுண்டாயிருக்கும் சிறிய கோளாறுகளை அலக்ஷியம் செய்து கொண்டே ஏதோ ஒருவாறு தினந்தோறும் நமது காரியங்களையும் நடத்திக்கொண்டுவருவதையும் பார்க்கிறோம்; ஆனால் அவர்கள் அவ்வாறு விஷயமுணராமல் நடப்பதனால் உண்டாகும் பயன் இத்தகையதென்று பிற்காலத்தில் தமக்குத் தாமே அறிந்துகொள்ளும்படி நேரிடுவதுண்டு. ஆம்; சிறந்த ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெற்ற மனிதர் வெகு நாட்களளவும் உத்ஸாஹத்துடன் தமது காரியங்களை நன்கு நிறைவேற்றிக்கொண்டு ஸந்தோஷமாய் ஜீவித்துவருவர்; ஆனால் அந்த ஸந்தோஷம் எத்தகையதென்பதை அம்மனிதர் உணரமாட்டாரென்பது உண்மை. சரீர இயற்கைக்கு மாறுபாடாக நாம் நடந்து வருகையில், அதைக் காரணமாகக் கொண்டு சரீரத்திற்கு ஒரு நாளில்லாவிட்டால் மற்றொரு நாளாவது ஏதேனும் வியாதி ஸம்பவிப்பதென்பது இயல்பு; அவ்விதமாக நமது ஸுகத்திற்கு ஏதாவது ஒருவகையில் ஹானி நேரிடுங்கால் அப்பொழுது ஆரோக்கியத்தின் அருமை இவ்விதமானதென்று அறிகிறோம்.

சிறந்த ஆரோக்கியத்திற்கென்று அஸ்திவாரம் கோலுவதற்கு நமது இளமைப் பருவமே ஏற்ற காலமாகும்; யௌவனப்பருவத்தில் நமது தேஹநிலைமையைப் பலப்படுத்தி ஆரோக்கியத்தை அபிவ்ருத்திசெய்துவருவதுடன், முதிர்ந்த வயது வந்த பிறகும் அந்நிலைமைக்கு ஏதேனும் ஒரு வழியிலும் சிதைவு ஸம்பவிக்காமல் கவனித்து வருவோமாயின், நாம் பாலியத்தில் இருந்தவிதமாகவே பெரும்பாலும் எல்லா ஸுகங்களையும் அநுபவிக்கவல்லவரா யிருப்போம். சில கிழவர்கள் எழுபதுக்கு மேற்பட்ட வயதுள்ளவர்களாயிருந்தும், தம்மைவிட இருபது வயது சிறியவர்களான மனிதரைப் பார்க்கினும் மேலான சுருசுருப்பும் ஊக்கமும் உடையவர்களாய்க் காரியங்களைச் செவ்வனே செய்துவருவதை நாம் நமது கண்ணுக்கெதிரில் பார்த்துவருகிறோமல்லவா? அதெற்கென்ன காரணம்? தகுந்தவயதில் முதிர்ச்சி பெற்ற அப்பெரியோர்கள் தமது இளமைப்பருவத்தில் தெரிந்தோ தெரியாமலோ ஆரோக்கிய நிலைமையைக் கைவிடாமல் வெகு உத்ஸாஹத்துடன் காரியங்களைச் செய்துகொண்டு வந்தனர்; மேலும் மிகவும் பலஹீனமாகவும் அநாரோக்கியமாகவுமிருக்கும் ஜனங்கள் தமக்குத் தாமே எப்பொழுதும் மனக்கவலை முதலிய கஷ்டங்களை அநுபவித்துக் கொண்டிருப்பதுடன், அவர்களைச் சார்ந்த நண்பர் முதலானோருக்கும் அளவற்ற மனத்துயரத்தையும், சரீரகஷ்டத்தையும், செலவையும் உண்டு பண்ணுகிறவர்களாயிருப்பார்கள். அநாரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள மனிதனுக்கு ஸாதாரண காரியங்களிலும் உபசாரம் செய்வதற்கு வேறு சில மனிதர்கள் வேண்டியிருக்கும்; அவனுக்கு அநேகவிதமான ஔஷதங்களை வாங்கவேண்டியிருப்பதுமல்லாமல், இவ்வித ஔஷதங்கள் வேண்டுமென்றும், இவ்வித உணவுகள் உபயோகிக்க வேண்டுமென்றும் உபதேசிப்பதற்கு வைத்தியர்களை அடிக்கடியும் அழைத்துவரவேண்டி நேரிடும். அவர்கள் மிகவும்கூச்சமுற்றமனோநிலைமை(nervous) உடையவராகவும், ஒரு சிறிய தவறுதல் முதலிய விஷயங்களையும் பொறுக்கக்கூடாத அவ்வளவு சாந்தத் தன்மையிழந்தவராகவும்இருப்பர்; அவர்களுக்கு அடிக்கொரு குணமும், பதபதைப்பும், சில ஸமயங்களில் அநாவசியமான காரணங்களால் மிக்க மனக்கொதிப்பும் உண்டாவதியல்பு; அவர்களைச் சுற்றிலுமிருக்கும் பந்துஜனங்களுக்கும் மற்றவருக்கும் அவர்கள் அருவருக்கக்கூடியவராயிருப்பர். ஆனால் பலஹீனமாசவும் அநாரோக்கியமாகவுமிருக்கிற மனிதர்கள் அனைவருமே இத்தன்மையாகவே இருப்பரென்று நான் சொல்லவரவில்லை; என்றாலும் அவர்கள் இருப்பதால் உலகத்தோருக்கு உண்டாகக்கூடிய உபயோகம் வெகு சிறுபான்மையே. ஆகிலும் சிலர் பார்வைக்கு ஏதோ பலஹீனர்களைப்போல் தோற்றினாலும் அவர்கள் உலகத்தில் உபயோகமற்றவரென்று நினைத்து அவர்களை அலக்ஷியம் செய்வது பிசகு. சிலரை அவர்களுடைய நண்பர்கள், பலஹீனர்களென்

றும், பார்ப்பதற்கு கம்பீரமாகத் தோற்றுவதில்லையென்றும் கூறக் கேட்டிருக்கிறேன்; ஆனால் சிலர் பார்ப்பதற்கு எவ்வளவு பலஹீனர்களாகத் தோற்றுகிறார்களோ அவ்வளவுக்கு இருமடங்கு பலமுள்ளவராகவே இருப்பதாய் அவர்களுடைய காரியங்களைக்கொண்டு நிச்சயித்திருக்கிறேன்.

சிறந்த ஆரோக்கியம் எல்லாவிதமான மகிழ்ச்சிக்கும் இன்பங்களுக்கும் ஹேதுவாயிருக்கின்றது. மிகவும் ஆரோக்கியம்பெற்ற மனிதன் வெடிகாலையில் மகிழ்ச்சியுடன் எழுந்து தினந்தோறும் செய்ய வேண்டிய வேலைகளின் பொருட்டு வெகு ஸந்தோஷத்துடன்போவான். அநாரோக்கியத்தினால் சோர்வுற்ற மனிதனைப்போல் ஆரோக்கியமனிதன் வேலைகளைச் செய்ய வேண்டுமேயென்று ஏதோ வேண்டா வெறுப்புடன் பிரவ்ருத்திக்கநேரிடாது. அவன் எவ்வளவு சிரமத்தையும் தாங்கிக்கொண்டு காரியங்களை நன்கு நிறைவேற்றிவருவன்; எல்லா வியஸனங்களையும் பொறுத்துக் கொள்வான்; அத்ருஷ்டம் வந்தால் அபாரமான அகமகிழ்ச்சியையும், ஆபத்து நேர்ந்தால் அளவற்ற மனத்துயரத்தையும் அவன் அடைவதில்லை; அவன் எப்பொழுதும் மேன்மேலும் ஊக்கமும் உத்ஸாஹமும் அதிகரித்தவனாயிருப்பனேயன்றி எவ்விதமான மனோவிகாரம் அல்லது மனக்கிளர்ச்சிக்கும் இடங்கொடுக்குந் தன்மையனாயிருக்கமாட்டான். ஆரோக்கியமான தேஹத்தைப்பெற்ற மனிதர் எவ்விஷயத்திலும் அடங்காத ஆதுரர்களாகவேனும், தற்காலம் போலி வன்மையைக் கொடுப்பவையான மதுபானம் முதலிய பொல்லாதநடவடிக்கைகளுக்குப் பாத்திரமாக வேனும் எளிதில் ஆய்விடமாட்டார்; அவர்களுடைய மனதில் இயற்கையிலேயே உதிக்கும் ஓர் அருமையான உத்ஸாஹ விசேஷமே எக்காரியத்திலும் அவர்களுக்குத் தூண்டும் கருவியாயமைந்திருக்கும்.

நமது ஆரோக்கியம் அசைக்கக்கூடாதபடி பலம் பெற்றிருந்தால் நமது மனச்சக்தியும் உடற்சக்தியும் அததற்கேற்ற அளவில் மிகவும் ஒழுங்காக வன்மையுற்றிருக்கும் மனிததேஹத்தை அநேகம் துண்டுக் கருவிகளால் மிகவும் சிக்காக நிர்மிக்கப்பட்ட ஒரு யந்திரத்திற்கு ஒப்பிடலாம்; ஒரு யந்திரத்தின் மூலமாய் ஏதேனும் ஓர் வஸ்துவை நிர்மிப்பதற்காக அதற்கு வேண்டிய பண்டங்களை அந்த யந்திரத்தில் ஒரு புறத்திற் கொடுக்க, மற்றொரு புறத்திலிருந்து சிறந்த வேலைப்பாடமைந்து அவ்வஸ்து வெளியாவதை நாம் பார்த்து வருகிறோம்; அந்த யந்திரத்தின் ஒவ்வொரு பாகமும் கெட்டியாகவும் சுத்தமாகவும் ஒழுங்காகவும் அததற்குத் தகுந்த அளவுடையதாகவும் ஏற்பட்டிருப்பதாலல்லவோ, அந்த யந்திரத்தின் மூலமாய் நிர்மிக்கக்கூடிய வஸ்துவும் அகில ஒழுங்குகளும் அமைந்ததாயிருக்கின்றது. மனித சரீரமென்னும் யந்திரத்தின் விஷயமும் அவ்விதமேயாம். சரீரம் வெகு ஆரோக்கியமாகவும் ஒழுங்காகவுமிருந்தால் அதனுடைய அவயவங்களும், அங்கங்களைச் சார்ந்த மற்றச் சிறு பாகங்களும் அவ்வவற்றிற்குரிய வேலைகளை வேண்டியவளவு நன்றாக நிறைவேற்ற வல்லவைகளாயிருக்கும். நாம் சரீர வுழைப்புகளாலும், ஆஹார நியமங்களாலும், ஆசார முறைகளாலும் நமது ஆரோக்கிய நிலைமையை அபிவ்ருத்திசெய்து அதற்கு அபாயம் ஏதும் ஏற்படாவண்ணம் அதைப் பாதுகாப்போமானால் உலகில் மற்றக் காரியங்களையும் நன்கு நிறைவேற்ற வல்லவராவோம்.

வைத்திய கலாநிதி.

ஆனந்த௵ தைமீ.

HYGIENE OF THE BEDROOM.

பள்ளியறையின் ஆரோக்கிய முறை.

ஒரு வீடு மிகவும் ஒழுங்காகக் கட்டப்பட்டிருப்பதாகச் சுகாதாரமுறையைக் கற்றறிந்த ஒரு நிபுணன் கூறுவானானால், அப்பொழுது அவ்வீட்டில் மற்றப் பாகங்களைவிட படுக்கையறையே அகிலவிதத்திலும் ஆரோக்கிய நிலைமைக்கு அனுகூலமாய் அமைக்கப்பட்டிருப்பதாய் அறியலாம்; இதற்குக் காரணம் வெளிப்படையானதே; நாம் இடைவிடாமல் ஒவ்வொரு நாளும் வெகுநேரம் அவ்வறையில் இருந்து வருகிறோம். அதிக கஷ்டமின்றி நடுத்தரமாக ஜீவனம்செய்து வருபவர்கள் ஒருதினத்தில் குறைந்தது எட்டுமணி நேரத்தையாவது அவர்களுடைய பள்ளியறைகளில் கழித்து வருவார்கள்; ஆகையினால் இவ்வறைகள் வேண்டியவளவு விஸ்தாரமாகவும் உயரமாகவும் இருக்கவேண்டியதுமல்லாமல், போதுமானவளவு சுத்தவாயுவும் சூரியவெளிச்சமும் பரவும்படி அமைக்கப் பட்டிருக்க வேண்டும்.

நகரங்களில் வாடகைக்குக் குடியிருப்பவர்கள், தாம் வஸிக்கும் அறைகளின் உட்புறத்தில் விதம்விதமான சில அமைப்புகள் வேண்டுமென்று விருப்பமுள்ளவராயிருப்பர்; அதற்கேற்க வீட்டு அதிகாரிகள் வெவ்வேறு வகையான அமைப்புகளை அறைகளில் ஏற்படுத்தி, வாடகைக்காரருடைய இஷ்டத்தை ஒருவாறு பூர்த்திசெய்வர். ஆனால் வீட்டுக்குடையவன் தன்வீட்டைக் கட்டும்பொழுது, அதன் பள்ளியறையையாவது சிறந்த ஆரோக்கியமுறையைக் காப்பதற்கு ஏற்றவாறு ஏற்படுத்த வேண்டுமென்பதை மறக்கக்கூடாது; படுக்கையறையானது பார்ப்பதற்கு ஆடம்பரமாயிருப்பதைவிட, வெகு ஒழுங்காகவும் ஸாதாரணமாகவும் விசாலமாகவும் அமைக்கப்படவேண்டுமென்பதிலேயே வீட்டுக்காரன் கவனம் செலுத்தவேண்டும். அறையின் கீழ்த்தரை, அடிக்கடி நன்றாகச் சுத்தம் செய்வதற்கு ஏற்றவண்ணமாய் கடினமான மரப் பலகைகளாலாவது, வர்ணங்கலந்த சுண்ணச்சாந்தாலாவது, அல்லது இக்காலத்திய சிமிட்டிச்சாந்துக் கலவையினாலாவது தளவரிசை யிடப்பட்டதாயிருப்பது அவசியம். பழைய வழக்கப்படி மிகவும் கனமான பெரிய இரத்தினக்கம்பளம் முதலியவற்றை வீடுகளில் எவ்விடத்திலும் முக்கியமாகப் பள்ளியறையில் எப்பொழுதும் விரித்திருப்பது பிசகென்று "குட் ஹெல்த்" என்கிற பத்திரிகை கூறுகிறது. ஆனால் அடிக்கடி எடுத்து அறையைச் சுத்தம் செய்வதற்கு விரோதமில்லாத சிறிய ஜமக்காளம் அல்லது மெல்லிய கம்பளி இவற்றையாவது அவசியமானால் விரித்திருக்கலாமென்றும் அப்பத்திரிகை எழுதுகிறது. ஜப்பான் தேசத்திலிருந்து வரும் ஜமக்காளங்கள் இதற்கு மிகவும் உபயோகமானவை; அவை விலையிலும் குறைந்தவை; அவற்றை அடிக்கடியெடுத்து எளிதில் தோய்த்து மறுபடியும் உபயோகிக்கலாம். பிரம்பு முதலியவற்றால் பின்னிய பாய்களை உபயோகிப்பது விரும்பத் தக்கதல்ல; அவற்றிலுள்ள த்வாரங்களின் மூலமாய் தும்புகளும் அழுக்குகளும் தரையில் படிந்துவிடுவதுடன், அவற்றை அடிக்கடி எடுப்பதும் போடுவதும் கஷ்டமாயிருக்கும்; மேலும் சில நாட்களான பிறகு அவை பழகிக்கொண்டு வருகையில் அவற்றிலிருந்து ஒருவித வாஸனை சிறுகச் சிறுக உண்டாகும். அந்த நாற்றம் காலவளவில் அவ்வறையிலிருப்பவருக்கு மூச்சு விடும்போது ஒருவித வெகுட்டலைக் கொடுக்கும் என்றும் அப்பத்திரிகையின் குறிப்பிலிருந்து அறிகிறோம்.

பள்ளியறையின் சுவர்கள் கனமாகச் சுண்ணப்பூச்சுகள் இடப்பெற்று, ஈரத்துணியினால்

அப்போதைக்கப்போது துடைத்து வெகு ஸுலபமாகச் சுத்தம் செய்யக்கூடியவாறு பளிங்குபோல் அமைக்கப் பட்டிருக்கவேண்டும். சிலர் சுவர் முழுதும் காகிதங்களை ஒழுங்காக ஒட்டுவதுண்டு; ஆனால் அக்காகிதங்கள் மிருதுவாகவும், அதிக பளபளப்பில்லாத இளநிறமுள்ளவையாகவும் இருத்தல் நலம்; மிகவும் பளபளப்பான பச்சையினங்கள், சிவப்பு வகைகள், நீலம் முதலிய நிறங்களுள்ள காகிதங்களும், வேறு வகையான சில வர்ணப்பசைகளும் வீட்டில் சிற்சில விடங்களில் ஒட்டப்பட்டும் அல்லது பூசப்பட்டுமிருக்கும்; அவை சில ஸமயங்களில் பாஷாண ஸம்பந்தமான விஷகுணமுடையவைகளாயிருக்குமென்று நம்ப இடமுண்டு. வெகு ஆடம்பரமான சித்திரங்களும் பொருத்தமில்லாத அநேக வர்ணங்களும் சுவர்களில் அமைந்திருந்தால், இந்த்ரியக் கூர்மையும் கூச்சமும் அதிகரித்து மனிதனுடைய புலன்களுக்கு அதினால் ஒருவித அழற்சியும், ஆகவே அவ்வறையில் வஸிக்கும்வரையில் அவர்களுக்கு அமைதியின்மையும் ஸம்பவிப்பது ஸஹஜம்.

பல வேறு வகையான படங்களும், அழகிய வேலைப்பாடுகளமைந்த விரிபடுதாக்களும், மற்றும் அளவற்ற அலங்கார வகைகளும் படுக்கையறையில் அநாவசியமும் அபாயகரமுமானவை; அவற்றில் தும்பு தூசிகள் படிந்து வியாதிக்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்களும் தங்கிவிடும்; அல்லாமலும் அவற்றாலுண்டாகும் பிரயோஜனமும் ஒன்றுமில்லை. சந்து பொந்துகளில்லாத சிறிது உயர்ந்த ஆஸனங்களும், ஒழுங்காக மெத்தைகளிடப் பெற்ற மஞ்சமும், அழுக்கள் சேர இடமில்லாத வேறு சில உபயோகமுள்ள அழகிய ஸாமான்களும், விசேஷ விருப்பமிருந்தால் சிறிய சட்டங்களிட்ட ஆடம்பரமில்லாத நாலைந்து படங்களும் பள்ளியறையை ஆரோக்கியமுறைப்படி அலங்கரிப்பதற்குப் போதுமானவையாம். படுக்கையறையின் ஜன்னல்களுக்கு அவசியமானால் வர்ணவஸ்திரங்களைத் தவிர்த்து நிர்மலமான மெல்லிய சல்லாத் துணியையாவது அவ்விதமான வேறு ஏதேனும் வஸ்திரத்தையாவது திரைச்சீலையாகக் கட்டலாம்.

ஸாத்தியமாயிருக்குமானால், ஒவ்வொரு மனிதனும் தனக்கென்று ஓர் படுக்கையறையைத் தனியாக ஏற்படுத்திக்கொள்வதே விரும்பத்தக்கதாகும். அப்படிமுடியாமல் ஒரு அறையில் இரண்டுபேர் படுத்துக்கொள்ள வேண்டியிருந்தால் ஒவ்வொருவரும் வெவ்வேறு படுக்கையிலாவது படுத்துறங்க வேண்டுமேயன்றி ஒரே படுக்கையை அநேகர் ஒருமிக்க உபயோகிப்பது மிகப் பிசகு. பித்தளை அல்லது இரும்பால் செய்த மஞ்சங்கள் ஆரோக்கியமுறைக்கு அநுகூலமானவையாம். மடிப்புக் கட்டில்களும், மிகவும் உயர்ந்து சார்மணைபோல் வளைவுகளமைந்த சயனங்களும் ஆரோக்கியமுறையில் கண்ணுள்ளவர்களுக்கு அருவருப்புண்டாக்கக் கூடியன. மயிர்களடைத்த ஒரு மெத்தையை அல்லது மயிர்களால் நெய்த கனத்த கம்பளியை அடியில்போட்டு அதன்மேல் ஸாதாரண பஞ்சுமெத்தையைப் போடுவது உசிதமாகும். மழைகாலத்திலும் பனிகாலத்திலும் இவ்வித ஏற்பாடு மிக்க அவசியமானதால், கட்டிலின்மேல் முதலில் ஒரு கம்பளியையும், அதன்மேல் மயிர்களடைத்த மெத்தையையும் போட்டுக்கொள்வது நலம்; மேலும் மெத்தையின்மேல் குளிர்காலங்களில் மிருதுவான கம்பளங்களையும், கோடைகாலங்களில் கனமான ஸாதாரண துப்பட்டிகளையும் விரித்து அதன்மேல் சயனித்தால் முறையே குளிர்காலங்களில் தேஹத்தை வெப்பமாகவும், கோடைகாலங்களில் குளிர்ச்சியாகவும் வைத்துக்கொள்ளலாம். நமது தேசத்தின் சீதோஷ்ண நிலைமையைக் கவனித்துப் பார்த்தோமாயின், பெரும்பாலும் எப்பொழுதுமே மெத்தைகளுக்குமேல் ஸாதாரண நூல்களால் நெய்த கனமான துப்பட்டியே விரிப்பாக உபயோகிப்பதற்கு உற்றதாகும். தினந்தோறும் காலையில் எழுந்திருந்த பிறகு, உடனே படுக்கையைச் சுற்றி அல்லது மடித்து வைத்துவிடக்

கூடாது; அவற்றின்மேல் வாயு நன்றாகப் பட்டு, அப்படுக்கைகள் ஒருவாறு சுத்தமாகும் வண்ணம் அவற்றை விரித்தவாறே சிறிதுநேரம் போட்டிருப்பது அவசியம். படுக்கைகளையும் அவற்றிற்கு அடியில் போடப்படும் கம்பளி முதலானவைகளையும் பள்ளியறைக்கு வெளிப்புறத்தில் கொண்டுவந்து வாரத்திற் கொருமுறை அல்லது குறைந்தது இரண்டு வாரங்களுக்கு ஒருமுறை வெயிலில் உலர்த்தி நன்றாகத் தட்டி மறுபடியும் உபயோகித்துவருவது நலம்; வெளியில் கொண்டுவரும்போது அப்படுக்கை முதலியவற்றை அழுக்குத் தரைகளிலும் ஈரமான பிரதேசங்களிலும் தோன்றியவாறு போட்டுவிடக்கூடாது. படுக்கையின்மேல் விரிக்கப்படும் துப்பட்டிகளை வாரத்திற்கு ஒருமுறை கோடைகாலமானால் வாரத்திற்கு இருமுறை எடுத்து வேறு துப்பட்டிகளை உபயோகிக்கவேண்டும். நாம் படுக்கும் அறையில் சுத்தமானவாயு தாராளமாக வீசும்படி கவனிப்பதே மற்ற எல்லாவற்றிலும் முக்கியமான விஷயமாகும். நித்திரைபோகையில் வேண்டியவளவு நிர்மலமானவாயு வேண்டுமென்பதைக்கவனிக்காமையினாலேயே அநேக ஜனங்கள் க்ஷயம் முதலிய பலவிதமான வியாதிகளுக்கு உள்ளாகிறார்களென்று சொல்வதற்கு அநேகம் பிரமாணங்களுண்டு. ஆங்கிலத்தில் "வும்ன்ஸ் மெடிகல் ஜர்னல்" (Women's Medical Journal) என்கிற வைத்தியப்பத்திரிகை கூறுவதிலிருந்து ஸாராம்சத்தையெடுத்து நாம் இதனடியில் மொழிபெயர்த்தெழுதுகிறோம்:

கற்றறிந்து விஷயாராய்ச்சிகள் செய்த வைத்தியர்களின் அபிப்பிராயத்தை மட்டுமல்ல—உலகத்தோரது அனுபவத்தையும் உற்று நோக்கினோமாயின், பள்ளியறையின் ஜன்னல்களையெல்லாம் நன்றாகத் திறந்து வைப்பதுமல்லாமல், அதன் வாயிற் கதவுகளையும் திறந்து அதில் காற்றோட்டத்திற்குச் சிறிதும் தடையுண்டாகாமலிருக்கும்படி கவனிப்பதே க்ஷயரோகத்தையும், அதுபோன்ற வேறு சிலவியாதிகளையும் தடுப்பதற்கு முக்கியமும் சிறந்ததுமான உபாயமாகும். (ஆனால் தும்புதூசுகள் விசேஷமாகப் பரவுமிடமாயிருந்தால் அவை அறையினுள் பரவாமல், வாயு மாத்திரம் சுத்தமாகப் பரவுவதற்காக மெல்லிய சல்லாத்துணிகள் அல்லது வேறு வெண்மையான வஸ்திரங்களை ஜன்னல் முதலியவற்றில் திரையாகக் கட்டி வைக்கலாம்.) சரீரம் நாளுக்குநாள் இளைத்துப்போதல், பாண்டுரோகம், ஏதேனும் சில பாரிசங்களைப்பற்றிய வாதவிகாரங்கள், நித்திரை யுண்டாகாமற்போதல் என்னும் இவ்வித கோளாறுகள் மிகவும் நிர்மலமான வாயு வியாபிக்கக்கூடிய இடத்தில் நித்திரைபோவதாகும் வெகு ஸுலபமும் வெகு ஸுகமுமான ஸாதாரண காரியத்தினால் வியக்கக்கூடியவாறு நிவ்ருத்தியாவதுண்டு. அழுக்குகளடையாத நல்ல காற்றுள்ள உன்னதப்ரதேசங்களாயிருந்தால் அவ்விடங்களில் அறைகளில் படுப்பதைவிட வீட்டுக்குவெளியில் உறங்குவது மிகவும் நலம். ஆனால் எவ்விடத்தில் நித்திரை போனபோதிலும் உடம்பையும்(மூக்கைத்தவிர) தலையையும் நன்றாகப் போர்த்துக்கொண்டு படுக்கவேண்டுமென்பதை மாத்திரம் மறக்கக்கூடாது. வீட்டுக்கு வெளிப்புறத்தில் படுத்துறங்குவதற்குக் கோடைகாலமே சிறந்ததாகும். குளிர்காலங்களில் வெளியில் நித்திரைபோனாலும், உடம்பைப் போர்க்காமல் தூங்கினாலும் முடக்குவாதம், காதுவீக்கம், தொண்டைப்புண், மார்ச்சளி, பல்வலி, உடம்பில் வாதத்தினாலுண்டாகும் வேதனை முதலியவியாதிகள் ஸம்பவிக்கும். கூடுமானால் படுக்கையைச் சுற்றிலும் கொசுவலையைக் கட்டி வைப்பதும் உசிதமாம்.

நிர்மலமான வாயுவும், வேண்டிய வெளிச்சமும் பரவிய விசாலமான அறைகளில் படுத்துறங்கும் வழக்கமுள்ளவர்கள் சரீரவன்மையிலும் மனவூக்கத்திலும் மேன்மையடைந்து மிகவும் உத்ஸாஹிகளாயிருப்பார்களென்பதும், அவர்களிடம் க்ஷயரோகம் முதலிய வியாதிகள் எளிதில் பற்றமுடியாதென்பதும் வைத்தியசாஸ்திர நிபுணர்கள் அனைவரும் அங்கீகரித்தவிஷயம். அவ்வாறு வழக்கமுள்ளவர்கள் அழுக்கடைந்ததும், வேண்டியவளவு காற்றோட்டமில்லாததும், நெருக்கமுமான அறைகளில் படுப்பதற்கேயல்ல—சிறிதுநேரம் நிற்பதற்கும் முற்றிலும் மனமொப்பார். மேற்கூறிய விஷயங்கள் எல்லா ஜனங்களுக்கும் பொதுவானவையென்றாலும், பெரும்பான்மையான வியாதிக்ரஸ்தர்கள் படுத்திருக்கும் பிரதேசத்தில் இம்முறைகள் யாவும் மிக முக்

கியமாகக் கவனிக்கவேண்டியவை. ஏனெனில், ஆரோக்கிய நிலைமையி லிருப்பவரைவிட பிணியாளிகளின் மூச்சுக்காற்றாலும், அவர்களுடைய உடம்புகளிலிருந்து எழும்பும் ஆவிகளாலும், அவர்களுடைய வஸ்திரம் முதலியவற்றாலும் படுக்கையறையின் ஆரோக்கிய முறைக்குவேண்டிய நிலைமை மிகவும் அதிகமாகச் சீர்குலைந்து விடுமென்பது வெளிப்படையானதே.

THE ALL INDIA AYURVEDIC CONFERENCE, SIXTH SESSION.

அகில பாரத ஆயுர்வேத ஆலோசன ஸபை, ஆறுவது ஸம்மேளனம்.

அகில பாரத ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தின் காரியதர்சிகளால், இவ்வருஷம் ஜனவரி மாதத்தில் கல்கத்தா நகரத்தில் ஆயுர்வேத மார்த்தாண்ட பண்டித லக்ஷ்மீ ராமஸ்வாமியின் ஆதிபத்யத்தின் கீழ் நடந்தேறிய ஆயுர்வேத ஆலோசன ஸபையின் ஆறுவது வருஷக் கூட்டத்தில் நடந்தேறிய தீர்மானங்களின் ரிபோர்டு எமக்கு அனுப்பப்பட்டிருக்கிறது. அவ்விஷயங்களை நாம் இதனடியில் மொழிபெயர்த்துப் பிரசுரப்படுத்துகிறோம்:

முதல் தீர்மானம்.—இப்பொழுது நடந்தேறுகிற மஹாயுத்தத்தில், தர்ம பரிபாலனத்திற்கென்று நமக்கு வாய்ந்துள்ள மாட்சிமை தங்கிய ஐந்தாவது ஜார்ஜ் சக்ரவர்த்திக்கு ஜயம் உண்டாகவேண்டுமென்று இந்த ஸம்மேளனம் கடவுளை முழுமனதுடன் பிரார்த்திக்கின்றது. ஸபாத்யக்ஷர் அவர்களால் பிரேரணை செய்யப்பட்டு அனைவராலும் ஒருமனதாய் இத்தீர்மானம் அங்கீகரிக்கப்பட்டது.

இரண்டாவது தீர்மானம்.—நமது அன்பார்ந்த மாட்சிமை தங்கிய இராஜப்ரதிநிதியான லார்ட் ஹார்டிஞ்ஜ் அவர்களுக்கு ஒரே வருஷத்தில் மனைவியும், மிகவும் சூரனான புத்திரனும் இறந்துபோனதால், அவர்களுக்கு நேரிட்ட இவ்வளவிடமுடியாத துயரத்தின் பொருட்டு இந்த ஸபை மிகவும் அனுதாபம் பாராட்டுகின்றது. இத்தீர்மானம் ஸபாத்யக்ஷர் அவர்களால் பிரேரணை செய்யப்பட்டு அனைவராலும் ஒப்புக்கொள்ளப்பட்டது.

மூன்றாவது தீர்மானம்.—ஆயுர்வேதத்திற்கு அதிகாரிகளென்று சொல்லக்கூடிய சிறந்த சாஸ்திர விற்பன்னர்களாயிருந்த அடியிற் குறிக்கப்படும் மஹானுபாவர்கள் இப்பொழுது காலகதியடைந்ததால் ஆயுர்வேத வ்ருத்திக்கு விசேஷ இடையூறு நேர்ந்ததென்றும், அவர்களுக்காக இந்த ஸபை மனதாற மிகவும் வருத்தப்படுகிறதென்றும் ஸபாதிபதியினால் ஒரு ப்ரேரணை கொண்டுவரப்பட அது யாவராலும் ஏகோபித்து அங்கீகரிக்கப்பட்டது; இப்பொழுது லோகாந்தரமடைந்த ஆயுர்வேத வித்வான்களாவர்:—(1) இரஸாயநாசார்ய பண்டித த்ரியம்பக குருநாத காலே, பூனா, (2) வைத்திய ராஜ பண்டித விஷ்ணு கிருஷ்ண புராணிக பாவேல், பம்பாய் மாகாணம், (3) வைத்தியநாத சர்மா, இராஜ வைத்தியர், ப்ரயாகை, (4) வைத்தியராஜ பண்டித கணபதி சர்மா, ராவல்பிண்டி, (5) ப்ராணாசார்ய கோபாலராஜ கிகல்கர், நாஸிக், (6) கவிராஜ் கிருஷ்ணசந்திர ஸேன், பரத்வான், (7) கவிராஜ் ரேவதீகாந்த ராய் சௌதரி, மைமன்ஸிங், (8) பாபு ராஜகுமார ஸர்கார், இராஜஸாஹி, (9) கவிராஜ் சந்திரகுமார் கவிபூஷண, இராஜ வைத்திய, த்ரிபுரம், (10) கவிராஜ் ராதிகாநாத்ராம், ஸ்ரீகண்டம், (11) கவிராஜ் ஜயகுமார ஆனந்தசந்திர ஸேன், விக்ரமபுரம், (12) கவிராஜ் ஜயகுமார பட்டாசார்ய, இராஜவைத்திய, த்ரிபுரம், (13) பண்டித ஸுந்தரராம ஜோஷி, காசீபுரம், (14) மஹர்ஷி ஸமர்த்த தான, அஜ்மீர், (15) ஸேட் மாணிக்கசந்திர ஹீராசந்திர, பம்பாய், (16) பண்டித பைரவ ப்ரஸாதபாண்ட்ய, லக்னோ.

நான்காவது தீர்மானம்.—த்ரிப்ரங்கோட் ஸ்ரீமான் டி. பரமேச்வரன் மூஸத் அவர்களுக்கு "வைத்திய ரத்னம்" என்கிற பட்டம் இராஜாங்கத்தாரால் சென்றவருஷம் அளிக்கப்பட்டதாக அறிந்து இந்த மஹாஸபை மனப்பூர்வமாக ஸந்தோஷப்படுகிறது. இத்தீர்மானம் ஸபாத்யக்ஷரால் ப்ரேரணை செய்யப்பட்டு அனைவராலும் அங்கீகரிக்கப்பட்டது.

ஐந்தாவது தீர்மானம்.—ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தைச் சேர்ந்த விஷமஜ்வர ஆராய்ச்சி ஸங்கத்தின் (Melaria Commission) வேண்டுகோளின் பேரில் மாகாண ஸபைகளைச் சேர்ந்த கவிராஜ் ஹரிரஞ்ஜன மஜும்தார் எம். ஏ., காசி, ஆயுர்வேத பூஷண பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், வைத்திய கலாநிதி பத்திராதிபர் சென்னை, பண்டித சிவராம பாண்டிய வைத்தியர், ப்ரயாகை, சிகித்ஸக சூடாமணி கவிராஜ் ஞான விஹ்ரம, பண்டித அயோத்யா ப்ரஸாத ஜ்யோதிஷ் இம்மஹான்களிடமிருந்து வந்த ப்ரசஸ்தமான ரிபோர்டுகளை அங்கீகரிப்பதுடன், அதற்காக அக்கனவான்களிடம் இந்த மஹாஸபை நன்றியும் பாராட்டுகிறது. இந்த ரிபோர்டு விஷயத்தில் இராஜாங்கத்தார் கவனம் செலுத்துவதற்காக அவர்களிடமும் இந்த ஸபை நன்றியுள்ளதாயிருக்கிறது. விஷயாராய்ச்சியில் இவ்வித முறைகளை நமது வைத்தியர்கள் விடாமுயற்சியுடன் கவனித்து, இவ்விஷமான வியாதிகளைத் தடுப்பதற்கும் ஸ்வஸ்த்தம் செய்வதற்கும் பிரயத்தனப்படவேண்டும். இத்தீர்மானம் கல்கத்தா-கருணாகுமார ஸேனனால் ப்ரேரணை செய்யப்பட்டு, அஜமீர் கல்யாணஸிம்ஹரால் ஆமோதிக்கப்பட்டு, பர்ஹாம்பூர் ஹரிப்ரஸாத மிச்ரரால் ஆதரிக்கப்பட்டு, அனைவராலும் அங்கீகரிக்கப்பட்டது,

ஆறாவது தீர்மானம்.—பீஹார்மாகாணத்தில் ஜகந்நாதத்திலும், முஜகர்ப்பூரிலுமுள்ள ஸம்ஸ்கிருத பாடசாலைகளில் வியாகரணாதி சாஸ்திரங்களைப்போல ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்தையும் கற்பிக்க ஏற்பாடு செய்வதாகவும், அம்மாகாணத்து ஜனங்களில் பெரும்பாலோர் இம்முறையையே விரும்புவதால் இச்சாஸ்திரத்தை ஆதரிப்பது அவசியமென்றும் அம்மாகாண அதிகாரிகள் அங்கீகரித்திருப்பதைக் கருதி அவர்களுடைய ஔதார்யத்தை இந்த மஹாஸபை மிகவும் பாராட்டுகின்றது. இதைப் பிரேரித்தவர் ப்ரயாகை-பண்டித ஜகந்நாதப்ரஸாத சுக்ல என்பவர்; ஆமோதித்தவர்கள்: பண்டித ப்ரஹ்மநாராயணமிச்ர, பண்டித ஸூர்யப்ரஸாத வாஜபேயி, பண்டித கோவிந்த ப்ரஸாத சாஸ்த்ரீ, கவிராஜ் சீதளசந்திரகவிரத்ன, பண்டித ராமசந்திர சர்மா. பிறகு ஸபையோரால் ஒற்றுமையுடன் இத்தீர்மானம் நிறைவேற்றப்பட்டது.

ஏழாவது தீர்மானம்.—பிஹார்மாகாணத்தில் செய்ததுபோலவே வங்காளம், சென்னை, லாஹூர் இம்மாகாணத்திலுள்ள ஸம்ஸ்கிருத பாடசாலைகளிலும் கலாசாலைகளிலும் அம்மாகாண வித்யாதிகாரிகள் மற்ற வியாகரணாதி சாஸ்திரங்களைப்போல் ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்தையும் கற்பிக்க பிரத்யேகமாக ஏற்பாடு செய்வதற்காக அவ்வதிகாரிகளைக் கேட்டுக்கொள்ளவேண்டும். இதைப் பிரேரணை செய்தவர்: பம்பாய்-பண்டித அப்பா சாஸ்த்ரீ ஸாடே. ஆமோதித்தவர்கள்: பண்டித ராமேச்வரமிச்ரர், கவிராஜ் மோதிலால் தாஸ், பண்டித அயோத்யாப்ரஸாத், எம். வி. சாஸ்த்ரி, கவிராஜ் குமுதமோஹனராய். பிறகு இவ்விஷயம் அனைவராலும் ஏகோபித்து ஒப்புக்கொள்ளப்பட்டது.

எட்டாவது தீர்மானம்.—இன்றைக்கும் இந்தியாவில் பெரும்பான்மையான ஜனங்கள் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடைய உதவியையே முற்றிலும் எதிர்பார்த்துவருவதால், பீஹார்மாகாண அதிகாரிகள் இவ்வைத்திய முறையை ஆதரிக்க முன் வந்திருப்பதுபோலவே, மற்ற மாகாணக்கவர்ன்மெண்டுகளும் முனிஸிபாலிடிகள் மூலமாகவும் ஜில்லா போர்டு முதலியவைகளின் மூலமாகவும் ஆயுர்வேத தர்ம வைத்திய சாலைகளை ஸ்தாபித்து, ஜனங்களுக்கு இச்சிகித்ஸா முறையைக் கொண்டு உதவி செய்ய ஏற்பாடுகள் செய்யவேண்டுமென்று கேட்டுக்கொள்ளவேண்டும். இத்தீர்மானம் அஹமதாபாத் ஜடாசங்கர் லீலாதர் த்ரிவேதி என்பவரால் பிரேரிக்கப்பட, கவிராஜ் யாமினீ ரஞ்ஜன காவ்யதீர்த்த, பண்டித கங்காதர சாஸ்த்ரி ஜோஷி, கவிராஜ் காளீபூஷண இவர்களால் ஆதரிக்கப்பட்டு, ஸபையில் ஒருமனதாய் அங்கீகரிக்கப்பட்டது.

ஒன்பதாவது தீர்மானம்.—ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்படும் ஔஷதச்சரக்குகளில் சிலவற்றின் ஸ்வரூபமும், அவற்றிற்கு தேசபாஷைகளில் பெயரும் இதுதான் என்று சொல்லக்கூடாமல் ஸந்தேஹமாயிருப்பதால் அவ்விஷயங்களை உள்ளபடியறிவதற்கு ப்ரயத்தனம் செய்யவேண்டியது அவசியமென்றும், அவ்வித ஆராய்ச்சியைச் செய்வதற்காக பம்பாய் யாதவஜீ த்ரிகம்ஜீ ஆசார்யர் அவர்களை நியமிக்கவேண்டுமென்றும் இந்த ஸபை பிரேரணைசெய்கிறது. இதைப் பிரேரணை செய்தவர் கவிராஜ் கணநாத ஸேன், எம். ஏ., எல். எம். எஸ், கல்கத்தா. இதை வைத்தியரத்னம் பண்டித டி. கோபாலாசார்யர் அவர்கள், பண்டித ராமசந்திர சர்மா, கவிராஜ் ஸதீசசந்திர லாஹிடீ, பண்டித வால்மீகி ப்ரஸாத ராஜவைத்திய இவர்கள் ஆமோதிக்க அப்பால் ஏனையோரும் ஒப்புக்கொண்டனர்.

பத்தாவது தீர்மானம்.—நாஸிக்கிலுள்ள ஆயுர்வேதவித்யாபீடமென்னும் ஸங்கத்தாரால் ஏற்படுத்தப்படும் விதிகளை அனுஸரித்து ஒரு ஆயுர்வேத வித்யாசாலை ஏதாவது ஒரு ப்ரதானஸ்தலத்தில் ஏற்படுத்தவேண்டுமென்றும், சுகாதார முறைகளைக் கற்பிக்கும் பாடசாலைகளை ஸ்தாபிக்க வேண்டுமென்றும், அந்தந்த மாகாணத்திலுள்ள ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தின் கிளைச்சங்கங்கள் மூலமாய் அக்காரியங்களை நிறைவேற்ற பொருள் சேகரிக்கவேணுமென்றும் இந்த ஸபை வேண்டிக்கொள்கிறது. இதைப் பிரேரித்தவர் சென்னை வைத்தியரத்னம் பண்டித டி-கோபாலாசாரியர் அவர்கள். இதை ஹரிகோவிந்தஜீ ஹகீம், பண்டித டாகூர் தத்தசர்மா, பண்டித ஸூர்யநாராயண,

கவிராஜ் ஹேமசந்திரஸேன் காவ்யதீர்த்த, பண்டித விச்வேச்வர மிச்ர இவர்கள் அனுமோதிக்க அப்பால் அனைவரும் அங்கீகரித்தனர்.

பதினோராவது தீர்மானம்.—ஆயுர்வேத மஹாஸம்மேளநத்தின் உத்தரவின்பேரில், அஹமதாபாத்தில் வஸிப்பவரான பண்டித ஜடாசங்கர் த்ரிவேதீ அவர்கள் இந்தியாவிலுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியர்களின் பெயர் முதலியவற்றைக் குறிப்பிடும் ஒரு பட்டியைப்(டைரக்டரி) பிரசுரம் செய்ய முயன்று வருவதால், அவ்வட்டவணை அடங்கிய ஸஞ்சிகைகளை வாங்குவதற்குக் கையொப்பக்காரர்களை சிபார்சு செய்யும்படியாக அந்தந்த மாகாணத்துக் காரியதர்சிகளைக் கேட்டுக்கொள்ளவேண்டுமென்று இந்த ஸம்மேளனம் பிரேரணை செய்கிறது. இதை ராமசந்திர சர்மா அவர்கள் பிரேரணை செய்ய, கவிராஜ் தாராசரண சக்ரவர்த்தி, பண்டித சிவதத்த வித்யாபூஷண, கவிராஜ் குஞ்ஜநாத மஜூம்தார் இவர்கள் ஆமோதிக்க அனைவரும் ஒப்புக்கொண்டு நிறைவேற்றினார்கள்.

பன்னிரண்டாவது தீர்மானம்.—ஸபையின் உத்தேசங்கள் எங்கும் நன்றாகப் பரவுவதற்காகவும், காரியங்கள் ஒழுங்காக நடந்தேறுவதற்காகவும் ஒவ்வொரு மாகாணத்திலுமுள்ள கிளைச்சங்கங்கள் விசேஷ ஸமயங்களில் மீடிங்கு கூடியும், வருஷக் கடைசியில் ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம் கான்பரன்ஸை நடத்துவதற்கு இரண்டு மாதங்களுக்கு முன்னதாகவே ஸபாத்யக்ஷரைத் தெரிந்தெடுப்பது முதலான விஷயங்களைக் குறித்து ஆங்காங்கு இதற்கு ஸம்பந்தப்பட்டுள்ள ஸபைகள் கூடி ஆலோசித்தும் இதன் பிரதான காரியஸ்தானத்திற்குத் தம் தம் தீர்மானங்களை வருஷந்தோறும் அனுப்பி வருவது அவசியமென்று இந்த ஸபை நிச்சயிக்கிறது. இத்தீர்மானம் ஸுதாம்சு பூஷண காவ்யதீர்த்தா-டாக்கா அவர்களால் பிரேரிக்கப்பட்டது பண்டித ராமநாராயண சாஸ்த்ரி, வைத்திய ராஜ ஸர்தாரிலால், பண்டித வாமன சாஸ்த்ரி, ராமாவதார சர்மா, ஹரிசங்கர சர்மா இவர்களால் ஆமோதிக்கப்பட்டு நிறைவேறிற்று.

பதின்மூன்றாவது தீர்மானம்.—ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தின் உத்தேசங்களும் காரியங்களும் நன்கு எல்லா வைத்தியர்களுக்கும் தெரிவதற்காக இரண்டு மாதத்திற்கு ஒரு முறை அதில் நடக்கும் விஷயங்களை தேசபாஷைகளில் பிரசுரமாகும் வைத்திய கலாநிதி (தமிழ்), ஆயுர்வேத விகாஸம் (வங்காளம்), வைத்திய கல்பதரு (குஜராத்தி) இவ்வைத்தியப் பத்ரிகைகளில் வெளிப்படுத்தவேண்டும். மேலும் எந்தெந்த ஸமயத்தில் எவ்வெவ்விடங்களில் ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம் கூடுகிறதென்கிற விஷயத்தையும், ஆயுர்வேதம் செழிப்பதற்கான மார்க்கங்களையும் அப்போதைக்கப்போது நன்கு உணர்த்தும்படி அப்பத்திரிகைகளையும் கேட்டுக்கொள்ளவேண்டும். இதைப் பிரேரித்தவர் பண்டித கிருஷ்ணசாஸ்த்ரி கபடே, பி. ஏ., பிறகு ஸுரேந்திர சந்திரஸேன் கௌசாவே, கவிராஜ் நரேந்திரசந்திர பிஷக்ரத்ன, பண்டித ச்யாம ஸுந்தராசார்ய, கவிராஜ் மனமோஹனஸேன் இவர்களால் ஆமோதிக்கப்பட்டு அனைவராலும் அங்கீகரிக்கவும் பட்டது.

பதினான்காம் தீர்மானம்.—இந்தியாவில் ஔஷதங்களை நிறுத்தல் முதலியதற்காக எங்கும் ஒரே சீரான அளவை உபயோகிக்கவேண்டும்; அதில் நிறுத்தலளவையை முக்கியமாகச் சீர்திருத்தவேண்டும். அவ்விஷயத்தை ஆலோசிப்பதற்காக அடியில்குறிப்பிடும் கனவான்கள் அடங்கிய ஒரு கமிட்டி நியமிக்கவேண்டும். அக்கமிட்டியார் இவ்விஷயத்தை ஆலோசனை செய்து தமது தீர்மானங்களை இம்மஹாமண்டலத்தின் பிரதான காரியஸ்தலத்திற்கு அனுப்பிவிடவேண்டும். அடுத்த வருஷம் கூடும் ஆயுர்வேத ஆலோசன மஹாஸபையில் இவ்விஷயம் ஒரு முடிவுக்கு வரும்படி இது முதற்கொண்டே அக்காரியத்தை அடியிற் குறிப்பிடப்படும் கமிட்டியார் தொடங்கவேண்டும். இவ்விஷயக் கமிட்டியில் சேர்க்கப்பட்டுள்ள கனவான்களாவர்:—பண்டித லக்ஷ்மீ ராமஸ்வாமீ-டாக்டர் ஸுப்ரஹ்மணிய ஐயர், பண்டித டி. கோபாலாசாரியர், யாதவஜீ த்ரிகம்ஜீ ஆசாரிய, பண்டித ஜடாசங்கர் த்ரிவேதீ, பண்டித கிருஷ்ணசாஸ்த்ரீ கபடே, பண்டித கோவிந்தப்ரஸாத் சாஸ்த்ரீ, பண்டித டாகூர் பிரஸாத சர்மா, பண்டித டாகூர் தத்த சர்மா, பண்டித ராமாவதார சர்மா, பண்டித க்ஷமாபதிவாஜபேயீ, வைத்திய ரத்னம் பரமேச்வர மூஸத், கவிராஜ் ஹேமசந்திரஸேன், கவிராஜ் யோகீந்திரநாதஸேன், கவிராஜ் கணநாதஸேன். இவ்விஷயம் ஸபாத்யக்ஷரால் பிரேரணை செய்யப்பட்டு அனைவராலும் ஆமோதிக்கப்பட்டது.

பதினைந்தாம் தீர்மானம்.—ஆயுர்வேத வித்யா பீடத்தினுடையவும், ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தினுடையவும் நியமங்களில் சில சீர்திருத்தங்கள் அவசியம் செய்யவேண்டியிருக்கின்றன. அதற்காக அடியில் குறிப்பிடப்படும் கனவான்கள் அடங்கிய ஒரு ஸப்கமிட்டி ஏற்படுத்தவேண்டும். எவ்வித சீர்திருத்தங்கள் செய்யவேண்டுமோ அதை அவர்கள் ஆலோசனை செய்து மஹாமண்டல காரியதர்சிக்கு அனுப்பவேண்டும். அடுத்த வருஷம் அவ்வபிப்பிராயங்கள் யாவும் மஹாமண்டலம் கூடும்போது இரண்டுநாள் முன்னமே ஒருவாறு தீர்மானிக்கப்பட்டு ஸபையின் அனுமதிக்காகக் கொண்டுவரப்படும். ஸப்கமிட்டியில் அடங்கியவர்கள்:—கவிராஜ் கணநாத் ஸேன், எம். ஏ., கோபீந்திரநாத் ஸேன், எம். ஏ., வைத்தியரத்ன பண்டித டி. கோபாலாசாரியர், பண்டித டாகூர் தத்த சர்மா, பண்டித ஜகந்நாதப்ரஸாத மிச்ர, பண்டித யாதவஜீ த்ரிகம்ஜீ, பண்டித கிருஷ்ணசாஸ்திரி, பண்டித ஜடாசங்கர் த்ரிவேதி, பண்டித ராமேச்வர மிச்ர, பண்டித லக்ஷ்மீராமஜீ, கவிராஜ் ஞானேந்திரநாத ஸேன், பி.ஏ., பண்டித கோவிந்தப்ரஸாத் சாஸ்த்ரீ, பண்டித ச்யாமஸுந்தராசார்ய, பண்டித க்ஷமாபதி வாஜபேயீ, கவிராஜ் ஸுதாம்சுபூஷண காவ்யதீர்த்த. இதைப் பிரேரணை செய்தவர் சி. ச. பண்டித ராமசந்திர சர்மா; பிறகு பண்டித டாகூர் பிரஸாத் சர்மாவாலும், பண்டித ராமநாராயண சாஸ்த்ரியாலும் ஆமோதிக்கப்பட்டு நிறைவேறிற்று.

[இவற்றுள் ஐந்தாவது, எட்டாவது, ஒன்பதாவது, பதினொருவது, பதினான்காவது தீர்மானங்கள் மிகவும் முக்கியமானவை. அவை உத்தேசப்படி நன்றாக புத்திமான்களால் ஆலோசிக்கப்பட்டு அக்காரியம் அனுபவத்தில் வரும்படி நிறைவேறுமானால் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு மிகுந்த உபயோகமுண்டு. ஆயுர்வேத வைத்தியர்களில் மிகவும் வியாபகர்களென்று பெயர்பெற்றிருப்பவர்களும் அஸூயை மேலிட்டு ஒற்றுமையற்று சுயநலமொன்றிலேயே கண்ணாயிருப்பதால் இவை எவ்விதம் நிறைவேறப்போகிறதோ அதுதான் எமக்கு ஸந்தேஹமாயிருக்கிறது. ப-ர்.]

HOW TO AVOID THE COMMON COLD

ஜலதோஷத்தைத் தடுப்பதெப்படி.

(சென்ற மாதத்திய 117-வது பக்கத்தின் தொடர்ச்சி,)

ஸாதாரண ஜலதோஷம்.

ஸாதாரண ஜலதோஷத்தை ஆங்கிலத்தில் காடர் (Catarrh) என்பார்கள். இதனால் கஷ்டப்படுபவருக்கு நரம்பு மண்டலங்களைப் பற்றிய கோளாறு உண்டாகின்றது. நரம்புத் தளர்ச்சியினால் பலஹீனமான ஜனங்களும் அடிக்கடியும் இதனால் பீடிக்கப்படாமலிருப்பது துர்லபம். ஆனால், சரீரத்தில் மற்றத் தாதுக்களும் பலஹீனமடைந்து வருகையில், அப்பலக்குறைவானது ஜலதோஷத்திற்குச் சரீரத்தை வசப்படுத்துங் காரணமாகவும், ஒருவரிடமிருந்து மற்றவரிடம் தொற்றி வியாபிக்கக்கூடிய நுண்ணுயிர்கள் (germ-infection) பிரதான காரணங்களாகவும் ஆகின்றன. ஜலதோஷம் பிடித்த அநேகம் பிணியாட்களுடைய கபத்தை ஸூக்ஷ்ம தர்சன யந்திரத்தின் மூலமாய் பரீக்ஷித்தோமாயின், பற்பல விதமான நுண்ணுயிர்கள் இவ்வியாதிக்குக் காரணமாயுண்டென்று நன்கு விளங்கும்.

ஜனங்கள் மற்ற தொற்று வியாதிகளில் அனுபவிப்பதுபோலவே இதிலும் அவரவருடைய நிலைமைக்கேற்றவாறு வெவ்வேறு வகையான உணர்ச்சிகளையடைகின்றனர். அநேகம்பெயரிடம் ஜலதோஷமுண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்கள் பிரவேசித்தாலும், ஜலதோஷம் இன்னதென்றும் உணராமல், அவர்கள் அதனாலுண்டாகும் கெடுதிகளிடமிருந்து முற்றிலும் விலகியிருப்பர். வேறு சிலர் நவம்பர் முதல் ஏப்ரல் மாதம் வரையில் எப்பொழுதும் மூக்கைச் சிந்திக்கொண்டும் தும்பிக்கொண்டும் துன்பமனுபவிப்பது வழக்கம். வாயால் மூச்சுவிடுவது சரியென்று நினைத்து பிரமிக்கும் நாகரிக ஜனங்களும் சிலருண்டு; சுபாவமாகவோ அல்லது வேறு காரணங்களாலோ மூக்கின் உட்புறம் பலவாறு அடைபட்டு,அல்லது தொண்டை கோளாறடைந்து வாயாலேயே வேறு சிலர் மூச்சுவிடவேண்டியிருக்கும். இவ்வித ஜனங்களெல்லாம் தமது சரீரத்தை ஜலதோஷமுண்டாவதற்கு இசையும்படியாகச் செய்துகொள்ளுகின்றனர்.

உணவுகளால் விளையும் காரியம்.

ஜலதோஷமுண்டுபண்ணுவதில் உணவுகள்கூட சில ஸமயம் அதன் காரணங்களுக்கு உதவி புரிகின்றன. ஜீர்ணமாகக்கூடாத உணவுகளையுண்பதாலும், மிதமிஞ்சி யுண்பதாலும், அல்லது இதற்கு மாறாக வேண்டியவளவு ஆஹாரமுண்ணாமையாலும் தேஹத்தில் ஜலதோஷமுண்டாகக்கூடிய நிலைமை ஸம்பவித்துவிடும்; ஜீர்ணமாகாத உணவுகளிலிருந்து உற்பத்தியான சில விஷப்பொருட்கள் இரத்தத்திலும், நிணநீரிலும் (lymph) சேர்ந்து அதன் மூலமாய் மேற்படி நிலைமை நேரிடுகின்றது. அநேக மனிதர்கள் அளவுமீறி ஆஹாரமுண்பதாலும், அபரிமிதமாகக் குடிப்பதாலும் ஜலதோஷமுண்டாய், அதன் பயனாக அபிநியாஸஜ்வரம் (Pneumonia) முதலிய அபாயகரமான பிணிகளுக்குமுள்ளாகின்றனர்; ஆகவே இதனால் ஜனங்களுக்கு உயிர்ச்சேதம் விசேஷமாயுண்டாகின்றதென்பது வியக்த்தமான விஷயம். அக்கேஸுகளில் தேஹத்தினுட்புறத்திலுள்ள இரத்தக் குழாய்

களும் இருதயமும் அநாவசியமாகத் தூண்டப்பட்டு, நிணநீர்க் கோளங்களிலும் (lymphatic glands), வியர்வைக் கோளங்களிலும் இரத்தம் விசேஷமாகப் பரவ, அப்பொழுது கபமும் வியர்வையும் விருத்தியாக, அப்பொழுது குளிர்ந்த காற்றும் சரீரத்தில் பட, ஜலதோஷமும் தீவ்ரமாய் உண்டாகும்.

கெட்டுப்போன பற்கள் சில ஸமயத்தில் கடுந்துன்பமளிக்கக்கூடிய ஜலதோஷத்திற்குக் காரணமாகின்றன. அசுத்தமான பற்களைப் பரிசோதித்துப் பார்ப்போமாயின், அவற்றில் பார்க்க வழங்காமல் பலவிதமான நுண்ணுயிர்கள் பல்லாயிரக் கணக்காய் உற்பத்தியாய் நெளிந்துகொண்டிருக்கக் காணலாம்; இக்கிருமிகளின் மூலமாய் நீடித்த காலம் போராடக்கூடிய ஜலதோஷமேற்படுவது ஸஹஜம்.

ஜலதோஷம் தொற்றுவியாதியைச் சேர்ந்ததென்று வைத்தியர்கள் அறிந்த விஷயம். ஒரு பெரிய ஆபீஸிலோ, தொழிற் சாலையிலோ வேலைசெய்யும் ஒரு மனிதன் ஜலதோஷமுள்ளவனாயிருந்தால், அங்குள்ள எல்லா வேலையாட்களும் கிரமமாக இதனால் பீடிக்கப்படுவதையும், அவர்களுள் சிலர் அபாயகரமான நிலைமைக்குள்ளாவதையும் பலர் அறிந்திருக்கலாம். ஓர் ஆபீஸில் உத்தியோகம் வஹிப்பவரில் ஒருவன் மூக்கை உறிஞ்சுக்கொண்டும், சிந்திக்கொண்டும், தொண்டைக் கம்மலுடன் கஷ்டப்பட்டு பேசிக்கொண்டும் வந்தால், அவனால் எவ்வளவு வேலை நடந்துவந்தபோதிலும், அவனுக்குண்டான அநாரோக்கிய நிலைமை நிவ்ருத்தியாகிறவரையில், அவனை ஆபீஸுக்கு வரவிடாமலிருப்பதே மிகவும் இலாபகரமாயிருக்கும்.

பிணியைத் தடுத்தல் சிகித்ஸையினும் சிறந்தது.

ஜலதோஷத்தைத் தடுப்பதற்காகச் செய்யக்கூடியதென்னவென்பதை இப்பொழுது விசாரிப்போம்.

தற்காலத்திய நாகரிகஜீவனம் இடங்கொடுக்கும் வரையில் யோசித்துப் பார்த்தால், தினப்படி நடத்தும் சரீரதர்மத்திற்கு அவசியமான காரியங்களை ஒழுங்காகவும் ஸாதாரணமாகவும் நிறைவேற்றி வருவதே இதில் முதலில் கவனிக்கக்கூடிய காரியமென்று விவேகசாலிகளான வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயப்படுவார்கள். அதாவது—வெகு காலையில் எழுந்திருத்தல்; நன்கு ஸ்நானம் செய்தல்; பரிசுத்தமான ஸாதாரண உணவுகளை தினத்திற்கு மூன்று தடவை விதம் மெதுவாகப் புஜித்தல்; வீட்டிற்கு வெளியிலும் வெயிலிலும் இருந்தவாறு வெகு நேரங்களை ஒவ்வொரு தினமும் கழித்து வருதல்; ஆஹாரம் சாப்பிடும்பொழுது சுத்தமான ஜலத்தைப் பருகுவதைத் தவிர்த்து, வேறெவ்வகையான பானங்களையு முபயோகிக்காமலிருத்தல் முதலியனவாம். எப் பதார்த்தங்களையும் மிதமாயுபயோகித்து, எக்காரியங்களையும் அமைதியாகச் செய்து வரவேண்டும். மதுபானத்தையும், புகையிலை யுபயோகிப்பதையும் விலக்கவேண்டும். தூம்புகள் நிரம்பியதும், ஈரமானதும், மற்றும் பலவித அசுத்தங்கள் நிறைந்ததும், துர்நாற்றமுள்ளதுமான வாயுவை ச்வஸிக்கக் கூடாது. நன்றாகக் காற்றோட்டமுடைய அறைகளிலேயே வேலை செய்யவேண்டும்; இரவில் அதிக நேரம் கண்விழிக்காமல் கூடிய சீக்கிரத்தில் படுக்கச் சென்று, குறைந்தது எட்டு மணி ஸாவகாசம் தூங்கவேண்டும். அவரவரது சரீரத்திற்கு உற்றவாறு தகுந்த உடைகளையுடுக்கலாம்; ஆனால் குளிர்காலங்களில் கனமான உடைகளையும், கோடைகாலங்களில் மெல்லிய உடைகளையும் உடுத்தல் நலம். இரவில் படுக்கைக்குப் போகையில் பகலிலுடுத்திருந்த உடைகளைக் கழற்றிவிட்டு, கனமும் நிர்மலமுமான உடைகளைத் தரித்துக்கொள்வது மிகவும் அவசியம். கால்களில் சைத்தியமுண்டாயிருந்தால், பாதங்களில் கம்பளியாலான காலுறைகளைப் (socks) போட்டுக்கொண்டு படுப்பது உத்தமம். பாதங்களை ஈரமாகச் செய்துகொண்டு, அவற்றைத் துடைக்காமல் அஜாக்கிரதையாய் விட்டுவிடுவது மிகவும் பிசகு. ஜலம்பட்டு நனையாத பாதரக்ஷைகளை வெளியில் போகும்பொழுதெல்லாம் போட்டுக்கொள்வது நலம். மார்பை எப்பொழுதும் மறைக்கவேண்டும்; ஆனால் தாராளமாய் உச்சுவாஸ நிச்வாஸம் செய்யுமாறு கஞ்சுகம் முதலியவற்றைத் தளர்த்தியாகப் போட்டுக்கொள்ளவும். அறைகளில் ஜன்னற் கதவுகளைத் திறந்துவிட்டு நித்திரை செய்யவேண்டும்; ஆனால் நித்திரை செய்யும்போது பலமாகப் பனிக்காற்று தாக்காதபடி வஸ்திரத்தாலான திரையொன்று காற்று வாடைக்கு எதிரில் வைக்கலாம். வீட்டுக்கு வெளிப்புறங்களில் திறந்த வெளிகளில் அடிக்கடி உட்கார்ந்துகொண்டே, சிரம பரிஹாரம் பண்ணவேண்டுமென்கிற எண்ணமுண்டாகாமலே வெகு கடினமான வேலைகளையும் அதிக வருத்தமின்றி செய்து முடிக்கலாம்; வெளியில் எவ்வளவு வேலை செய்யலாமோ அவ்வளவு வீட்டினுள்செய்யமுடியாது; வேலை செய்வதற்குச் சிறந்த ஆஹாரம் எவ்வளவு முக்கியமோ அவ்வளவு சுத்த ஆகாயமும் முக்கியமானது; சுத்த ஆகாயமென்றால், அதிக அளவான பிராணவாயுவுடன் கூடிய வாயுவெனக் கருத்து; இவ்வாயுதான் சுத்தமான இரத்தத்தை விருத்திசெய்து சரீரத்திற் பரப்புகின்றது; ஆகவே மனித சரீரத்தின் ஆரோக்கியத்தையும் அதன் மூலமாய் ஆயுளையும் அபிவிருத்தி

செய்வதற்கு மிகுதியாகப் பிராணவாயு (oxygen) அடங்கிய வாயுவை ஏராளமாக உட்கொள்ளவேண்டுவதும், அதன்பொருட்டு ஸாத்தியமானவரையில் வீட்டுக்கு வெளியில் வெகு நேரங்களைக் கழிக்கவேண்டியதும் மனிதருக்கு இன்றியமையாத விஷயங்களாம். குளிர்ந்த ஜலத்தில் நனைத்த பஞ்சைக்கொண்டு விடியற்காலையில் எழுந்ததும் உடம்பைத் துடைத்துக் கொள்வது நலம். இவ்விதம் செய்தால், சர்மத்தின் வேலை வெகு நன்றாக நடந்தேறும்; என்றால் பழைய வியர்வை நன்கு துடைக்கப்பட்டு, புதிதாகக் கசியும் வியர்வைக்கு தாராளமாக வழி யேற்படுகின்றது; வெளியிலிருந்து சுத்தமான காற்றும் சர்மத்தின் சிறு த்வாரங்களினூடே சொற்பம் சரீரத்தினுள் பிரவேசிக்க மார்க்கமுண்டாகும். குளிர்ந்த ஜலத்தில் ஸ்நானம் செய்வதுதான் உத்தமம்; அவ்விதம் செய்ய அப்பியாஸமில்லாதவர் முதலில் சிலநாட்கள் வரையிலும் இளஞ்சூடான ஜலத்தில் ஸ்நானம்செய்து வந்து, அப்பால் கிரமமாகக் குளிர்ந்த ஜல ஸ்நானம் செய்யப் பழகுவது உசிதம்.

மேற்கூறிய முறைகளைத் தவறாது அனுஷ்டித்து வந்தால் ஜலதோஷத்தைக் கூடியவரையிலும் தடுத்துவிடலாம். தொற்று வியாதிகள் பரவுவதற்கு ஆதாரமான கொசுக்கள், ஈக்கள், அழுக்கடைந்த அஸஹ்யமான வஸ்துக்கள், அவ்வித மனிதர் அல்லது இதர பிராணிகள் இவற்றையும் தூரத்தில் விலக்கி வந்தால் ஜலதோஷம் இன்னதென்று உணரவேண்டிய அவசியமு மேற்படாது.

PREVENTION OF POISONING.

விஷத்தினாலுண்டாகும் அபாயங்களைத் தடுத்தல்.

முதலில் எந்த ஔஷதங்களையுமே பெட்டியில் அடக்கம் செய்து, அதன் திறவு கோல்களை ஜாக்கிரதையாக விஷயமறிந்த ஒருவர் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். முக்கியமாகச் சிறுவர்கள் அப்பெட்டியைத் திறப்பதற்காவது அதிலிருக்கும் ஔஷதங்களை எடுக்கவாவது இடங்கொடுக்கக் கூடாது. ஊன்றிப் பார்த்தோமானால், விஷகுணமுள்ள அநேகம் மருந்துகளை வீட்டில் வைத்துக்கொள்ளவேண்டிய அவசியமில்லையென்றே சொல்வோம்.

இரண்டாவது கவனிக்கவேண்டியதென்னவென்றால்—ஒரு விஷப்பொருளை வீட்டில் வைத்திருக்கவேண்டி நேரிட்டால், அதை உடனே தெரிந்துகொ பழும்ம் சிறந்த ளக்கூடியவாறு பிரத்தியேகமான ஒரு புட்டியில் போட்டு, இருட்டிலும் அதை மாத்திரம் தனியாகக் குறிப்பிட்டெடுக்கும்படியாய் ஓரிடத்தில் வைக்கவேண்டும்; மேலும் அப்புட்டியின்மேல் பிரகாசமாக விஷப்பொருள் என்று ஒரு சீட்டை எழுதி ஒட்டியிருக்கவேண்டியது அவசியம். ஒவ்வொரு ஔஷதத்தின் பெயரையும் குறிப்பிட்டு ஒவ்வொரு புட்டியின் பேரிலும் சீட்டுகள் ஒட்டப்படாமலிருந்தாலும், ஒரு ஔஷதம் இன்னதென்று விவரம் தெரியாமலும் அல்லது அதன் விஷயத்தில் வேறு எவ்வித ஸந்தேஹமோ உண்டாயிருந்த போதிலும் அவற்றை உடனே வெளியில் எறிந்துவிடவேண்டும்.

விஷஸம்பந்தத்தினாலுண்டாகும் பொதுக்குறிகள்.—ஏதேனும் விஷம் சரீரத்தில் பற்றியிருந்தால் அடியில் குறிப்பிடப்படுபவை வெகு ஸாதாரணமாய் ஸம்பவிக்கக்கூடிய குறிகளாம்: சரீரத்திற்கு ஒடுக்கமுண்டாய் வீழ்வதே (collaps) பெரும்பாலும் முதற் குறியாகக் கருதப்படுகிறது. அப்பொழுது தேஹத்தில் சீதளம் அதிகரித்துவிடுகிறது; ஜீவசக்தியும் குறைய அல்லது அழியத் தலைப்படும்; உடம்பெங்கும் குளிர்ந்த வியர்வையுண்டாகும்; மிகக் காரமான விஷம் ஸம்பந்தித்திருந்தால் உதடுகளிலும் வாயிலும் ஒவ்வொருவித எரித்தலுண்டாகும்.

அநேக விஷப்பொருட்களால் நினைவு தடுமாறி மூர்ச்சையுண்டாவது ஸஹஜம். அந்த நிலைமையில் நன்றாக ச்வாஸம் விடும்படியாக அந்நோயாளியின் கைகால்களை விரித்துப் போட்டு அவனை நன்றாக மல்லாக்கப்படுக்க வைப்பதுடன், கழுத்திலும் மார்பிலும் வயிற்றிலுமிருக்கிற கட்டுகளையும் துணிகளையும் தளர்த்திவிடவேண்டியது. அவனுடைய முகத்தின் மேல் குளிர்ந்த ஜலத்தை ஒரு கை வாறி யிறைத்தால் பிரஞ்ஞை வருவதுண்டு; இது அவ்வளவு அவசியமானதல்லவென்று சிலர் நினைத்தபோதிலும், இவ்வுபாயம் சில ஸமயங்களில் மிகவும் உபயோகமாயிருப்பதாகவும் அறியப்படுகிறது.

மூளையில் இரத்தம் அதிகரித்துண்டாகும் ஒருவித மூர்ச்சை (apoplexy), அபினியை அடிக்கடியும் உண்பது, மத்யங்களைப் பருகுவது இவற்றினால் பிரஞ்ஞைக்கு ஹானியுண்டாவதுண்டு. முதலிற் கூறிய மூர்ச்சையில் கண்விழியின் நடுவிலுள்ள மணி போன்ற பாகம் (pupils) பெரிதாகவும் ஏற்றக்குறைவான வடிவமுள்ளதாகவும் ஆய்விடும்; நாடிகள் வெகு விரைவாக ஓடும்; அதிக சப்தத்தோடு மூச்சுவிடப் பக்கத்துத் தவடை ஸாதாரணமாயிருக்க,

மற்றொருப் பக்கத்துத் தவடைமட்டும் மூச்சுவிடும் போது உப்பியிருக்கும்.

மத்யபானத்தினாலுண்டான மயக்கமாயிருந்தால், சர்ராயவாஸனை அவனிடம் அவசியமிருக்கும்; மூச்சும் சப்தத்துடன் விடப்படும்; ஆனால் கிழவர்களாயிருந்தால், அவர்கள் மத்யபானம் செய்துவரும் வழக்கமிருந்தபோதிலும் சில ஸமயம் மூளையில் இரத்தமதிகரித்தும் மூர்ச்சையுண்டாகக் கூடுமாகையால், அப்பொழுது இவ்விரண்டு காரணங்களுள் எதனால் மயக்கம் ஸம்பவித்ததென்று தெரிந்துகொள்வது மிகக் கஷ்டமாயிருக்கும்; ஆகிலும் விஷயங்களைக் கசடறக் கற்று அனுபவம் பெற்ற வைத்தியர்கள் இவ்வித ஸமயங்களில் தத்துவாம்சங்களைப் பகுத்தறிந்து அவர்களுக்குத் தகுந்த பரிஹாரம் செய்ய வல்லவராவர். அது மத்யமயக்கமாயிருந்தால், அப்பொழுது அவனுக்குச் சிறிதளவு கடுகுக்குடிநீரைப் பருகக் கொடுப்பது ஏற்ற பரிஹார முறையாம்.

விஷசிகித்ஸை.—முதலில் உடனே ஒரு கைதேர்ந்த வைத்தியரை அழைத்து வருவதற்கு எவரையேனும் அதிசீக்கிரத்தில் அனுப்பவேண்டும்; இரண்டாவது—ஏதேனும் வமனகாரியான சரக்குகளைக் கொடுத்து வயிற்றிலிருந்து விஷப்பொருளை ஸாத்தியமானவரையில் வெளிப்படுத்தவேண்டும். மூன்றாவது—வயிற்றில் தங்கியிருக்கக்கூடிய விஷம் தேஹத்திற்கு அழற்சியையாவது வேறு கெடுதியையாவது உண்டாக்காமலிருக்க அதன் சமனத்திற்கு உபயோகமான வஸ்துக்களை உட்கொள்ளக் கொடுக்லாம். விஷயம் தெரிந்திருந்தால் பிறகு ஏதேனும் தகுந்த ஔஷதத்தைக் கொடுத்து நோயாளியைக் களைதீரச் செய்யலாம்.

கார்பாலிக் அம்லம்.—கார்பாலிக் ஆஸிட் அல்லது கார்பாலிக் அம்லம் என்கிற பதார்த்தம் ஒரு கொடிய விஷம்; இதை அறியாமையினால் அல்லது ஞாபகப்பிசகினால் எவரேனும் உபயோகித்துவிட்டால், இது உடனே சரீரத்தில் வியாபித்து அபாயம் விளைவிக்கும். இதற்கு மிகவும் சிறந்த முறிவுப்பொருள் மத்ய வகையேயாம். ஆகவே கார்பாலிக் அம்லத்தை அறியாமலுபயோகித்தவனுக்கு மத்யத்தை உடனே வெகு சீக்கிரத்தில் வேண்டியவளவு பருகக் கொடுக்கவேண்டும். இதற்கு மற்றொரு முறிவுச்சரக்கு சீமை இந்துப்பு; கையில் மத்யவகையில் எதுவும் இல்லாமற் போகுமானால் அப்பொழுது இவ்வுப்பைத் தண்ணீரில் கரைத்து உட்கொள்ளக் கொடுக்கவேண்டும்.

அபினிவிஷம்.—இதற்கு உடனே வாந்திக்குக் கொடுக்கவேண்டும்; அதன் பிறகு நல்ல ஸாரமான காப்பிக்குடிநீரையும் உட்கொள்ளக்கொடுப்பது அவசியம். பிறகு சிறிது நேரம் அப்பிணியாளி நடந்து உலாவிவந்து அப்பால் நன்றாக நித்திரை போகலாம். அதற்குமுன் டானிக் அம்லம் என்கிற ஔஷதத்தையாவது, தேயிலைக்குடி நீரையாவது உட்கொண்டால் அபினி தோஷத்தை ஒருவாறு சமனம் செய்யும். விரலை நன்றாகத் தொண்டைக்குள் கூடுமானவரையில் ஆழத்தில் போட்டால், அதுவே மற்றெல்லா வமனௌஷதங்களினும் வாந்தியுண்டாக்குவதில் மேலான உபாயமாகும்; அல்லது ஏதேனும் பக்ஷியிறகை தொண்டைக்குள் விட்டுத் துளாவுவதும் வாந்தியுண்டாவதற்கு மிகவும் ஏற்ற உபாயமாம். ஏதாவது நல்ல மணமும் மணமுவந்த சுவையுமுள்ள சிறிது உணவையாவது, வெந்நீரையாவது கொடுத்து வருவதுடன், கால் கைகளை வெந்நீரில் வைத்துக்கொண்டிருப்பதும் நலம்.—Good Health.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

மூத்திர ரோகங்களில் பூசுணிக்காய்.

"லைப் அண்ட் ஹெல்த்" (Life and Health) என்னும் பத்திரிகையில் பூசுணிக்காயைப்பற்றி வெளியாயிருக்கும் ஒரு குறிப்பை வைத்திய கலாநிதியைப் படிப்பவர்கள் கவனிக்கவேண்டுமென்று விருப்புடன் பிரசுரிக்கிறோம்:—ஏ. காகௌஸ்கி என்பவர் "ராஷனல் ட்ரீட்மெண்ட்" (அல்லது ஔஷதமில்லாத சிகித்ஸை) என்கிற ஒரு ஜெர்மனிப் பத்திரிகையில் பின்வருமாறு எழுதுகிறார்:—பூசுணிக்காய்க்கு மூத்திர விரேசனம் (diuretic) என்கிற குணம் மிகவும் உண்டு. வ்ருக்கங்கள் (kidneys) கோளாறடைந்து, சரீரத்தில் (வயிறு முதலான அவயவங்களில்) வீக்கமுண்டாய் நீடித்த வியாதியினால் மிகவும் துன்பமனுபவித்து வந்த சில ரோகிகளுக்கு அநேகவித ஔஷதப் பிரயோகங்களைச் செய்தும் உபயோகமில்லாமற் போயிருக்கையில், பூசுணிக்காயை உணவுவகைகளுடன் கலந்து தாராளமாக உபயோகித்துவந்ததில் வெகு சீக்கிரத்தில் அவர்களுக்கிருந்த துர்க்குணங்களெல்லாம் மாறி ஸௌகமுண்டாயிற்று. தினத்திற்கு 3 முதல் 6 பவுண்ட்எடை கொண்ட பூசுணிக்காயைஉட்கொண்டுவரச் செய்யவேண்டும். பூசுணிக்காயை ஒருவாறு பூரியென்னும் பணியாரமாகச் செய்து அதைப் பாலில் ஊறவைத்தும், அல்லது வெண்ணெயிற் கலந்தும், அல்லது பாலாடையுடன் கூட்டியும் சாப்பிட்டு வரலாம். பிறகு மூத்திரத்திற்கு ஆல்கலைன் என்கிற க்ஷாரத் தன்மையேற்படுகிறது. வ்ருக்கங்களுக்கு எரித்தலைக்கொடுக்குந் தன்மையும் இதற்குக் கிடையாதென்று தெரியவந்தது. ஒரு பிணியாளிக்கு மாத்திரம் எண்பது நாட்களில் 123-பவுண்ட் நிறையுள்ள பூசுணிக்காய் கொடுக்கப்பட்டது; அவ்வாறு கொடுத்து வந்ததில் அவனுக்கு சில ஸமயம் அதிக அளவாக பேதியானதைத் தவிர்த்து வேறு துர்க்குணம் ஒன்றுமுண்டாகவில்லை; பிறகு அவன் நன்கு ஸ்வஸ்த்தமானான். சரீரத்தைப் போஷிப்பதற்கான குணமும் பூசுணிக்காய்க்கு மிகவும் அதிகமாயுண்டு.

இப்படி மேனாட்டு வைத்தியர்கள் அநேகம் விஷயங்களை இப்பொழுதே புதிது புதிதாக அறிந்து வருகின்றனர். இவ்விஷயம் ஆயுர்வேத நூல்களில் பல நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்னமே விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. "வல்லீ பலாநாம் ப்ரவரம் கூஷ்மாண்டம் வாதபித்தஜித், வஸ்திசுத்திகரம் வ்ருஷ்யம் ஹ்ருத்யம் சேதோவிகாரநுத்" (கொடியிலுண்டாகும் கனிகளுள் ஆஹாரப்பொருளாகவும் ஔஷதப்பொருளாகவும் ஒரு மிக்க உபயோகிக்கத் தகுந்த சிறந்த குணமுள்ளது பூசுணிக்காயேயாம்; வாதபித்த ரோகங்களைப்போக்குவது மல்லாமல் வஸ்திசோதனம் (diuretic), தாது போஷணம் முதலிய சிறந்தகுணங்களும் உடையதாயிருக்கிறது.) என்று ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள தன்வந்தரி நிகண்டுவில் எழுதப்பட்டிருக்கிறது. மேலும் ராஜநிகண்டுவில் "மூத்ராகாதஹரம் ப்ரமேஹசமநம் க்ருச்சிராச்மரீச் சேதநம் விண்மூத்ர க்லபநம் த்ருஷார்த்தி சமநம் ஜீர்ணாங்க புஷ்டிப்ரதம், வ்ருஷ்யம் ஸ்வாதுதரம் த்வரோசகஹரம் பல்யஞ்ச பித்தாபஹம் கூஷ்யாண்டம் ப்ரவரம் வதந்தி பிஷஜோ வல்லீபலாநாம் புந:" (பூசுணிக்காய் தடைபட்டிருக்கும் மூத்திரத்தை வெளிப்படுத்தும்; ப்ரமேஹம் என்கிற வெள்ளை மேஹத்தையும் போக்கும்; நீர்ச்சுருக்கைப்போக்குவதிலும், மூத்திர மார்க்கத்தில் ஏற்படும் கல்லடைப்பை நிவ்ருத்தி செய்வதிலும் சிறந்தது; மலம் மூத்திரம் இரண்டையும் வெளிப்படுத்தி சரீரத்தில் அவற்றினாலுண்டாகும் தீங்கையும் விலக்கிவிடும்; நாவறட்சியையும் அடக்கும்; இளைத்துப்போன தேஹத்திற்கும் புஷ்டியைத் தரும்;தாது புஷ்டியையும் தரும்; அரோசகத்தை அகற்றும்; சரீரத்திற்கு வன்மையையும் உண்டுபண்ணும்; ஆகவே ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் பூசுணிக்காய் இவ்வித நோயாளிகளுக்கு நற்குணம் தரக்கூடிய மிகச்சிறந்த வஸ்துவென்று அபிப்பிராயப்படுகின்றனர்.) என்று வெகு ஸ்பஷ்டமாய் மொழியப்பட்டிருக்கிறது. ஆகையினாலேயே பூசுணிக்காயை லேஹ்யமாகவும் அல்லது ஹல்வாவாகவும் செய்து நமது வைத்தியர்கள் விசேஷமாக உபயோகித்து வருகிறார்கள். ஆயுர்வேத நூல்களில் இவ்வாறு நுட்பமாக ஆராய்ச்சிசெய்து எழுதப்பட்டிருப்பதாகக் கூறினாலும் அதில் நமது சாஸ்திரஞ்ஞர்களுக்குக் கூட நம்பிக்கை யுண்டாவதில்லை; அதே விஷயம் மேனாட்டு வைத்தியர்களின் முகத்திலிருந்து வந்துவிட்டால் அதற்குண்டான மதிப்புக்கு அளவில்லை.

அரசம்பட்டையும் அதன் பழமும்.

வைத்தியர்கள் அரசமரத்தின் எந்த அம்சங்களையும் ஔஷதமாய் உபயோகிப்பதாக இது வரையிலும் பிரவித்தியைக் காணோம். ஆகிலும் அதன் பட்டையும் பழமும் சிறந்த ஔஷத குணங்களுடையனவென்று

அறியப்படுகிறது. பட்டைக்கு ஸங்கோசனமென்கிற ஸ்தம்பனகுணம் (astringent) விசேஷமாயுண்டு. அதைப் பொடித்தோ கஷாயமாகக் காய்ச்சியோ வெள்ளை மேஹத்தில் (gonorrhoea) உபயோகிக்கலாம். இப்பட்டையை இடித்துச் சிறிதளவு ஜலத்தில் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிக்கட்டி அக்கஷாயத்தை உட்கொண்டுவந்தால் சொறி சிரங்குகள் குணமாகும். இதன் பட்டையை எரித்து, உடனே அதைச் சிறிதளவு ஜலத்தில் ஊறவைத்து, அந்த நீரை மிகத் தொந்தரவளிக்கும் விக்கலை நிறுத்துவதற்கு உபயோகிக்கலாமெனப்படுகிறது. இதன் பழங்களை ஒருவரும் சாப்பிடுகிற வழக்கமில்லையாயினும், அவற்றை உபயோகிப்பதால் நற்குணங்கள் பல வுண்டு; அதாவது—இச் சிறிய கனிகளைப் புஜித்தால் ஜீர்ணசக்தி விருத்தியாகும்; ஸாதாரணமாக நாள்தோறும் மலத்தைக் கழிப்பதற்கான ஸ்ரம்ஸநம் (laxative) என்கிற குணமும் இக்கனிகளுக்கு உண்டு.

மருதம்பட்டை.

அர்ஜுன விருக்ஷமென்று ஸம்ஸ்கிருதத்திற் கூறப்படும் மருதமரத்தின் பட்டையை ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் ஸாதாரணமாய் அதிஸாரம் அல்லது அஜீர்ணபேதியில் உபயோகிப்பது வழக்கமாயிருந்து வருகிறது. "பாரம கோபியா இண்டியா" என்று ஆங்கிலத்திலுள்ள வாகட நூலில் இதன் பட்டையை இரண்டு அவுன்ஸ் அளவு எடுத்து இடித்து, அதில் ஒரு பைண்டு (20 அவுன்ஸ்) ஜலம் சேர்த்து, கஷாயம் காய்ச்சி, வேளைக்கு 2-அவுன்ஸ் விதம் தினத்திற்கு 3-வேளை உட்கொண்டுவந்தால் அதிஸாரம் நிவ்ருத்தியாகுமென்றும், அக்கஷாயத்தை ஆறாத நாட்பட்ட சில புண்களின்மேல் ஊற்றி அவற்றைக் கழுவிவந்தால் சீக்கிரம் குணம் தெரியுமென்றும் கூறப்படுகிறது. ஆயுர்வேத வைத்தியர் இதன் பட்டையை நுண்மையாகச் சூர்ணம் செய்து அத்துடன் சர்க்கரையையும் கலந்து மேற்கூறிய வியாதியில் உபயோகித்து நற்குணம் கண்டிருக்கின்றனர். இதைப்பற்றி டாக்டர் வி. கே. பருல்கர், எல். எம். அண்ட் எஸ். என்பவர், க்ராண்ட் மெடிகல் காலேஜ் மாகஸின் (Grand Medical College Magazine) என்கிற வைத்தியப் பத்திரிகையிலும் இவ்வாறு எழுதியிருக்கிறார்.

வெள்ளாட்டுப் பால்.

இப்பொழுது வரவர பால் கிடைப்பது அரிதாயிருக்கையில், அதைக் கொடுக்கும் பிராணிகளில் பசுவைத் தவிர்த்து மற்றெதையும் நமது தேசத்தவர் கவனிப்பதில்லை. வெள்ளாடுகள் சிறந்த பாலைக் கொடுப்பவை யென்றும் எல்லோரும் அறிந்த விஷயம். ஆனால், வெள்ளாடு எளியவரின் பசு என்று வெகு நாட்களாய் ஜனங்களால் கருதப்பட்டு வருகிறது. ப்ரான்ஸ், பெல்ஜியம், ஸ்விட் ஜெர்லாண்ட் இத்தேசங்களில் வெள்ளாடுகள் பாலுக்காகக் காப்பாற்றப்படுகின்றன. ஆட்டுப்பால் பசும்பாலைவிட சிறந்த ஸத்துவமுள்ளதென்று மதிக்கப்படுகிறது; சில ஸமயம் குழந்தைகளுக்கும் வியாதியஸ்தர்களுக்கும் ஆட்டுப்பால் எற்ற உணவென்று வைத்தியர்கள் சிபார்சு செய்கிறார்கள். நகரங்களில்கூட நல்ல வெள்ளாட்டை வீடுகளில் வளர்த்தால் தினத்திற்குக் குறைந்தது ஒரு சேர் பால் கிடைக்கும். பட்டணங்களில் கொட்டகைகள் கட்டி ஆடுகளை வளர்த்து பால் ஸப்ளை செய்வது சிறந்த முறையாகும்; அவற்றிற்குத் தகுந்த உணவுகளை வேண்டியவளவு கொட்டகை களில் போட்டு அவற்றை வளர்த்து வந்தால் பால் தகுந்தவாறு கிடைக்கக்கூடுமாயினும், சிறிய பட்டணங்களிலும் கிராமங்களிலும் அவற்றை வெளியில் ஓட்டி மேய்த்துவந்தால், செலவும் குறைந்து, பாலும் அதிகமாகக் கறக்கும். வெள்ளாட்டுப்பால் க்ஷயரோகிகளுக்கும், ச்வாஸகாஸம் முதலியவற்றால் பீடிக்கப்படுபவருக்கும் சிறந்த ஆஹாரப் பொருளென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை.—Health and Happiness. [வெள்ளாடுகள் வீட்டிலிருந்தால் க்ஷயரோகமே ஒருவருக்கும் வராதென்று ஆயுர்வேத நூல்களும் கூறுகின்றன. ப-ர்.]

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

இந்தியாவும் மேனாட்டுச் சிறுவர்களும்.

ஓர் ஆங்கிலேய கனவான் தனது தேசத்திலிருந்து கல்கத்தாவுக்கு வந்து சிலநாட்களான பிறகு தன் ஸ்நேஹிதரொருவரைப் பார்த்து அடியில் வருமாறு ஒரு விநோதமான விஷயத்தைச் சொன்னார்:— 'இத்தேசம் (இந்தியா) போதுமான சூரிய வெளிச்சத்தினால் மிக மனோஹரமாகவும், ஆரோக்கிய கரமாகவும் இருப்பதைக் கண்டு நான் வந்தது முதல் ஸந்தோஷமாயிருந்து வருகிறேன். இத்தேசம் எவ்விதமான சரீர நிலைமையுடையவருக்கும் எற்றதாயிருக்குமென்று எனது துணிபு. சில மேனாட்டுச் சிறுவர்கள் இவ்விடம் வந்து, கண்டபடியெல்லாம் உணவுகளை மிதமிஞ்சிப் புஜித்தும், பலவாறு குடித்தும் தமது தேஹக்கூறுபாடுகளைக் கெடுத்துக்கொண்டு பார்க்கவழங்காத அவஸ்தையைப் பெற்றபிறகு, இத்தேசத்திய உஷ்ண நிலைமை தமது சரீரத்திற்கு ஒற்றுக்கொள்ளவில்லை யென்று இங்கிலாந்திலுள்ள தம் நண்பர் முதலாே 'குக் கடித மெழுதுகின்றனர்.'—Sacred He .eview.

மது வகைகள் மருந்தல்ல.

ட்ச்னிகாப் என்பவர் நீண்டகாலம் அடிக்கடியும் ஆ...ய்ச்சிசெய்து வந்ததில், சரீரத்தினுள் பிரவேசித்த மதுவினால் வெள்ளைக் குறுகடங்கள் (white cells) முதலில் தாக்கப்பட்டு, அதைக் குடிப்பதால் நமக்கு எவ்வித மனோவிகாரங்களும் தேஹவிகாரங்களும் உண்டாகின்றனவோ அவ்விதமாகவே அக்குறுகடங்களுக்கும் ஸம்பவிக்கின்றனவென்றும், அவ்வணுரூபமான குறுகடங்கள்கூட அசையச் சக்தியற்றவையாய் திமிரடைந்து, மயக்கங்கொண்டு விடுகின்றனவென்றும், எவ்வளவு குறைந்த அளவாக மத்யத்தை உபயோகித்தபோதிலும் இக்குறுகடங்கள் அம்மத்யத்தினால் நன்றாகத் தாக்கப்பட்டு அவற்றின் வேலையை அவை செய்வதில்லை யென்றும் தெரியவந்தது. எவ்வியாதியிலும் மதுபானம் குணந்தருவதல்ல. இருந்தும் உலகத்திலெங்கும் அநேகம் தொற்று வியாதிகளில் மதுவை மேனாட்டுவைத்தியர்கள் உபயோகித்து வருகின்றனர். மனுஷியன் மரணமடைகிற தருணத்திலுங்கூட அவனுடைய இருதயத்தை நிற்காமல் ஓடுவதற்குத் தூண்டும் ஔஷதமாக விஸ்கி யென்னும் சாராயமே சிறந்ததென்று பதினேறு வருஷங்களுக்கு முன்பு கற்றறிந்த வைத்தியர்கள் நினைத்து வந்த விதமாய் இப்பொழுது நாகரிக வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயப்படவில்லை யென்பதற்கு அநேக ஆதாரங்களுண்டு. ஸர் தாமஸ் ப்ரேஸர் என்பவர் எடின்பரோவில் வாகட சாஸ்திர ப்ரொபஸ்ஸர்; அவர் முதலில் மதுபானத்தை மறுப்பதில் எண்ணமுடையவராயில்லை. அப்பால் தன்னுடைய மாணாக்கர்கள் காலேஜில் தனக்கு முன்பாகவே மது வெறியினால் மனக்கோளாறடைந்து விழுவதைப் பார்க்கப் பார்க்க இப்பொழுது இரண்டு வருஷமாய் அவருக்கு அவ்வஸ்துவில் வெறுப்பு உண்டாயிற்று. அவர் அது முதல் அபிந்யாஸம் அல்ல கபஜ்வரத்திலாவது (pneumonia), வேறு வியாதிகளிலாவது ஒரு துளிமதுவைக்கூட ஆஸ்பத்ரியிலுள்ள ரோகிகளுக்குக் கொடுப்பதேயில்லை. இப்பொழுது எல்லா ஆஸ்பத்ரிகளிலும் மதுவுக்காக வரும் பணச்சீட்டுகள் (bills) குறைந்தும், பாலுக்காக வருபவை அதிகரித்தும் இருப்பதற் கேற்க, முன்னைவிட இப்பொழுது நோயாளிகள் சீக்கிரம் ஸ்வஸ்தமடைந்தும் வருவதாய் அறியப்படுகிறது. ஸர் தாமஸ் பார்லோ என்கிற மஹா பிரஸித்திபெற்ற வைத்திய வித்வானிடம் செல்லும் பிணியாளிகளுக்கு மதுவென்பது கண்ணால் பார்ப்பதற்கும் கிடைப்பதில்லை. ஸ்த்ரீகளுக்கு உண்டாகும் எவ்வித வியாதிகளிலும் மத்யம் மருந்தாகமாட்டாதென்று மிகப் பிராமாணிகர்களென்று பெயர் பெற்ற ஸ்த்ரீவைத்தியர்களும் கூறியிருக்கின்றனர். இவ்வாறு 'டெம்ப்ரென்ஸ் நியூஸ்' (Temperance News) என்கிற பத்திரிகையில் ஒரு நிருபம் வெளிவந்திருக்கிறது. நாமும் வைத்தியகலாநிதியில் அப்போதைக்கப்போது அநேகம் பிரமாணங்களுடன் இவ்விஷயத்தை வற்புறுத்தி வருகிறோம். ஆங்கிலவைத்தியம் செய்பவரில் ஔஷதங்களில் மதுவைச் சேர்க்காமல் கொடுப்பவர் ஒருவரும் இச்சென்னையில் கிடையாது.

குழந்தைகளுக்கு வைசூரி குத்துவதற் கேற்ற காலம்.

மஸூரிகா யென்னும் பெரியம்மை அதிகமாய் ஒரு இடத்தில் பரவிவரும் போது எல்லாக் குழந்தைகளுக்கும் எவ்வயதிலும் வைசூரி குத்திவிட வேண்டியது அவசியம்; இப்பெருவாரி வியாதி விசேஷமாக வியாபிக்காத ஸமயங்களில் ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள சிறு குழந்தைகளுக்கு 4-முதல் 6-மாதத்திற்குள்ளும், வியாதிகொண்ட குழந்தைகளுக்கு ஒரு வயது நிறை

ந்தபிறகும் வைசூரி குத்துவது உசிதம்:—Health and Happiness.

ஸுலபமான வடிக்கட்டுங்கருவி.

வெகு ஸுலபமாகவும், சீக்கிரமாகவும், நேர்த்தியாகவும் ஔஷதங்களை-முக்கியமாய் ஸூசிகாபரண ஔஷதங்களை (hypodermic medicine) வடிக்கட்டுவதற்கு அடியில் கூறப்படுவது சிறந்த உபாயமாகும்: ஒரு தேக்கரண்டி அல்லது டேபுள்க்கரண்டியில் ஜலமான ஔஷதத்தை யெடுத்து சிறு விளக்கு ஜ்வாலையின்மேல் காய்ச்சிக் கொதிக்க வைத்து, அக்கரண்டியின்மேல் ஜலத்தை மூடும்படியாக ஒரு சிறிது பஞ்சை வைத்து, அதன்மேல் சிறிய பீச்சிடுங்கருவியின் (Syringe) முனையைக்கொண்டு இழுத்தால் பஞ்சுமூலமாய் சுத்தமான திரவம் மட்டும்வரும்.—W. J. Faster.

நிபுணனான ஓர் ஔஷதவியாபாரி.

குமாஸ்தா:—"ஐய! அந்த துரைஸானியை சுமார் ஒரு மணிநேரம் வரையில் வீணுக்குக் காத்துக்கொண்டிருக்கச் செய்தேனே! அந்த அம்மாள்கோபிப்பாளே! அவள் ஔஷதச்சீட்டுக்கொடுத்ததையும் நான் முற்றிலும் மறந்துவிட்டேனே!" என்றான்.

யஜமானனான ஔஷதவியாபாரி.—"மூட்டாளே! நீ இப்படித்தான் பிழைக்கப் போகிறாய்! 'இந்த சீட்டில் கண்டிருக்கிற விதமாய் ஔஷதங்களைச் சேர்த்து அதைத் தயார் செய்வதற்கு ரொம்ப கஷ்டமாயிருந்தது; அதனால் வேறு வேலையைக் கூட கவனிக்க முடியாமல் இதற்காக இவ்வளவு நேரம் ஆய்விட்டது; ஆகவே இந்த ஔஷதம் தயார் செய்து கொடுத்ததற்கு சார்ஜ் இவ்வளவு ஆயிற்று' என்று அவளிடம் சொல்லி இந்த பில்லில் கண்டவிதம் தொகையை வாங்கிக் கொண்டுவா" என்று சொல்லி, இருமடங்கு அதிகத் தொகை சேர்த்து ஒரு சீட்டு (bill) எழுதி குமாஸ்தாவினிடம் கொடுத்தான்.

இங்கிலாந்தில் பால் விற்பனை.

ஆரோக்கியக் கேட்டையுண்டாக்கக் கூடிய பாலையும், கலப்பான உணவுப் பொருட்களையும் விற்பனை செய்வதைத் தடுப்பதற்காக இங்கிலாந்தில் சென்ற ஜனவரி மாதம் முதலில் ஒரு சட்டம் ஏற்பட்டு, அவ்விதம் காரியம் நிறை வேற்றப்பட்டும் வருகிறது. ஏதேனும் வியாதியுடன் கூடிய பசுக்களின் பாலை மனிதர் உபயோகித்தால் அதனால் க்ஷயரோகம் விருத்தியாகிறதென்றும், வேறு சில கெடுதிகள் ஸம்பவிப்பதாகவும் அறிந்து இச்சட்டம் ஏற்பட்டு ஊர்ஜிதத்திற்கு வந்து விட்டது. பால் கறக்கும் சாலைகளையும், பாலைப் பலவிதமாகப் பக்குவம் செய்வதற்காக ஏற்பட்டுள்ள கம்பெனி முதலான வைகளையும் இச்சட்டப்படி ரெஜிஸ்டர் செய்து விடவும், அவற்றை அப்போதைக் கப்போது சாஸ்திர நிபுணர்களை அனுப்பி நன்றாகப் பரீக்ஷித்து வரவும் மேல் அதிகாரிகளால் லோகல் கவர்ன்மெண்டுகளுக்கும் உத்தரவு அனுப்பப்பட்டிருக்கின்றனவாம். இந்தியாவில் அதிலும் சென்னையில் எவ்வளவு பசுக்கள் வியாதிகொண்டவை! எவ்வளவு அசுத்தமான பாலும் உணவுப் பொருட்களும் இங்கு விற்கப்படுகின்றன! இதற்கென்ன கதிமோக்ஷம்!

உதடுகளும் ரோகா ரோக்கிய நிலைமைகளும்.

ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள மனிதனுடைய உதடுகள் ஸாதாரணமாக வெண்சிவப்பு நிறமுள்ளவையாய், மிகவும் சொற்பமாகச் சுருங்கியிருக்கும். அவற்றின் பருமன் ஒவ்வொருவனுக்கு ஒவ்வொரு விதமாய் வித்தியாசப்படும். உதடுகளின் வெளிப்புறத்திலும், அவற்றின் உட்புறத்து சிலேஷ்ம ஜவ்விலும் (mucous membrane) அடிக்கடி மாறுதல்களுண்டாவது வெகு ஸாதாரணமாயிருப்பதுடன், அவ்வித மாறுபடுகள் உண்டாகும்போது கவனித்துப் பார்க்கும் வைத்தியர் முதலியவர்களுக்கு அவ்விஷம் விரும்பக்கூடியதாயிருக்கும். ச்வாஸ பந்தனம், அபஸ்யாஸஜ்வரம் அல்லது கபஜ்வரம், ஹிருதயத்தைப்பற்றிய ரோகங்கள், குடல்களிலுண்டாகும் ஏதேனும் கோளாறுகளால் இரத்தம் விஷத்தன்மையடைதல் என்னும் இவ்வியாதி நிலைகளில் உதடு கருநிறமாக மாறும். பாண்டுரோகம், இரத்தப்பெருக்கு, வ்ருக்கங்கள் தாபங்கொண்டு ஸம்பவிக்கும் ஒருவித மேஹரோகம், ஹிருதயத்திற்கு அருகிலுள்ள பெரிய தமனி சுருக்கங்கொள்ளல் (aortic stenosis) இவ்வியாதிகளில் உதடுகள் வெண்ணிறங் கொள்ளும். மதுமேஹரோகத்தில் சில ஸமயம் குறிப்பிடக்கூடியவாறு சிவப்புநிறம் மிகவும் அதிகரித்திருப்பது வழக்கம். காமாலையில் ஒருவித இளமஞ்சள் நிறம் தோன்றும். ஈய ஸம்பந்தமான விஷம் தேஹத்தில் பற்றியிருக்கும்போது பல்லீறுகள் நெடுக ஒருவித நீலக்கோடுகளும், உதடுகளின் உட்புறத்தில் நுண்ணிய கறும் பொட்டுகளும் காணப்படும். இரத்த க்ஷீண ரோகத்தில் (Addison's disease) உதடுகளிலும், தவடையின் உட்புறங்களிலும், வாயின் மேற் புறத்திலும் கபில வர்ணமான பொருட்டு உண்டாயிருக்கும். இவ்வாறு அநேக ரோகங்களில் மற்றப்பரீக்ஷைகளுடன் உதடுகளின் நிலைமைகளையும் பார்த்து வியாதிகளைக் குறிப்பிட்டு சீக்கிரம் நிர்ணயித்து விடலாம்.—Dental Review.

அசைக்கச் செய்வதும் நலம்; இதனால் ஸ்நேஹம் சரீரத்தில் வியாபிப்பதுமல்லாமல், குடலிலிருந்து மலங்களும் மெதுவாகக் கழிய வகையுண்டாகும். இவ்விதம் வஸ்தி செய்து முடிந்த பின்னர், நோயாளி தன் விருப்பப்படி ஸுகமாக நித்திரை செய்யலாம். 23—30.

நன்கு அநுவாஸனம் நிறைவேறியதன் குறிகள்.

எவனுக்கு வஸ்தியில் பிரயோகித்த ஸ்நேஹமானது அபானவாயுவோடும் மலத்தோடும் கலந்து ஒருவித உபத்திரவமுமில்லாமல் சீக்கிரம் வெளிவருகின்றதோ, அவன் நன்றாக அநுவாஸனம் செய்யப்பட்டவனாகக் கருதப்படுவான். 31.

அநுவாஸனம் ஆனவுடன் கொடுக்கத் தகுந்த உணவு.

முன்னால் புஜித்த ஆஹாரம் நன்றாக ஜீர்ணமாய், வஸ்தியின் மூலமாய்ப் பிரயோகித்த ஸ்நேஹம் முதலியது வெளிவந்தபிறகு, ஸாயங்கால வேளையில் பசியும் நன்கு உண்டாயிருந்தால், அவனுக்கு மறுபடியும் இலகுவான ஆஹாரத்தை வேண்டியவளவு கொடுக்கலாம். 32.

ஸ்நேஹம் குடலில் தங்கி கெடுதிசெய்யாமலிருக்க உபாயம்.

அநுவாஸனவஸ்தி செய்யப்பட்டவனுக்கு மறுநாள் இளஞ்சூடான ஜலத்தையாவது, கொத்தமல்லிவிதை சுக்கு இவ்விரண்டையும் சேர்த்துக் காய்ச்சிய கஷாய ஜலத்தையாவது உட்கொள்ளக் கொடுப்பது நலம்; இவ்விதம் செய்வதால் வஸ்தியினாற் செலுத்திய ஸ்நேஹத்தில் ஏதேனும் சிறிது பாகம் குடலில் தங்கி கெடுதி செய்யாமலிருக்கும். 33.

எத்தனை முறை அநுவாஸனம் செய்யவேண்டும்?

மேற்கூறிய முறைப்படி ஆறு தடவையாவது, ஏழு தடவையாவது, எட்டு தடவையாவது அல்லது ஒன்பது தடவையாவது ஸ்நேஹவஸ்தியைச் செய்யலாம்; ஆனால் ஒவ்வொரு முறை அநுவாஸனம் செய்ததும் இடையில் அப்போதைக்கப்போது நிரூஹவஸ்தியையும் செய்துவரவேண்டும். 34.

ஒவ்வொரு ஸ்நேஹவஸ்தியினாலும் ஏற்படும் குணங்கள்.

முதல் தடவை செய்யப்படும் வஸ்திகர்மத்தினால் வங்க்ஷணமென்னும் துடைகளுக்கு இடையிலுள்ள பாகங்களும், வஸ்தியென்னும் மூத்திரப்பையும் ஸ்நிக்த்தமாகின்றன. இரண்டாவது முறையும் வஸ்தியை நன்றாகச் செய்துமுடித்தால் சிரஸ்ஸைப்பற்றியுள்ள வாததோஷம் நிவ்ருத்தியாகும். மூன்றாவது முறை உபயோகித்த வஸ்தியினால் பலமும் தேஹநிறமும் விருத்தியாகும். நான்காவது முறையும் ஐந்தாவது முறையும் பிரயோகித்த வஸ்திகளால் இரஸம், இரத்தம் என்னும் இவ்விரண்டு தாதுக்களும் ஸ்நிக்த்தமாகும். ஆறாவது முறை செய்யப்படும் வஸ்தியினால் மாம்ஸமும், ஏழாவது வஸ்தியினால் மேதஸ்ஸும், எட்டாவது ஒன்பதாவது வஸ்திகளால் முறையே எலும்பும் மஜ்ஜாதாதுவும் ஸ்நிக்த்தமாகும். இவ்விதமாகவே மீண்டும் ஒன்பது தடவை ஸ்நேஹவஸ்தியைப் பிரயோகித்தால் சுக்லத்திலுள்ள தோஷங்களையும் நன்றாகப் போக்கிவிடலாம். இங்ஙனம் எவரொருவர் முன்னூற்று இருபத்திநாலு முறை இவ்வஸ்தியைச் செய்துகொள்கிறாரோ, அவர் ஓர் ஆனைக்குண்டான வன்மையைப் பெறுவ

ரென்றும், குதிரை முதலியவைகளை பலாத்காரமாய் ஜயிக்கக்கூடிய சக்தியைப் பெறுவரென்றும், தேவதைகளுக்கேற்ற தேஜஸ்ஸை அடைவரென்றும் கருதப்படுகிறது. 35—38½.

தினந்தோறும் அநுவாஸன நிரூஹங்களுக்கு உரியவர்.

எவனுடைய சரீரத்தில் வாதம் மிகவும் அதிகரித்தும் ரூக்ஷத்தன்மை மேலோங்கியும் இருக்கின்றதோ அவனுக்கு நாள்தோறும் வைத்தியன் அநுவாஸன வஸ்தியைக் கொடுத்துவரவேண்டும். இதற்கு மாறாக எவருடைய சரீரத்தில் கபம் அதிகரித்தும், ஸ்நிக்த்தத்தன்மை மேலோங்கியும் இருக்கின்றதோ அவர்களுக்கு நிரூஹவஸ்தியை அவ்விதமே செய்யவேண்டும். 39½.

நீடித்த காலம் அநுவாஸனத்திற்குரியவர்.

ரூக்ஷதேஹிகளுக்கு ஹீநமாத்திரையில் ஸ்நேஹவஸ்தியை வெகுநாட்களளவும் நீடித்துச் செய்து வருவது நலம்; அவ்விதமே மிகவும் ஸ்நிக்த்தமான மனிதருக்கு ஹீநமாத்திரையில் கஷாயவஸ்தியைச் செய்து வருவதும் உத்தமம். மேலும் எவனுக்கு ஸ்நேஹவஸ்தி செய்யப்பட்டதும் உடனே அந்த ஸ்நேஹம் அப்படியே வெளிப்பட்டுவிடுகின்றதோ அவனுக்கு மறுபடியும் அப்பொழுதே மற்றொரு முறை மிகச் சிறிய அளவில் அநுவாஸன வஸ்தியைப் பிரயோகிப்பது அவசியம்; எவனுடைய சரீரம் நன்கு ஸ்நிக்த்தமாயிருக்கின்றதோ அவன் தேஹத்தில் ஸ்நேஹம் தங்காமலிருப்பது இயல்பு. 40—41½.

அநுவாஸனத்தினால் மலம் சுத்தியாகாவிடில் செய்யக்கூடிய உபாயம்.

பலவாறு அசுத்தமான மனிதனுக்கு அநுவாஸனம் செய்தும், உட்செலுத்திய ஸ்நேஹம் மலங்களுடன் வெளிவராமற்போனால், சரீரம் சோர்வுறுதல், வயிற்றுப்பொருமல், வயிற்றுவலி, பெருமூச்செறிதல், பக்வாசயமென்னும் சிறுகுடலுக்குள் பாரமாயிருப்பது போன்ற உணர்ச்சி இவைஉண்டாகும்; அப்பொழுது தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ள ஔஷதங்களால் நிரூஹவஸ்தியைப் பிரயோகிக்கவேண்டும்; அல்லது தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ள ஔஷதங்களால் செய்யப்பட்ட பலவர்த்தியை[1] யாவது குதத்தில் செலுத்தலாம். அபான வாயு, மலம், உட்செலுத்திய ஸ்நேஹம் இவை எவ்வாறு கீழ் நோக்கி வெளிவந்து விடுமோ அவ்வாறு தீக்ஷ்ணமான நஸ்யமும் விரேசனமும் பிரயோகிப்பது நலம். வஸ்தியினால் செலுத்திய ஸ்நேஹம் எவனுக்கு வெளிவராமலிருந்தும் ஒருவித கெடுதியையும் செய்வதில்லையோ அவனுக்குச் சரீரம் ரூக்ஷமாகவும் இருப்பதாகக் காணப்பட்டால், அந்த ஸ்நேஹத்தை வெளிப்படுத்த முயற்சி செய்யவேண்டிய அவசியமில்லை; சரீரம் மிக ரூக்ஷமாயிருந்தால் உட்செலுத்திய ஸ்நேஹம் அனைத்துமோ ஒரு பகுதியோ உடலில் ஊறிவிடுவது இயல்பு. ஸாதாரணமாய் மற்றவருக்கு வஸ்தியினால் செலுத்திய ஸ்நேஹம் ஒரு நாள் முடிய வெளிவராமலிருப்பின் மறுநாள் விரேகம் முதலியசோதன சிகித்ஸையினால் அந்த ஸ்நேஹத்தை வெளிப்படுத்திவிடவேண்டும்; ஆனால் ஸ்நேஹவஸ்தியில் முதலிற் பிரயோகித்த ஸ்நேஹம் வெளிவராமலிருந்தால் மறுபடியும் ஸ்நேஹத்தைக் கொண்டே சோதனம் செய்வது பிசகு. 42—46½.

1. பலவர்த்தி—மருக்காரையென்னும் மதனபலம் முதலியவற்றால் செய்யப்படும் வர்த்தி; இவ்வித வர்த்திகளை குதத்தில் செலுத்தினால் உடனே மலங்கள் வெளியில் கழியும்.

அநுவாஸன தைலம்.

சீந்திற்கொடி, ஆமணக்கு, புங்கை, கண்டுபாரங்கி, ஆடாதோடை, காவட்டம்புல், தண்ணீர்முட்டான், மருதோன்றி, சிறுகோவை இவை ஒவ்வொரு பலம், யவதானியம், உளுந்து, ஆளிவிதை, இலந்தங்கொட்டை, கொள் இவை ஒவ்வொன்றும் இரண்டு பலம், இவற்றையெல்லாம் நாலு த்ரோணம் ஜலத்தில் சேர்த்து ஒருத்ரோணமாக மிகும்படியாகச் சுண்டக் காய்ச்சி, அக்கஷாயத்தில் ஒரு ஆடகம் தைலம் சேர்த்து, ஜீவநீயகணத்திற்கூறிய பதார்த்தங்களை[1] அதில் கல்கமாக இடித்துச் சேர்த்து பக்குவம்செய்யவும்; ஸகலவிதமான வாதரோகங்களிலும் அநுவாஸனவஸ்தி செய்வதற்கு இத்தைலம் ஏற்றதாயிருக்கும். 47—49½.

முறைதவறான அநுவாஸனத்தினாலுண்டாகும் தீங்குகள்.

வஸ்தி கர்மம் முறைப்படி நிறைவேறாமற்போனால், எழுபத்தாறு விதமான தீங்குகள் ஸம்பவிக்கும்[2] அக்கோளாறுகளுக்கு ஸுச்ருதஸம்ஹிதையில் கூறப்பட்டிருக்கும் உபாயங்களை அநுஸரித்து[3] சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். 50½.

1. ஜீவநீய கணத்தின் விவரத்தைப்பற்றி 96-வது பக்கத்தில் ஜீவநீய கணசூர்ண முறையையும், அதன் டிப்பணியையும் பார்க்க.

2. முறைதவறிய அநுவாஸனத்தினாலுண்டாகும் எழுபத்தாறு விதமான தீங்குகளாவன—வஸ்தியினுடைய நேத்திரத்தின் உருவம் ஒழுங்கீனமாயிருப்பதாலுண்டாகும் கெடுதிகள் பதினொன்று.—(1) மிகப் பருமன், (2) மிகக்கடினம், (3) வளைந்திருத்தல், (4) மிக மெல்லிதாயிருத்தல், (5) பிளந்திருத்தல், (6) கர்ணிகையென்னும் கட்டு அருகில் இருத்தல், (7) அது தூரத்திலிருத்தல், (8) மெல்லிய த்வாரம், (9) வெகு விசாலமான த்வாரம், (10) மிகவும் நீண்டிருத்தல், (11) மிகவும் குறுகியிருத்தல். நேத்திரம் உட்செல்லுகையில் ஆறுவித கெடுதிகளுண்டு.—(1) அசைதல், (2) புரளல், (3) பாரிசத்திற் பொத்துதல் (4) குறுக்காகப் பாய்தல், (5) குதத்தின் அடிப்புறத்தைத் தாக்கல், (6) அதன் மேற் புறத்தைத் தாக்கல். வஸ்தி தோஷங்கள் ஐந்தாம்—(1) மிகப்பெரிது, (2) மிகச்சிறிது, (3) தகாதவிடங்களில் த்வாரமுள்ளது, (4) மிக விரிந்தது, (5) நன்கு கட்டமுடியாதது. வஸ்தியை அமுக்குவதில் நான்கு தோஷங்கள்—(1) வெகு பலமாய் அழுத்தல், (2) வெகு மெல்லென அழுத்தல், (3) அடிக்கடியும் மெள்ள அழுத்தல், (4) காலவிளம்பம் செய்து அழுத்தல். திரவ்யங்களைப்பற்றிய தோஷங்கள் பதினொன்றும்—(1) பக்வமாகாதவை, (2) அளவிற்குறைந்தவை, (3) அளவில் அதிகமானவை, (4) மிகக் குளிர்ந்தவை, (5) மிகச்சூடானவை, (6) மிகவும் தீக்ஷ்ணமானவை, (7) மிகவும் குறைந்த வீர்யமுள்ளவை, (8) மிகவும் ஸ்நிக்த்தமானவை, (9) மிக ரூக்ஷமானவை, (10) மிகவும் கனமானவை, (11) மிகத்திரவமானவை. சயனத்தினாலுண்டாகும் ஏழு தோஷங்கள்—(1) தலைகவிழ்ந்துப் படுத்தல், (2) தலையை நிமிர்ந்துப்படுத்தல், (3) கூனிக்கொண்டு படுத்தல், (4) உட்கார்ந்திருத்தல், (5) உடலை வளைத்துப்படுத்தல், (6) தலைதாழ்ந்து இடுப்பு உயர்ந்திருத்தல், (7) வலது புறமாக ஒருச்சாய்ந்து படுத்தல். இந்த 44-கோளாறுகளும் வைத்தியனுடைய கவனக்குறைவால் நேரிடக் கூடியவையாம். நோயாளியின் முறைதவறான செய்கைகளால் பதினைந்து தோஷங்களுண்டு—(1) சரீரத்திற்கு ஆயாஸமுண்டாக்கிக் கொள்ளுதல், (2) மனவருத்தப்படுதல், (3) புணர்ச்சி, (4) பகலில் நித்திரையுறுதல், (5) உரத்துப்பேசுதல், (6) வாஹனங்களில் ஏறிச் செல்லுதல், (7) வெகு நேரம் உட்கார்ந்திருத்தல், (8) ஸ்நானம் செய்தல் (9) அதிகமாய் நடமாடுதல், (10) குளிர்ந்த ஜலத்தையுபயோகித்தல், (11) அபத்தியமான உணவுகளைப் புஜித்தல் (12) வழக்கமில்லாத போஜனங்களை யுபயோகித்தல், (13) காற்றுக்கு எதிரிலிருத்தல், (14) வெயிலில் தங்குதல் (15) அமிதமாக உண்பது. வைத்தியன பிணியாளி இருவருடையவும் அஜாக்கிரதையினால் உண்டாகக்கூடிய தோஷங்கள் பத்து— (1) வாதம் கோளாறடைதல, (2) பித்தம் கோளாறடைதல், (3) கபம் கோளாறடைதல், (4) ஆஹாரதோஷத்தினால் அநுவாஸனம் விகாரமுறுதல், (5) மலம் சிக்கிக்கொள்ளுதல், (6) ஸ்நேஹம் குடலுக்குள் வெகுதூரம் பிரவேசித்தல், (7) ஸ்வேத சிகித்ஸையில்லாமல் அநுவாஸம் செய்தல், (8) உடல் குளிர்ச்சியாயிருப்பது, (9) பட்டினியாயிருப்பவனுக்கு அநுவாஸனம் செய்தல், (10) மிகவும் சொற்ப அளவில் புஜித்தவனுக்கு அநுவாஸனம் செய்தல. வைத்தியனுடைய கவனக்குறைவாலுண்டாகும் தோஷங்கள் இன்னும் ஒன்பது உண்டு. (1) வேண்டியவளவு அநுவாஸனம் செய்யாமை, (2) வயிற்றுப்பொருமல், (3) ஆஸனக்கடுப்பு, (4) ஆஸனத்வாரத்திலிருந்து ஏதேனும் தோஷமுள்ள த்ரவம் கசிதல், (5) வயிற்றுக் கடுப்பு (6) ஹ்ருதயம் படபடத்து அடிதல், (7) உடற்பிடிப்பு, (8) அளவு மீறி வஸ்தியைச் செய்தல், (9) ஜீவசக்தியைக்குறைத்தல். இவை வஸ்தியினாலுண்டாகும் 76 தோஷங்கள் எனப்படுகின்றன.

3. வஸ்தியினாலுண்டாகும் கோளாறுகளுக்கு சிகித்ஸை செய்வதற்கான உபாயங்களும் முறைகளும் ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையின் சிகித்ஸா ஸ்த்தானத்தில் 'நேத்ரவஸ்திவ்யாபத் சிகித்ஸை' என்னும் பெயருடைய அத்தியாயத்தில் விவரமாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றன.

அநுவாஸனத்திற்குப் பிறகு அன்னபானுதிகளின் முறை.

அநுவாஸனம் முடிந்ததும் பானம், ஆஹாரம், விஹாரம், மற்றும் பரிஹரிக்க வேண்டிய விஷயங்கள் அல்லது பொருட்கள் இவற்றை ஸ்நேஹபானவிதியில் கூறப்பட்டுள்ள விதமாகவே ஸந்தேஹமின்றி நிறைவேற்றி விடலாம். 51½.

ஆருவது அத்தியாயம்.

(நிரூஹவஸ்தி விதி.)

நிரூஹம் அல்லது ஆஸ்த்தாபநவஸ்தியும் அதன் பேதங்களும்.

அநேக முகாந்தரங்களைக்கொண்டு 'நிரூஹவஸ்தியானது' பலவிதமாகப் பிரிக்கப்பட்டுளது; அந்தந்த காரணங்களுக்கேற்றவாறு அவற்றிற்கு முனிவர்கள் பெயர்களையும் ஏற்படுத்தியிருக்கின்றனர்.[1] நிரூஹத்திற்கே 'ஆஸ்த்தாபநம்' என்று மற்றொரு பெயருண்டு; கோளாறடைந்த தோஷங்களையும் தாதுக்களையும் மீண்டும் அததற்குள்ள ஸ்தாநங்களில் ஸ்தாபிக்கும் தன்மை இவ் வஸ்திக்கு உண்டானதால் இது 'ஆஸ்த்தாபநம்' என்றும் வழங்கப்படுகிறதாம். 1,2.

நிரூஹத்தில் கஷாயாதிகளின் அளவுகளுக்குப் பொதுவிதி.

நிரூஹவஸ்தியில் ஒன்றேகால் ப்ரஸ்த்தமளவில் கஷாயம் முதலியவற்றை உட்செலுத்தினுல் அது உத்தமமாத்திரை யென்றும், ஒரு ப்ரஸ்த்தமளவு உட்செலுத்தினுல் அது மத்யமமாத்திரையென்றும், மூன்று குடவப்ரமாணம் செலுத்தினுல் ஹீனமாத்திரையென்றும் கருதப்படும்; இது நிரூஹவஸ்தியில் ஔஷதங்களை உட்செலுத்துவதற்குப் பொதுப் பிரமாணமாகும்.[2] 3.

நிரூஹவஸ்திக்குத் தகாதவர்.

மிகவும் ஸ்நிக்த்தமான தேஹமுடையவன், குடல் முதலியவற்றில் கல்விடப்பெற்ற தோஷங்களுடன் கூடியவன், உரக்ஷதரோகி, இளைத்துப்போன தேஹமுள்ளவன், வயிற்றுப்பொருமல், வாந்தி, விக்கல், அர்சஸ், இருமல், ச்வாஸம், குதத்தின் வீக்கம், அதிஸாரம், விஷூசி, குஷ்டம், மதுமேஹம், ஜலோதரமென்னும் மஹோதரரோகம் இவற்றால் பீடிக்கப்படுபவரும், கர்ப்பிணியும் ஆஸ்த்தாபநவஸ்திக்கு உற்றவராகார். 4, 5.

---

1. மிருதுவஸ்தி, தீக்ஷ்ணவஸ்தி, உத்க்லேசநவஸ்தி முதலிய வஸ்திகள் நிரூஹவஸ்தியின்பேதங்களாம்; அவற்றின் விவரம் இவ்வத்தியாயத்தில் 17-வது பத்யம் முதல் 36-வது பத்யத்தின் மொழிபெயர்ப்பு வரையில் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

2. ப்ரஸ்த்தம், குடவம் முதலிய அளவுகளைப்பற்றிய பெயர்கள் அல்லது பரிபாஷைகளின் பொருட்களையும் அவற்றின் விவரங்களையும் பூர்வகண்டம் முதல் அத்தியாயத்திலுள்ள காளிங்க பரிபாஷை, மாகத பரிபாஷை இவற்றின் அட்டவணைகளைக் கண்டு அறிக.

நிரூஹத்திற்கு உரியவர்.

வாதரோகங்கள், உதாவர்த்தம், வாதரக்தம், விஷமஜ்வரம், மூர்ச்சை, நாவறட்சி, மஹோதரம் முதலியவயிற்றைப்பற்றிய நோய்கள், வயிறு வீக்கம், மூத்ரக்ருச்சிரம், அச்மரீ, அண்டவ்ருத்தி, ப்ரதரமென்னும் பெரும்பாடு, அக்னிமாந்த்யம், ப்ரமேஹம், சூலை, அம்லபித்தம், இருதயரோகம் இவ்வியாதிகளில் விஷயமுணர்ந்த வைத்தியர் விதிப்படி நிரூஹவஸ்தியைச் செய்யலாம். 6, 7.

நிரூஹம் செய்ய வேண்டிய கிரமம்.

மல-மூத்திர-வாயுக்கள் நன்கு வெளிபான பிறகு, ஸ்நேஹகர்மங்களாலும் ஸ்வேத விதிகளாலும் சரீரத்தை முதலில் ஒருவாறு மெதுவாகச் செய்து போஜனத்திற்கு முன்பாகவே, நடுப்பகலில், பிணியாளியை வீட்டிற்குள் இருக்கச்செய்து, அநுவாஸனவஸ்தியைப்போலவே அவனவனுடைய நிலைமைக்கும் வியாதிகளுக்கும் தகுந்தவாறு நிரூஹவஸ்தியை நிறைவேற்றவேண்டும். வஸ்திசெய்து முடிந்ததும், உட்செலுத்திய ஔஷதமும் மலமும் வெளிப்படுவதற்காக ஒரு முஹூர்த்த நேரம் குந்தியவாறு உட்கார்ந்திருக்க வேண்டும். 8—9½

நிரூஹத்தினுல்மலம் முதலியது வெளிவராமற்போனுல் செய்யவேண்டிய உபாயம்.

ஒரு முஹூர்த்த நேரத்திற்குள் மலம் முதலியது குடலிலிருந்து வெளிப்படாமற் போனுல் மலத்தை வெளிப்படுத்துங் குணமுள்ள க்ஷாரங்கள், பசுமூத்திரம், புளிப்பான பதார்த்தங்கள், இந்துப்பு இவற்றைக்கொண்டு மறுபடியும் நிரூஹவஸ்தியைச் செய்தே அவற்றை வெளிக்குக் கொண்டுவர வேண்டும். 10½.

ஸுநிரூஹலக்ஷணங்கள்.

எவனொருவனுக்கு முதலில் மலமும், பிறகு பித்தமும், அப்பால் கபமும், அதன் பிறகு அபானவாயுவும் கிரமமாக வெளியாகின்றனவோ, சரீரம் இலகுவாகவும் ஆய்விடுகிறதோ அவனுக்கு நிரூஹம் நன்றாகப் பிரயோகிக்கப்பட்டதாய் அறிக; ஆகவே இது 'ஸுநிரூஹம்' எனப்படும் 11½.

துர் நிரூஹலக்ஷணங்கள்.

எவனுக்கு உட்செலுத்தப் பெற்ற ஔஷதமானது மிகவும் மெள்ள மெள்ள வெளியாகின்றதோ, அல்லது மிகவும் சொற்பமாக வெளிவருகின்றதோ, மலம் அபானவாயு இவை வெளிப்படாமலும் இருக்கின்றனவோ, அவனுக்கு நிரூஹம் தகுந்தவாறு பிரயோகிக்கப்படவில்லை யென்றறிக; ஆகவே இது 'துர்நிரூஹம் என்று சொல்லப்படும். 12½.

நிரூஹ-அநுவாஸன வஸ்திகள் நன்கு நிறைவேறியதன் பொதுக்குறிகள்.

மனக்கவலை யொழிந்து களிப்பு அதிகரித்தல், சரீரம் ஸ்நிக்த்தமாகுதல், வியாதிகள் நீங்கிப்போதல் என்னும் இவையே ஆஸ்த்தாபனவஸ்தியும் அநுவாஸன வஸ்தியும் நன்கு நிறைவேறியதற்கு முக்கியமான பொதுக்குறிகளாம். வஸ்தியைப் பிரயோகிப்பதில் நன்கு அநுபவம் பெற்ற வைத்தியர் இவ்வாறு அதை நிறைவேற்றவேண்டும். ஒரு முறைப் பிரயோகித்த வஸ்தியினுல் பிரயோஜனமில்லாவிட்டால் இரண்டு தடவையோ, மூன்று தடவையோ அல்லது நான்கு தடவையோ உசிதப்படி வஸ்தியைக் கொடுக்கலாம். 13 –14½.

வாத-பித்த-கப ரோகங்களில் நிரூஹ வஸ்தியின் கிரமம்.

வாதரோகங்களில் ஒரு அநுவாஸனவஸ்தியையும் ஒரு நிரூஹவஸ்தியையும் பிரயோகிக்கலாம்; பித்தவியாதிகளில் பாலையும் கலந்து இரண்டு நிரூஹவஸ்திகளையுபயோகிக்கவேண்டும்; கபரோகங்களில் துவர்ப்பும் காரமும் ரூக்ஷமுமாயுள்ள வஸ்துக்களைக்கொண்டு அவை இளஞ்சூடாயிருக்கையில் மூன்று முறை வஸ்தியைக் கொடுக்கவேண்டும். வாத-பித்த-கபங்களென்னும் மூன்று தோஷங்களும் கோளாறடைந்து ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளில் பால், யூஷம்[1], மாம்ஸரஸம் இவற்றில் ஏதேனுமொன்றை நோயாளிக்கு முறையே பத்தியமாகக் கொடுக்கவேண்டும். நிரூஹவஸ்தியைச் செய்து முடித்ததும் பிறகு அநுவாஸனவஸ்தியையும் அப்பிணியாளிக்குப் பிரயோகிப்பது அவசியம். 15—16½.

மிருது வஸ்திக்குரியவர்.

ஸுகுமாரமான தேஹமுள்ளவருக்கும், கிழவர்களுக்கும், பாலர்களுக்கும் மிருது வஸ்தியையே[2] பிரயோகிக்கவேண்டும்; தீக்ஷ்ணவஸ்தியைப் பிரயோகித்தால் அவர்களுடைய தேஹபலத்தையும் ஆயுளையும் அது அழிக்கக்கூடியதாகும். 17½.

உத்க்லேசாதி வஸ்திகளைப் பிரயோகிக்கும் நியமம்.

முதலில் உத்க்லேசநவஸ்தியையும்,[3] இடையில் தோஷஹரவஸ்தியையும்,[4] இறுதியில் சமனவஸ்தியையும்[5] பிரயோகிக்கவேண்டும். உத்க்லேசநவஸ்தி முதலியவற்றில் உபயோகிக்கக்கூடிய பதார்த்தம் முதலியவை பின்வருமாறு. 18½.

உத்க்லேசநாதிவஸ்திகளுக்குரிய சரக்குகள்.

ஆமணக்குவிதை, அதிமதுரம், திப்பிலி, இந்துப்பு, கொட்டைக்கரந்தையின் தோல், வசம்பு இவ்வஸ்துக்கள் உத்க்லேசநமென்னும் தோஷங்களைக் கல்லிவிடுங் குணமுடையன. சதகுப்பி, அதிமதுரம், பில்வப்பழம், வெட்பாலையின் கனி இவற்றைக் காடியுடனாவது பசுமூத்திரத்தோடாவது கலந்து வஸ்தி செய்தால் தோஷங்களை ஹரிக்கும். ஞாழல், அதிமதுரம், கோரைக்கிழங்கு, இரஸாஞ்ஜனமென்னும் மரமஞ்சளின் ஸத்துவம் இவற்றைப் பாலுடன் கலந்து வஸ்தி செய்தால் சமனமென்னும் குணமுண்டாகும். 19—21½.

சோதநவஸ்திக்குரிய சரக்குகள்.

மலங்களைக் கழியச்செய்யுங்குணமுடைய பதார்த்தங்களைக் கொண்டு[6] பக்குவம் செய்த க்வாதங்களையும், அதே வஸ்துக்களாலான கல்கங்களையும், இந்துப்பையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து, துடுப்பால் நன்றாக ஒன்று சேரும்படியாகக் கிளறி, அப்பால் அதை வஸ்தியாக உபயோகிக்கலாம்; இது சோதநவஸ்தி என்று சொல்லப்படும். 22½.

1. யூஷம்—86-வது பக்கத்திலும், 87-வது பக்கத்திலும் பார்க்க.
2. மிருது வீர்யமுள்ள வஸ்துக்களைக் கொண்டு சொற்ப அளவில் பிரயோகிக்கப்படும் வஸ்தி மிருதுவஸ்தி யெனப்படும்.
3. உத்க்லேசந வஸ்தி—குடல் முதலியவற்றில் சேர்ந்துள்ள தோஷங்களைக் கல்லிவிடக்கூடிய வஸ்தி.
4. தோஷஹரவஸ்தி—தோஷங்களை வெளிப்படுத்தும் வஸ்தி.
5. சமனவஸ்தி—தோஷங்களைக் குறைத்து (வெளிப்படுத்தாமல்) கோளாறடைந்த தாது முதலியவற்றை இயற்கை நிலைமைக்குக் கொண்டுவரும் வஸ்தி முறை.
6. சிவதைவேர், ஆமணக்கு, நேபாளம் முதலியவை சோதநகுணமுள்ள (மலங்களைக் கழியச் செய்யும்) சரக்குகளாகும்.

லேகநவஸ்திக் குரிய சரக்குகள்.

த்ரிபலாக்வாதம், பசுவின் மூத்திரம், தேன், யவக்ஷாரம் இவற்றையும், ஊஷகாதி கணத்தில்[1] அடங்கிய வஸ்துக்களால் செய்யப்பட்ட கல்கத்தையும் சேர்த்து வஸ்திகள் பிரயோகிக்கலாம்; இது லேகநவஸ்தி எனப்படும். 23½.

ப்ருஹ்மண வஸ்திக் குரிய சரக்குகள்.

ப்ருஹ்மணகுணமுள்ள பதார்த்தங்களால்[2] பக்குவம் செய்யப்பட்ட க்வாதத்தையும், இனிப்பான வஸ்துக்களின் கல்கத்தையும், நெய், மாம்ஸரஸம் இவற்றையும் சேர்த்து வஸ்திகள் கொடுக்கலாம்; இவ்வகையாகச் செய்யப்படுவது ப்ருஹ்மணவஸ்தி எனப்படும். 24½.

பிச்சிலவஸ்திக்குரிய சரக்குகள்.

இலந்தப்பழம், நரிநாவல், நறுவிலி, முள்ளிலவம்பட்டை, காஞ்சோறி, சுக்கு இவற்றைப் பசும்பாலில் பக்குவம் செய்து, தேன் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து வஸ்தி செய்யலாம்; இதற்கு பிச்சிலவஸ்தி[3] என்று பெயர். வெள்ளாடு, செம்மறியாடு, மான் இவற்றின் உதிரத்தையும் மேற்கூறிய வஸ்திச்சரக்குடன் கூட்டி உபயோகிக்கவேண்டும். பிச்சிலவஸ்தியில் பன்னிரண்டு பலம் அளவில் ஔஷதங்களை உட்செலுத்தலாம். 25—26½.

மதுதைலக வஸ்தியின் சரக்கு முதலியன.

முதலில் நான்கு பலம் தேனில் கால்பலம் இந்துப்பைச் சேர்த்து இரண்டும் நன்கு கலந்துவிடுமாறு குழப்பவும்; பிறகு நான்கு பலம் தைலத்தைச் சேர்த்து கலக்கவேண்டும்; இதில் பிறகு கூறப்படும் சதகுப்பியென்னும் கல்கத்திரவியத்தை நான்கு பலம் சேர்த்து அதுவும் தைலத்துடன் ஒன்றாகக் கூடிய பிறகு, அடியில் கூறப்படும் ஆமணக்கன் வேரின் கஷாயத்தையும் எட்டு பலம் இதில் ஊற்றவேண்டும். இவ்வாறு இவற்றை ஒன்றாகக்கூட்டி நிபுணரான வைத்தியர் இதைக்கொண்டு வஸ்தி செய்விக்கலாம். இந்த நிரூஹவஸ்திக்கு மேற்கூறிய அளவில் வஸ்துக்களைச் சேர்ப்பதென்பது பொதுவிதியாகும். இதில் விசேஷவிதிகளும் சில உண்டு:—வாதரோகங்களில் வஸ்தி உபயோகிக்கவேண்டுமானால் தேன் நான்கு பலமும், ஸ்நேஹம் ஆறுபலமும் சேர்க்கவேண்டும். பித்தத்தில் தேன் நான்கு பலமும், ஸ்நேஹம் இரண்டு பலமும் சேர்க்கவேண்டும். கபத்தில் ஆறுபலம் தேனும், ஸ்நேஹம் நான்கு பலமும் கலக்கவேண்டும். அல்லது பொதுவாகக் கூறுமிடத்து—தேன், தைலம் இரண்டும் எவ்வெட்டு பலம், அதற்கு ஸம அளவு ஆமணக்கன் வேரின் கஷாயம், சதகுப்பியின் கல்கம் அரைப்பலம், இந்துப்பு அரைப்பலம் இவ்வாறு சேர்த்தும் இவ்வௌஷதத்தைப் பக்குவம் செய்யலாம். இது மதுதைலகவஸ்தி என்றுகூறப்படும்.[4] இவ்வௌஷதத்தை வஸ்தி செய்வதற்குமுன் துடுப்

1. ஊஷகாதி கணம்—உவர்மண்ணிலிருந்து எடுக்கப்படும ஒருவகையான உப்பு(ஊஷகம்—மிளகு என்று சிலர்), மயில்துத்தம், பெருங்காயம், அன்னபேதி, புஷ்பகாஸீமென்னும் மற்றொருவிதமான அன்னபேதி, சிலாஜது இவற்றின் ஸமுதாயத்திற்கு ஊஷகாதிகணம் என்று பெயர்.
2. ப்ருஹ்மணம்—சரீரத்திற்கு புஷ்டியைத் தருங்குணம்; பால், அமுக்கிருங்கிழங்கு, வல்லாரை முதலியவை இவ்வித குணமுடையவையாம்.
3. பிச்சிலவஸ்தி—சரீரதாதுக்களுக்கு ஒருவாறு களிப்பு என்னும் தன்மையை யுண்டாக்கும் வஸ்தி; இதை வேறு சிலர் பிச்சாவஸ்தியென்றும் கூறுவர்.
4. மதுதைலகவஸ்தி—தேன், தைலம் இரண்டும் இவ்வஸ்தியில் பிரதானமாகையால் இது மதுதைலகவஸ்தி யென்று வழங்கப்படுகிறது.

பால் நன்றாகக் கலக்கிவிட்டு உபயோகிக்கவேண்டும். இவ்வித வஸ்திப் பிரயோகத்தினால் மேஹரோகம், குன்மம், கிருமிரோகம், ப்லீஹவ்ருத்தி, குடலில் மலம் மேன்மேலும் சேர்ந்துவிடுதல், உதாவர்த்தம் இவை நிவ்ருத்தியாகும்; சரீரபலம், காந்தி இவையும் வ்ருத்தியாகும்; வ்ருஷ்யம், தீபநம், ப்ருஹ்மணம் என்கிற குணங்களும் இதற்கு உண்டு. 27—33.

தீபநவஸ்தியும் ஔஷதச் சரக்குகளும்.

தேன், நெய், பால், எண்ணெய் இவை ஒவ்வொன்றும் இரண்டுபலம், சிவக்கரந்தை, இந்துப்பு இவ்விரண்டும் தனித்தனியே கால்பலமெடை இவற்றைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த கஷாயத்தினால் பிரயோகிக்கப்படும் வஸ்தியானது தீபநவஸ்தி என்று சொல்லப்படும்.[2] 34.

யுக்தரத வஸ்தியும் அதன் சரக்குகளும்.

ஆமணக்கம் வேரின் கஷாயம், தேன், எண்ணெய், இந்துப்பு, வசம்பு, திப்பிலி, மருக்காரை இவற்றை ஒன்றாகக் கூட்டி வஸ்தியாகப் பிரயோகிக்கலாம்; இதற்கு யுக்தரதவஸ்தி எனப் பெயர்[3]. 35.

ஸித்தவஸ்தியும் அதன் சரக்குகளும்.

பஞ்சமூலக்வாதம்,[4] தைலம், திப்பிலி, தேன், இந்துப்பு, அதிமதுரம் இவற்றை ஒன்றாகக் கூட்டி வஸ்தி செய்யலாம். இது ஸித்தவஸ்தி என்று சொல்லப்படும்.[5] 36.

நிருஹத்திற்குப் பிறகு பத்தியக் கிரமம்.

நிருஹவஸ்தி செய்துகொண்ட பிறகு உஷ்ண ஜலத்தினாலேயே ஸ்நானம் செய்யவேண்டும். பகலில் நித்திரை செய்தல், அஜீர்ணமுண்டாக்கக் கூடிய உணவுகள் இவற்றை விலக்கிவிடவேண்டும். மற்ற பத்திய விதிகளையெல்லாம் அநுவாஸனவஸ்தியிற் கூறப்பட்ட விதமாய்ச் செய்யவேண்டும். 37.

ஏழாவது அத்தியாயம்.

(உத்தரவஸ்தி விதி.)

உத்தரவஸ்தியில் நேத்திர அளவு.

இதன் பிறகு உத்தரவஸ்தி யென்னும் விஷயம் கூறப்படுகிறது:—இந்த வஸ்தி செய்வதற்கான கருவியில் நேத்திரம்[6] பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமும், இடையில் ஒரு கட்டுடன் கூடியதாகவும், முல்லை மொட்டுபோன்ற முனையுடையதாகவும், ஒரு கடுகு நுழையக்கூடிய த்வாரமுள்ளதாகவும் அமைக்கப்படவேண்டும். $1\frac{1}{2}$.

2. தீபநவஸ்தி—அக்னி மார்தியத்தைப் போக்கி ஜாடராக்னி யென்னும் ஜீர்ணசக்தியை விருத்தி செய்யக்கூடிய வஸ்தி.
3. யுக்தரதவஸ்தி யென்பது ஒரு பொருளைக்கொண்டு ஏற்பட்டதல்ல.
4. பஞ்சமூலம்—சிறுமல்லிகை, பெருமல்லிகை, சிறுவழுதுணை, கண்டங்கத்திரி, நெரிஞ்சி இவ்வைந்தும் பஞ்சமூலங்கள் எனப்படும்.
5. ஸித்தவஸ்தி—இந்த வஸ்தியைப் பிரயோகித்து வருவதால் ரோகங்கள் நிவ்ருத்தியாவதும், தேஹபலம் ஸ்திரப்படுவதும் கைகண்ட விஷயமென்றெண்ணி இப்பெயர் கொடுக்கப்பட்டது.
6. நேத்திரம்—இதைப்பற்றி 190-வது பக்கத்தில் மூலத்தையும் டிப்பணியையும் பார்க்க.

உத்தரவஸ்தியில் ஔஷதம்பிரயோகிப்பதன் பொது விதி.

இருபத்தைந்து வருஷத்திற்குக் குறைந்த வயதுள்ளவருக்கு இரண்டு கர்ஷப்பிரமாணம் ஸ்நேஹத்தையும், அதற்கு மேற்பட்ட வயதுள்ளவருக்கு ஒரு பலம் ஸ்நேஹத்தையும் உத்தரவஸ்தியைக் கொண்டு உட்செலுத்தலாமென்பது சாஸ்திரமறிந்த வைத்தியர்களின் கொள்கை. $2\frac{1}{2}$.

உத்தர வஸ்தியைப் பிரயோகிக்கும் முறை.

நிருஹவஸ்தியினால் குடல் முதலியவற்றைச் சுத்தம் செய்த பிறகு, ஸ்நானம் போஜனம் இவற்றால் தகுந்தவாறு திருப்தியடைந்த பிணியாளியை முழங்காலளவு உயரமுள்ள ஆஸனத்தில் உட்காரச் செய்து, ஏதேனும் ஏற்றதோர் சலாகையை யெடுத்து அதில் எண்ணெய் முதலியவற்றைத் தடவி ஆண்குறியின் த்வாரத்தினுள் மெதுவாக நுழைத்து அந்த த்வாரத்தைச் சுத்தம் செய்துகொண்டு, அப்பால் வஸ்தியின் நேத்திரத்தில் நெய்யைத் தடவி மூத்திரமார்க்கத்தினுள் மெள்ளமெள்ள அதை ஆறு அங்குலமளவு நுழைக்கவேண்டும்; நேத்திரம் அவ்வளவு தூரம் உட்சென்றதும் வஸ்தியை அழுத்திவிட்டு, பிறகு மெதுவாக நேத்திரத்தை வெளியில் இழுக்கலாம். அதன் பிறகு உட்செலுத்திய ஸ்நேஹம் வெளிவந்துவிடுமானால், அநுவாஸனவஸ்தியைச் செய்தபின் எவ்வெவ்வுபசாரங்கள் செய்யப்படுகின்றனவோ அவ்வித உபசாரங்கள் யாவும் இதற்கும் செய்யத்தகுந்தனவாம். $3—5\frac{1}{2}$.

ஸ்த்ரீகளுக்கும் சிறுவர்களுக்கும் உத்தரவஸ்தியின் பிரமாணம் முதலியது.

ஸ்த்ரீகளுடைய கர்ப்பாசயத்தைச் சுத்தி செய்வதற்காகப் பிரயோகிக்கப்படும் வஸ்தியின் நேத்திரம் சுண்டுவிரல் பிரமாணமுள்ளதாகவும், பத்து அங்குலம் நீளமுள்ளதாகவும், பயறு நுழையக்கூடிய த்வாரத்துடன் கூடியதாகவும் அமைக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும்; அதை யோனிக்குள் நான்கு அங்குலமளவு பிரவேசிக்கச் செய்யவேண்டும்; மூத்திரமார்க்கத்திலானால் நேத்திரம் புருஷர்களுக்கேற்ற நேத்திரத்தைப்போலவே மெல்லிதாக இருப்பதுடன் இரண்டு அங்குலமளவே உட்செலுத்தவேண்டும். பாலர்களுக்கு மூத்திரக்ருச்சிரம் என்னும் நீர்ச்சுருக்கு முதலிய சில வியாதிகளில் மட்டும் உத்தரவஸ்தி செய்யவேண்டியிருக்கும்; அவர்களுடைய மூத்திரமார்க்கத்தில் மெல்லிய நேத்திரத்தை ஒரு அங்குலம் நீளம் உட்செலுத்தவேண்டும்; சிறுவர்களுடைய மூத்திரமார்க்கத்தில் நேத்திரத்தைச் செலுத்தும்போது வெகு மெதுவாகவும் கை நடுங்காமலும் அதைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். ஸ்த்ரீகளுடைய கர்ப்பாசய த்வாரத்தில் ஸ்நேஹங்களை இரண்டு பலம் அளவிலும், மூத்திரமார்க்கத்தில் ஒரு பலம் அளவிலும், பாலர்களுக்கானால் இரண்டு கர்ஷப் பிரமாணத்திலும் பிரயோகிக்கவேண்டும். 6—9.

ஸ்த்ரீகளுக்கு உத்தரவஸ்தி செய்யும் முறை.

ஸ்த்ரீகளை முழங்கால்கள் மேலெழுந்திருக்குமாறு அவற்றை மடித்துக்கொண்டு மல்லாந்துப் படுக்கச்செய்து, அப்பால் அவர்களுக்கு உத்தர வஸ்தியைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். முதலில் பிரயோகித்த ஔஷதம் முதலியது வெளிவராமற்போனால் மறுபடியும் சோதனகுணமுள்ள[1] வஸ்துக்களால் வஸ்தியைப் பிரயோகிப்பது நலம்; அல்லது சோதனத்திரவ்யங்களை

1. சோதனகுணம்—இதுவே தேஹஸம்சோதனம் என்றும் கூறப்படும்; இதைப்பற்றி 15-வது பக்கத்தில் பார்க்க.

நூல்களால் சுற்றிச்செய்யப்பட்ட பலவர்த்தியையாவது[1] ஸ்நேஹங்களில் தோய்த்து யோனி மார்க்கத்தில் திடமாய் நிற்குமாறு சிறிதுநேரம் அடைத்திருக்கலாம். மூத்திரப்பை முதலியவற்றில் எரித்தலுண்டாகுமானால் அப்பொழுது பாலுள்ள விருக்ஷங்களின் பட்டைகளைக் கஷாயமிட்டு அக்கஷாயம் ஆறியபிறகு அதைக்கொண்டாவது, பாலினாலாவது உடனே உத்தரவஸ்தியைக்கொடுப்பது அவசியமாம். 10—12½.

உத்தர வஸ்திக்கு ஏற்ற ரோகிகளும் தகாதவர்களும்.

புருடர்களுக்கு சுக்ல ஸம்பந்தமான வியாதிகளையும், ஸ்த்ரீகளுக்கு மாதவிடாய் ஸம்பந்தமான ரோகங்களையும் பரிஹரிப்பதற்கு உத்தர வஸ்தி ஏற்ற சிகித்ஸையாகும்; ஆனால் பிரமேஹம் முதலிய மூத்திர ரோகங்களால் பீடிக்கப்படுபவருக்கு உத்தரவஸ்தியைப் பிரயோகிப்பது உசிதமல்ல. 13½.

உத்தரவஸ்தி நன்கு நிறைவேறியதற்கு அறிகுறிகள்.

அநுவாஸனவஸ்தியினால் ஏற்படும் குணங்களைப்போலவே உத்தரவஸ்தியும் எவ்வியாதியை நிவ்ருத்தி செய்வதற்காகப் பிரயோகிக்கப்பட்டதோ அவ்வியாதி பரிஹரிக்கப்படுமாயின் அதுவே உத்தரவஸ்தி நன்கு நிறைவேற்றப்பட்டதென்பதற்கு அறிகுறியாம். 14½.

பலவர்த்தி.

வஸ்தி முதலியவற்றால் மலம் முதலியது வெளிவராமற்போனால், குடலிலுள்ள மலத்தை வெளிப்படுத்துவதற்காக அவ்வித குணமுள்ள ஔஷதச் சரக்குகளால் பிணியாளியின் பெருவிரலின் அளவுள்ளதாய் வழவழப்புள்ளதாகச் செய்யப்பட்டு, நெய்யைத்தடவி ஸ்நிக்தமாக்கப் பெற்ற குதத்தினுள் சிறிதுநேரம் வைத்திருக்கக்கூடிய ஒருவித வர்த்தியானது 'பலவர்த்தி' என்று சொல்லப்படும். 15½.

எட்டாவது அத்தியாயம்.

(நஸ்ய விதி.)

நஸ்யமென்றால் என்ன?

எந்த ஔஷதம் நாசியின் வழியாக உட்செலுத்தக்கூடியதோ அது 'நஸ்யம்' என்று சொல்லப்படுகிறது; அதற்கே 'நாவநம்' என்றும் மற்றொரு பெயர் வழங்கப்படுவதுண்டு. 1

நஸ்யமானது ரேசனம், ஸ்நேஹனம் என்று இருவகைப்படும்; தோஷங்களை வெளிப்படுத்தி தாதுக்களை இளைக்கச் செய்வதற்கான சிகித்ஸை ரேசனம் என்றும், தாதுக்களைப்

1. பலவர்த்தி—பலம் என்றால் மதநபலம் என்கிற மருக்காரைப்பழம்; அந்தப் பழத்தினால் செய்யப்படும் வர்த்தி 'பலவர்த்தி' எனப்படுகிறது; இதை குத மார்க்கத்திலாவது யோனிமார்க்கத்திலாவது வைத்திருந்தால் சிறிது நேரத்தில் மலம் முதலியவை வெளிவந்துவிடும்.

இரண்டுவித நஸ்யங்கள்.

போஷிக்கச் செய்யும் ப்ருஹ்மணமென்கிற குணத்தை யுண்டாக்கும் சிகித்ஸை ஸ்நேஹனம் என்றும் கருதப்படும். 2

நஸ்யத்திற்கேற்ற காலம்.

கபம் கோளாறடைந்து அதனாலேற்பட்ட வியாதிகளில் காலைவேளையிலும், பித்தம் விகாரமடைந்து ஸம்பவித்த வியாதிகளில் நடுப்பகலிலும், வாதரோகங்களில் மாலைப்பொழுதிலும் நஸ்யம் பிரயோகிக்கலாம்; இவ்வாறு நஸ்யம் பகற்பொழுதிலேயே உபயோகிக்கக் கூடியதாகும்; ஆனால் வியாதி உக்கிரமாயிருந்தால் இரவிலும் அதைப் பிரயோகிக்கலாம். 3.

நஸ்யத்திற்குத் தகாத காலம்.

போஜனம் செய்தவுடனே நஸ்யகர்மம் செய்யக்கூடாது; மேலும் மாரிகாலத்திலும், இலங்கனம் அல்லது விரேசனம் முதலிய சிகித்ஸைகள் செய்திருக்கும் போதும் நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கக் கூடாது. 3½.

நஸ்யத்திற்குத்தகாதவர்கள்.

புதிதாக ப்ரதிச்யாயம்[1] என்கிற வியாதியினால் பீடிக்கப்படுபவர், கர்ப்பிணிகள், கரம் என்கிற கிருத்ரிம விஷத்தின் ஸம்பந்தத்தினால் துன்பப்படுபவர், அஜீர்ண ரோகிகள், வஸ்தியை அப்பொழுதே ப்ரயோகித்துக்கொண்டவர், ஸ்நேஹங்களையாவது ஜலத்தையாவது ஆஸவம் முதலிய மத்யவகைகளையாவது உட்கொண்டவர்கள், அதிக சினங்கொண்டவர், மனத்துயரத்துடன் வருந்துபவர், நாவறட்சியினால் துன்பப்படுபவர், கிழவர்கள், சிறு குழந்தைகள், மலஜலாதிகளை வெளிவிடாமல் அடக்கிக்கொண்டிருப்பவர், ஸ்நானம் செய்தவர், ஸ்நானம் செய்யப் போகிறவர்கள் இவர் யாவரும் நஸ்யசிகித்ஸைக்கு உற்றவராகார். 4—5½.

நஸ்யத்திற்கு ஏற்ற வயது.

எட்டுவயதான சிறுவர்களுக்கும், அதற்குமேற்பட்ட வயதுள்ளவர்களுக்கும் நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கலாம்; ஆனால் எண்பது வயதான கிழவர்களுக்கும் அதற்குமேற்பட்ட வயதுள்ளவருக்கும் நஸ்யசிகித்ஸை நன்மைசெய்யாது. 6½.

விரேசன நஸ்யத்திற்கேற்ற ஔஷதங்கள்.

மிகவும் தீக்ஷ்ண வீர்யமுள்ள தைலங்களைக் கொண்டு விரேசன நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கவேண்டும்; அல்லது தீக்ஷ்ணவீர்யமுடைய சரக்குகளால் பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஸ்நேஹங்கள், க்வாதங்கள், ஸ்வரஸங்கள் இவற்றாலும் விரேசன நஸ்யத்தைப் பிரயோகிப்பது நலம். 7½.

விரேசனநஸ்யத்தின் மாத்திரைகள்.

நாசியின் த்வாரங்களில் விரேசனநஸ்யத்திற்கான ஔஷதத்தில் எட்டுத் துளிகளை விட்டால் உத்தம மாத்திரையென்றும், ஆறு துளிகளை விட்டால் மத்யம மாத்திரையென்றும், நான்கு துளிகள் விட்டால் ஹீனமாத்திரையென்றும் கூறப்படும். 8½.

நஸ்யத்திற்காகப் பக்குவம் செய்யப்படும் ஔஷதங்களில் தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ள ஔஷ

1. ப்ரதிச்யாயம்—55-வது பக்கத்தில் மூலத்தையும் டிப்பணியையும் பார்க்க.

நஸ்யௌஷதத்தில் சேர்க்கவேண்டிய சரக்குகளின் பொது அளவுகள்.

தச் சரக்குகளை ஒரு சாணப்ரமாணமாகவும், காயத்தை யவப்பிரமாணமாகவும், இந்துப்பை ஒரு மாஷ அளவாகவும் சேர்க்கவேண்டும்; மேலும் திரவப்பொருளான பாலை எட்டு சாணமும், ஜலத்தை மூன்று கர்ஷமும், மதுர ரஸமுள்ள வஸ்துக்களை ஒரு கர்ஷ மெடையும் அவ்வௌஷதத்தில் சேர்க்கலாம். 9—10½.

இரண்டுவித விரேசன நஸ்யம்.

சிரோவிரேசன நஸ்யமானது[1] 'அவபீடம்', 'ப்ரதமநம்' என்று இருவகைப்படும்; வேறு விதமான இவ்விருவகை நஸ்யங்களையும் அதற்கேற்ற பிணியாளிகளையறிந்து உபயோகிக்கவேண்டும். (1) கல்கமாகச் செய்த ஔஷதச் சரக்குகளை நன்றாகப் பிழிய அவற்றிலிருந்து வரும் சாற்றை அவ்வாறே நாசியினுள் செலுத்துவது 'அவபீட நஸ்யம்'[2] எனப்படும்; ஆனால் அவ்வாறு சாறு பிழிவதற்கான ஔஷதி தீக்ஷ்ணமான வீர்யமுள்ளதாயிருக்கவேண்டும். (2) ஆறு அங்குலம் நீளமுள்ளதாகவும், முனையில் இரண்டு கிளையாகப்பிரிந்து இரண்டு முகங்களுடையதாகவும் செய்யப்பட்ட ஒரு குழாயினுள் தீக்ஷ்ண வீர்யமுள்ள ஔஷதச் சரக்குகளாலான சூர்ணத்தை ஒரு கோலப்ரமாணம் சேர்த்து, குழாயின் இரண்டு முனையுள்ள பாகங்களைப்பிணியாளியினுடைய நாசியின் இரண்டு த்வாரங்களிலும் வைத்து அதன் அடிப்புறத்தை வைத்தியன் தனது வாயினால் ஊதி அக்குழாயினுள்ளடங்கிய சூர்ணத்தை ரோகியின் மூக்குக்குள் நன்றாகச் செலுத்திவிடவேண்டும்; இது 'ப்ரதமநநஸ்யம்'[3] என்று சொல்லப்படுகிறது. 11—13½.

விரேசனநஸ்யத்திற்குரிய ரோகங்கள்.

தோள்களுக்கு அல்லது மார்புக்கு மேலுள்ள அவயவங்களைப்பற்றிய வியாதிகள், கபத்தின் கோளாறால் ஸம்பவிக்கும் ரோகங்கள், தொண்டைக்கம்மல், அரோசகம், ப்ரதிச்யாயம், தலைவலி, பீநஸம், சோதையென்னும் சோகை, அபஸ்மாரம், குஷ்டம் இந்த வியாதிகளில் விரேசன நஸ்யம் செய்யத்தகுந்ததாம். 14, 15.

பாலர்முதலியவருக்கேற்ற நஸ்யம்.

எதைப் பார்த்தபோதிலும் பயப்படுந்தன்மையர், ஸ்திரீகள், மெலிந்துபோன சரீரமுள்ளவர்கள், பாலர்கள் இவர்களுக்கு நஸ்யம் செய்யவேண்டியிருந்தால் அதற்குபயோகிக்கப்படும் ஔஷதத்தை ஏதேனும் ஸ்நேஹத்துடன் உபயோகிக்கவேண்டும்; என்றால் ப்ருஹ்மணநஸ்யம் செய்யவேண்டும். 15½.

தொண்டையைப்பற்றிய வியாதிகள், கிருமிரோகங்கள், ஸந்நிபாதம், அதிகநித்திரை,

1. விரேசன நஸ்யத்தினால் சிரஸ்ஸுக்கு ஸமீபத்திலுள்ள தோஷங்கள் வெளிவருவதால் அது 'சிரோவிரேசனம்' என்றும் சொல்லப்படும்.

2. அவபீடம்—பச்சிலை முதலியவற்றின் சாற்றைப் பிழிந்து இந்த நஸ்யம் செய்யப்படுவதால் இது 'அவபீடம்' எனபப்டுகிறது.

3. ப்ரதமநம்—வாயால் ஊதி ஔஷதத்தை உட் செலுத்துவதால் இது 'ப்ரதமநம்' என்று சொல்லப்படுகிறது.

அவபீட நஸ்யம் செய்வதற்கேற்ற வியாதிகள்.

விஷமஜ்வரம், மனோ வியாதிகள் இவற்றில் அவபீட நஸ்யத்தைக்கொண்டு சிகித்ஸை செய்வது நலம், 16½.

ப்ரதமந நஸ்யம் செய்வதற்கேற்ற பிணிகள்.

மிகவும் உக்கிரமான வியாதிகளிலும், ஞாபகசக்தியிழந்திருக்கும் நிலைமைகளிலும் சிறிது தைர்யசாலியான வைத்தியர்களால் சூர்ணத்தைக்கொண்டு ப்ரதமந நஸ்யம் பிரயோகிக்கக்கூடியதாகும்; இவ்வௌஷதம் மற்ற நஸ்யங்களைப் பார்க்கினும் அதிக தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ளதாகையால் இதை மிகத்துன்பந்தரும் கொடிய வியாதிகளில் மட்டுமே உபயோகிக்கவேண்டும். 17½.

சில வாதரோகங்களுக்கேற்ற நஸ்யம்.

சுக்கு, வெல்லம், திப்பிலி, இந்துப்பு இவற்றை ஜலத்தைவிட்டு அரைத்து, இரஸம் பிழிந்து அதை நஸ்யமிட்டால் சில நேத்திர வியாதிகள், காதுநோய்கள், நாசியைப்பற்றிய கோளாறுகள், சிரஸ்ஸைப்பற்றிய ரோகங்கள், முகவாய்க்கட்டைப் பிடிப்பு, மந்யாஸ்தம்பம், களக்ரஹம்,[1] கைகளிலும் தேஹத்தின் பாரிசங்களிலும் ஸம்பவிக்கும் பிணிகள் இவை சாந்தமாகும். 18, 19.

மனதைப்பற்றிய ரோகங்களுக்கேற்ற நஸ்யம்.

இலுப்பைப்பூவின் இரஸம், திப்பிலி, வசம்பு, மிளகு, இந்துப்பு இவற்றை உஷ்ண ஜலம்விட்டு அரைத்து நஸ்யம் செய்ய மூர்ச்சை முதலியவை நிவ்ருத்தியாய் புத்திக்குத் தெளிவு உண்டாகும்; அபஸ்மாரம், உன்மாதம், ஸந்நிபாதம், அபதந்திரகம் இவையும் நீங்கும். 20½.

சோம்பலைப்போக்கும் நஸ்யம்.

இந்துப்பு, வெள்ளைமிளகு, கடுகு, கோஷ்டம் இவற்றைச் செம்மறியாட்டின் மூத்திரத்தினால் அரைத்து, அக்கல்கத்தை வஸ்திரத்திலிட்டு சாறு பிழிந்து அதை நஸ்யமிட்டால் சோம்பல் முதலிய மந்தத்தன்மை நிவ்ருத்தியாகும். 21½.

ப்ரதமந நஸ்யத்திற்கேற்ற ஔஷதம்.

ரோஹித மென்கிற செங்கல்மீனுடைய கல்லீரலிலிருந்தெடுத்த பித்தத்தில் பாவனை செய்த இந்துப்பு, வசம்பு, மிளகு, திப்பிலி, சுக்கு, தக்கோலம், வெள்ளுள்ளி, குங்கிலியம், கருவேப்பிலை இவற்றை நன்றாகச் சூர்ணம் செய்து, அச்சூர்ணத்தை ப்ரதமந நஸ்யமாக உபயோகிக்கலாம். 22, 23.

இரண்டுவித ப்ருஹ்மண நஸ்யம்.

பிறகு ப்ருஹ்மணநஸ்யம் செய்யவேண்டிய முறை கூறப்படுகிறது:—ப்ருஹ்மணமென்னும் ஸ்நேஹ நஸ்யமானது 'மர்சம்', 'ப்ரதிமர்சம்' என்று இருவகைப்படும். 24.

மர்ச நஸ்யத்தின் மாத்திரைகள்.

எட்டுசாணங்கொண்ட அளவில் நஸ்யௌஷதம் உபயோகிக்கப்படுமானால் அது மர்சநஸ்யத்தின் உத்தமமாத்திரை யெனப்படும்; இதற்கே தர்ப்பணமாத்திரையென்றும் பெயர். நான்கு சாணமளவில் நஸ்யௌஷதம் பிரயோகிக்கப்படுமானால் அது மர்சத்தில் மத்யமமாத்திரையென்று கூறப்படும். ஒருசாண ப்ரமாணமுபயோகிக்கப்படுமானால் அது ஹீனமாத்திரையாகும்.

1. மந்யாஸ்தம்பம் முதலியவற்றைப்பற்றி பூர்வகண்டத்தில் ஏழாவது அத்தியாயத்தில் விவரம் பார்க்க.

அந்த ரோகியின் சரீரத்திலுள்ள தோஷங்களின் தன்மைகளையும், தேஹபலா பலங்களையும் அறிந்து இம்மூன்று விதமான அளவுகளில் ஏதேனும் ஒன்றையனுஸரித்து நாசியின் ஒவ்வொரு த்வாரத்திலும் அவ்வளவு ஔஷதத்தையும் நஸ்யமாகப் பிரயோகிக்கவேண்டும்; இதை இரண்டு மூன்று வேளை உபயோகிப்பது நலம். 25, 26.

மர்சம் செய்யவேண்டிய நாட்களின் முறை.

நடுவில் ஒரு நாள்விட்டாவது, இரண்டு நாட்களுக்கு ஒரு முறையாவது, மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு முறையாவது, நான்கு நாட்களுக்கு ஒரு தடவையாவது, ஐந்து அல்லது ஏழு தினங்களுக்கு ஒரு முறையாவது மர்ச நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 27.

மர்ச - விரேசன நஸ்யங்களால் நேரிடும் அபாயங்கள்.

மர்ச நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கும் பொழுது, மற்றொரு மனிதன் பிணியாளியை நன்றாகப் பிடித்துக் கொண்டிருப்பது அவசியம்; ஏனெனில் மர்சசிகித்ஸையினால் உள்ளடங்கிய தோஷங்கள் மிகவும் கிளப்பப்படுகின்றனவாதலின் இதில் ஆபத்துக்கள் அநேகவிதமாய் நேரிடுவதுண்டு. இவ்விதமாகவே சிரோவிரேக மென்கிற ரேசன நஸ்யத்திலும் உள்ளடங்கிய தோஷங்கள் கிளப்பி வெளிப்படுத்தப்பட்டு க்ஷயமடைகின்றன வாதையால் அதிலும் பலவிதமான அபாயங்கள் ஸம்பவிப்பதுண்டு. 28.

மர்ச - விரேகங்களாலுண்டாகும் தீங்குகளுக்கு நிவாரணம்.

மர்ச நஸ்யத்தைப் பிரயோகிப்பதால் தோஷங்கள் கிளப்பிவிடப்பட்டு நேரிடும் தீங்குகளை நிவ்ருத்தி செய்வதற்காக வமன சிகித்ஸையும் விரேசன நஸ்யமும் செய்வது நலம். அவ்விதமே ரேசன நஸ்யத்தினால் ஸம்பவிக்கும் தோஷக்ஷயத்தைக் காரணமாகக் கொண்டு உண்டாகிற ஆபத்துக்களில் அந்த நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு ஆலோசித்து ப்ருஹ்மண நஸ்ய சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும். 29.

ப்ருஹ்மண நஸ்யம் செய்வதற்குரியபிணிகள்.

சிரஸ்ஸைப்பற்றிய வியாதிகள், நாசியைப்பற்றிய வியாதிகள், நேத்திரரோகங்கள், ஸூர்யாவர்த்தம், அர்த்தாவபேத மென்னும் ஒற்றைத்தலைவலி, பல் நோய், பலக்குறைவு, மந்யாஸ்தம்பம்,[1] கைகளையும் தோள்களையும்பற்றிய வியாதிகள், நாக்கு வறண்டுபோதல், கர்ணநாதமென்னும் காதிரைத்தல், வாதவியாதி, பித்தவியாதி, அகாலத்தில் தலை நரைத்தல், தலை மயிர்களும் மீசை முதலியவைகளும் உதிர்ந்து விடுதல் இவ்வியாதிகளில் ஸ்நேஹங்களையாவது, மதுரமான வேறுவித பதார்த்தங்களைக் கொண்டாவது ப்ருஹ்மணநஸ்யம் செய்யவேண்டும். 30—31½.

குங்குமப்பூவை நெய்யிற் பொரித்து அத்துடன் ஸம அளவு சர்க்கரையும் சேர்த்து பாலில் குழைத்து நஸ்யமிட்டால் வாதரக்தத்தினால் புருவம் கன்னம் நேத்திரம் சிரஸ்

1. ஸூர்யாவர்த்தம்—இது முதலான வியாதிகளின் விவரத்தைப்பற்றி பூர்வகண்டத்தில் ஏழாவது அத்தியாயத்தில் பார்க்க.

ஸூர்யாவர்த்தம் முதலியவற்றில் ப்ரஹ்மண நஸ்யம்.

காது இவற்றைப்பற்றி யுண்டாகும் ஸூர்யாவர்த்தம், ஒற்றைத் தலைவலி முதலிய நோய்கள் நிவ்ருத்தியாகும். அல்லது அணுதைலத்தினாலாவது,[1] நாராயணதைலத்தினாலாவது,[2] மாஷ தைலத்தினாலாவது,[3] அந்த ஔஷதிகளைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த க்ருதங்களினாலாவது மேற்கூறிய ரோகங்களில் நஸ்யமிடலாம். 32—34.

வாத-பித்த - கபங்களில் தனித்தனியாக உபயோகிக்கக்கூடிய நஸ்யங்கள்.

கபஸம்பந்தமான வியாதிகளிலும் மற்றத் தோஷங்களுடன் கலந்து ப்ரகோபமடைந்த வாததோஷத்தினாலுண்டாகும் வியாதிகளிலும் தைலத்தையும், தனியாக வாததோஷத்தினாலேயே ஸம்பவிக்கும் ரோகங்களில் வஸா யென்னும் கொழுப்பையும், பித்த ஸம்பந்தமான ரோகங்களில் நெய் அல்லது மஜ்ஜையையும்[4] நஸ்யமாக உபயோகிப்பது நலம். 35.

பார்ச்வவாயுமுதலிய வாத ரோகங்களுக்கேற்ற நஸ்யம்.

உளுந்து, காஞ்சோறி, சிற்றரத்தை, சிற்றாமுட்டி, ஆமணக்கு, காவட்டம்புல், அமுக்கிறுங்கிழங்கு இவற்றை ஸமபாகம் சேர்த்து க்வாதம் செய்து, அதில் சிறிது காயமும் இந்துப்பும் சேர்த்து, அந்த க்வாதத்தை எடுத்து, இளஞ்சூடாயிருக்கையிலேயே நஸ்யமிட்டால் நடுக்கலுடன் கூடிய பார்ச்வவாயு, அர்த்திதவாதம், மந்யாஸ்தம்பம், அபபாஹுகம்[5] இவ்வித வாத வியாதிகள் நிவ்ருத்தியாகும். 36, 37.

மர்ச-ப்ரதிமர்சங்களின் பேதங்கள்.

பெரும்பாலும் மர்சநஸ்யத்திற்கான ஔஷதங்களைக் கொண்டே ப்ரதிமர்சமும் செய்யப்படும். ஆனால் இரண்டுக்கும் ஔஷதப் பிரயோகத்தின் அளவில் தான் பேதமேற்படுகின்றது. ப்ரதிமர்சத்தில் ஸ்நேஹௌஷதங்களை ஒவ்வொரு நாசித்வாரத்திலும் இரண்டிரண்டு பிந்துக்கள் விடவேண்டும். ஒரு ஸ்நேஹத்திற்குள் ஆள்காட்டி விரலை இரண்டு கணுக்கள் மட்டும்

1. அணுதைலம்—அநேகம் சரக்குகளைச் சேர்த்து நஸ்யமிடுவதற்கென்று பக்குவம் செய்யப்படும் ஒருவித தைலம். [சிறுபாலை அல்லது ஜீவந்தீயென்னும் கொடி, வெட்டிவேர், தேவதாரு, கோரைக் கிழங்கு, இலவங்கப்பட்டை, விளாமிச்சை, நன்னாரி, சந்தனம், மரமஞ்சளின்பட்டை, அதிமதுரம், பெருங் கோரைக்கிழங்கு, அகிற்கட்டை, த்ரிபலை, வறள்தாமரை, பில்வம், கருநெய்தல், கண்டங்கத்திரி, பெருமல்லிகை, ஆனைவணங்கி, சிறுமல்லிகை, சிறுவழுதுணை, வாய்விடங்கம், இலவங்கப்பத்திரி, சிற்றேலம், அரேணுகம், தாமரையின் தாது இச்சரக்குகளை ஸமபாகமெடுத்து, அவ்வற்றில் நூறு மடங்கு ஜலம் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிக்கட்டி, இக்கஷாயத்தில் பத்திலொருபாகம் தைலம் சேர்த்துக் காய்ச்சவேண்டும். இவ்வாறு பத்துத்தடவை இதே கஷாயத்தினால் அத்தைலத்தைக் காய்ச்சிவந்து, பத்தாவது தடவையில் அத்தைலத்திற்கு ஸமபாகம் வெள்ளாட்டுப்பாலையும் ஊற்றி, இறுதியில் தைலம் மாத்திரம் மிகும்படியாகக் காய்ச்சி யிறக்கி விடவேண்டும். இது அணு தைலமுறையாம்.]

2. நாராயணதைலம்—124-வது பக்கம் பார்க்க.

3. மாஷதைலம்—126-வது பக்கம் பார்க்க.

4-மஜ்ஜை—எலும்புகளுக்குள் இருக்கும் சிறிது மெதுவானதும் அதிக நிணங்கள் அடங்கியதுமான ஒரு தாதுப்பொருள்; இதை ஆங்கிலத்தில் போன்மேரோ (bon marrow) என்பார்கள்.

5. அர்த்திதவாதம், மந்யாஸ்தம்பம் முதலியவற்றின் விவரங்களை 47, 48-வது பக்கங்களில் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் பார்க்க.

தோய்த்து எடுத்தால் அவ்விரலிலிருந்து எவ்வளவு ஸ்நேஹம் விழக்கூடுமோ அது ஒரு 'பிந்து' எனப்படுகிறது. இவ்விதமான பிந்துக்கள் எட்டு சேர்ந்தால் ஒரு சாணப் பிரமாணமாகும். மர்சநஸ்யத்தில் ஸ்நேஹங்களை சாணப்பிரமாணமும், ப்ரதி மாசத்தில் இரண்டு பிந்துக்களும் உபயோகிக்க வேண்டும். 38, 40.

ப்ரதிமர்சத்திற்சேற்ற ஸமயங்கள்.

ப்ரதிமர்சம் செய்வதற்கென்று பதினன்கு காலங்கள் வைத்தியசாஸ்திர வல்லோரால் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன; அவையாவன:—(1) விடியற்காலம், (2) பற்களைச் சுத்திசெய்த பிறகு, (3) வீட்டிலிருந்து வெளியில் வேலைக்காகப் புறப்படும் பொழுது, (4) வ்யாயாம மென்னும் தேஹவுழைப்பு முடிந்த பிறகு, (5) வழிநடந்த பிறகு, (6) புணர்ச்சிக்குப் பிறகு, (7) மலவிஸர்க்கத்திற்குப் பிறகு, (8) மூத்திரவிஸர்க்கத்திற்குப் பிறகு, (9) நேத்திரங்களுக்கு அஞ்ஜனம் உபயோகித்த பிறகு, (10) கபளக்ரஹம்[1] முடிந்த பிறகு, (11) போஜனம் செய்த பிறகு, (12) பகலில் நித்திரை செய்து எழுந்த பிறகு, (13) வாந்தி செய்த பிறகு, (14) மாலைநேரம் என்பவையாம். 41—42½.

ப்ரதிமர்ச மாத்திரையறியு முபாயம் முதலியது.

மூக்கினுள் பிரயோகித்த ஸ்நேஹவஸ்துவானது சிறிது உறிஞ்சும்பொழுதே வாயினுள் வருமானல் அப்பொழுது அதை ப்ரதிமர்சத்தின் ஒரு மாத்திரையென்று கூறலாம். மூக்கினல் உறிஞ்சும்போது வாயில் வரும் நஸ்யௌஷதம் முதலியதை அப்படியே விழுங்கிவிடாமல் வெளியில் உமிழ்ந்துவிடவேண்டும். 43, 44.

ப்ரதிமர்சத்தின் உபயோகங்கள்.

தேஹம் மெலிந்தவர்களுக்கும் நாவறட்சியினல் துன்பப்படுபவருக்கும், பாலருக்கும், வயது சென்றவர்களுக்கும் ப்ரதிமர்சம் ப்ரயோகிக்கத் தக்கது. தோள் அல்லது மார்புக்கு மேலுள்ள அவயவங்களில் உண்டாகும் பெரும்பான்மையான வியாதிகளுக்கும் ப்ரதிமர்சமே ஏற்ற நஸ்யமாகும்; இதை முறைப்படி யுபயோகித்து வந்தால் நரை திரை முதலிய விகாரங்களையுண்டாக்கும் கிழத்தனமும் சீக்கிரத்திலுண்டாகாது; நேத்திரம் முதலிய இந்த்ரியங்களும் பலம் பெறுமாம். 45½.

மயிர் நரைத்தலைப் போக்கும் நஸ்யம்.

தான்றிக்காய், வேம்பு, பெருங்குமிழன், கடுக்காய், நறுவிலி, காகோலீ இவற்றில் ஒவ்வொன்றும் தைலத்தில் சேர்த்துக்காய்ச்சி நஸ்யமிடப்படுமானல் மயிர்கள் நரைப்பதைப் போக்கும். 46½.

நஸ்யம் செய்யுமுறை

நஸ்யவிதியை நன்கு நிறைவேற்றுவதன்பொருட்டு பின்வருமாறு அதைச் செய்யும் முறை கூறப்படுகின்றது:—நஸ்யம் செய்வதற்கான ப்ரதேசம் அதிகமாய் வாயு வீசும் படியானதாகவும், புழுதி முதலியவற்றால் அழுக்கடைந்ததாகவும் இருக்கக்கூடாது. பிணியாளியானவன் பற்களை முன்னதாய்த் துலக்கிக்கொண்டு சோதன சிகித்ஸையைச் செய்து சரீரத்தையும் நிர்மலமாக வைத்துக்கொண்டு,

1. கபளக்ரஹம்—இதன் விவரத்தை இதே கண்டத்தில் 10-வது அத்தியாயத்தில் பார்க்க.

145

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

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

OFFICE OF THE REGISTRAR ... 2 JUN 1915

புஸ்தகம் 2. Vol. 2. | ஆனந்த ... மாசி — MARCH—1915. | ஸஞ்சிகை 7. No. 7.

THE CLAIMS OF INDIAN SYSTEMS OF MEDICINE.

இந்திய வைத்திய முறைகளைப்பற்றி ஒரு முறைப்பாடு. *

By Dr. SIR BHAL CHANDRA KRISHNA BHATAVADEKAR, *Kt.*, L. M., J. P.

சுதேச ஔஷதங்களை உபயோகிப்பதைப் பற்றிய விஷயமானது இந்தியாவில் அநேக விடங்களில் பொது ஜனங்களால் கவனிக்கப்பட்டுவருகிறது; ஜனங்களுக்கு அதன் சார்பாக வாஞ்சையும் உண்டாய்க்கொண்டிருக்கிறது. இவ்விஷயத்தில் மிகவும் சிரத்தை மேலிட்டவர்கள் அநேகம் பெயருண்டு; மேலும் இதன் ஸம்பந்தமான சாஸ்திராதிகளைக் காப்பாற்றுவதற்கான உபாயங்களையும் பலர் தழுவிவருகின்றனர்.

ஆங்கில வைத்திய சாஸ்திரங் கற்ற வைத்தியர்களிற் பெரும்பான்மையோர் இந்திய ஔஷதங்களைப் பழிப்பதில் நோக்கமுள்ளவராயிருக்கின்றனர்; இதில் பரஸ்பரம் எதிரிடையான அபிப்பிராயமுள்ள இரு கக்ஷியாருக்கும் இடைவிடாமல் தர்க்கம் நடந்துவருகின்றது. இவர்களில் ஒவ்வொரு கக்ஷியாரும் தமது கையை உயர்த்துவதற்கு முயற்சி செய்கின்றனர். சுதேச ஔஷதங்களில் அபிமானமுள்ளவர்கள் எண்ணிக்கையில் சிறுபான்மையரே; ஆனல் அம்முறையை யறிந்தவர்களைக் கொண்டு அனுபவரீதியாக விஷயங்களைக் கற்பிப்பதற்காக வைத்தியபாடசாலைகளை ஸ்தாபித்து இத்தேசத்திய ஔஷதங்களுக்கு முன்னேற்ற முண்டுபண்ண அவர்களுக்கு ஸாத்தியமானவரையில் பிரயத்தனப்படுகின்றனர்.

பம்பாய் மாகாணத்தில் மிகப் பிரமுகர்களான சில கனவான்களுடைய—அதாவது காலஞ்சென்ற மிஸ்டர் ஜஸ்டிஸ் ரானடே முதலியவர்களுடைய பெரு முயற்சியின் மூலமாய் வைத்தியராஜ பிரபுராம் ஜீவனராம் என்னும் காலஞ்சென்ற வைத்தியரால் ஒரு வைத்தியபாடசாலை ஸ்தாபிக்கப்பட்டிருக்கிறது. பம்பாய்ப் பட்டணத்திலிருக்கும் சில ஆயுர்வேத வைத்தியர்களாலும், ஆங்கில வைத்தியர்களாலும் இப்பாடசாலையின் காரியங்கள் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன; ஸர் லாரென்ஸ் ஜென்கின்ஸ், காலஞ்சென்ற மிஸ்டர் ஜஸ்டிஸ் பட்ருட்டின் தியாப்ஜீ, ஸர் நாராயண கணேச சந்திரவர்க்கர், ஸர் ராமகிருஷ்ண கோபால பண்டார்கர் முதலிய இன்னும் அநேக முக்கிய கனவான்களால் இவ்வைத்திய பாடசாலை ஆதரிக்கப்பட்டும் வந்தது; இதில் படித்துத் தேறிய மாணுக்கருக்கு மேற்கூறிய கனவான்கள் அநேக ஸமயங்களில் அதிகாரப்பத்திரம் அல்லது

* காமன்வீல் என்னும் ஆங்கிலப்பத்திரிகையிலிருந்து மொழி பெயர்க்கப்பட்டது.

யோக்யதா பத்திரங்களை (diplomas) அளிப்பதற்கு அக்கிராஸனாதிபதிகளாக வீற்றிருந்திருக்கின்றனர். இப்பாடசாலையில் ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்பந்தமான விஷயங்கள் மட்டுமல்ல, ஐரோப்பிய வைத்தியமுறையில் அவசியமானவையென்று கருதப்படும் சில விஷயங்களும் தேசபாஷையைக்கொண்டு கற்பிக்கப்படவேண்டுமென்று நியமம் ஏற்படுத்தப்பட்டு அவ்விதமே காரியம் நடந்து வருகிறது. இவ்வேற்பாடு இந்த ஸ்தாபனத்தில் மட்டுமேயல்லாமல், இதைப்போன்ற வேறு சில ஸ்தாபனங்களிலும் அநுஸரிக்கப்பட்டு, வெகு உபயோககரமாகவும் வேலை செய்யப்பட்டு வந்தது; சுமார் முப்பது வருஷங்களுக்கு முன்பு பரோடாநகரில் இவ்விதமாகவே ஒரு வைத்தியபாடசாலையேற்பட்டிருந்தது; ஆனால் அப்பாடசாலையினால் நற்பயன்விளையவேண்டியிருக்க அதற்கு முன்பே துரத்ருஷ்டவசத்தால் கலாசாலையின் அதிகாரிகள் அவ்வித்தியாசாலைக்கு விரோதமான கொள்கையுடையவராயிருந்ததால், அது எடுபட்டுப்போயிற்று.

பம்பாயிலுள்ள ஆயுர்வேதபாடசாலையானது மிகவும் நன்றாக வேலைசெய்துவருவதுடன், இவ்விதமே இனியும் நீடித்துச் செய்துவரக்கூடும்; ஆனால் இந்தியா கவர்ன்மெண்டாரால் ஏற்படுத்தப்படும் சட்டம் இதைச் சிறிது பாதிக்கக்கூடுமென்று கருதப்படுகிறது. இவ்வித ஸ்தாபனத்தை அச்சட்டம் ஒருவாறு நடுங்கப்பண்ணலாம்; ஆயினும் இதனிடமிருந்து அவ்வாயுர்வேத பாடசாலையானது தப்பிப்பிழைக்கலாமென்றும், இதற்குமுன் செய்துவந்தது போலவே இனியும் அது மிக உபயோககரமான தனது வேலையைச் செய்துவருமென்றும் நான் எதிர்பார்க்கிறேன். வைத்தியப்பதிவு சட்டமானது இப்பாடசாலையின் முன்னேற்றத்திற்குக் கெடுதி விளைவிக்கக்கூடியமாதிரியில் அமைந்திருப்பதாகத் தோற்றுகிறதாயினும், இவ்வித ஸ்தாபனத்திற்காவது, சுதேச வைத்தியர்களுக்காவது, ஹகீம்களுக்காவது தீங்கு விளைவிக்கக்கூடிய முயற்சிகளை இராஜாங்கத்தார் கைப்பற்றாமலிருப்பரென்று நம்புகிறேன். இச்சட்டம், ஆங்கில வைத்தியம் செய்பவர் தமது பெயர் முதலியவற்றைப் பதிவு செய்துகொண்டு, அவர்கள் வைத்தியம் செய்வது சட்டப்படி சரியென்று நிர்த்தாரணம் செய்வதற்காகவே ஏற்படுவதாயிருக்க வேண்டும்; அவ்விதமாகத்தான் இருக்கும். வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் தொழில்நடத்துவதற்கு இது எவ்வகையிலும் தடையுண்டுபண்ணாமலுமிருந்தால் அது விரும்பத்தக்கதாகும்.

சென்னப்பட்டணத்திலும் ஸர் எஸ். சுப்பிரம்மணியஐயர் அவர்களுடைய ஆதரணையின் கீழ், மிகப்பிரஸித்திபெற்ற ஆயுர்வேத வைத்தியரான வைத்தியரத்ன பண்டித டி. கோபாலாசாரியர் அவர்களால் பம்பாயிலிருப்பது போலவே ஓர் ஆயுர்வேத கலாசாலை ஸ்தாபிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அதுவும் வெகு சிறப்பாக வேலை செய்து வருகிறதென்றும், என்னைப்போல் அந்த ஸ்தாபனத்தின் அபிவிருத்தியில் அபிமானமுள்ளவர்கள் அரிதென்றும் நான் எண்ணவேண்டியிருக்கின்றது. அவ்விடத்திலும் பம்பாயில் ஏற்பட்டிருப்பதுபோலவே வைத்தியபதிவு விஷயமாய் ஒரு சட்டம் ஏற்பட்டு அமுலுக்கு வந்து கொண்டிருக்கிறது. கல்கத்தாவிலும் அவ்வாறே பிறகு இவ்விஷயமாக மஸோதா கொண்டு வரப்பட்டு அதுவும் சட்டமாக நிறைவேற்றப்பட்டது. கல்கத்தாவில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் யூனானிவைத்தியர்களும் பம்பாய், சென்னை மாகாணங்களிலிருப்பதைவிட கணக்கில் அதிகமாயிருப்பதுமல்லாமல், அங்கு அவ்வைத்தியர்கள் மிகவும் இலாபகரமாய் கௌரவத்துடன் அவர்களுடைய தொழிலையும் நடத்திவருகின்றனர்.

இம்மூன்று மாகாணங்களிலும் சுமார் அரை நூற்றாண்டுக்கு முன்பாகவே ஐரோப்பிய வைத்தியமுறையைக் கற்பிக்கும் கலாசாலை

கள் ஏற்பட்டுவிட்டதால், அது முதலாகவே, சுதேச வைத்தியர்களுக்கு இராஜாங்கத்தாருடைய ஆதரவு சிறிதும் கிடைக்காமல் அவர்கள் கைவிடப்பட்டிருந்தும், பெரும்பான்மையான இத்தேசத்திய ஜனங்களுக்கு சுதேச வைத்திய முறையை இராஜாங்கத்தார் ஆதரிக்காமலிருப்பதிலுண்டான மனக்குறையையும், அம்முறையை விருத்திக்குக் கொண்டுவரவேண்டுமென்பதிலுள்ள உத்ஸாஹ விசேஷத்தையும், அவ்வைத்தியர்களிடம் சென்று சிகித்ஸைசெய்து கொள்வதிலுள்ள விச்வாஸத்தையும் உற்று நோக்கினோமானால், சுதேச வைத்தியத்திற்கு ஏதோ மஹிமையிருக்கின்றதென்று நன்றாக நம்பவேண்டியிருக்கிறது. இதற்கு முன்தலைமுறைகளிலிருந்த வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் அறிவில் சிறப்புற்றிருந்தனரென்றும், அவர்களுடைய காலத்திற்குப் பின் அவ்வறிவும் அநுபவமும் மற்றவருக்கு உண்டாக வழியில்லாமல் அவ்வைத்திய முறைகள் கிரமமாக மழுக்கங்கொண்டனவென்றும் நிச்சயமாகக் கூறலாம். துரத்ருஷ்டவசத்தினால் சுதேச வைத்தியம் இந்நிலைமையையடைய நேரிட்டது.

ஆகையால், வியாதி நிவாரணம் செய்வதில் சுதேசவைத்தியமுறை மிகவும் சிறப்புற்றதென்றறிந்து, அவ்வித சிகித்ஸாக்கிரமத்தைக் காப்பாற்றி முன்னுக்குக் கொண்டுவருவதில் சிரத்தையுள்ளவர்கள், பயன்பெறக்கூடிய உபாயங்களைக் கைப்பற்றி அவ்வைத்தியமுறையை நிலைநிறுத்த முயலவேண்டும். ஸம்ஸ்கிருதத்திலும் தேசபாஷைகளிலும் இவ்வைத்திய ஸம்பந்தமான நூல்கள் வேண்டிய அளவு இருப்பதால், அவற்றைப் பரிசோதித்து அழியவிடாமல் வெகு ஜாக்கிரதையாகக் காப்பாற்றி வரவேண்டும். இவ்விஷயமாக ஏதாவது உதவி செய்ய கவர்ன்மெண்டார் முன்வராமற்போனால், தேசக்ஷேமத்தில் விருப்பமுள்ள ப்ரமுகர்கள் இதை மிகப் பிரதானமான சாஸ்திரமென்று நிச்சயித்து, அச்சாஸ்திரங்கள் அழியாமலிருப்பதற்கும், ஆங்காங்கு ஆயுர்வேத பாடசாலைகளையும் கலாசாலைகளையும் ஸ்தாபித்து நமது சிறுவர்களை அந்த ஸ்தாபனங்களில் படிப்பிக்கச் செய்வதற்கும், அப்பால் அவர்கள் மூலமாய் சுதேச வைத்தியமுறைப்படி சிகித்ஸை செய்ய வைத்தியசாலைகளை ஸ்தாபிப்பதற்கும், புதிதாக வைத்யக்கிரந்தங்களை எழுத ஏற்பாடு செய்து இம்முறையை இன்னும் மேன்மைபடுத்துவதற்கும் அவசியமான முயற்சிகளைச் செய்ய எவ்விதத்திலும் கடமைப்பட்டிருக்கின்றனர்.

சஸ்திர சிகித்ஸையிலும் காயசிகித்ஸையிலும் முறையே மிகப் பிரதானமான நூல்களென்றுகருதப்படும் ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையும் சரகஸம்ஹிதையும் வெகு காலத்திற்குமுன்பே லாடின் பாஷையில் மொழி பெயர்க்கப்பட்டதென்பதும், அக்காலத்தில் இந்தியாவில் எந்த தேசபாஷையிலும் அக்கிரந்தங்கள் மொழிபெயர்க்கப்படாமலிருந்தனவென்பதும் வெகு வியப்புறக்கூடிய விஷயமாகும். சஸ்திர சிகித்ஸையையும் காயசிகித்ஸையையும் கூறுபவையான வேறு அநேகம் ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களுண்டு; அவை யாவும் வைத்தியர்களால் அவசியம் கருத்துடன் படிக்கக்கூடியவையாம். ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான புஸ்தகங்களில் பலவற்றில் நாம் மனதைச் செலுத்திப் படித்து வருவோமாயின், அவற்றில் அநேக பாகங்கள் மிக உபயோகமானவையென்று நன்குணருவோம். ஐரோப்பிய வைத்திய ஸம்பந்தமான அறிவு எங்கும் பரவிவருவதன் காரணமாக, அவ்வைத்தியம் கற்றவர்களில் பெரும்பாலோருக்கு இத்தேசத்திய வைத்தியமுறையில் அபிமானமில்லாமற் போய்விட்டதால், இப்படிப்பை அபிவ்ருத்தி செய்யவும் அவர்கள் விரும்பாதவர்களாக ஆய்விட்டனரென்பதை நான் மிகவும் வெறுக்க வேண்டியவனாயிருக்கிறேன். பண்டைக்காலத்திய வைத்திய நூல்கள் இத்தகையனவென்று நன்றாகப் படித்

தறியாத ஆங்கில வைத்தியம் கற்றவர்களில் சிலர், இவ்விஷயமாக ஏதேனும் சர்ச்சை செய்வதிலும் வெறுப்புடையவராயிருக்கின்றனரென்று எனக்குத் தெரியும். அவர்கள் விஷயங்களைக் கவனித்துப் பார்க்காமலே அவ்வாறு அபிப்பிராயப்படுவதைப் பார்த்து மிக விஸனிக்க வேண்டியிருக்கிறது. ஆங்கில வைத்தியர்களில் இத்தேச வைத்தியமுறையின் உபயோகத்தில் அதிக நம்பிக்கை வைத்திருப்பவர் வெகு சொற்பம் ; ஆனால் அச்சொற்பப்பேர்களும் இத்தேச வைத்தியமுறையை நன்றாகப் படிக்காததால் அம்முறைப்படி வைத்தியம் செய்ய வல்லமையற்றவராயிருக்கின்றனர்.

இவ்விஷயத்தில் அபிமானமுள்ள அவ்வித ஆங்கில வைத்தியர்களிடம் நான் விசேஷமாக முறையிட்டுக் கொள்வதென்னவெனில்— அவ்வைத்திய ஸம்பந்தமான மிகப் பிரதான நூல்களில் சிலவற்றை அவர்கள் முதலிற் படித்து வரவேண்டும்; அவற்றில் ஒருமுறை தமது புத்தியைச் செலுத்தியபின்பு, கிரமமாக அவ்விஷயங்களில் தமக்கிருந்த ஸந்தேஹங்கள் நீங்கி நிஸ்ஸம்சயமான அறிவு பிறக்கும்; அன்றியும் அவர்களுடைய மனது அந்நூல்களிலுள்ள இன்னும் அநேக விஷயங்களில் இழுக்கப்பட்டு அவற்றிலிருந்து அளவற்ற அரியவிஷயங்களைப் பெயர்த்தெடுக்க அவர்கள் வல்லவராவரென்பதும் உண்மை. நான் பல நாட்களாகப் படித்து வந்ததில் அவ்வித இரத்தினங்கள் பலவற்றை இவ்வைத்திய நூல்களிலிருந்து வெகு ஆவலுடன் கண்டெடுக்க நேரிட்டது. அவ்வித இரத்தினங்களுக்காக நான் ஆயுர்வேத வைத்திய நூல்களையெல்லாம் பலமுறை பரிசீலனை செய்தேன் ; அப்பால் அந்நூல்களாகும் நிதிகளிலிருந்து அவற்றைப் பெயர்த்தெடுத்து அவற்றை ஒருவாறு நிர்மலமாக்கமுயன்றேன்; அதன் பிறகு அவற்றின் இயற்கையான ஒளியை அவை என் முன்னிலையில் வீசத் தொடங்கின. விஷயமுணராத சிலருடைய அறியாமையினாலும், தப்பெண்ணங்களாலும், பொறாமையினாலும் இந்தியாவானது அவ்விதமான அநேகம் இரத்தினங்களை இழந்துவிட்டது.

ஆகையால், இந்தியாவுக்கு உண்மைப் புதல்வராயிருப்பவர், சுதேசவைத்தியமுறையை உடனே புதுப்பிக்க முடியாவிட்டாலும், அது ஸம்பந்தமான அரிய ஔஷதமுறைகளும் கிரந்தங்களும் அற்றுப்போய் விடாமல் அவற்றைக் காப்பாற்ற எவ்வகையிலும் கடமைப்பட்டிருக்கிறார்கள்; இக்காரியம் அவர்களுடைய சிரேஷ்டமான தர்மகாரியங்களுள் மிக முக்கியமானது. இவ்விஷயத்தில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கும் ஹகீம்களுக்கும் ஒற்றுமையையுண்டுபண்ணி, மற்ற ஜனங்களும் அவர்களுடன் ஒற்றுழைக்க வேண்டியது அவசியம். மிக்க அனுபவம் பெற்ற வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் வயது முதிர்ந்து காலகதியடைய, அவர்களுக்குப் பின் இப்பொழுதுள்ள வைத்தியர்களில் பெரும்பாலோர் அத்தொழிலை விருத்திசெய்ய விசேஷ பரிசயம் பெற்றவர்களாயில்லையென்று கவலையுடன் குறிப்பிட வேண்டியிருக்கிறது. வியாதிகளை ஸ்வஸ்த்தம் செய்வதில் வெகு சிறந்தவையென்று எனது அனுபவத்தில் வந்த அநேக ஆயுர்வேத ஔஷதங்களையும், அவற்றைப் பக்குவம் செய்யும் வகை முதலியவற்றையும் இவ்வியாஸத்தில் விவரித்துக் கூற நான் கருதவில்லை, அவசியம் நேரிட்டால் மற்றொரு ஸமயம் அவ்விஷயங்களை நான் விவரிப்பேன்; சுதேச ஔஷதங்களையுபயோகிப்பதில் அபிமானமுள்ளவருடைய மனதில் ஓர் உத்ஸாஹத்தை உண்டாக்கி, அவர்களை அக்காரியத்தைச் செய்வதற்குத் தூண்டவேண்டுமென்பதே எனது முதற் கருத்து. இவ்விதம் சில வரிகளை நான் எழுதியதை வைத்தியர்களும் மற்றவர்களும் கருத்துடன் கவனித்துப் பார்த்து அவரவர்களாலான மட்டிலும் சுதேசவைத்திய முறையை முன்னுக்குக் கொண்டுவர முயன்றார்களேயாகில், நான் எழுதியது வீணாகவில்லையென்று நினைத்து மிகக் களிப்புறுவேன்.

ADVICE TO PARENTS WITH REGARD TO WHOOPING COUGH.

குழந்தைகளின் தாய் தந்தையர்களுக்குக் கக்கிருமலைப் பற்றிய உபதேசம்.

By M. S. AIYANGAR,
Ayurvedic Physician.

கலாநிதியைப் படிப்பவரின் நன்மையைக் கோரி இவ்விஷயம் 'நேஷனல் ஹெல்த்' என்னும் பத்திரிகையிலிருந்து மொழி பெயர்க்கப்பட்டது. ஆகவே இதனடியில் வரும் விஷயங்களைக் குழந்தைகளின் பெற்றோர்கள் கருத்துடன் கவனிப்பாராக :

கக்கிருமலை ஓர் அஸாதாரணமான வியாதியாகக் கருதவேண்டும். கக்கிருமலால் பாதிக்கப்படும் ஒவ்வொரு குழந்தையின் விஷயத்திலும் ஸாத்தியமான வரையில் வெகு விசேஷமாக கவனம் செலுத்தி அவற்றைப் பாதுகாப்பதில் தாய்தந்தையர்கள் கண்ணுங்கருத்துமாயிருப்பது அவசியம். நன்றாக ஆராய்ச்சி செய்தோமானால் விஸர்ப்ப ஸம்பந்தமான ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தினால் (scarlet fever) எவ்வளவு மரணங்கள் ஸம்பவிக்கின்றனவோ அதற்கு மூன்று மடங்கு அதிகமாகவும், குரல்வளையிலுண்டாகும் களசுண்டி யென்னும் (diphtheria) துத்தி ரோகத்தினாலுண்டாகும் மரணங்களைவிட இருமடங்கு அதிகமாகவும் கக்கிருமலால் ஸம்பவிக்கும் மரணவிகிதம் கணக்கிடப்படுகிறதென்பதை நீங்கள் மறக்கக்கூடாது. ஆகையால் அடியில் கூறப்படும் ஒரு சிறு நிரூபத்தில் குறிக்கப்படும் விஷயங்களைக் கவனித்து அவ்விதம் நடக்கும் படியாக நீங்கள் தூண்டப்படுகிறீர்கள்.

1. இவ்வியாதி பரவுவதைத் தடுக்குமுபாயம் என்னவெனில்.—

ஒரு குழந்தை கக்கிருமலுக்கு உட்படுவதும், அதனால் அது சிறிது காலம் வருந்துவதும் இயற்கையல்ல வென்றும், அவ்விதம் கஷ்டப்படுவதற்கு அது கடமைப்பட்டிருக்கவில்லை யென்றும் நீங்கள் நிச்சயிக்கவேண்டும். ஆகிலும் ஒருக்கால் குழந்தைக்கு அது உண்டானாலும், வீட்டிலுள்ள பெரியோர்கள் குழந்தை அவ்வியாதியிலிருந்து சீக்கிரம் ஸ்வஸ்த்தமாகிறவழியைத் தேடுவது நலம். அதைவிட வியாதி வராமல் தடுப்பதற்கு முயற்சி செய்வதே உத்தமமாம். முயற்சியுடையோர்க்கு எவ்விஷயமும் அஸாத்தியமாகாதென்பதை நினைவில் வைத்துக் கொண்டிருப்பவர், கக்குவானைப் போன்ற வியாதியைத் தடுப்பது முடியாத காரியமென்று கருதமாட்டார். குழந்தைகளை—முக்கியமாய் இளங் குழந்தைகளை— இவ்வியாதியினிடமிருந்து தப்பவைப்பதால், அவற்றின் தேஹம் இதர வியாதிகளுக்கும் வசப்படாமல் நன்கு செழித்து வளரக் கூடும். கக்கிருமலுள்ளதென்று ஸந்தேஹப்படக்கூடிய எக்குழந்தையையும் உடனே மற்றக் குழந்தைகளுடன் சேரவிடாமல் ஒதுக்கி வைக்கவேண்டும். ஆரம்பம் முதற்கொண்டே அல்லது நெஞ்சில் இழுப்புண்டாவதற்கு முன்பே-இவ்வியாதி தொற்றுங்குண முடையதாயிருப்பதால் அவ்வாறு செய்யவேண்டியிருக்கிறது. இந்த ரோகம் இயற்கையாகவே ஜலதோஷக்குறிகளுடன் ஆரம்பிக்கும்; அந்த ஸமயத்தில் கபமில்லாமல் ஒருவிதமான ஸாதாரண இருமலும் ஜ்வரக்குறியும் சிறிது தொடர்ந்து காணும். இக்குறிகள் ஒரு வாரம் அல்லது சிறிது அதிக நாள்வரையில் அநுஸரித்திருக்கும்; பிறகுதான் வாஸ்தவமான இருமல் உண்டாகும். அப்பால் குழந்தை அடிக்கடியும் வெகு தீவ்ரமாக இருமிக் கொண்டு மூச்சுத் திணறுவதுபோல் இழுப்புடன் அவஸ்த்தைப்படவேண்டி நேரிடுகிறது; இவ்வவஸ்த்தை இரவில் மிக அதிகமாகும். இதனால் குழந்தையின் முகம் ஸாதாரணமாய் ஒருவாறு நீல நிறங்கொண்டு—ஆனால் எப்பொழுதும் இக்குறியுண்டாகு மென்பதற்கில்லை—நெஞ்சில் இழுப்பு அதிகரித்து, ஒரு முறை இருமியபிறகு கபம் கக்கப்படும்; அல்லது வாந்தியாவது ஆகும். ஒரு முறை இருமலும் இழுப்பும் உண்டானபிறகு மற்றொரு முறை

வருவதற்குமுன் இடையில் குழந்தை வருத்தமின்றி நன்றாகவே விளையாடிக்கொண்டிருக்கும். ஒரு குழந்தை தீவ்ரமாக இழுப்புடன் இருமிக்கொண்டிருக்கும்போது, முக்கியமாய் இரவில் அதிகமாயிருந்தால் அது கக்கிருமலால் வருந்துகிறதென்று ஒருவாறு நிச்சயிக்கலாம்; இவ்விஷயத்தில் ஒரு தகுந்த வைத்தியருடைய அபிப்பிராயத்தைக் கேட்டு உண்மையின்னதென்று தெரிந்துகொள்வது நலம். கக்கிருமலுள்ள குழந்தையை ஸாத்தியமானால் ஒரு பிரத்தியேகமான அறையில் இருக்கச் செய்வதுடன், மற்றக் குழந்தைகளிடம் அணுகவிடாமல் கூடுமான தூரத்தில் விட்டிருக்க வேண்டும். இருமியோ வாந்திபண்ணியோ வெளியான கபம் முதலானவற்றை எரித்துவிடவேண்டும், அல்லது தோஷஹரங்களான ஔஷதச் சரக்குகளைச் சேர்த்து சுத்திசெய்து நன்றாகக் கழுவித் தள்ளவேண்டும். இவ்வியாதியினால் வருந்தும் குழந்தைகளுக்கென்று எல்லா ஸாமான்களையும்—அதாவது கோப்பைகள், பாலடைகள், உண்ணுங்கலங்கள், துணிகள் முதலியவற்றை—பிரத்தியேகமாக ஓரிடத்தில் வைத்துக்கொண்டு, அவற்றை அப்போதைக்கப்போது நன்றாகச் சுத்தம் செய்துவர வேண்டும். படுக்கைகளையும் உடுக்கும் துணி முதலானவற்றையும் கழுவுவதற்குமுன், ஒரு மணிநேரமாவது கிருமிஹரமான அல்லது தோஷஹரமான (disinfectant) வஸ்துக்கள் கலந்த ஜலத்தில் அவற்றை ஊறவைக்க வேண்டும் குழந்தைக்குத் தீவ்ரமான இருமலும் இழுப்பும் நிவ்ருத்தியாகும் வரையில் மற்றக் குழந்தைகளிடம் அது சேரவேகூடாது. வியாதி சிலஸமயம் சில குழந்தைகளுக்கு நீடித்திருக்குமானால், அப்பொழுது குழந்தையைத் தடுத்து வைத்திருப்பது கஷ்டமாயிருக்குமென்பது உண்மை; ஆகிலும் கூடுமானவரையில் அவசியமான முன்னெச்சரிகைகளை செய்வது தாய் தந்தைகளுடையவும் வைத்தியர்களுடையவும் கடமையாகும். பொதுவில் கவனித்துப் பார்த்தோமானால் இவ்வியாதி ஆறு வாரங்களுக்கு அதிகமாக நீடிப்பதில்லையானதால், அதுவரையில் பிணிகொண்ட குழந்தையை எக்கூட்டத்திலும் சேர்க்காமல் ஜாக்கிரதையாய் வைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

2. பிணிகோண்ட குழந்தைகளை ஸ்வஸ்த்தம் செய்யுமுபாயம்.—

எப்பொழுதும் ஒரு கைதேர்ந்த வைத்தியனை அழைத்துக் காட்டவேண்டும். முதலில் நோயாளியை ஒரு படுக்கையில் ஸௌகரியமாய் விட்டிருக்கவேண்டும்; படுத்திருக்கும் அறையில் நன்கு சுத்தமானவாயு வீசும்படியாகவும், வேண்டிய வெளிச்சம் பரவும்படியாகவும் ஏற்பாடு செய்திருப்பது அவசியம். அவ்வறை ஈரமாயில்லாமல் நன்றாக உலர்ந்து நிர்மலமாயிருக்கவேண்டும். ஜ்வரக்குறிகள் சாந்தமானபிறகு, காலம் அநுகூலமாகத் தோற்றுமானால் குழந்தையை வீட்டிற்கு வெளியில் நல்ல காற்று வீசுமிடத்திற்குக் கொண்டு போகலாம். உடம்பில் கம்பளியாலான மெல்லிய உடைகளைப் போர்த்து, குழந்தையின் உடம்பு எப்பொழுதும் தகுந்த உஷ்ணமுள்ளதாயிருக்கும்படிச் செய்யவேண்டும்; முக்கியமாகக் குளிர்காலத்தில் குழந்தையின் கைகால்களையும் மற்ற உடம்புகளையும் தகுந்த உடைகளால் போர்த்து சரீரத்தின் சூடு எப்பொழுதும் குறைந்துவிடாமலிருக்குமாறு கவனிக்க வேண்டும். குழந்தையின் உடம்பில் சிறிதும் ஈரம் தங்கியிருக்கக் கூடாது. கக்கிருமலுடன் வருந்தும் குழந்தைகளுடைய நுரையீரல்கள் வீக்கங்கொள்வது ஸஹஜம்; குளிர்ந்த வாயுவில் குழந்தைகளுடைய உடம்பு திறக்கப்பட்டிருந்தால், அவ்வவயவங்கள் நிச்சயமாய் வீங்கிவிடும்.

கக்கிருமலானது குழந்தையின் ஆரோக்கிய நிலைமையைக் கெடுத்து அவர்களை வெகு பலஹீனப்படுத்திவிடுமாகையால், இவ்வியாதி நிவ்ருத்தியான பின்னர் குழந்தைகளின் சரீர போஷணையில் மிகவும் அதிகமாகவே கவனம் செலுத்தவேண்டுமென்பதை நீங்கள் மறவாதீர்கள். குழந்தையின் ஆரோக்கிய நிலைமை

திருப்திகரமாயிருப்பதாகத் தோற்றாவிட்டால் மறுபடியும் தகுந்தவைத்தியனிடம் சென்று விஷயங்களை விசாரித்து குழந்தையின் சரீரத்தைப்போஷிக்க உபாயம் தேடவேண்டும். கக்கிருமலை அலக்ஷியம் செய்து, அதற்குச் செய்யவேண்டிய பரிஹாரமுறைகளை யுக்தப்படி நிறைவேற்றாவிட்டால், அவ்வியாதியே காலவளவில் க்ஷயஸம்பந்தமான இருமலாகவும் வேறு வியாதிகளாகவும் பரிணமிக்கத் தொடங்கும்.

THE DIET AND HEALTH.

ஆஹாரமும் ஆரோக்கியமும்.

BY C. PARAMANANDA DAS NAVAVATY,
Ex. District Veterinary Officer, Junagad State.

எல்லாப் பிராணிகளுடையவும் ஜீவசக்தியென்ன, அவை நீண்டகாலம் உயிர் பிழைத்திருப்பதென்ன, அவற்றின் சாரீர—மானஸிக வியாபாரங்களென்ன இவை யாவும் அவற்றின் உணவுகளையும் அவற்றாலுண்டாகும் தேஹ போஷணையையும் பொருந்தியவைகளாயிருக்கின்றன என்பதில் எந்த மனிதன் தான் ஸந்தேஹப்படுவான்? நமக்கு ஏதேனும் ரோகமுண்டாகும்பொழுது ஸாதாரணமாய் ஸம்பவிக்கும் அரோசகத்தினால் நாம் உணவை யேற்றுக் கொள்ள முடியாதவராய் விடுவதாலும், அப்பொழுது அதன் பலனாக நமது தேஹம் பல ஹீனப்படுவதாலும், பிறகு வியாதியினின்றும் நீங்கி ஸ்வஸ்த்தமாய் வரும் தருணத்திலேயே உணவின் இன்றியமையாத உபயோகத்தைநாம் உண்மையாய் அறிந்து அதைக் கொண்டாடக் கூடியவர்களாயிருக்கிறோம். உணவின் அருமை அவ்வாறிருக்க மனிதர்கள் இப்பொழுது தமக்கு ஏற்ற ஆஹாரம் இன்னதென்று இன்னும் நன்குணராமல் தோன்றியவாறு எதையெதையோ புசித்துவருகின்றனர். சிங்கம், புலி, ஓநாய் முதலிய விலங்குகள் கூர்மையாய் நீண்டு வளர்ந்த பற்களையும் நகங்களையும் உடையவைகளாயிருப்பதால், அவை இறைச்சியைத் தின்றுப் பிழைக்கவேண்டியவையென்று ஈச்வரன் அவற்றின் உருப்புகளை அவ்வாறு படைத்தானென்று சொல்லலாம்; அந்தந்த ஜந்துக்களுக்கு அனுகூலமான உணவு வகைகளுக்கேற்றவாறே அவற்றின் உருப்புகளும் உண்டாக்கப்படுகின்றனவென்பதற்கு இதுபோன்ற உதாஹரணங்கள் அநேகமுண்டு. பசு, எருது, எருமை முதலான மிருகங்கள் புற்களையும் வைக்கோலையும் அவைபோன்ற வேறு சாக வகைகளையுமே தின்பவையானதால், அவ்வித உணவுகளை ஜீர்ணம் செய்வதற்கு அனுகூலமாக அவற்றிற்கு நான்கு இரைப்பைகள் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. கடவுள் மனிதனுக்கு அநேகம் அருஞ்சுவைகளில் விருப்பத்தை யுண்டுபண்ணியிருப்பதுடன், தனக்குத் தானே வெவ்வேறு வகையான பதார்த்தங்களைக் கூட்டி, பலவிதமான உணவு வகைகளைப் பக்குவம் செய்துகொள்வதற்கேற்ற பகுத்தறிவையும் அவனுக்கு ஏற்படுத்தியிருக்கிறார். சில மனிதர்கள் சாகாஹாரத்தினாலேயே ஜீவித்து வருகிறார்கள். சிலர் ஒரு பகுதி சாகாஹாரத்தையும் மற்றொரு பகுதி மாம்ஸாஹாரத்தையும் உபயோகித்து ஜீவிக்கின்றனர். இவ்விரண்டு விதமான உணவு வகைகளில் எது மனிதனுக்கேற்ற சிறந்த உணவாகுமென்பதையே நான் இப்பொழுது விசாரம் செய்து ஒரு தீர்மானத்திற்கு வர விரும்புகிறேன்.

கேவலம் சாகபக்ஷணமானது மனிதருக்கு நல்ல தேஹவலிமையையும் மனோபலத்தையும் கொடுத்து அவர்களுடைய தாதுக்களைப் போஷிக்கவல்லதாயிருக்க, மாம்ஸாஹாரம் சரீர நிலைமையைச் சீரழியச் செய்கிறதென்று பலர் அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். இறைச்சியுண்பதனால் தேஹம் க்ரூரமான சில வியாதிகளுக்கு உட்பட்டு அது மிகவும் வருந்த நேரிடுமென்று நிச்சயிப்பதற்கு இதற்குப் பிறகு நாம் கூறப்போகும் பல திருஷ்டாந்தங்களைக் கொண்டு நன்கறியலாம்; நிஸ்ஸம்சயமாக நிரூபிக்கப்போகிற சில நிதர்சனங்களை ஆதாரமாகக்கொண்டு, மாம்ஸாஹாரமானது மனித

ருடைய தேஹத்திற்கும் மனதுக்கும் மஹத்தான கோளாறுகளைக் கொடுத்து, நிவர்த்திக்க முடியாத அநேகம் வியாதிகளை யுண்டுபண்ணுமென்று அறிந்தபின்னர், ஒவ்வொருவரும் அவ்வாஹாரத்தை வெறுக்கக்கூடுமென்று நாம் நம்புகிறோம். இத்தேசத்தில் மாம்ஸாஹாரம் இவ்வளவு மிதமிஞ்சி வழக்கத்திற்கு வராமலிருந்தவரையில், இப்பொழுது அடிக்கடியும் கேள்வியுறப்படுகிற அநேக நூதனவியாதிகள் முற்காலத்தில் மிகவும் அரிதாயிருந்தன. புலாலுண்ணும் வழக்கம் மேன்மேலும் அதிகரிக்கவே, அக்காரணத்தினால் அநேக தேசங்களில்-முக்கியமாய் முனிவர்களாலும் பூஜிக்கக்கூடியதான நமது இந்திய நாட்டில்— கிருஷித்தொழில் மிகவும் குறைந்துவரத் தொடங்கிற்றென்றும், அதற்கேற்க பால், தயிர், நெய் முதலிய ஆரோக்கியத்திற்கு இன்றியமையாத உணவுப் பொருட்களின் விலையும் ஸாதாரண ஜனங்களால் தாங்கமுடியாதபடி மிகவும் ஏற்றமடைந்ததென்றும் நிச்சயமாகக் கூறலாம்.

செல்வவான்கள் அகவிலையுள்ள வஸ்துக்களையும் வேண்டியவளவு பணம் செலவுசெய்து விலைக்கு வாங்கி உபயோகிக்கக் கூடுமானாலும், அவர்களுக்கும் இக்காலத்தில் பால் முதலிய அப்பொருட்கள் மிகவும் சுத்தமாகக் கிடைப்பது அரிது; இதற்குத் திருஷ்டாந்தமாக--பம்பாயில் சென்ற வருஷத்தில் கார்ப்பொரேஷன் அதிகாரிகளின் முயற்சியினால் அநேக பால்காரர்களுடைய கையிலிருந்த 22 பாற்சொம்புகள் பரிசோதிக்கப்பட்டதில் அவற்றுள் ஒன்று மட்டுமே கலப்பில்லாத பாலாகக் காணப்பட்டது.

சுருங்கச் சொல்லில்—தனிகர்கள் தாம் வாங்கும் பாலும் நெய்யும் கலப்பில்லாதவையென்று நினைத்திருந்தார்களானால், அவர்கள் உண்மையில் மோசம்போய் விஷயமறியாமல் அவ்வாறு கருதுகின்றனர் என்று நான் நிச்சயமாகக் கூறுவேன்; இதை அதிசயோக்தியாக நினைக்க வேண்டாம். இப்படி யாவதற்குக் காரணம், பால் முதலியவற்றை உற்பத்தி செய்பவையான ஆடுமாடுகளை அவற்றின் உடலிலுள்ள மாம்ஸத்திற்காக அழித்து வருவதேயாம்.

முதலாவது நமக்கு உதவியாயிருக்கும் பிராணிகளிடம் நன்றி பாராட்டி அவற்றை ஆதரிக்கவேண்டுமென்பது, ஜீவகாருண்யம் என்னும் விஷயம் இவ்விரண்டும் மனிதருக்கு இன்றியமையாத இயற்கைக் குணங்களாக இருக்கவேண்டியிருக்க, அவற்றிற்கு மாறாக—நமக்குக் கீழ்ப்படிந்து மிகவும் இழிவான வேலைகளையும் மார்பு ஒடிய மிக வருத்தப்பட்டுச் செய்துவரும் அஜாத சத்ருக்களான மாடுமுதலான வாயில்லாப்பிராணிகளை வதைசெய்வது தர்மமா? (1) நமது தேஹத்தைப் போஷிக்கும் அமிருதம்போன்ற மிக்க மதுரமான பாலையும் தயிரையும் வெண்ணெயையும் நமக்கும் நமது சிறு குழந்தைகளுக்கும் அளிப்பவை யாவை? (2) நமது உணவு தானியங்கள் பயிரிடுவதற்கான வயல்களுக்குவேண்டிய ஜலத்தைக் கிணறுகளிலிருந்து இழுப்பவை எவை? (3) நமது வீட்டு வேலைகளுக்குவேண்டிய சாணத்தையும் வறட்டிகளையும் எவை கொடுக்கின்றன? (4) குப்பை வண்டிகளையும், நமது பெட்டிவண்டிகளையும் மற்றும் சுமைவண்டி முதலானவற்றையும் இழுத்துச் செல்லும் பிராணிகள் எவை? (5) நமது நிலங்களை உழுவதற்கு எவை உதவுகின்றன? (6) செக்குகளையும் ஆலைகளையும் சுற்றிச் சுற்றி இழுப்பவை எவை? (7) பயிர்களுக்குவேண்டிய எருவை எவை உண்டுபண்ணுகின்றன? (8) எவற்றின் சர்மங்களைக்கொண்டு நாம் பைகளையும், பெட்டிகளையும், பாதரக்ஷைகளையும் செய்துவருகின்றோம்? (9) எவற்றின் எலும்புகளால் கத்திப்பிடிகளும், அழகான வெவ்வேறு விதமான கைப்பிடிகளும், சீப்புகளும் செய்யப்படுகின்றன? (10) எவற்றின் எலும்புகள் பாஸ்பரம் (phosphorus) என்னும் இரஸாயனப் பொருளுண்டாவதற்கும், சர்க்கரை முதலியதைச் சுத்திசெய்வதற்கும் உபயோகமாயிருக்கின்றன?

இக்கேள்விகளுக்கெல்லாம்—மிகவும் ஸாதுவான மாடுகளையே முற்கூறிய எல்லாக் காரியங்களுக்கும் மனிதர் எதிர்பார்க்கவேண்டியவரா யிருக்கின்றாரென்று ஒரே வார்த்தையில் விடை யளிப்பதைத் தவிர வேறு வகையாகப் பதில் கூறமுடியாது. நமக்கு இவ்வளவு ஸஹாயம் செய்து இலாபத்தை யுண்டாக்குபவையான வாயில்லாப் பிராணிகளை நாம் போஷிக்கவும், அவற்றினிடம் அன்பு பாராட்டி அவற்றைச் சீராட்டவும் கடமைப் பட்டவராயிருக்க, அதற்கு நேர் விரோதமாக, தமது வயிற்றை நிரப்பும்பொருட்டு-வேறுவிதமான சிறந்த உணவு வகைகளிருந்தும்-அவ்வேழைப் பிராணிகளின் இறைச்சியின் நிமித்தம் மனிதர் அவற்றை அடியோடு வதைசெய்துவிடுகின்றனர்! வீண்போகத்திற்காகப் பசுக்களின் வெகு அருமையான உயிரை உறிஞ்சுவிடுகின்றனரே! என்ன அநியாயம்! இதென்ன நன்றியுணர்வில்லாத் தன்மை! நம்மைப்போலவே அவ்வாயில்லாப் பிராணிகளுக்கும் வலியையும் வேதனையையும் அறிவதற்கேற்க உணர்ச்சியுண்டல்லவா? அவற்றிற்கும் பிராணனும் புலன்களும் இருக்கின்றனவே! நமது ஒரு சிறு விரலில் ஒரு ஸாதாரணமான காயம்பட்டால் அவ்வேதனை ஸஹிக்க முடியாதென்று எவ்வளவோ உபசாரம் செய்யவேண்டி யிருக்கின்றதே! மிருகங்களுடைய முழு உடலையும் வெட்டி அவற்றைச் சிறு துண்டுகளாக ஆக்கும்போது—ஆ! என்னவலி! ஸஹிக்கமுடியாத என்ன கடும்வேதனை அநுபவிக்க வேண்டுமோ யோசித்துப் பாருங்கள்! அவ்வித மாம்ஸங்களைத் தின்பதால் குணமாவது ஏதேனும் உண்டோ? அதுவுமில்லையே; ஏதேனும் குணமிருந்தபோதிலும் ஜீவகாருண்யமுள்ள மனிதர் இவ்விதம் பிராணி வதைசெய்து இறைச்சி யுண்பது முற்றிலும் சரியல்ல.

பிறகு மனிதருக்கு மாம்ஸாஹாரம் ஏற்றதாவென்பதைப்பற்றிய தத்துவங்களை விசாரிப்போம். மனிதருக்கு ஸமானமான உடலமைப்புகளைப்பெற்ற மற்றப் பிராணிகள் இயற்கையிலுண்ணும் உணவுகளை நன்றாகக் கவனித்தோமானால், அப்பொழுது இவ்விஷயத்தில் உண்மை வெளியாகும். மனிதர் எவ்விதமான உணவுகளை உபயோகிக்க வேண்டுமென்பதை விளக்குவதற்காக, மனிதருக்கும். மற்றப் பிராணிகளுக்கும் உடலமைப்பிலுண்டான ஒற்றுமை முதலியவற்றைப்பற்றி அமெரிக்கா தேசத்திய ஒரு கற்றறிந்த வைத்தியர் அடியில் வருமாறு அபிப்பிராயப்படுகிறார்:

“மனிதருடையவும், அவர்களைப்போன்ற (குரங்கு முதலிய) பிராணிகளுடையவும் சரீர அமைப்புகள்—வெகு ஸூக்ஷ்மமாகப் பார்க்கையில் சில வேற்றுமைகள் உடையனவாயிருந்தாலும்—பொதுவில் அநேக அவயவ விசேஷங்களின் அமைப்பில் ஒற்றுமை காணப்படுகின்றன என்று ஹீக்கெல் என்பவர் கூறியிருப்பது உண்மை. மனிதனுக்கு இருப்பதுபோலவே அப்பிராணிகளுக்கும் அதேவிதமாய் 200 எலும்புகளும் சரீரத்தில் அந்தந்த இடங்களில் இணைக்கப்பட்டிருக்கின்றன; சரீரத்தை அசைத்து வேலைகளைச் செய்வதற்கான தசைநார்களும் அவற்றிற்கும் நமக்கிருப்பதுபோல் 300 தான் உண்டு. மயிர்முளைத்த இதே சர்மந்தான் அப்பிராணிகளுக்கும் உடற் போர்வையாயிருக்கின்றது; இரத்த ஓட்டத்தை யுண்டுபண்ணி நமது நாடிகளைத் துடிக்கச் செய்யும் இருதயம் எவ்வாறு நான்கு அறைகளுள்ளதா யிருக்கின்றதோ, அவ்விதமேதான் அவற்றின் இருதயமும் ஏற்பட்டிருக்கிறது; நமது பற்களைப்போலவே அவற்றிற்கும் இதே வகையில் 32-பற்களே இசைந்திருக்கின்றன; ஜனனேந்த்ரியங்களும் மனிதருக்கிருப்பது போலவேதான் அவற்றிற்கும் ஏற்பட்டிருக்கின்றன; ஜீர்ணகோசங்களிலும் பேதம் ஒன்றும் காணப்படவில்லை.”

என்று சிகாகோ யூனிவர்ஸிடியைச் சேர்ந்த ப்ரொபஸர் J. ஹாவார்ட் மூர் என்பவர் எழுதியிருக்கிறார். மேற்கூறிய பிரமாணத்தினால் மனிதசரீரம் மாம்ஸாஹாரத்தை ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடியதல்லவென்றும், அவ்வாறு இயற்கைக்கு விரோதமாக அதை உபயோகிப்பவர் அதன்மூலமாய் அநேகவியாதிகளை அநுபவிக்கவேண்டி நேரிடுமென்றும் நிச்சயமாக நம்பலாம். (தொடரும்)

JAUNDICE AND ITS TREATMENT.

காமாலையும் அதன் சிகித்ஸையும்.

BY V. S. AIYAN PILLAI, *Vaidyar.*

காமாலை என்னும் ரோகமுண்டாக வேறு காரணங்கள் பல விருந்தாலும், முக்கியமாய்க் குழந்தைகட்குண்டாவது தாய்மார்களின் கெட்ட அப்பியாஸத்தினாலென்றே சொல்லலாம். சில பெண்கள் கர்ப்பந் தரித்தவுடன் மண், சாம்பர், ஓடு, லேசான கற்கள் இவை முதலியவற்றை விசேஷமாகத் தின்கிறார்கள். இவர்களைத் தடைசெய்தாலும் கேளாமல் பிறரறியாதிருக்க மறைந்தேனுந் தின்றே தீர்வார்கள். இந்த ருசியற்ற வஸ்துக்களில் இவர்கட்குண்டாகும் அதிக விருப்பத்திற்குக் காரணம் இவர்கள் வயிற்றிலுதிக்குங் குழந்தைகளின் துரதிர்ஷ்டமே போலும். ஆகவே குழந்தைகளின் அகால மரணத்திற்குத் தாய்மார்களிற் சிலருங் காரணமாகிறார்கள். மண் முதலிய வஸ்துக்களினால் தாய்மார்களின் இரக்தம் கெடும்போது அதனால் வளருங் குழந்தைகள் எவ்விதமாய் ரோகத்திற்குத் தப்ப முடியும்? இப்படிப் பிறந்த குழந்தைகள் தாய்மார்கள் தின்றது போதாதென்று தாமுந்தின்னப் பிரியப்படுகின்றன. இதை அதிகமாய்க் கவனித்து வந்ததில், மற்றக் குழந்தைகளைவிட இந்தத் தாய்களின் வயிற்றிற் பிறந்த குழந்தைகளே அதிகமாய்த் தின்பதாக அனுபவத்தில் அறியப்பட்டிருக்கிறது. இவ்வாறு தாயார்களாலுந் தங்களாலும் உண்ணப்பட்ட கெட்ட வஸ்துக்களால் அன்னாசயம் அழுக்கடைந்து, ஜீர்ணந் தடைப்பட்டு, பித்தங் கதித்து, இரக்தங் கெட்டு மஞ்சணிறமடைந்து போவதால் இந்த ரோகமுண்டாவதாகத் தெரிகிறோம். இதனை மஞ்சட் காமாலை யென்பர். இந்த ரோகம் குழந்தைப் பருவத்தில் அதிகமாகவும் வயது வந்தபிறகு சொற்பமாகவுந் தாக்கி நஷ்டப்படுத்துகிறது. மேற்கண்டவாறு மண் முதலியவற்றைத் தின்றவர்களின் குழந்தைகட்கு அடிக்கடி பேதிக்குக் கொடுத்துப் போஷணையாய் வைத்திருந்தால் அதிகமாய் இந்த ரோகத்தினால் பீடிக்கப்படாமல் அவர்களை ஒருவாறு தப்புவிக்கலாம். ஏழைகள் இவற்றைக் கவனித்து இடையிடையே பேதிக்குக் கொடுக்கவும் குழந்தைகளைப் போஷணையாய்ப் போற்றவும் வசதியில்லாது போவதால், அவர்களின் குழந்தைகள்தான் இந்த வியாதியால் அதிகமாய் மாண்டு விடுகின்றன. இது குழந்தை வயதில் உண்டாவதன்றியும் வாழ்நாளில் எப்போதாவதும் உண்டாகிக் கஷ்டப்படுத்துகிறது. இவ்வாறு இக்காமாலை ரோகங் குழந்தைகட்குண்டாவதன்றியும், வயது வந்தவர்களில் தகரம், பித்தளை, ஈயம், தாமிரமுதலிய உலோகப் புகைபடுந் தேஹிகட்கும், நல்லெண்ணெய், நவஸாரம், தாளகம் இவைகளின் புகைபடுந் தேஹிகளிற் சிலருக்கும், ஸதா உட்கார்ந்தே ஒரு வேலையுமின்றி யிருப்பவர்களிற் சிலருக்கும், பித்தத்தையுண்டாக்கும் வஸ்துக்களையே ப்ரியமாய்ப் புஜிப்பவர்களிற் சிலருக்கும், அளவுக்கு மிஞ்சிய மனோமுயற்சியால் பித்தக் கதிப்புடையவர்களிற் சிலருக்கும் உண்டாவதாகத் தெரிகிறது. இதனைத் தாமதரோகம் தீவிர ரோகமென இருவகையாய்ப் பகுக்கலாம்.

குழந்தைகளுக்கும் பெரியவர்களுக்கும் இந்த ரோகம் மெதுவாகவாவது திடீரென்றாவது உண்டாகிறது. மெதுவாக வ்ருத்தியாகி வருகிற ரோகங்களில் அபாயம் அதிகமாயிராது. திடீரென்றுண்டான ரோகம் அதி சீக்கிரமாய் வ்ருத்தியாவதால் எந்த வயதினர்க்கும் இது அஸாத்திய ரோகமாய் முடிகிறது. மெதுவாய் வ்ருத்தியடையும் ரோகத்தையுங் கவனியாது விட்டிருந்தவர்களிற் பலர் தொந்தரைக்குள்ளாகித்தான் தீரவேண்டும். இந்த ரோகத்தால் பிணியாளிக்குக் கஷ்டமதிகமில்லை.

ஆரம்பத்தில் கொஞ்சம் பசிமந்தம், சொற்பம் கை காலசதி, மூத்திரம் பசுமஞ்சட் சாயல், கண்களும் இதே நிறம்; தேஹசுபாவத்தில் மாறுதலிருப்பதாகத் தனக்காவது பார்க்கும் வைத்தியருக்காவது தெரியாமல் இது ஏமாற்றும் ரோகமாக அநேகரிடம் இருந்து வளருஞ் சுபாவமுடையது. சீக்கிரம் வ்ருத்தியாகும் நிலைமையில் இரவு படுக்கைக்குப் போம்போது தேஹத்தில் எவ்வித மாறுதலுமிராமல் சுகமாயிருக்கும். காலையில் எழுந்தவுடன் பார்த்தால் கால்களின் அடிப்பாகம், கைகளின் உட்பாகம், கண்கள், நகங்கள், நரம்புகள், மூத்திரம் ஆகிய இவை யனைத்தும் பச்சிலை நிறமாய்க் காணப்படும். பார்ப்பதற்கு ஆச்சரியமாகவும் கவலைக்கிடமாகவுமிருக்கும். சொற்ப தினங்களுக்குள் விளக்கொளியும் சூரிய வொளியும் இவ்வொளிகளிற் காணப்படும் எல்லா வஸ்துக்களும் பசுமையாய்த் தோன்றும். இந்த நிலைமையிலும் பிணியாளிக்குச் சிரமமதிகமிராது. இதில் கவனிக்கவேண்டிய முக்கிய விஷயம் என்னவென்றால்: சில காமாலைகள் நெடுநாள் தேஹத்தில் வளர்ந்து வந்து இறுதியில் மூத்திரம், மலம், கண், பார்க்கும் வஸ்துக்கள் இவைகள் பசுமையாய்க் காணப்படும்; இந்த ரோகம் கஷ்டஸாத்தியமே; மேலே சொன்னபடி திடீரென்றுண்டாகுங் காமாலைகளில் எவ்வளவு தீவிரமாய்க் குறிகள் கதித்துக் கண்டாலும் ஆபத்தில்லை யென்பதே. இது சிகித்ஸைக்கு இசைவுள்ளதா யிருக்கிறது. ஆகையின் இதனை ஸாத்திய ரோகமென்று சொல்லலாம். இந்த ரோகமுடைய 6-வயது பையனொருவனையும்-18-வயது பெண்ணொருத்தியையும் நான் சிகித்ஸை செய்து வந்தபோது இவ்விருவர் தேஹத்திலுஞ் சிரங்குகளிருந்தன. அச்சிரங்குகளிலிருந்து வெளிப்படுஞ் சீழும் பசுமை கலந்ததாயிருக்கப் பார்த்து ஆச்சரியப்பட்டேன். ரோக நிதானங்களைப் பற்றி எண்ணிறந்த நூல்கள் இன்னும் புறப்பட்டுக் கொண்டே யிருந்தாலும் வைத்தியர் மனதைப் பூர்த்திப் படுத்த அவைகளால் முடியாது போலும். இந்த ரோகத்தால் பல குழந்தைகள் மாளுவதைக் கருதி எனது அனுபவத்திற் கண்ட இலகுவான சிகித்ஸை யொன்றைக் கீழே வரைகின்றேன்:

ஔஷதம்:—தம்பட்ட அவரை யென்று வழங்குங் கோழியவரையின் ரஸத்தைப் பிழிந்து வடிகட்டி, குழந்தைகட்கு வேளைக்கு அரைச்சங்களவும், பெரியவர்கட்கு ஒன்றரைச் சங்களவும் ஆகக் காலை மாலைதோறும் 6-வேளை கொடுத்து, பசுப்பால் அல்லது தயிர்ச் சாதம் உப்பின்றிப் புஜிக்கச் செய்யவேண்டும். மறுபத்தியம்-3 நாட் காக்கவேண்டும். பாலர்கட்குத் தயிரும், பெரியவர்கட்குப் பாலும் பத்தியத்திற்கு உத்தமம். பத்தியந்தாங்காத தேஹிகள் மறுபத்தியத்தில் உப்பு மாத்திரங் கூட்டிக்கொள்ளலாம். ரோகம் மிக்க மூர்த்தன்யமா யிருக்கும்போது செய்யவேண்டிய சிகித்ஸையும் பத்தியமும் இவ்வாறு ஆகும்.

ஆரம்ப ரோகத்திலும், மூர்க்கங் குறைவாயுள்ள ரோகத்திலும்-3-நாள் தொடர்ச்சியாய் மருந்தைச் செலுத்தாமல், ஞாயிற்றுக்கிழமை காலை மாலைகளில் மருந்தைக் கொடுத்து, அன்று மாத்திரம் பத்தியமாயிருக்கச்செய்து, மறுநாட் காலையில் விளக்கெண்ணெயை ஸ்நானஞ் செய்யச்சொல்லி, இச்சாபத்தியமாய்ப் புஜிக்கச் செய்யவேண்டியது. அடுத்தநாள் தொடங்கிப் பத்தியம் வேண்டியதில்லை. மறு ஞாயி

றன்றும் முன்போலவே மருந்தும் பத்தியமுங் கொள்ளவேண்டும். இவ்விதமே-3-வாரத்தில் ஒவ்வொரு நாள் வீதம் மருந்து சாப்பிட்டுப் பத்தியமும் ஸ்நானமுஞ் செய்துவந்தால் ரோகங்குணப்பட்டு விடும். இம்மருந்து திடீரென்றுண்டாகுங் காமாலை ரோகத்திற்கு வெகு உபயோகமானது. இந்த ரோகத்திற்குப் பல வைத்தியர்கள் குழந்தைகளின் கண்களில் கொடுமையான கல்க்கங்களைத் தீட்டுவதும், கைகால்களில் சூடிட்டும், கொடிவேலி வேரை வைத்துக்கட்டுவதும், இன்னும் பல கொடுமைகளைச்செய்தும் வருவதைக் காண மனம் நடுங்குகின்றது. லேசான ஔஷதத்தால் வருத்தமின்றி ரோகத்தைப் பரிஹரிப்பதை விட்டு, ரோகத்தினும் அதிக தொந்தரையையுண்டாக்குஞ் சிகித்ஸையை விஷயமறியாமல் கையாளும் அநேகம் வைத்திய நேயர்களே அவ்வாறு செய்யாமல் இவ்விதம் சுகமான வழியை யனுஸரித்து சிகித்ஸை செய்யவேண்டுமென்றும் நான் வற்புறுத்திக் கேட்டுக்கொள்கிறேன்.

NOTICE TO CONTRIBUTORS OF ORIGINAL ARTICLES.
விசேஷ வியாஸங்களைப்பற்றிய ஓர் அறிவிப்பு.

1. வைத்தியப் பத்திரிகையினாலுண்டாகும் உபயோகங்களைப்பற்றி "இந்தியாவில் வைத்தியர்களும் வைத்தியப் பத்திரிகைகளும்" என்று மார்கழி மாதத்திய வைத்திய கலாநிதியில் பிரசுரித்துள்ள ஒரு வியாஸத்தை நமது வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் கவனத்துடன் படித்தால் விஷயம் தெரியவரும். மிஸ்டர் வி. எஸ். ஐயன் பிள்ளை மிக அனுபவசாலியான வைத்தியர்; அவர்கள் அப்போதைக்கப்போது தாம் சிகித்ஸை செய்கையில் அறிந்துவரும் அருமையான முறைகளை வெகு புத்தி நுட்பத்துடன் எழுதிவரும் விஷயங்கள் அநேகம் வைத்தியர்களுக்கு எவ்விதத்திலும் நன்மை பயக்கக்கூடியவை யென்று நாம் நம்புகிறோம். தமிழ் நாட்டில் இன்னும் எவ்வளவு வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் இருக்கின்றனர்? அவர்களில் சிலராவது தமது அனுபவத்தில் வரும் வைத்திய ஸம்பந்தமான விஷயங்களை அவ்வாறு வியாஸமாக வரைந்து வைத்திய கலாநிதிக்கு அனுப்புவார்களானால் தம்மைப்போன்ற மற்ற வைத்திய ஸஹோதரர்களும் அறிவில் அனுபவரீதியாய் மேன்மையுற்று, ஆயுர்வேத யூனானி வைத்திய முறைகளும் அதிக சீர்மையடையுமல்லவா? இனியாவது வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் மற்ற ஆங்கில வைத்தியர் முதலானோரும் அவ்விதம் செய்வார்களென்று எதிர் பார்க்கிறோம்.

2. "தாரா கல்பம" என்று மிஸ்டர் என். மாதவமேனன் அவர்கள் எழுதிய வியாஸத்தின் தொடர்ச்சி இம்மாதத்தில் இடமின்மையால் அடுத்த மாதம் சித்திரப்படத்துடன் பிரசுரிக்கப்படும்.

3. முக்கியமான பிழைதிருத்தம்: சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் 123-வது பக்கத்தில் "தாராவிதிக்கு அவசியமான திரவத்தை வைப்பதற்காக ஒரு அண்டா" என்பதற்குப் பதிலாக "தாராவிதியில் ரோகி படுப்பதற்காக ஒரு தொட்டி அல்லது த்ரோணீ" என்று மாற்றிப் படிக்கவும். பிறகு தாராத்ரோணீ என்கிற தலைப்பின்கீழ் "தாராவிதிக்குபயோகமான திரவவஸ்துவை வைப்பதற்கான அண்டாவே தாராத்ரோணீ என்று வழங்கப்படும்" என்பதை "தாராவிதியில் ரோகி படுப்பதற்கான தொட்டியே த்ரோணீ என்று வழங்கப்படும்" என்று திருத்திப் படிக்கவும். அப்பால் அதே பக்கத்தில் கடைசி வரியில் "உயரத்திலும்" என்னும் பதத்தை விலக்கிவிடவேண்டும்.—ப-ர்.

வைத்திய கலாநிதி.

ஆனந்த௵ மாசிமீ.

AYURVEDIC DOCTORS AND THEIR INDISPENSABLE DUTIES.

ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் அவர்களது இன்றியமையாக் கடமைகளும்.

பம்பாயில் ஆங்கிலவைத்தியத்தில் மிகத் தேர்ச்சி பெற்று, பொது நலப்பிரியரென்று மிகவும் புகழ்பெற்ற கனவானான டாக்டர் ஸர் பாலசந்திரகிருஷ்ண அவர்களுடைய வியாஸம் ஒன்று மொழிபெயர்க்கப்பட்டு இந்த ஸஞ்சிகையில் முதற் பக்கத்தில் பிரசுரிக்கப்பட்டிருப்பதை நமது ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்தியர்களும், அவ்வைத்தியங்களில் அல்லது தேசக்ஷேமத்தில் அபிமானமுள்ள மற்றவர்களும் சிறிது ஊக்கத்துடன் கவனிப்பார்களாக. எமது ஸஹோதரர்களான ஆயுர்வேத வைத்தியர்களே! நமது நிலைமை இப்பொழுது எவ்வாறு இருக்கிறதென்று நீங்கள் இன்னும் அறியவில்லையே! இனி இன்னும் எவ்வித ஸ்திதியை நமது வைத்தியமுறை அடையப் போகிறதென்பதையும் நீங்கள் கவனித்தீர்களில்லை. அவ்வாறு கவனித்துவந்தால் நீங்கள் இவ்வாறு சும்மாயிருக்கத் துணியமாட்டீர்களென்பது உண்மை. உங்களுடைய நிலைமை வரவர பரிதவிக்கக் கூடியதாயிருக்கிறது! கண்விழித்துப் பாருங்கள்! ஆயுர்வேதமானது உலகிலுள்ள அகிலவிஷயங்களையும் உள்ளங்கையிலிருப்பதுபோல் எடுத்துக் காட்டக்கூடிய மிக உபயோககரமான அரிய சாஸ்திரமாயிருந்தும், அதை காலகதியென்னும் ஓர் அந்தகாரம் மூடிவருகின்றது. நீங்கள் இன்னும் சிறிது காலம் கண் விழித்து அதன் நிலைமையைக் கவனிக்காமல் விட்டுவிட்டீர்களானால், உண்மையில் அச்சாஸ்திரமுறையை அவ்வந்தகாரத்தினின்றும் மீட்க முடியாதவர்களாய் அதை அடியோடு பறிகொடுத்துவிட்டவர்களாக ஆய்விடுவீர்கள். அப்பால் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களின் கதி என்னவாகும்! அதோகதி தான் என்பதை நீங்கள் நிச்சயமாய் நினைத்துக் கொள்ளுங்கள்! உங்களுக்கு மாத்திரமா அவ்வாறு கஷ்டம் நேரிடுமென்று நினைக்கிறீர்கள்! இவ்வைத்திய முறையையே ஆதாரமாகக்கொண்டு தமது ஆயுளைக் காத்துவரும் இத்தேசத்திய அளவற்ற ஜனங்கள் வைத்திய உதவியில்லாமல் அநேகவிதமான துன்பங்களனுபவிக்க நேரிடும்; வேறுவிதமான வைத்திய உதவி ஏதோ சிறிது கிடைத்தபோதிலும் அதற்காக நமது தேசத்து ஏழை ஜனங்கள் சக்திக்கு மீறி செலவு செய்து இன்னும் எளியவராய் விடுவார்களே!

இந்த ஸந்தர்ப்பத்தில் நீங்கள் மற்றொரு விஷயத்தைப்பற்றி வெகு தீர்க்காலோசனை செய்யவேண்டியிருக்கிறது; அது நமது உயிரைக் காக்கும் சாஸ்திரமான ஆயுர்வேதத்தைப் பற்றிய ஆலோசனையே. ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்தி லடங்கியுள்ள அரும்பொருட்களை உட்புகுந்து ஆராய்ச்சிசெய்து விளக்கிக் காட்ட முன்வராமலிருப்பதால், ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் மேனாட்டுவைத்தியர்களின் எதிரில் வீணே தலைகுனிந்து மறுமொழிகூற முடியாதவர்களாய் விட்டனர். ஆயுர்வேத நூல்களைக் கசடறக் கற்ற உண்மை வைத்தியனாயிருப்பவன் அவ்வாறு தலைகுனியவும் கூடுமோ? ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களை முறைப்படி அனுபவரீதியாகக் கற்று வைத்தியர்கள் தமது அறிவை அபிவ்ருத்தி செய்துகொள்ளாதவரையில் இவ்வித ஸங்கடங்களுக்கு ஆளாவது இயல்பே.

இப்பொழுது ஆங்காங்கு வைத்தியர்களாயிருப்பவர் சில வைத்திய நூல்களைப் படித்தோ, பரம்பரையாய் வந்த அனுபவத்தைக் கைப்பற்றியோ நமது தேசத்தில் ஒருவாறு தொழில் நடத்திவருகின்றனர். நமது ஆயுர்வேதமுறை சீரடைந்து செழிக்கவேண்டுமென்று உண்மையில் நாம் எண்ண முள்ளவர்

களாயிருந்தால், இனியும் இவ்வாறே இரண்டொரு நூல்களைப் படித்து அல்லது பரம்பரை வைத்தியரென்று சொல்லிக்கொண்டு உங்களுடைய சிறுவர்களையும் அவ்வழியை அனுஸரிக்கச் சொல்வதில் சிறிதும் பிரயோஜனமில்லை. இப்பொழுது தொழில் நடத்தும் வயது முதிர்ந்த வைத்தியர்கள் அவ்விதமே நடத்திவந்த போதிலும், இனி இளையவர்களையாவது ஆயுர்வேத வைத்தியத்தைக் கற்பதற்கென்று ஏதேனும் ஆயுர்வேத பாடசாலையில் சேர்த்து சாஸ்திரத்தைப் படித்து அனுபவத்தையும் பெற்று, அதற்கென்று ஏற்படுத்திய பரீக்ஷைகளில் தேறியபிறகு அவர்கள் வைத்தியத் தொழிலை நடத்த வேண்டுமென்று நாம் ஒரு நியமத்தைக் கட்டாயம் ஏற்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும். இதற்குப் பாடசாலைகள் எங்கேயென்று கேட்பீர்கள். இதற்கு விடையளிக்கும்பொழுதுதான் சிறிது கஷ்டம் ஏற்படுகின்றது. ஆரம்பத்தில் தேசமெங்கும் ஒவ்வொரு ஊரிலும் வைத்திய பாடசாலைகளை ஏற்படுத்தவில்லையே என்று நமது வைத்தியர்கள் கேட்பார்கள். ஆரம்பத்தில் அவ்விதம் செய்வது ஸாத்தியமா? ஏதாவது ஒன்றிரண்டு பாடசாலைகள் ஏற்பட்டு அபிமானமுள்ள கனவான்களால் ஆதரிக்கப்பட்டு வந்தால், முதலில் அவற்றில் நமது வைத்தியர்களுக்கு ஏதோ ஒருவாறு அலக்ஷிய புத்தியும், அவற்றின்மேல் வீணில் குற்றங்குறை கூறும் வழக்கமும் நிலைத்திருக்கிறதேயன்றி, தற்காலம் ஏற்பட்டிருக்கும் பாடசாலைகளை அபிமானித்து, அவற்றை நிர்வஹிப்பவருக்கு உதவி செய்து, அவற்றில் இன்னும் அவசியமான ஏற்பாடுகளை நூதனமாக அமைத்து நமது சிறுவர்களையாவது முறைப்படி அவற்றில் சேர்ந்து கல்வி கற்கவிடப் பிரியமுண்டாவது மிகவும் அரிதாயிருக்கின்றதே!

இப்பொழுது சென்னையிலுள்ள ஆயுர்வேத காலேஜானது கூடுமானவரையில் நல்ல வேலை செய்துவருகிறது. வைத்திய சாஸ்திர ஸம்பந்தமான விஷயங்கள் பெரும்பான்மையும் அதில் தகுந்த கல்விமான்களால் முறைப்படி கற்பிக்கப்படுகின்றன. ஸம்ஸ்கிருதம் தெரிந்த மாணாக்கர்களுக்கு இது ஏற்றதென்று சிலர் நினைக்கக்கூடும். ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களே இங்கு முக்கியமாகக் கற்பிக்கப்படுகின்றனவென்றாலும், இப்பொழுது சென்ற இரண்டு வருஷகாலமாய் தேசபாஷைகளிலும் ஆயுர்வேத வைத்தியத்தைக் கற்பிப்பதற்காக நியமங்கள் புதிதாக ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன. தற்காலம் தெலுங்கு பாஷையில் மாத்திரம் தனியாக சில வகுப்புகளில் கல்வி கற்பிக்கப்படுகின்றது. அடுத்த வருஷம் முதல் பெரும்பாலும் தமிழிலும் சில வகுப்புகள் ஏற்படுத்தப்படலாம். ஆனால் தமிழ் நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்கள் இவ்விஷயத்தில் அபிமானம் பாராட்டி வேண்டியவளவு ஸஹாயம் செய்ய முன் வருவார்களானால், இவ்வித காரியம் நன்கு நிறைவேறக்கூடும். மேலும் மைலாப்பூரிலும் காலஞ்சென்ற ஆனரபுல் வி. கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயர் அவர்களால் ஸ்தாபிக்கப்பட்ட ஆயுர்வேத பாடசாலையொன்று சாஸ்திரத்தை முறைப்படி கற்பித்து வருகிறதென்று நமது வைத்தியநண்பர்கள் அறிந்திருக்கின்றனர். முதலில் தென் தேசத்திலுள்ள வைத்தியர்கள் இவ்விரு பாடசாலைகளையும் திரவியத்தாலும் சரீரத்தாலும் ஆதரித்து, தமது பிள்ளைகளையும் அவற்றில் வைத்திய முறைகளைக் கற்க அனுப்பி அபிவ்ருத்தி செய்து வருவார்களானால், பிறகு காலக்கிரமத்தில் ஆயுர்வேதவைத்தியர்களுக்கும் செல்வாக்கு அதிகரித்துவரும்பொழுது வேறிடங்களிலும் அவ்வாறு அதிக வைத்திய பாடசாலைகளை ஏற்படுத்தலாம். பூர்ணமாக இராஜாங்கத்தாருடைய உதவியைப் பெற்று அகிலவிதத்திலும் பலமடைந்திருக்கும் ஆங்கில வைத்திய முறையைக் கற்பதற்கே இப்பொழுது இம்மாகாணம் முழுமைக்கும் ஒரே ஒரு மெடிகல் காலேஜும் இரண்டு மூன்று சிறிய பாடசாலைகளும் மட்டுமே ஏற்பட்டிருக்க, ஆயுர்வேத வைத்தியர் ஆரம்பத்திலேயே ஊரூராய்

வைத்திய பாடசாலைகள் ஏற்படுத்த வேண்டுமென்று கூறுவது மனப்பால் குடிப்பதாயிருக்கிறதேயன்றி, ஏதேனும் காரியம் நிறைவேற வேண்டுமென்கிற எண்ணத்துடன் அவ்விதம் சொல்வதாய் நாம் நினைக்கவில்லை.

நமது வைத்தியர்களுடைய இரண்டாவது கடமையும் ஒன்றுண்டு. நன்றாக யோசித்துக் கூறுவோமாயின் இரண்டாவதாகச் சொல்லப்படும் இவ்விஷயமே நமது தேசத்து வைத்தியர்களின் முற்போக்குக்கு முதற் கடமையெனவும் நிச்சயிக்கலாம். அது நமது ஆயுர்வேத ஔஷதங்களை முறைப்படி சீர்திருத்தி, அவை தேசமெங்கும் ஒரே வகையாக வழங்கக்கூடியவாறு அவற்றை ஒழுங்குக்குக் கொண்டுவரவேண்டும். இப்பொழுது ஒரு வைத்தியர் செய்யும் விதமாகவே மற்றொரு வைத்தியரும் ஔஷதங்களைத் தயார் செய்வதில்லை. அவ்வௌஷதங்களின் குணங்களையும் உபயோகங்களையும் (actions & uses), அளவுகளையும் பற்றி ஒரு வைத்தியரும் ஒரே சீராக வழங்கக்கூடிய நிலைமையில்லையென்று நிச்சயமாகக் கூறுவோம். விஷயம் இவ்வாறிருக்கும்போது கவர்ன்மெண்டாரிடம் நாம் ஸஹாயத்தை எதிர்பார்ப்பது எங்ஙனம்? தென்னிந்தியாவில் வைத்தியர்களும் பொது ஜனங்களும் சேர்ந்து, அநேகம் பங்குகள் சேர்த்து ஒரு பெரிய கம்பெனியை ஏற்படுத்தி, அக்கம்பெனியின் மூலமாய் ஆயுர்வேத ஔஷதங்களைச் செய்வதற்கும், அவற்றின் ஸம்பந்தமான ஆராய்ச்சிகளைச் செய்வதற்கும், அவ்வௌஷதங்களைப் பரிசோதனைசெய்து அவற்றின் அளவு முதலியவைகளை நிர்ணயிப்பதற்கும் ஓர் ஔஷதசாலை ஏற்படுத்துவது மிகவும் இன்றியமையாத விஷயம். அவ்வௌஷதசாலையை ஆயுர்வேத வைத்தியாபிவ்ருத்திக்காக ஏற்படுத்தினாலும், முதலில் இரண்டொரு ஆங்கில வைத்தியம் கற்ற நிபுணர்களை ஆராய்ச்சி வேலைக்காக நியமித்து, அனுபவம் பெற்ற ஆயுர்வேத வைத்தியர்களில் பலரை உத்தியோகஸ்தராகவும் ஏற்படுத்தி, காலவளவில் அவ்வௌஷதசாலையின் காரியங்கள் யாவும் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களாலேயே நிறைவேற்றப்படும்படி அனுபவத்தைக்கொண்டு செய்துவிடக்கூடும். தென்னிந்தியாவிலுள்ள சில வைத்தியர்களும் ஜமீன்தார்களும் சிறிது மனம்வைத்து முயன்றால் இது ஓர் அஸாத்தியமான காரியமல்ல. இவ்வௌஷதசாலை நல்ல வேலை செய்துவருவதாய் அறிந்தால் கவர்ன்மெண்டாரும் ஸஹாயம் செய்ய முன் வருவார்கள். வைத்தியர்கள் இக்கம்பெனியிலிருந்து மிகவும் சுத்தமான ஔஷதங்களைச் சொற்பவிலைக்குப் பெற்றுவரலாம்; இதனால் வைத்தியர்கள் இப்பொழுது ஔஷதம் செய்வதில் செலவிடும் நேரத்தை வேறு விதமாக வைத்தியத் தொழிலில் செலவிடக் கூடுமாகையால், அதனால் அவர்களுடைய வருமானமும் வ்ருத்தியடைய வழியுண்டு. அவர்களுடைய சிரமத்திலும் சிலபாகம் குறையும்.

நண்பர்களான ஆயுர்வேத வைத்தியர்களே! நீங்கள் வைத்தியர்களென்று வெளிவந்து, ஏதோ சில ஔஷதங்களைச் செய்து விளம்பரம் செய்து அவற்றை விற்று ஒருவாறு வயிற்றை நிரப்புவதையே பெரிதாக நினைத்துவிடாதீர்கள்! நமது ஆயுர்வேதம் எவ்விதத்திலும் வைத்திய சாஸ்திரத்திற்கு வேண்டிய ஸகல அங்கங்களுடனும் கூடியதென்று கூறுவதற்கு யாதொரு ஸந்தேஹமுமில்லை. ஆங்கில வைத்தியம் இவ்வளவு செல்வாக்கு அடைந்ததற்கும் ஆதியில் ஆயுர்வேத நூல்களே ஆதாரமாயிருந்தனவென்பதற்கு அநேகம் அத்தாட்சிகள் இருக்கின்றன. அவற்றையெல்லாம் ஸமயம் வாய்த்தபோது விவரமாகக் கூறுவோம். நாம் ஆதரவுடன் அறிவித்த விஷயங்களில் ஆயுர்வேதாபிமானிகள் அனைவரும் கவனம் செலுத்தி, இக்காரியங்கள் நிறைவேறுவதற்கான முயற்சிகளைச் செய்வார்களானால், அதைவிட ஸந்தோஷம் நமக்கு வேறொன்றுமில்லை.

ALL-INDIA VAIDYAK AND UNANI TIBBI CONFERENCE AND EXHIBITION.

அகில-பாரத ஆயுர்வேத யூனானி டிப்பி கான்பரென்ஸும் பொருட்காட்சியும்.

சென்ற ஜனவரி மாதத்தில் கல்கத்தாவில் அகில-பாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸும் பொருட்காட்சியும் நடந்ததென்பது நமது நண்பர்கள் அறிந்த விஷயமே. இந்தியநாட்டில் பண்டைக் காலமுதல் புகழ்பெற்று விளங்கி வந்த ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்திய முறைகள் தற்காலம் மிகவும் செல்வாக்கற்றுப் போயிருப்பதைக் கருதி, முக்கியமாய் சென்னை ராஜதானியில் வைத்தியர் முதலானவர் ஊக்கமற்றிருப்பதை நோக்கி நாம் ஒருபுறம் சிந்தை மேலிட்டவராயிருந்தும், இந்தியாவின் வடபாகங்களில் நமது ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் ஒற்றுமையுடன் இத்தேசத்திய வைத்திய முறைகளை முன்னுக்குக் கொண்டுவர முயற்சிசெய்து வருவதைக் கண்டு ஒருவிதத்தில் மிக்க ஸந்தோஷப்படுகிறோம். வடக்கே பீஹார் மாகாணத்திலுள்ள பங்கிபூர் என்கிற நகரத்தில் இந்த மாதம் 27-ம் தேதி முதல் ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்திய ஸம்பந்தமான ஒரு பொருட்காட்சியும், 28-ம் தேதி முதல் ஒரு பெரிய கான்பரென்ஸும் நடப்பதாக நமது வைத்தியர்களுக்கும் ஹகீம்களுக்கும் நாம் மனமகிழ்ச்சியுடன் அறிவிக்கின்றோம். இக்கான்பரென்ஸ் இப்பொழுது 4-வதுமுறை கூடுகிறது. இவ்வைத்தியப் பொருட்காட்சியை பீஹார்-ஒரிஸா மாகாணத்து லெப்டினெண்ட் கவர்னர் அவர்கள் திறந்து வைத்தார் என்றும், மாட்சிமை தங்கிய தர்பங்கா மஹாராஜா அவர்கள் கான்பரென்ஸுக்கு அக்கிராஸனாதிபதியாக வீற்றிருந்தார்களென்றும் கேள்வியுற நமது வைத்திய நேயர்கள் மிக்கக் களிப்புறுவார்கள். 27, 28-இத்தேதிகளில் நடந்தேறிய விஷயங்களை மட்டும் இதனடியில் சுருக்கமாகக் குறிப்பிடுகின்றோம்:

அகில-பாரத ஆயுர்வேத-யூனானி டிப்பிப் பொருட்காட்சியானது இம்மாதம் 27-உ பீஹார்-ஒரிஸா மாகாணத்து லெப்டினெண்ட் கவர்னர் அவர்களால் திறந்து வைக்கப்படும்போது தர்ப்பங்கா மஹாராஜா பஹதூர், ஹாஜிக் உல் முல்க் பஹதூர், ஹகீம் அஜ்மால் கான், அம்மாகாண கமிஷனரான மிஸ்டர் ஒல்ட்ஹாம், மிஸ்டர் ஜஸ்டிஸ் ரோ, கலெக்டர் மிஸ்டர் ஸ்க்ரூப் இவர்களும், வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் மற்றும் அநேக கனவான்களுமாக சுமார் 100 பேருக்குமேல் அப்பொழுது வந்திருந்தார்கள். கான் பஹதூர் ஸர் பாராஸ் ஹுஸேன் கான் என்னும் கனவான் லெப்டினெண்ட் கவர்னர் அவர்களை வரவேற்று, இந்திய வைத்திய முறைகளைச் சீர்திருத்தி விருத்திக்குக் கொண்டுவரும் எண்ணத்துடன் இவ்விதம் பொருட்காட்சி யொன்று நடத்தப்படுகிறதென்று அதன் நோக்கங்களை அவருக்கு அறிவித்தார். தற்காலம் பொருட்காட்சி முதலிய காரியங்கள் நடத்தப்படுவதற்காகச் செய்துவரும் முயற்சிகளைப்பற்றியும், ஆயுர்வேத-யூனானி டிப்பி கலாசாலை யொன்று ஸ்தாபிக்கப்பட வேண்டு மென்ற ஆலோசனையிலிருந்து வருவதைப் பற்றியும் அவர் விவரித்துக் கூறினார். H. H. ராம்பூர் நவாப், H. H. பீகம் ஆப் போபால், H.H. க்வாலியர் மஹாராஜா, H. H. காசி மஹாராஜா இவர்கள் கலாசாலை ஸ்தாபிப்பதற்கென்று திரவ்யஸஹாயம் செய்திருப்பதைப்பற்றி நன்றி பாராட்டுவதாகவும் அவர் வெளியிட்டார். பிறகு பொருட்காட்சியின் அமைப்பைப்பற்றி ஒரு ரிபோர்டு வாசிக்கப்பட்டது. அந்த ரிபோர்டினால், அப்பொருட்காட்சிக்கு அநேகம் அருமையான வைத்திய நூல்களும், படங்களும், மூலிகைகளும், ஔஷதங்களும், யந்திர-சஸ்திரங்களும் வந்திருந்தனவென்று அறியப்படுகிறது.

பிறகு லெப்டினெண்ட் கவர்னர் அவர்கள் ஒரு ப்ரஸங்கம் செய்தார். அப்பொழுது ஆயுர்வேத யூனானி டிப்பி ஸம்பந்தமான இம்முயற்சியில் மாகாண கவர்ன்மெண்டுக்கும் ஸொந்தத்தில் தமக்கும் அபிமானமிருப்பதாக உறுதி மொழி கூறினார். இவ்வரும் பிரயத்தினத்தில் தமக்கும் கூட்டுறவு இருப்பது தமக்குப் பெருமை யென்றும் குறிப்பிட்டு சில வார்த்தைகள் சொன்னார். பிறகு தர்ப்பங்கமஹாராஜாவும், லெப்டினெண்ட் கவர்னர் அவர்களும் கலெக்டர் முதலானவர்களுடன் கூட பொருட்காட்சியிலுள்ள வஸ்துக்களை யெல்லாம் வெகு ஆவலுடன் கவனித்துப் பார்த்தார்கள். பழைய காலத்தில் பதார்த்தங்களின் தத்துவங்களை ஸூக்ஷ்மமாயறிந்து சாஸ்திரங்களியற்றிய மஹான்களிடம் கௌரவபுத்தியிருக்கவேண்டியது அவசிய மென்று அப்பொருட்காட்சியிலிருந்த வஸ்துக்களைக் கண்டு அவர்கள் நிச்சயித்து அப்பொருட்காட்சியைச் சுற்றிப்பார்த்ததில் மிகவும் திப்ருதியுடைந்ததாகவும் மனதார மொழிந்தனர்.

மறுநாள் (28உ) பங்கிபூரில் பார்வதி ரிபன் தியேடர் என்கிற மண்டபத்தில் ஆனரபுல் தர்ப்பங்கா மஹாராஜா அவர்கள் அக்கிராஸனாதிபதியாய் வீற்றிருக்க, பகல் 11-30-க்குக் கான்பரென்ஸ் ஆரம்பமாயிற்று. அப்பொழுது பீஹாரிலிருந்தும், ஐக்கிய மாகாணங்களிலிருந்தும், பஞ்ஜாபிலிருந்தும், பாடியாலாவிலிருந்தும் நூற்றுக்கணக்கான வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் வந்து கூடியிருந்ததுடன், ஸர் ஆலி இமாம் முதலிய இதர கனவான்கள் பலரும் நடவடிக்கைகளைப் பார்க்க விஜயம் செய்திருந்தனர்.

மஹாராஜா அவர்கள், வைத்தியர்களுக்கு அபூர்வமானதோர் உத்ஸாஹம் உதிக்குமாறு வெகு கம்பீரமாக ஒரு பிரஸங்கம் செய்தார். தன் வந்தரியினாலும் பாக்ரத் என்பவராலும் உலகில் வைத்திய சாஸ்திரம் ஏற்பட்டதால் ஜனங்கள் ஆதிகாலந்தொட்டு அநேகம் பிணிகளிலிருந்தும் தப்பித்துக்கொள்ள நேர்ந்ததென்று அவ்வைத்திய சாஸ்திரங்களின் மகிமைகளை எடுத்துக் கூறினார். அவர் பின்னும் விவரித்து வந்த விஷயங்களின் ஸாராம்ச மென்னவென்றால்:—எந்த வைத்தியமுறையும் வேண்டியவளவு இராஜாங்கத்தாரிடமிருந்தும் பொது ஜனங்களிடமிருந்தும் உதவியைப் பெற்று வந்தாலன்றி மேன்மையடைய வழியில்லையென்று, இப்பொழுதுள்ள வைத்தியர்களுடையவும் ஹகீம்களுடையவும் யோக்யதைகளை அசோக சக்கிரவர்த்தி முதலானவர்களுடைய காலத்திலிருந்த வைத்தியர்களுடைய யோக்யதைகளுடன் சீர்தூக்கிப் பார்த்தால், இப்பொழுதுள்ள வைத்தியர்களிலும் ஹகீம்களிலும் அநேகர் சாஸ்திரதத்துவமறியாதவராகவும் அனுபவமில்லாதவராகவும் காணப்படுகின்றனரென்றும், இராஜாங்கத்தாரால் அங்கீகரிக்கப்பட்டு அவர்களுடைய ஆதரணையைப் பெற்ற ஓர் ஆயுர்வேத ஆஸ்பத்திரியாவது யூனானி ஆஸ்பத்திரியாவது இல்லையே யென்றும் கவலையுடன் பேசினது நம்மால் பாராட்டத்தக்கது. தற்காலம் இராஜாங்கத்தார் இவ்வைத்திய முறைப்படி வைத்தியசாலைகளை யேற்படுத்த சிறிது திரவ்ய ஸஹாயம் செய்ய வேண்டியது அவசியமென்றும், அந்தந்த பிரதானமான இடங்களில் இங்கிலீஷ் ஆஸ்பத்திரிகளைப் போலவே ஸகல அங்கங்களும் அமைந்த ஆயுர்வேத யூனானி ஆஸ்பத்திரிகளை ஸ்தாபித்து, நமது வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் நன்றாக முறைப்படி வேலை செய்து காட்டினால் இன்னும் விசேஷமான ஸஹாயங்களையும் கவர்ன்மெண்டாரிடமிருந்து எதிர் பாக்கலாமென்றும், ஆகவே தகுந்தவாறு வேலைகளைச் செய்ய வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் பிரயத்தினப்படுவது மிகவும் அவசியமென்றும் வற்புறுத்தி மொழிந்தார்.

மிஸ்டர் நாஜிக் உல் முல்கிம் கான் அவர்களும், பாடியாலாவைச் சேர்ந்த பண்டித ராமப்ரஸாத சர்மா அவர்களும் கான்பரென்ஸின் உத்தேசங்களை எடுத்துச் சொன்னார்கள்.

(1) நமது ப்ரிடிஷ் கவர்ன்மெண்டு இம்மஹா யுத்தத்தில் ஜயம் பெற்று, இக்கொடிய யுத்தம் சீக்கிரம் முடிவுக்கு வரவேண்டியதைப் பற்றியும், (2) லக்னோவில் மிகப் புகழ்பெற்ற யூனானி வைத்தியராயிருந்த ஹகீம் ஹபிஜ் அப்துல் வாலி என்கிற கனவான் காலகதியடைந்ததற்காக இக்கான்பரென்ஸ் வருந்துகிறதென்கிற விஷயத்தைப் பற்றியும் (3) பீஹாரிலுள்ள வைத்தியர்களும் ஹகீம்களும் ஒற்றுமையுடன் உழைத்து ஆயுர்வேத-யூனானி முறைகளின்படி வைத்தியத்தைக் கற்பிப்பதற்குக் கலாசாலைகளையும், வைத்தியாப்யாஸம் செய்யும் மாணாக்கர் அனுபவம் பெறுவதற்கும் ஜனங்களுக்கு வைத்திய உதவி செய்து வருவதற்கும் ஏற்ற ஆயுர்வேத-யூனானி ஆஸ்பத்திரிகளையும் ஏற்படுத்துவது மிகவும் முக்கியமென்கிற இவ்விஷயத்தைப்பற்றியும்முதல் நாள் பகலில் மூன்று தீர்மானங்கள் நிறைவேற்றப்பட்டன.

இதைப் பற்றிய மற்ற விவரங்களை மற்றொரு ஸஞ்சிகையில் ஸாவகாசமாகக் கூறுவோம். இந்தியாவில் வட பாகங்களிலேயே இவ்வித விஷயங்களில் வைத்தியர்களுக்கும் ஜனங்களுக்கும் மிகுதியான விச்வாஸமும் உத்ஸாஹமும் ஏற்பட்டுவருகிறது. சென்னை மாகாணத்திலோ, அநேகம் பெயர் மிகவும் மேலுக்குப் பகட்டாகத் தோன்றும் மேனாட்டு வைத்திய முறைகளைக் கண்டு மதிமயங்கி, ஆதியிலிருந்து தமது ஆரோக்கியத்தைக் காக்கவும் பிணிகளைப் போக்கவும் மிக்க உபயோக

மாயிருந்துவரும் நமது வைத்திய முறையை அலக்ஷியம் செய்வதுடன், அவ்விதம் செய்வது தான் நாகரிகத்தனத்திற்கு உள்ள அடையாளமென்றும் கருதுபவராயிருப்பதைப் பார்த்து நாம் வருந்தாமலிருக்க முடியவில்லை. மற்றப் பிரதேசங்களில் நடக்கும் இவ்வித காரியங்களைப் பார்த்தாவது நமது வைத்தியர்கள் தென்னிந்தியாவிலும் தமது வைத்தியாபிவிருத்தியில் கவனம் செலுத்துவாரென்று நம்புகிறோம்.

VACCINATION.

அம்மை குத்துதல்.

ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் ஒரு வயது நிரம்புவதற்கு முன்னமே அம்மை குத்தித் தீரவேண்டுமென்று இந்தியாவில் கட்டாயச் சட்டம் ஏற்பட்டிருப்பதை இப்பொழுது பலர் கண்டிக்கின்றனர். இங்கிலாண்டு, ஜெர்மனி முதலிய நாடுகளில் அம்மை குத்துவது அநாவசியகமென்றும், அதனால் சில தீங்குகளும் ஸம்பவிக்கின்றனவென்றும் சாஸ்திர நிபுணர்கள் அறிந்து, அம்மை குத்தும் முறைக்கு ப்ரதிகூலமான ஸங்கங்களையும் சிலர் ஏற்படுத்தியிருக்கின்றனர். அநேகம் வியாதிகளைத் தடுப்பதற்காக அந்தந்த வியாதிக்குக் காரணமான பதார்த்தங்களைப் புஜித்தோ வேறுவிதமாக தேஹத்திற் செலுத்தியோ, அவ்விஷ பதார்த்தங்களைத் தாங்குவதற் கேற்றவாறு சரீரத்திற்கு ஒருவாறு ஸம்ஸ்காரம் செய்யும் சில உபாயங்களை பூர்வகாலத்தில் ஆயுர்வேத சாஸ்திரஞ்ஞர்களும் அறிந்திருந்தனர். “த்ரவ்யைஸ் தைரேவ வா பூர்வம் சரீரஸ்யாபிஸம்ஸ்க்ருதி:”—(எவ்வித பதார்த்தங்களால் வியாதி ஸம்பவிக்கின்றதோ, அதே பதார்த்தங்களை முன்னதாய் உபயோகப்படுத்தி தேஹத்திற்கு அவற்றை அனுகூலமானவையாகச் செய்து விடுவதும் வியாதிகளைத் தடுக்கும் முறைகளில் ஒன்றும்) என்று வாக்படன் முதலானவர்கள் கூறியிருக்கின்றனர். ஆனால் அவ்விதம் வியாதிகளைத் தடுப்பதற்கென்று வியாதிக்குக் காரணமான வஸ்துக்களை உபயோகிக்கும் வழக்கம் அவ்வளவு யுக்தமல்லவென்று நிச்சயித்து, அவ்வழியை அதிகமாய் அவர்கள் பின்பற்றவில்லையென்றறிகிறோம். குழந்தைகளுடையவும் பெரியோர்களுடையவும் ஆரோக்கியமான தேஹத்தில் வியாதிகொண்ட சீணீரைக் (lymph) குத்திச் செலுத்துவதும், அதற்கென்று ஒரு கட்டாயச் சட்டம் ஏற்பட்டிருப்பதும் சில மேனாட்டுப் பண்டிதருடைய கொள்கைப்படியே அவசியமானவை யல்ல. இதைப்பற்றி “நியூஇந்தியாவில்” ஓர் ஐரோப்பிய கனவான் சில நாட்களுக்குமுன் எழுதி வெளியிட்டிருக்கும் வியாஸத்தை இதனடியில் மொழி பெயர்க்கின்றோம்; அதுவே இதற்குப் போதுமான அத்தாட்சியாகலாம்:

“அம்மை குத்தும் விஷயமா யேற்பட்டுள்ள கட்டாயச் சட்டத்தைப்பற்றி நீங்கள் உங்களுடைய பத்திரிகையில் நேற்றைய 10ல் எழுதியிருந்த நிரூபத்தைப் பார்த்தேன். இந்தியாவில் வருஷந்தோறும் 10,000,000 பேருக்கு கவர்ன்மெண்டு அதிகாரிகளால் அம்மை குத்தப்பட்டு வருவதைப்பற்றி ஸாமானியமான விவேகத்தினால் அறியக்கூடிய சில வார்த்தைகளைச் சொல்ல வெகு ஆவலுள்ளவனாயிருக்கிறேன். கவர்ன்மெண்டார் இவ்விதம் 100 வருஷங்களானாலும் அனைவருக்கும் அம்மை குத்திக்கொண்டே போகின்றனர். வேண்டியவளவு நம்பிக்கை வைத்தே இவ்விதம் செய்யப்பட்டு வருகிறது; ஆனால் இதன் பலனைப் பற்றி சாஸ்திரமுறைப்படி விசாரம் செய்தவரில்லை. வியாதியைத் தடுப்பதற்கு இம்முறை மிகச் சிறந்த உபாயமென்று சிபார்சு செய்யும் சாஸ்திரநிபுணர், அதனாலுண்டாகும் உபயோகத்தையும் தெளிவாக நிரூபிக்கவேண்டியது கடமை; அந்தந்த ஊர்களில் அம்மை பரவி வரும்போது, அம்மை குத்தியவர்களுக்கு அவ்வியாதி வராமலிருந்ததாயென்று ஜாக்கிரதையாக விசாரணை செய்யவேண்டியது அவசியம்; ஆனால் அநேகவிடங்களில் இவ்வாறு விசாரணை செய்யாமலே காரியம் ஏதோ நடந்துவருகிறது. இவ்விஷயத்தை நன்றாக விசாரிக்க முயன்றார்களானால், வியாதியைத் தடுப்பதற்காக அம்மை குத்துவதால் பிரயோஜனமில்லையென்று நன்கு விளங்கும். கிரேட் ப்ரிடனிலும், இடாலியிலும், ஜெர்மனியிலும் இது ஸம்பந்தமாக நன்றாக விசாரணை செய்துவந்ததில் இவ்விதப் பிரயோகத்தினால் அம்மை வராதபடி தடுக்க முடியாதென்றும், இது பிரயோஜனமற்ற காரியமென்றும் அத்தேசத்தோருக்குத் தெரியவந்தது. அவ்விதமாக இந்தியாவிலும் 36-வருஷங்களுக்கு முன் விசாரணை செய்யப்பட்டு வந்ததில் அறிந்துகொண்ட விஷயத்தைப்பற்றி முன்னால் சில ரிபோர்டுகள் வெளியாயிருக்கின்றன. அவற்றைக் கவனித்தோமாயின் சிறிது உண்மை வெளியாகும்.

1879-80 வருஷங்களின் சுகாதார முறைகளைப்பற்றிய ரிபோர்டில் 142-வது பக்கத்தில் ‘இந்தியாவில் அம்மை குத்துவதால் அம்மையென்னும் வியாதி

யைத் தடுப்பது ஸாத்தியமல்ல’ என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. மேலும் பஞ்ஜாப் ராணுவக் கமிஷனுடைய 1879-வது வருஷத்திய ரிபோர்டில் 186-வது பக்கத்தில் ‘இந்தியாவின் மற்றப் பிரதேசங்கள்போலவே பஞ்ஜாபிலும் அம்மை குத்திவந்தும் அப்பெருவாரி வியாதியைத்(அம்மை)தடுக்க முடியவில்லையானதால் அந்த முறை பிரயோஜனமற்றதாகத் தெரியவருகிறது’ என்று குறிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இவ்விஷயத்தை டாக்டர்கள் கவனிக்கவில்லையென்று அவர்கள்பேரில் நாம் பழிகூற வகையில்லாதவராயிருக்கிறோம். உபயோகமில்லாத அல்லது சில ஸமயம் தீங்கு விளைவிக்கக்கூடிய இம்முறையைக் கையாடவேண்டியது அவசியமென்று கட்டாயமாகச் சட்டம் ஏற்படுத்தப் பட்டிருப்பதால், டாக்டர்கள் இதில் குறுக்கிடமுடியாமற் போனதுடன், இவ்விஷயத்தில் அவர்கள் உத்தரவாதமா யிருக்கவேண்டிய கடமையும் ஒருவாறு குறைந்துவிட்டது. மறுபடியும் சொல்லுகிறேன். அம்மை குத்துவது உபயோகமற்ற முறையென்பது மட்டுமல்ல, அது தீங்கு விளைவிக்கக் கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. அம்மை குத்துவதற்காக க்ளிஸரைன் என்னும் பாணியைச்சேர்த்து மஹா சுத்தமென்று பக்குவம் செய்யப்பட்ட அந்த சீணீர் (Pure Glycerinated lymph) என்பது ஸாதாரண சீழையன்றி வேறல்ல; வியாதிகொண்ட ஒரு கன்றின் வயிற்றில் ரோமங்களைச் சிரைத்துவிட்டு நூற்றுக்கணக்கான சிறிய விரணங்களை யுண்டுபண்ணி, அவ்வெளியப் பிராணியின் அவ்வயவத்தில் கொப்புளங்களை யுண்டாக்கி, அவற்றிலிருந்தே இந்த சீணீரென்னும் சீழ் சேகரிக்கப்படுகிறது. அக்கொப்புளங்களைப் பிதுக்கி எடுக்கப்படும் இப்பதார்த்தம் மிகவும் கொடிய விஷப்பொருளென்பது நன்கு நிர்த்தாரணம் செய்யப்பட்ட விஷயமே; ஆகவே மனிதருடைய இரத்தத்தில் அதைப் பிரயோகிப்பதற்கு முன், இந்த சீணீரில் ஜலத்தையும் க்ளிஸரைனையும், சில ஸமயம் கிராம்புத் தைலத்தையும் சேர்த்து அதிலுள்ள விஷப்பொருளைக் குறைப்பதற்காக அது விளாவப்படுகிறது. சில வாக்ஸினேடர்கள் (அம்மை குத்தும் அதிகாரிகள்) க்ளிஸரைன் சேர்ப்பதை ஆக்ஷேபித்து, அதற்குப் பதிலாக லானோலின் என்கிற தைலத்தைச் சேர்க்கலாமென்றும், வேறு சிலர் இவ்விரண்டையுமே ஆக்ஷேபித்து க்ளோரோபாரத்தைச் சேர்த்து விளாவக்கூடுமென்றும் அவரவர்களுக்குத் தோன்றியவாறெல்லாம் கூறுவதுடன், அவ்விதமே செய்தும் வருகின்றனர். இவர்களுள் ஒருவராவது சாஸ்திர முறைப்படி இவ்விதம் விஷப்பொருளை அவரவர் அபிப்பிராயப்படி வேறுவித விஷப்பதார்த்தங்களான க்ளோரோபாரம் முதலியவற்றுடன் கூட்டி அவற்றின் குணகுணங்களைப் பிரத்தியக்ஷத்தில் பரீக்ஷித்தவர் அல்லர்; அவை அவ்வியாதியைத் தடுக்கக்கூடிய சேர்க்கைதானா என்று விசாரித்தவர்களல்ல; ஆனால் பொதுஜனங்கள் என் செய்வர்? அவர்கள் எளியவர்; அவர்கள் இவ்விஷயங்களையெல்லாம் உணராதவர்; பொது ஜனங்களில் பெரும்பாலோர் படிக்கவும் தெரியாதபாமரர்; அந்தந்தப் பிரதேசத்திலுள்ள அம்மை குத்தும் அதிகாரிகள் எவ்வித பதார்த்தங்களைச் சேர்த்துக் கலந்த சரக்கை உபயோகித்துக்கொள்ள உத்தரவு செய்தபோதிலும், அவர்கள் அதற்கு உடன்பட்டுத் தீரவேண்டியிருக்கிறது. இங்கிலாண்டில் 1907-ல் பார்லிமெண்டு மெம்பர்கள் பலர் சேர்ந்து, மனஸ்ஸாக்ஷியின்படி நடக்கவேண்டுமென்று விரும்புகிற ஜனங்களின் நன்மையைக் கருதி (Conscience clause) ஒரு சட்டம் ஏற்படுத்தப் பட்டது. ஆகவே இவ்வித காரியங்களை ஆக்ஷேபிக்கும் கருத்துள்ள ஜனங்கள் ஒரே வருஷத்தில் 300,000-க்கு மேலாகவே முன் வந்து, இதில் விருப்பமில்லாத ஜனங்களைக் கட்டாயப்படுத்துவதும் அவர்களை தண்டனைக்கு உட்படுத்துவதும் பிசகென்று வாதிக்கின்றனர். இந்த 300,000 பேர்களும் அம்மை குத்திக்கொள்ளவேண்டுமென்கிற நிர்ப்பந்தத்திலிருந்து விலக்கப்பட்டார்கள். இப்பொழுது இங்க்லாண்டில் பிறந்த குழந்தைகளில் பாதிக்கும் குறைவான குழந்தைகளுக்கே அம்மை குத்தப்பட்டுவருகிறது. இவ்விதியிலிருந்து விலக்கப்பட்ட மனிதர்களின் எண்ணிக்கை இன்னும் சில வருஷம் இவ்வாறே மேன்மேலும் விருத்தியடைந்து வருமானால், இங்க்லாண்டில் குழந்தைகளுக்கு அம்மை குத்தும் வழக்கம் ஒன்று உண்டென்பதே கிரமமாக மறக்கப்பட்டுவரும்; இங்க்லாண்டில் தற்காலத்திலும், அம்மைகுத்தும் வழக்கம் பெரும்பாலும் கவனிக்கப்படுவதில்லை; நன்கு கவனித்துப் பார்த்தால், அத்தேசம் அனுபவத்தில் இவ்விதிக்கு விலக்கானதே யென்று சொல்லத்துணிவேன்; அங்கு மஸூரிகையென்னும் பெரியம்மை முற்றிலும் உண்டாவதுமில்லை. பல வகையிலும் உயிரைக் காப்பது ஜனங்களுக்கு மிகக் கடினமாயிருக்கும்போது, அவர்களுடைய சுகாதாரத்தைக் காக்க வேண்டிய வழிகள் அநேகம் இருக்க, இராஜாங்கத்தார், ஜனங்களுடைய சரீரத்தில் இளங்குழந்தைப் பருவத்திலேயே விஷப்பொருளை ஏற்றி அவர்களுடைய ஆரோக்கிய ஸ்திதியை நிலைகுலையச் செய்வதற்கான

ஒரு கட்டாயமான சட்டத்தை ஏற்படுத்தியிருப்பது விஸனிக்கத்தக்கது."

இவ்வாறு மிஸ்டர் ஆர்னல்ட் ஃயுப்டன் என்கிற கனவான் எழுதியதை இந்திய ஜனங்களும் கவனித்து, இதில் விருப்பமில்லாத வகுப்பார், தம்மை வீணில் இதற்காக நிர்ப்பந்திக்கக் கூடாதென்றும் இங்க்லாண்ட் முதலான தேசங்களில் இது விஷயமாய் ஜனங்களுக்குக் கொடுத்திருக்கும் ஸ்வாதந்த்ரியம் தமக்கும் அவசியமென்றும் கவர்ன்மெண்டைக் கேட்டுக் கொள்வது உசிதம்.

CORRESPONDENCE.

பொதுக்கடிதங்கள்.

[இத்தலையங்கத்தின்கீழ் வைத்தியர் முதலானவர்கள் எழுதும் பொதுக்கடிதங்களும், ஸந்தேஹ வினாக்களும், அவற்றிற்கு விடைகளும், மற்றும் வைத்தியர்கள் அவரவரது அனுபவத்தில் வரும் விஷயங்களைப் பற்றி வரையும் குறிப்பு முதலானவைகளும் அப்போதைக்கப்போது பிரசுரிக்கப்படும்.—ப-ர்.]

1. மூத்திர ரோகங்களில் பூசுணிக்காய்.

ஐயா,

கலாநிதியின் மற்ற ஸஞ்சிகைகளைப் போலவே பிப்ரவரி மாதத்திய ஸஞ்சிகையையும் படித்து மகிழ்ந்தேன். அந்த ஸஞ்சிகையில் 'ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்' என்கிற தலைப்பின்கீழ் பூசுணிக்காயைப்பற்றி எழுதியிருந்த நிரூபத்தை மிக்க ஆவலுடன் படித்தேன். ஆனால் டாக்டர் ஏ. காகௌஸ்கி கூறும் பூசுணிக்காய் எதுவோ அதை அறிய விரும்புகிறேன். பெரும்பூசுணி, சாம்பர்ப்பூசுணி என்று இருவகைப் பூசுணிக்காயுண்டு. சுரைக்காயைக் கூட மேனாட்டார் வெண் பூசுணிக்காய் (White pumpkin) என்று வழங்குகிறார்கள். ஆகவே மூத்திரரோகம் முதலியவற்றில் எந்த பூசுணிக்காயை உபயோகிக்க வேண்டும்? உபயோகிப்பது எவ்விதம்?

D. ஆதிமூர்த்தி.

விடை:—அந்த நிரூபத்தில் குறிக்கப்பட்டுள்ள பூசுணிக்காய் கல்யாணயப் பூசுணிக்காயென்று வழங்கப்படும் சாம்பர் நிறமான பூசுணிக்காயே யாம். "வல்லீ பலாநாம் ப்ரவரம் கூஷ்மாண்டம் வாதபித்தஜித்" என்றும், "கூஷ்மாண்டம் ப்ரவரம் வதந்திபிஷஜ:" என்றும் அவ்வியாஸத்தில் எடுத்துக் கூறப்பட்டுள்ள ஸம்ஸ்கிருதபத்தியங்களில் கூஷ்மாண்டம் என்கிற பதம் குறிப்பிடத்தக்கது; கூஷ்மாண்டம் என்பதை சாம்பர்ப்பூசுணிககா யென்றே கூறுவர். மூத்திர ரோகங்களிலும், பலஹீனத்திலும் கூஷ்மாண்டமென்னும் கல்யாணப் பூசுணிக்காயையே வைத்தியர்கள் உபயோகிப்பது முறை. எந்த ரோகங்களில் உபயோகிக்கலாமென்றும், எவ்வாறு உபயோகிக்கவேண்டுமென்றும் முன் ஸஞ்சிகையிலேயே விவரமாக நிகண்டு முதலானதைக் கொண்டு விஷயங்கள் நிரூபிக்கப்பட்டிருக்கின்றன.—ப-ர்.

2. மாக்ஷிகதாது.

ஐயா,

(1) மாக்ஷிகதாது என்னும் சரக்கு பொன்னிமிளைதானா? (2) அதன் குணங்களென்ன? (3) அது விஷமா? (4) அதன் சுத்திமுறை என்ன? இக்கேள்விகளுக்கு தயவுசெய்து விடையளிப்பீர்களென்று நம்புகிறேன்.

எஸ். வி. பிள்ளை.

விடை:—(1) மாக்ஷிகதாது என்பது ஸ்வர்ண மாக்ஷிகம் தாரமாக்ஷிகம் என்று இரண்டு விதம்; இவ்விரண்டும் முறையே தமிழில் பொன்னிமிளை வெண்ணிமிளை என்று வழங்கப்படும். எவ்விடத்தில் இவ்விரண்டு வகைகளில் எதையாவது ஒன்றைக் குறிப்பிடுக் கூறாமல் 'மாக்ஷிகதாது' என்று மட்டும் பொதுவாகக் கூறப்படுகிறதோ அவ்விடத்தில் அதற்குப் பொன்னிமிளை என்றுதான் பொருள்கொள்ளவேண்டும். (2) சிறந்த ரஸாயனமென்றும், மூத்திரரோகம், அர்சஸ் என்னும் மூலம், சோபை யென்னும் சோகை இந்த ரோகங்களில் நற்பயன் விளைவிக்கக்கூடியதென்றும் கூறப்படுகிறது. இதற்கு ஸ்தம்பகம் என்கிற குணம் விசேஷமாயுண்டு. ஆகவே இரத்தப்பெருக்கு முதலியவற்றைத் தடுப்பதற்கு ஸாதாரணமாய் இதை உள்ளுக்கும் வெளியில் விரணங்களுக்கும் உபயோகிப்பது வழக்கம். (3) ஒரு விதத்தில் இது விஷமே; நன்கு சுத்தி செய்த மாக்ஷிகதாதுவின் பஸ்மத்தை இரண்டு குஞ்ஜாப் பிரமாணம் (சுமார் இரண்டு குன்றுமணி யெடை) உபயோகித்தால் விஷத்தன்மை இராது. (4) மாக்ஷிகதாதுவை சிறு துண்டுகளாக்கி, ஒரு வஸ்திரத்திற்கட்டி, ஒரு பாத்திரத்திற்குள் ஆமணக்கெண்ணெயில் தொங்கவைத்து ஒரு யாமகாலம் சிறுகத் தீயிட்டுக் காய்ச்சினாலும், அல்லது வாழைத்தண்டின் சாற்றில் அவ்வாறு செய்தாலும் அது சுத்தியாகும். த்ரிபலையைக் கஷாயமிட்டு, அக்கஷாயத்திலும் ஆமணக்கெண்ணெயில் செய்ததுபோலவே சுத்தி செய்யலாம்.—ப-ர்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

சுண்ணாம்பு.

மருந்தென்னும் முறையில் சுண்ணாம்பு மிகவும் உபயோகமான சரக்காகக் கருதப்படுகிறது. வயிற்றில் புளிப்பு அதிகரித்து வருத்தப்படவேண்டி நேரிடும்போது சுண்ணாம்புத் தெளிவு நீர் அப்புளிப்பை அடித்து அமைதியைத் தரக்கூடியது; ஒரு பலம் சுண்ணாம்பு நீற்றில் இரண்டு படி ஜலம் சேர்த்து கெட்டியான மூடியுள்ள ஒரு புட்டியில் விட்டு, சிறிதுநேரம் கழித்து, அப்புட்டியை இரண்டு மூன்று நிமிஷம் வரையில் நன்றாகக் குலுக்கி, கரையாமலிருக்கும் சுண்ணாம்புப்பொடிகள் அடியில் முற்றிலும் படியும் வரையில் புட்டியை ஓரிடத்தில் அசையாமல் வைத்திருந்து, பிறகு மேலே தெளிவாக நிறமற்று நிற்கும் ஜலத்தைமட்டும் மற்றொரு புட்டியில் வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும்; இது சுண்ணாம்புத்தெளிவுநீர் செய்யும் முறையாகும். சுமார் 12-மணி ஸாவகாசமாவது கழித்து எடுத்தால் சுண்ணநீர் சுத்தமாயிருக்கும். நெருப்புப்பட்டு வெந்துபோன அவயவங்களின் எரித்தலைத் தணிப்பதற்கும், அந்த விரணத்தை ஆற்றுவதற்கும் இது உபயோககரமானது. அவ்வித ஆபத்தான ஸமயங்களில் சுண்ணாம்புநீர் அதிகமாகத் தெளியவேண்டுமென்று எதிர்பாராமல் சுமார் அரைமணி நேரம் தெளியவைத்து அந்த நீரை உபயோகிக்கலாம். இந்த நீரை 1 முதல் 3 அவுன்ஸ்வரையில் உட்கொள்வதற்கும் உபயோகிக்கலாம். இரைப்பையில் புளிப்பு அதிகரித்தல், நெஞ்செரிவு, அஜீர்ணம், அதிஸாரம், வாந்தி, சில குன்மவியாதிகள், விஷகுணமுள்ள தாதுப்பொருட்கள் குடலிற் சேருவதாலுண்டாகும் கெடுதி இவற்றில் உபயோகிக்க இது பெயர்போன ஔஷதம். ஜனனேந்த்ரியங்களிலுண்டாகும் எரித்தல், மூலைக் காம்பிலுண்டாகக்கூடிய புண்கள், நெருப்பு முதலியதாலான எரித்தல், பெரும்பாடு இவற்றில் மேலுக்குக் கழுவும் நீகாகவும் இதை உபயோகிக்கலாம். இளங் குழந்தைகளுக்கு அஜீர்ணரோகங்களில் பாலுடன் கலந்து இதைப் போட்டுவது நலம். ஆனால் ஒரு தேக் கரண்டியளவு உபயோகிக்கலாம்.

வேட்பாலை.

இந்த மரத்தினுடைய வேரின் பட்டைக்கும் கிளைகளின் பட்டைக்கும் சீதபேதியைப் போக்கும் குணமுண்டு. இதன் பட்டைகளைக் கஷாயமிட்டு, அதில் சொற்பப் பிரமாணம் அபினியையும் சேர்த்து வெகு தீவ்ரமான சீதபேதியிலும் இரண்டு மூன்று மணிக்கு ஒரு முறையாக இரண்டு அவுன்ஸ் வீதம் உட்கொள்ளக் கொடுப்பது நலம். வெட்பாலையின் விதைகளையும் (இவற்றையே வெட்பாலரிசி என்பார்கள்) முன்போல் கஷாயமிட்டு உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். இதன் வித்துகளுக்கு ஸ்தம்பகம் (astringent), ஜ்வரஹரம், ப்ரவாஹிகாஹரம் (anti-dysenteric), க்ருமிஹரம் என்கிற குணங்கள் உண்டு.

விஷ்ணுக்ராந்தி.

இது தரையோடு கொடிகொடியாகப் படரும் ஒரு பூண்டு; இதன் புஷ்பங்கள் வெண்மையாகவாவது நீலநிறமாகவாவது இருக்கும்; இந்தியாவில் வறட்சியான பிரதேசங்களிலெல்லாம் இதைப் பெரும்பாலும் காணலாம். நீலநிறமான புஷ்பங்களுடன் கூடிய செடிகள் விஷ்ணுக்ராந்தி என்றும், வெளுப்புப் புஷ்பங்களையுடைய செடிகள் சூர்யக்ராந்தி என்றும் வழங்கப்படுகின்றன.

இப்பூண்டு ஜ்வரஹரமாகவும், பல்யமாகவும் (tonic) விசேஷமாய் உபயோகிக்கக்கூடியது. வயிற்றிலுண்டாகும் அஜீர்ணம் முதலிய கோளாறுகளைப் போக்கவும் இதன் கஷாயம் முதலியவற்றை உபயோகிப்பதுண்டு. இதன் இலைகளையும் புஷ்பங்களையும் சுத்தமாய் ஆய்ந்தெடுத்து, ஒரு பலம் இலைக்கு $\frac{1}{4}$ பலம் மிளகும் ஜீரகமும் சேர்த்து நன்றாக அரைத்து, சுண்டைக்காயளவு மாத்திரையாகச் செய்து உலர்த்தி, தினத்திற்கு மூன்று முறை உபயோகிக்கலாம். யூனானி வைத்தியர்கள் மூளையையும் ஞாபகசக்தியையும் இது பலப்படுத்துந்தன்மையதென்று கூறுகின்றனர். இதற்கு ஸ்தம்பகுணம் (astringent) உண்டு; ஆகவே தேஹத்திற்குள் ஸம்பவிக்கும் இரத்தப்பெருக்குகளைத் தடுப்பதற்கு இதை உபயோகிக்கலாம். இதன் இலைகளை நிழலிலுலர்த்தி தூமவர்த்திகள் (சுருட்டுகள்) செய்து, நாட்பட்ட மார்ச்சளியிலும், ச்வாஸகாஸரோகத்திலும் புகைபிடிக்கக்கூடும்.

சுதேச ஔஷதச்சரக்குகளும் யுத்தமும்.

இப்பொழுது ஜெர்மனியிலிருந்து ஸால்வார்ஸன் முதலிய அநேக ஔஷதங்கள் வராமல் நிறுத்தப்பட்டபடியால், ஐரோப்பிய யுத்த ஸம்பந்தமாய் இத்தேசத்திய ஔஷதச் சரக்குகளின் தன்மைகளைப் படித்தறியவும், அவற்றைப் பிணியாளிகளுக்கு உபயோகிக்கவும்

இது தகுந்த ஸமயமாகக் கருதப்படுகிறது.—Practical Medicine.

குடல்விரணங்களில் அயோடைன்.

இரைப்பையிலாவது குடலிலாவது ஏதாவது விரணங்கள் உண்டாயிருந்தால் அவற்றை ஆற்றுவதற்கும் அவற்றிலடங்கிய தோஷங்களைப் போக்குவதற்கும் டிஞ்சர் அயோடைன் என்பது எடுத்த ஔஷதமாகும் என்று நாட்டென் ஹாம் என்கிற கனவான் கூறுகிறார். ஸந்நிபாதஜ்வரத்தினால் (typhoid fever) வருந்திய ஒருவனுக்கு அடிக்கடியும் குடலிலிருந்து இரத்தப் பெருக்குடன் பேதியாய்க்கொண்டிருந்த போது அபினியையும், எர்க்காடின் என்கிற உப்பையும், வேறு விதமான ஸ்தம்பந ஔஷதங்களையும் வேண்டியவளவு உபயோகித்துவந்தும் குணமுண்டாகாமற் போய்விட, டிஞ்சர் அயோடைன் என்னும் திராவகத்தை 1?-நாட்களளவும் தொடர்ந்து உட்கொள்ளச்செய்து வந்ததில், பிணியாளி அக்கஷ்டத்திலிருந்து நிவ்ருத்திபடைந்தான். ஸாதாரணமாகக் குடல்களிலுண்டாகும் விரணங்களையும், ஸந்நிபாதத்தினால் ஸம்பவிக்கும் ஜ்வராதிஸாரத்தையும் போக்குவதற்கு இது ஏற்ற ஔஷதமென்று நாட்டென் ஹாம் என்பவர் அபிப்பிராயப்படுகிறார்,—Monthly Cyclopedia.

சீமை இலந்தை அல்லது ஆபிள்.

அஜீர்ணரோகத்தில் ஆபிள் என்னும் சீமை இலந்தை சிறந்த ஆஹாரமாகும்; ஆனால் அதை இரண்டொரு நாட்கள்மட்டும் உபயோகிக்கலாமே யன்றி, அதையொன்றையே அநேக நாட்கள்வரையில் உணவாக உபயோகப்படுத்துவது சரியல்ல; ஆகிலும் ரொட்டி, வெண்ணெய் இவற்றோடுகூட சாப்பிட்டுவர இது வெகு உயர்ந்த உணவுப்பொருளென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. புதிய ஆபிள்களை நன்றாக மென்றுச் சாப்பிட்டுவந்தால் சரீரத்திற்கு நல்ல ஆரோக்கியத்தை யுண்டுபண்ணும். கடித்து மெல்லுவதற்குப் பல்லில்லாதவர்கள் ஆபிளைச் சமைத்தும் புஜிக்கலாம். அஜீர்ணரோகிகளுக்கு இது உணவாகவும் ஔஷதமாகவும் உபயோகப்படும்:—Good Health.

புளியாரை.

இது தோட்டங்களிலும் மற்றும் வெளிப்புறங்களிலும் படர்ந்து வளரும் ஒரு கொடி. இதை சிலர் துவையல் அரைத்து உபயோகிப்பது வழக்கம். இது ஒருவாறு புளிப்பாயிருப்பதால், எலுமிச்சம் பழத்திற்கும் புளியம்பழத்திற்கும் பதிலாக இதை உபயோகிப்பதுண்டு. இதன் புஷ்பம் மஞ்சளாகவும் சின்னஞ்சிறியதாகவும் இருக்கும்.

இதன் இலைகளுக்கு சரீரத்தைக் குளிரச் செய்யுங் குணமும், கப்பல் யாத்திரை செய்பவருக்குண்டாகும் ஒருவித இரத்த பித்த ரோகத்தைப் போக்கும் தன்மையும் உண்டென்று வெகு நாட்களாகவே கருதப்பட்டுவருகிறது. குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் சீதபேதியைப் போக்குவதற்கு இது ஏற்ற ஔஷதச்சரக்காகும். பாலுண்ணி, சர்மத்தின்மேல் உண்டாகும் அவ்விதமான இதர சதை வளர்ச்சிகளையும் போக்க இது நல்ல சரக்கு என்றும் சொல்லப்படுகிறது. மேலுக்கு உபயோகித்தும், ஊமத்தை முதலியவற்றிற்குள்ள விஷத்தன்மையை அடக்க உள்ளுக்கு இதையே முறிவாகவும் உபயோகிக்கலாம்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

வைத்தியர் மிஸ்டர் K. S. துரைஸ்வாமி பண்டிதருக்கு ஓர் பரிசளிப்பு.

கும்பகோணத்தில் இம்மாதம் 20உ ப்ரம்மவித்யா லாட்ஜ் மண்டபத்தில் ராவ்பகதூர் V. K. இராமானுஜாசாரியர் அவர்களுடைய அக்கிராஸனத்தின் கீழ் அவ்வூரிலுள்ள அநேகம் கனவான்கள் ஒரு ஸபை கூடி, அங்கு வைத்தியம் செய்வதில் மிகத்திறமைசாலியென்று பெயர் பெற்றுவரும் மிஸ்டர் S. K. துரைஸ்வாமி பண்டிதர் அவர்களுக்கு மேற்படியாருடைய ஸாமர்த்தியத்திற்காக ஒரு தங்கப்பதக்கமும் தங்கச் சங்கிலியும் பரிசளிக்கப்பட்டதாக அறிய நாம் ஸந்தோஷப்படுகிறோம்; மிஸ்டர் துரைஸ்வாமி பண்டிதர் அவ்வூரிலுள்ள அநேகம் ப்ரமுகாளுடைய குடும்பங்

களில் சிலருக்கு நேரிட்ட கஷ்டஸாத்தியமான வியாதிகளை வெகு புத்திநுட்பத்துடன் ஸ்வஸ்த்தம் செய்ததைக் கருதி, அக்கனவான்கள் வெளிப்படையாக நமது வைத்தியரிடம் தமது மனப்பூர்வமான ஸந்தோஷத்தையும் நன்றியையும் அறிவித்து இவ்வாறு செய்தது தமிழ் நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்கள் மெச்சத்தக்கது. துரைஸ்வாமி பண்டிதர் அவர்கள் சுதேசவைத்தியத்திற்காக அபிமானத்துடன் உழைக்கக்கூடிய தன்மறுப்புள்ள வைத்தியராவர். அந்த ஸமயம் ஸப்ஜட்ஜ் மிஸ்டர் A. S. பால சுப்பிரம்மணிய ஐயர்; ராவ் பஹதூர் N. கிருஷ்ணஸ்வாமி ஐயங்கார், ஹைகோர்டு வக்கீல், டிஸ்ட்ரிக்ட் முன்ஸிப் P. S. ஸீதாராமய்யர், தாசில்தார் மிஸ்டர் A. ஸ்ரீநிவாஸ ஐயங்கார், பென்ஷன் டிப்டிகலெக்டர் மிஸ்டர் ரங்கஸ்வாமி ஐயங்கார், மிஸ்டர் P. அருளானந்தம்பிள்ளை முதலிய கனவான்கள் பலர் வந்து கூடியிருந்தனர்.

பஞ்சமர்களுக்கு ஓர் ஆயுர்வேத தர்ம வைத்திய சாலை.

திருப்பத்தூரில் மிஸ்டர் P. வரதராஜுலு நாயுடு அவர்கள் பஞ்சமர்களுடைய உதவிக்காக ஓர் ஆயுர்வேத தர்மவைத்தியசாலையை நூதனமாய் ஸ்தாபித்திருப்பதாய் அறிய ஸந்தோஷப்படுகிறோம். இது எவ்விதத்திலும் சிறந்த தர்மமே. பஞ்சமர்களுக்கென்று கிணறுகளும் குளங்களும் வெட்டப்படுவது பெரிய தர்மமென்று நினைத்து அவ்விதம் சிலர் செய்துவருகின்றனர்; அவர்களுக்கு வைத்தியம் செய்வதற்கென்று வைத்தியசாலை ஸ்தாபிப்பது அதினும் மிகச்சிறந்த தர்மமாகும்; ஏனெனில்: அவர்களுக்கு அருகிற்சென்று, அவர்களைப் பரிசித்து வைத்தியம் செய்ய வேண்டியிருக்கிறது. அவ்விதம் செய்ய உயர்குலத்தவரான பெரும்பான்மையோருக்கு மனமொப்பாது. மிஸ்டர் நாயுடு அவர்களுக்கு இவ்வித தர்மகாரியம் செய்ய யோசனைதோன்றியது மிகவும் பாராட்டத்தக்கதே. இவர் வெகு நாட்களாகவே பஞ்சமர்களுக்கு இலவசமாக வைத்தியம்செய்து வருவதாகவும், அவர்களுக்கென்று ப்ரத்தியேகமாக இப்பொழுது வைத்தியசாலை ஏற்படுத்தியதாகவும், அதற்காக ஒருகட்டடம் கட்டவேண்டியிருப்பதால் பொதுஜனங்கள் அவரவர்களால் இயன்றவளவு அதற்கு உதவிசெய்ய முன்வருவார்களானால் மிகவும் தர்மமாயிருக்குமென்றும் அவர் கேட்டுக்கொள்கிறார். உதவிசெய்ய விரும்புபவர் "வைஸ் ப்ரொவிடெண்ட், கோவாபரேடிவ் அர்பன்பாங்க் லிமிடெட், திருப்பத்தூர்" என்கிற அட்ரஸ்ஸுக்கு பஞ்சமர்களுடைய வைத்தியசாலையின் பெயரால் அனுப்பலாம். தொகை எவ்வளவு சொற்பமாயிருந்தபோதிலும் ஸந்தோஷத்துடன் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்,

மனிதனுடைய பார்வையைப் பசுமையாக்கும் புண்.

இப்பொழுது ஐரோப்பாவில் நடந்துவரும் மஹாயுத்தத்தில் சாயப்பட்ட ஒரு ஸோல்ஜருடைய கண் பார்வை ஒரு வாறு விசித்திரமாக மாறுதலடைந்தது. அந்த ஸோல்ஜருடைய நெற்றிக்குள் ஒரு குண்டு புகுந்து, அவனைக் கொல்லாமலும், அவனுக்கு வேறு விதமான எந்த ஸங்கடத்தையுமுண்டு பண்ணாமலும் தலையினுள் பாய்ந்து பின்புறமாக வெளிவந்து விட்டது. ஆனால் அவனுக்கு நேர்ந்த விசேஷமான கெடுதியென்ன வென்றால்—"என்னைச் சுற்றிலும் நான் பார்க்கும் எல்லா வஸ்துக்களும் எனக்கு இலைப் பசுமை நிறமாகக் காணப்படுகின்றன" என்று அவன் கூறுவதேயாம். அவன் தங்கியிருந்த ஆஸ்பத்திரிக் கூடாரம் முதலிய எல்லாப்பொருட்களும் பச்சை நிறமாகக் காணப்படுவதென்பதைத் தவிர்த்து அவன் வேறு விதமாய் எந்த கஷ்டத்தையும் அனுபவிப்பதாய் அறியப்படவில்லையென்றும், அவன் மூளை மிகக் குலுங்கி, அதனால் அவனுடைய பார்வையும் இவ்வாறு ஒருவித கோளாறடைந்ததாகவும், மண்டைக்குள் உண்டானபுண்ணால் அவனுடைய திருஷ்டியில் பசுமை நிறம் தவிர மற்ற நிறங்கள் புலப்படாதவாறு ஒருவித மாறுதல் ஸம்பவித்திருக்க வேண்டுமென்றும் டாக்டர்கள் அபிப்பிராயப்படுகின்றனராம். வைத்திய சாஸ்திர ஸம்பந்தமான விசித்திரங்களுக்கும் அளவுண்டோ.!

குழந்தைகளின் மரணவிகிதத்தைக் குறைக்க ஒரு ஸங்கம்.

இரங்கூனில் குழந்தைகள் மிதமிஞ்சி மாண்டுபோவதைத் தடுப்பதற்கேற்ற உபாயங்களைக் கையாண்டு ஜனங்களுக்கு நன்மைசெய்ய வேண்டுமென்று, சென்ற வருஷம் ஜூலை மாதத்தில் ஒரு ஸங்கம் ஸ்தாபிக்கப்பட்டது. சென்ற 9-மாதங்களாக அது சில வேலைகளைச் செய்து வந்ததில் இப்பொழுது அந்த ஸங்கம் நன்கு நிலைபெற்று, அதற்காகத் திரவ்யமும் சேர்க்கப்பட்டுவருகிறது. தற்காலம் நான்கு தாதிகள் அந்த ஸங்கத்தாரால் பொது ஜனங்களுடைய நன்மைக்கென்று நியமிக்கப்பட்டிருக்கிறார்கள். ஒவ்வொரு தாதிக்கும் மாதம் ஒன்றுக்கு 100 ரூபாய்விதம் செலவு

செய்யப்பட்டு வருகிறது. ருனிவிபாலிடியார் மாதம் ஒன்றுக்கு 400 ரூபாய் உதவிசெய்து வருகின்றனர். சந்தாத் தொகையும் சேர்ந்து வருகிறது. லோகல் கவர்ன்மெண்டும் சீக்கிரத்தில் தகுந்த ஸஹாயம் செய்யுமென்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. சென்னையிலும் 'லேடி ஆம்ப்தில் நர்ஸிங் இன்ஸ்டிட்யூட்' என்று ஒரு ஸ்தாபனம் ஏற்பட்டு ஏதோ காரியம் செய்துவருகிறது. அந்த ஸ்தாபனம் ஏற்கனவே ஸகல ஸௌகர்யங்களுடனும் வாழும் செல்வாக்குள்ள கனவான்களுடைய குடும்பங்களுக்கு உபயோகமாயிருக்கிறதேயன்றி ஸாதாரண ஜனங்களுக்கு ஒருவித ஸஹாயமும் செய்வதாய் அறியப்படவில்லை. பொது ஜனங்களுக்கும் அந்த ஸங்கம் இரங்கூன் ஸங்கத்தைப்போல் ஏன் உதவக்கூடாது?

வாழைப்பழம் வெகு சிறந்த உணவு.

இந்தியாவின் மேற்கு ஸமுத்திரக் கரைகளில் வருஷந்தோறும் வாழை அதிகமாகப் பயிராக்கப்பட்டு வந்தும், அதன் பழங்கள் உணவு வகைகளுள் உத்தமமானவை யென்பதைமட்டும் அறிந்தவர் வெகு சொற்பம். மிகப் புகழ்பெற்ற ஒரு ஆங்கில வைத்தியர் இக்கனிகளில் இயற்கையில் சேர்ந்துள்ள பௌதிக பதார்த்தங்களைப் பரிசோதனை செய்து பார்த்ததில் அவர் இவ்வாறு அபிப்பிராயப்படுகின்றார்: "இப்பழம் நன்றாகப் போஷிக்கும் குணமுடைய வெகு சிறந்த உணவென்று நிச்சயிக்கப்பட்டது. இது மிக எளிதில் ஜீர்ணமாகக் கூடியது; மற்ற உணவுப் பொருட்களைப் பார்க்கினும் வெகு சீக்கிரத்திலும் ஜீர்ணமாய் விடுகிறது.

	ஜீர்ணமாவதற்கான நேரம்
பொரித்த மாட்டிறைச்சி	3-மணி 20-நிமிஷம்
ஸாதாரண ரொட்டி	2-மணி 30-நிமிஷம்
சீமையிலந்தை (ஆபிள்)	2-மணி 30-நிமிஷம்
வாழைப்பழம்.	1-மணி 45 நிமிஷம்

வாழைக்கனியின்மேல் ஆவரணமாயுள்ள அதன் தோல் மிகவும் கனமாயிருப்பதால் அப்பழத்தில் வெளியிலிருந்து எத்தோஷமும் ஸம்பந்திக்க முடியாது; ஆகவே தோலை நீக்கியவுடனே அதனுள் ஏதாவது மலினமான பதார்த்தங்கள் சேர்ந்திருக்குமென்கிற பயமில்லாமலே அதை வெகு ருசியுடன் புஜிக்கலாம்; கொட்டை கோதுகளும் அதிலில்லாததால் உணவுக்கு எவ்விதத்திலும் ஏற்றது வாழைப்பழமே யென்று நிச்சயிக்கலாம்.

குழந்தைகளைச் சீரழியாமற் பராமரித்தல்.

பெரும்பாலோர் தமது குழந்தைகளுடைய வீணெண்ணெங்களையும் சாபல்யங்களையும் அதிகமாய் அபிமானித்து அளவுமீறி அவற்றைப் பாராட்டுவதால் அவற்றின் தன்மைகளை மிகவும் சீரழியச் செய்கின்றனர்; அக்குழந்தைகள் தன்னடக்கம் பெற்று இதரர்களுக்குப் பாதையுண்டுபண்ணமல் அமைதியுடனிருக்கப் பழகுவதற்கும் பெற்றோர் தடையுண்டுபண்ணுகின்றனர். ஒரு குழந்தை அழத்தொடங்கினல், அதை அநாவசியகமாக அதிகமாய்ப் பாராட்டுவதால் அக்குழந்தைகளின் குணம் கெட்டுப்போகிறது. குழந்தை அழுதால் அதன் உடம்பை நன்றாகப் பரீக்ஷித்து, ஏதாவது சரீரத்தில் கோளாறு நேரிட்டிருக்கிறதாவென்று கவனித்துப்பாருங்கள்; ஒருவிதமான கோளாறும் ஏற்பட்டிராவிட்டால், அக்குழந்தையை அப்படியே அழும்படி விட்டுவைப்பதே நலம். முதலில் சில நாட்கள் குழந்தை அழும்போது, சும்மாயிருந்தால் அதை ஒருவரும் பாராட்டுவதில்லை யென்பதை அறிந்துகொண்டு அதுதானே மறுபடியும் தூங்கிவிடும். அவ்விதமின்றி, குழந்தை அழும்போதெல்லாம் உடனே அதை யெடுத்துத் தாலாட்டி, தொட்டிலாட்டி, வேறுவிளையாட்டுகளையும் காட்டிவருவீர்களானல், அநாவசியகமாக உங்களால் செய்யப்படும் அவ்வித கொஞ்சல் குலாவல்களை அனுபவிக்கவேண்டுமென்று அது எப்பொழுதும் அழுகையையே ஒரு தந்திரமாகக் கொள்ளும். இவ்வாறு துர்வழக்கத்திற்கு உட்பட்ட குழந்தைகள், தம் தாய்களை அடிமைபோல் செய்து, அவர்கள் செய்யவேண்டிய வீட்டு வேலைகளில் பெரும்பான்மையும் கெட்டுப் போவதற்குக் காரணமாகவும் ஆகின்றன. குழந்தையினிடம் அநாவசியகமாக ஏதேனும் ஒருவிஷயத்தில் அபிமானம் வைத்து அதன் வீண்பிடிவாதத்தைப் பாராட்டுவீர்களானல், பிறகு காலளவில் அநேகவிஷயங்களில் அதன் பிடிவாதம் முற்றி மாற்றக்கூடாததாய்விடுமென்பது நிச்சயம். குழந்தைகளை எப்பொழுதும் பிறந்தது முதற்கொண்டே தொட்டிலில் விட்டு ஆட்டாமலும், அருகில் ஒருவரும் இராமலும் நித்திரை செய்யப் பழக்கவேண்டும். தொட்டில் முதலியவை எவ்விதத்திலும் அவசியமானவையல்ல,

162236

தூமபானத்தினல் தொண்டையைச் சுத்திசெய்து முகத்தையும் வியர்க்கப்பண்ணி, அதன்பிறகு அப்பிணியாளியை மல்லாந்துப் படுக்கவைத்து, தலையைப் பின்புறமாகச் சிறிது சாய்க்கச்சொல்லி, கை கால்களையும் நன்றாக நீட்டிக்கொள்ளச் செய்யவேண்டும்; பிறகு வைத்தியன் நோயாளியின் கண்களை வஸ்திரத்தினல் மறைத்துக் கட்டிவிட்டு, மூக்கின் முனையை உயரத்தூக்கி நஸ்யத்தைப் பிரயோகிக்கவேண்டும்; இளஞ்சூடான ஔஷதத்தை பொன் வெள்ளி முதலியவற்றலான சிறிது நீண்ட சிப்பியினலாவது, முத்துச்சிப்பியாலாவது, பஞ்சு முதலியவற்றில் தோய்த்துக்கொண்டாவது, அல்லது வேறுவிதமான யுக்தியினலாவது ஒரு தடவையிலேயே மூக்குக்குள் தாரைபோல் விட்டுவிடவேண்டும். நஸ்யங்கள் ப்ரயோகிக்கப்படுகையில் தலையைச் சிறிதும் அசைக்கவே கூடாது; அந்த ஸமயத்தில் கோபித்தல், பேசுதல், மூக்கை உறிஞ்சுதல், சிரித்தல் இவைகளும் கூடா; இவற்றைச் செய்தால், மூக்கில் பிரயோகித்த ஸ்நேஹமானது உட்செல்லவே செல்லாது; மேலும் அதனல் இருமல், ப்ரதிச்யாயம், தலைநோய், கண்ணோய் முதலியவைகளும் ஸம்பவிக்கும். தொண்டைக்கு மேற்புறத்திலும் மூக்கின் அடித்வாரத்திலுமுள்ள ச்ருங்காடகம்[1] என்கிற பாகத்தை ஔஷதம் நன்றாகப் பரிசித்து ஈரமாக்குமளவும் அதை அவ்விதமே மூக்கில் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும்; அதை விழுங்கக்கூடாது; அவரவர்களுடைய சக்திக்கியன்றவாறு ஐந்து மாத்திராகாலமோ[2], ஏழு மாத்திராகாலமோ, அல்லது பத்து மாத்திராகாலமோ நஸ்யௌஷதத்தை நாசியினுள் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும்; அப்பால் நாசி, முகம் இவற்றுள் சேர்ந்துள்ள உமிழ்நீர் கபம் முதலிய திரவங்களை உட்கார்ந்துகொண்டு உமிழ்ந்து விடவும்; மூக்கின் வலது புறத்தையும் இடதுபுறத்தையும் மாற்றி மாற்றி அழுத்திப் பிடித்துக்கொண்டு தலையைக் கவிழ்ந்து நன்றாகச் சிந்திவிடுவதும் அவசியம்; ஆனல் தலையை நிமிர்ந்துகொண்டு நாசியைச் சிந்துவது பிசகு. நஸ்யம் நிறைவேற்றியவுடனே மனதுக்கு வருத்தமுண்டாவதையும், இரஜோகுணம் முதலியவற்றின் எழுச்சியால் கோபம் நேரிடுவதையும் விலக்க வேண்டும்; நூறு நிமிஷங்களளவும் நித்திரைபோகாமல் மல்லாந்துப் படுத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். விரேசனநஸ்யம் செய்தபிறகுகூட இவ்விதம் பண்ணவேண்டியதுடன், தூமபானமாவது, கபளக்ரஹமாவது செய்வது உசிதமாகும். 47—56.

நஸ்யம் நன்கு ப்ரயோகிப்பதின்மூன்று முக்கியக் குறிகள்.

முறைப்படி நஸ்யமிடப்படுவதாலுண்டாகும் முக்கியமான குறிகள் மூன்றுண்டென்று சாஸ்திரஞ்ஞர் கூறுவர்; அவை—சுத்தியோகம், ஹீநசுத்தியோகம், அதிசுத்தியோகம் என்பவையாம். (1) மனது இலகுவாயிருப்பதாக உணர்ச்சியுண்டாதல், நாசி, செவி, நேத்திரம், தொண்டை முதலிய அவயவங்களிலுள்ள த்வாரங்கள் சுத்தமாதல், எவ்வியாதியை நிவாரணம்செய்வதற்காக நஸ்யமிடப்பட்டதோ அவ்வியாதி சாந்தமாதல், மனதும் இந்த்ரியங்களும் தெளிவடைதல் என்னும் இவை சிரஸ் சுத்தியானதற்கு அறிகுறிகளாம். (2) கண்டத்திற்கு மேலுள்ள அவயவங்களில் ஒருவிதமான அரிப்பு, அவ்வவயவங்களில் ஏதேனும் கசிவுகளுண்டா

1. ச்ருங்காடகம்—மூக்கின் உட்புறத்து த்வாரத்தில் காது, கண், தொண்டை இவற்றின் த்வாரங்களும் (சில சிறிது பெரிதாகவும் ஒன்றிரண்டு பெரிதாகவுமுள்ள த்வாரங்கள்) கூடும் ஓர் இடம்; ஆகையினலேயே நாற்சந்தியைக் குறிப்பிடுவதான ச்ருங்காடகம் என்கிற பெயர் அவ்விடத்திற்கு ஏற்படுத்தப்பட்டதென்றறிக.

2. மாத்திராகாலம்—இதைப்பற்றி 192-வது பக்கத்தில் விவரம் பார்க்க.

தல், பாரமாயிருப்பதுபோலத் தோற்றுதல், கண் மூக்கு முதலிய இந்த்ரியத்வாரங்களிலிருந்து கபம் அதிகமாகக் கசிதல் என்பவை சிரஸ் வேண்டியவளவு சுத்தியாகாமலிருப்பதை—என்றால் ஹீநசுத்தியை—அறிவிக்கும் குறிகளாகும். (3) உருகிய மூளை போன்ற பதார்த்தம் மூக்கு முதலானதிலிருந்து வெளியில் வருதல், வாயு விருத்தியாதல், இந்த்ரியங்கள் ப்ராந்தியடைதல், சிரஸ் சூனியமாயிருப்பதுபோலத் தோற்றுவது என்னும் இவை சிரஸ் மிதமில்லாமல் சுத்தி செய்யப்பட்டதன் அறிகுறிகளாம். 57—60.

நஸ்யத்தின் மூன்று வித நிலைமைகளிலும் செய்யவேண்டிய உபசாரம்.

சிரஸ்ஸானது வேண்டியவளவு சுத்தமாகாமலிருந்தால் கபஹரமான சிகித்ஸை செய்யப்படவேண்டும்; அதிசுத்தமாயிருந்தால் வாதஹரமான சிகித்ஸை அநுகூலமாயிருக்கும்; நன்கு சுத்தியாயிருந்தால் ஏதேனும் தகுந்த க்ருத ஸம்பந்தமான ஔஷதத்தை நஸ்யமாக உபயோகிப்பது நலம். 61.

நஸ்யத்தில் அதிஸ்நிக்த்தக் குறிகளும் அதன் பரிஹாரமும்.

மிதமிஞ்சி ஸ்நேஹநஸ்யத்தைப் பிரயோகிப்பதால் கபம் அதிகமாகக் கசியும்; சிரோபாரமுண்டாகும்; இந்த்ரியங்கள் விகாரங்கொள்ளும். இவ்வித லக்ஷணங்கள் ஸம்பவித்தால் அப்பொழுது ரூக்ஷணமான நஸ்யத்தை ப்ரயோகிக்கவேண்டும்; சரீரத்திற்கு ஸ்நிக்தத் தன்மையுண்டாக்காத ஆஹாரங்களையும் கொடுத்து, நஸ்யத்திற்குப் பிறகு செய்யவேண்டிய இதர உபசாரங்களையும் செய்யவேண்டும். 62½.

பஞ்ச கர்மங்கள்.

இதுவரையிலும் வமனம், விரேசனம், நிரூஹவஸ்தி, அநுவாஸனவஸ்தி, நஸ்யம் என்று சரீரத்தைச் சுத்திசெய்வதற்கேற்ற ஐந்துவிதமான சிகித்ஸாக்ரமங்கள் கூறப்பட்டன; இவ்வைந்தையும் முனீச்வரர்கள் 'பஞ்சகர்மங்கள்' என்று வழங்கி யிருக்கின்றனர். 63½.

ஒன்பதாவது அத்தியாயம்.

(தூமபான விதி)

ஆறுவித தூமங்கள்.

வியாதிகளில் பிரயோகிக்கப்படும் தூமமானது சமனம், ப்ருஹ்மணம், ரேசனம், காஸஹரம், வாமனம், வ்ரணதூபனம் என்று ஆறுவிதமாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றது. சமனமென்னும் தூமத்திற்கு 'மத்யமதூமம்' 'ப்ராயோகிகதூமம்' என்றுவேறிரண்டு பெயர்களுண்டு. அவ்விதமே ப்ருஹ்மணத்திற்கு 'ஸ்நேஹனதூமம்,' என்றும் 'ம்ருதுதூமம்' என்றும் வேறு இரண்டு பெயர்கள் வழங்கப்படும். ரேசனதூமத்திற்கு 'சோதனதூமம்,' 'தீக்ஷ்ணதூமம்' என்று வேறு பெயர்கள் உண்டு. 1—2½.

தூமபானத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

மிகவும் சோர்ந்துபோனவன், பயந்தவன், மனத்துயரமுறுபவன், அப்பொழுதே வஸ்தி செய்துகொண்டவன், விரேகசிகித்ஸை செய்துகொண்டவன், இரவில் கண்விழித்தவன், நாவறட்சியுள்ளவன், சரீரதாபமுள்ளவன், வாயுலர்ந்து வருந்துபவன், மஹோதரம் முதலிய உதரரோகமுள்ளவன், சிரஸ்ஸில் தாபமதிகரித்தவன், திமிரமென்னும் நேத்திரரோகமுடையவன், வாந்திசெய்பவன், வயிற்றுப்பொருமலால் துன்பப்படுபவன், உரக்ஷதமென்னும் வியாதியினால் கஷ்டப்படுபவன், ப்ரமேஹரோகத்தினால் பீடிக்கப்படுபவன், பாண்டுரோகி, கர்ப்பிணீ, ரூக்ஷசரீரமுள்ளவன், தேஹம் மெலிந்தவன், பால்-தேன்-நெய்-ஆஸவம் முதலிய மத்தியவகைகள்-அன்னம்-தயிர்-மத்ஸியம் இவற்றை உட்கொண்டவர்கள், சிறுவர்கள், கிழவர் இவர்கள் தூமபானத்திற்கு உரியவராகார். 3—6.

முறை தவறிய தூமபானத்திற்குப் பரிஹாரங்கள்.

காலம் தவறியும் அளவு மீறியும் உட்கொள்ளப்படும் தூமத்தினால் அநேகம் தீங்குகள் ஸம்பவிப்பதுண்டு. அவ்விதமான தீங்குகளில் க்ருதபானம் செய்தல், நஸ்யமிடுதல், அஞ்ஜனம் போடுதல்,[1] தர்ப்பணசிகித்ஸை [2] என்னும் இவற்றை உபயோகிக்கவேண்டும்; மேலும் க்ருதம், கருப்பஞ்சாறு, திராக்ஷை, சர்க்கரையைச் சேர்த்து செய்த பானகம், பால் இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றையாவது, அல்லது மதுரரஸமுள்ள பதார்த்தங்களையாவது, புளிப்பான பதார்த்தங்களையாவது அக்கோளாறுகளை சமனம் செய்வதற்காக உபயோகப்படுத்தலாம். 7, 8.

தூம பானத்திற்கேற்ற வயது.

தூமபானம் பன்னிரண்டு வயது முதற்கொண்டு உபயோகிக்கக்கூடியது; எண்பது வயதுக்குப் பிறகு அதை உபயோகிக்கக்கூடாது. 8½.

தூம பானத்தின் பொதுவான உபயோகங்கள்.

தூமத்தை முறைதவறாமல் ப்ரயோகித்தால் காஸம், ச்வாஸம், ப்ரதிச்யாயம், மந்யாஸ்தம்பம், ஹநுஸ்தம்பம், தலைவலி, வாதரோகங்கள், கபரோகங்கள் இவை நிவ்ருத்தியாகுமென்று பொதுவாகக் கூறப்படுகிறது. மேலும் தூமத்தைத் தகுந்தவாறு ப்ரயோகித்து வரும் புருஷனுக்கு நேத்திரம் முதலிய இந்த்ரியங்களும் மனதும் தெளிவுறும்; வாக்கும் ஸ்பஷ்டமாகும்; தலைமயிர் மீசை பற்கள் இவை திடப்படும்; முகமும் நல்ல மணத்துடன் கூடியதாயிருக்கும். 9-10½.

தூமநாடியின் உருவம்.

தூமபானத்திலுபயோகிக்கக்கூடிய குழாயானது 'தூமநாடீ' என்று சொல்லப்படும். அத்தூமநாடியில் மூன்று கணுக்கள் ஏற்படுத்தி மூன்று பாகங்களாக அதைச் செய்யவேண்டும்; அது ஒரு சுண்டுவிரல் பருமனுடையதாயிருக்கவேண்டும்; அதன் த்வாரத்தை ஒரு கடலை நுழையக்கூடியதாய் அமைக்கவேண்டும். சமனதூமத்திற்கு தூமநாடியானது ரோகியின்

1. அஞ்ஜனம்—அஞ்ஜனவிதியைப்பற்றி இக்கண்டத்தின் 18-வது அத்தியாயத்தில் பார்க்க.
2. தர்ப்பணம்—இதைப்பற்றி இக்கண்டத்தின் 13-வது அத்தியாத்தில் பார்க்க.

விரல்களைக்கொண்டு நாற்பது அங்குலம் நீளமுடையதாகச் செய்யவேண்டும்; ம்ருதுதூமத்திற்கு முப்பத்திரண்டு அங்குலம் நீளமுடையதாகவும், தீக்ஷ்ணதூமத்திற்கு இருபத்து நான்கு அங்குலமுடையதாகவும், காஸஹரமான தூமத்திற்குப் பதினாறு அங்குலமுள்ளதாகவும், வமனதூமத்திற்குப் பத்து அங்குலம் நீளமாகவும், வ்ரணதூபனத்திற்கும் அவ்வாறே பத்து அங்குலம் நீளமாகவும் செய்யப்படவேண்டும். அதன் பருமன் பெருங்கடலையின் சுற்றளவுக்கு ஸமானமாகவும், அதன் த்வாரம் ஒரு கொள் தாராளமாய்ப் புகுந்து வரக்கூடிய அளவுள்ளதாகவும் இருக்கவேண்டும். 11—14.

தூமவர்த்தியும் அதன் உபயோகங்களும்.

பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமுடையதாகவும் மிகவும் வழுவழுண்டதாகவுமிருக்கும் ஓர் ஈர்க்கையெடுத்து, தூமம் செய்வதற்கான ஔஷதச்சரக்குகளை நன்றாகக் கல்கமாய் அரைத்து, அதில் கால்பலமெடை கல்கத்தை அந்த ஈர்க்கின் மேல் எட்டு அங்குலமளவும் தடவி, நிழலில் அதை உலர்த்தியபிறகு அதனுள் அடங்கியுள்ள ஈர்க்கை மெதுவாகக் கழற்றிவிட்டு, அக்குழாய் போன்ற வர்த்தியை மட்டும் எடுத்துக்கொள்ளவும். பிறகு அந்த வர்த்தியை ஏதேனும் தகுந்த ஸ்நேஹத்தினால் நனைத்து அதன் முனையை அக்னியிற் காட்டிப் பற்றவைத்து, அதன் மற்றொரு முனையை முன்கூறிய நாடியாகும் நேத்திரத்தில் உட்செலுத்தி, அதிலிருந்துவரும் தூமத்தை வாயால் உட்கொள்ளவேண்டும்; உட்கொண்ட தூமத்தை வாயாலேயே வெளியிடவேண்டும். பிறகு நாசிகளால் உட்கொண்டு அதையும் வாயாலேயே வெளிவிடவேண்டியது. 15—17½.

தூமமுபயோகிப்பதற்கேற்ற மற்றொருவித கருவி.

ஓர் அகன்ற அகலில் வ்ரணங்களுக்கு தூபம் போடுவதற்கு உபயோகமான ஔஷதச் சரக்குகளைக் கல்கமாகச் செய்துவைத்து, அதன்மேல் நடுவில் த்வாரத்துடன் கூடிய மற்றொரு அகலைமூடவேண்டும்; ஆனால் இதை மூடுவதற்கு முன் அந்த கல்கத்தின்மேல் நெருப்புத்தணல்களைப் போடவேண்டும். பிறகு அந்த த்வாரத்தில் தூமநாடியின் ஒரு முனையை நுழைத்து அக்குழாயினூடேவரும் புகையைக் கொண்டே வ்ரணங்களுக்கு தூபமிடவேண்டும். 18½.

அந்தந்த தூமத்திற்குத் தகுந்த கல்கத்ரவ்யங்கள்.

சமனதூமத்திற்கு ஸ்நேஹம் கலந்த ஏலாதிகணகல்கமும் [1], ம்ருதுதூமத்திற்கு ஸர்ஜரஸமும், ரேசனதூமத்திற்கு தீக்ஷ்ணகல்கமும், காஸஹரமான தூமத்திற்கு மிளகு, காட்டுத்திப்பிலி இவற்றால் செய்த கல்கமும், வமனதூமத்திற்கு ஸ்நாயு என்னும் ஒருவித வன்மையான தசை [2], சர்மம் முதலியதின் கல்கமும், வ்ரணஹரமான தூபத்திற்கு வேப்பு வசம்பு முதலிய பொருட்களால் செய்த கல்கமும் தகுந்தவையாம். 19—20½.

---

1. ஏலாதிகணம்—ஏலம், சிற்றேலம், குந்துருகமென்னும் பிசின், ஞாழல், ஜடாமாம்ஸி, வெட்டிவேர், தமனம், நாகப்பூ, க்ரந்திபர்ணீ யென்னும் தன்றிலெண்ணெய், கருவாப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, க்ரந்திதகரம், சாமந்தி, போளம், முத்துச்சிப்பி, புலியுகிரென்னும் வாஸனை வஸ்து, தேவதாரு, அகில், தேவதாரு வின்பிசின், குங்குமப்பூ, கருங்கச்சோலம், குங்கிலியம், ஸர்ஜரஸம், குந்துருகம், சரக்கொன்னை, நாககேஸரம் இவற்றின் சேர்க்கைக்கு ஏலாதிகணம் எனப் பெயர். (வாக்படன்).

2. ஸ்நாயு.—இதைப்பற்றி 21-வது பக்கத்தில் டிப்பணியில் 1-என்று குறிப்பிட்டதைப் பார்க்க.

வீடுகளில் செய்து கோள்ளத் தகுந்த வேறு தூமபான வஸ்துக்கள்.

ரோகங்களை நிவ்ருத்தி செய்வதற்காக வீடுகளில் நிறைவேற்றக்கூடிய தூமத்திரவ்யங்கள் வேறு சில உண்டு. அவையாவன:—மயிலிறகு, வேப்பிலை, கண்டங்கத்திரிக்காய், மிளகு, பெருங்காயம், ஜடாமாம்ஸீ, பரித்திக்கொட்டை, ஆட்டு மயிர், பாம்புத்தோல், பூனையின்மலம், யானையின் தந்தம் இவற்றைச் சூர்ணம் செய்து நெய்யிற் கலந்து வீடுகளில் தூபம்போட ஸகலவிதமான பாலக்ரஹங்களும் தீரும். பிசாசங்களையும் இராக்ஷஸர்களையும் போக்குவதற்கும் இவ்வித தூபங்கள் ஏற்றவையாம்; இதனால் ஸகல ஜ்வரங்களும் சாந்தமாகும். 21—24.

தூமபானத்தினாலான தீங்குகளின் பரிஹார முறை.

தூமபானத்தினால் நேரிடும் தீங்குகளில் ரேசன நஸ்யத்திற்கு உபயோகிக்கும் பரிஹார முறைகளையே உபயோகிக்க வேண்டும். 24½.

தூம நாடிக்கேற்ற வஸ்துக்கள்.

தூமபானத்திற்கான நாடிகள் அல்லது நேத்திரங்களைச் செய்வதற்குப் பலவிதமான லோஹங்களையும் சவுட்டுக்கோரை அல்லது மூங்கில் முதலிய வற்றையும் உபயோகிக்கலாம். 25.

பத்தாவது அத்தியாயம்.

(கண்டூஷாதி விதி [1].)

நான்குவித கண்டூஷங்கள்.

ஸ்நேஹன கண்டூஷம், சமன கண்டூஷம், சோதனகண்டூஷம், ரோபணகண்டூஷம் என்று கண்டூஷவிதி நான்கு வகைப்படும். கபளக்ரஹமும் ஸ்நேஹனம் முதலான நான்குவித பேதங்களுடையதாம் 1.

நான்குவித கண்டூஷங்களுக்கான வஸ்துக்களும் வியாதிகளும்.

வாதரோகங்களில் ஸ்நிக்தமும் உஷ்ணமுமான திரவியங்களால் ஸ்நேஹனகண்டூஷமும், பித்தரோகங்களில் மதுரமும் சீதளமுமான வஸ்துக்களைக் கொண்டு சமனம் அல்லது ப்ரஸாதனம் என்கிற கண்டூஷமும், கபரோகங்களில் காரம் புளிப்பு உப்பு இவ்வித சுவையுடன் கூடியவையும் உஷ்ணவீர்யமுமுள்ள பதார்த்தங்களால் சோதனகண்டூஷமும், விரணங்களில் துவர்ப்பு கசப்பு மதுரம் இச்சுவையுள்ள வஸ்துக்களால் இளஞ்சூடாக ரோபண கண்டூஷமும் செய்யவேண்டும். 2½.

---

1. கண்டூஷம்—ரோகபரிஹாரத்திற்கான ஏதாவது திரவவஸ்துவை வாயில் வைத்துக்கொண்டு கொப்புளிக்க உபயோகிக்கும் ஔஷதமுறை.

கண்டூஷ கபளங்களின் பேதம்.

நான்குவிதமான கண்டூஷங்கள் கூறப்பட்டன; கபளக்ரஹங்களும் முற்கூறியவாறு நான்குவிதமாகச் செய்யக்கூடியவையாம். வாய் நிரம்பவும் அசைக்க முடியாமல் ஏதேனும் திரவவஸ்துவைச் சேர்த்து செய்யப்படும் முறை 'கண்டூஷம்' என்றும், அசைவதாயிருந்தால் அதுவே 'கபளம்' என்றும் வழங்கப்படும்; ஆனால் கண்டூஷம் திரவவஸ்துக்களாலும், கபளக்ரஹம் கல்கத்தினாலும் செய்ய வேண்டியவை. மேலும் கண்டூஷமாக உபயோகிக்கப்படும் திரவவஸ்துக்களில் கோலப்ரமாணம் சூர்ணமும், கபளக்ரஹத்தில் கர்ஷப்ரமாணம் கல்கவஸ்துவும் சேர்க்கவேண்டும். 3—5.

கண்டூஷம் செய்யு முறை முதலியது.

கண்டூஷம், கபளம் முதலியவை ஐந்தாவது வயது முதற்கொண்டு செய்யக்கூடியவையாம். நெற்றிக்கட்டு, தொண்டை முதலியவற்றிற்கு ஸ்வேதநம் செய்துகொண்டு, ஆஸனத்தில் நன்றாக உட்கார்ந்தவாறு கண்டூஷம் செய்துகொள்ள வேண்டும். வாத வியாதிகளில் மூன்று முறையும், பித்தவியாதிகளில் ஐந்து முறையும், கபவியாதிகளில் ஏழு முறையும் கண்டூஷம் செய்ய வேண்டும். மேலும் எப்பொழுது வாயில் கபம் நிரம்பவும் சுரந்துவிடுகின்றதோ, தோஷமாவது சிதைவுற்று ஸௌக்கியமுண்டானதாகத் தோற்றுகின்றதோ, நேத்திரத்திலிருந்தும் நாசியிலிருந்தும் கபம் முதலியது கசிந்து வெளிவருகின்றதோ அதுவரையில் கண்டூஷத்திரவத்தைக் கொப்புளித்துவிடாமல் வாயில் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். கண்டூஷத்தைப் பிரயோகிப்பதற்கு இவை பொதுவான விதிகளாகும். 6—$7\frac{1}{2}$.

சில வியாதிகளுக்கேற்ற கண்டூஷங்கள்

எள்ளுப் பிண்ணாக்கைக் கரைத்த ஜலம், பால், ஏதேனும் ஸ்நேஹவகை இவற்றுள் ஏதாவது ஒன்று ஸ்நேஹநகண்டூஷம் செய்வதற்கு ஏற்ற வஸ்துக்களாம். எள், கருநெய்தல், நெய், சர்க்கரை, பால் இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றை ஸம அளவான தேனோடுகலந்து கண்டூஷமாக உபயோகித்தால் வாயினுள் உண்டான எரித்தல் நிவ்ருத்தியாகும். தேனை மாத்திரம் கண்டூஷமாக உபயோகித்தால் முகம் நிர்மலமாகும்; வாயிலுண்டான விரணங்கள் ஆறிவிடும்; எரித்தலும் நாவறட்சியும் நீங்கும். விஷ ஸம்பந்தத்தினாலுண்டாகும் தோஷங்களிலும், க்ஷாரம் அக்னி இவற்றின் ஸம்பந்தத்தினாலுண்டான அழற்சிகளிலும் நெய்யையாவது பாலையாவது கண்டூஷமாக உபயோகிக்கலாம். பற்கள் பலஹீனமடைந்து ஆட்டங்கொள்ளுமானால் அதில் தைலம், இந்துப்பு இவற்றைக் கலந்து கண்டூஷம் செய்வது நலம். நாவறட்சி, அரோசகம் இவற்றில் காஞ்ஜிகமென்னும் காடியை கண்டூஷம் செய்தால் அவை சாந்தமாகும். கபம் ப்ரகோபித்திருந்தால் இந்துப்பு, த்ரிகடுகம், வெண்கடுகு, இஞ்சி இவற்றைச் சேர்த்து கண்டூஷம் செய்யலாம். கபம் ப்ரகோபித்திருக்கையிலும், இரத்த பித்த ரோகத்திலும் த்ரிபலை, தேன் இவை சேர்ந்த கண்டூஷம் சிறந்த குணந் தரும். மரமஞ்சள், சீந்தில், த்ரிபலை, திராக்ஷை, ஜாதிபத்திரி, பூனைக்காலி இவற்றை க்வாதம் செய்து ஆறியபிறகு, அதில் ஆறில் ஒரு பங்கு தேனையும் கலந்து கண்டூஷமாக உபயோகித்தால் வாதபித்த கபங்களால் உண்டாகிற வாய்ப்புண் நிவ்ருத்தியாகும். 8—14.

ப்ரதிஸாரண கண்டூஷங்கள்.

எந்த ஔஷதங்களைக்கொண்டு கண்டூஷம் செய்யப்படுகின்றதோ அதே ஔஷதங்களால் 'ப்ரதிஸாரணம்'[1] செய்யலாம். கபளக்ரஹமும் அவ்வித ஔஷதங்களாலேயே செய்யக்கூடியதாம். 15.

மாதுலுங்காதி கபள க்ரஹம்.

கொடி மாதளையின் சோறு, இந்துப்பு, மிளகு இவற்றைச் சேர்த்து கபளக்ரஹம் செய்ய, உணர்ச்சியின்மை, கபவாதங்களாலுண்டாகும் அரோசகம் இவை நீங்கும். 16.

ப்ரதிஸாரணம் மூன்று விதம்.

கல்கம், லேஹ்யம், சூர்ணம் என்று ப்ரதிஸாரணம் மூன்று வகைப்படும். முகத்திலுண்டாகும் விரணங்களைப் போக்குவதற்கே ப்ரதிஸாரணத்திற்கான ஔஷதங்களை விரல்முனையில் எடுத்து முகத்தினுள் அந்தந்த வியாதிகளுக்கேற்றவாறு தடவவேண்டும்.17.

குஷ்டாதி ப்ரதிஸாரணம்.

கோஷ்டம், மர மஞ்சள், மஞ்ஜிஷ்டி, வட்டத்திருப்பி, கடுகரோஹிணீ, சதகுப்பி, பெருங்குரும்பை, கோரைக்கிழங்கு, வெள்ளிலோத்தி இவற்றைச் சூர்ணம் செய்து ப்ரதிஸாரணம் செய்தால் வாயினுள் உண்டாகும் இரத்தப் பெருக்கு, பல்வலி, வீக்கம், எரித்தல் முதலியவை நிவ்ருத்தியாகும். $18\frac{1}{2}$.

கண்டூஷத்தின் மூன்று யோகங்கள்.

கண்டூஷத்தை வேண்டியவளவு செய்யாமல்விட்டுவிட்டால் அது ஹீநயோகம் எனப்படும்; ஹீநயோகத்தினால் கபம் அதிகமாகச் சுரத்தல், சுவையறிய முடியாமற் போதல், அரோசகம் இக்கோளாறுகள் உண்டாகும். அளவு மீறி செய்யப்படுமானால் அது அதியோகம் என்று சொல்லப்படும்; அதனால் வாயில் புண்களும், நாவறட்சியும், தாஹமும், சோர்வும் ஸம்பவிக்கும். கண்டூஷத்தினால் தோஷங்கள் நன்றாக வெளிப்பட்டு ஆரோக்கியமுண்டானால் அது ஸம்யக்யோகம் எனப்படும்;[2] அப்பொழுது வியாதி நிவ்ருத்தியாதல், மனதில் ஒருவாறு திருப்தியுண்டாதல், முகம் நிர்மலமாவதுடன் தனது காரியங்களை எளிதில் செய்வதற்கேற்ற வல்லமையைப் பெறுதல்[3], இந்த்ரியங்களெல்லாம் தெளிவுறுதல் என்னும் இவை ஏற்ற இலக்ஷணங்களாகும். 19—$20\frac{1}{2}$.

---

1. ப்ரதிஸாரணம்—வாயினுட்புறத்தில் முக்கியமாய் தொண்டையினுள் கபம் அதிகரித்துண்டாகும் வீக்கம் அல்லது விரணம் முதலியவற்றைப் போக்குவதற்குப் பூசப்படும் ஔஷதம்.

2. ஹீநயோகம், அதியோகம், ஸம்யக்யோகம் என்னும் விஷயம் கண்டூஷவிதியில் மட்டுமல்ல, மற்றும் எல்லாவித சிகித்ஸாக்ரமங்களிலும் ஔஷதப் பிரயோகங்களில் உண்டு.

3. முகத்தில் கபம் அதிகரித்து விரணங்களோ வீக்கமோ உண்டாயிருந்தால் வாயை அசைப்பதற்கும், உணவுகளை மெல்லுவதற்கும் முடியாதல்லவா? கண்டூஷத்தை நன்கு நிறைவேற்றியபிறகு அவ்வித கஷ்டம் நிவாரணமாவதால், முகம் தனது வேலையை நன்கு நிறைவேற்ற வல்லதாகிறதென்று கூறப்பட்டதென்க.

பதினொருவது அத்தியாயம்.

(லேபநாதி விதி)

—:—

லேபநமும் மூன்று வித முகலேபநமும். லேபநத்தையே[1] லேபம் என்றும், ஆலேபநம் என்றும் கூறுவர். அதில் முகத்தில் பூசப்படுவது 'முகலேபம்' என்று சொல்லப்படும்; முகலேபமானது தோஷஹரம், விஷஹரம், வர்ண்யம் என்று மூன்று வகைப்படும். அந்த லேபநத்தை அரை அங்குலம் கனமுள்ளதாகவும், அதில் மூன்றிலொரு பங்கு கனமுள்ளதாகவும், அல்லது அதில் நான்கில் ஒரு பங்கு கனமுள்ளதாகவும் முகத்திற் பூசவேண்டும். முகலேபநம் ஈரமாக இருக்கும் வரையிலும் அது வியாதிகளை அகற்றும்; உலர்ந்துவிட்டால் முகத்தின் பொலிவைப் போக்கிவிடும் 1, 2.

புநர் நவாதி லேபம். வெள்ளைச்சாறடை, மரமஞ்சள், சுக்கு, வெண்கடுகு, முருங்கப்பட்டை இவற்றைக் காடிவிட்டு அரைத்து லேபநம் செய்தால் ஸகலசோதைகளும் தீரும். 3.

விபீத பலமஜ்ஜா லேபம். தான்றிக்காயின் விதையை அரைத்து லேபநமாக உபயோகித்தால், முகத்திலுண்டான அழற்சி, வேதனை முதலியவை நிவ்ருத்தியாகும். 3½.

தசாங்க லேபம். காட்டு வாகைப்பூ, அதிமதுரம், கிரந்திதகரம், இரத்த சந்தனம், ஏலக்காய், ஜடாமாம்ஸீ, மஞ்சள், மரமஞ்சள், கோஷ்டம், வெட்டிவேர் இப்பத்துச் சரக்குகளின் சேர்க்கைக்கு 'தசாங்கம்' எனப் பெயர்; இவற்றை வெகு நுண்மையாகப் பொடி செய்து ஐந்தில் ஒரு பங்கு நெய் கலந்து ஜலமும் சேர்த்து லேபமாகச் செய்யலாம். இதனால் விஸர்ப்பங்கள், விஷஸம்பந்தமான கொப்புளங்கள், வீக்கங்கள், மற்றும் கெட்டுப்போன புண்கள் இவை ஸ்வஸ்த்தமாகும். 4—6.

திலாதி லேபம். எள், ஆட்டுப்பால் இரண்டையும் அரைத்து, அத்துடன் வெண்ணெயையும் கலந்து லேபமாக உபயோகித்தால் செராங்கொட்டைப் பாலாலுண்டான வீக்கங்கள் தீரும்; அல்லது கருத்தமண், எள் இவற்றை அரைத்து வெண்ணெயைக் கலந்தும் இவ்வீக்கத்தின்மேலுபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். 7.

லாங்கல்யாதி லேபம். தேங்காய், அதிவிடயம், சுரைவேர், புடலம்வேர், கொடிமாதுளை இவற்றை நன்றாகக் காஞ்ஜிகம் சேர்த்து அரைத்து லேபமாகப் பூசினால் பூச்சிக்கடிகளாலுண்டாகும் கொப்புளங்கள் சாந்தமாகும். 8.

ரக்த்த சந்தநாதி லேபம். இரத்த சந்தனம், மஞ்ஜிஷ்டி, வெள்ளிலோத்தி, கோஷ்டம், ஞாழல், ஆலமரமொட்டுகள், சிறுகடலை இவற்றை லேபமாகச் செய்து உபயோகித்தால் வ்யங்கமென்னும் வங்கு குணமாவதுடன் முகத்திற்கு ஒருவித காந்தியும் உண்டாகும். 9.

1. லேபநம்—தடவுவதற்கு ஏற்ற 'பூச்சுகள்' என்னும் ஔஷதம்.

மாதுலுங்கமூலாதி லேபம். கொடிமாதுளையின் வேர், மனச்சிலை, நெய், சாணிப்பால் இவற்றை லேபம் செய்து உபயோகிக்க வ்யங்கம், கட்டிகள், காலமென்னும் கறுப்பான், மற்றும் சர்மவிபாதி இவை தீருவதுடன் முககாந்தியும் உண்டாகும். 10.

லோத்ராதி லேபம். வெள்ளிலோத்தி, கொத்துமல்லிவிதை, வசம்பு இவற்றின் லேபத்தினால் யுவாநபிடகா என்கிற யௌவனப் பருவத்துப் பருக்கள் போய்விடும். அவ்விதமே மிளகையும் கோரோசனையையும் சேர்த்து முகப்பருக்களில் லேபமாக உபயோகிக்கலாம். 11.

ஸித்தார்த்தகாதி லேபம். வெண்கடுகு, வசம்பு, வெள்ளிலோத்தி, இந்துப்பு இவற்றையாவது, மருதம்பட்டையைத் தேனில் இழைத்தாவது, மஞ்ஜிஷ்டையைத் தேனில் இழைத்தாவது வ்யங்கங்களில் லேபமாக உபயோகிக்கலாம். வெள்ளைக்குதிரையின் குளம்பை எரித்து அக் கரியை வெண்ணெயிற் கலந்தும் வ்யங்கங்களில் உபயோகிக்கலாம். 12½.

அர்க்கக்ஷீராதி லேப. மஞ்சளைப் பொடிசெய்து எருக்கம்பாலோடு கலந்து லேபநம் செய்வதால், முகத்தில் வெகு நாட்களாயுண்டாயிருக்கும் கருநிறம் நிச்சயமாய் நிவ்ருத்தியாகும். 13½.

வடபத்ராதி லேபம். பழுத்த ஆலிலை, குருக்கத்திப்பூ, இரத்தசந்தனம், கோஷ்டம், மரமஞ்சள், வெள்ளிலோத்தி இவற்றை லேபமாகச் செய்து உபயோகிக்க யுவாநடபிகா, வ்யங்கம், நீலிகா என்னும் ஒருவிதமான பரு இவை தீரும். 14, 15.

பிண்யாகாதி லேபம். பழைய எள்ளுப்பிண்ணாக்கு, கோழியின் மலம் இவ்விரண்டையும் பசுவின் மூத்திரத்தில் அரைத்து, லேபமாக உபயோகிக்க சிரஸ்ஸிலுண்டாகும் அரும்ஷிகா என்கிற விரணங்கள் நீங்கும். 16.

கதிராதி லேபம். கருங்காலிப்பட்டை, வேப்பம்பட்டை, நாவல்பட்டை இவற்றைப் பசுமூத்திரத்தினால் அரைத்து, அல்லது குடமல்லிகைப் பட்டை, இந்துப்பு இவ்விரண்டையும் சேர்த்து அரைத்து லேபமாக உபயோகித்தால் அரும்ஷிகா என்கிற விரணங்கள் சாந்தமாகும். 17.

ப்ரியாள பீஜாதி லேபம். முறளம் விதை, அதிமதுரம், கோஷ்டம், உளுந்து, இந்துப்பு, தேன் இவற்றின் லேபத்தை கபாலத்தின்மேல் சர்மம் வெடித்துப் போகும்போது உபயோகிக்கலாம். 18.

காகஸலேபமும் ஆம்ரபீஜாதி லேபமும். கசகசாவிதையைப் பால் சேர்த்து அரைத்து லேபமாகப் பூசினால் கபாலசர்மத்தின் வெடிப்பு குணமாகும். அல்லது மாங்கொட்டையின் உட்பருப்பையும் கடுக்காயையும் ஸமபாகமாகச் சூர்ணம் செய்து பாலில் கலந்து லேபமாக உபயோகித்தாலும் மிகக் குரூரமான வெடிப்பு நிவ்ருத்தியாகும். 19½.

திக்தபடோலரஸ லேபம். பேய்ப்புடலிலைச் சாற்றை சிரஸ்ஸில் லேபமாக உபயோகித்துவந்தால் இந்த்ரலுப்தம் என்கிற தலைமயிர் உதிர்தல் மூன்று தினங்களில் நிவ்ருத்தியாய்விடும். 20½.

ப்ருஹதீரஸாதி லேபம் முதலியன. கண்டங்கத்திரியின் சாற்றையும் தேனையும் கலந்து சிரஸ்ஸில் பூசுவதாலும், குன்றுமணியின் வேர் அல்லது காயையாவது சேராங்கொட்டையின் சாற்றோடு கலந்து லேபநம் செய்வதாலும் மயிர் உதிர்தல் நின்றுவிடும். 21½.

கோக்ஷுராதி லேபம். நெரிஞ்சல், எள்ளுப்பூ, இவற்றை ஸமயெடையான தேன் நெய் இவ்விரண்டோடும் கலந்து சிரஸ்ஸில் லேபநம் செய்துவந்தால் தலைமயிர் வெகு நன்றாக வளரும். 22½.

கஜதந்தமஷீலேபம். யானையின் தந்தத்தை எரித்து மையாகச் செய்து அத்துடன் இரஸாஞ்ஜனம்,[1] ஆட்டுப்பால் இவற்றையும் சேர்த்துக் குழைத்து லேபநம் செய்ய உள்ளங்கை முதலானவிடங்களிலும் மயிர்கள் முளைக்கக்கூடும்.[2] 23½.

யஷ்ட்யாதி லேபம். அதிமதுரம், நெய்தல், திராக்ஷை, எண்ணெய், நெய், பால் இவற்றை ஒருமிக்க அரைத்தெடுத்து சிரஸ்ஸில் தடவிவர மயிருதிர்தல் நின்றுபோய் அவை செழிப்பாகவும் திடமாகவும் வளர ஆரம்பிக்கும். 24½.

ரோமஸஞ்ஜநந லேபம். நாற்கால் ஜந்துக்களுடைய[3] சர்மம், உரோமம், நகம், கொம்பு, எலும்பு இவற்றை எரித்து பஸ்மம் செய்து, அந்த பஸ்மத்தை எண்ணெயிற் கலந்து பூசிவந்தால் தலைமயிர் நன்றாக வளரும். 25½.

இந்த்ரவாருணீ தைல லேபம். பேய்த்தும்மட்டி விதையின்[4] எண்ணெயை சிரஸ்ஸில் தினந்தோறும் தேய்த்துக்கொண்டுவந்தால், தலைமயிர் வண்டுபோல் வெகு நன்றாக வளரும். 26½.

அயோரஜஸ்காதி லேபம். இரும்புத்தூள், கரிசலாங்கண்ணி, த்ரிபலை, கருத்தமண் இவற்றை ஒருமாதகாலம் கருப்பஞ்சாற்றில் ஊறவைத்து, அதை லேபமாக சிரஸ்ஸில் தேய்த்துவந்தால் நரைத்த மயிர்கள் கறுநிறங் கொள்ளும். 27½.

1. இரஸாஞ்ஜனம்—116-வது பக்கம் பார்க்க.

2. உதிர்ந்துபோன விடங்களில் வெகு நன்றாக மயிர் வளருமென்பதைக் குறிப்பிடுவதற்காக உள்ளங்கையிலும் மயிர் முளைக்குமென்று கூறப்பட்டதென்க.

3. நாற்கால் ஜந்துக்கள் என்பதால் மஹாம்ருகங்கள் குறிக்கப்படுகின்றன; அவை: பன்றி, எருமை, தலை கவிழ்ந்தோடும் ஆண்மான், கறுப்புச்சாரலுள்ள கலைமான், ரோஹிதமென்னும் மான், யானை, சவுரிமான், பெரிய சவுரிமான், கட்கமிருகம், பசுபோன்ற மான் இவையாம்.

4. இதைக் காட்டுவெள்ளரியென்று சிலர்.

தாத்ரீபலாதி லேபம். நெல்லிக்கனி மூன்று, கடுக்காய் இரண்டு, தான்றிக்காய் ஒன்று, மாம்பருப்பு ஐந்து, இரும்புத்தூள் ஒரு கர்ஷப்பிரமாணம் இவ்வனைத்தையும் ஒரு இரும்புப் பாத்திரத்தில் சேர்த்துப் பிசைந்து இரவில் அவ்விதமே பனியில் வைத்திருக்கவேண்டும். இந்த லேபநம் அகாலத்தில் உண்டாகும் அதிக நரைத்தலையும் சீக்கிரம் போக்கும். 28—29½.

த்ரிபலாதி லேபம். த்ரிபலை, அவிரியிலை, அயம், கரிசிலாங்கண்ணி இவற்றை ஸமபாகமாகச் சேர்த்துப் பொடி செய்து, செம்மறியாட்டின் மூத்திரத்தினால் அரைத்து லேபம் செய்து உபயோகித்தால் தலைமயிர்கள் நன்றாகக் கறுநிறங் கொள்ளும். 30½.

மஹாத்ரிபலாதி லேபம். த்ரிபலை, இரும்புத்தூள், மாதளம்பட்டை, தாமரைக்கிழங்கு இவை ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியே ஐந்து பலம் எடுத்து ஒருமிக்க நன்றாகச் சூர்ணம்செய்து, பதினாறு ப்ரஸ்த்தம் கரிசலாங்கண்ணிச் சாற்றில் கலந்து ஓர் இரும்புப் பாத்திரத்தில் அனைத்தையும் சேர்த்து பூமிக்குள் ஒரு மாதகாலம் அடக்கம் செய்து வைத்திருக்கவேண்டும்; பிறகு அதை யெடுத்து வெள்ளாட்டுப்பால் சேர்த்துக் குழைத்து, அதை ஒரு கூர்ச்சத்தில் எடுத்து சிரஸ்ஸில் இராத்திரியில் தடவி, ஆமணக்கிலைகளால் தலைமயிர்களைச் சுற்றிக்கொண்டு படுக்கவும்; பிறகு காலையில் எழுந்து ஸ்நானம் செய்துவிடவும். இவ்வாறு மூன்று முறை லேபநம் செய்தால் நரைத்தல் நிச்சயமாக நிவ்ருத்தியாகும். 31—34½.

சங்கசூர்ணாதி லேபம். சங்கசூர்ணம் இரண்டு பாகம், தாளகம் ஒரு பாகம், மனச்சிலை அரை பாகம், ஸர்ஜக்ஷாரம் ஒரு பாகம் இவற்றை ஜலம் சேர்த்து அரைத்து, தலைமயிர்களையெடுத்துவிட்டு அதைத் தடவிவந்தால் ஏழு வேளைகளில் க்ஷபணக ஸந்நியாஸியின்[1] சிரஸ்ஸைப்போல் தலையிலுள்ள மயிர்கள் யாவும் உதிர்ந்துவிடும். 35—37.

தாளகாதி லேபம். தாளகம் இரண்டு சாணமெடை, சங்கசூர்ணம் ஆறு சாணமெடை, பலாசக்ஷாரம் இரண்டு சாணமெடை இவற்றைச் சேர்த்து வாழைத்தண்டின் சாற்றாலாவது, எருக்கிலையின் சாற்றாலாவது ஆட்டி சிரஸ்ஸில் மயிர்களைச் சிரைத்துவிட்டு ஏழு முறை லேபநம் செய்துவந்தால் மயிர்கள் முற்றிலும் உதிர்ந்துவிடும். 38, 39.

ஸ்வர்ண புஷ்ப்யாதி லேபம். பொன்னால விதை, அன்னபேதி, வாய்விடங்கம், மனச்சிலை, கோரோசனை, இந்துப்பு இவற்றை அரைத்து லேபம் செய்துவந்தால் ச்வித்ரமென்னும் வெண்குஷ்டம் தீரும். 40.

1. க்ஷபணக ஸந்நியாஸிகள்—ஜைனஸந்நியாஸிகள். [அந்த ஸந்நியாஸிகள் தலைமயிரை வேருடன் பிடுங்கி தலையை வழுக்கையாக வைத்திருப்பது வழக்கம்.]

வாயஸ்யாதி லேபம்.

மணத்தக்காளி, தகரவிதை, கோஷ்டம், திப்பிலி இவற்றை அரைத்து உருட்டியெடுத்து, ஆட்டு மூத்திரத்தில் இழைத்துத் தடவிவந்தால் வெண்குஷ்டம் நிவாரணமாகும். 41.

இரண்டாவது தாளகாதி லேபம்.

தாளகம் ஒரு சாணப்பிரமாணம், வாலுளுவை நான்கு சாணமெடை இவ்விரண்டையும் சூர்ணம் செய்து, பசு மூத்திரத்தில் அரைத்துத் தடவ வெண்குஷ்டம் நிவ்ருத்தியாகும். 42.

வாகுச்சியாதி லேபம்.

வாலுளுவை, நீர்வஞ்சி, அரக்கு, பேயகத்தி, திப்பிலி, இரஸாஞ்ஜநம், இரும்புத்தூள், எள் இவற்றை ஸமபாகமாயெடுத்து சூர்ணம் செய்து, பசுக்களின் பித்த நீரைச் சேர்த்து அரைத்து உருட்டி வைத்துக்கொண்டு உடம்பில் தடவிவந்தால் சீக்கிரத்தில் வெண்குஷ்டம் போய்விடும். 43,44.

இரண்டாவது தாத்ரியாதி லேபம்.

நெல்லிக்கனி, மட்டிப்பால், யவக்ஷாரம் இவற்றைச் சூர்ணம்செய்து, ஏதேனும் காடியைவிட்டு அரைத்து, லேபமாக உபயோகித்தால் ஸித்மமென்னும் தேமல் நீங்கும். 45.

தார்வ்யாதி லேபம்.

மரமஞ்சள், முள்ளங்கிவிதை, தாளகம், தேவதாரு, வெற்றிலை இவை ஒவ்வொன்றும் தனித்தனியே கர்ஷப்பிரமாணம், சங்குப்பொடி ஒரு சாணமெடை இவற்றை ஒன்றாகச்சேர்த்து ஜலம்விட்டு அரைத்து லேபம் செய்யவும். இதனால் எவ்விதமான ஸித்மம் என்கிற தேமலும் தீரும். 46, 47.

ஹரீதக்யாதி லேபம்.

கடுக்காய், இந்துப்பு, காவிக்கல், இரஸாஞ்ஜனம், கறுப்புப்பு இவற்றை ஜலத்தினால் அரைத்து லேபமாகச் செய்து உபயோகிக்க ஸகல நேத்திரரோகங்களும் நிவாரணமாகும். 48.

இரஸாஞ்ஜனாதி குடிகா லேபம்.

இரஸாஞ்ஜனம், த்ரிகடு இவற்றை அரைத்து குளிகையாக உருட்டி வைத்துக் கொண்டு நேத்திரங்களுக்குப் போட்டுவந்தால் அவ்வௌஷதம் எரித்தலோடும் தினவோடும்கூடிய அஞ்ஜநாமிகா [1] என்கிற வியாதியைப் போக்கும். 49.

ப்ரபுந்நாட பீஜாதி லேபம்.

தகரவிதை, வாலுளுவை, கடுகு, எள், கோஷ்டம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், கோரைக் கிழங்கு இவற்றைச் சூர்ணம்செய்து மோர்விட்டரைத்துப் பூசுவதால் தத்ரு என்னும் படர்தாமரை, சொறி, விசர்ச்சிகா என்னும் சர்மவியாதி [2] இவை நீங்கும். 50½.

ஹேமக்ஷீர்யாதி லேபம்.

க்ஷகைநீறு, வாய்விடங்கம், லிங்கம், கந்தகம், தகரவிதை, கோஷ்டம், ஸிந்தூரம் இவற்றை ஒருமிக்கச் சேர்த்து சூர்ணம்செய்து, ஊமத்தையிலைச் சாற்றிலும், வேப்பிலைச் சாற்றிலும், வெற்றிலைச் சாற்றிலும் தனித்தனியே அதை ஆட்டி லேபநமாக உபயோகிக்கலாம். இதனால் சிரங்கு, தத்ரு

1. அஞ்ஜநாமிகா—53-வது பக்கம் மூலமும், 54-வது பக்கம் டிப்பணியையும் பார்க்க.
2. விசர்சிகா—44-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.

என்னும் படர்தாமரை, விசர்ச்சிகா, சொறி, ரகஸமென்னும் சர்மரோகம் [1] இவை சீக்கிரம் ஸ்வஸ்தமாகும். 51—53.

தூர்வாதி லேபம்.

அறுகம்புல், கடுக்காய், இந்துப்பு, தகரவிதை, கருங்கஞ்சாங்கோரை இவற்றை மோர் சேர்த்து அரைத்து லேபநம் செய்தால் சொரியும், படர்தாமரையும் தீரும். அல்லது அறுகம்புல்லையும் மஞ்சளையும் சேர்த்தரைத்துத் தடவிவந்தால் சொரி, சிரங்கு, கிருமிரோகம், படர்தாமரை, சீதபித்தம் [2] இவை நிவ்ருத்தியாகும். 54, 55.

ஸித்தார்த்தகாதி லேபம்.

வெண்கடுகு, மஞ்சள், கோஷ்டம், தகரவிதை, எள் இவற்றைக் கடுகெண்ணெயினால் ஆட்டி லேபமாக உபயோகித்து வருவதால் படர்தாமரை நீங்கிவிடும். 56.

ராஸ்நாதி லேபம்.

சிற்றரத்தை, கருநெய்தல், தேவதாரு, வெண்சந்தனம், அதிமதுரம், சிற்றாமுட்டி இவற்றைப் பொடித்து நெய்யையும் பாலையும் சேர்த்து லேபமாகச் செய்து உபயோகிக்க வாததோஷத்தினா லுண்டாகும் விஸர்ப்பம் [3] தீரும். 57.

ம்ருணாளாதி லேபம்.

தாமரைத்தண்டு, சந்தனம், வெள்ளிலோத்தி, வெட்டிவேர், தாமரைப்பூ, நெய்தல், நன்னாரி, நெல்லிக்காய், கடுக்காய் இவற்றின் லேபம் பித்த விஸர்பத்தைப் போக்கும். 58.

மூன்றாம் த்ரிபலாதி லேபம்.

த்ரிபலை, தாமரைக்கிழங்கு, வெட்டிவேர், வரள்ச்சுண்டி, அலரி, கொறுக்கைவேர், அறுகம்புல் இவற்றை அரைத்து லேபம் செய்ய கபவிஸர்ப்பம் நிவ்ருத்தியாகும். 59.

ஜடா மாம்ஸ்யாதி லேபம்.

ஜடாமாம்ஸீ, ஸர்ஜரஸம் என்னும் பிசின், வெள்ளிலோத்தி, அதிமதுரம், அரேணுகம், பெருங்குரும்பை, கருநெய்தல், தாமரை, காட்டுவாகைப்பூ இவற்றை சததௌதக்ருதத்தினால் [4] ஆட்டி லேபம் செய்தால் இரத்தபித்தமும் வாதரக்தமும் தீரும். 60½.

ஆமலக லேபம்.

நெய்யிற் பொரித்த நெல்லிக்கனிகளைக் காடிகளால் அரைத்து லேபமாகச் செய்து சிரஸ்ஸில் தேய்த்துவந்தால் நாசியிலிருந்து இரத்தங்கசிதல் நிவ்ருத்தியாகும். 61½.

கோஷ்ட லேபமும் முசுகுந்த லேபமும்.

கோஷ்டத்தை நன்றாகப் பொடித்து, காடியைவிட்டு அரைத்து, ஆமணக்கெண்ணெயினால் குழைத்து, சிரஸ்ஸில் தேய்க்க தலைவலி ஸ்வஸ்தமாகும். அவ்வாறே கொக்குமந்தாரப்பூவையும் அவ்வியாதியில் லேபமாக உபயோகிக்கலாம். 62½.

1. ரகஸ—45-வது பக்கம் மூலமும் டிப்பணியும் பார்க்க.
2. சீதபித்தம்—46-வது பக்கம் பார்க்க.
3. விஸர்பம்.—46-வது பக்கம் பார்க்க.
4. சததௌத க்ருதம்.—நூறு தடவை ஜலத்தில் அல்லது கஷாயம் முதலியவற்றில் கடைந்து சுத்தி செய்த நெய்.

தேவதார் வாதிலேபம்.

தேவதாரு, கிரந்திதகரம், கோஷ்டம், இலாமிச்சைவேர், சுக்கு இவற்றைச் சிதைத்து, காடியினால் அரைத்து, எண்ணெயைக் கலந்து லேபம் செய்ய வாத தோஷத்தினாலான தலைவலி நீங்கும். $63\frac{1}{2}$.

சந்தனாதி லேபம்.

சந்தனம், வெட்டிவேர், அதிமதுரம், சிற்றாமுட்டி, புலியுகிரென்னும் வாஸனைத்திரவ்யம், கருநெய்தல் இவற்றைப் பாலில் அரைத்து லேபநம் செய்தால் இரக்தபித்தம், தலைவலி இவை ஸ்வஸ்த்தமாகும். $64\frac{1}{2}$.

மூன்றாம் தாத்ரியாதி லேபம்.

நெல்லிக்கனி, பத்ரமுஸ்தையென்னும் நாகமுத்தக்காசு, வெட்டிவேர், தாமரை, அல்லிக்கிழங்கு, சந்தனம், அறுகம்புல், இலாமிச்சை, விழல்வேர் இவற்றினாலான லேபத்தை உபயோகிப்பதால் பித்தத்தினாலுண்டான தலைவலியும், இரக்தபித்த ஸம்பந்தமான நோயும் தீரும். 65, 66.

ஹரேணுகாதி லேபம்.

அரேணுகம், கிரந்திதகரம், கல்மரப்பட்டை, கோரைக்கிழங்கு, ஏலம், அகிற்கட்டை, தேவதாரு, ஜடாமாம்ஸீ, சிற்றரத்தை, ஆமணக்கிலை இவற்றை லேபம்செய்து சிறிது இளஞ்சூடா யிருக்கையிலேயே உபயோகிக்க ச்லேஷ்மத்தினாலான நோய் நிவ்ருத்தியாகும். 67.

சுண்ட்யாதி லேபம்.

சுக்கு, கோஷ்டம், தகரவிதை, தேவதாரு, காவட்டம்புல் இவற்றைப் பசுமூத்திரத்தினால் அரைத்துப் பூச கபத்தினாலுண்டாகும் தலைவலி நீங்கும். 68.

சாரிபாதி லேபம்.

நன்னாரி, கோஷ்டம், அதிமதுரம், வசம்பு, கருநெய்தல் இவற்றைக் காடியினால் ஆட்டி, அதன்பிறகு எண்ணெயைவிட்டுக் குழைத்துத் தடவினால் ஸூர்யாவர்த்தம், அர்த்தாவபேதம் என்னும் நோய்கள் தீரும். 69.

சதாவர்யாதி லேபம்.

தண்ணீர்முட்டான், கருநெய்தல், அறுகம்புல், எள், சாறடை இவற்றின் லேபமானது சங்ககம், அநந்தவாதம் என்கிற சிரஸ்ஸைப்பற்றிய வலிமுதலானவற்றைப் போக்கும். 70.

(ப்ரலேபமும் ப்ரதேஹமும்.)

ப்ரலேப ப்ரதேஹங்கள்.

இதன்பிறகு அறிஞரது கொள்கையை அநுஸரித்து இன்னும் சில லேபவிதிகள் வரையப்படுகின்றன. லேபமானது ப்ரலேபம் என்றும், ப்ரதேஹம் என்றும் இரண்டுவிதமாகப் பகுக்கப்பட்டிருக்கின்றது. ஈரமான எருமைத்தோல் எவ்வளவு பருமனோ அவ்வளவு கனமாக ப்ரலேப ப்ரதேஹங்களைச் செய்யவேண்டுமென்பது பொதுவிதியாகும். எந்த லேபமானது குளிர்ச்சியாகவும், அதிக கனமல்லாமலும், உலர்ந்துவிடக் கூடியதாகவும் செய்யப்படுகிறதோ அது ப்ரலேபம் எனப்படும். எந்த லேபம் ஈரமாகவும், சிறிது கனமாகவும், உஷ்ணமாகவும் செய்யப்படுகிறதோ அது ப்ரதேஹம் என்று சொல்லப்படும். இவற்றுள் ப்ரதேஹம் கப-வாதங்களாலுண்டாகும் கோளாறுகளைப் போக்கக்கூடியதாம்.[1] 71—$72\frac{1}{2}$.

1. ப்ரலேபம் அல்லது லேபம் என்றால் ஸாதாரணமான எந்தப் பூச்சு மருந்தையும் குறிக்கும்; ப்ரதேஹமென்றால் பற்றுப்போடுதல்.

ப்ரதேஹ-ப்ரலேபநங்களில் சில நியமங்கள்.

ப்ரலேப-ப்ரதேஹங்களை மயிர்க்கால்களினூடே பிரவேசிக்குமாறு லேபநம் செய்தால், அவற்றின் வீர்யம் மயிர்க்கால்களின் மூலமாகவும், ஸிரைகளென்னும் காரிரத்தக் குழாய்களின் முகங்களாலும் சரீரமெங்கும் சீக்கிரத்திற் பரவும். இரவில் லேபநம் செய்யக் கூடாது. உலர்ந்து கொண்டுவரும் ப்ரலேபநத்தை அவ்விதமே வைத்திராமல் அதை யெடுத்து விட வேண்டும். ஆனால் ப்ரதேஹத்தில், அது பூசப்பட்டுள்ள பாகம் உலர்ந்து அவ்விடத்தில் ஒருவாறு இசிவுகாணும் வரையில் அப்பூச்சு உலர்ந்துவருமளவும் அதையெடுத்துவிடாமல் வைத்திருக்கலாம். இரவில் மயிர்க்கால் முனைகளில் தேஹச்சூடு தங்கியிருந்து சூரிய வெளிச்ச மின்மையினால் தானே வெளிவந்து விடுமாகையால் இரவில் லேபநம் செய்யக் கூடாது. ஆனால் விஷயமுணர்ந்த நிபுணர்கள் அவசியமென்றறிந்தால் இரவிலும் ப்ரலேபநம் முதலியதைச் செய்யக்கூடும். 73—76.

விரணங்களில் லேபம் முதலிய கிரமம்.

இரத்தம் கபம் இவற்றின் கோளாறால் ஸம்பவிக்கும் சோபை அல்லது வீக்கம் பழுக்காமலும் வெகு ஆழமாக வியாபித்து மிருந்தால், அதற்கு முதலில் வீக்கத்தைக் குறைப்பதற்கான 'சோதஹரம்' என்கிற லேபமும், இரண்டாவது ரக்தமோக்ஷணமும்[1], மூன்றாவது உபநாஹ ஸ்வேதமும்[2], நான்காவது சஸ்திரத்தினால் கீண்டு தோஷங்களை வெளிப்படுத்தும் முறையும், ஐந்தாவது அவ்விரணத்தைக் கழுவியோ வேறுவிதமாகவே சுத்திசெய்யும் 'சோதநம்' என்னும் முறையும், ஆறாவது 'ரோபணம்' என்னும் விரணத்தை ஆறச்செய்வதும், ஏழாவது விரணமுண்டான விடத்திற்கு மீண்டும் பழைய நிறமுண்டாகப் பண்ணுவதும் கிரமமாக விரணங்களுக்கு அவசியம் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸா முறைகளாம். 77—$78\frac{1}{2}$.

பீஜபூர முலாதி லேபம்.

கொடி மாதுளையின்வேர், ஜடாமாம்ஸீ, தேவதாரு, சுக்கு, சிற்றரத்தை, முன்னைவேர் இவற்றை அரைத்து லேபமாக உபயோகிக்க வாததோஷத்தினாலுண்டாகும் வீக்கம் நிவ்ருத்தியாகும். $79\frac{1}{2}$.

மதுகாதி லேபம்.

அதிமதுரம், வெண்சந்தனம், பெருங்குரும்பை, நெட்டக் கோரையின் வேர், அல்லிக்கிழங்கு, வெட்டிவேர், இளாமிச்சைவேர், தாமரைப்பூ இவற்றைப் பித்தத்தினாலுண்டாகும் வீக்கங்களில் லேபமா யுபயோகிக்கலாம். $80\frac{1}{2}$.

க்ருஷ்ணாதி ப்ரதேஹம்

திப்பிலி, பழைய எள்ளுப்பிண்ணாக்கு, முருங்கப்பட்டை, மணல், கடுக்காய் இவற்றைப் பசுமூத்திரத்தில் அரைத்துக் கொதிக்கவைத்து இளஞ்சூடாக ப்ரதேஹம் செய்தால் கபத்தினாலுண்டாகும் வீக்கம் நிவாரணமாகும். $81\frac{1}{2}$.

நிசாதி லேபம்.

மஞ்சள், மரமஞ்சள், வெண்சந்தனம், செஞ்சந்தனம், கடுக்காய், அறுகம்புல், வெள்ளைச்சாறடை, வெட்டிவேர், அல்லிக்கிழங்கு, வெள்ளிலோத்தி, காவிக்கல், இரஸாஞ்ஜநம் இவற்றை நன்றாக அரைத்து ஆகந்துகமென்னும் வெளிக்

1. ரக்தமோக்ஷணம்—இதைப்பற்றிய விவரங்களை 12-வது அத்தியாயத்திற் காண்க.

2. உபநாஹ ஸ்வேதம்—இதைப்பற்றி 178-வது பக்கம் பார்க்க.

காரணங்களாலுண்டாகிற வீக்கத்திலும், இரத்ததோஷத்தினுல் ஸம்பவிக்கும் வீக்கத்திலும் லேபமா யுபயோகிக்கலாம். 82, 83.

சணபர்ண்யாதி லேபம். சேப்பங்கிழங்கு, முள்ளங்கி, முருங்கக்காய், எள், கடுகு, ஸக்து என்னும் காடிச் சத்து, கிண்வமென்கிற மத்யச்சக்கை, ஆளிவிதை இவற்றின் லேபநத்தினுல் வீக்கங்கள் பழுத்துவரும். 84.

தந்த்யாதி லேபம். நேபாளம், சித்திரமூலப்பட்டை, கள்ளிப்பால், எருக்கம்பால், வெல்லம், சேராங்கொட்டை, அன்னபேதி, இந்துப்பு இவற்றின் லேபநம் 'தாரணகுணம்' 1 உள்ளதாம். 85.

சிரிபில்வாதி லேபம். புங்கம்பட்டை, சேராங்கொட்டை, நேபாளம், சித்திரமூலம், அலரிவேர், மாடப்புறுவினுடையவும் பருந்தினுடையவும் கழுகினுடையவும் மலங்கள் இவற்றை அரைத்து லேபமாக உபயோகித்தால் 'தாரணம்' என்னும் வேலையைச் செய்யும். 86.

ஸர்ஜக்ஷாராதி லேபம். ஸர்ஜக்ஷாரம், யவக்ஷாரம் இவற்றை லேபநம் செய்ய சோதைகள் என்னும் வீக்கங்கள் சீக்கிரம் உடைந்துவிடும். அவ்விதமே கூகைநீறையும் விரணம் முதலியவை உடைவதற்கு மேலே லேபமாக உபயோகிக்கலாம். 87.

இரண்டாம் திலாதி லேபம். எள், இந்துப்பு, அதிமதுரம், வேப்பிலை, மஞ்சள், மரமஞ்சள், சிவதைவேர் இவற்றை இடித்து நெய்விட்டுக் கலந்து விரணங்களின்மேல் லேபநம் செய்ய அவை சுத்தமாகும். 88.

நிம்பபத்ராதி லேபம். வேப்பிலை, தேன், நெய், மரமஞ்சள், அதிமதுரம், எள் இவற்றை ஒருமிக்க அரைத்து லேபநம் செய்ய விரணம் சுத்தியாவதுடன் சீக்கிரம் ஆறியும் வரும். 89.

கரஞ்ஜாதி லேபம். புங்கம்வேர், வேப்பிலை, நொச்சியிலை இவற்றை அரைத்து லேபநம் செய்தால் விரணத்திலுண்டாகும் கிருமிகள் அழிந்துவிடும். 89½.

லசுநாதி லேபம். வெள்ளுள்ளியின் கல்கத்தையாவது, வேப்பிலையையும் காயத்தையும் சேர்த்து அரைத்த கல்கத்தையாவது விரணக் கிருமிகளைப் போக்க லேபமாக உபயோகிக்கலாம். 90.

இரண்டாவது நிம்பபத்ராதி லேபம். வேப்பிலை, எள், நேபாளம், சிவதைவேர், இந்துப்பு, தேன் இவற்றைச்சேர்த்து, செய்யப்படும் லேபமானது கெட்டுப்போன விரணங்களை சுத்தம் செய்யவும் ஆற்றவும் அடியோடு அவற்றைப்போக்கவும் உபயோகமாகும். 91.

மதநபலாதி ப்ரதேஹம். மறுக்காரை, கடுகரோஹிணீ இவ்விரண்டையும் காடியினுல் ஆட்டி, அதைக் கொதிக்கவைத்து நாபியின்மேல் சிறிது சூடாயிருக்கும்போதே லேபநம் செய்ய வயிற்றுநோய் நிவ்ருத்தியாகும். 92.

1. தாரணம்—விரணங்களைப் பிளக்கச்செய்யும் குணம்.

169

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்:
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 2. Vol II. | ஆனந்த வரு பங்குனிமீ—APRIL—1915. | ஸஞ்சிகை 8. No. 8.

OFFICE ... JUN 1915 ... MADRAS

A HISTORICAL SKETCH OF UNANI MEDICINE.

யூனனி வைத்தியத்தின் சுருக்கமான வரலாறு.

BY HAKIM M. K. SYED MUHAMAD PULAVAR.

ஆதி யூனனி வைத்தியர்கள்.

இவ்வுலகில் சராசரங்களனைத்தையும் படைத்துக் காத்தழிக்கும் ஞான தயாஸிந்துவான கடவுளால் ஆதி மனிதனைப் படைக்கப்பட்ட ஆதாம் என்னும் ஆதி பிதாவானவர் இப்பூமண்டலத்தில் ஜீவித்திருந்த ஆயிரம் வருஷங்களில் வைத்திய சாஸ்திரத்தில் சொல்லப்பட்ட வியாதிகள் அனைத்தும் அவருக்கு நேரிட்டனவாம். அக்காலங்களில் அந்நோய்களுக்குக் கடவுளால் உபதேசிக்கப்பட்ட சிகித்ஸைகளே வாய்மொழியாகப் பரம்பரையாய் மனிதருக்குள் வழங்கிவந்தன. அவைகளைத் திரட்டி தாறுதுனபி, ஹலையுமான் னபி, ஹக்கீம் றும்பான் முதலிய பண்டிதர்கள் யூனனி பாஷையில்* புஸ்தகங்களாகச் செய்தனர். அதன் பின்னர் ஹக்கீம் புஃறுத் என்னும் பெரிய பண்டிதர் சரீரலக்ஷணம், ரோகநிதானம், நாடீபரீக்ஷை, சிகித்ஸா கிரமம் முதலான விஷயங்களைச் சேர்த்து மிகத் தெளிவாகவும் விரிவாகவும் ஒரு நூல் இயற்றினர். அக்கிரந்தம் இக்காலத்தும் மிக்கச் சிறப்புடைத்தென்பதற்கு ஏதும் ஐயமின்று.

அதன்பின் ஹக்கீம் அரஸ்பாதலீஸ், ஹக்கீம் அபலாத்தூன் முதலிய அநேக பண்டிதர்கள் விரித்தும் சுருக்கியும் அநேகவிஷயங்களைப் புதிதாகச் சேர்த்தும் பல நூல்களைச் செய்தனர். அவைகளை விரித்தெழுதப்புகின் விஷயம் பெருகுமென நினைத்து அவ்விவரங்களை இங்கு விலக்கினேன். இஃது இங்ஙனம் நிற்க:

ஒஷதிகளோடு ஸம்பாஷித்துக்கொண்டிருந்ததாகச் சொல்லும் ஹக்கீம் தீஸிஃகூரி தூஸ் என்னும் பண்டிதர் பதார்த்தகுண சாஸ்திரத்தைச் செய்தனர். அதன்பின் ஹக்கீம் போலீஸ் என்பவர், அவற்றுள் நேத்திரத்திற்குபயோகமான பதார்த்தங்களையும், ஹக்கீம் அந்தருமாகஸ் என்பவர் விஷபார்த்தங்களையும் விஷமல்லாத பதார்த்தங்களையும் பிரித்தெழுதினர். அதன் பின்னர் ஹக்கீம் ஜாலினூஸ் என்பவர் பதார்த்தங்களின் இயற்கைக் குணம், பயன், நன்மை-தீமைகள், மாற்று, பிரதி என்னுமாறு வகைகளைக் காட்டி நூல்களெழுதினர். இவ்வாறு அநேக பண்டிதர்கள் பல விஷயங்களைச் சேர்த்துப் பலவகையான

* யூனனி - இப்பெயர்கொண்ட தேசம் மேனுட்டாரால் கிறீஸ் என்றும் கிறேஸ் என்றும் சொல்லப்படும். (முதலிற்கூறப்பட்டது இங்கிலீஷிலும், இரண்டாவது ப்ரெஞ்சிலும் வழங்கப்படுவதாம்.)

பதார்த்தகுணநூல்களை யூனானிபாஷையில் வரைந்தனர்.

இச்சாஸ்திரங்களைப் பாபிலோன் நாட்டிலிருந்த ஹக்கீம் ஹைதுரூஸ் என்பவர் யூனானிபாஷையிலிருந்து ஹிப்ரியானி பாஷையில் மொழிபெயர்த்தார். அந்நூல்களை ரைசாப்பூரிலிருந்த ஹக்கீம் இஸாஃ என்பவர் சில விஷயங்களைச் சேர்த்து அராபிபாஷையில் மொழிபெயர்த்தனர். பின்னர் இவர் குமாரனாகிய ஹக்கீம் உனயின் என்பவர் பதார்த்தங்களில் ஆஹாரபதார்த்தங்கள்' இவையென்றும், ஔஷதப் பதார்த்தங்கள் இவை யென்றும் பிரித்தெழுதினர். பின்பு முஸல்மான்களாகிய ஹக்கீம் அஹமத் ஜக்கரியா முதலானவர்களும், மிகச் சிறந்த பண்டிதராகிய ஹக்கீம் பூவலி ஸீனா என்பவரும் அநேக விஷயங்களைச் சேர்த்துப் பல நூல்களை அராபி பாஷையில் செய்தனர். அந்நூல்களை ஹக்கீம் அமீனுத் தௌலா, மிஸர் (மிச்ர) தேசத்திலிருந்த * ஹக்கீம் ஷெய்க்தாவூது மிஸரி, கைலான் தேசத்திலிருந்த ஹக்கீம் அலிகைலானி, ஹக்கீம் மியா முஹம்மத் அர்ஜானி முதலிய பண்டிதர்கள் அராபிபாஷையிலிருந்து பாரஸீகபாஷையில் மொழிபெயர்த்தார்கள். இதுவுமன்றி, ஹக்கீம் மீர் முஹம்மத் காஸீம் முதலிய பண்டிதர்கள் ஸம்ஸ்கிருத பாஷையிலிருந்த சாஸ்திரங்களையும் பாரஸீகபாஷையில் மொழிபெயர்த்தனர். இவ்வாறே அநேக பண்டிதர்கள் பாரஸீக பாஷையில் அநேக நூல்களைச் செய்து வந்தனர்.

யூனானி வைத்திய சாஸ்திரப் பிரிவுகள்.

வைத்தியமென்பது வந்த நோயை நீக்கவும், அதனால் குறைவுற்ற ஸௌக்கியத்தை கூடினவரையில் மறுபடியுண்டாக்கவும் ஏற்பட்ட விதியாக இருக்கின்றது. அவ்வைத்தியம் காட்சி (நஜுரி), சிகித்ஸாக்கிரமம் (அமலி), ஔஷத முறை (ஃகராபாதீ) என மூன்றாக வகுக்கப்பட்டிருக்கின்றது. அவற்றுள் சரீர லக்ஷணம், நாடிபரீக்ஷை, மூத்திரப்பரீக்ஷை முதலியதுகளைச் சொல்லுவது நஜுரி என்றும், ரோக நிதானம் சிகித்ஸாக்கிரமம் இவற்றைச் சொல்லுவது அமலி என்றும், ஔஷதமுறை, அவற்றின் செய்பாகம் முதலியவைகளைக் கூறுவது ஃகராபாதீ என்றும் சொல்லப்படும்.

யூனானி வைத்திய விஷயங்கள்.

வைத்தியத்திற்கு ஆதாரமானது தபீயத் அல்லது தேஹஸ்வபாவமாம். அதாவது அசைவிற்கும் அமரிக்கைக்கும் காரணமாகிய முயற்சியும் உணர்ச்சியுமின்றித் தனக்குத் தானே தேகஹத்திற்கு வரும் தீமையை நீக்கி நன்மையைத் தருவதற்கு ஆதாரமாகிய சக்தியேயாம். அது அற்கான் (ப்ரக்ருதி), அம்ஜா (குணம்), அஃலாத் (ஸத்து), அஹஜா (உறுப்புகள்), குவா (சக்தி), அரவாஃ (ஆத்மா), அப்ஹால் (தொழில்) என்னும் ஏழு அங்கங்களுடையதாயிருக்கின்றது. இத்துடன் அஸ்னான் (வயது), அல்வான் (நிறம்), ஸகனா (தேஹப்பரிமாணம்), லாஃ (ஆண் பெண் என்னும் இனம்) என்கிற இந்த நான்கையும் கூட்டிப் பதினொன்றாகப் பின்னோர்களால் விஷயங்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் அற்கான் என்பது சரீரத்திற்கு முதற்காரணமாயும், விரிவாகவும்-இலகுவாகவும்-குருவாகவும் இருக்கின்ற தேயு முதலிய நான்கு பூதங்களாம். * அவற்றுள் தேயு அதி லகுவாயும், வாயு லகுவாயும், அப்பு குருவாயும், ப்ருதிவீ அதி குருவாயும் இருப்பது காண்க. அம்ஜா என்பது, பூதங்கள் நான்கின் குணங்களாகிய ஹாறாத் (சூடு,) புறாதத் (குளிர்ச்சி), றுதூலத் (கொழுமை,) யுபூஸத் (வறட்சி) என்னும் இந்த நான்குக்கும் பொதுவாம். அஃலாத் என்பது குடலில் பக்வாசயத்தில் ஜீர்ணித்த அன்னரஸத்தினின்றும் மாறிப் பிரிந்து திரவரூபத்தையுடைய ஃகூன் (இரத்தம்), ஸபரா (பித்தம்), பல்கம் (ச்லேஷ்மம்,) ஸவுதா (வாதம்) ஆகிய நான்கு ஸத்துக்களுமாம். அஹஜா என்பது கை-கால் முதலிய வெளியுறுப்புகளும், ஈரல்-குடல் முதலிய உள் உறுப்புகளுமாம். அரவாஃ என்பது றூஹேஹைவானி (ஜீவாத்மா,) றூஹேதபாஸி (தேஹாத்மா) றூஹே நப்ஸானி (அறிவாத்மா) ஆகிய இம்மூன்று வகையான ஆத்மாக்களைக் கூறுவதாம். குவா என்பது பார்த்தல், கேட்குதல், உணர்தல் முதலான சக்திகளாம். அப்ஹால் என்பது ஆத்மாக்களின் தொழில்களைக் குறிப்பதாம். இவ்வேழும் கூடியதே தேஹஸ்வபாவம் எனப்படுகின்றது.

* மிஸர் தேசத்தை இங்கிலீஷில் ஈஜிப்டு எனவும், ப்ரெஞ்சில் எகிப்த் என்றும் கூறுவர்; இதுவே பூர்வீக ஸம்ஸ்கிருத தேசமாம்.

* ஆகாயத்திற்கு உருவமில்லையாதலாலும், அது எந்தப் பூதத்தோடு சேருகின்றதோ அதன் குணமேயல்லாது அதற்கு வேறு குணமில்லை யென்னும் கருத்தாலும் அதைப் பூதமெனக்கூறுதொழித்து 'பூதங்கள் நான்கே' என்று யூனானி சாஸ்திரம் கூறுகின்றது.

ஆத்மாக்களின் தொழில்கள்.

தேஹ ஸ்வபாவத்தை இயக்கும் ஆத்மாக்கள் மூன்றில் றூஹேஹைவானி என்னும் ஜீவாத்மா ஹ்ருதயத்தை இருப்பிடமாகப் பெற்று அதிற் பொருந்தி நின்று தேஹவியக்கம், பகுத்தறிவு, கோபம், பயம், ஸந்தோஷம், துக்கம், யூகை இவைகளையுண்டாக்கும். றூஹே தபாஸி என்னும் தேஹாத்மா ஈரலையிடமாகப் பெற்று நின்று தேஹத்தைப் போஷிக்கும். றூஹே நப்ஸானி என்கிற அறிவாத்மா தலையிலுள்ள மூளையை இருப்பிடமாகப் பெற்று நின்று, சிந்தித்தல் முதலிய உள்ளுணர்வுகளையும் உண்டாக்கும். இவையே ஆத்மாக்களின் ஸாதாரணத் தொழில்களாம்.

ஆத்மாவின் வரலாறு.

ஆத்மாவென்பது இரத்தத்தின் கொழுமையினின்று எழுகின்ற ஓர் ஆவியாகவிருக்கின்றது. அவ்வாத்மாவின் சிகையே (இது அருறத்தே கரீஜி எனப்படுகிறது) தேஹச்சூடாம். ஆத்மா உண்டாகிறதற்கு முதற்காரணமாகிய இரத்தத்திற்கும் தேஹத்திற்கும் ஸம்பந்தத்தை யுண்டாக்குவது றுதூலத்தேஃகரீத (ச்லேஷ்மநீர்) ஆக இருக்கின்றது. இம்மூன்றும் தேஹத்தில் நெய், திரி, தீ சேர்ந்த விளக்கிற்கொப்பாகக் காணப்படுகின்றன. தீக்கும் நெய்க்கும் ஸம்பந்தத்தையுண்டாக்கிய திரியையொத்த ச்லேஷ்மநீர் அதிகப்படுவதால் இரத்தத்தின் கொழுமை குறைந்து, அதனால் ஆத்மசக்தியும் குன்றி, அதனால் தேஹச்சூடும் குறைந்து குளிர்ந்து நசிக்கும்.

தேஹத்தையாளும் தலைமைக் கருவிகளும் அவற்றின் தொழில்களும்.

தேஹத்தின் உள்ளுறுப்புகளுள் ஜிகர் (ஈரல்), தில் (இருதயகமலம்), திமாஃ (தலையின்மூளை), உன்ஸயின் (குண்டிக்காய்) இந்த நான்கும் அஹஜாயே றயிஸ் (இராஜக் கருவிகள்) என்றும், இவற்றிற்கு முறையே ஊரிதா (புணர்புநரம்பு), ஷாயின் (துடிநரம்பு,) அஹஸாப் (வெண்ணரம்பு), ஊஹயா (சுக்லநரம்பு) இந்த நான்கும் ஃகாதிமே றயிஸ் (ஏவற்கருவிகள்) எனவும், மேதா (இரைப்பை), என்றும். மஜூஸா (துணைக் கருவி) எனவும் சொல்லப்படும். இவற்றுள் துணைக்கருவியாகிய இரைப்பையின் தொழிலால் மலம் நீங்கிப் பக்குவமடைந்த அன்னரஸத்தை இரத்தமாக்கித் தனது ஏவற்கருவியாகிய புணர்புநரம்புகளின் வழியாக உடலெங்கும் ஏற்றித் தேஹத்தைப் போஷிப்பதாயும், இருதய கமலம் தனது ஏவற்கருவியாகிய துடிநரம்புகளின் வழியாக ஆத்மசக்தியை உடலெங்கும் பரவச்செய்து உயிர்ப்பிக்கிறதாகவும், தலையிலுள்ள மூளையானது தன்னுடைய ஏவற் கருவியாகிய வெண்ணரம்புகளின் வழியாக உணர்ச்சியை அங்கங்களில் எங்கும் நிறைத்து இயக்குவதாயும், குண்டிக்காய்கள் இரத்தத்தோடு கலந்து ஈரலில் நின்ற சிறு நீரைப் பிரிப்பதுமன்றி, தனது ஏவற்கருவியாகிய சுக்லநரம்புகளின் மூலமாக இரத்தத்தின் ஸத்துக்களை இழுத்துப் பீஜத்திற் சேர்த்து பிந்துவாக வெளுக்கச் செய்கிறதாகவும் அறியப்படுகிறது. ஆதலால் ஈரலின் தன்மையை மூத்திரத்தினாலும், இருதயத்தின் தன்

மையை நாடியினாலும், மூளையின் தன்மையை இயக்கத்தாலும், இரைப்பையின் தன்மையை மலத்தினாலும் அறியவேண்டும். இவ்விஷயங்களின் உண்மையான அறிவை இவற்றில் போதுமான பயிற்சியுள்ள பண்டிதர்களிடம் கற்றுப் பெறலாம்.

பதார்த்தகுணங்களின் வரலாறு.

உலகத்தில் கண்களுக்குத் தோற்றுகின்ற தாது-மூலஜீவப் பொருட்களாகிய பதார்த்தங்கள் அனைத்தும் தேயு, வாயு, அப்பு, ப்ருதிவீ ஆகிய நான்கு பூதங்களின் அம்சமேயாதலால், அந்த பூதங்களுக்கு ஆதாரமாகிய சூடு, கொழுமை, குளிர்ச்சி, வறட்சி என்னும் இந்த நான்கையுமே ஸ்வபாவகுணமாகப் பெற்றிருக்கின்றன. இதனைத் தனிக் குணமென்று மொழிவர். ஆனால் சூட்டின் விகற்பமே வறட்சியும், குளிர்ச்சியின் விகற்பமே கொழுமையுமாதலால், சூடு-குளிர்ச்சி இரண்டும் கர்த்தாவாகவும், வறட்சி-கொழுமை இரண்டும் செயப்படுபொருளாகவும் இருப்பதால், தேயுவானது சூட்டுடன் வறட்சியையும், வாயு சூட்டுடன் கொழுமையையும், அப்பு குளிர்ச்சியுடன் ஈரத்தையும், ப்ருதிவீ குளிர்ச்சியோடு வறட்சியையும் பெற்றிருப்பதுபோல, ஸகல பதார்த்தங்களும் ஒவ்வொரு பூதத்திற்குரிய இரண்டு குணங்களையே பெற்றிருக்கின்றனவாம். இவற்றைக் கூட்டுக் குணமெனச் சொல்வர். இக்குணங்களில் ஒன்றுக்கொன்று உயர்வு தாழ்வின்றியே ஸமமாகப் பொருந்தியிருந்தால் அப்பொழுது இவை ஸமரஸ குணமென்றும் சொல்லப்படும்.

மேற்கூறிய குணங்கள் முதலானவற்றையும் வைத்திய கலாநிதி வாயிலாக இனி வெளியிடுவேன்.

DHARA KALPA OR THE AYURVEDIC SYSTEM OF DOUCHE BATH.

தாரா கல்பம்.

By N. MADHAVA MENAN,
AYURVEDA BHUSHAN.
Asst. Physician, Ayurvedic Free Dispensary and Lecturer, Madras Ayurvedic College.

(தை மாதத்து ஸஞ்சிகையில் வெளிவந்ததின் தொடர்ச்சி.)

தாராத்திரவத்திற்கான கலயம்.

பிறகு தாரையை ஊற்றுவதற்கான கலயத்தைப்பற்றியும் சிறிது விவரிப்போம்: தாராவிதிக்கு உபயோகமான உபகரணங்களில் இக்கலயமும் பிரதானமானதே. இக்கலயத்தைச் செய்வதிலும் வைத்தியன் சிறிது கவனம் செலுத்தவேண்டும். இது வெள்ளி, தாமிரம் முதலான லோஹங்களால் செய்யப்பட்டதாயிருக்கக்கூடாது; லோஹங்களாலான பாத்திரங்களில் அம்லரஸம் முதலிய சுவையுள்ள திரவபதார்த்தங்களைச் சேர்த்தால் அவை கெட்டுப்போய்விடும்; ஆகையால் எவ்வித திரவவஸ்துக்களையும் சிறிதும் ஸந்தேஹமின்றி வைத்து வைப்பதற்கு ஏற்றது மட்பாத்திரமேயாம். இந்தக் கலயம் சுமார் 64-பலங்களுக்குக் குறையாமல் திரவவஸ்து கொள்ளக்கூடியதாயிருக்கவேண்டும். இதன் உட்புறத்து அடித்தடத்தின் மையம் சிறிது மேலெழுந்தும், அந்த மையத்தின் சுற்றுப்புறம் ஓரம் வரையிலும் க்ரமமாகப் பள்ளமாகவும், மழமழப்பாகவும் திடமாகவும் செய்யப்பட்டிருக்கவேண்டும். கலயத்தை நல்ல கருத்த களிமண்ணால் செய்து சூளையிலிட்டுக் காய்ச்சியெடுத்து வைக்கவேண்டியது. மேலும் இக்கலயத்தைக் கட்டி உயரத் தொங்கவிடுவதற் கேற்றவாறு, இதன் வாயைச் சுற்றிலுமுள்ள விளிம்பை வெளிப்புறமாகச் சற்றுப் பிதுங்கியதாக அமைக்கவேண்டும். பிறகு இதன் அடியில் மையத்தில் சுண்டுவிரல் புகுமாறு ஒரு த்வாரத்தை ஏற்படுத்தவும்; இந்த த்வாரத்தினூடே கலயத்தின்கீழ் தொங்குமாறு ஒரு வர்த்தியை இணைக்கவேண்டும்; கலயத்தில் நிரப்பிய திரவவஸ்து இவ்வர்த்தி மூலமாகவே வெளிப்படும். தாராஸ்வரூபமானது இப்பொழுது சுருக்கமாகக் கூறப்பட்டது; இதைப் பற்றிய மற்றும் விஷயங்கள் இதனடியில் விவரமாகக் கூறப்படுகின்றன:

அக்கலயத்தின் அடித்வாரத்தில் சேர்க்கப்படும் திரி, நூல்களால் செய்யப்பட்டதாகவும், காடு முரடாக இல்லாமல் ஒழுங்காகவும் அழுக்கடையாததாகவும் இருத்தல்வேண்டும்; பெருவிரல் அவ்வளவு கனமும் நான்கு அங்குலம் நீளமுமுள்ள ஒரு ஒழுங்கான மரக்குச்சியை அக்கலயத்தினுள்ளே குறுக்காக வைத்து, முற்கூறிய நூல்வர்த்தியை இக்குச்சி அல்லது சலாகையில் நன்றாகத் தொடுத்துவிடவும்; இதிலிருந்தே கலயத்தின் த்வாரத்தினூடாக அவ்வர்த்தி வெளியில் ஊசலாடும். ஒரு தேங்காயின் அடி மூடியை எடுத்து அதன் கொட்டாங்கச்சியின் நடுவில் கலயத்திலுள்ள த்வாரத்துக்கு ஸம அளவாக த்வாரமொன்று ஏற்படுத்தி, அதன் மற்றொரு அகன்ற வாயைச் சுற்றிலும் பற்களைப் போல் அறுத்து அக்கலயத்தினுள் கவிழ்த்து விடவும்; கவிழ்ப்பதற்கு முன் கொட்டாங்கச்சியின் மையத்து த்வாரத்தின்மேல் முற்கூறிய குச்சியைக் குறுக்காக வைத்து, அக்குச்சியில் வர்த்தியைக் கட்டி, அவ்வர்த்தி கொட்டாங்கச்சியின் உட்புறத்தினூடே சென்று கலயத்திற்கு அடியில் தொங்குமாறு அமைக்கவேண்டும். இவ்வாறு சில வைத்தியர்கள் ஸௌகர்யத்தின்பொருட்டு கலயத்தினுள் வர்த்தி முதலானவற்றை அமைக்கின்றனர். இவ்விதமாக ஒரு கொட்டாங்கச்சியைக் கலயத்தினுள் வைப்பதில் உபயோகமென்னவென்றால்: கொட்டாங்கச்சியின் த்வாரத்திலும், கலயத்தின் த்வாரத்திலும் வர்த்தியானது நன்றாகத் தொடுக்கப்பட்டிருக்குமாதலால், கலயம் அசையும்போது வர்த்தி அதிக ஆட்டங்கொள்ளாமலிருக்கும்; வர்த்தியைக் கட்டியுள்ள குச்சி கலயத்தின் அடித்தடத்திலேயே சேர்க்கப்பட்டிருந்தால், கலயம் சிறிது ஆட்டங்கொள்ளும்போது எப்பொழுதும் வர்த்தி அதிகமாய் அசைந்துகொண்டிருக்கும்; அதனால் வர்த்தியிலிருந்து ஔஷதத்திரவத்தின் தாரையும் குறிப்பிட்ட ஓரிடத்திலேயே விழமுடியாமல், அது பலவாறு சிதறி விழும். ஆகவே நினைத்தபடி பயனுண்டாகாமல் காரியம் நன்கு நிறைவேறாது. கொட்டாங்கச்சியைக் கலயத்திற்குள் கவிழ்த்து மூடிவிடுவதால் திரவத்தின் தாரை தடையுறுமென்று ஸந்தேஹப்படவேண்டாம். தேங்காயோட்டின் முக விளிம்பானது சுற்றிலும் அறுக்கப்பட்டிருப்பதால் பற்களைப்போல் அவற்றின் த்வாரங்களினூடே திரவபதார்த்தம் கலயத்தினடியில் பிரவேசித்து, திரியின் மூலமாய் வெளியில் தாரையாகப் பெருகும்; ஜாலங்களைப்போன்ற அப்பற்களின் வழியாக ஜலம் மெதுவாக உட்சென்று வருமாதலால், திரியின் மூலமாகப் பெருகும் தாரையும் ஒரே ஒழுங்காக ஓர் அளவில் விழுந்துகொண்டிருக்கும். மேலும் திரவமானது ஒரே அளவாகவும் ஒரே சீரான வேகத்துடனும் க்ரமமாக தாரையாகப் பெருகுவதற்கு மற்றொரு உபாயமும் செய்யப்படுவதுண்டு. எங்ஙனமெனில்: தாராப்ரயோகஞ்செய்யப்படும்போது ஒவ்வொரு நாளும் புதிதாக வாழையிலைத்துண்டு ஒன்றை நெருப்புத் தணலில் சிறிது வதக்கித் துடைத்து வட்டமாகக் கத்தரித்து, கலயத்தினுள் கொட்டாங்கச்சியினடியில் வைக்கவேண்டும்; அவ்விதம் செய்வதற்கு முன் அந்த இலையில் சில த்வாரங்களை ஏற்படுத்த வேண்டியதும் அவசியம். இவ்விதம் செய்தால் தாரையின் பருமனும், அதன் வேகமும் ஓர் அளவாக இருக்கும். இவ்வாறு இலையை அக்கலயத்தினுட்புறத்தில் சேர்க்காவிட்டால், அப்பாத்திரத்தில் திரவத்தைச் சேர்க்கும்போது முதலில் தாரையின் பருமனும் வேக

மும் அதிகமாயிருந்து, கிரமமாக முதலிலிரு
ந்த அவ்வேகமும் தாரையின் பருமனும் அள
விற் குறைந்துவிடும். தாரை ஒழுங்காகவும்
அமைதியாகவும் விழாவிட்டால் முறைப்படி
அதனுல் பயனுண்டாவது அரிது. ஆகவே
இவ்வாறு ஸேசநஸ்த்தாலீ என்னும் அக்கல
யம் சாஸ்திர முறைப்படி சில சிற்பங்களுடன்
கூடியதாயிருத்தல் அவசியம். பிறகு இக்கல
யத்தின் கழுத்தில் ஒரு கெட்டியான கயிற்
றைச் சுற்றிலும் கட்டி, அக்கயிற்றில் மற்
றொரு சிறு கயிற்றின் ஒரு முனையை ஒரு
பாரிசத்திலும் வேறொரு முனையை வேறொரு
பாரிசத்திலும் கெட்டியாகத்தொடுத்து, அதை
உயர எவ்விடத்தில் இணைத்தால் ஸௌகர்ய
மோ அவ்விடத்தில் மாட்டி விடவும்.

தாராத் திரவம்.

தாராவிதியின் பலன் அதற்கு வேண்டிய
திரவபதார்த்தத்தின் குணகுணங்களைப் பற்றிய
தாயிருப்பதால், தாராகல்பமென்னும் இம்
முறையில் திரவபதார்த்தமே மிகவும் பிரதான
மானதாம். தக்ரதாரா (மோரைக்கொண்டு
செய்யப்படும் தாராவிதி), க்ஷீரதாரா (பாலால்
செய்யப்படும் தாரை), ஸ்தன்யதாரா (முலைப்
பாலால் செய்யப்படுவது) என்று இது முதலாக
இன்னும் அநேக தாராவிதிகள் அந்தந்தத்
திரவபதார்த்தத்தின் வேற்றுமைக்கு ஏற்ற
வாறு பலவித பெயர்களைக் கொண்டு வழங்
கப்படுகின்றன. அவற்றுள் இப்பொழுது
விசேஷமாக வழங்கப்படுவது தக்ரதாரை
யேயாம்.

தக்ர தாரை.

தக்ரத்தினுல் (மோரால்) செய்யப்படும் தா
ராப்ரயோகமே தக்ரதாரை என்று கொள்ளப்
படலாம். இத்தக்ரதாரை யென்பது சிரஸ்
ஸைப்பற்றிய வியாதிகளிலே சிரஸ்ஸிலேயே
ப்ரயோகிக்கப்படுகிறது. இதற்கு வேண்டிய
திரவபதார்த்தம் மோர் ஒன்றே யென்று நினை
க்கவேண்டாம். முறைப்படி பக்குவம் செய்
யப்பட்ட மோரையே இதில் உபயோகிப்பார்
கள் ; தனியாக மோரையே உபயோகிப்பது
அநேக விஷயங்களில் யுக்தமானதல்ல. தேஹ
த்தில் வாத-பித்த-கபங்களுடைய கோளாறு
களின் தாரதம்யத்திற் கேற்றவாறு ஒவ்வொரு
ஸமயம் நெல்லிக்கனியின் கஷாயம் முதலிய
வேறு திரவபதார்த்தங்கள் சேர்க்கப்படுவ
துண்டு. இவ்விதமானத் திரவபதார்த்தம் இர
ண்டு சேருக்குக் (16 பலத்திற்கு) குறையாம
லும் நான்கு சேருக்கு அதிகப்படாமலும்
தயார் செய்யப்படவேண்டும். இங்கு முதலில்
மோரை இதற்காகப் பக்குவம் செய்யுமுறை
யை விவரிப்போம் :—

அதில் முதன் முதல் கறவைப் பசுவைப்
பரீக்ஷித்து ரோகமில்லாத பசுவைக் கறந்து,
சுத்தமான பாலைக் கிரஹித்து ஒரு சுத்தமான
மட்பாத்திரத்தில் சேர்த்து, அரைச் சேருக்கு
இரண்டு தோலாவெடைவீதம் கோரைக்
கிழங்கைச் சுத்தமானதாய் எடுத்து ஒரு வஸ்
திரத்திற் கட்டி அப்பாலில் சேர்த்து, அதன்
பிறகு பாலுக்கு நான்கு மடங்கு ஜலம் சேர்
த்து, பால் மட்டும் மிகும்படியாகச் சிறு தீயிட்
டுக் காய்ச்சவேண்டும்; காய்ச்சத் தொடங்கி
யது முதல் பக்குவமாகிறவரையில் அக்னி எரி
யும் பிரமாணம் குறையவாவது அதிகப்படவா
வது கூடாது; இடையிடையில் அவித்து அவி
த்தும் தீயிடுவது பிசகு. பால் வற்றிப்போகா
மல் அதில் சேர்த்துள்ள ஜலம் மாத்திரம் வற்
றிப்போகுமளவும் அதைக் கரண்டியைக்
கொண்டு துளாவிக்கொண்டே அதனுள் தும்பு
தூசு முதலியது சேராதபடி ஜாக்கிரதையாகப்
பார்த்துக் காய்ச்சி யெடுக்கவும். இவ்விதம்
பக்குவம் செய்து அடுப்பிலிருந்து இறக்கிய
பின்பும் பால் ஆறிப்போகும் வரையில் அதைத்
துளாவிக்கொண்டேயிருக்கவேண்டும். நன்று
கக் குளிர்ந்த பிறகு சிறிது மோரை அதில்
சேர்த்து விடவும். இதற்கும் மோர் சுத்தமா
யிருப்பது நலம். அப்பால் அப்பாத்திரத்தின்
வாயை மூடியிட்டுக் கட்டி ஓர் உறியில் வைத்
துவிடவும். மறுநாட்காலையில் அதைக் குழ

ப்பி, அதிலுள்ள வெண்ணெயை எடுத்து விட
வும். மிகவும் சுத்தமான இவ்வித மோரை
அந்தந்த ரோகத்திற்கு ஏற்றவாறு வேறு திரவ
பதார்த்தங்களுடன் கலந்தோ அல்லது தனிப்
படவோ தாராகல்பத்தில் உபயோகிக்கலாம்;
பால் காய்ச்சப்படும்போது அதில் வஸ்திரத்
திற் கட்டி சேர்க்கப்பட்ட கோரைக்கிழங்கை
முதல்நாள் புறையிடுவதற்கு முன்னமே எடு
த்துவிட வேண்டுமென்று சிலரும், மறுநாள்
தயிரைக் கடையும்போது எடுத்து எறிந்து
விடவேண்டுமென்று வேறு சிலரும் கூறுவர்.
இவ்விருவகையில் எவ்விதம் செய்தாலும்
மோரின் குண தோஷங்கள் விசேஷமாக மாறு
படுவதில்லை. அந்தந்த வியாதிகளுக்குத் தகு
ந்தவாறு வெட்டிவேர், சந்தனப்பொடி அதி
மதுரம் முதலியதையும் பாலில் சேர்த்து
அதைப் பக்குவம் செய்ய வைத்தியர்கள் தகு
ந்தவாறு பகுத்தறிவுள்ளவரா யிருக்கவேண்
டும். ஸாதாரணமாய் வியாதியில்லாத சிலருக்கு
இம்முறைப் பிரயோகிக்கப்படவேண்டுமாகுல்,
கோரைக்கிழங்கைச் சேர்த்து அதைப் பக்கு
வம் செய்வதே வழக்கம்.

க்ஷீரதாரை.

பாலைக்கொண்டு செய்யப்படும் இந்த தாரா
கல்பமும் பித்தஸம்பந்தமான வியாதிகளில்
சிரஸ்ஸிலேயே பிரயோகிக்கப்படுவது முறை.
இதில் பசம்பாலையே தாரோஷ்ணமாக*ப் பிர
யோகிப்பது நலம்; அவ்வாறு ஸாத்தியப்படா
மற்போனுல், ஏற்ற ஔஷதச் சரக்குகளைச்
சேர்த்துக் காய்ச்சி நன்றாக ஆறியபின்பு உப
யோகிக்கலாம். தக்ரதாரைக்கு வேண்டிய
மோரைப் பக்குவம் செய்ய எவ்வித முறைகள்
கூறப்பட்டனவோ அதே முறைகள் இதற்கும்
அனுஸரிக்கப்படவேண்டும். பாலின் அளவும்
மோருக்குக் கூறப்பட்ட விதமேயாம். இந்த
க்ஷீரத்தில் அரைச் சேருக்கு 4-முதல் 16-
குன்றுமணி யெடையுள்ள கர்ப்பூரமும் சேர்க்
கப்படுவது சிலருடைய வழக்கம். சில ஸம
யம் பிணியாளியின் தேஹக் கூறுபாடு, சிகித்

* தாரோஷ்ணம்—கறந்தவுடனே சூடாயிருக்கும்
பால்.

ஸை செய்வதற்கான காலம் முதலியவற்றின்
தன்மைகளுக்குத் தகுந்தவாறு வெள்ளாட்டுப்
பாலையும் எருமைப்பாலையும் உபயோகிப்பது
உசிதமாகும். இவ்விஷயங்களை வைத்தியர்கள்
பகுத்தறிந்துப் பிரயோகிக்கவேண்டியது கட
மை.

ஸ்தன்யதாரை.

இதில் முலைப்பாலொன்றே திரவப்பொரு
ளென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. மூர்ச்சை,
வாய்ப்பிதற்றல், தலையெரித்தல், ஒற்றைத் தலை
வலி முதலிய வியாதிகளில் இந்த தாரை
யும் சிரஸ்ஸிலேயே பிரயோகிக்கப்படுகிறது.
மோரைப் போலவே இதையும் அந்த அளவில்
உபயோகிப்பது நலமென்றாலும், அவ்வள்வு
முலைப்பால் கிடைப்பது அரிதாயிருக்கும்;
ஆகையால் கிடைத்தமட்டிலும் அதைக்கொண்
டே தகுந்தவாறு தாரையைப் பிரயோகிக்க
வேண்டும். பால் அரைச் சேருக்கும் குறை
வாயிருந்தால் அதைக்கொண்டே தாரையை
நிறைவேற்றுவது அஸாத்தியமேயாம். வியாதி
யுடன் வருந்துபவர்களும், பசி முதலியவற்றால்
வருத்தப்படுகிறவர்களும், பிரஸவித்தவர்களும்,
பிரஸவித்து ஒரு வருஷங் கழிந்தவர்களுமான
ஸ்த்ரீகளுடைய ஸ்தன்யத்தை இதற்காகக் கிர
ஹிக்கக் கூடாது. இதையும் சுத்தமான
பாத்திரத்தில் பீச்சிடச் செய்து எடுத்துக்
கொள்ளவும். இதை ஒரு யாமகாலத்திற்கு
மேல் வைத்திருந்தால் அது குணமிழந்துவிடும்.
ஆகவே பாலைப் பீச்சிய சிறிது நேரத்திற்குள்
ளாகவே அதில் கர்ப்பூரம், கோரோசனை, கஸ்
தூரி முதலியவற்றை அந்தந்த ரோகங்களுச்
குத் தகுந்தவாறு ஏற்ற அளவில் (சுமார் 4
முதல் 16 குன்றுமணி யெடைவரையில்)
பொடித்துச் சேர்த்து அதிற் கலந்து தாராவிதி
யை நிறைவேற்ற வேண்டும்.

ஸ்நேஹ தாரை.

ஸ்நேஹமென்றால் ஏதாவது எண்ணெய் அல்
லது நெய்ப்பொருளாம்; அதனுல் செய்யப்
படும் தாரை ஸ்நேஹதாரை எனப்படுகிறது.

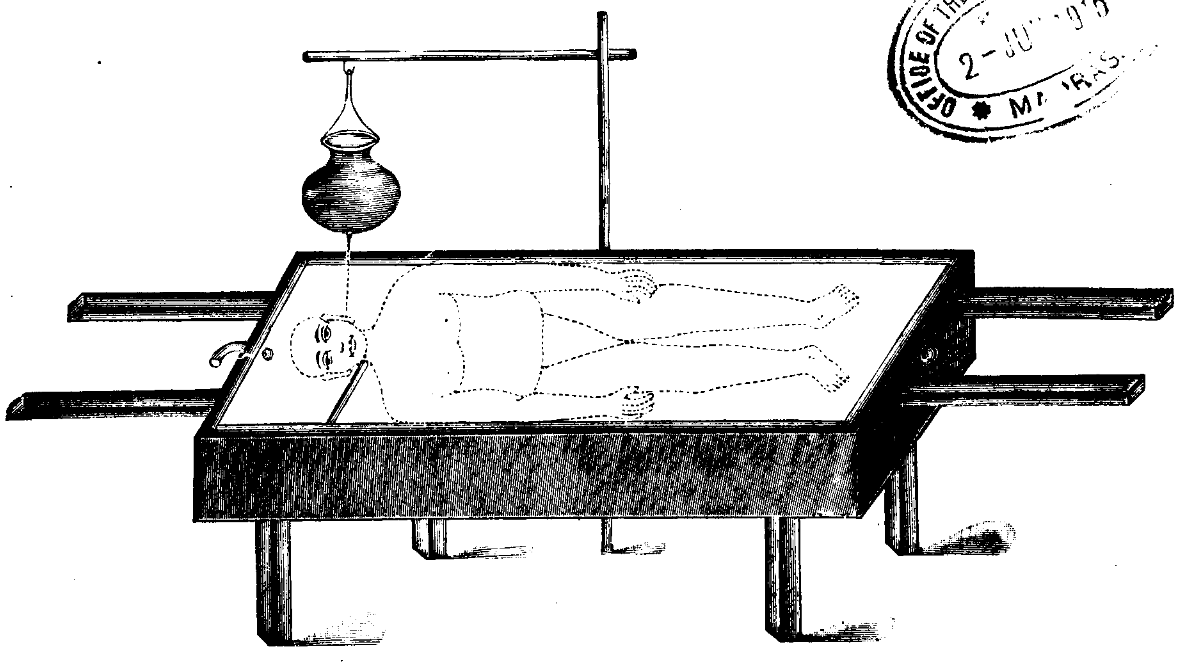
இவ்வித தாரையைக் கழுத்துக்கு அடியிலுள்ள அங்கங்களில் பெரும்பாலும் பிரயோகிப்பது வழக்கம்; ஏதோ சில ஸமயம் சிரஸ்ஸிலும் அரிதாக உபயோகிப்பதுண்டு. (நெய், எண்ணெய், கொழுப்பு, மஜ்ஜை என்கிற ஸ்நேஹப்பொருட்களில் ஏதேனும் இரண்டு சேர்ந்தால் அவற்றிற்கு 'யமகஸ்நேஹம்' என்றும், மூன்றுசேர்ந்தால் 'த்ரிவ்ருத ஸ்நேஹம்' என்றும், நான்கும் சேர்ந்தால் அவற்றின் கூட்டுக்கு 'மஹா ஸ்நேஹம்' என்றும் பெயர் என்று வைத்தியகலாநிதியைப் படிக்கும் நேயர்களுக்கு ஏற்கனவே தெரிந்திருக்கும்.) ஸ்நேஹங்களில் ஏதேனும் ஒன்றையாவது, அல்லது யமக-த்ரிவ்ருத-மஹா ஸ்நேஹங்களுள் ஏதேனும் ஒன்றையாகிலும் இந்த தாராவிதியில் உசிதப்படி உபயோகிக்கலாம். ஸ்நேஹத்திரவத்தை ஏதேனும் ஔஷதச் சரக்குகளைச் சேர்த்து பக்குவம்செய்தோ அல்லது ஸாதாரணமாகவோ இம்முறையில் பிரயோகிக்கலாம். ஸ்நேஹபாகமானது 'அக்னிபாகம்' என்றும், 'நிரக்னிபாகம்' என்றும் இரண்டு வகைப்படும். சில சரக்குகளைச் சேர்த்து செய்யப்பட்ட கஷாயங்களையும் கல்கங்களையும் ஸ்நேஹத்துடன் கலந்து அதை அக்னியில் காய்ச்சியெடுத்து பக்குவம் செய்யப்படுவது 'அக்னிபாகம்' எனப்படுகிறது. உலர்ந்த சூர்ணம் செய்த ஔஷதச் சரக்குகளையும் தைலம் முதலானவற்றையும் கலந்து வெயில் முதலியவற்றில் வைத்து எடுக்கப்படுவது 'நிரக்னிபாகம்'என்று கூறப்படும். இவ்வாறு பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஸ்நேஹத்தைக் கழுத்துக்கு அடியிலுள்ள அவயவங்களில் 4 முதல் 16 ப்ரஸ்தம் வரையில் தினந்தோறும் தாரையாகப் பிரயோகிக்கலாம். (ஒரு ப்ரஸ்தம் என்பது சுமார் 16 பலமாகும்.) சிரஸ்ஸில் மாத்திரம் தாரையாய்ப் பிரயோகிக்க வேண்டுமானால், அப்பொழுது தக்ரதாரைக்குக் கூறிய ப்ரமாணமே இதற்கும் ஏற்றதாகும். மேலும் கழுத்துக்குக் கீழுள்ள எல்லா அவயவங்களிலும் பிரயோகிப்பதற்கேற்றவாறு 'ஸர்வாங்க ஸேகம்' என்று மற்றொரு உட்பிரிவும் உண்டு; இது ஸாதாரண எளிய ஜனங்களும் தினந்தோறும் செய்துகொள்ளக்கூடியதோர் ஸுலபமான முறையென்று வைத்தியர்களால் ஏற்படுத்தப்பட்டது. இதற்காகவும் பிரதிதினமும் ஒரு ப்ரஸ்தம் ஸ்நேஹம் வேண்டியிருக்கும்.

இவ்வாறு வழக்கத்திலிருக்கும், தாராவிதிக்கு உபயோகமான திரவப் பொருட்கள் ஒருவாறு விவரிக்கப்பட்டன. தான்யாம்லம் என்னும் காடி, இளநீர் முதலிய வேறுவித திரவப் பொருட்களும் இதில் உபயோகிக்கப்படுவதுண்டு. இவற்றுள் ஸ்நேஹத் திரவங்களைமட்டும் சிகிச்சை முடியும் வரையிலும்வேண்டிய அளவு ஒரே தடவையில் பக்குவம்செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்; மற்றத் திரவங்களை அப்போதைக்கப்போது தயார் செய்துகொள்ளலாம்.

இக்காரியத்தைச் செய்வதில் நிபுணனான வைத்தியன், இதில் அநுபவம்பெற்று நிபுணர்களாயிருக்கும் இரண்டு மூன்று பரிசாரகர்களையும் தன்னிடம் எப்பொழுதும் வேலைசெய்ய ஸித்தமாயிருக்கும்படி நியமித்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு தாராவிதியை நிறைவேற்றும்போது அடியில் குறிக்கப்படும் வேறு சில பதார்த்தங்களைத் தயாரில் வைத்திருக்கவேண்டும்.

(1) படுக்கையும் அதன்மேல் விரிப்பும் (இது சிரஸ்ஸுக்கு மாத்திரம் தாரை செய்ய வேண்டும்போதுதான் அவசியம்.), (2) தலையணை, (3) சிரஸ்ஸில் சுற்றுவதற்கான வர்த்தி, (4) சுத்தமான சிறிய வஸ்திரங்கள், (5) தாரைத் துவதற்கு ஏற்ற சிறிது அகன்ற ஒரு பாத்திரம், (6) ஸேசநஸ்தாலியென்னும் கலயத்தில் தாராத்ரவத்தை ஊற்றுவதற்கான இரண்டு சிறிய கலங்கள், (7) சிரஸ்ஸிலும் சரீரத்திலும் ஊற்றுவதற்கேற்றவாறு பக்குவம் செய்த தைலம், (8) தாரை முடிந்ததும் தேஹத்திலுள்ள எண்ணெய்ப்பசையைக் கழுவதற்குப் பொடிசெய்த பயறு, (9) தலையிலுள்ள எண்ணெய்ப் பசையைப் போக்க சிற்றுமுட்டி கல்கம், (10) தலையில் ஊற்றுவதற்கு நெல்லிக்கனியின் கல்கஜலம், (11) சரீரத்தில் ஊற்றுவதற்கு உஷ்ணஜலம், (12) உடம்பைத் துடைக்க இரண்டு வஸ்திரம், (13) ஸ்நானம் செய்தவுடனே தலையில் தூவுவதற்கு ப்ரதிஸாரண சூர்ணம், (14) பிறகு உபயோகிக்கக் கூடிய ஔஷதம், இவைகளேயாம். (தொடரும்)

OFFICE OF THE ... 2-JUN-915 MADRAS



தாராவிதி செய்யும்முறை.

THE DIET AND HEALTH.

ஆஹாரமும் ஆரோக்கியமும்.

BY C. PARAMANANDA DAS NAVAVATY,
Ex. District Veterinary Officer, Junagad State.

(சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையின் 153-வது பக்கத் தொடர்ச்சி.)

அடியில் கூறப்போகிற சில அத்தாட்சிக் கடிதங்களின் ஸாராம்சங்களில் அநேகம் 'வெஜிடேரியன் மாகஸைன்' என்று மாஞ்சஸ்டர் நகரத்தில் பிரசுரமாகும் பத்திரிகையில் 1909-ளு டிசம்பரில் வெளியிடப்பட்டிருக்கின்றன. ஜூனகாட் ஸம்ஸ்தானத்திலுள்ள மிஸ்டர் லாபசங்கர் லக்ஷ்மீதாஸ் என்பவர் அவ்விஷயங்களையெல்லாம் எடுத்து அநேக துண்டுப் பத்திரிகைகளாக அச்சிட்டு வெளியிட்டார். அவற்றில் பிரசுரிக்கப்பட்டுள்ள கடிதங்களில் சிலவற்றை இதனடியில் குறிப்பிடுகிறோம்:

"மூன்று வருஷங்களுக்கு முன்னால் எம். டாடைகோ (Mademoiselle Toteyko) என்னும் வைத்தியப் பெருமாட்டியொருவர் (ப்ரஸ்ஸெல்ஸ் யூனிவர்ஸிடியில் தேஹதத்துவ சாஸ்திரா சிரியராயிருப்பவர்), யூரிக் ஆஸிட் என்னும் மூத்திரச்சத்து விசேஷமாய் அடங்கியுள்ள இறைச்சி முதலானதைப் புஜிக்கும் வழக்கமில்லாதவரான ஜனங்களின் சரீரத்தில் மத்தியவகைகளையும், காப்பி முதலானதிலுள்ள காப்பீன் (caffeine) முதலான ஸத்துக்களையும், மற்றும் இலாகிரி வஸ்துக்களையும் பிரயோகித்து, அவர்களுடைய தேஹத்தில் அவற்றின் செய்கையும் குணங்களும் எவ்வாறு இருக்கின்றனவென்று வரிசையாகப் பரீக்ஷை செய்யத்தொடங்கினாள். அவள் கேவலம் சாகபக்ஷணம் செய்பவளல்ல; அந்நாள்வரையில் அவ்வித உணவில் அவள் ஒருபொழுதும் கருத்து வைத்தவளுமல்ல. இப்பொழுது தான் செய்யும் ஆராய்ச்சிவேலையின் நிமித்தம் சில சாகாஹாரிகளை (மாம்ஸம் புஜிக்காதவர்கள்) தனது ஆராய்ச்சிச்சாலைக்கு வந்து போகும்படி கேட்டுக்கொண்டாள்; அவர்களும் அவ்விதமே செய்தார்கள். தசைநார்களின் நிறையை அல்லது அவற்றின் நிலைமையை அளப்பதற்குரிய எர்கோக்ராப் (Ergograph) என்னும் கருவியைக்கொண்டு சாகாஹாரிகளான அவர்களுடைய சரீரத்தேய்வை அப்போதைக்கப்போது பரிசோதனை செய்துவந்தாள். அம்மனிதர்களுக்கிருந்த சரீரவன்மையைக் கண்டு, அவள் பிரமித்துப்போனாள்; பிறகு ஏதோ சிலர் மாத்திரம் அவ்வாறு சாகாஹாரத்தினால் மட்டும் பலசாலிகளாயிருக்கக் கூடுமென்று யோசனைசெய்து, அப்பால் இவ்விஷயத்தை இன்னும் ஆழ்ந்து ஆராய்ச்சி செய்ய வேண்டுமென்று எண்ணி, சாகாஹாரிகளின் ஸங்கத்திற்கு (Vegetarian Society) அதன் அங்கத்தினர்களைத் தன் ஆராய்ச்சிச்சாலைக்கு வரும்படி கேட்டுக்கொண்டு ஓர் விண்ணப்பம் அனுப்பினாள். அப்பொழுது நாற்பது சாகாஹாரிகளைப் பரீக்ஷிக்கும் ஸமயம் வாய்த்தது. அவர்களுடைய தசைநார் முதலானவற்றின் நிலைமையையும் தேஹவன்மையையும் வெகு நுட்பமான பரீக்ஷைகளால் அளந்து நன்றாகப் பரிசோதனைசெய்து பார்த்ததில், இவர்களுடைய தேஹவலிமையும் மற்ற நிலைமையும் இறைச்சியுண்பவருடைய தேஹவன்மையினும் சராசரி மூன்றுமடங்கு அதிகமாகக் காணப்பட்டன. ஏல் என்கிற யூனிவர்ஸிடியைச் சேர்ந்த ஆசிரியரான டாக்டர் பிஷ்ஷர் என்பவர் அமெரிகாவில் செய்த ஆராய்ச்சிக்கு எவ்விதத்திலும் இப்பரீக்ஷையால் அறிந்தவிஷயமும் ஏற்றதாயிருந்தது. இந்த நாற்பது சாகாஹாரிகளையும் பரிசோதனை செய்து தத்துவங்களைக் கண்டறிந்தபிறகு, அவள் ஆராய்ச்சிசெய்த முறைகளையும் அதனால் கண்டுகொண்ட விஷயங்களையும் ஜனங்கள் அறியுமாறு பிரசுரப்படுத்தி, சாகாஹாரத்தின் மேன்மையை வாயாறப் புகழ்ந்து, இறுதியில் தானும் இறைச்சியுண்பதை விட்டு கேவலம் சாகாஹாரத்தையே உபயோகிக்கத் தொடங்கினாள். அவள் இவ்விதம் பரிசோதனைசெய்து இவ்விஷயத்தில் தத்துவம் இவ்விதமானதென்று வெளிப்படுத்தியதற்காக, ப்ரான்ஸிலுள்ள வைத்திய ஸங்கத்தாரிடமிருந்து (Academy of Medicine) சிறந்த வெகுமதியையும் பெற்றாள்; இவ்விதம் அவளுக்குக் கிடைத்த கௌரவாதிசயமானது இவ்விஷயத்தில் மிகவும் பாராட்டத்தக்கதாம்."

இக்கடிதம் 1909, டிசம்பரில் வெஜிடேரியன் மெஸ்ஸெஞ்ஜர் என்னும் பத்திரிகையில் வெளிவந்தது. ஒருவன் ஆஹாரப்பொருளை விலைக்கு வாங்கும்போது, அது சரீரத்தைப்

போஷிப்பதற்கு அவசியமான அம்சங்கள் அடங்கிய சிறந்தபொருளாக இருக்குமென்பதே அவனுடைய கருத்து; ஆனால் மாட்டிறைச்சி முதலான மாம்ஸப்பொருளை ஒருவன் விலைக்கு வாங்கும்போது, அவன் ஒருபங்கு உணவுப்பொருளும் மூன்றுபங்கு ஜலமும் அடங்கிய வஸ்துவையே விலைக்கு வாங்குகிறான். இவ்விஷயத்தில் அடியில் வரும் வாக்கியங்களைக் கவனியுங்கள் :—

“ஆஹாரப்பொருட்களைப் பரிசோதனை செய்துபார்த்ததில் அடியில்வரும் விஷயங்கள் தெரிந்து கொள்ளப்பட்டன:—காய்களிலும் கீரைகளிலும் கனிகளிலும் காணப்படும் ஜலம் வெகு சுத்தமானது. மாம்ஸங்களில் அதற்கு நேர் மாறாக மிகவும் அசுத்தமான ஜலமே சேர்ந்திருக்கிறது; அவற்றிலுள்ள ஜலம் பிராணிகள் இறந்தவுடனே அழுகத்தொடங்கி, அளவற்ற நுண்ணுயிர்கள் உற்பத்தியாவதற்கும் ஆதாரமாய் விடுகின்றது; ஆகவே அது மனிதருக்கு வியாதியுண்டுபண்ணும் விஷப்பொருளா யிருக்கின்றது.”

இவ்வாறு ஸர் வில்லியம் இ. கூபர் C. I. E. என்பவர் ‘டாய்லர் அண்ட் ஹிஸ் புட்’ (The Toiler and his Food) என்னும் புஸ்தகத்தில் கூறியிருக்கிறார். மேலும் ‘லண்டன் கௌண்டி கௌன்ஸில்’ என்னும் ஸங்கத்தாரால் பரீக்ஷிக்கப்பட்ட விஷயமும் அடியில் குறிக்கப்படுகின்றது:—

“சென்ற வருஷத்தில் லண்டன் சாகாஹாரிகளின் ஸங்கத்தினுடைய (London Vegetarian Association) காரியதர்சியான மிஸ் F. I. சிகல்ஸன் என்னும் பெருமாட்டி 10,000 குழந்தைகளை ஒரு போஷணசாலையில் சாகாஹாரங்களைக் கொடுத்து ஆறுமாஸ காலம் போஷித்துவருகையில், லண்டன் கௌண்டி கௌன்ஸில் என்னும் ஸங்கத்தார் மற்றொரு சாலையில் அவ்வளவு குழந்தைகளைச் சேர்த்து ஆறு மாஸகாலம் இறைச்சி ஸம்பந்தமான உணவுகளையே விசேஷமாகக் கொடுத்துப் போஷித்துவந்தனர். ஆறாவது மாஸத்தின்முடிவில் இரண்டு சாலைகளிலும் போஷிக்கப்பட்ட சிறுவர்களை தகுந்த வைத்தியவித்வான்கள் பரீக்ஷித்துப் பார்க்கையில், மாம்ஸாஹாரத்தினால் போஷிக்கப்பட்ட சிறுவர்களினும் மிஸ் சிகல்ஸனால் சாகாஹாரத்தைக்கொண்டு போஷிக்கப்பட்ட குழந்தைகள் ஆரோக்கியத்திலும், தேஹகனத்திலும், தசைநார்களின் வன்மையிலும் மிகவும் மேலாக அபிவ்ருத்தியடைந்து, வெகு நிர்மலமான சர்மத்தையும் பெற்றிருந்தனர் என்று அறியப்பட்டது.”

மேற்கூறிய விஷயம் 1909, நவம்பரில் “வெஜிடேரியன்” என்னும் பத்திரிகையில் பிரசுரிக்கப்பட்டதாம். மாம்ஸம் உண்பவர்களுக்கே விசேஷமாக அநேகவிதமான கிரந்திகளும், க்ஷயரோகமும், குடல்வீக்கமும் ஆமவாதமென்னும் கீல்வாயுவும், காக்கைவலியும், பார்ச்வவாயுவும், மற்றும் இவற்றைப்போன்ற அநேகம் வியாதிகளும் உற்பத்தியாவதாகத் தெரியவருகின்றது; இவையெல்லாம் யூரிக் ஆஸிட் என்னும் மூத்திரச்சத்தின் ஸம்பந்தத்தினால் ஸம்பவிப்பதாக டாக்டர் ஹைக், M.A; M.D. என்பவர் கூறியிருக்கிறார். மாம்ஸாஹாரம் எவ்விதத்திலும் மனிதருக்கு ஏற்றதன்று என்பதற்கு நூற்றுக்கணக்கான மிகவும் நம்பத்தகுந்த பிரமாணங்களடங்கிய கடிதங்கள் என் வசத்தில் உண்டு. அவற்றையெல்லாம் இங்குப் பிரசுரிப்பது ஸாத்தியமல்ல. அவையனைத்தையும் பார்ப்பதாலும், பிரத்தியக்ஷத்தில் பரிசோதனைசெய்து காண்பதாலும் மாம்ஸாஹாரமானது இயற்கைக்கு ஏற்காததும், ஆரோக்கியக்குறைவு உண்டாக்குவதும், அதிக செலவை யுண்டுபண்ணுவதும், அநாவசியகமுமானதென்று நீங்கள் நன்கு அறிவீர்கள். இவ்விதமான உபயோகமற்றதும் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடியதுமான இறைச்சியின்பொருட்டு, பசுக்களையும், ஆடுமுதலான மற்றும் ஏழைமிருகங்களையும் கத்தியெடுத்து வெட்டிக் கொல்லுவது மனிதத்தன்மைக்கு முற்றிலும் உற்றதல்ல. ஜீவகாருண்யம் என்பது மனிதர்களுக்கே இல்லாமற்போய் விடுமானால், உலகத்தில் ஜீவகாருண்யம் என்கிற குணத்திற்குதான் பொருளென்ன? அதன் கதிதானென்ன?

A CASE OF INCONTINENCE OF URINE.

தன் இச்சைக்கு அடங்காமல் மூத்திரம் வெளியாகும் ஒரு ரோகி.

BY D. SAMBHU PRASAD,
Sub Asst.-Surgeon.' (Ahmedabad).

சுமார் 35 வயதுள்ள நல்ல பலசாலியான ஒரு மனிதன் (ஜாதியில் இந்து) அடியிற் கூறப்படும் கோளாறுகளுடையவனா யிருந்தான்.

அவனுக்கு சில ஸமயங்களில் இரவில் நித்திரை போகும்போது படுக்கையிலேயே மூத்திரம் வெளியாய்விடும். ஒரு முறை இவ்விதம் நேர்ந்தால் மறுபடியும் இரண்டு அல்லது மூன்று வாரங்கள் கழித்த பின்பு அல்லது சில மாஸங்களுக்குப் பிறகும் இவ்வாறு ஸம்பவிப்பது வழக்கம். வெளிவரும் சிறுநீர் அளவில் அதிகமாயிராது; தூங்கும்போது சில துளிகள்தான் தனக்குத் தெரியாமல் அல்லது தன் இச்சைக்கு வசப்படாமல் வெளியாய்விடும்; அந்த ஸமயத்தில் அவனுக்கு ஏதோ ஒருவிதமான கஷ்டமான உணர்ச்சியொன்று மனதில் தோன்றும்; ஆனால் சிறிது மூத்திரம் வெளிவரும்வரையில் அவனுக்கு அவ்விஷயம் அறியக்கூடிய நினைவு இருப்பதில்லை; சிறிது சிறுநீர் வெளியானவுடனே அவன் எழுந்திருந்து வெளியாகவேண்டிய மிச்சத்தையும் வெளியிற் சென்று விட்டுவிட்டு வருவான். இந்நிலைமையில் அவன் மிகவும் சோர்வுற்று வருத்தங் கொள்வான்.

அதற்கு முன்னிருந்த நிலைமைகளின் விவரமென்னவென்றால்:— இரண்டு வருஷங்களுக்குமுன் இவன் சுக்லமேஹம் என்னும் வெள்ளை மேஹத்தினால் வருந்திக்கொண்டிருந்தான்; ஆனால் அது இப்பொழுது ஸ்வஸ்த்தமாய்விட்டது; இப்பொழுது துன்பம் தரும் இந்நிலைமையானது அவனுக்கு வெகு நீடித்த காலமாகவே உண்டு; அதாவது அவன் குழந்தைப் பருவம் முதற்கொண்டே இது தொடர்ந்து வருகிறது. அவன் புகையிலையை எவ்வகையிலும் உபயோகிப்பதுமில்லை, லாகரி வஸ்துக்களைக் குடிப்பதுமில்லை; ஆனால் தேயிலைப்பானம் அருந்துவது மாத்திரம் உண்டு.

ஒரு வைத்தியர், இரவில் படுக்கும்போது ஒருச்சாய்ந்து படுக்கவேண்டுமென்றும், மல்லார்ந்து அல்லது கவிழ்ந்து நித்திரை போகக்கூடாதென்றும், அவ்விதம் செய்ய முடியாமற் போனால் ஒரு சிறு துண்டுத்துணியை இடுப்பைச் சுற்றிலும் கெட்டியாகக் கட்டிவிட்டு, ஒரு கௌபீனத்தையும் உடுக்கும்படி இவனுக்கு உபதேசித்தார். ஆனால் அவனுடைய தொழில் விஷயமாக வெளியூர்களுக்கு அவன் அடிக்கடியும் பிரயாணம் போகவேண்டியிருப்பதால், இவ்விதம் செய்வது அனுபவப்படி ஸாத்தியப்படாதென்று சொல்லிவிட்டான். ஆகிலும் இரவில் இரண்டு முறை எழுந்திருந்து மூத்திரத்தைப் பெய்து விடும்படி வழக்கம் செய்துகொள்ள வேண்டுமென்று அவர் அறிவித்தார். அவன் இவ்விஷயங்களைப் பின் பற்றியே நடந்து வருகையிலும், ஏதேனும் ஓர் இரவில் அவ்விதம் செய்ய முடியாமல் தவறிப்போய், படுக்கையிலேயே மூத்திரத்தை விட்டுவிட நேரிடும்.

அநேகம் வைத்தியநூல்களில் கூறியிருக்கும் முறைகளை அனுஸரித்து அயமும் பெல்லடோனாவும் சேர்ந்த ஔஷதத்தை உபயோகிக்கச் செய்து, கூடியமட்டிலும் ஜலத்தைக் குறைவாக உட்கொள்ளும்படியாகவும், இரவில் ஒருச்சாய்ந்து படுத்துக்கொண்டு இராத்திரியில் இரண்டு முறை எழுந்து மூத்திர விஸர்க்கம் செய்ய வேண்டுமென்றும் ஏற்பாடு செய்தேன். ஆகிலும் இதுவரையில் நன்றாக அந்நிலைமை மாறி ஸௌக்கியமுண்டானதாகத் தெரியவில்லை. இரண்டு அல்லது மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு முறை அல்லது நான்கு மாதங்களுக்கு ஒரு தடவை அவன் தனக்குத் தெரியாமலே படுக்கையிலேயே மூத்திர விஸர்க்கம் செய்து விடுவான்; சிகித்ஸை செய்யாத ஸமயத்திலும் இவ்விதமேதான் இருந்தது. இப்பொழுது அப்பிணியாளிக்கு நான் எவ்

வித சிகித்ஸை செய்தால் இரண்டு மூன்று
அல்லது நான்கு மாதங்களுக்கு ஒருமுறை
கூட அவ்விதம் மூத்திரம் தானாகவே படுக்கை
யில் போய்விடாமல் அவன் ஸௌக்கியமடை
யக்கூடும்? இவ்விஷயத்தில் இப்பத்திராதிபர்
அவர்களாவது, தங்களுடைய கைபொப்பக்
காரர்களாவது இக்கோளாறு முற்றிலும் ஸ்வ
ஸ்த்தமாகக் கூடிய சிகித்ஸா முறை ஏதேனும்
தெரிந்திருந்தால் வெளிப்படுத்துவது மிகவும்
உபகாரமாயிருக்கும்.

விடை.

[ஏற்கனவே செய்யப்பட்ட சிகித்ஸைகளைத்
தவிர்த்து வேறுவிதமான சிகித்ஸையை நாம்
எடுத்துக் கூறுவதற்குமுன், அதன் காரணத்
தைக் கண்டுபிடிக்க முயலவேண்டும். வஸ்தி
யென்னும் மூத்திரப்பையின் முகத்வாரத்தி
லுள்ள தசைநார் பலஹீனமாயிருந்தாலும்,மூத்
திரத்தில் உப்பு வகைகளின் அம்சம் அதிகரித்
தாலும், பஹுமூத்திரரோகம் இருந்தாலும்,
அஜீர்ணம் மலபந்தம் முதலிய குடல்களின்
கோளாறுலும் இவ்வாறு ஸம்பவிக்கக்கூடும்.
பிணியாளியின் மூத்திரத்தை மிகக்கருத்துடன்
பரீக்ஷிக்கவேண்டும். படுக்கப்போகும் ஸமயத்
தில் ப்ருஷ்டவம்சம் என்கிற முதுகெலும்பின்
நடுவில் சிறிதுநேரம் இளஞ்சூடான வெந்நீரை
தாரையாக ஊற்றினுல் சிலஸமயம் இவ்வித
மான தொந்தரவு நிவ்ருத்தியாவதுண்டு. சில
ருக்கு ஆண்குறியின் முனைத்தோல் மிகச்சுரு
ங்கியிருந்தாலும் இவ்விதம் நேரிடக்கூடுமாகை
யால், சுருக்கங்கொண்ட அப்பாகத்தை சஸ்
திரத்தினுல் கீண்டுவிடவேண்டும் (இச்சிகித்ஸை
எவரேனும் சஸ்திரவைத்தியம் தெரிந்தவரால்
செய்யக்கூடியது). மூத்திரம் மிக அம்லமாக
இருந்தால் உஷாக்ஷாரம் என்னும் பூனீறைக்
கொடுப்பதுடன், தினந்தோறும் மலம் நன்று
கக் கழியுமாறு சிறிது ஆமணக்கெண்ணெய்
முதலானதைக் கொடுத்துவரலாம். அஸ்த
மனத்திற்குப் பிறகு எவ்விதத் திரவப்பொரு
ளையும் உட்கொள்ளக்கூடாது; ஆஹாரத்தில்
உப்பை அளவிற் குறைக்கவேண்டும். குளிர்ந்த
ஜலத்தில் பஞ்சுமுதலானதை நனைத்து மூத்தி
ரப்பைக்கு நேர்மேலாக வயிற்றில் ஒற்றடம்
கொடுப்பதாலும் சிறந்த குணமுண்டாவ
துண்டு.—Ed. Prac. Med.]

வைத்திய கலாநிதி.

ஆனந்தவரு பங்குனிமீ.

AN IDEAL FOOD FOR WAR-TIME.

யுத்த-காலத்திற்கு ஏற்றதோர் உணவு.

நமது தேசத்தில் அரிசி, கோதுமை இவற்
றையே விசேஷமாய் பிரதான உணவுப்பொரு
ளாக உபயோகித்து வருகிறோம். மிக எளிய
வர்கள் கேழ்வரகு, வரகு, சோளம் இவற்றை
யும் ஆஹாரப்பொருளாக உபயோகிக்கின்ற
னர். இந்தியாவைத் தவிர இதர நாடுகளில் இப்
பொழுது ஆரோரூட் என்று ப்ரஸித்தமான
குவாக்கிழங்கு முதலிய சில கிழங்குகளிலிருந்
தும் உணவுப்பொருட்களை உற்பத்திசெய்து
அவற்றை அவ்விடங்களில் விசேஷமாக உப
யோகித்தும் வருகின்றனர். முற்காலங்களில்
நமது தேசத்தில் தீர்க்காயுளையும் அபரிமித
மான அறிவையும்பெற்று திடகாத்திரர்களாக
ஜீவித்திருந்த இருஷிகளும் யோகிகளும் பல
விதமான கிழங்குமுதலியவைகளையே புஜித்து
எவ்வித வியாதிக்கும் வசப்படாதவர்களாய்
ஜீவித்துவந்தனர் என்பதையும் நாம் அறியா
தவரல்லர். ஆனுல் இந்தியாவில் சாஸ்திரஞ்ஞர்
கள் பதார்த்த பரிசோதனையென்னும் காரி
யத்தையே நெடுநாட்களாக மறந்து விட்டன
ராகையால் "யதாநுகதிகோ லோக:—" (ஒரு
வன்செல்லும் வழியையே மற்றவரும் கண்
மூடித்தனமாகப் பின்பற்றுதல்) என்னும்வகை
யையே மேற்கொண்டவர்களாய், பதார்த்த
தத்துவங்களைப் பரிசிலனை செய்வதிற் கருத்
தில்லாமல் ஏதோ ஒருவாறு ஜீவனம் செய்து
வருகின்றனர்.

ஔஷத பதார்த்தங்களைப்போலவே ஆஹார
பதார்த்தங்கள்விஷயமாகவும் ஆராய்ச்சிசெய்
தோமானுல், உலகத்தில் பிரய்மஸ்ருஷ்
டியிலுள்ள பதார்த்தங்களிலிருந்து இன்னும்
அநேகம் உணவுப்பொருட்களை நாம் தேடி

யெடுக்கக்கூடும். இப்பொழுது இவ்விஷயத்
தில் உருளைக்கிழங்கை உதாரணமா யெடுத்துக்
கூறுவோம். ஆனுல் ஸாதாரண உருளைக்கிழ
ங்கு அவ்வளவு போஷிக்கத்தகுந்த உணவல்ல
வென்றும், அது ஜீர்ணமாவது கஷ்டமென்
றும் பொதுவாக ஒரு பிரஸித்தி யிருந்துவரு
கிறது; ஆகிலும் அவ்வாறு அபிப்பிராயப்படு
வது பிசகு. அதற்கு மாறாக உணவுப்பொருட்
களினிடையில் கூட்டி விவஹரிக்கும்போது
உருளைக்கிழங்கானது விலையில் மிக மலிவாக
வும் போஷணையிற் சிறந்ததாகவும் இருப்பது
மல்லாமல், அக்கிழங்கிலுள்ள எல்லா ஸத்துக்
களும் குடலில் சீக்கிரத்தில் ஊறி எளிதில்
ஜீர்ணமாகக் கூடியதுமான உணவாயிருக்கின்
றது. ஸாதாரணமான சமையல்செய்த அரிசி
யில் அடங்கியுள்ள குணங்கள் யாவும் மாபோல்
பக்குவம்செய்த அதே அளவான உருளைக்
கிழங்கிலும் அடங்கியிருக்கின்றன. அயர்
லாண்ட் தேசத்திய உருளைக்கிழங்கை மேனுட்
டார் அரிசிக்குப் பதிலாகச் சமைத்து அதைப்
போலவே உபயோகிக்கின்றனர். அத்தேசத்
தில் கோதுமையைப் பிரதானமாகவும், அத
ற்கு இரண்டாவதாக உருளைக்கிழங்கையும்
பயிரிடுகின்றனர்; ஆனுல் ஒரு ஏகராபூமியில்
எவ்வளவு கோதுமை உற்பத்தியாகுமோ
அதே அளவான பூமியில் அதைவிட முப்
பது பங்கு அதிக எடையுள்ள உருளைக்
கிழங்கு பயிராகுமென்று அறியப்படுகிறது.
மூன்றும் ஜார்ஜ் அரசர் காலத்தில் இக்கிழங்
கை மிக்க அதிகமாக உபயோகித்ததாகத்
தெரியவருகிறது. மறுபடியும் ஜனங்கள் ஏன்
அவ்விதம் அதைப் பிரதான உணவுப்பொரு
ளாக உபயோகிக்க முயலக்கூடாது?

டென்மார்க் தேசத்திய மிகப் பிரஸித்த
சாஸ்திர நிபுணரான ப்ரொபஸ்ஸர் ஹிண்ட்
ஹெரர்ட் என்பவர், உருளைக்கிழங்குக்குச் சரீர
போஷணையிலுள்ள விசேஷமான குணங்
களை நன்றுகப் பரிசோதித்தறிந்திருக்கிறார்;
யௌவனப்பருவத்திலுள்ள மனிதர்கள் உரு
ளைக்கிழங்கையும் வெண்ணெயையும் மாத்
திரம் புஜித்து சரீரத்தை வெகு பலமுள்ள
தாகவும் செழிப்பாகவும் வைத்துக்கொண்டு
எவ்வளவு கடினமான வேலைகளையும் செய்து
வரலாமென்றும் அச்சாஸ்திரநிபுணர் ஆராய்ச்சி
செய்து இவ்விஷயத்தை வெளியிட்டிருக்கிறார்;
மற்ற உணவுகளைப்போல் இதை தினத்திற்கு
பதினேழு முதல் முப்பது பவுண்ட் வரையில்
அவ்வளவு அதிக அளவாகவும் உபயோகிக்க
வேண்டிய அவசியமில்லையென்று தத்துவ
மறிந்தவர்கள் கூறுகின்றனர். டாக்டர் ஹிண்ட்
ஹெரர்ட் அவர்கள் மீண்டும் கூறுவதாவது:
"தினத்திற்கு நாலு பவுண்ட் உருளைக்கிழங்கை
யும் $1\frac{3}{4}$ பவுண்ட் ஜைதூண் பழத்தின்
(olive) ஒருவித ஸத்தான மார்காரின் (mar-
garine) என்கிற வஸ்துவையும் கலந்து உப
யோகித்து வந்தால் ஒரு மனிதன் வெகு
திருப்திகரமாகப் போஷிக்கப்படுவான். இவ்
வித உணவையே 10 அல்லது 11 மாஸகாலம்
விடாமல் உபயோகித்து வர, சுமார் ஒன்பது
மணி நேரத்தில் அம்மனிதன் 4½-மைல் தூரம்
ஆயாஸமின்றி நடக்கவுங்கூடும், ஓடவுங்
கூடும்.

உருளைக்கிழங்கின் உணவுக்குள்ள மதிப்பு:—
இதைப்பற்றி டாக்டர் ஓல்ஸன், M. D., D.
P. H. என்பவர் குட் ஹெல்த் என்னும் பத்திரி
கையில் கூறியிருப்பதை நாம் இதனடியில்
மொழிபெயர்த் தெழுதுகின்றோம்:—

"உருளைக்கிழங்கானது ஒருவித மாப்பொருள்
(starch) அடங்கியதாகவும், அது நிறையில் முக்கால்
பங்கு ஜல பாகமாகவும் இருக்கின்றது. இதில் நூற்
றுக்கு 18 முதல் 20 பாகம் வரையில் மாப்பொருள்
அடங்கியிருக்கின்றது; இம்மாப்பொருளில் மரச்சத்து
ஸம்பந்தமான அம்சங்கள் அடங்கியில்லையாகையால்,
உருளைக்கிழங்கு வெகு சீக்கிரமாகவும் வெகு நன்றாக
வும் குடலில் ஜீர்ணமாய் சரீரத்தையும் நன்கு போஷிக்
கும். உருளைக்கிழங்கில் தார்க்கியகரப்பொருள்
(Nitrogen) விசேஷமாயில்லை; அல்ப்யூமென் என்
னும் ஒஜஸ் ஸம்பந்தமான வஸ்து அதில் நூற்றுக்கு
சுமார் மூன்று பங்குதான் உண்டு (அல்ப்யூமென் என்
பது தார்க்கியகர ஸம்பந்தமான வஸ்து). சுமார் நூற்
றுக்கு 18 பங்கு மாப்பொருளடங்கிய உருளைக்கிழங்

கில் இரண்டு பங்கு தார்க்கியகரப் பொருள் இருக்கின்றதென்றால், நூறு பங்கு மாப்பொருளுக்கு 10 பங்கு தார்க்கியகரப்பொருள் கிடைக்குமென்று அறியப்படுகிறதல்லவா? ஆகவே இத்துடன் வெண்ணெயாவது மார்கரின் என்னும் வஸ்துவையாவது கலந்து உபயோகித்தால் மனிதன் வெகு நன்றாகப் போஷிக்கப்படுவன் என்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. மாம்ஸம், முட்டை முதலியவற்றில் தாதுபோஷணைக்குரிய தார்க்கியகரப்பொருட்கள் (Nitrogenous substance) விசேஷமாயிருப்பதால் அவையே தேஹத்தைப் பலப்படுத்தக்கூடிய சிறந்த உணவுகள் என்று நினைப்பது பெரும் பிழையாகும். தார்க்கியகர அம்சம் விசேஷமாயடங்கிய உணவுகளையே புஜித்து ஜீவிப்பவரைவிட விசேஷமாக மாப்பொருளடங்கிய உருளைக்கிழங்கு போன்ற உணவுகளை யுபயோகித்து வந்தவர் இன்னும் சிறந்த தேஹவலிமையைப் பெற்று, கடினமான வேலைகளையும் ஆயாஸமின்றி நிறைவேற்றக்கூடியவராயிருந்தனர் என்பதை ப்ரொபஸ்ஸர் சிட்டெண்டென், ஜர்வின் பிஷ்ஷர் முதலிய மேதாவிகள் அனுபவத்தினால் அறிந்து இவ்வுணவின் சிறப்பை வெளியிட்டிருக்கின்றனர். உருளைக்கிழங்கில் கொழுப்பு மிகக் குறைவாக இருப்பது வாஸ்தவமே; அதாவது நூற்றுக்கு 6 பங்குதான் அதில் கொழுப்பு சேர்ந்திருக்கிறது; ஆகவே இதை மட்டும் உணவாக உபயோகிக்கும்போது, இத்துடன் வெண்ணெயையாவது, பாலாடையையாவது, அல்லது அவ்விதமான வேறு ஏதேனும் பதார்த்தங்களையாவது கலந்து உட்கொள்வது மிகவும் உத்தமம். அதில் சரீரத்திற்கு வேண்டிய வளவு உப்புவகைகளின் அம்சங்களும் அடங்கியிருக்கின்றன."

உருளைக்கிழங்கின் ஜீர்ணமாகும் தன்மை:— அரிசி, உருளைக்கிழங்கு, மற்றும் மரக்கறி பதார்த்தங்கள் என்னும் இவ்வித உணவுப்பொருட்கள் சீக்கிரத்தில் ஜீர்ணமாவதில்லையென்றும், சரீரபோஷணையில் இவை சிறந்தவை யல்லவென்றும், பசுவின் இறைச்சியும், எருமை முதலியவற்றின் மாம்ஸமும் எளிதில் ஜீர்ணமாய் தேஹத்தைப் போஷிக்கக் கூடியவைகளென்றும் மேனாட்டாரில் அநேகம்பெயர் அபிப்பிராயப்பட்டு, சாகஹாரங்களை அவர்கள் வெறுக்கின்றனர். ஆனால் மாட்டிறைச்சியைவிட உருளைக்கிழங்கு எவ்வகையிலும் தேஹபோஷணையில் சிறப்புற்றதென்று நாம் நிஸ்ஸம்சயமாகக் கூறுவோம். டாக்டர் ஓல்ஸென் கூறியவிதமாகவும், ப்ரொபஸ்ஸர் ஹிண்ட்ஹெட் அவர்களுடைய அபிப்பிராயப்படியும் எந்த மனிதனும் தினம் ஒன்றுக்கு நான்கு பவுண்ட் உருளைக்கிழங்கையும் முக்கால் பவுண்ட் வெண்ணெய் முதலான கொழுப்பினங்களையும் கலந்து புஜித்துவருவானாயின் வெகு வன்மையுடனும் உத்ஸாஹத்துடனும் செழித்து வளரக்கூடும்; ஆனால் இவ்விதமே இறைச்சியொன்றைமட்டும் தின்றுக்கொண்டு சில நாட்கள்கூட பலத்துடன் வாழமுடியாதென்பது அனைவரும் அறிந்த விஷயம்; மேலும் இறைச்சியைமட்டும் புஜித்தால் குடல்கள் அதை ஜீர்ணம்செய்ய மிகவும் கஷ்டப்படவேண்டி நேரிடுகிறதென்பதும் கற்றறிந்த மேனாட்டு வைத்தியர்களாலேயே பலவாறு பேசப்பட்டும் எழுதப்பட்டுமிருக்கின்றது. உருளைக்கிழங்கைப்பற்றி டாக்டர் ஓல்ஸென் அவர்கள் கூறியுள்ள இன்னும் சில வாக்கியங்களையும் இதனடியில் மொழிபெயர்த்தெழுதுகின்றோம்:

"ஏதாவது ஒரு உணவுப்பொருள் அரிதாக அன்னாசயத்தில் சிறிதும் சேதமாகாதபடி முற்றிலும் ஜீர்ணமாய் சரீரத்திற்குப் போஷணையைக் கொடுக்கக் கூடியதாயிருந்தால் அவ்வித வஸ்து உருளைக்கிழங்கேயன்றி வேறொன்றல்ல. உருளைக்கிழங்கு இரண்டு அல்லது இரண்டரைமணிநேரத்திற்குள் நன்கு ஜீர்ணமாய்விடும். உருளைக்கிழங்கை உணவாக உபயோகித்து வந்தால், இரைப்பையும் குடல்களும் அவ்வுணவை நன்றாக ஏற்றுக்கொள்கின்றன. குடல்களில் மற்ற ஆஹாரப்பொருட்களைப்போல் அதற்கு ஒருவிதமான அம்லத்தன்மையடையும் தன்மையும் குறைவு; இவ்விஷயங்கள், உருளைக்கிழங்கை யுணவாகக் கொள்ளும் மனிதருடைய மலங்களில் துர்நாற்றமில்லாமலிருப்பதாலேயே நன்கு அறியக்கூடியனவாம். உருளைக்கிழங்கை முறைப்படி சமைத்து நன்றாக மென்று புஜித்துவந்தால், மாம்ஸத்தைவிட அது குடல்களில் நன்கு ஊறி ஜீர்ணமாய், சரீரதாதுக்களைப் போஷிப்பதில் எவ்வகையிலும் மேன்மையுடையதாயிருக்குமென்று நான் உறுதிமொழி கூறுவேன்."

ஆகவே உருளைக்கிழங்கானது, அரிசியைப் போலவே சரீரத்தில் இடைவிடாமலுண்டாய் வரும் கழியும் அல்லது அழியும் அம்சங்களை நிரப்புவதற்கேற்ற உணவாக இருக்கின்றதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. அது சரீரத்தில் வேண்டிய உஷ்ணத்தையும், வேலைசெய்வதற்கேற்ற உரத்தையும், உத்ஸாஹத்தையும் ஊட்டுகின்றது. உருளைக்கிழங்கில் சரீரத்திற்குத் தேவையானவளவு சர்க்கரையும், கொழுப்பும் இருப்பதால் மற்றக்கறிவகைகளைப்போல் தேஹத்தில் முற்கூறிய காரியங்களில் மிகவும் உபயோகப்படுகின்றன. மேலும் இதில் அடங்கியுள்ள மாப்பொருளின் அளவுக்குத் தகுந்தவாறு ப்ரோடீன் என்னும் போஷணத்திரவ்யமும் 100-க்கு 10 பங்குவீதம் சேர்ந்திருப்பதுடன், அவசியமான உப்பு வகைகளும் அதில் அடங்கியிருப்பதால், இதை வெண்ணெயுடன் கலந்து அரிசிக்குப் பதிலாக உணவுப்பொருளாய் உபயோகிக்கலாமென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறது. இப்பொழுது நடந்தேறும் மஹா யுத்தத்தின் பயனாக இத்தருணத்திலும், யுத்தம் முடிவுபெற்ற பின்பும் உணவுப்பொருட்கள் வேண்டியவளவு கிடைக்காமற்போகலாமாதலால், கால-தேசங்களுக்கு ஏற்றவாறு உருளைக்கிழங்கைப் போன்ற சிறந்த உணவுப்பொருட்கள் வேறு சில உண்டென்று ஜனங்கள் அறிந்திருப்பது அவசியமான விஷயம். இதை சிலர் அனுபவத்திற்கொண்டு வந்தால், அவர்களுக்கு அதனால் நன்மை ஏற்படுவதுடன் மற்ற ஜனங்களுக்கும் அதில் கிரமமாகப் பிரவேசமுண்டாக வழியேற்படும்.

RHEUMATIC FEVER.

ஆமவாத ஜ்வரம்.

ஆமவாதம் என்பது தமிழில் கீல்வாயு என்று ஸாதாரணமாய் வழங்கப்படுகிறது. இத்துடன் எப்பொழுதும் ஜ்வரம் அனுஸரித்து வருவது இயல்பு. இதில் பெரிய மூட்டுகளில் வீக்கமும் வேதனையும் அதிகமாகவும் சில ஸமயம் ஸஹிக்கக்கூடாமலும் உண்டாகும். இந்த ரோகத்தினால் இருதயகோசத்தின் தசைநார்கள் தாக்கப்படுவதும் ஸஹஜம். இது தொற்றுவியாதிகளைச் சேர்ந்ததென்று இப்பொழுது அறியப்பட்டிருக்கின்றது. அநேகம் வியாதிக்கிரஸ்தர்களைப் பரீக்ஷித்துவந்ததில், ஆமவாதக்ருமி (bacillus rheumaticus) என்னும் சில நுண்ணுயிர்கள் தேஹத்தில் ஸம்பந்திப்பதால் இவ்வியாதி உண்டாகக் கூடுமென்று ஒருவாறு கூறப்படுகிறதேயன்றி, அவ்விஷக்கிருமிகள் சரீரத்தில் எவ்வாறு ஸம்பந்திக்கின்றனவோ அவ்விஷயத்தில் இன்றைக்கும் மேனாட்டு வைத்தியர்களுக்குள்ளேயே நிச்சயஞ்ஞானம் ஏற்பட்டபாடில்லை. விஷக்கிருமிகள் வாயின்மூலமாய் முக்கியமாக ஏதாவது பற்கள் சொத்தைப் பிடித்திருந்தால் அப்பற்களின் இடுக்குகளில் தங்கியிருந்து அப்பால் சரீரத்தினுள் இரத்தத்திற் கலக்கின்றனவென்று கூறி அதற்கேற்றவாறு அநேகம் பிரமாணங்களையும் சிலர் எடுத்துக் காட்டுகின்றனர். தொண்டைக்குள்ளிருக்கும் ச்லேஷ்மக்கிரந்திகள் வீங்கினால், அதன் மூலமாகவும் இவ்வியாதி ஸம்பவிக்கக் கூடும்.

குறிகள்.—ஆமவாதஜ்வரம் முதலில் குளிர், தொண்டைப்புண், வேலைகளைச் செய்வதில் மிகவும் ஸாமர்த்தியமில்லாமற்போதல் என்னும் இக்குறிகளுடன் ஆரம்பிக்கும். சரீரத்திலுள்ள பிரதானமான கீல்களில் அதாவது முழங்கால், முழங்கை, கணுக்கால், கணுக்கை, தோள் இவை முதலியவற்றுள் ஏதேனும் ஒன்றிரண்டிலாவது, எல்லாவற்றிலுமாவது வீக்கமும் வலியும் பொறுக்கக்கூடாமல் உண்டாவதுடன், அவை சிவந்துங் காணும்; அவ்விடங்களைப் பரிசித்தாலும் மிகக் கஷ்டத்தை யுண்டுபண்ணும். இவ்வியாதிக்கு சிகித்ஸை செய்யாதவரையில் முதலில் ஏதாவது ஒரு மூட்டில் வேதனையும் வீக்கமும் உண்டாய், அவை கிரமமாக மிகவும் துன்பத்தைக் கொடுத்து அப்பால் அவ்விடத்தில் அக்குறிகள் சாந்தமாகும்; இவ்விதம் சாந்தமாவதன் பயனாக மற்றொரு மூட்டில் இதேவிதமான கோளாறுகள் உடனே ஆரம்பமாகும்; இவ்வாறு ஒரு மூட்டைவிட்டு மற்றொரு மூட்டிலும், மற்றொன்றைவிட்டு இன்னும் வேறு சில மூட்டுகளிலும் இவ்விகாரங்கள் மாறிமாறியுண்டாகும். ஜ்வரம் இருந்தபோதிலும், அது அவ்வளவு தீவ்ரமாய் உண்டாவதில்லை. வியர்வையுண்டாவது எப்பொழுதும் இதன் முக்கியமான குறிகளில் ஒன்றாம்; அவ்வியர்வை ஒரு

விதமான துர்நாற்றமுள்ளதாயிருக்கும். மூத்திரம் வெகு குறைவாகவும், பெரும்பாலும் எப்பொழுதுமே ஒருவாறு செங்கற்பொடி நிறமான உப்புவலைகள் கலந்தும் வெளிவரும்; அந்த மூத்திரத்தைச் சிறிது நேரம் வைத்துவைத்தால் அதனடியில் சின்னஞ்சிறிய சிவந்த உப்புகள் உறைந்து மணல்களைப்போல் தங்கும். வாயில் ஒருவிதமாக அரோசகமுண்டாகும்; நாக்கு வரண்டிருக்கும். மேலும் பசியின்மை, அஜீர்ணம், மலபந்தம் என்னும் இக்குறிகளும் ஸஹஜமாயுண்டாயிருக்கும்.

தடுக்கும் உபாயம்:—சிலருக்கு இவ்வியாதி பரம்பரையாக உண்டாகக்கூடும்; அவர்களுக்கு வீக்கம் மிகுதியாக அடிக்கடியும் உண்டாய் தொந்தரையளிக்கும்; அதிகமாக மத்யபானம் செய்வது, அளவுமீறி ஆஹாரங்களையுண்பது, முக்கியமாய் மாம்ஸாஹாரத்தை அமிதமாக உபயோகிப்பது, அகாலத்திற் பழுக்கும் கனிகளைப் புஜிப்பது, மற்றும் மதியீனத்தினால் ஆத்திரத்துடன் ம்ருஷ்டான்னங்களை அடிக்கடியும் சாப்பிடுவது முதலான இவை இவ்வியாதியுண்டாவதற்குத் துணைக்காரணங்களாக (விப்ரக்ருஷ்ட காரணங்களாய்) இருக்கின்றன. இவற்றுடன் அஜாக்கிரதையாக உடம்பைத் திறந்துக்கொண்டு விசேஷமாகக் காற்றில் உலாவுவதும், ஈரமான பிரதேசங்களில் குடியிருப்பது அல்லது நடமாடுவதும் அவ்வியாதியுண்டாவதற்கு உதவிக் காரணங்களாயிருக்கும். இவ்வாறு காரணங்களைத் தெரிந்துகொண்டால், இதை வரவிடாமல் தடுப்பதற்கும் உபாயங்கள் ஒருவாறு அறியப்படும். உடைகளைத் தகுந்தவாறு தரிப்பதிலும், உடம்பில் ஈரம் தாக்காமலிருப்பதற்காக ஏதேனும் தகுந்த படுக்கைகளையுபயோகிப்பதிலும் கவனம் செலுத்தவேண்டியது அவசியம். கால்களில் பாதரக்ஷையை ஸாத்தியமானவரையில் எப்பொழுதுமே போட்டிருப்பது நலம். சிறிது ஈரமும் குளிரும் அதிகரித்த இடங்களில் கம்பளிகளை உடைகளாக உபயோகிப்பது உத்தமம். ஏற்கனவே பரம்பரையாக ஆமவாத வியாதிக்கு உட்பட்ட மனிதர், ஈரமான பாதங்களைத் துடைத்துக்கொள்ளாமலும் உடம்பைப் போர்க்காமலும் தினந்தோறும் சிறிதுநேரம் உட்கார்ந்திருந்தால் அதனால் அவர்கள் வெகு சீக்கிரத்தில் இவ்வியாதிக்கு ஆளாவார்கள். எப்பொழுதும் கட்டில் அல்லது விசுப்பலகை முதலானவைகளில்மேலின் படுக்கையைப் போட்டுக்கொண்டு படுப்பதே சிறந்தமுறையாம். போஜன பானாதிகளில் என்றைக்கும் மிதமாயிருக்கவேண்டும்.

சிகித்ஸை:—ஒருவனுக்கு ஆமவாதஜ்வரக்குறிகள் உண்டாவதாகத் தெரிந்தவுடனே சுத்தமாகக் காற்றுவீசும் ஓர் அறையில் படுக்கையில் உடம்பில் வேதனையதிகரிக்காதபடி அமைதியாகப் படுத்திருக்கச் செய்யவேண்டியது முதற்காரியம். படுக்கையின்மேல் ஒரு துப்பட்டியும், பிணியாளியின்மேல் போர்த்துக்கொள்ள மிருதுவான ஒரு துப்பட்டியும் போட்டிருப்பது நலம். கோதுமைக்கஞ்சி, புழுங்கலரிசிக்கஞ்சி முதலியவற்றை வேண்டியவளவு பால் சேர்த்து ஆஹாரமாகக் கொடுத்துவரலாம். காலத்திற்பழுத்த கனிகளையும் புஜிக்கக் கொடுக்கலாம். இவ்வியாதியில் அதிகமாய் நாவறட்சியுண்டாவது ஸஹஜம்; அதற்கு உபசாந்தியாக எலுமிச்சம் பழப்பானகம் முதலிய புளிப்பான சில பதார்த்தங்களைச் சிறிதளவு வெந்நீரில்சேர்த்துப் பருகக்கொடுத்து வரலாம்.

பாஷ்பஸ்நானம் என்னும் வேதுபிடித்தலும், உஷ்ணஜலஸ்நானமும் ஹிதமாயிருக்கும். கோதுமைத்தவிட்டை வறுத்து ஒற்றிடம் கொடுக்கலாம்; கர்ப்பூரத்தைலத்தை வெந்நீரில் சிறிது சேர்த்து, அந்த ஜலத்தில் வஸ்திரத்தை நனைத்தும் சுடவைத்த காஞ்ஜிகமென்னும் காடியில் துணியைத் தோய்த்தும் ஒற்றிடம் கொடுப்பதாலும் அனுகூலம் உண்டாகும். ஜ்வரத்தினாலுண்டாகும் கஷ்டத்தைத் தணிப்பதற்காக இளஞ்சூடான அல்லது சிறிது குளிர்ந்த ஜலத்தில் மெல்லிய வஸ்திரத்தை நனைத்து உடம்புமுடியவும் ஒற்றிடம் கொடுப்பது சில ஸமயம் உபயோககரமான சிகித்ஸையாகுமென்பது வாஸ்தவமே; ஆனால் ஆமவாதத்தில் குளிர்ச்சியான வஸ்துக்களைப் பரிசிப்பதால் வியாதி தீவ்ரமாய்விடுமாகையால், அவ்விதம் செய்ய வேண்டியிருந்தால் அனுபவசாலியான அறிவுள்ள வைத்தியரைக்கொண்டே அதை நிறைவேற்றவேண்டும். தினந்தோறும் மலம் சரியாகக் கழிந்து வருகிறதாவென்பதைக் கவனிக்கவேண்டும்; அவ்விதமில்லாவிட்டால் சிறிது ஆமணக்கெண்ணெய் கலந்த ஜலத்தை ஆஸனத்வாரத்தால் வஸ்தியாகச் (Enema) செலுத்தி எவ்விதமாவது மலத்தை வெளிப்படுத்தி வரவேண்டும். 'யோகராஜ குக்குலு' என்னும் மாத்திரையை* ராஸ்நாதி க்வாதத்தோடு (க்வாதம் என்பது கஷாயவகை)† சிலவாரம் உட்கொண்டு வருவதால் வியாதி தீரும். நீடித்த காலமாய் அனுஸரித்து வரும் மலபந்தம் சிலஸமயம் ஆமவாதம்போன்ற வாததோஷத்தை யுண்டுபண்ணும்; அதுவே ஆமவாதமாக மாறக் கூடுமாதலின், மலபந்தம் சிறிதும் நேரிடாதபடி குடல்களை ஆமணக்கெண்ணெய் முதலியவற்றால் சுத்திசெய்து வரவேண்டும்.

* யோகராஜ குக்குலு.—சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 110-வது பக்கம் பார்க்க.

† இக்கஷாயத்தைப்பற்றி சார் 79-வது பக்கம் பார்க்க.

GUINEA-WORM DISEASE IN INDIA.

இந்தியாவில் நரம்புச்சிலந்தி வியாதி.

இந்தியாவில் பரான்னஜனிகள் (Parasitic infection) என்னும் சிலந்திக்கிருமிகளின் ஸம்பந்தத்தினால் இவ்வியாதி பரவும் விஷயங்களைப்பற்றி டாக்டர் டர்க்குட் என்பவர் செய்த விசாரணையின் முழுவிஷயங்களும் அடங்கிய ரிபோர்டு ஒன்று 'இண்டியன் மெடிகல் கஜெட்' என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகையின் சென்ற மார்ச்சுமாதத்திய ஸஞ்சிகையில் வெளியாயிருக்கின்றது. டாக்டர் டர்க்குட் செய்த ஆராய்ச்சியினால் இந்த வியாதி இந்தியாவில் வெகு அதிகமாகப் பரவுவதாக நன்கு அறியப்படுகிறது. இத்தேசத்தின் சில பாகங்களில் உதாரணமாக இச்சென்னைமாகாணத்தின் மேற்குப் பிரதேசங்களில் வருஷந்தோறும் ஒரு மைல் விஸ்தீர்ணத்திற்கு 30-மனிதர்கள் வீதம் இவ்வியாதியால் வருந்துகின்றனர்; சிறைச்சாலையில் குற்றவாளிகளைச் சேர்க்கும்போது பொதுஜனங்களிடம் வியாபித்திருந்த இவ்வியாதியானது சிறையிலுள்ள மற்றவருக்கும் புதிதான அக்குற்றவாளிகளின் மூலமாய் ஸாதாரணமாகப் பரவிவருகிறது. டெக்கானில் கூட ஒரு வருஷத்தில் மைலுக்கு 28-மனிதர்களுக்கு இச்சிலந்தியினால் வியாதி நேரிட்டதுடன், சில கிராமங்களில் இன்னும் அதிகமாக அதாவது நூற்றுக்கு 10-மனிதர்களுக்கு இது ஸம்பவிக்கின்றது.

ஸ்த்ரீகளைக்காட்டிலும் புருஷர்களே இவ்வியாதியால் அதிகமாகப் பீடிக்கப்படுகின்றனர். இவ்வியாதி வியாபித்துள்ள கிராமங்களில் இருக்கும் ஆடுமாடு முதலிய கால்நடைகளுக்கு உண்டாவதில்லை. மனிதர்களிலும் ஐந்தில் ஒருவனுக்குத்தான்—எவனொருவன் 6-அல்லது 8 நரம்புச்சிலந்தி முட்டைகளுள்கூடிய ஜலத்தைக் குடிக்கின்றானோ அவனுக்கு—இவ்வருவருப்பைத் தரும் கிருமிவியாதி யுண்டாகின்றது.

கிருமிகளால் தோஷமடைந்த ஜலத்தை ஒருவன் குடித்து சுமார் ஒருவருஷம் சென்றபிறகே, அவனுடைய உடலின் சர்மத்திற்கு அடியில் இக்கிருமி காணப்படுகின்றது. இடையில் இவ்வளவு நீண்ட காலத்தில் இத்தோஷம் ஸம்பந்தித்த மனிதனுக்கு இவ்வியாதி ஸம்பந்தமான எவ்விதக் குறியும் தோன்றுவதில்லை.

இக்கிருமி தன் ஸந்ததியை மிகவும் விருத்தி செய்யக்கூடியது; ஒவ்வொரு பெண் கிருமியும் சுமார் 30 லக்ஷம் சிறிய கிருமிகளையுண்டாக்கிவிடும்.

நரம்புச்சிலந்தியின் குஞ்சுகளுக்கு ஜலத்தில் அதன் இனத்தைச்சேர்ந்த சில நுண்ணுயிர்கள் உணவாக இருக்கின்றன. அவ்வித கெட்ட நுண்ணுயிர்கள் அடங்கிய நீரைக் குடிப்பவர்களின் சரீரத்தில் இக்குஞ்சுகளும் இவற்றின் முட்டைகளும் செழித்து வளரக்கூடும்.

இச்சிலந்திகளுக்கு உணவாக இருக்கும் அதன் இனத்தைச் சேர்ந்த நுண்ணுயிர்களை பொடாஸியம் பெர்மாங்கனேட் என்னும் உப்பை அந்த ஜலத்தில் கரைத்துவிட்டால் கொன்றுவிடலாம்; ஆனால் இச்சிலந்தியின் முட்டைகள் அவ்வுப்பால் அழிக்கப்படமாட்டாவாகையால் அம்முட்டைகள் பக்குவமாய் வெடித்தவுடன் அக்குஞ்சுகள் மீண்டும் வெளிவந்து விருத்தியாக வழியுண்டு; அவை வெளியாகும்போது இதற்கு முன்னால் கரைத்திருந்த உப்பு ஸத்துவமிழந்துவிடும்; ஆகவே முதலில் ஒரு கிணற்றில் மேற்கூறிய உப்பு முதலானதைக் கரைத்து அதை முதலில் சுத்திசெய்து, அப்பால் ஒரு மாதம்வரையில் அந்த ஜலவிஷயத்தில் தகுந்த கவனம் செலுத்தாமற்போனால், அதில் மீண்டும் முன்னிருந்த தோஷங்கள் விருத்தியாய்விடுவது நிச்சயம்.

வெகு எளிதில் தடுக்கக்கூடிய இவ்வியாதி இவ்வளவு அதிகமாகப் பரவுவதற்குக் காரணம், ஜனங்களுக்குள்ள ஒற்றுமையின்மையும், அறியாமையும், அஜாக்கிரதையுமேயாம்; அவர்கள் பருகுவதற்கு உபயோகமான குளத்து ஜலத்தில் மூழ்கியும் அழுக்குத் துணிகளைத் தோய்த்தும் அதைக் கெடுத்துவிடுகின்றனர். அவர்கள் இவ்விதம் செய்துவரும் வரையில் குடிநீர் சுத்தமாயிருப்பதும் ஸாத்தியமில்லை; இவ்வித வியாதியைத் தடுப்பதும் எளிதல்ல.

"இண்டியன் மெடிகல் கஜெட்" என்னும் பத்திரிகையில் பிரசுரித்துள்ள இவ்விஷயமான ரிபோர்டின் ஸாராம்சத்தை நமது வைத்தியர்களுடையவும், மற்றப் பொது ஜனங்களுடையவும் மனதிற்படுமாறு நாம் இங்கு மொழிபெயர்த்து வெளியிட்டோம். இனியாவது இவ்வித விஷயங்களில் ஆங்காங்குள்ள வைத்தியர்களும், படித்தறிந்த மற்ற ஜனங்களும் கண்வைத்தார்களானால் நமது தேசத்து சுகாதாரநிலைமை எவ்வளவோ சீர்திருத்தமடையக்கூடும்.

THE ALL-INDIA AYURVEDIC CONFERENCE, SEVENTH SESSION.

அகிலபாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ்—ஏழாவது ஸம்மேளநம்.

சென்ற ஜனவரி மாதத்தில் கல்கத்தாவில் இக்கான்பரென்ஸ் ஆருவது முறையாகக் கூடி, சில தீர்மானங்கள் நடந்தேறின வென்றும், அது இவ்வருஷம் சென்னையில் கூடப்போகிறதென்றும் கலாநிதியைப்படிக்கும் நேயர்கள் அறிந்த விஷயமே. அதற்காக இது முதற்கொண்டே இம்மாகாணத்திலுள்ள வைத்தியர்கள் சிறிது உத்ஸாஹத்துடன் முன் வந்து, இதற்காக வேண்டிய காரியங்களில் உதவி புரிவார்களானால் இவ்வருஷம் இம்மஹாஸபையை வெகு சீருடன் நடைபெறச் செய்த புகழுக்கு இச்சென்னை மாகாண வைத்தியர்களான நாம் பாத்திரவாளுடன், நமது முன்னோர்களால் ஏற்படுத்திய அரிய ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்தைச் சீர்படுத்தி, நாளும் கால க்ரமத்தில் ஆங்கில வைத்தியர்களைப்போல் ஒருவாறு முன்னேற்றமடைய வழியேற்படும். ஆறு வருஷகாலமாய் வட இந்தியாவில்—பம்பாய், ப்ரயாகை, கான்பூர், வடமதுரை, கல்கத்தா முதலான விடங்களில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் ஒற்றுமையுடனும் உத்ஸாஹத்துடனும் உழைத்து ஒவ்வொரு வருஷமும் ஆயுர்வேத கான்பரன்ஸை நடத்தி, அவ்விடங்களில் இவ்வைத்தியமுறைக்கு மேன்மேலும் பெருமையையும் செல்வாக்கையும் உண்டுபண்ணி வந்திருக்கின்றனர்; இவ்விஷயத்தில் சென்னை ராஜதானியிலுள்ள வைத்தியர்கள் பின் தங்கிவிடாமல் வடதேசத்திய வைத்தியர்களைப் போலவே ஊக்கத்துடன் இக்கான்பரென்ஸை வெகு விமர்சையாக நடத்துவதற்குக் கடமைப்பட்டிருக்கின்றனரென்று நான் தனிப்படக் கூற வேண்டிய அவசியமில்லையல்லவா? இவ்வருஷம் டிசம்பர் மாதத்தில் அல்லது ஜனவரியில் நடத்தவேண்டிய இக்கான்பரென்ஸுக்கு ஸம்பந்தித்த காரியங்களை முன்னின்று நடத்துவதற்காக ஆயுர்வேத மஹாமண்டல ஸபையார் என்னை இச்சென்னைமாகாணத்துக்கு கார்யதரிசியாக நியமித்திருக்கின்றனர். இப்பொழுது முதலில் சில ஆரம்ப காரியங்களைச் செய்யவேண்டியிருக்கிறது. அவற்றுள் :—

1. இச்சென்னையில் நடைபெறப் போகிற கான்பரென்ஸுக்கு நல்வரவுச்சங்கம் (Reception committee) ஒன்று ஏற்படுத்தவேண்டும்.

2. ஸாத்தியமானவரையில் ஜில்லாக்கள் தோறும் ஆங்காங்குள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் சேர்ந்து ஒவ்வொரு சிறிய கமிட்டி (sub commettee) ஏற்படுத்தி, இக்கான்பரென்ஸுக்கு உதவி செய்யவேண்டியது உசிதம். (இவ்வாறு ஏற்பட்ட கமிட்டியார் பிறகு கான்பரென்ஸுக்கு வைத்தியர்களைப் பிரதிநிதிகளாகத் தெரிந்தெடுத்து அனுப்பக்கூடும்.)

3. கான்பரென்ஸுக்கு ஸம்பந்தமான எல்லாக் காரியங்களையும் பற்றி மாகாணத்திலுள்ள வைத்தியர்கள் எல்லோருக்கும் விஷயங்களைத் துண்டுப்பத்திரிகைகளின் மூலமாகவும் கடிதமூலமாகவும் தெரிவிக்க வேண்டியிருக்கிறது.

இவ்விதம் இக்காரியங்களை ஆரம்பிப்பதற்குமுன் ஆங்காங்குள்ள வைத்தியர்கள் அவரவரது பெயர், ஊர் முதலியவற்றை அடியில் குறிப்பிடும் விலாஸத்திற்கு தயவுசெய்து அனுப்புவார்களாக.

பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
அகிலபாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ் காரியதரிசி,
7, கொண்டலேயர் தெரு,
மிண்டு பின்டிங்ஸ், சென்னை.

CORRESPONDENCE.

கடிதங்கள்.

AN APPEAL TO THE AURVEDIC DOCTORS.

ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு ஓர் விண்ணப்பம்.

கனவான்களே !

ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் அநேக ஔஷதச்சரக்குகளின் விஷயத்தில் இப்பொழுது பலவிதமான ஸந்தேஹங்கள் உடையவர்களாயிருக்கின்றனரென்பது நாம் புதிதாகக் கூறவேண்டிய விஷயமல்ல. ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ள ஒரு பதார்த்தத்தையே இந்நாட்டில் ஒவ்வொரு பிரதேசத்திலும் வெவ்வேறு விதமாக வியவஹரிப்பதுடன் வெவ்வேறு பதார்த்தங்களையும் உபயோகிக்கின்றனர். உதாரணமாக—வ்ருத்ததாரு, ஜீவந்தி, ராஸ்நா முதலிய பதார்த்தங்களின் விஷயத்தில் ஆங்காங்குள்ள வைத்தியர்களுக்கு ஸந்தேஹம் இருந்து வருகிறது. இவற்றுள் இப்பதார்த்தத்திற்கு இதுதான் சாஸ்த்ரீயமான பெயர் என்று நிச்சயிப்பது ஆயுர்வேத வைத்தியர்களின் கடமையாக இருக்கின்றது. இதன் ஸம்பந்தமான ஆராய்ச்சியைச் செய்வதற்காக அடியிற் குறிக்கப்படுமாறு காரியம் செய்யவேண்டியிருக்கிறது.

இந்தியாவில் ஒவ்வொரு ப்ராந்தத்திலும் அநேகம் சிறந்த ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் இருக்கின்றனர்; முதலில்-அவர்களுக்குச் செய்துகொள்ளும் விண்ணப்பம் என்னவென்றால்:— ஒவ்வொரு ப்ராந்தத்திலுமுள்ள வைத்தியர்கள் அவரவர்களுக்கு எந்த ஔஷதச்சரக்குகள் விஷயத்தில் ஸந்தேஹமுண்டோ, அல்லது எப்பதார்த்தங்களுக்குப் பெயர்கள் தெரியவில்லையோ அவ்வித ஔஷதச் சரக்குகளின் பெயர்கள் அடங்கிய ஓர் அட்டவணையை அடியிற்கண்ட விலாஸத்திற்கு எழுதியனுப்பும்படி கோரப்படுகிறது. இவ்வாறு இந்தியாவில் பலவிடங்களிலிருக்கும் அநேக ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிடமிருந்தும் பிரத்யேகமாக ஔஷதச்சரக்குகளின் அட்டவணைகள் எனதிடம் கிடைத்தபிறகு, அவ்வனைத்தையும் சேர்ந்து ஒரு பெரிய அட்டவணை தயார் செய்யப்படும். அவ்விதம் ஸந்தேஹிக்கக்கூடிய ஔஷதச்சரக்குகளின் பெரிய அட்டவணை தயார் செய்யப்பட்டவுடனே, அதை அச்சிட்டு, எந்தெந்த வைத்தியர்களிடமிருந்து சிறிய அட்டவணைகள் வரவழைக்கப்பட்டனவோ அவர்களுக்கும், மற்றுமுள்ள இதர வைத்தியர்களுக்கும் அவ்வச்சிட்டப்ரதிகளில் ஒவ்வொன்று அனுப்பப்பட்டு, ஒருவருக்கு ஸந்தேஹமாயிருந்த பதார்த்தம் வேறு சிலரால் அறியப்படுமானால் அவ்விஷயங்களை அவ்வப்பதார்த்தங்களுக்கு நேராக எழுதியனுப்பும்படி அவ்வைத்தியர்கள் கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறார்கள். வைத்தியர்கள் எவ்வௌஷதச் சரக்குகளின் பெயர் முதலியவை தெரியவில்லை யென்று கூறுகிறார்களோ, அவர்கள் அவ்வச்சரக்குகளில் சிறிதளவு மாதிரிக்கு அனுப்புவது மிகவும் அவசியம்; அவ்விதம் அனுப்பும்படியாகவும் அவர்கள் கேட்டுக்கொள்ளப்படுவார்கள். பிறகு ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தின் அங்கீகாரத்திற்கு இவ்விஷயத்தைக் கொண்டுவந்து, அப்பால் அவர்களுடைய அநுமதியையும் பெற்று இவ்விஷயத்தை ஆராய்ச்சி செய்வதற்கென்றே உபஸங்கம் ஒன்று ஏற்படுத்தப்படும். அந்த ஸங்கம், இரண்டு விருக்ஷசாஸ்திரநிபுணர்களாலும் (பொடானிஸ்ட்ஸ்), இரண்டு வைத்தியர்களாலும், ஆயுர்வேத-ஆங்கில வைத்தியமிரண்டும் அறிந்த ஒருவராலும் அமைக்கப்படும். அவ்வுபஸங்கத்தார், எனதிடம் கிடைத்திருக்கும் மாதிரிச்சரக்குகளுள் ஒவ்வொன்றையும் சாஸ்திரரீதியாய் இவ்விதமே வியவஹரிக்கவேண்டுமென்று நிச்சயித்து, பிறகு அவ்விஷயம் எல்லோருடைய அங்கீகாரத்தையும் பெறுவதன் பொருட்டு அகிலபாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் முன் கொண்டுவரப்படும்.

ஸந்தேஹிக்கக்கூடிய ஔஷதச்சரக்குகளின் அட்டவணையை அநேக வைத்தியர்களுக்கு அனுப்பி, அவர்களுடைய உதவியினால் மாதிரிச் சரக்குகளை ஸம்பாதித்து, அவற்றின் உண்மையான பெயர் முதலியவற்றை ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸில் நிச்சயிப்பதற்காக முன்னதாய் நடத்தவேண்டிய காரியங்களைச் செய்ய கல்கத்தாவில் நடந்த ஆயுர்வேத மஹாமண்டலத்தார் என்னை நியமித்தார்கள். மீண்டும் வைத்தியர்களிடம் பிரார்த்திப்பது என்னவென்றால்—முதலில் உங்களுக்கு ஸந்தேஹமான ஔஷதச்சரக்குகள் எவையுண்டோ அவற்றின் அட்டவணையொன்றை தயவு செய்து எனக்கு அனுப்பவேண்டும். அவற்றையெல்லாம் சேர்த்து ஒரு பெரிய அட்டவணையை ஏற்படுத்தி சீக்கிரத்தில் மறுபடியும் அவ்வித சரக்குகளை எனக்கு மாதிரிக்கு அனுப்பும்படி கேட்டுக்கொள்வதுடன் அனைவருக்கும் ஸந்தேஹிக்கக்கூடிய ஔஷதச்சரக்குகளின் முழு அட்டவணையைத் தயார்செய்து அனைவருக்கும் அனுப்ப அநுகூலமாயிருக்கும். இக்காரியத்தை ஒவ்வொரு வைத்தியரும் தமதுஸொந்த காரியம்போல் நினைத்து இவ்விஷயத்தில் எனக்கு உதவிபுரிவார்களென்று ஆவலுடன் எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.

இங்ஙனம்

372, BORABAZAR ST.
Fort, Bombay.

வைத்தியயாதவ்ஜீத்ஜீ
கய்ஜீ ஆசார்யர்.

[அடுத்த கான்பரென்ஸில் இது ஒரு முக்கியமான விஷயமாகக் கவனிக்கப்படும். ஆகவே யாதவ்ஜீ ஆசார்யர் அவர்கள் வேண்டிக்கொண்டிருக்குமாறு நமது வைத்தியர்கள் இவ்விஷயத்தில் சிரத்தையுடன் உதவி செய்வார்களென்று நம்புகிறோம். அவரவர்கள் அனுப்ப விரும்பும் ஸந்தேஹிக்கக்கூடிய ஔஷதச் சரக்குகளின் அட்டவணையை "ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் சென்னைமாகாணக் கார்யதரிசி, 7, கொண்டலேயர் தெரு, சென்னை" என்னும் விலாஸத்திற்கும் அனுப்பவசம். ப-ர்.]

QUESTIONS AND ANSWERS

ஸந்தேஹ விஞக்கள்.

3. காமாலையும் அதன் சிகித்ஸையும்.

ஐயா,

சென்ற மாசிமாதத்திய ஸஞ்சிகையில் மிஸ்டர் வி. எஸ். ஐயன் பிள்ளை வைத்தியர் அவர்கள் காமாலையைப்பற்றி எழுதிய வியாஸத்தைப் படிக்க மிகவும் ஸந்தோஷமாகவும் த்ருப்தியாகவும் இருக்கிறது.

(1) அதில் சொல்லியிருக்கிறபடி அவ்வௌஷதத்தை ஜ்வரத்துடன்கூடிய காமாலையில் கொடுக்கலாமா?

(2) கொடுத்தால் அதன் செய்கைகள் என்ன? இந்த ஸந்தேஹவிஞக்களுக்கு இப்பத்திராதிபர்களாவது மேற்படி வைத்தியராவது தயவுசெய்து விடையளிக்கக் கோருகிறேன்.

கே. என். அருணாசல ஐயர்.

[மேற்கூறிய இரண்டு கேள்விகளுக்கும் அடுத்தப் பத்திரிகையில் மிஸ்டர் ஐயன்பிள்ளை அவர்கள் விவரமாகவும் சுருக்கமாகவும் தயவுசெய்து விடையளிப்பார்களென்று எதிர் பார்க்கிறோம். ப-ர்.]

---

4. ஆஹாரம்.

ஐயா,

அடியில் நான் குறிப்பிடும் ஸந்தேஹங்களுக்குக் கலாநிதியின் வாயிலாகப் பலருக்கும் பயன்படுமாறு தயவுசெய்து விடையளிப்பீர்கள் என்று ஆவலுடன் நானும் என் நண்பர்களும் எதிர்பார்க்கின்றோம்:—

(1) பலஹீனப்பட்ட ஜீர்ணக்கருவிகள் பலப்படவேண்டுமானால் சிறுகச் சிறுகக் கடினபதார்த்தங்களைப் புஜித்து அவை பலப்பட வேண்டுமா? அல்லது இலகுவில் ஜீர்ணமாகக்கூடிய ஆஹாரவகைகளையே புஜிப்பதால் பலப்படவேண்டுமா?

(2) மென்று புஜிக்கமுடியாத சிறு குழந்தைகளுக்கு திரவமான ஆஹாரம் தகுதியா? கெட்டியான ஆஹாரம் தகுதியா?

(3) போஜனபதார்த்தங்கள் வாடிக்கையைப் பொறுத்ததா? தேஹஸ்வபாவத்தைப் பொறுத்ததா?

B. ஆதிமூர்த்தி.

விடை:—

(1) ஜீர்ணக் கருவிகள் அவற்றின் வேலையைச் செய்ய சக்தியற்றிருக்கும் வரையில் கடினமான உணவுகளை உண்பது முற்றிலும் உசிதமல்ல. எளிதில் ஜீர்ணமாகக்கூடியஉணவுகளையே—பெரும்பாலும் திரவரூபமான ஆஹாரங்களையே புஜித்துவந்தால் கிரமமாக மற்ற அவயவங்களைப்போலவே ஜீர்ணகோசங்களும் பலப்பட்டு, அப்பால் அவை கடினமான உணவுகளையும் ஏற்றுக்கொண்டு அவற்றை ஜீர்ணம் செய்யக்கூடிய வன்மையைப் பெறும். (2) ஆம்; திரவமான உணவையே சிறு குழந்தைகளுக்கு ஊட்டவேண்டும். கெட்டியான பதார்த்தங்களிலும் சில சீக்கிரம் ஜீர்ணமாகக் கூடியவையுண்டு; ஆகிலும் சிறுகுழந்தைகள் என்கிற மட்டிலும்—கெட்டியான உணவுப் பொருட்களை மென்றுப் புஜிக்கக்கூடிய திறமை வராதவரையில் அவ்வித வஸ்துக்களைக் கொடுக்காமலிருப்பதே நலம். (3) அவரவர்களுடைய வழக்கத்திற்குத் தகுந்தவாறே போஜன பதார்த்தங்களை உபயோகிக்க வேண்டியிருக்கின்றது. ஒருவருக்கு ஒருவிதமான ஆஹாரம் வாடிக்கையாகப்போனபின் அதைத் தவிர்த்து மற்றவை—எவ்வளவு சிறந்தவையென்றாலும்—ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவது கஷ்டமே. உதாரணமாக இந்தியாவில் வடதேசத்தார் கோதுமையையும், தென்தேசத்தார் அரிசியையும் பிரதான உணவுப் பொருளாக உபயோகித்து வருகின்றனர். அவ்வாடிக்கையை மாற்றுவதென்றால் கஷ்டமே. ஒருவன் ஏதேனும் பிணியினால் வருந்தினால் அப்பொழுது அவனுடைய தேஹஸ்வபாவத்திற்கு ஏற்றவாறுதான் அவன் உணவுகளை யுபயோகிக்கவேண்டும். ப-ர்.

---

5. நன்னாரியும் யஷ்டிமதுகமும்.

ஐயா,

அடியில் வரும் கேள்விகளுக்குத் தயவுசெய்து விடையளிக்கக் கோருகிறேன்:—

(1) சீமை நன்னாரிவேருக்குப் (Radix Sarsae) பதிலாக நாட்டு நன்னாரி வேரையாவது (Hemidesmi Root), சவ்ஜபான் என்னும் மூலிகையையாவது ஔஷதங்களில் சேர்க்கும்படியாய் சிலக் கிரந்தங்களில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. இவற்றுள் சவ்ஜபான் என்கிற மூலிகையை ஊறல் கஷாயம, காய்ச்சியெடுக்கும் கஷாயம், ஆவிநீர் என்னும் இம்மூன்று முறையில் எம்முறையைக் கொண்டு பக்குவம் செய்தால் சவ்ஜபான் என்னும் மூலிகையின் ஸத்துவம் கெடாமல் அதன் குணம் மேன்மையடையும்?

(2) யஷ்டிமதுகம் என்றால் என்ன?

வி. என். கணபதி முதலியார்.

விடை:—

(1) சீமை நன்னாரிவேர் கிடைக்கும்போது அதற்குப் பதிலாக வேறு பதார்த்தங்களை யுபயோகிப்பது அவசியமல்ல. சவ்ஜபான் என்பதையாவது, சீமை அல்லது நாட்டு நன்னாரியையாவது உபயோகிக்க வேண்டி வந்தால் அப்போதைக்கப்போது கஷாயமாக் காய்ச்சி யுபயோகிப்பதே சிறந்த முறை; ஆனால் சில நாட்கள் வைத்துக்கொண்டு உபயோகிக்க வேண்டியிருந்தால் ஆவிநீராகவே இறக்கி உபயோகிக்க வேண்டும். (ஆவிநீர்) என்பதைவிட அர்க்கம் என்று வழங்குவது வைத்தியர்களுடைய வியவஹாரத்திற்கு ஏற்றதாகும்.) மேலும் அந்தந்த வியாதி நிலைமைகளுக்குத் தகுந்தவாறும் பக்குவம் செய்யவேண்டும்.

(2) யஷ்டிமதுகம் என்பது அதிமதுரம். ப-ர்.

---

6. பலங்குன்றிய ஹ்ருதயம்.

ஐயா,

இப்பொழுது எனக்கு வயது பதினெட்டு. இரண்டு வருடங்களுக்கு முன்பு அதிக வேலைகளைச் செய்து வந்ததன் பயனாக எனது ஹ்ருதயத்திற்கு சிறிது தீங்கு உண்டாயிற்று; பிறகு ஆறு வாரங்கள் நான் ஓய்வெடுத்துக்கொண்டேன். இப்பொழுது என் ஹ்ருதயத்தில் வலி யிருப்பதாக எனக்குத் தெரியவில்லையாயினும், அவ்வவயவம் இன்னும் பலங்குன்றியதாகவே தோற்றுகிறது.

(1) நான் பத்து மணிநேரம் தூங்குவது அதிகமா?

(2) வியாமமென்னும் தேஹ வுழைப்பு எனக்கு உசிதமா? அல்லது கூடுமான வரையில் சரீரத்தை யுழைக்காமல் அமைதியாயிருப்பது நலமா?

(3) இவ்விஷயத்தில் நான் கவலைப்படுவதற்குக் காரணம் ஏதேனுமுண்டா? அல்லது வயது செல்லச் செல்ல எனது நிலைமை பலப்படுமா?

விடை:—(1) இல்லை; பத்துமணிநேரம் நித்திரை போவது அதிகமென்று நினைப்பது எவ்விதத்திலும் சரியல்ல. உமக்கு எவ்வளவுநேரம் தூங்கவேண்டுமென்று தோற்றுகிறதோ அவ்வளவு நேரமும் நித்திரை போகவேண்டும். உம்முடைய படுக்கயறையை நன்கு காற்றோட்டமுள்ளதாக அமைத்துக்கொள்வது அவசியம். நித்திரை போகவேண்டிய காலத்தைக் குறைப்பது மிகவும் பிசகான காரியம். (2) நீர் செய்யும் வேலையும் வியாயாமமும் சொற்பமாயிருப்பதே நலம்; சரீரத்தை அதிக ஆயாஸப்படுத்திக்கொண்டு வேலை அல்லது வியாயாமம் செய்வது மிகத் தவறுதலான காரியம். கூடியமட்டிலும் அமைதியாக இருக்க ஏற்பாடு செய்துகொள்ளும். ஸாத்தியமானவரையில் வீட்டுக்கு வெளியில் சுத்தமான காற்றோட்டமுள்ள விடங்களில் காலத்தைக் கழித்து வருவது உத்தமம். நன்றாகக் கனிந்த சிறந்த பழவர்க்கங்களையும், கோதுமையையும், பால் வெண்ணெய் முதலியவற்றையும் எப்பொழுதும் உண்பது நலம். காப்பி, டீ, மதுவகைகள் முதலிய உத்தீபன வஸ்துக்களை உபயோகிக்கக் கூடாது; மாம்ஸாஹாரத்தை விலக்குவதும் உசிதம். (3) முற்கூறிய விதமாகவே அமைதியாயிருந்து, ஸாதாரணமான உணவுகளை யுபயோகித்துவரும் வரையில் நீர் இதற்காகக் கவலைப்படவேண்டிய அவசியமில்லையென்று நினைக்கிறோம். ஆகிலும் வயது செல்லச் செல்ல உம்முடைய சரீர நிலைமை எவ்வாறு ஆகுமென்னும் விஷயம் உம்முடைய காரியங்களையும் நடையுடைகளையும் உணவுகளையும் பொருந்தியதாகும். (ப-ர்.)

---

7. மூலரோக சிகித்ஸை.

அன்பார்ந்த ஐயா,

அடியில்வரும் கேள்விகளுக்குத் தாங்களாவது (பத்திராசிரியர்), கலாநிதியைப் படிக்கும் மற்ற வைத்தியர்களாவது தயவு செய்து விடையளித்தால் மிகவும் நன்றி பாராட்டக்கடமைபட்டிருக்கின்றேன்:—

(1) இரக்த மூலத்தில் உடனே இரத்தக் கசிவை நிறுத்தி, ஆஸனத்வாரத்தி லேற்படும் கடுப்பையும் நிவ்ருத்தி செய்யக்கூடிய கைகண்ட ஔஷதம் ஏதேனும் உண்டா?

(2) மூல மூளைகளை சஸ்திர சிகித்ஸையினாலேயே போக்கவேண்டுமா? அல்லது அவற்றை ஔஷத ப்ரயோகங்களாலேயே வேறுடன் களைந்து விடக்கூடுமா? அப்படியானால் அவ் வௌஷதம் யாது? எங்கு கிடைக்கும்?

(3) உள்மூலம் வெளிமூலம் இவற்றிற்குத் தனித்தனியே வெவ்வேறு விதமான சிகித்ஸை செய்ய வேண்டுமா? ஒன்றுக்கு செய்யப்படும் சிகித்ஸையே மற்றொன்றுக்கும் ஏற்றதாயிருக்குமா? D. S.

[மூலரோக சிகித்ஸையைப் பற்றி மேலே கேட்கப்பட்டிருக்கும் மூன்று விஞக்களுக்கும் கலாநிதியைப் படிக்கும் நமது வைத்திய ஸஹோதரர்களில் எவரேனும் கூடிய சீக்கிரத்தில் தகுந்தவாறு விடைகளை எழுதி கலாநிதி ஆபீஸுக்கு தயவு செய்து அனுப்புவார்களானால், அவ்விஷயங்களறிந்த வைத்தியர்கள் மற்ற வைத்தியர்களுக்கும் பொது ஜனங்களுக்கும் பேருதவி புரிந்தவராவர். ப-ர்.]

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

ஊமத்தை.

இது மிகவும் உபயோககரமான ஔஷதச் சரக்காயிருந்தாலும், இதைப் பிரயோகிப்பதில் அதிக ஜாக்கிரதையாயில்லாவிட்டால் நஞ்சின் குறிகள் காணப்படும். ஊமத்தையில் வெள்ளை கறுப்பு என்று இரு வகையுண்டு; இவ்விரண்டையும் உபயோகித்துப் பார்த்ததில் வெள்ளையினத்தைப் பார்க்கினும் கருப்பு இனமே சிறந்த குணந் தரக்கூடிய ஸாரமுள்ளதென்று அறியப்பட்டது.

அதன் உபயோகம்.—(1) காய்ந்த ஊமத்திலைகளைப் புகையிலைச் சுருட்டுபோல் செய்து, அதன் புகையை உறிஞ்சால் உடனே ச்வாஸகாஸத்தினாலுண்டாகும் பெருமூச்சு முதலிய விகாரங்கள் சாந்தமாகும். தேவைக்குத் தகுந்தபடி தினம் ஒன்றுக்கு மூன்று அல்லது நான்கு முறை இப்புகையைக் குடிக்கலாம். ஆனால் தலைச் சுற்றல், வாய்க் குமட்டல் முதலிய துர்லக்ஷணங்கள் உண்டானால் உடனே நிறுத்தி விடவும். இதை அஜாக்கிரதையாக உபயோகித்ததில் பிராணாபாயம் அல்லது மிகக் கொடிய வேதனைகள் உண்டானதாகத் தெரியவருவதால் இதைப் பிரயோகிப்பதில் மிகுந்த எச்சரிக்கை வேண்டும். கபம் குறைந்து வரட்சியுடன் நெடுநாட்களாகப் பீடிக்கும் கடினமான இருமல்களுக்கும் மேற்சொல்லியபடி ஊமத்திலைச் சுருட்டைக் குடித்தால் நற்குண முண்டாகும். (2) வாதத்தினாலுண்டாகும் வீக்கங்கள், வலியதிகரித்த கட்டிகள், சர்மத்தைப் பற்றிய வீக்கங்கள் இவை முக்கியமாய் மேஹவியாதி ஸம்பந்தமாயிருந்தால், அவற்றிற்கு ஊமத்திலையை வலியிருக்குமிடத்தில் பொட்டலிகை யென்னும்போல்டீஸாகக் கட்டினால் உடனே குணமுண்டாகும்.* நரம்புச் சிலந்தி வியாதியில் அக்கிருமி, கொப்புளம் வெடித்த பிறகு வெளியில் சிறிது நீண்டு வந்திருக்கையில் மேற் கூறிய போட்டலிகையைச் சட்டினால் அக்கிருமி சீக்கிரத்தில் வெளி வந்து விடும். (3) முகத்திலுண்டாகும் நரம்பைப்பற்றிய அநேகம் வீக்கங்களில் ஒரு பங்கு காய்ந்த இலையை நான்கு பங்கு பன்றிக்கொழுப்பிற் கலந்து வலியின்மேல் தடவினால் ஸௌக்கிய முண்டாகும்.

* [ஊமத்திலைப் போட்டலிகை அல்லது போல்டீஸ்—இலைகளைப் பறித்தவுடனே நன்றாக அரைத்து, அதற்கு ஸமபாகம் அரிசிமாவையும் சேர்த்து, சிறிது தண்ணீர் விட்டுக் குழைத்து ஒரு துண்டுச் சீலையில் விரல் கனத்துக்குத் தடவவும். அல்லது கொஞ்சம் இலையைச் சாராயத்தில் இட்டு வைத்து, அப்பால் அதை யெடுத்து வலியுள்ள இடத்தில் வைத்துச் சீலையால் சுத்திக் கட்டவும். ஒரு பலம் இலையை அரைப்படி கொதிக்கும் ஜலத்தில் சேர்த்து மூடி வைத்து, சிறிது நேரத்திற்கெல்லாம் ஒற்றிடம் கொடுக்கலாம்.]

திருநீற்றுப் பத்திரி.

இதற்கு ருத்ரஜடா என்றும் பெயர். வருஷந்தோறும் புதிது புதிதாக வளரக்கூடிய செடி; இதன் புஷ்பங்கள் வெளுப்பாயிருக்கும்; இதற்கு ஒருவித நல்ல மணமுண்டு; அவ்வாஸனைப் பச்சிலை உலர உலர விருத்தியாகும்.

(1) இம்மூலிகையின் முழு அம்சங்களும் உதரவாதஹரமாக (carminativee) உபயோகிக்கக் கூடியவையாம்; (2) இதன் விதைகள் சரீரத்திற்குக் கொழுமையை விருத்தி செய்வதுடன் மூத்திர விரேசகமாகவும் (diuretic) வேலை செய்யும். (3) மூக்கடைப்பு அல்லது ப்ரதிச்யாய ரோகத்தில், 100 பங்கு ஜலத்திற்கு 12 பங்கு இம்மூலிகையைச் சேர்த்துக் கஷாயம் செய்து வடிக்கட்டி, அக்கஷாயத்தை மூக்கில் நஸ்யமிட, மூக்கில் ஒருவிதமாய் உணர்ச்சியின்மையையுண்டுபண்ணி, க்ருமிஹரயாக (antiseptic) வேலை செய்வதால், இவ்வியாதிக்குக் காரணமான கிருமிகளின் குஞ்சுகளை அழித்து, அதன் மூலமாய் வியாதி குறைந்து விடும், அல்லது நிவ்ருத்தியாய் விடும். இவ்விதம் செய்தால் பீநஸரோகமும் போய்விடுமென்று அறியப்படுகிறது. (4) சுமார் அரைப்பலம் திருநீற்றுப்பத்திரி விதையை ஒரு ஆழாக்கு ஜலத்தில் கொதிக்கவைத்து, அது கால் பங்காகக் காய்ந்த பிறகு வடிக்கட்டி, அதில் சிறிது சர்க்கரையைச் சேர்த்து தினந்தோறும் உட்கொண்டு வந்தால் மூத்திரமார்க்கத்திலும் ஜனனேந்த்ரியத்திலும் ஸம்பந்தித்த அநேகம் வியாதிகள் நிவ்ருத்தியாகும்.

இரத்தத்தை வெளிப்படாமல் தடுக்கும் ஒரு நூதன ஔஷதம்.

ஸ்விட்ஸர்லாண்டில் பெர்னே (Berne) என்னுமிடத்திலுள்ள ப்ரொபஸ்ஸர் தியோடர் சோசெர் என்பவரும், அவருடைய உதவி உத்தியோகஸ்தரான டாக்டர் ஏ. போன்ஸ் என்பவருமாக காயத்திலிருந்து இரத்தத்தை வெளிவராமல் உடனே நன்றாகத் தடுத்து விடுவதற்கேற்ற ஓர் ஔஷதத்தைத் தயார் செய்திருக்கின்றனர். அவ் வௌஷதத்திற்கு கொ-ஆ-குலென் (Coagulen) எனப் பெயரிட்டிருக்கின்றனர். இது ஒருவித சூர்ணமாயிருக்கிறது; விரணத்தின்மேல் அல்லது காயத்தின்மேல் உபயோகிக்கும்போது இது ஜலத்தில் கரைத்து உபயோகிக்கப்படுகிறது. இதைக் கண்டு பிடித்தவர்கள் யுத்தகளத்தில் கொடுமையாகக் காயங்கள் பட்டு வருந்தும் போர்வீரர்களுக்கு உபயோகிப்பதன் பொருட்டு ஜெர்மனிக்காரர்களுடையவும் ப்ரெஞ்சுக்காரர்களுடையவும் பிரதான யுத்த கார்யசாலைகளுக்கு வேண்டியவளவு இவ்வௌஷதத்தை உதவியிருக்கின்றனர். இவ்வௌஷதத்தை யுபயோகிப்பதால் ஆயிரக் கணக்கான உயிர்கள் காக்கப்படலாமென்று நம்பப்படுகிறது.—Practical Medicine.

காடிக்காரத் திரவம்.

காடிக்காரத் திரவத்தை (100 பங்கு ஜலத்திற்கு 2-பங்கு காடிக்காரம் கரைந்திருக்க வேணும்) கக்கிருமலில் தொண்டைக்குள் தடவி வந்தால் நற்குணமுண்டாகுமென்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. சிறு குழந்தைகளுக்கு 100 க்கு 1-பங்கு காடிக்காரம் விதம் இத்திரவத்தில் சேர்ந்திருக்க வேண்டும்;--Medica-Standard.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

சஸ்திர சிகித்ஸைக்குரிய ஒரு நூதன யந்திரம்.

பாரிஸ் நகரத்திலிருந்து சஸ்திரசிகித்ஸைக்கு ஸம்பந்தமான ஸமயத்திற்கேற்ற விசேஷமானதோர் விஷயம் வெளிவந்தது. இதுவரையில் துணிகளைத் தைக்கும் தையல் யந்திரங்களை மட்டுமே நாம் பார்த்து வந்தோம். இப்பொழுது மனிதருடைய தேஹத்தில் காயம் முதலியவற்றால் கிழிந்துபோன சர்மம் முதலியவற்றைத் தைப்பதற்காக நிபுணரான ஒரு சஸ்திர சிகித்ஸகர் ஒரு கருவியை நிர்மித்திருக்கின்றனராம். காயம் முதலானவற்றில் அவயவங்களை அல்லது கிழிந்துபோன சர்மம் முதலியவற்றை ஒன்று சேர்த்துத் தைக்கவேண்டி வருமாகையால், அப்பொழுது அவற்றைக் கையால் தைப்பதைவிட இந்த யந்திரத்தின் உதவியால் தைத்துவிடுவது மிக எளிதாம். சஸ்திர சிகித்ஸகர்கள் தாராளமாய் இதை உபயோகிக்கக் கூடுமாயென்றறிய அத்தொழிலாளிகளில் முக்கியமானவர்களுக்கெல்லாம் இக்கருவி தற்காலம் அனுப்பப்பட்டு வருகிறது. ஒவ்வொரு விரணத்தையும் ஸாதாரணமாய் ஒரு செகண்டுக்குள் தைத்துவிட இது ஏற்ற கருவியாயிருக்கின்றதென்று நம்பப்படுகிறது.—Family Doctor.

மலபந்தத்திற்கு ஸுலபமான பரிஹாரம்.

மலபந்தத்தைப் போக்க முதலில் தகுந்த உணவே பிரதானமானது. அதாவது எந்த உணவுப் பொருட்கள் தேஹத்தைப் போஷிப்பதுடன், மலத்தையும் தானே வெளிப்படுத்தக் கூடியவையோ அவை தகுந்த உணவுகள் எனப்படுகிறது. அவற்றுள் முக்கியமாய் அத்திப்பழம், ஆபில் என்னும் சீமை யிலந்தை, வாழைப்பழம், கமலாப்பழம், அன்னாசிப்பழம், மற்றும் இவைபோன்ற வேறு சில பழங்களும், வாற்கோதுமை, கோதுமை முதலியவற்றால் செய்த ரொட்டி முதலியவைகளும் மலபந்தத்தைத் தடுப்பதற்கு அல்லது போக்குவதற்கு ஏற்ற உணவுகளாக உபயோகிக்கத்தகுந்தவை. எவ்வுணவுகளையும் மிகப் பழகிப் போகாமல் நூதனமாயிருக்கையிலேயே உட்கொள்ள வேண்டுமென்பதையும் கவனத்தில் வைத்திருக்க வேண்டும். தினந்தோறும் சில காய்களையும் கிழங்குகளையும் கீரைகளையும் நன்றாகச் சமையல் செய்து ரொட்டி முதலிய பிரதான உணவுகளுடன் கலந்து உபயோகிப்பதும் அவசியமாம். இதற்குமேல் வேறு ஏதாவது சிகித்ஸை செய்தே ஆகவேண்டியிருந்தால் ஏதாவது ஔஷதங்களைக் கொடுத்து மலத்தைக் கழி

யச் செய்வதைவிட இளஞ்சூடான (70 முதல் 80 டிக்ரி உஷ்ணமுள்ள) ஜலத்தைக் கொண்டு வஸ்தி (Enema) செய்து குடலைச் சுத்தம் செய்வது சிறந்த முறை.—Good Health.

வங்காளத்தாருடைய மிதக்கும் ஆஸ்பத்திரி.

சென்னையில் 'மதராஸ்' என்று பிணியாளிகளுக்கு அவசியமான ஸகல ஸௌகர்யங்களமைந்த ஓர் ஆஸ்பத்ரிக்கப்பல் ஏற்பட்டு யுத்தத்தில் காயம்பட்டு ஆபத்துக்குள்ளாகும் மனிதர்களுக்கு சிகித்ஸை முதலிய உதவிகளைச் செய்து வருவதுபோலவே, வங்காளத்திலும் மிகப் பெரிய ஆஸ்பத்ரிக் கப்பலொன்று அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. வங்காளத்து அம்புலென்ஸ் ஸங்கத்தாருடைய பெரு முயற்சினால் இவ்வாறு தண்ணீரில் மிதந்தோடும் ஆஸ்பத்ரி ஒன்று ஏற்பட்டது. 'மதராஸ்' ஆஸ்பத்ரிக் கப்பலுக்கு கர்னல் கிப்பார்ட் தலைமை வைத்திய உத்தியோகஸ்தராக நியமிக்கப்பட்டிருப்பதுபோல் வங்காளத்து ஆஸ்பத்ரிக் கப்பலுக்கு லெப்டினண்ட் கர்னல் A. N. நாட், I. M. S. என்பவர் தலைமை உத்தியோகஸ்தராக நியமிக்கப்பட்டிருக்கிறார். இந்திய உத்தியோகஸ்தர்களும் சிலருண்டு. பொது ஜனங்களிடமிருந்து வசூலாகும் பணத்தைக் கொண்டே பெரும்பாலும் இவ்வாஸ்பத்ரிக்கப்பலின் காரியங்கள் நடைபெறும். கமாண்டெண்ட் முதலிய சில உத்தியோகஸ்தர்களுக்குக் கவர்ன்மெண்டின் சம்பளம் உண்டு.

கொய்னாவின் விற்பனை.

இப்பொழுது தபாலாபீஸுகள் மூலமாகவும், கிராம முனிஸீப் முதலியவர்களின் மூலமாகவும் ஜனங்களுக்குக் கொய்னாவைச் சிறிய பொட்டலங்களாகக் கட்டி சொற்ப விலைக்கு விற்பதற்குக் கவர்ன்மெண்டார் ஏற்பாடு செய்திருப்பது பெரும்பான்மையோருக்குத் தெரிந்த விஷயம். ஜனங்களுக்கு இச்சரக்கு இன்னும் எளிதில் கிடைக்கவேண்டுமென்பதைக் கருதி அம்மைகுத்தும் அதிகாரிகள், எலிமெண்டரி ஸ்கூல்களின் தலைமை உபாத்தியாயர்கள் இவர்கள் மூலமாகவும் இதைச் சிறிய பொட்டலங்களாக விற்பதற்குக் கவர்ன்மெண்டார் ஏற்பாடு செய்திருக்கிறார்கள். ஸிங்கோனா என்னும் ஜ்வரப்பட்டைப் பயிரின் ஸம்பந்தமாக ஏற்பட்டுள்ள டைரக்டர் அவர்கள் அந்தந்த ஜில்லா போர்டின் பிரெஸிடெண்டுகளையும், தாலூகா போர்ட் பிரெஸிடெண்டுகளையும், முனிஸிபல் சேர்மென்களையும் இவ்விஷயமாகச் செய்யவேண்டிய காரியங்களை அந்தந்த ஜில்லாக்களிலும், தாலூக்காக்களிலும், பட்டணங்களிலும், கிராமங்களிலும் செய்து முடிப்பதற்காகக் கேட்டுக்கொள்வார்கள்.

போர்க்களத்தில் எலும்பொடிந்தவருக்குச் சிகித்ஸை.

டாக்டர் வாரோனுப், டாக்டர் அலெக்ஸிஸ் காரெல் என்னும் இரண்டு ரஷ்ய தேசத்து சஸ்திரசிகித்ஸகர்கள் நியூயார்க் நகரில் வைத்தியாராய்ச்சிக்கென்று ஏற்பட்டுள்ள ராக்பெல்லர் இன்ஸ்டியூட் என்னும் சாலையில், மனிதர்களுக்கு ஒடிந்துபோன எலும்புகளுக்குப் பதிலாக வேறு எலும்புகளை அவ்விடத்தில் ஒட்டவைத்து அச்சிகித்ஸை மிகப் பிரயோஜன முண்டுபண்ணியதாகத் தெரியவருகிறது. ரஷ்யாவிலுள்ள போர்டியாக்ஸ் என்னும் பிரதேசத்திலிருக்கும் ஓர் ஆஸ்பத்ரியில் ஒரு போர்வீரனுக்கு இச்சிகித்ஸை செய்யப்பட்டது; அவனுக்கு நற்பயன் உண்டாயிற்று. யுத்தத்தில் அந்த மனிதனுக்கு ஒரு ரவை தோளிற் பாய்ந்து அங்கு ஒரு எலும்பைப் பிளந்துவிடவே, அவ்வெலும்பில் ஒரு சிறு துண்டு ஒடிந்து விலகிவிட்டது; பிறகு அத்துண்டை அவ்விடத்திலிருந்து விலக்கிவிட வேண்டியிருந்தது. அப்பால் ஒரு குரங்கின் தோளிலிருந்து ஒரு எலும்புச் சிராயைப் பிளந்து எடுத்து இம்மனிதனுடைய தோளெலும்பில் ஒட்டவைத்து அவனுக்கு முன்போலவே கையை ஸௌக்கியப்படுத்திவிட்டார்கள். இவ்விதம் செய்வதற்கு முன் அம்மனிதனுக்கு அடிபட்ட கை பார்ச்வவாயுவால் ஸ்வாதீனமற்றிருந்தது. பிறகு இவ்வாறு வேறொரு எலும்பை ஒட்டவைத்து விரணங்களை ஆற்றிவிடவே, கையில் பார்ச்வ வாயுவும் நிவ்ருத்தியாய்விட்டது. அவனுக்கு ஒட்டவைத்த எலும்பின் அளவு இரண்டு அங்குலமாம்.—Cleve land Medical ournal.

கொசுக்களைப் போக்கும் சில செடிகள்.

ஆமணக்கஞ்செடி யிருக்குமிடத்தில் கொசுக்கள் அணுகுவதில்லையென்று மிஸ்டர் ஆல்பெர்ட் என்பவர் கூறுகிறார். ஓர் அறையில் ஒரு ஆமணக்கன் தண்டு அல்லது தழை முதலியது இருந்தாலும் கொசுக்களை அவ்விடம் வரவிடாமற் செய்யப் போதுமானது. அநேகம் பூச்சிகளும் இச்செடியினிடம் அணுகுவதில்லையாம். லாரிமூர் என்பவரின் கொள்கைப்படி திருநீற்றுப்பத்திரி யென்னும் மூலிகை யிருக்குமிடத்திற் கூட கொசு முதலிய ஜந்துக்கள் சேருவதில்லையென்று அறியப்படுகிறது.—Health and Happiness.

சிக்ருத்வகாதி ப்ரதேஹம். முருங்கவேரின் பட்டை, வெண்ணொச்சியிலை, ஆமணக்கன்வேர், யவதானியம், கோதுமை, பயறு இவற்றை அரைத்துக் கொதிக்கவைத்து இளஞ்சூடாக வாத தோஷத்தினாலுண்டாகும் வித்ரதியில் லேபநம் செய்யலாம். 93.

லாஜாதி லேபமும் பயஸ்யாதி லேபமும். நெற்பொரி, அதிமதுரம், சர்க்கரை இவற்றை நெய்விட்டு அரைத்து, பித்ததோஷத்தினாலுண்டாகும் வித்ரதியில் லேபநம் செய்யலாம்; அல்லது க்ஷீரகாகோலி, வெட்டிவேர், வெண்சந்தனம் இவற்றையாவது லேபநம் செய்யலாம். 94.

இஷ்டகாதி ப்ரதேஹம். செங்கற்பொடி, மணல், இருப்புச் சட்டத்தின் தூள், பசுஞ்சாணம் இவற்றைக் கோமயம் சேர்த்து ஆட்டிக் கொதிக்கவைத்து கபவித்ரதியில் சிறிது சூடாயிருக்கையிலேயே ப்ரதேஹமாக உபயோகிக்கலாம். 95.

இரண்டாம் ரக்த சந்தநாதி லேபம். செஞ்சந்தனப், மஞ்ஜிஷ்டி, மஞ்சள், அதிமதுரம், காவிக்கல் இவற்றைப் பொடி செய்து பாலில் குழைத்து இரத்த வித்ரதியிலும், ஆகந்துகமென்னும் வெளிக் காரணங்களாலுண்டாகும் வித்ரதியிலும் லேபநம் செய்யலாம். 96.

நிசுளாதி ப்ரதேஹம். நீர்க்கடம்பு, முருங்கவிதை, தசமூலம்[1] இவற்றைக் கல்கம்போல் அரைத்து பக்குவம் செய்து இளஞ்சூடாயிருக்கையில் வாத தோஷத்தினாலுண்டாகும் கட்டிகளின்மேல் ப்ரதேஹம் செய்யலாம். 97.

தேவதார்வாதி ப்ரதேஹம். தேவதாரு, பேய்த்தும்மட்டிக்காய் இவ்விரண்டையும் கல்கமாக அரைத்து உஷ்ணமாக்கி, கபதோஷத்தினாலுண்டாகும் கட்டிகளில் ப்ரதேஹம் செய்யலாம். 97½.

ஸர்ஷபாதி லேபம். கடுகு, வேப்பிலை, சேராங்கொட்டை இவற்றை எரித்து ஆட்டு மூத்திரத்தில் ஆட்டி அபசீ என்னும் விரணத்தின்மேல்[2] லேபநமாக உபயோகிக்கலாம். 98½.

இரண்டாம் ஸர்ஷபாதி லேபம். கடுகு, முருங்கவிதை, சணல்விதை, ஆளிவிதை, யவதானியம், மோடி[3] இவற்றைப் புளித்த மோர்விட்டு அரைத்து கண்டமாலை, அர்புதம்,[4] கண்டமென்னும் கட்டி இவற்றின்மேல் லேபமாக உபயோகிக்க அவை குணமாகும். 99, 100.

1. தசமூலம்.—இதன் விவரத்தைப்பற்றி 115-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. அபசீ.—கழுத்து முதலானவிடங்களில் கண்டமாலையைப் போலுண்டாகும் ஒருவித விரணம்; இதில் ஒரு விரணம் ஆறிவருகையில் மற்றோரிடத்தில் மற்றொன்று உண்டாகும்.

3 மோடி.—இங்கு மூலகபீஜம் என்பதற்கு மோடி என்று மலையாளத்திலுள்ள ஆயுர்வேத நிகண்டுவில் கூறப்பட்டதை அநுஸரித்துப் பொருள் எழுதப்பட்டது. மூலகத்தை முள்ளங்கியென்று இந்த ப்ரகரணத்தில் சொல்வதற்கில்லை.

4. அர்புதம்.—41-வது பக்கம் பார்க்க.

குஞ்ஜாபலாதி ப்ரதேஹம்.

ஏதேனும் ஓர் அவயவம் வாததோஷத்தினால் மட்டும் மிகவும் பீடிக்கப்படுமானால், அவ்வவயவத்தில் கூர்மையான ஒரு கத்தியினால் இரத்தம் வருமாறு கீறி, அவ்விடத்தில் குன்றுமணிகளை அரைத்து நன்கு ப்ரதேஹம் செய்ய, அதனால் அபபாஹுகம், விச்வாசீ, க்ருத்ரஸீ [1] இக்கோளாறுகளும், மற்றும் வாததோஷ ஸம்பந்தமான வியாதிகளும் சீக்ரத்தில் ஸ்வஸ்த்தமாகும். 101, 102.

தத்தூராதி லேபம்.

ஊமத்தை, ஆமணக்கு, கருநொச்சி, சாறடை, முருங்கை இவற்றின் இலைகளையும் கடுகையும் சேர்த்து அரைத்து கல்கம்போல்செய்து லேபநமாக உபயோகிக்க வெகு நாட்பட்ட கடுமையான யானைக்காலையும் நிவ்ருத்தி செய்யும். 103.

அஜாஜ்யாதி லேபம்.

ஜீரகம், சிவகரந்தை, கோஷ்டம், ஆமணக்கிலை, இலந்தை இவற்றைக் காடி விட்டு அரைத்து லேபநம்செய்ய முடக்கு வாயுவென்னும் கீல்வாதம் நிவாரணமாகும். 104.

கரவீரமூல லேபம்.

அலரிவேரை ஜலம்விட்டு ஆட்டி லேபநம் செய்வதால், ஆண் குறியிலுண்டாகும் அஸாத்தியகுணங்களைப் பெற்ற வலியும் நிவ்ருத்தியடையும். 105.

நான்காம் த்ரிப லாதி லேபம்.

த்ரிபலையை ஒரு பெரிய சாலில் எரித்து, அதன் கரியை அதற்குத் தகுந்தவளவு தேன் விட்டுக் குழைத்து உபதம்சமென்கிற வியாதியில் சர்மத்திலுண்டாகும் விரணங்களின்மேல் [2] பூசிவர, அவை சீக்கிரம் ஆறிவிடும். 106, 107.

துகாக்ஷீர்யாதி லேபம்.

மூங்கிலுப்பு, கல்லாலம்பட்டை, சந்தனம், காவி, சீந்திற்கொடி இவற்றை நன்கு அரைத்து, நெய்விட்டுக் குழைத்து அக்னிஸம்பந்தத்தினாலுண்டாகும் விரணங்களின்மேல் பூசிவர, அவை ஆறிவிடும். 108.

திந்துக்யாதி லேபம்.

தும்பை, இலவங்கப்பத்திரி இவ்விரண்டையும் க்வாதம் செய்து, அக்கஷாயத்தில் நெய்யையும் கலந்து எரிப்புண்களின்மேல் லேபநம்செய்ய அவை குணமாகும். 108½.

யவாதி லேபம்.

யவதானியங்களை எரித்து மையாகச் செய்து, அதில் எண்ணெயைக் கலந்து எவ்விதமான எரிப்புண்களின்மேலும் லேபநம் செய்துவர அவை சீக்கிரத்தில் ஆறும். 109½.

---

1. அபபாஹுகம் முதலான வியாதிகளின் விவரத்தைப்பற்றி 47-ம் பக்கத்தில் மூலத்தையும் டிப்பணியையும் பார்க்க.

2. உபதம்சம்.—இதைப்பற்றிய விவரத்தை 43-ம் பக்கத்தில் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் காண்க.

பலாசபலாதி லேபம்.

பலாசங்காய், அத்திக்காய் இவற்றை நன்கு கல்கம்போல் அரைத்து, தேனையும் நல்லெண்ணெயையும் சேர்த்துக் குழைத்து யோனியார்க்கத்திற் பூசினால் அவ்விடம் பலங்கொள்ளும். 110½.

மாகந்தாதி லேபம்.

மாம்பிஞ்சையும், கர்ப்பூரத்தையும், தேனையும் சேர்த்து ஆட்டி கல்கமாகச் செய்து, யோனியில் தடவிவருவதால், ஸ்த்ரீகளுக்கு யௌவனப்பருவம் கழிந்திருந்தாலும் அவ்வவயவம் கெட்டியாக ஆகும். 111½.

மரிசாதி லேபம்.

மிளகு, இந்துப்பு, திப்பிலி, கிரந்திதகரம், கண்டங்கத்திரி, நாயுருவி, எள், கோஷ்டம், யவதானியம், உளுந்து, கடுகு, அமுக்கிறுங்கிழங்கு இவற்றைச் சூர்ணம்செய்து தேனுடன் கலந்து உபயோகிக்கவேண்டும். இதைவிடாமல் ஸ்தநம் லிங்கம் முதலியவற்றில் லேபநம்செய்ய அவை பலப்படும்; புஜம்முதலிய அவயவங்களும் நன்றாகப்பெருக்கும். 112—114.

ஸிதாதி லேபம்.

சர்க்கரை, அமுக்கிறுங்கிழங்கு, இந்துப்பு, ஆட்டுப்பால், இவற்றைச் சேர்த்து க்ருதம் பக்குவம் செய்யவும்; இந்த ஔஷதத்தையும் முன்போலவே உபயோகப்படுத்த அவ்வவயவங்களுக்கு நல்ல வலிமையுண்டாகும். 115.

இரண்டாம் இந்த்ர வாருண்யாதி லேபம்.

பேய்த்தும்மட்டியிலையின் சாற்றையும் பாதரஸத்தையும் கலந்து செவ்வலரியின் கட்டையினால் நன்கு அடிக்கடியும் ஆட்டி இரண்டையும் ஒன்றாகக் கலந்துவிடவும்; இந்த லேபத்தை முன்போலவே அவ்வவயவத்தில் உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். 116½.

தாம்பூலாதி லேபம்.

வெற்றிலைச் சருகையும், கோஷ்டத்தையும், கடுக்காயையும் சூர்ணம் செய்து ஜலத்தில் குழைத்து, சரீரமெங்கும் தடவிவர தேஹத்திலுண்டாகும் துர்நாற்றம் போய்விடும். 117½.

குளுத்தாதி லேபம் அல்லது தூள்.

கொள்ளை மிகநுண்மையாகப் பொடித்து அதையும், கோஷ்டம் ஜடாமாம்ஸீ வெண் சந்தனம் இவற்றின் சூர்ணத்தையும், கடலைமாவையும், இலவங்கப்பட்டையின் சூர்ணத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து இப்பொடியை தேஹத்தில் தூவுவதால், வியர்வையினாலுண்டாகக்கூடிய துர்நாற்றம் நிவ்ருத்தியாய் விடும். 118, 119.

வசாதி லேபம்.

வசம்பு, அட்டுப்பு, கோஷ்டம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், மிளகு இவற்றைப் பொடி செய்து ஜலத்தில் கலந்து லேபம் செய்வதால் ஸ்த்ரீபுருஷர்கள் ஒருவருக்கொருவர் வசமாய்விடுவார்கள்; அதற்கு இது உத்தம ஔஷதமாம். 120.

சிரோ வஸ்தி

மூர்த்த தைலங்கள்.

அப்யங்கம், பரிஷேகம், பிசு, வஸ்தி என்று மூர்த்த தைலமென்னும் சிரஸ்ஸில் தைலம் இடப்படும் முறையானது நான்கு வகைப்படும்; இந்த அப்யங்காதி நான்கு முறைகளுள் ஒவ்வொன்றும் மேன்மேலும் வீர்யத்தில் முறையே சிறந்தவையாம். இவற்றுள் அப்யங்கம், பரிஷேகம், பிசு

என்னும் மூன்றுவித தைலப் பிரயோகங்களும் பிரஸித்தமானவை[1]; இங்கு அறிவிற்சிறந்த வைத்தியர்களின் கொள்கைப்படி சிரோவஸ்தி யென்னும் மூர்த்த தைல முறைமட்டும் விவரிக்கப்படுகின்றது. 121, 122.

சிரோவஸ்தியின் முறை.

பன்னிரண்டு அங்குலம் நீளமுள்ள அல்லது சிரஸ்ஸுக்கு ஸமானமான அளவுள்ள சர்மத்தைக் தலையில் நாற்புறமும் சுற்றிக் கட்டவும்; அதற்குமுன் அந்த சர்மத்தில் இரண்டு த்வாரங்களை யேற்படுத்தி யிருக்கவேண்டும்; உளுந்தை நன்ருகப் பொடிசெய்து ஜலம்விட்டுப் பிசைந்து, தோல் கட்டியிருக்கும் பாகத்தில் நெற்றியைச் சேர்ந்தாற்போல் அதைத் தடவி விடவேண்டும்; அதற்கு மேலேயும், சர்மம் வியாபித்துள்ள பாகம் வரையிலும் அதைப் பூசிவிடலாம்; இவ்வாறு சிரஸ்ஸைச் சுற்றிலும் பாத்திரையைப்போல் ஓர் சுவரெடுத்து, சிரஸ்ஸில் பாத்திநிரம்பவும் இளஞ்சூடான ஸ்நேஹத்தை ஊற்றவேண்டும். பிறகு நாசி, செவி, இவற்றிலிருந்து ஜலம் ஊறும் வரையிலுமாவது, அல்லது எந்த வியாதியை நிவ்ருத்தி செய்வதற்காக இவ்விதப் பிரயோகம் செய்யப்படுகிறதோ அவ்வியாதியினுலுண்டான துன்பங்கள் தீரும் வரையிலுமாவது, அன்றேல் ஆயிர மாத்திராகாலமாவது[2] தலையால் அத்தைலத்தைத் தாங்கிக்கொண்டிருக்கவேண்டும். ஆஹாரமுண்பதற்கு முன்பாகவே சிரோவஸ்தியைச் செய்வது உத்தமம். இதை ஐந்து அல்லது ஏழு நாட்கள் தொடர்ந்து செய்யவேண்டும். சிரஸ்ஸிலுள்ள ஸ்நேஹத்தை வடித்துவிட்டு, வஸ்தியையும் அவிழ்த்துவிட்டு, தோள் முதற்கொண்டு தலைவரையிலும் நாற்புறமும் நன்ருகப் பிடித்து விடவும்வேண்டும்; அப்பால் சிறிது சூடான ஜலத்தினுல் ஸ்நானம் செய்துவிடவும். எளிதில் சிகித்ஸைக்கு வசப்படாத தலைநடுக்கம் முதலிய அநேகம் வாத ரோகங்கள் இம்முறையினுல் நிவாரணமாய்விடும்; இதை எல்லாக் காலங்களிலும் பிரயோகிக்கலாம். 123—$127\frac{1}{2}$.

கர்ண பூரணம்.

கர்ணபூரண முறை.

நோயாளியை ஒருச்சாய்ந்து படுக்கச்செய்து, வியாதிகொண்ட செவியை சிறிது சூடான பசுமூத்திரம் அல்லது இதர மிருகங்களின் மூத்திரங்களாலாவது, ஸ்நேஹ வஸ்துக்களாலாவது, ஏதேனும் ஸ்வரஸங்களாலாவது முதலில் ஸ்வேத சிகித்ஸை[3] செய்து, பிறகு தகுந்த ஸ்நேஹம் முதலியவற்ருல் கர்ணபூரணம்[4] செய்யலாம். செவியினுள் இவ்வாறு நிரப்பிய ஔஷதத்தை நூறு மாத்திராகாலமாவது, ஐந்நூறு மாத்திராகாலமாவது, ஆயிர மாத்திராகாலமாவது அப்படியே வெளி

1. அப்யங்கம்—தைலம் முதலியதை சிரஸ் முதலிய அவயவங்களில் தேய்த்துக்கொள்ளுதல்; பரிஷேகம்—எண்ணெய் முதலியவற்றைச் சிரஸ்ஸின்மேல் தாரைபோல் விடுதல்; பிசு—சூடான எண்ணெய் முதலியவற்றில் துணி அல்லது அவ்வித வேறு வஸ்துக்களை நனைத்து ஒற்றடம் செய்தல்.

2. மாத்திராகாலம்.—இதைப்பற்றி 192-வது பக்கத்தில் மூலத்தையும் டிப்பணியையும் பார்க்க.

3. இந்த கண்டத்தின் 2-வது அத்தியாயத்தில் ஸ்வேத விதியைப்பற்றிய விவரங்களைக் காண்க.

4. கர்ணபூரணம்.—காதில் ஏதாவது ஔஷதத்தை ஊற்றி நிரப்புதல்.

விடாமல் வைத்திருக்கவேண்டும்; கர்ணரோகங்களிலும், தொண்டையைப்பற்றிய வியாதிகளிலும், சிரோரோகங்களிலும் இவ்வாறு கர்ணபூரணம் செய்வது நலம். காது, தொண்டை, சிரஸ் இவற்றிலுண்டாகும் வியாதிகளில் கர்ணபூரணம் உபயோகிக்கத் தகுந்ததாம்.[1] ஏதேனும் ஸ்வரஸம் முதலானவைகளால் கர்ணபூரணம் செய்யவேண்டுமானுல், அதை ஆஹாரமுண்பதற்கு முன்பாகவே உபயோகிப்பது நலமாகும்; தைலம் முதலானவற்றைக்கொண்டு செய்யவேண்டுமானுல் ஸூர்யாஸ்தமனத்திற்குப் பிறகு உபயோகிக்கவேண்டும் 128—$131\frac{1}{2}$.

அர்க்கபத்ர ஸ்வரஸம்

பழுப்பான எருக்கிலையின்மேல் நெய்யைத் தடவி, சிறிது அக்னியின்மேல் காட்டி வதக்கி, அதைப் பிழிந்து ஸ்வரஸமெடுத்து, அதைக் கர்ணத்தில்விட்டால் காதுவலி நிவ்ருத்தியாகும். $132\frac{1}{2}$.

பஸ்தமூத்ராதி கர்ணபிந்து.

செம்மறியாட்டின் மூத்திரத்தைச் சிறிது எடுத்து, அதில் சிறிதளவு இந்துப்பும் சேர்த்துக் கலக்கி செவியில் விட்டுவந்தால் உக்கிரமான காதுவலியும், காதினுள் உண்டாகும் விரணம் முதலியவைகளும் நிவாரணமாகும். $133\frac{1}{2}$.

ச்ருங்கபேர ரஸாதி கர்ணபூரணம்.

இஞ்சி, அதிமதுரம், தேன், இந்துப்பு, நெல்லிக்காய், செஞ்சந்தனம் இவற்றின் ஸ்வரஸம், நல்லெண்ணெய், வெண்காரம், புளிநாரத்தையின் ஸ்வரஸம் இவற்றை ஒன்ருகக் கலக்கி, சிறிது சூடாக்கி, தாங்கக்கூடிய சூட்டில் கர்ணபூரணமாக உபயோகிக்க காது வேதனை தீரும். 134, 135.

கபித்த ஸ்வரஸாதி கர்ணபூரணம்.

விளாம்பழம், கொடிமாதுளம்பழம், புளி, இஞ்சி இவற்றின் ஸ்வரஸத்தைப் பிழிந்து சுத்தமாக வடிக்கட்டி, சிறிது காய்ச்சி இளஞ்சூடாகவே காதுகளில் விட்டு வந்தால் கர்ணசூலை யென்னும் காதுவலி சாந்தமாகும் 136.

அர்க்காங்குராதி புடபாகம்.

எருக்கந்தளிர்களைக் காடியைச் சேர்த்து அரைத்து, உப்பையும் எண்ணெயையும் சேர்த்துக் குழைத்து, கள்ளித்தண்டைப் பிளந்து அதனுள் அக்கல்கத்தை அடக்கிவைத்து, பிறகு எருக்கிலைகளால் அதை மூடி முறைப்படி புடபாகம்[2] செய்யவும்; பிறகு அதை வெளியிலெடுத்து ஸ்வரஸம் பிழிந்து, இளஞ்சூடா யிருக்கையிலேயே கர்ணபூரணமாய் அதை உபயோகிக்கவேண்டும். இதனுல் மிகவும் தாங்கமுடியாத காதுவலிகள் யாவும் நிவ்ருத்தியாய் விடும். 137, 138.

மஹாபஞ்சமூல தீபிகா தைலம்.

மஹாபஞ்சமூலங்களில்[3] ஒவ்வொன்றின் தண்டையும் எட்டு அங்குலம் நீளமுள்ளதா யெடுத்து, அவற்றைப் பட்டுத்துணியினுல் சுற்றிக் கட்டி, தைலத்தில் நனைத்து, அக்னியிற் காட்டவும்; பிறகு அதிலிருந்து வடியும் தைலத்தை ஒரு பாத்திரத்தில் வந்திக்கொள்ளவும்; இது "தீபிகாதைலம்" எனப்படும். இதை இளஞ்சூடாயிருக்கையில் காதினுள் விடவும்; இதனுல் காதுவலி உடனே தீரும். 139, 140.

1. இங்கு மாத்திரா காலத்தைப்பற்றிய ஒரு ச்லோகம் விலக்கப்பட்டது; அவ்விஷயம் முன்பே விவரிக்கப்பட்டது. இதைப்பற்றி 192-வது பக்கம் பார்க்க.

2. புடபாகம்—இதைப்பற்றிய விவரங்களை 68-வது பக்கத்தில் பார்க்க.

3. மஹாபஞ்சமூலம்—பில்வம், பெருவாகை, பெருங்குமிழ், பாதிரி, சிறுவழுதலை இவ்வைந்தின் வேர்களாம்.

கோஷ்டாதி தீபிகா தைலம்.

மேலே மஹாபஞ்சமூலங்களைக்கொண்டு தீபிகாதைலம் பக்குவம்செய்த விதமாகவே கோஷ்டம், தேவதாரு, பெருவாகையின்வேர் இவற்றையும் சிறு தீயில் எரித்துத் தைலம் இறக்கப்படுமானால் அதுவும் "தீபிகா தைலம்" என்றே வழங்கப்படும். இத்தைலத்தை கர்ணபூரணமாக உபயோகித்தால் ஸந்நிபாத[1] ஸம்பந்தமான கோளாறும் சீக்கிரம் நிவ்ருத்தியாகும். 141½.

ஸூகரவஸாதிகர்ண பூரணம்.

அதிமதுரம், காகோலீ, உரூந்து, கொத்தமல்லிவிதை இவற்றைக் கல்கம்போல் அரைத்து, அவற்றை க்வாதமாகக் காய்ச்சி, அக்கஷாயத்தில் பன்றியின் கொழுப்பைச் சேர்த்து பக்குவம்செய்து, அதை கர்ணபூரணமாய் உபயோகிக்க கர்ணநாதமென்னும் காதிரைத்தலும், காதுவலியும் சாந்தமாகும். 142½.

ஸ்வர்ஜிகாதி தைலம்.

சவட்டுப்பு, உலர்ந்த முள்ளங்கி, பெருங்காயம், திப்பிலி, சதகுப்பி இவற்றையும், தைலத்தையும், தைலத்திற்கு நான்கு மடங்கு ஏதேனும் ஸூக்தத்தையும்[2] சேர்த்து பக்குவம் செய்து, தைலத்திற்கு நாலில் ஒரு பங்கு பாதரஸத்தையும் சேர்த்துக் கலந்து, கர்ணபூரணம் செய்ய, கர்ணநாதம், கர்ணசூலை, பாதிர்யமென்னும் செவிட்டுத்தன்மை, காதிலிருந்து சீழ் முதலியது வடிதல் இவை தீரும். 143, 144.

அபாமார்க்கக்ஷார தைலம்.

நாயுருவியின் க்ஷாரத்தை[3] ஜலத்தில் கரைத்து, அந்த ஜலத்தை வடிக்கட்டி, மீண்டும் அந்த க்ஷாரத்தையே சிறிது கல்கமாகச் சேர்த்து, எண்ணெயையும் அதில் ஊற்றி, அதை தைலமாகப் பக்குவம் செய்யவும். இத்தைலம் செவிட்டுத் தன்மையையும், காதிரைத்தலையும் போக்கும். 145.

சம்பூக தைலம்.

நத்தைகளின் மாம்ஸத்தையெடுத்து, கடுகெண்ணெயுடன் கலந்து பக்குவம் செய்யவும். இத்தைலத்தைக் காதிலுண்டாகும் நாடீவ்ரணமென்னும் புண்களை ஆற்றுவதற்கு உபயோகிக்கலாம்; இதை உபயோகித்த மாத்திரத்தில் குணமுண்டாய் விடும். 146.

பஞ்ச கஷாயாதி கர்ணபூரணம்

பஞ்ச கஷாயமென்னும் ஐந்துவிதமான சரக்குகளையும் சூர்ணம்செய்து, விளாம்பழரஸத்தினால் கலக்கி, இவற்றுடன் தேனையும் கலந்து நன்றாகக் குழைத்து, இத்திரவத்தை கர்ணபூரணமாக உபயோகிக்க, காதிலிருந்து சீழ்வடிதல் நின்றுவிடும். [துப்பை, கடுக்காய், வெள்ளிலோத்தி, மஞ்ஜிஷ்டி, நெல்லி இவ்வைந்தும் இங்கு 'பஞ்சகஷாயங்கள்' என்று கூறப்படுகின்றன.] 147, 148.

1. ஸந்நிபாதம்—இதைப்பற்றி 12-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க.
2. ஸூக்தம்—இதைப்பற்றிய விவரத்தை 132-ம் பக்கத்திற் காண்க.
3. க்ஷாரம்—ஒரு விதமான உப்பு: சில மூலிகைகளை எரித்து அவற்றிலிருந்து எடுக்கப்படுவது: இதுவே 'காரம்' எனவும் வழங்கப்படும்.

ஸர்ஜிகாதி கர்ண பூரணம்.

சவட்டுப்பைப் பொடிசெய்து கொடிமாதளையின் சாற்றில் சிறிது கலந்து கர்ணத்தில் உபயோகிக்க, காதிலிருந்து சீழ் முதலியது வடிதல், காதுநோய் காதெரித்தல் முதலியவை நிச்சயமாய் நிவ்ருத்தியாகின்றன. 149.

ஆம்ர ப்ரவாளாதி தைலம்

மாந்தளிர், நாவல்தளிர், இலுப்பைத்தளிர், ஆலந்தளிர் இவற்றை இடித்துச் சேர்த்து எண்ணெயை ஊற்றி அதைப் பக்குவம் செய்து வடிக்கட்டி உபயோகித்துவர, பூதிகர்ணமென்னும் சீழ்வடிதலுடன் கூடிய காதுநோய் தீரும். 150.

ஹரிதாளாதி கர்ண பூரணம்

நன்கு சுத்திசெய்த தாளகத்தைப் பொடித்து, கோமூத்திரத்தில் சிறிதளவு கலக்கி கர்ணபூரணமாய் உபயோகித்தாலும், கடுகெண்ணெயையாவது சிறிது ஊற்றினாலும் காதுக்குள்ளிருக்கும் கிருமி முதலியது அழிந்துவிடும். 151.

சிக்ருமூலஸ்வரஸாதி கர்ணபூரணம்.

முருங்கைவேரின் ஸ்வரஸம், தொழுகண்ணியென்னும் அரவாட்டிப்பச்சையின் ஸ்வரஸம், பூனைக்காஞ்சொறிவேரின் ஸ்வரஸம் இம்மூன்றையும் சேர்த்து, இந்தத் திரவத்தில் த்ரிகடுவையும் சூர்ணம்செய்து கலக்கி, காதிலுண்டான அல்லது காதில் பிரவேசித்துள்ள கிருமி முதலான ஜந்துக்களை அழிப்பதற்காக உபயோகிக்கலாம். 152½.

பன்னிரண்டாவது அத்தியாயம்.

(இரக்தமோக்ஷணவிதி.)

இரக்த மோக்ஷணத்திற்கான காலநியமம் முதலியது.

மனிதனுடைய வியாதியின் கூறுபாடுகளை உற்றுநோக்கி, அந்தந்த நிலைமைக்குத் தகுந்தவாறு சரீரத்திலிருந்து இரத்தத்தை ஒரு ப்ரஸ்தம் அளவாவது அரை ப்ரஸ்தமாவது, அல்லது கால் ப்ரஸ்தமாவது வடியச் செய்யலாம். சரத்ருதுவில் ஸாதாரணமாய் இரக்தமோக்ஷணம்[1] செய்வது உசிதம். இரத்த மோக்ஷணம் செய்வதால் சர்மவியாதிகளும், கிரந்திகளும், சோகையென்னும் வீக்கம் முதலானவைகளும் உண்டாகமாட்டா. 1, 2.

இரக்தத்தின் இயற்கைக் குணங்கள்.

இரக்தமானது சுவையில் மதுரமாகவும், நிறத்தில் சிவப்பாகவும், அதிக குளிர்ச்சியாக அல்லது அதிக உஷ்ணமாகவாவது இல்லாமல் நடுத்தர நிலைமையைப் பெற்றதாகவும், குருகுணமுடையதாகவும் இருக்கும்; மேலும் அது ஒருவாறு பசையுள்ளதாகவும் ஒருவித அருவருப்பான நாற்றமுடையதாகவும் இருக்கின்றது. இரக்தம் ஏதாவது காரணத்தால் முறிவடைந்தால் பித்தப்ரகோபத்தினாலுண்டாகும் குறிகள் அல்லது கோளாறுகள் ஸம்பவிக்

1. இரக்த மோக்ஷணம்—ஸிரைசளென்னும் காரிரத்தக்குழாய்களிலிருந்து இரத்தத்தை வெளிப்படுத்தல்.

கும்[1]. சவர்நாற்றம், திரவத்தன்மை, சிவப்பு, அசைந்தோடும் ஸ்வபாவம், ஆவியாகக் கரைதல் என்னும் இவ்வைந்து குணங்களும் இரத்தத்திலிருப்பதால், அவை முறையே ப்ருதிவீ, அப், தேஜஸ், வாயு, ஆகாயம் இவற்றின் குணங்களாகக் கருதப்படுகின்றன[2]. 3, 4.

இரத்ததோஷக் குறிகள்.

இரத்தம் தூஷிக்கப்பட்டால் சரீரத்தில் வேதனையுண்டாகும்; அழற்சியும் எரித்தலும் ஸம்பவிக்கும்; இரத்தவர்ணமான தடிப்புகளும், அரிப்பும், வீக்கமும், கொப்புளங்களும் உண்டாகும். 5.

இரத்தம் அதிகரித்தால் காணக்கூடிய குறிகள்.

இரத்தம் மிதமிஞ்சி விருத்தியானால் சரீரம் முழுமையும் விசேஷமாக நேத்திரமும் மிகச் சிவந்துவிடும்; விரைகள் என்னும் இரத்தக்குழாய்கள் எப்பொழுதும் பூர்ணமாய் நிரம்பியிருக்கும்; தேஹம் பாரமாயிருப்பதாகத் தோற்றும்; நித்திரை அதிகமாய் உண்டாகும்; மேதஸ் என்னும் கொழுப்பு அதிகரிக்கும்; உடலில் அழற்சியும் உண்டாகும். 6.

இரத்தம் க்ஷீணித்தால் காணக்கூடிய குறிகள்,

இரத்தம் க்ஷயமடைந்தால் புளிப்பு இனிப்பு என்னும் சுவைகளில் விருப்பமும், மூர்ச்சையும், சர்மத்தில் வறட்சியும், விரைகளென்னும் இரத்தக்குழாய்களின் தளர்ச்சியும், வாதம் ப்ரகோபமடைந்து அது தன் ஸ்தானத்தை விட்டு வேறு மார்க்கங்களிற் பிரவேசிப்பதும் இன்னும் இத்தகைய விகாரங்களும் ஸம்பவிக்கும். 7.

வாததுஷ்டமான இரத்தத்தின் குறிகள்.

வாத தோஷத்தினால் கோளாறடைந்த இரத்தத்தின் குறிகளாவன:—கருஞ்சிவப்பு, நுரைத்தல், வறட்சி, வன்மை, அளவிலும் குணத்திலும் மெலிவுறுதல், வேகம் அதிகரித்தல், உறையுந்தன்மை குறைந்துபோதல், ஊசியால் குத்தப்படுவதுபோல் வேதனையுண்டாதல் என்னும் இக்குறிகள் ஸம்பவிக்கும். 8.

பித்ததுஷ்டமான இரத்தத்தின் குறிகள்.

பித்தத்தினால் இரத்தம் தூஷிக்கப்பட்டால் அது நிறத்தில் மஞ்சளாகவும், அல்லது இலைப்பசுமையுள்ளதாகவும், சில ஸமயம் கருப்பு அல்லது நீல நிறமாகவும் காணப்படும்; சவர்நாற்றமும், உறையக்கூடாத நிலைமையும் அதற்கு உண்டாகும்; அதன் உஷ்ணமும் இயற்கையினும் அதிகப்படும்; ஈ, எறும்பு முதலான ஜந்துக்கள் அவ்வித இரத்தத்தை அபேக்ஷிக்கமாட்டா. 9.

கபதுஷ்டமான இரத்தத்தின் குறிகள்.

கபத்தினால் கோளாறடைந்த இரத்தமானது குளிர்ந்தும், அளவில் அதிகரித்தும், பசையுள்ளதாகவும், காவிக்கல் கரைத்த ஜலத்திற்கு ஒப்பாகவும், சிதைவுண்ட தசைநார்களுக்கேற்ற நிறமுடையதாகவும், எளிதில் உறையுந்தன்மைபதாகவும், வெகு மந்தமான ஓட்டமுள்ளதாகவும் இருக்கும். 10.

---

1. பித்த வியாதிகளைப்பற்றி 49-வது பக்கத்திற் பார்க்க.

2. இரத்தம் பஞ்சபூதங்களின் அம்சங்களும் சேர்ந்து உண்டானது என்று சாஸ்திரஞ்ஞர் கூறுவர்; அதை நிரூபணம் செய்ய இவ்வாறு அதன் தன்மைகள் விவரிக்கப்பட்டன.

த்வந்த்வ-ஸந்நிபாத துஷ்டமான இரத்தம்.[1]

வாத பித்த கபங்களுள் ஏதேனும் இரண்டு தோஷங்களால் தூஷிக்கப்பெற்ற இரத்தம் அந்தந்த தோஷங்களின் கலப்பான குறிகளுடன் கூடியதாயிருக்கும். மூன்று தோஷங்களாலும் தூஷிக்கப்பெற்றிருந்தால், அந்த இரத்தம் துர்நாற்றமுள்ளதாகவும், காஞ்ஜிகமென்னும் காடிக்கு ஒப்பாகவும், மற்றும் மூன்று தோஷங்களுக்குள்ள எல்லாக் குறிகளைப் பெற்றதாகவும் இருக்கும். 11.

விஷதுஷ்டமான இரத்தத்தின் குறிகள்

ஏதேனும் விஷ ஸம்பந்தத்தினால் தூஷிக்கப்பெற்ற இரத்தம் கறுநிறமாகவும், நாசி முதலியவற்றின் மூலமாக அடிக்கடி வடியுந்தன்மையதாகவும், சவர்நாற்றமுள்ளதாகவும், காடியைப்போன்றதாகவும், அளவில் அதிகரித்ததாகவும், ஸர்வகுஷ்டங்களையுமுண்டாக்குவதற்குக் காரணமாகவும் இருக்கும். 12.

இரத்தத்தின் இயற்கை நிலைமை.

ஒருவிதமான கோளாறையுமடையாமல் இயற்கைத்தன்மையிலிருக்கும் இரத்தம் இந்த்ரகோபமென்னும் தம்பலப்பூச்சிக்கு நிகரான நிறமுடையதாகவும், தோய்ந்து விடாத அல்லது மிகத் தடித்துவிடாத நிலைமையுள்ளதாகவும் காணப்படும். 12½.

இரத்த மோக்ஷத்திற்கேற்ற வியாதிகள்.

ஏதாவது வீக்கம், எரித்தல், தேஹம் அழன்றுவிடுதல், சரீரத்தில் இரத்தவர்ணம் அதிகரித்தல், இரத்தக் கசிவு ஸம்பவித்தல், வாதரக்தம், குஷ்டம், மிகத் துன்பமளிப்பதும் கஷ்ட ஸாத்தியமுமான வாதரோகம், கையிலுண்டாகக் கூடிய சொறி சிறங்கு முதலிய வியாதிகள், ச்லீபதமென்னும் யானைக்கால், விஷங்களால் இரத்தம் தூஷிக்கப்படுதல், க்ரந்தி, அர்புதம், அபசீ, க்ஷுத்ர ரோகங்கள், இரத்தத்தின் கோளாறால் ஸம்பவிக்கும் அதிமந்தம், விதாரிகா, ஸ்தன ரோகங்கள், சரீரம் இளைத்துப்போதல், சரீரம் மிகவும் பருத்துப்போதல், இரத்ததோஷத்தினாலுண்டாகும் அபிஷ்யந்தம், தந்த்ரையென்னும் திமிர், நாசி வாய் மற்றுமுள்ள அவயவங்கள் துர்நாற்றமுறுதல், கல்லீரலைப்பற்றிய வியாதிகள், மண்ணீரலைப்பற்றிய வியாதிகள், விஸர்ப்பமென்னும் அக்கிவ்ரணம், வித்ரதி, இரத்தக்கட்டிகள், காதில் புண்ணுண்டாதல், உதடுகளில் புண் உண்டாதல், நாசி அழன்று போதல், வாய்ப்புண், தலைநோய், உபதம்சம்[2] இரக்த பித்தம் இந்த ரோகங்களில் வைத்தியர் ச்ருங்கங்களாலாவது[3], அட்டைகளைப் பிரயோகித்தாவது, சுரைக்குடுக்கைகளாலாவது, அல்லது விரைகள் என்னும் காசிரத்தக்குழாய்களைக் கீறியாவது இரத்தத்தை வெளிப்படுத்தவேண்டும். 13—18.

---

1. த்வந்த்வம்—வாத-பித்தங்கள், வாத-கபங்கள், பித்த-கபங்கள் என்று இவ்வாறு இரட்டையான தோஷங்கள் சேர்ந்து வியாதியுண்டாதல். ஸந்நிபாதம்—வாத-பித்த-கபங்கள் மூன்றும் சேர்ந்து வியாதியுண்டாதல்.

2. இங்கு மொழியப்பட்டுள்ள வியாதிகளின் பெயர்களைப்பற்றிய விவரங்களை பூர்வகண்டத்தில் ஏழாவது அத்தியாயத்தில் பார்க்க.

3. ச்ருங்கம்—பீச்சாங்குழல். [ச்ருங்கமே ஸிரிஞ்ஜ்-Syringe என்று வழங்கப்படுகிறது].

இரத்த மோக்ஷணத்திற்குத் தகாதவர்கள்.

மிகவும் மெலிவுற்ற தேஹி, அதிகமாய் அடிக்கடியும் புணருபவன், பேடி, பயப்படுந் தன்மையன், கர்ப்பிணீ, பிரஸவித்தவள், பாண்டுரோகி, பஞ்சகர்மங்களால் சுத்தியடைந்தவன் [1], ஸ்நேஹபானம் செய்தவன், அர்சஸ் என்னும் மூல ரோகத்தினால் பீடிக்கப்படுபவன், சரீரமெங்கும் வீக்கங்கொண்டவன் உதரரோகமுள்ளவன், ச்வாஸ-காஸரோகிகள், வாந்தியினாலும் அதிஸாரத்தினாலும் துன்பப்படுபவர், ஸ்வேத சிகித்ஸையினால் மிகவும் வியர்த்த தேஹிகள், பதினாறு வயதுக்கு உட்பட்டவர்கள், எழுபதுமுதல் அதற்குமேற்பட்டவயதுடையவர்கள், காயம் முதலிய அபிகாதத்தினால் இரத்தப் பெருக்கு உண்டான தேஹமுடையவர்கள் இவர்களுக்கு இரக்த மோக்ஷணம் செய்யக்கூடாது. ஆனால் மேற் கூறியவர்களுக்கு அபாயகரமான நிலைமைகள் நேரிட்டால் அப்பொழுது அட்டைகளைப் பிரயோகித்து இரத்தத்தை வெளிப்படுத்தலாம்; சரீரத்தில் விஷம் ஸம்பந்தப்பட்டவர்களுக்கு விரையென்னும் காரிரத்தக் குழாயையை கீறி இரத்தத்தைப் பெருக்கி விடுவது நலம். 19—22½.

வாத-பித்த - கபங்களால் துஷ்டமான இரத்தத்தை வெளிப்படுத்தல்.

வாத தோஷத்தினால் தூஷிக்கப்பெற்ற இரத்தத்தைப் பசுவின் கொம்பினால் செய்யப்பட்ட ச்ருங்கத்தினாலும், பித்ததுஷ்டமான இரத்தத்தை அட்டைகளாலும், கபதுஷ்டமானதை சுரைக்குடுக்கைகளைக்கொண்டும் கற்றறிந்த வைத்தியன் வெளிப்படுத்தவேண்டும். த்வந்த்வ தோஷங்களாலும் ஸந்நிபாதத்தினாலும் கோளாறடைந்த இரத்தத்தை மதியூகத்துடன் விராமோக்ஷணம் செய்தும் [2], பதங்களாலும் [3] வெளிப்படுத்திவிடலாம். 23—24½.

ச்ருங்கம் முதலியவற்றால் சரீரத்திதைச் சுத்தி செய்யக் கூடிய அளவு.

ச்ருங்கம் என்னும் கருவியினால் இரக்த மோக்ஷணம் செய்தால், அவ்விதம் செய்யப்படும் பிரதேசத்திலிருந்து பத்து அங்குலதூரம் வரையிலுள்ள இரத்தத்தை அது வலிவுடன் உறிஞ்சும்; அட்டையானால் ஒரு முழம் தூரத்திலுள்ள இரத்தத்தை இழுக்கும்; சுரைக்குடுக்கையைப் பிரயோகித்தால் பன்னிரண்டு அங்குலம் தூரம் வரையிலுமுள்ள இரத்தத்தை ஆகர்ஷணம் செய்யலாம்; பதங்களைக்கொண்டு ஒரு அங்குலம் தூரத்திலுள்ள இரத்தத்தைமட்டும் வெளிப்படுத்தக்கூடும்; விராமோக்ஷம் செய்தால் சரீரத்தில் எங்கும் வியாபித்துள்ள இரத்தத்திலிருக்கிற தோஷங்களை வெளிப்படுத்தி தேஹத்தைச் சுத்தமாக்கி விடலாம். 25, 26.

இரத்தம் வெளிவர முடியாத நிலைமை.

குளிர் அதிகரித்த காலங்களிலும், ஆஹாரமுட்கொள்ளாமலிருக்கையிலும், மூர்ச்சையிலும், அதிக நித்திரையிலும், பயந்திருக்கையிலும், ஆயாஸமுண்டான நிலைமையிலும், மல மூத்திரங்கள் வெளிப்படாமலிருக்கும்போதும் இரக்தமோக்ஷணம் செய்யமுயன்றால் இரத்தம் நன்கு வெளிப்படாது [4]. 27.

1. பஞ்சகர்மங்கள்—இதைப்பற்றி 210-வது பக்கம் பார்க்க.
2. விரா—காரிரத்தக்குழாய்; மோக்ஷணம்—அதைக் கீறி அதிலிருந்து இரத்தத்தை வெளிப்படுத்தல்.
3. பதம்—ஏதேனும் கூர்மையான கருவியினால் இரத்தம் வடியும்படி ஆங்காங்கு கொத்துதல்.
4. குளிர்ச்சி முதலியவற்றால் தேஹத்தின் வெளிப்புறத்து இரத்தக்குழாய்கள் சுருக்கங்கொள்வது இயல்பாகையால் அந்நிலைமைகளில் இரத்தம் நன்கு வெளிவராது.

இரத்தம் வெளிவராவிடில் செய்யவேண்டிய உபாயம்.

இரத்தம் தகுந்தவாறு வெளிவராமற்போகையில் கோஷ்டம், த்ரிகடு, இந்துப்பு இவற்றைப் பொடிசெய்து, இரக்தமோக்ஷணம் செய்வதற்காகக் கீறி விரணமுண்டாக்கிய இடத்தில் அப்பொடியை நன்றாகத் தேய்க்க இரத்தம் நன்றாகக் கசியத்தொடங்கும். 28.

இரத்த மோக்ஷணத்திற்கு ஏற்ற அல்லது ஏற்காத காலம்.

ஆகையினால் குளிர்காலங்களிலும், அதிக உஷ்ணகாலத்திலும், ஸ்வேதசிகித்ஸையைச் செய்யாமலிருக்கையிலும், அதிகமாய் ஸ்வேதனம் முதலியவற்றால் வேக்காடு அடைந்திருக்கையிலும் இரக்த மோக்ஷணம் செய்யக் கூடாது. விஷயமுணர்ந்த வைத்தியர் பிணியாளியை யவாகூ என்னும் திரவமான ஆஹாரத்தை உட்கொள்ளச் செய்து அவன் திருப்தியடைந்திருக்கையில் அவனுடம்பிலிருந்து இரத்தத்தைப் பெருக்கச் செய்யவேண்டும். 29.

இரத்தம் அதிகமாகப் போசிவதற்குக் காரணம்.

ஸ்வேத சிகித்ஸையை மிதமிஞ்சி உபயோகிப்பதாலும், காலம் மிக உஷ்ணமாயிருந்தாலும், விரைகளை அளவுமீறி கீறிக் கொத்துவதாலும் இரத்தமானது மிகுதியாக வெளிப்படும்; அந்த நிலைமையில் அதைத் தடுப்பதற்கு முயல வேண்டும். 30.

அதிக இரத்தப் பெருக்கை நிறுத்து முபாயம்.

அவ்வாறு இரத்தம் அதிகமாகப் பெருகிவிடுமாயின் செய்யவேண்டிய தென்னவென்றால்: வெள்ளிலோத்தி, ஸர்ஜரஸம் என்னும் பிசின், நீலாஞ்ஜனம் இவற்றை விரணத்தின் முகத்தில் தேய்க்கலாம்; யவதானியம், கோதுமை இவற்றின் சூர்ணத்தையாவது மூங்கிலுப்பு தங்வகம்[1] காவி இவற்றின் சூர்ணத்தையாவது, பாம்புத்தோலின் சூர்ணத்தையாவது, பட்டு அல்லது வஸ்திரத்தை எரித்து அதன் பஸ்மத்தையாவது இரத்தப் பெருக்குடன் கூடிய விரணத்தின் முகத்தில் தூவிவிடவேண்டும். அல்லது விரணத்தின் முகத்தை நன்றாகக் கட்டி சீதளமான வஸ்துக்களை அதன்மேல் தடவிவருவதுடன் அப்பிணியாளிக்கு வேறுவித சீதோபசாரங்களையும் செய்யவேண்டும்; அல்லது எந்த விரையென்னும் இரத்தக்குழாய் கீறப்பட்டதோ அதே விரையை முதலிற் கீறப்பெற்ற இடத்திற்குமேலே மறுபடியும் கீறிவிடலாம்; அன்றேல் அந்த இடத்தை க்ஷாரத்தினாலாவது அக்னியினாலாவது சுட்டு விடுவதும் நலம். துவர்ப்பான வஸ்துக்கள் விரணத்தின் முகத்தை மூடி இரத்தத்தை நிறுத்தும்; சீதளமான பதார்த்தங்கள் இரத்தத்தை உறையச் செய்து அதைப் பெருகவிடாமல் தடுக்கும்; க்ஷாரங்கள் என்னும் காரவகைகள் விரண முகத்தைப் பக்குவப்படுத்தி இரத்தத்தைத் தடுக்கும்; விரையிலுண்டான விரணமுகத்தைச் சுட்டால் அந்த இரத்தக்குழாய் சுருங்கி இரத்தப் பெருக்கு நின்றுவிடும். 31—33½.

அண்டவீக்கத்தில் ஸிராதாஹம்.

இடது பீஜம் வீங்கியிருந்தால் வலது கையின் பெருவிரலுக்கு அடியிலுள்ள விரையைச் சுடுவதும், வலது அண்டம் வீங்கினால் இடது கரத்தின் பெருவிரலின் விரையைச் சுடுவதும் முறை; இவ்வாறு அவ்வவயவங்களிலுள்ள விரைகளைச் சுடுவதிலுள்ள பிரபாவத்தினால் பீஜங்களின் வீக்கம் நிவாரணமாய் விடும். 34, 35.

1. தங்வகம்—இதற்குத் தமிழில் பெயர் கிடைப்பது அரிது.

விஷூசியில் ஸிராதாஹம்.

விஷூசி ரோகத்தில்[1] குதிக்கால்களைச் சுடுவதால் ஜாடராக்னி அல்லது தீபனசக்தி அதிகரிக்கும்; இரஸமென்னும் தாதுவும்[2], கபமும் எக்குழாய்களில் நெகிழ்ந்தோடுகின்றனவோ அக்குழாய்கள்[3] இவ்விதம் சுடுவதால் சுருக்கங் கொள்கின்றனவாதலின் அவ்வாறு தீபன சக்தி யேற்படுகின்றது. 36.

கல்லீரல்-மண்ணீரல்களின் வீக்கத்தில் ஸிராதாஹம்.

சிறு குழந்தைகளுடைய வயிற்றில் கல்லீரலும் மண்ணீரலும் இரத்ததோஷம் அதிகரிப்பதால் வீங்கிவிடும்போது,[4] அவ்வவயவங்களுக்கு நேராக வயிற்றின் மேல் சுடுவதால் அங்குள்ள இரத்தக் குழாய்கள் சுருக்கங்கொண்டு அவ்வவயவங்களின் வீக்கமும் நிவ்ருத்தியாகும். 37.

கெட்டுப்போன இரத்தத்தை மிகுத்தி விடுதல்.

இரத்தத்தில் தோஷம் சிறிது தங்கியிருந்தாலும் அதனால் வியாதி மறுபடியும் ஸம்பவிக்காது; ஆகவே தோஷத்துடன் கூடிய இரத்தம் சிறிது மிகுந்திருக்குமாறு அதை விட்டுவிடுவது நலமேயன்றி, அதை அளவுமீறி வடியச் செய்வது சரீரத்திற்கு ஹிதமாகமாட்டாது. 38.

அளவு மீறிய இரத்தமோக்ஷணத்தினாலுண்டாகும் கேடுதிகள்.

இரத்தம் அளவுமீறி வடியுமானால் நேத்திரம் கெட்டுப்போதல், ஆக்ஷேபகமென்னும் இசிவு, நாவறட்சி, திமிரமென்னும் கண்ணோய், தலைவலி, பார்ச்வ வாயு, ச்வாஸகாஸம், விக்கல், தேஹ அழற்சி, பாண்டுரோகம் இவை ஸம்பவிக்கும்; அல்லது மரணாந்தமான ஆபத்தும் நேரிடும். 39½.

இரத்தத்தின் அருமை.

இரத்தத்தினாலேயே தேஹம் உற்பத்தியாகின்றது; தேஹம் அதினாலேயே போஷிக்கப்பட்டு ஜீவித்து வருகின்றது; இரத்தமன்றியில் சரீரத்தில் ஜீவன் நிற்கமாட்டாமற் போய்விடும்; ஆகவே கற்றறிந்த வைத்தியர்கள் இரத்தத்தைக் காப்பதிலேயே கருத்தாயிருக்கவேண்டும். 40½.

இரத்தமோக்ஷணத்தில் சீதோபசாரத்தினாலான வீக்கத்திற்குப் பரிஹாரம்.

இரக்தமோக்ஷணம் செய்தபிறகு சீதோபசாரம் செய்து அதனால் வாயுவானது பிரகோபமடைந்து வலியுடன் அவ்விடம் வீக்கங்கொள்ளுமாயின், இளஞ்சூடான நெய்யினால் அப்பிரதேசத்தில் ஒற்றடம் கொடுக்கவேண்டும். 41½.

---

1. விஷூசி—வாந்திபேதி.

2. இரஸம்—உணவு நன்கு ஜீர்ணமான பிறகு தெளிவாக இரத்தமாய் மாறக்கூடிய நிலைமையிலிருக்கும் அதன் ஸாரம்.

3. கபம் ஓடுவதற்கான குழாய்கள் ஆங்கிலத்தில் லிம்பாடிக் வெஸல்ஸ் (Lymphatic vessels) எனக் கூறப்படுகின்றன.

4. கல்லீரல் வீங்கிப்போனால் அது பெரும்பாலும் 'மாந்தக்கட்டி' என்றும், மண்ணீரல் வீக்கங் கொண்டால் அது பெரும்பாலும் 'ஜ்வரக்கட்டி' என்றும் தமிழ் நாட்டில் வழங்கப்படுகிறது. வடமொழியில் அவை முறையே 'யக்ருத்தாலீ' என்றும் 'ப்லீஹோதரம்' என்றும் கூறப்படுகின்றன.

இரக்தமோக்ஷணத்தினால் பலஹீனமானவனுக்குஉசிதமான உணவு.

இரக்தமோக்ஷணத்தினால் இளைத்துப்போனவனுக்கு கலைமான், முயல், செம்மறியாடு, கறுத்த மான், வெள்ளாடு இவற்றின் மாம்ஸரஸமாவது, பாலாவது பானம் செய்வதற்கு ஏற்றவையாகும்; காரரிசியினாலான அன்னத்தையும் உபயோகிப்பது நலம். 42½.

இரக்தமோக்ஷணம் நன்கு நிறைவேறியதன் குறிகள்.

சரீரத்திலிருந்த துன்பங்கள் நிவ்ருத்தியாதல், வியாதி குறைதல், தோஷப்ரகோபங்கள் அல்லது உபத்திரவங்கள் சாந்தமாதல், மனது ஸுகமடைந்து தெளிவுறுதல் என்னும் இக்குறிகள் இரக்தமோக்ஷணம் என்கிற இச்சிகித்ஸை நன்கு நிறைவேற்றப்பட்டதன் அறிகுறிகளாம். 43½.

இரக்தமோக்ஷணத்திற்குப் பிறகு பத்தியக் கிரமம்.

வ்யாயாமம் என்கிற தேஹவுழைப்பு, புணர்ச்சி, சினம், குளிர்ந்த ஜல ஸ்நானம், அதிக காற்றில் வஸித்தல் அல்லது உலாவுதல், ஒரு வேளையே உணவு உண்பது, பகலில் நித்திரைபோதல், க்ஷாரமென்னும் உப்பு வகைகள் ஸம்பந்தப்பட்டதும் புளிப்புள்ளதும் காரமுமான உணவுகளை யுண்பது, மனத்துயரம், வாதாடுதல், அஜீர்ணமுண்டாக்கும் உணவு இவை தேஹத்திற்கு வேண்டிய வன்மையுண்டாகும் வரையில் தகாதவைகளாம். 44, 45.

பதின்மூன்றாம் அத்தியாயம்.

(நேத்திர சிகித்ஸை.)

பலவித நேத்திரௌஷதங்கள்.

ஸேகம், ஆச்சியோதநம், பிண்டிகா, பிடாலகம், தர்ப்பணம், புடபாகம், அஞ்ஜநம் இவை முதலிய கல்கங்களைக் கொண்டு நேத்திரத்திலுண்டாகும் வியாதிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்யவேண்டும். 1.

ஸேகம்.

ஸேகம் செய்யுமுறை.

ஔஷதகுணமுள்ள ஏதேனும் திரவபதார்த்தத்தை நேத்திரங்களின்மேல் நாற்புறமும் விழுமாறு மெல்லிய தாரையாக விட்டால், அவ்விதப் பிரயோகம் 'ஸேகம்' அல்லது 'பரிஷேகம்' எனப்படும்; எவனுக்கு ஸேகம் செய்யவேண்டுமோ அம்மனிதனை நேத்திரத்தை மூடச் செய்து, அவற்றின்மேல் நான்கு அங்குலம் உயரத்திலிருந்து தாரைபோல் அத்திரவத்தை விடவேண்டும். 2.

மூன்றுவித ஸேகங்களும் அவற்றின் காலநியமங்களும்.

அந்த ஸேகம் மூன்று வகைப்படும்: அவற்றுள் ஸ்நேஹநம் என்கிற ஸேகம் வாத ஸம்பந்த வியாதியிலும், ரோபணம் என்பது இரத்தஸம்பந்தமான அல்லது பித்தஸம்பந்திதமான வியாதிகளிலும், லேகநம் என்பது கபவியாதியிலும் பிரயோகிக்கக்கூடியனவாம்[1]. இம்மூன்றையும் பிரயோகிக்கும் கால அளவு பின்வருமாறு: சற்றேறக்குறைய அறுநூறு மாத்திராகாலம் ஸ்நேஹந ஸேகத்தையும், நானூறு மாத்திராகாலம் ரோபணஸேகத்தையும், முன்னூறு மாத்திராகாலம் லேகநஸேகத்தையும் பிரயோகிப்பது முறையாம். ஸேகமென்னும் இச்சிகித்ஸை செய்வதற்கு ஏற்றது பகல் வேளையே; ஆபத்தான அல்லது அதிசீக்கிரத்தில் சிகித்ஸை செய்யவேண்டியதான வியாதியில் இரவிலும் ஸேகம் செய்யக்கூடும். 3—4½.

பல வித ஸேசநௌஷதங்கள்.

(1) வெள்ளாட்டுப்பாலை ஆமணக்கின் வேர்-இலை-பட்டை இவற்றைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி நேத்திரத்தில் வாதாபிஷ்யந்தம்[2] என்னும் நோயைப் போக்குவதற்கு இளஞ்சூடாக ஸேகம் செய்வது நலம். (2) இந்துப்பைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிய பாலையாவது, மஞ்சள் மரமஞ்சள் இந்துப்பு இவற்றைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்த பாலையாவது அவ்விதமே வாதாபிஷ்யந்தம், வாதவிபர்யயம் என்னும் நேத்திரரோகங்களில் பரிஷேகம் செய்வது ஹிதமாயிருக்கும்; இந்த ஸேகமே சுஷ்காக்ஷிபாகம் என்கிற நேத்திரவியாதியிலும் எப்பொழுதும் உபயோகமுள்ளதாம். (3) வெள்ளிலோத்தியின் பட்டை, அதிமதுரம் இவ்விரண்டையும் ஸமபாகம் சேர்த்து நெய்யிற் பொரித்து, நுண்மையாகப் பொடிசெய்து, அப்பொடியை வெள்ளாட்டுப்பாலில் சேர்த்துக் காய்ச்சி[3] அதைக் கண்களின்மேல் தாரைபோல் ஊற்றிவந்தால் பித்தத்தினாலும் இரத்தத்தினாலும் உண்டாகும் அபிஷ்யந்தம் நிவாரணமாகும். (4) த்ரிபலை, வெள்ளிலோத்தி, அதிமதுரம், சர்க்கரை, சிறு கோரைக்கிழங்கு இவற்றைக் கல்கமாகச் செய்து குளிர்ந்த ஜலத்தில் கலக்கி ஸேகம் செய்தாலும் இரத்தஸம்பந்தமான அபிஷ்யந்தம் தீரும். (5) செவ்வரக்கு, அதிமதுரம், மஞ்ஜிஷ்டி, வெள்ளிலோத்தி, கருஞ்சந்தனம்,[4] வெண்தாமரை இவற்றின் கல்கம் கலந்த குளிர்ந்த ஜலத்தை ஸேகம் செய்தாலும் இரக்தாபிஷ்யந்தம் சாந்தமாகும். (6) வெள்ளிலோத்திப் பட்டையை நெய்யிற் பொரித்து சூர்ணம் செய்து வஸ்திரகாளிதம் பண்ணி, உஷ்ண ஜலத்தில் கரைத்து ஸேகம் செய்ய நேத்திரத்திலுண்டான சூலம் அல்லது வலி நிவ்ருத்தியாகும். 5—11½.

---

1. ஸ்நேஹந ஸேகம்—நெய் பால் முதலிய பதார்த்தங்களால் செய்யப்படும் ஸேகம்; ரோபண ஸேகம்—அழற்சி அல்லது விரணம் முதலியவற்றை ஆற்றுவது; லேகந ஸேகம்— தோஷங்களைக் கரைத்து வெளிப்படுத்தும் ஸேகம்.

2. அபிஷ்யந்தம்—இதைப்பற்றி 56-வது பக்கத்தில் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் விவரம் காண்க. [இவ்வத்தியாயத்தில் மேலே வரும் நேத்திரரோகங்களின் பெயர்களைப்பற்றிய விவரம் முதலானவற்றையும் 53 முதல் 56-வது பக்கம் வரையிலும் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் பார்த்துக்கொள்க.]

3. ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள சார்ங்கதரஸம்ஹிதையில் (நிர்ணயஸாகர) சாகக்ஷீரே ச்ருதம் என்பதற்குப் பதிலாக சாகக்ஷீரே க்ருதம் என்று பிழைபட அச்சிடப்பட்டிருக்கிறது; ச்ருதம் என்பதற்கு ஏற்றவாறு பாலில் காய்ச்சி என்று மொழிபெயர்த்துப் பொருள் இங்கு வரையப்பட்டதென்று அறிக.

4. காலாநுஸார்யகம் என்பதற்குப் பதிலாக காலாநுஸாரப: என்று ஸம்ஸ்கிருதத்தில் (நிர்ணய ஸாகர) அச்சிடப்பட்டிருக்கிறது; காலாநுஸார்யகம் என்பது கருஞ்சந்தனம் எனப்படும்; இதைக் கல்மரம் என்றும் கூறுவர்.

ஆச்சியோதநம்.

ஆச்சியோதநம் செய்யுமுறை.

கண்களைத் திறந்து திருஷ்டியின் மத்தியில் திரவமான ஔஷதத்தை இரண்டு அங்குலம் உயரத்திலிருந்து துளித்துளியாக விடுவதற்கான முறையே 'ஆச்சியோதநம்' எனப்படும்; இச்சிகித்ஸையை இராக்காலத்தில் செய்யக் கூடாது. 12½.

மூன்றுவித ஆச்சியோதநம்.

ஆச்சியோதநம் என்னும் இம்முறையும் லேகநம், ஸ்நேஹநம், ரோபணம்[1] என்று மூவகைப்படும். ஆச்சியோதநத்திற்கான ஔஷதத்தை லேகநசிகித்ஸையில் எட்டுத் துளிகளாகவும், ஸ்நேஹநசிகித்ஸையில் பத்துத் துளிகளாகவும், ரோபணத்தில் பன்னிரண்டுத் துளிகளாகவும் பிரயோகிக்கவேண்டும். அவ்வௌஷதத்தை சீதகாலங்களில் சிறிது உஷ்ணமாகவும், கோடைகாலங்களில் குளிர்ச்சி பொருந்தியதாகவும் உபயோகிக்கவேண்டும்; இம்முறை எல்லாவிடத்திலும் பெரும்பாலும் பொதுவானதென்றே கருதப்படும். 13, 14.

வாதாதி தோஷங்களுக்கேற்றவாறு ஆச்சியோதந ஔஷதங்கள்.

வாத ஸம்பந்தமான நேத்திர ரோகத்தில் கசப்பும் ஸ்நிக்த்தமென்னும் எண்ணெய்ப் பசையுள்ளதுமான ஔஷதத்தை ஸேசநத்திற்கு உபயோகிப்பது நலம்; பித்தஸம்பந்தமான வியாதிகளில் மதுரமும் குளிர்ச்சியும் பொருந்திய ஔஷதங்களையும், கபரோகங்களில் கசப்பும் உஷ்ணவீர்யமும் வறட்சியுமுள்ள ஔஷதங்களையும் உபயோகிக்கவேண்டும். எல்லா ஆச்சியோதந ஔஷதங்களையுமே நூறு மாத்திராகாலம் நேத்திரத்தில் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும்.[2] 15—16½.

பலவித ஆச்சியோத நௌஷதங்கள்.

(1) பில்வாதி பஞ்சமூலங்களையும், கண்டங்கத்திரி ஆமணக்கு இவற்றின் வேரையும், முருங்கப்பட்டையையும் க்வாதமாகக் காய்ச்சி வடிக்கட்டி, இளஞ்சூடாயிருக்கையிலே ஆச்சியோதநம் செய்ய வாததோஷ ஸம்பந்தமான அபிஷ்யந்தம் தீரும். (2) வேப்பிலைகளைச் சிறிது ஜலம் விட்டு அரைத்து, வெள்ளிலோத்தியின் பட்டையின்மேல் அக்கல்கத்தைப் பூசி, நெருப்பிலிட்டு அதை நன்றாக வதக்கி, அப்பட்டையையும் கல்கம்போல் நசுக்கி இரஸம் பிழியவும்; இச்சாற்றை நேத்திரத்தினுள் ஊற்ற வாததோஷத்தினாலும் இரக்தபித்தத்தினாலும் உண்டான அபிஷ்யந்தம் நிவாரணமாகும். (3) த்ரிபலையை க்வாதம் செய்து ஆச்சியோதநம் செய்தாலும் எல்லா அபிஷ்யந்தங்களும் போய்விடும். (4) முலைப்பாலை நேத்திரங்களில் விட்டுவந்தால் இரக்த பித்த ஸம்பந்தமான வியாதிகளையும், வாதஸம்பந்தமான வியாதிகளையும் போக்கலாம். (5) பாலில் சேர்த்துக் காய்ச்சிய 'க்ஷீரஸர்ப்பிஸ்' என்னும் க்ருதத்தை நேத்திரத்தில் ஆச்சியோதநம் செய்து அதை சிறிது நேரம் துடைக்காமல் வைத்துக்கொண்டிருந்தாலும் வாத-ரக்த ஸம்பந்தமான வியாதி நிவ்ருத்தியாகும். 17—20½.

---

1. ஆச்சியோதநத்தில் லேசநம் ஸ்நேஹநம், ரோபணம் என்கிற முறைகள் ஸேக விதியில் (238-ம் பக்கத்தில்) கூறப்பட்ட விதமானவையேயாம்.

2. நிமேஷோந்மேஷணம் பும்ஸாம் அங்குல்யோச் சோடிகாதவா குர்வக்ஷரோச்சாரணம் வா வாங்மாத்ரேயம் ஸ்ம்ருதா புதை: (இமைகொட்டுதல், விரல்களால் சுடிக்கைப்போடுதல், நெடிலெழுத்தை உச்சரித்தல் இவற்றிற்கு எவ்வளவு காலமோ அது ஒரு மாத்திரை அல்லது வாங்மாத்திரை எனப்படும்.)

பிண்டிகா.

பிண்டிகையின் முறை.

நேத்திர ரோகங்களில் உபயோகிக்கக்கூடிய ஔஷதச்சரக்குகளைக் கல்கம்போல் செய்து பட்டுமுதலிய வஸ்திரங்களால் அக்கல்கத்தை நேத்திரங்களின் மேல் வைத்துக் கட்டும் முறையே பிண்டி அல்லது கபலிகை என்று வழங்கப்படும்; இதை நேத்திரத்திலுண்டாகும் அபிஷ்யந்தம் என்கிற வியாதியிலும், விரணங்களிலும் கட்டுவதற்கு உபயோகிக்கலாம். 21½.

அபிஷ்யந்தத்தில் பிண்டிகை உபயோகிக்கும் கிரமம்.

கபம் கோளாறடைந்து அதனால் அபிஷ்யந்தமும் அதிமந்தமும் உண்டானால், முதலில் அப்பிணியாளியின் சிரஸ்ஸுக்கு ஸ்நேஹ சிகித்ஸையும், ஸ்வேத சிகித்ஸையும் செய்து முடித்து,[1] தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ள ஔஷதங்களைக் கொண்டு சிரோவிரேகம்[2] செய்விக்கவேண்டும். பிறகு எல்லாவிதமான அதிமந்தங்களிலும் நெற்றியிலுள்ள விரை யென்னும் காரிரத்தக்குழாயைக் கீறி இரக்தமோக்ஷணம் செய்வது முறை; அதனால் அதிமந்தம் சிறிதும் நீங்காவிட்டால், புருவங்களுக்குமேல் தாஹசிகித்ஸை செய்யவேண்டும். அவ்வாறே கற்றறிந்தவைத்தியர் எவ்வித அபிஷ்யந்தரோகத்திலும் கண்களின்மேல் பிண்டிகையைக் கட்டுவது முறையாம். 22—24.

பலவித பிண்டிகைகள்.

வாதஸம்பந்தமான அபிஷ்யந்தத்தைப் போக்குவதற்காக ஸ்நிக்தம் அல்லது எண்ணெய்ப்பசையுள்ளதும் உஷ்ணமுமான பிண்டிகை உபயோகமானதாம். (1) ஆமணக்கின் வேரையும் இலையையும் பட்டையையும் பிண்டிகையாகச் செய்து வாதாபிஷ்யந்தத்தில் பிரயோகிக்கலாம். (2) நெல்லிக்கனியின் பிண்டிகை பித்தாபிஷ்யந்தத்தைப் போக்கி ஸுகத்தை யுண்டு பண்ணும்; வெகு நாட்பட்ட வேப்பமரத்தின் காய்களையாவது பித்தாபிஷ்யந்தநோயைப் போக்க பிண்டிகையாக உபயோகிக்கலாம். (3) முருங்கையிலைகளால் செய்த பிண்டிகையானது கபஸம்பந்தமான அபிஷ்யந்தத்தைப் போக்கும். (4) வேப்பிலைகளால் செய்த பிண்டிகை கப-பித்தங்களாலுண்டாகும் அபிஷ்யந்தங்களை அகற்றும்; த்ரிபலையின் பிண்டிகையும் கபபித்தங்களாலுண்டாகும் அபிஷ்யந்தங்களைத் தீர்க்கும். (5) வெள்ளிலோத்தியின் பட்டையைக் காடியில் அரைத்து, நெய்யிற் கிளறி நேத்திரங்களில் கட்ட அது இரத்த ஸம்பந்தமான அபிஷ்யந்தத்தைப் போக்கும். (6) சுக்கையும், வேப்பிலையையும் சிறிது இந்துப்பையும் சேர்த்து அவற்றைக் கல்கமாய் அரைத்து வதக்கி இளஞ் சூடாக நேத்திரங்களிற் கட்டினால் அவற்றின் வீக்கம், அரிப்பு, வலி இவை நீங்கும். 25—29½.

பிடாலகம்.

பிடாலகம் செய்யு முறை.

கண்களைச் சுற்றிலும் வெளியில் இமைகளிற் படாமல் பூசப்படும் லேபம் 'பிடாலகம்' எனப்படுகின்றது; அந்த லேபத்தை முகலேபநவிதிப்படி அவ்வளவு கனமாக உபயோகிக்கவேண்டும்.[3] பிடாலகப் பிரயோகத்திற்கேற்ற முறைகள் சில அடியிற் கூறப்படுகின்றன. 30½.

1. சிரஸ்ஸுக்கு ஸ்நேஹசிகித்ஸை செய்யு முறையைப்பற்றி இதே கண்டத்தில் 11-வது அத்தியாயத்தில் 'சிரோவஸ்தி' விதியைப் பார்க்க.
2. சிரோவிரேகம்—நஸ்யவிதி அத்தியாயத்தையும் தூமபாநவிதி அத்தியாயத்தையும் கவனிக்க.
3. முகலேபந முறையைப்பற்றி 216-வது பக்கம் பார்க்க.

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர்:
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

OFFICE OF THE REGISTRAR OF ... 2? ... 1915 ... MADRAS

புஸ்தகம் 2. Vol. II. | ராக்ஷஸ வருஷ சித்திரைமீ—MAY—1915. | ஸஞ்சிகை 9. No. 9.

DHARA KALPA OR THE AYURVEDIC SYSTEM OF DOUCHE BATH.

தாரா கல்பம்.

By N. MADHAVA MENAN,
AYURVEDA BHUSHAN.
Asst. Physician, Ayurvedic Free Dispensary and Lecturer, Madras Ayurvedic College.

(சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையின் 176-வது பக்கத்தின் தொடர்ச்சி.)

முற்கூறிய எல்லா உபகரணங்களையும் ஆயத்தமாக வைத்துக்கொண்டு, அதன்பிறகே தாராவிதியைச் செய்ய ஆரம்பிக்கவேண்டும். அவ்வுபகரணங்களுள் ஒவ்வொன்றையும் வைத்தியர்கள் அவற்றில் எச்சரிக்கையாயிருப்பதன் பொருட்டு சிறிது விவரிப்போம்:—

1. படுக்கையும் அதன்மேல் விரிப்பும்:—ரோகியின் சரீரத்திற்கு எவ்விதத்திலும் அநுகூலமாயிருக்குமாறு இவற்றை மிக மிருதுவாகவும், சுத்தமாகவும் ஏதேனும் தகுந்த வஸ்திரங்களைக்கொண்டு அமைக்கவேண்டும்.

2. தலையணை:—மிருதுவான அநேகம் பழைய வஸ்திரங்களை மடித்து மேன்மேலும் உயரமாக வைத்து அவற்றை ஒரு தலையணையைப்போல் உபயோகிக்கவேண்டும். மேலும் வாழையிலைகளை அக்னியில் வதக்கி, அவற்றால் அத்தலையணையைச் சுற்றி உபயோகித்தால், அத்தலையணை ஈரமாகாமலிருக்கும். இத்தலையணையை மிருதுவான சர்மங்களாலும் தைக்கலாம். தலையணை வெகு உயரமாக இருத்தலாகாது.

3. சிரஸ்ஸில் சுற்றுவதற்கான வர்த்தி:—மிருதுவான பழைய சுத்தவஸ்திரங்களைச் சுற்றி இவ்வர்த்தியை அமைக்கவேண்டும். வர்த்தியின் பருமன் ஒரு பெருவிரலளவு இருக்கவேண்டும்; அதன் நீளம் ரோகியின் தலையைச்சுற்றி கட்டுவதற்கு ஏற்ற அளவாயிருக்கவேண்டியது.

4. சுத்தமான சிறிய வஸ்திரங்கள்:—ஈரம் அழுக்கு முதலானவற்றைத் துடைத்துக்கொள்வதற்கு சுத்தமான சில சிறிய வஸ்திரங்களை அருகில் வைத்துக்கொள்வது அவசியம்.

5. திரவத்தை ஏந்தும் பாத்திரம்:—சிறிது நீளமாகவும் வாயகன்றதாகவும் மரத்தினால் இப்பாத்திரத்தைச் செய்யவேண்டும்; மேலும் தாராத்ரோணியின் அடியில் வைப்பதற்கு ஏற்ற உருவமுள்ளதாகவு மிருக்கவேண்டும்.

6. ஸேசநஸ்த்தாலியில் திரவத்தை ஊற்றுவதற்கான கலங்கள்:—இவற்றையும் விளிம்புடன் கூடியவைகளாய் மரத்தினால் நிர்மிக்கவேண்டும். இரண்டு கலங்கள் இருக்கவேண்டியது அவசியம்.

7. சிரஸ்ஸிலும் சரீரத்திலும் உபயோகிப்பதற்கான தைலம்:—இதுவிஷயத்தில் இங்கு அதிக

விவரம் கூறுவதற்கில்லை. பிணியாளியின் நிலைமைகளுக்கு ஏற்றவாறு வைத்தியன் தனது யுக்தியையும் அநுபவத்தையுங்கொண்டு முறைப்படி தைலங்களைத் தயார் செய்துகொள்ள வேண்டுமென்றுதான் நாம் இங்கு குறிப்பிடக்கூடும்.

8. பயற்ற மா:—இது சுத்தமாகவும், பூச்சி முதலியது பிடிக்காமல் நூதனமானதாகவும் இருப்பது நலம்.

9. சிற்றாமுட்டியிலை: இது உலர்ந்ததாக இருக்கக்கூடாது; சாறு நிறைந்திருக்கும் இலைகளாய் ஸம்பாதிக்கவேண்டும்; இவை பூச்சி முதலியவற்றால் எரிக்கப்பட்டவையா யிருக்கக் கூடாது.

10. நெல்லிக்கனியின் கல்கஜலம்:—நெல்லிக்கனிகளை மாத்திரம் சேர்த்தாவது, அல்லது நெல்லிப்பருப்புகளை வேறு சில பதார்த்தங்களுடன் கலந்து சேர்த்தாவது தயார்செய்த நீர் ஆமலகோதகம் (நெல்லிக்கனியின் கல்கஜலம்) எனப்படும். ஸாதாரணமாய் விசேஷ வியாதியில்லாதவருக்கு நெல்லிக்கனிகளை மாத்திரம் சேர்த்து பக்குவம்செய்தால் போதுமானது; வாததோஷம் அதிகரிக்குமானால் அவர்களுக்கு நெல்லிக்கனிகளுடன் சிற்றாமுட்டிவேரையும், பித்தம் அதிகரித்தவருக்கு நெல்லிக்கனியுடன் வெட்டிவேரையும், கபம் அதிகரித்தவருக்கு அத்துடன் கடுக்காயையும் கூட்டி தனித்தனியே கஷாயஜலத்தைத் தயார் செய்யலாம். ஒரு ப்ரஸ்த்த ஜலத்திற்கு (சுமார் 16-பலம் ஜலத்திற்கு) ஒரு பலம் பதார்த்தம் வீதம் சேர்த்து, நாலில் ஒருபங்காக வற்றும்படி அதைக் காய்ச்சியெடுத்துக்கொள்ளலாம், இவ்விதம் தயார்செய்த ஆமலகோதகம், இச்சிகித்ஸை நிறைவேறும்வரையில் தினத்திற்கு ஆறு ப்ரஸ்த்தம் (சுமார் 96-பலம்) வேண்டியிருக்கும். இக்கஷாயத்தை முதல்நாளே பக்குவம்செய்து மூடிவைத்து, மறுநாள் உபயோகிக்கலாம்.

11. தலைக்குக் கீழுள்ள சரீரத்தில் ஊற்றுவதற்கு உஷ்ணஜலம்:—இது வாததோஷஹரமான ஆமணக்கிலை முதலியவற்றைச் சேர்த்து ஒருமுறை கொதிக்கவைத்ததா யிருக்கவேண்டும். அந்தந்த மனிதனுடைய சுபாவத்தை அநுஸரித்தோ, வியாதியின் கூறுபாடுகளுக்கு ஏற்றவாறோ இந்த ஜலத்தை இளஞ்சூடாகவாவது, நன்றாகக் குளிர்ந்தபிறகாவது சரீரத்தின்மேல் ஊற்றலாம்.

12. உடம்பைத்துடைக்க இரண்டு வஸ்திரம்:—இரண்டும் சுத்தமாகவும் மிருதுவாகவும் இருக்கவேண்டும்; ஆனால் இவற்றுள் ஒன்று ஈரமாகவும், மற்றொன்று உலர்ந்ததாகவும் ஸமயோசிதமாய் உபயோகிக்கக் கூடியவாறு இருக்கவேண்டும்.

13. ப்ரதிஸாரன சூர்ணம்: வாததோஷமோ கபதோஷமோ அதிகரித்திருக்குமானால் "ராஸ்நாதி சூர்ணமும்"* பித்தம் அதிகரித்திருக்குமானால் "கசோராதி சூர்ணமும்"* சிரஸ்ஸில் தூவுவதற்கு ஹிதமானவையாம்.

14. பிறகு உபயோகிக்கவேண்டிய ஔஷதம்:- வைத்தியனே பிணியாளிக்குத் தகுந்த ஔஷதங்களை யோசித்துத் தயார்செய்து உபயோகிக்கச் செய்யவேண்டும். வியாதியில்லாதவர்களுக்கும் தினந்தோறும் நன்கு மலம் கழியும் பொருட்டு இச்சிகித்ஸாகாலங்களில் ஏதேனும் தகுந்த ஔஷதம் கொடுப்பது நலமாகும். மலபந்தத்தினால் பசியின்மை முதலிய கோளாறுகள் ஸம்பவிக்கக் கூடுமாகையால், அவ்விதகஷ்ட முண்டாகாமலிருக்க "கந்தர்வஹஸ்தாதி கஷாயத்தை,*" உபயோகிக்கச்செய்வது நலம்; இவ் வௌஷதத்தை பிரதிதினமும் காலையில் உட்கொள்ளலாம்.

இவ்வாறுவேண்டிய உபகரணங்களை ஆயத்தமாக வைத்துக்கொண்டபிறகு அடியிற் கூறப்படுமாறு தாராவிதியைச் செய்யவேண்டும்:—

தாரா விதியைச்செய்யும் கிரமம்.

முதலில் இதற்குக் காலம் அநுகூலமானதா

* இவ்வௌஷத முறைகளைப்பற்றிய விவரங்களை இவ்வியாஸத்தின் இறுதியிற் காண்க.

யிருக்கவேண்டும். அதிக குளிர், அதிக காற்று, அதிக உஷ்ணம், மழை இவ்வித தோஷங்களில்லாமலிருக்கும் ஸாதாரணகாலமே இதற்கு ஏற்றதாகும். கேரளதேசத்தில் (மலையாளம்) ஆடி, ஐப்பசி, மாசி இந்த மாதங்களிலேயே தெரிந்த வைத்தியர்கள் தாராகல்பத்தை நிறைவேற்றுவது வழக்கம்; அக்காலங்களில் அவ்விடத்தில் விசேஷமாக மழையில்லாததுடன், உஷ்ணமும் அதிகமிராது. ஆனால், இதர ப்ரதேசங்களிலும் அம்மாதங்கள் அவ்விதமேயிருக்க மாட்டாவாகையால், அந்தந்த தேசத்தில் எந்தெந்த காலம் முற்கூறிய குணங்களுடையவைகளா யிருக்கின்றனவோ, அக்காலங்களில் இதைச் செய்வது உசிதம். இவ்வாறு காலநியமம் வியாதியில்லாமல் ஆரோக்யாபிவ்ருத்திக்காக தாராவிதியைச் செய்துகொள்பவருக்கேயன்றி, பிணியாளிகளுக்குக் கூறப்பட்டதல்ல. வியாதி க்ரஸ்தர்களுக்கு காலநியமத்தைக் கவனியாது, காலம் சிறிது இவ்விதிக்கு ஏதேனும் ஒருவிதத்தில் ப்ரதிகூலமாயிருந்தாலும் சீதம், உஷ்ணம், மழை முதலியவற்றால் தீங்கு நேரிடாதபடி ஏதேனும் அவற்றிற்குப் பரிஹாரமான உபாயங்களைச் செய்துவிட்டு, தாராவிதியை நிறைவேற்றவேண்டியது அவசியம்.

சுத்தமாகவும் விசாலமாகவுமிருக்கும் ஓரிடத்தில், முதல்நாளே நன்றாகக் கழுவிவைத்திருக்கும் தாராத்ரோணியைக் கொண்டுவந்து, அதை ஈரமில்லாமல் துடைத்து, தலைப்புறம் கிழக்கேயிருக்கும்படி மேடுபள்ளமில்லாதவிடத்தில் வைக்கவும். த்ரோணியின் தலைப்புறம் மற்றொரு புறத்தினும் சிறிது உயர்ந்திருக்குமாறு அதன் தலைப்புறத்தின் அடிப்பாகத்தை உயர்த்திவைப்பது நலம். த்ரோணியில் படுக்கும் பிணியாளியின் தலைக்கு நேராக முற்கூறியபடி ஸேசநஸ்த்தாலி யென்னும் கலயத்தைக் குறுக்காக உயர நிற்கும் தடியில் கட்டிவிடவும். (முன் ஸஞ்சிகையிலுள்ள சித்திரத்தைப் பார்க்கவும்.) த்ரோணியிற் படுத்திருப்பவனுடைய நெற்றிக்குமேல் இரண்டு அங்குலத்திற்குச் சிறிது மேலேயே ஸேசநஸ்த்தாலியின் வர்த்தி தொங்கும்விதமாய் அதைக் கட்டியிருக்கவேண்டும். பிறகு த்ரோணியினுள் படுக்கை விரிப்புகளை விரித்துப்போட்டு, வைத்தியன், தாராத்ரவம் முதலியவையனைத்தும் அருகில் ஆயத்தமாயிருக்கின்றதாவென்பதைப் பார்த்துக்கொண்டு, தாரை செய்துகொள்ள வேண்டியவன் மலமூத்திராதிகளை விஸர்க்கம்செய்து சுத்தமா யிருக்கின்றானாவென்பதையுமறிந்துகொண்டு, அவனை த்ரோணியில் உட்காரச்செய்து, முறைப்படி பக்குவம்செய்த உசிதமான தைலத்தை உடம்பிலும் சிரஸ்ஸிலும் தேய்த்து, முற்கூறிய சிரஸ்ஸில் சுற்றுவதற்கான வர்த்தியை (அதாவது சீலையை) காதுகளுக்கு மேற்புறத்திலிருந்து புருவங்களுக்கு மேலாக சிரஸ்ஸில் சுற்றி கட்டிவிடவும். பிறகு அப்பிணியாளி த்ரோணியில் மல்லாந்துப் படுக்கவேண்டும். ஸேசநஸ்த்தாலியை சிறிது தூரத்திற் கொண்டுபோய், அதன் அடி த்வாரத்தைக் கைவிரலால் மூடிக்கொண்டு, அவசியமான திரவத்தை அதில் ஊற்றி, அதனுள் முன்னால் விவரித்துள்ளபடி வர்த்திமுதலியவை சரியான நிலைமையில் அமைந்திருக்கின்றனவாவென்பதைப் பார்த்து, அக்கலயத்தை தகுந்த உயரத்தில் பிணியாளியின் சிரஸ்ஸுக்கு நேராகத் தொடுத்துவிடவும். தாரையானது அதிக வேகமாகவுமில்லாமல் அதிக மெதுவாகவுமில்லாமல், அதன் பருமனிலும் வேகத்திலும் ஒரே அளவாக நெற்றிக்கட்டில் வலதுபுறமிருந்து இடதுபுறமாகவும் இடதுபுறமிருந்து வலதுபுறமாகவும் மெல்லமெல்ல ஆடிக்கொண்டே விழும்படி வைத்தியன் கவனிக்கவேண்டும். நெற்றிக்கட்டின் நடுவிலிருந்து அந்த தாரை சிரஸ்ஸிலும் பாயும் விதமாகச்செய்வதும், மயிர்க்கால்களினூடே தாராத்ரவம் சர்மத்தில் ஊறும்படி மெல்லமெல்ல சிரஸ்ஸைத் தேய்ப்பதும் நற்குணந்தரக்கூடியன. இவ்விதம் விழும் தாராத்ரவமானது சிரஸ்ஸில் விழுந்தபிறகு தாரா

த்ரோணியினின்றும் (பிணியாளியின் தலைப்பக்கத்திலிருந்து) த்ரோணியின் த்வாரத்தின் மூலமாய் கீழே வைக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு பாத்திரத்தில் தாராளமாய் பாய்ந்துகொண்டிருக்க வேண்டியதுடன், ஸேசநஸ்த்தாலியில் திரவம் செலவாய்விடாமல் அப்போதைக்கப்போது ஒரு பரிசாரகனைக்கொண்டு அதில் திரவத்தை ஊற்றிக்கொண்டிருக்கவும் ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். இந்த ஸமயத்தில் வைத்தியன் கவனிக்கவேண்டிய சில விஷயங்கள் உண்டு. ஸேசநஸ்த்தாலியிலிருந்து விழும் தாரையானது அதிக உயரத்திலிருந்து விழுவதும், அதிக தாழத்திலிருந்துவிழுவதும், அதிக வேகமாய் விழுவதும், மிகவேகக் குறைவாக விழுவதும் அதிக பருமனாக விழுவதும், மிக மெல்லிதாக விழுவதும் ஆக இந்த ஆறும் அதனாலாகும் குணத்தைக் கெடுத்துவிடக் கூடியனவாம். ஆகையால் அவ்வாறு நேரிடாமல் தகுந்த காலங்களில் வேண்டியவளவு முறைப்படி தாராவிதி நிறைவேறும் விஷயத்தில் ரோகியும், வைத்தியனும், பரிசாரகர்களும் மிகக் கருத்துள்ளவர்களா யிருக்கவேண்டும். ஒவ்வொரு முறையும் தாராவிதியை முடிக்கும்வரையில் பிணியாளி தாரா த்ரோணியிலேயே மல்லாந்து படுத்திருக்க வேண்டுமேயல்லாது, இடையில் எழுந்திருக்கக்கூடாது.

வியாதியில்லாதவர்கள் ஆரோக்கிய நிலைமையை அபிவ்ருத்திசெய்துகொள்வதற்காக இதைச்செய்து கொள்வதாயிருந்தால், அவர்களுக்கு தினந்தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று வாரங்கள் தொடர்ந்து தாராவிதியைச் செய்யலாம், வியாதிக்ரஸ்தர்களுக்குச் செய்யும் விஷயத்தில், அவரவருடைய வியாதி ஸ்வபாவங்களையும் தேஹநிலைமைகளையும் கவனித்து இவ்வளவு நாட்கள் தாரையைச்செய்ய வேண்டுமென்று நிச்சயிப்பது வைத்தியனுடைய கடமையாம். இதில் ஒருதினத்தில் தாராவிதியை அரை யாமகாலம் ($3\frac{3}{4}$ நாழிகை) செய்யவேண்டும். ஆனால் முதல்நாளே அவ்விதம் செய்யாமல், ஆரம்பத்தில் இரண்டு அல்லது இரண்டரை நாழிகை செய்து, பிறகு தினந்தோறும் ஐந்து அல்லது பத்து விநாடி காலம் அதிகரித்துக்கொண்டுவந்து, பிறகு மூன்றேமுக்கால் நாழிகைக்கு அதிகப்படாமல் செய்யவேண்டும். முதல்வாரத்தில் இப்படி கிரமமாக தாராவிதிக்கான காலத்தை ஏற்றிக் கொண்டேவந்து, அப்பால் இரண்டாவது வாரத்தில் ஏற்றிபவிதமாக கால அளவைக் குறைத்துக்கொண்டே வரவேண்டும். மூன்று வாரங்கள் செய்வதாயிருந்தால் அதற்கேற்றவாறு இக்காலக்கிரமத்தை சரிப்படுத்திக் கொள்வதில் வைத்தியன் கவனம் செலுத்த வேண்டும். இவ்வாறு கால அளவு கவனிக்கப்படுமானால், திடீரென்று இவ்வித சிகித்சையை ஆரம்பிப்பதென்ன திடீரென்று நிறுத்துவதென்ன இவ்வித செயல்களால் தேஹ நிலைமைக்கு ஏதாவது கோளாறு ஸம்பவிக்காமலிருக்கும். இதனால் தாராவிதியை ஒரு தினத்தில் நிறைவேற்றுவதற்குக் குறைந்தது ஒரு மணி ஸாவகாசமும், உயர்ந்தது ஒன்றரை மணி ஸாவகாசமும் வேண்டுமென்று அறிபப்பட்டதல்லவா? வேறு சிலர் உயர்ந்தது மூன்று நாழிகை காலமும், குறைந்தது ஒரு நாழிகையும் போதுமென்று அபிப்பிராயப்படுவர். இவ்விஷயங்களில் அனுபவசாலியான வைத்தியன் தனது யுக்தியைக் கொண்டு காரியத்தைச் செய்து முடிக்கவேண்டும்

இவ்வாறு மேலே கூறப்பட்ட தாராவிதியின் கிரமமானது பெரும்பாலும் சிரஸ்ஸிலிடப்படும் தாராமுறையைப் பற்றியதேயாகும். ஸர்வாங்கங்களிலும் தாராமுறையைச் செய்ய வேண்டுமானால், அதில் சிற்சில விடங்களில் சிறிது வேற்றுமைகள் உண்டு. ஆகையால் அவ்விஷயத்தைத் தனியாக இதனடியிற் கூறுவோம். (தொடரும்.)

MINERAL CONSTITUENTS OF THE FOOD.

ஆஹாரத்தில் கனிஜ பதார்த்தங்களின் கூறுபாடுகள்.

BY A. M. MASILAMANI MUDALIAR, L. M. & S.,
Assistant Superintendent, Royapuram Medical School
(*now on other duty*).

"மனித தேஹத்தில் ஏழு இருத்தல் கனிஜ பதார்த்தம் அடங்கியிருக்கிறது" என்று டாக்டர் ராபெர்ட் ஹட்சிஸன் என்பவர் தன்னுடைய "டயெட் அண்ட் டயெடெடிக்" என்கிற நூலில் கூறுகிறார். அவ்வளவு கனிஜ பதார்த்தத்தில் $\frac{5}{6}$ பாகம் எலும்புகளிலேயே சேர்ந்திருக்கின்றது. தேஹ முழுமையையும் நன்றாகப் பரிசோதித்துப் பார்த்தால், உடம்பில் நூற்றில் ஐந்து பாகம் சாம்பர்ப் பொருள் அடங்கி யிருக்கக் காணலாம். (சாம்பர் என்பது கனிஜபதார்த்தங்களின் கூட்டேயாம்.) இவ்விஷயம், கனிஜபதார்த்தங்கள் கலந்த உணவு, தேஹத்தில் அந்தந்த பாகங்களைக் கட்டுவதற்கான சிறந்த முக்கியப்பொருளென்பதை வெளிப்படையாக அறிவிக்கின்றது; ஆகவே அப்பதார்த்தங்கள் சாஸ்திர முறைப்படி சரீரத்திற்கு மிகவும் அவசியமான உணவுப் பொருட்களே யென்று தீர்மானிக்கக்கூடியன. உணவில் கலந்திருக்கவேண்டிய பிரதானமான கனிஜபதார்த்தங்களாவன— உஷாக்ஷாரஸத்வம் அல்லது பூநீறுச்சத்து (sodium), காரச்சத்து அல்லது பொடாஷ்யம் (potassium), கடிகம் அல்லது சுண்ணச்சத்து (calcium), மெக்னீஷியம் (magnesium), அயம், பாஸ்வரம் அல்லது தீமுறுகற்பாஷாணம் (phosphorous) இவைகளேயாம். மேலும் க்ளோரீன், கந்தகம், ஸிலிகா, ப்ளோரீன், அயோடைன் என்னும் இவற்றின் கூறுகளும் சொற்ப அளவு உண்டு. சரீர தாதுக்களைக் கட்டிப் போஷிப்பதற்கு இவை மிகவும் அவசியமானவை யாகையால், இவற்றை அடியோடு உபயோகிக்காமல் நிறுத்தி மற்ற ஆஹாரக்கூறுகள் உபயோகிக்கப்படினும் ஒரு மாதத்திற்குள் அம்மனிதன் இறக்க வேண்டிதான் நேரிடும். இவ்வாறு கனிஜபதார்த்தங்களின் கூறுபாடுகள் தாதுக்களைக் கட்டியமைப்பதற்கு முக்கியமானவையே யென்று நிர்த்தாரணம் செய்யப்பட்ட பின்னர், "அவை தேஹச்சூட்டையாவது உடற் சக்தியையாவது உற்பத்தி செய்யக்கூடிய தன்மை யுள்ளவைகளா?" என்று அடுத்தாற்போல் வினவக் கூடும். தேஹச்சூட்டை யுண்டுபண்ணுகிறதா என்கிற முதற் கேள்விக்கு பதில்—இல்லையென்பதேயாம். உணவுகளிலுள்ள கனிஜ பதார்த்தங்கள் மிகவும் நன்றாகப் பஸ்மமாக மாறிய நிலைமையுடன் தேஹத்திற் பிரவேசிப்பதால், தாதுக்களிற் சென்று அவற்றினின்றும் எவ்விதத்திலும் சூட்டை யுண்டு பண்ணக் கூடியனவல்ல. அவை உடற் சக்தி அல்லது உரமுண்டாக்கக்கூடியவைகளா வென்னும் கேள்விக்கு—அவ்விஷயம் மிகவும் ஸந்தேஹமான தென்றே விடையளிக்க வேண்டியிருக்கிறது. ப்ரோடீட்ஸ் (proteids), கொழுப்பு இனங்கள், கார்போஹைட்ரேட் என்னும் கரிப்பொருட்கள் கலந்த உணவுகள் இவை பிராணவாயுவின் ஸம்பந்தத்தினால் பஸ்மமாகப் போவதால் (oxidation) இவை உடற்சக்தியை நேராக உற்பத்தி செய்வதுபோல இக்கனிஜ பதார்த்தங்கள் உண்டுபண்ணுவதில்லை யென்பது உண்மை யென்றே கருதப்படுகிறது; ஆனால் அவை ஈரமான சில ஜவ்வுகளுக்குள் ஊறி தேஹத்தில் ஊடுருவிச் செல்வதற்கான அவற்றின் குணங்களைக் கவனித்தால், அப்பதார்த்தங்களின் கூறுகள் நேராக அவ்வேலையைச் செய்யாவிடினும் வேறொரு முறையிலாவது அவ்வாறு செய்யக் கூடியவையென்று சொல்லலாம்.

ஆகவே இப்பொழுது உணவிற் கலந்துள்ள கனிஜபதார்த்தங்களின் கூறுகள் ஆஹாரப் பொருட்களின் வகுப்பில் சேர்த்துக்கொள்ளக் கூடுமென்பதற்கு இரண்டு ஆதாரங்களுண்டு;

(1) அவை தேஹதாதுக்களைக் கட்டியமைக்கக் கூடியன; (2) உத்ஸாஹந்தரக்கூடிய ஒருவித உடற்சத்தையும் உண்டுபண்ணத் தருந்தவை, சரீரத்திற்கு எவ்வளவு கனிஜபதார்த்தங்களை நாள்தோறும் ஊட்டவேண்டும் என்கிற விஷயத்தை அடுத்தாற்போல் நாம் விசாரிக்கவேண்டியிருக்கிறது. ஆனால் இவ்விசாரணையில் திட்டமாக விடையளிக்க வழியில்லை.

ஆனால் பலவித உணவுப் பொருட்கள் கலந்த மிச்ராஹாரத்தில் காணப்படும் கனிஜபதார்த்தங்களின் அளவானது, சரீரத்தின் தேவைகளனைத்துக்கும் போதுமானது—ஆனால் வேண்டுமான அளவுக்கு அதிகமானதல்ல—என்று ஒருவன் சொல்லக்கூடும்; அவ்வனைத்தும் சுமார் இருபது க்ராம் (6-ட்ராம் அல்லது முக்கால் அவுன்ஸ்) இருக்குமென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறது; இந்த அளவில் நமது இஷ்டத்திற்குத் தேவையானபடி சேர்த்துக்கொள்ளும் கறியுப்பு சேரவில்லை. ஸாதாரண உணவுகளில் சேர்ந்துள்ள கனிஜபாதார்த்தக்கூறுகளைப்பற்றி விசாரிப்போமாயின், அக்கனிஜபதார்த்தங்களில் அநேகம்—அல்லது அவற்றில் நிச்சயமாகப் பெரும்பான்மையானவையும் ஸேந்த்ரிய பதார்த்தங்களின் கூட்டுப்பாடு (organic combination) உடையனவாயிருக்கின்றன என்றறியலாம். பாலில் கடிகமென்னும் சுண்ணச்சத்தும் (calcium), பாஸ்வரமும் (phosphorous) ஸேந்த்ரியபதார்த்த நிலைமையில் கூடியிருப்பதைக் காணலாம்; அவ்விதமே அயம் முட்டையின் மஞ்சட்கருவிலும், உண்ணுமிறைச்சியிலும் சேர்ந்திருக்கின்றது; ப்ரோடீட் என்னும் ஆஹாரச்சத்து கலந்துள்ள எல்லா உணவுப் பொருட்களிலும் கந்தகம் அவ்வாறே கூடியிருக்கின்றது; இன்னும் இவ்வாறான அநேகம் ஆஹாரப் பொருட்களில் ஒவ்வொரு விதமான கனிஜபதார்த்தம் சேர்ந்திருப்பதைப் பரிசோதனையினால் அறியலாம்.

இப்பொழுது, சரீரத்திற்கு அவசியமாயுள்ள முக்கியமான கனிஜபதார்த்தங்களை தனித்தனியே நான் எடுத்துக் கூறுவதுடன், எந்த உணவுப்பொருட்களில் அவ்வித கனிஜபதார்த்தங்கள் விசேஷமாக அடங்கியிருக்கின்றனவோ அவற்றையும் குறிப்பிடுகின்றேன்:—

டாக்டர் ஆர் ஹட்சிஸன் கூறுவதாவது:—கடிகம் அல்லது சுண்ணச்சத்து (calcium): ஸ்த்ரீகளின் முலைப்பாலைப் பரிசோதித்துப் பார்த்தால், ஒரு குழந்தைக்கு தினந்தோறும் $\frac{1}{3}$ க்ராம் (5-க்ரைன்கள்) சுண்ணப்பு வேண்டியிருக்குமென்று கணக்கிடப்பட்டது. யௌவனவயதிலுள்ளவர்களுக்கு எலும்புகள் அதிகமாய் வளர்வதில்லையாகையால், அவர்கள் சுண்ணம்பு அடங்கிய வஸ்துவை வெகு குறைவாகவே உபயோகிக்கவேண்டியிருக்கின்றது. ஒரு சிசுவுக்குக் கொடுக்கப்படும் உணவில் சுண்ணம் குறைவுபடுமாயின், அதனால் அதன் எலும்புகள் வளையக்கூடியவாறு மெதுத்தன்மையடையும். ஸாதாரணமான உணவுப் பொருட்களுள் பாலிலேயே கால்ஷியம் என்னும் சுண்ணச்சத்து அதிகமாகச் சேர்ந்திருக்கிறது. சுமார் 35 அவுன்ஸ் அளவான பாலில் $1\frac{1}{2}$ க்ராம் (சுமார் 24 க்ரைன்கள்) நிறையுள்ள சுண்ணம் கலந்திருக்கிறது; அல்லது ஒருவகையில் கவனித்துப் பார்த்தோமானால், ஒரு பைண்டு (20-அவுன்ஸ்) பாலில் அதே அளவான சுண்ணும்புத்தெளிவு நீரில் இருப்பதைவிட அதிக அளவான சுண்ணம் கரைந்திருப்பதாய் அறிவோம். இவ்வாறு சுண்ணம் அதிகமாகக் கலந்திருக்கிற உணவுப் பொருட்களில் பாலுக்கு அடுத்தது முட்டையும், அதற்கடுத்தது தானியங்கள்—முக்கியமாய் அரிசியும், முள்ளங்கி-தண்ணீர்விட்டான் முதலிய கறிவகைகளுமேயாம்.

மெக்னீஷியம் என்னும் தாதுப்பொருள் ஸாதாரணமாய் உணவுப்பதார்த்தங்களில் கால்ஷியத்தைப் போல அதே அளவில் சேர்ந்திருக்கின்றது.

அயமானது உணவுப் பொருட்களில் எப்பொழுதும் ஸேந்த்ரிய பதார்த்த ரூபமாகவே கலந்துள்ள ஒரு கனிஜபதார்த்தமாகும்.

நாம் சாப்பிடும் மிச்ராஹாரத்தில் சுமார் 10 மில்லிக்ராம் அளவு கொண்ட (ஒரு க்ராமில் 1000-த்தில் ஒரு பாகம் ஒரு மில்லிக்ராம். அதாவது $\frac{1}{65}$ க்ரைன் ஒரு மில்லிக்ராம்.) லோஹ பதார்த்தக்கூறுகள் அடங்கியிருப்பதாக ஒருவாறு அறியப்படுகிறது; அவ்வளவு லோஹ பதார்த்தங்கள் இயற்கையான சாரீரக்ரியைகள் (physiological functions) நடந்தேறுவதற்கும் போதுமானவையென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறது. முட்டையின் வெள்ளைக்கரு, மாட்டிறைச்சி, ஆபுளென்னும் சீமையிலந்தை, ஸ்ட்ராபெர்ரி என்னும் ஒருவகைப்பழம், வெள்ளை அவரைப்பருப்பு, பட்டாணிக் கடலை, உருளைக்கிழங்கு, கோதுமை இவைகளில் அயம் விசேஷமாய் அடங்கியிருப்பதாகவும், இவற்றுள் கோதுமை முதல் முட்டையின் வெள்ளைக்கருவரையிலும் கீழிருந்து ஒன்றைவிட மற்றொன்று அந்த லோஹத்தை அதிக அளவாக அடக்கிக் கொண்டிருப்பதாகவும் பங்கேயென்பவர் கூறுகிறார். ஆனால் இரத்தத்தில் குறிப்பிடத் தகுந்தவாறு அயம் குறைந்திருக்குமானால், அக்குறைவை ஏதேனும் உணவுகளைக்கொண்டே தகுந்தநிலைமைக்குக் கொண்டுவருவதென்பது பெரும்பாலும் அஸாத்தியமான விஷயம்; இரத்தத்தில் மிதமிஞ்சிக் குறைந்துவிடும் அயத்தை மீண்டும் சரிப்படுத்துமாறு அவ்வளவு அதிக அளவான அயவுப்புகள் நிரம்பிய உணவுப் பொருட்கள் அரிது; என்றாலும் அநேகவிதமான ஆஹாரப்பொருட்களில் சேர்ந்திருக்கும் அயத்தின் அம்சங்களைக் குறிப்பாகக் கவனித்தோமாயின் அவற்றிற்கு அயஸம்பந்தமான ஔஷதத்தன்மை சிறிது உண்டென்றும், ஆகவே சிகித்ஸாக்ரமங்களில் வேறு ஔஷதங்கள் அத்தகைய குணமுடையவைகளாய் உபயோகிக்கப்படும்போது உணவுகளிலுள்ள இந்த அயவுப்புகளும் இரத்தத்தில் அயவுப்பை ஒருவாறு சரிப்படுத்தக்கூடியனவாயிருக்கின்றனவென்றும் அறியப்படுகிறது.

ஸோடியமும் பொடாஷியமும்:—(1) ஸோடியமென்னும் உஷாக்ஷாரஸத்வமானது, சரீரத்தில் இயல்பாயுள்ள அதன் திரவம் தகுந்த நிலைமையிலிருப்பதன் பொருட்டு எப்பொழுதும் தேவையாயிருக்கின்றது. (2) பொடாஷியமென்னும் காரச்சத்தானது சரீரதாதுக்களிலுள்ள ஜீவபரமாணுக்களை (cells) செழிக்கச் செய்வது அல்லது அமைப்பதற்காகவும், பிரதானமாய் இரத்தத்திலுள்ள செங்குறுகடங்களையும் தசை நார்களையும் அமைத்துக் கட்டுவதற்காகவும் உபயோகப்படுகிறது. பலவிதமான உணவுகளில் உஷாக்ஷாரஸத்வமும் பொடாஷியமும் அடங்கியிருக்கும் அளவுகளைப் பரிசோதித்துப் பார்க்குமளவில், சாகபதார்த்தங்களுடைய வகுப்பில் பொடாஷியமும், இறைச்சி முதலிய பிராணிஸம்பந்தமான உணவுவகைகளில் ஸோடியமென்னும் உஷாக்ஷாரஸத்வமும் விசேஷமாய் சேர்ந்திருப்பதாகக் கூறலாம். பசுமையான சாகங்களும் கனிகளும் குறிப்பிடத் தகுந்தவாறு பொடாஷிய ஸம்பந்தமான உப்புக்கு மிகவும் ஆதாரங்களாயிருக்கின்றன. ஸோடியமானது ஸாதாரண கறியுப்பின் உருவமாக நம்மால் உட்கொள்ளப்படுகிறது. இதை அநேகம் ஜனங்கள் தினந்தோறும் ஆறு ட்ராம் அளவு உபயோகிக்கின்றனர்; இந்த அளவானது தேஹத்திற்குத் தேவையான அளவினும் பெரும்பாலும் குறைந்தது பத்து மடங்கு அதிகமென்றே கருதக்கூடியது. ஆஹாரத்தில் பிரத்தியேகமாக இவ்வாறு மிகுதியாக உப்பைப் போட்டுக்கொள்வதில் முக்கியமாக சாகாஹாரமுண்பவர்களே அதிக ஆவலுள்ளவர்களாயிருக்கின்றனர். இவ்விஷயத்தில் எவர் எவ்விதமாக அபிப்பிராயப்பட்ட போதிலும், உணவுப்பொருட்களில் இயற்கையாகச் சேர்ந்துள்ள உப்பைத் தவிர பிரத்தியேகமாக ஆஹாரத்தில் உப்பைச் சேர்த்துக் கொள்வதானது மிச்ராஹாரங்களுண்பவரைவிட சாகாஹாரங்களை மட்டும் புஜிப்பவருக்கு எவ்வகையில் அவசியமென்பது வெளிப்படையான தத்துவம். வெகு ஸமீபகாலத்தில் செய்த சாஸ்த்ரீய

மான ஆராய்ச்சிகளால், உப்பானது சரீரத்தில் தர்க்கியகரப் பொருட்களின் (nitrogenous substances) அழிவைக் குறைப்பதுமல்லாமல், அத்துடன் சரீரத்திற்குத் தேவையான ஜலத்தையும் ஏற்றுக்கொள்ள வகையுண்டு பண்ணுகின்றது.

பாஸ்வரம் அல்லது தீமுறுகற் பாஷாணம்: இது தேஹ தாதுக்களைக் கட்டுவதற்கு ஒவ்வொரு ஸமயம் அருமையாக உபயோகப்படுகிறது. தேஹத்தில் எந்தெந்த விடத்தில் வளர்ச்சி மிகவும் சுருசுருப்பாக நடந்தேறுவதாய் அறியப்படுகிறதோ அவ்விடங்களிலெல்லாம் பாஸ்வரம் மிகுதியாயிருப்பதைக் காணலாம். இது தாதுக்களின் எல்லா ஜீவகணங்களின் இடையிலுள்ள ஜீவஸ்த்தானங்களிலும் (cell nuclei) பாய்ந்து அவற்றின் பௌதிகக் கூட்டுகளில் கலக்கின்றது; மேலும் எலும்புகளிலும், மத்தியநரம்பு மண்டலத்திலும் (central nervsus system) திரள்திரளாகச் சேர்ந்திருக்கின்றது. பழகாத சில உணவுப்பொருட்களில் பாஸ்வர ஸம்பரதமான பாஸ்வராம்லம் (phosphoric acid) அடியில் குறிப்பிடப்படும் அளவாகக் கூடியிருக்கின்றது:—

முட்டைக்கோஸ் என்று வழங்கப்படும் காபேஜில்	100-க்கு	·089	பாகம்.
உருளைக்கிழங்கில் ...	,,	·140	,,
முட்டையில் ...	,,	·337	,,

பாஸ்வராம்லம் என்பது பாஸ்வரம் 2-பங்கும், பிராணவாயு 5-பங்கும் சேர்ந்த ஒருவகைப் பொருளாம்.

ஆக்ஸாலிக் ஆஸிட் என்கிற ஒருவித அம்லப்பொருளும் உணவுவகைகளில் கூடியிருக்கின்றது; ஆனால் ஊன்றிப் பார்க்குமளவில் இப்பொருளானது கனிஜபதார்த்தங்களின் வகுப்பில் சேர்க்கக்கூடியதல்லவாயினும், ஆஹாரத்தில் இது இயற்கையாகவே ஆக்ஸலேட் ஆப் லயம் (oxalate of lime) என்னும் சுண்ணவுருவமாகச் சேர்ந்திருக்கின்றது. ஆயிரம் பங்கு மிளகில் இது 3½-பாகமாகக் கூடியிருக்கிறதென்று கூறுவதற்குத் தடையில்லை. ஆக்ஸாலிக் ஆஸிட் என்னும் அம்லப்பொருள் இன்னும் அதிக அளவாக அடங்கிய அநேகம் பொருட்கள் இருந்தபோதிலும், இந்தியர்களுக்கு இவ்வம்லப் பொருளடங்கிய மிளகு இன்றியமையாத உணவுப் பொருளாயிருக்கின்றது.

க்ளோரீன்: என்னும் கனிஜபதார்த்தமானது முற்றிலும் ஸாதாரண கறியுப்பு ரூபமாகவே உணவுகளில் உபயோகிக்கப்படுகிறது. ஹைட்ரோக்ளோரிக் ஆஸிட் என்னும் இறைப்பையிலுற்பத்தியாவதான ஒருவகையான அம்லபதார்த்தத்திற்கு மூலகாரணமாயிருப்பதைத் தவிர்த்து இது சரீரத்தில் வேறு எவ்விதத்தில் உபயோகப்படுகிறதென்கிற விஷயம் விளங்கவில்லை.

அயோடைன்:—இப்பதார்த்தத்திற்கு தேஹத்தில் ஆதாரமான அவயவம் தைராய்ட் க்ளாண்ட் என்னும் தொண்டையில் அமைந்துள்ள ஒருவித கிரந்தியேயன்றி வேறொன்றல்ல. இது உணவுப்பொருளில் சேர்ந்திருப்பதன் கருத்து—அல்லது பிரயோஜனம்—இன்னதென்று இன்றைக்கும் சிறிதும் விளங்கவில்லை; ஆனால் இனி எப்பொழுதேனும் இது இவ்விதத்தில் உபயோகமானதென்னும் விஷயம் ஒருக்கால் அறிந்துகொள்ளக் கூடியதேயென்று ஆராய்ச்சி செய்பவர் கருதுகின்றனர்.

ப்ளோரீன் என்பதும், ஸிலிகா என்பதும் சரீரத்தில் சொற்ப அளவாகச் சேர்ந்திருக்கின்றன; இவற்றை முக்கியமாக எலும்புகளிலும் பற்களிலும் காணலாம். இவை சாகாஹாரங்களிலேயே—அவற்றிலும் பிரதானமாய் முள்ளங்கியில் மிகுதியாய் அடங்கியிருக்கின்றன."

HINTS ON THE PREVENTION OF DYSPEPSIA*

அஜீர்ணமுண்டாகாமல் தடுப்பதற்கான குறிப்புகள்.

By, A. B. OLSEN, M. D., D. P. H.

தேஹத்தில் இதர அவயவங்களெல்லாம் அதனதன் தொழிலை வெகு நாட்களளவும் ஒழுங்காகச் செய்துவருங்கால் இரைப்பையும், கல்லீரலும், குடல்களும் மட்டும் அவ்வாறில்லாமல் சீக்கிரத்தில் கெட்டுப்போய் அவற்றின் தொழில்களை சரிவர நடத்தாமற் போய்விடுவதற்குக் காரணங்கள் இல்லாமற் போகவில்லை; ஆனால் இவ்வவயவங்கள் மாத்திரம் அவ்விதம் அதிசீக்கிரத்தில் சீர்குலைந்து விடவேண்டுமென்பது விதிப்ராப்தமல்ல. அநேகம் ஜனங்கள் முறைகேடாக ஸம்பவிக்கும் பசியை அடக்கியாளுவதை அப்யஸிக்காமல் அலக்ஷியம் செய்துகொண்டு, சில ஆஹாரப்பதார்த்தங்களையும் பானவகைகளையும் உபயோகிப்பதால் தமது இரைப்பை நிச்சயமாக மிகக்கஷ்டப்படுமென்று நன்கு அறிந்திருந்தும், அவ்வித வஸ்துக்களின்மீது உண்டாகும் பேரவாவுக்கு வீணே இணங்கிவிடுகின்றனர். பானங்களைப் பருகுவதும் ஆஹாரங்களைப் புஜிப்பதும் மனித சரீரத்திற்கு ஒருவாறு ஸௌகர்யமாகவும் மனக்களிப்புண்டாக்குவதாகவும் இருந்தபோதிலும், அன்னபானாதிகளில் மிதமிஞ்சி மனதைச் செலுத்துவதே ஆயுளின் அபிவிருத்திக்கு அவசியமென்றாவது, உலகில் பிறந்து ஜீவித்திருப்பதற்கு அவ்விதம் செய்வதே முக்கியக் கருத்தென்றாவது ஒருவன் நினைப்பானானால் அது முற்றிலும் தவறுதலான எண்ணம்.

உண்ணுங்கலங்களிடம் உட்காருவதன் முக்கியமான உத்தேசமென்னவென்றால்—சரீரத்தைப் போஷிப்பதும், தேஹத்தின் சக்தியை அல்லது வன்மையைச் சீர்படுத்தி சிறந்த உத்ஸாஹமூட்டுவதுமேயாம். இதில் மனம்போனபடியெல்லாம் பிரவ்ருத்தியாமல், மனிதன் தனது விவேகத்தையுபயோகப்படுத்தி உண்ணுங்கலத்தினிடம் உட்காருவானானால், சிறந்த உணவுகளையும் உயர்ந்த பானங்களையும் உட்கொண்டு ஸௌகர்யமாக நன்கு திருப்தியுடனே எழுந்திரிக்கலாம்.

அநேகம்பெயர் வெகுவாய் அடிக்கடியும் தின்பது வழக்கம்; அதாவது அவர்கள் தினத்திற்கு நான்கு அல்லது ஐந்துமுறை அல்லது ஆறுதடவையும் உண்பார்கள். ஒரு நாளில் மூன்று வேளை ஆஹாரமுண்பது எவ்விதத்திலும் போதுமானதாம்; ஆனால் பெரும்பான்மையான ஜனங்கள் தினத்திற்கு இரண்டே வேளை புஜித்து, அதனாலேயே வேண்டியவளவு ஆரோக்கியவிஷயத்திலும் வன்மையின் நிலைமையிலும் குறைவின்றியே மிகவும் திருப்திகரமாய் வாழ்ந்துவருவதை நாம் பார்ப்பதால், நாளொன்றுக்கு மூன்று முறை புஜிக்கவேண்டியதும் அவசியந்தானா வென்னும் விஷயத்திலும் சிறிது ஸந்தேஹம் ஏற்படுகிறது. ஒருமுறை உணவுண்டபின்பு மற்றொருமுறை புஜிப்பதற்கு சுமார் ஐந்துமணிநேரம் இடைவெளியிருக்கவேண்டியது கிரமம்; அப்பொழுதுதான் ஜீர்ணவுறுப்புகளுக்கு அவற்றின் வேலையை ஒழுங்காக நிறைவேற்றுவதற்குப் போதுமான அவகாசம் கிடைப்பதுமல்லாமல், சிறிது ஓய்வும் அவற்றிற்குக் கிடைக்கும். முக்கியமாக இரைப்பைக்கு இவ்விஷயம் எடுத்ததாகும்; அதை அடிக்கடியும் அதிகமாக வேலைசெய்யத்தூண்டி, விழித்திருக்கும் பொழுதெல்லாம்—தூங்கும்போதுகூட சிலநேரம்—ஆஹாரத்தைக் குழைப்பதன்பொருட்டு அதை விரியச்செய்வது (dilatation) விஷயமுணர்ந்த விவேகிகள் செய்யும் காரியமல்ல.

காலைப்போஜனத்தை வேண்டியவளவு நன்கு ம்ருஷ்டான்னமாகப் புஜிப்பது மிகவும் நலம்; ஸாத்தியமானால்—புஜித்ததும் புஜிக்காததுமாய் ஆஸனத்திலிருந்து எழுந்து வேலை செய்வதற்கோ, ரெயிலுக்கோ, ட்ராம்வண்

* Reproduced and translated from "Good Health."

டிக்கோ வெகு பதைத்துக்கொண்டு ஓடும்படி நேரிடாமலிருப்பதற்காக—தகுந்தவாறு கூடுமானவரையில் சிறிது முன்னதாகவே சாப்பிட்டு உட்கார்ந்திருப்பது உத்தமமாம். பகல் வேளையில் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டிய பிரதானமான போஜனத்தை ஸாத்தியமானவரையில் ஒன்றுமுதல் இரண்டு மணிக்குள் புஜிப்பதும், இதற்குத்தகுந்தாற்போல் கடைசியான இராப்போஜனத்தை இரவின் ஆரம்பத்திலும்—அதாவது ஆறு அல்லது ஏழு மணிக்கு—உட்கொள்வதும் சாஸ்திர ஸம்மதமான முறையாம். இவற்றுள் இராப்போஜனம் மற்றவைகளைவிட மிகவும் இலகுவானதாயிருக்கவேண்டும்; வாடி வதங்கிப் பதன் கெடாத நூதனமான கனிகளும், அல்லது சமைத்தப் பழங்களும், வெண்ணெய் கலந்த ரொட்டியும் அந்திவேளையில் அனுகூலமான உணவுகளாம்; குளிர்காலமாயிருந்தால் உடலைப் போஷிக்குங்குணமுடைய சூடான பானமும் அவசியமானால் அவ்வுணவுகளுடன் பருகத் தகுந்ததாகும். போஜனஸமயத்தில் அன்னம் முதலிய உணவுகளோடு தாராளமாக ஏதேனும் பானங்களைப் பருகுவது விரும்பத்தகாதவிஷயமானதால், அவ்வாறு செய்யும் வழக்கத்தை ஒழித்திடவேண்டும்.

தேயிலைப் பானகத்திற்கு நாம் இடம் கொடுக்கவில்லை. மனிதருடைய ஆரோக்கியாபிவ்ருத்தியைக் கவனிக்கும்வரையில், இப்பானம் அநாவசியகமும் ஸௌக்கியக் குறைவைத் தரக்கூடியதாகவும் இருக்கின்றது. பிற்பகலில் நண்பர்களை வரவேற்று, அவர்களுக்கு ஏதேனும் சிற்றுண்டிகள் அளித்துக் களிக்கச்செய்ய விருப்பமிருப்பவர், அப்பொழுதே எலுமிச்சம்பழத் திரவச்சத்தால் பக்குவம் செய்த பானகம் (lemonade), மதுரமான கிச்சிலிப்பழப் பானகம், புளித்துப்போகாத திராக்ஷாரஸம், நூதனமான சிறந்த திராக்ஷை, அல்லது நற்சுவையுள்ள உயர்ந்த வேறு கனிவர்க்கங்கள் இவற்றைத் தேயிலைப்பானகம் முதலிய வற்றிற்குப் பதிலாக அவர்களுக்கு அளிக்கக் கூடுமென்றே நாம் கூறுவோம்.

சாப்பாட்டு நேரம் வந்துவிட்டால் உடனே அப்பொழுது புஜிக்க உட்கார்ந்துவிடவேண்டுமென்று எண்ணுவது ஒரு பெரும் பிழையாம். விவேகமுள்ள மனிதன் பசியுண்டாகவேண்டுமென்று காத்திருப்பானேயன்றி அடிக்கடியும் குடலுக்கு அநாவசியமான தொந்தரையுண்டுபண்ணுமாறு ஆஹாரத்தின் பொருட்டு ஆத்திரப்படமாட்டான். பசியானது, எப்பொழுதும் சாப்பிடவேண்டிய கால அளவைக் குறிக்கும் பிரதான இலக்ஷணமாயிருப்பதோடு, உண்ணும் உணவு நன்றாகக் குடல்களில் ஊறி ஜீர்ணமாவதற்கும் தகுந்த சக்தியைக் கொடுக்கக் கூடியதாயிருக்கின்றது. இரைப்பையானது உணவை விரும்புவது உண்மையானால், அது நாம் உண்பதை நன்றாக ஏற்றுக்கொண்டு அதைத் தகுந்தவாறு இயற்கைக்கு இணங்க திருப்திகரமான வழியில் பக்குவம் செய்யும். ஆனால் அழற்சியுண்டாக்கும் வாஸனை வஸ்துக்களாலும், தொடுசுவை அல்லது ஊறுகாய் முதலியவற்றாலும் பசியானது கிண்டித் தூண்டப்படுமானால், பெரும்பாலும் ஏதேனும் தீங்கு அனுஸரிக்குமென்று நம்பலாம். அதிகமாக வேலை செய்தோ அல்லது வேறு எவ்விதத்திலோ தேஹம் மிகவும் சோர்ந்திருக்கும்போது வயிறுநிரம்ப ம்ருஷ்டான்னமுண்பதற்கு உட்காருவது பிசகு. அந்நிலைமையில் முதலில் ஏதாவது சரீரத்திற்குப் போஷிப்பை யுண்டாக்கக்கூடிய உஷ்ணமான திரவ பதார்த்தத்தைச் சிறிது பருகி, பிறகு இலகுவான ஸாதாரண ஆஹாரம் புஜிப்பது ஆரோக்கியத்திற்கு ஏற்றதாம்.

வெகு வேகமாக உண்பதும் அஜீர்ணரோகத்தைத் தூண்டும் ஸாதாரண காரணங்களுள் ஒன்றாம். இயற்கைக்கு மாறாக மிகவும் சிரமப்பட்டு உணவுகளை அதிசீக்கிரத்தில் ஒன்றும் பாதியுமாக மென்று விழுங்கி விடுவதால் அவ்வுணவு நன்கு ஜீர்ணமாவதில்லை. ஆஹாரத்தைக் கவனத்துடன் நன்றாக மென்றுப் புஜித்தால், அப்பதார்த்தங்களில் இயற்கையிலேயே அடங்கியுள்ள நறுமணமும் அருஞ்சுவையும் நன்கு வெளிப்பட்டு, மனதுக்கும் ஜீர்ணக்கருவிகளுக்கும் இன்பமளிப்பது ஒருபுறமிருக்க, அநாவசியகமான—அல்லது அநர்த்தமுண்டாக்கக்கூடிய—மிதமிஞ்சிய ஊறுகாய் முதலிய பதார்த்தங்களை உபயோகிக்க வேண்டிய அவசியமும் நேரிடுவதில்லையென்பது மற்றொரு இலாபமாகும். கவனத்துடன் மெதுவாக உணவுகளை மென்றுப் புஜிப்பது, அஜீர்ணரோகமும் அக்னிமாந்த்யமும் உண்டாகாமல் தடுப்பதற்கு முக்கியமான ஹேதுவாயிருப்பதுமல்லாமல், அவ்விதமான அப்யாஸத்தினால் பற்களும் அதனதன் இயற்கையான வேலையை வருத்தமின்றியே செய்து சீரழியாமல் நீடித்தகாலம் ஒழுங்காக இருக்கும்.

தினத்திற்கு ஒரு முறை ம்ருஷ்டான்னம் அவசியமென்றாலும், வயிறு நன்றாகப் பூர்த்தியாகும்வரையில் சாப்பிடுவது சரியல்ல. பசி முற்றிலும் தீர்ந்து விடுவதற்கு முன்—தெவிட்டல் உண்டாவதற்கு முன்பே—கலத்தைவிட்டு எழுந்துவிடுவது எப்பொழுதும் நலமாயிருக்கும். மிதமிஞ்சி யுண்பதால் இரைப்பைக்கு நேராக வயிற்றில் ஸௌகரியக்குறைவான ஏதோ ஒருவித உணர்ச்சியுண்டாவது இயல்பு; அது விசேஷமாக வருந்தக்கூடியவாறு ஒருவித வலியாகத் தோற்றுவதில்லையென்றாலும், அவ்வாறு உணவுண்ட பிறகு தேஹத்தில் விசேஷமான சோம்பலும் சுருசுருப்பின்மையும் உண்டாய், விசேஷமாக நித்திரையும் வருமாகையால், அவ்வித நிலைமை அருவருக்கக் கூடியதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. இவ்விதமான உணர்ச்சி எப்பொழுது உண்டாகிறதோ அப்பொழுது நாம்புஜித்த உணவு அளவில அதிகமானதென்று நன்கு அறிந்துகொள்ளலாம். மிதமிஞ்சிய உணவு அஜீர்ணத்திற்குக் காரணமென்று நாம் தனிப்படக் கூறவேண்டிய அவசியமில்லை.

ஒரு வேளை ஆஹாரமுண்டபிறகு மற்றொரு போஜனவேளை வருவதற்கு முன்பு இடையில் எவ்விதமான உணவுப் பொருளையும் உபயோகிக்கக் கூடாது. பலவிதமான சுவையுள்ள மிட்டாய்களையும், பணிகாரங்களையும், பழங்களையும் தோன்றின நேரமெல்லாம் பலர் உபயோகிப்பது வழக்கம்; இவ்வித துர்வழக்கத்தினால் அடிக்கடி உபயோகிக்கப்படும் அவ்வுணவுகள் ஜீர்ணமாகாமற் போவதுமாத்திரமல்ல, குடல்களின் ஜீர்ணத்தொழிலும் சீரழிந்து இயற்கைக்கு அவசியமான ஆஹாரங்களையும் அவ்வவயவங்கள் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதவைகளாய், சீக்கிரத்திலாவது சில நாட்களுக்குப்பிறகாவது பலமான அஜீர்ணரோகமுண்டாய் விடுவதும் உண்மை. வயது வந்தவர்களும் விசேஷமாய் குழந்தைகளும் இவ்வழக்கத்திற்கு உட்படுவது எவ்வளவு ஸாதாரணமாயிருக்கின்றதோ, அவ்விதமே அவர்கள் ஒரு நாளில்லாவிட்டால் மற்றொரு நாளாவது இவ்வியாதிக்கு உடன்பட்டுத் துன்பமனுபவிப்பதும் அவ்வளவு ஸாதாரணமாகவே இருக்கிறது. ஒருவேளை போஜனத்திற்கும் மற்றொருவேளை போஜனத்திற்கும் இடையில் தண்ணீர், எலுமிச்சம்பழப் பானகம், அல்லது அவற்றிற்கு ஸமானமான வேறுவித திரவபானங்கள் என்னும் இவற்றைத் தவிர்த்து வேறு எவ்விதமான உணவும் உபயோகிக்கக் கூடாது.

வைத்தியகலாநிதி - முதல்வால்யம்.

முதல் வருஷத்திய 12-ஸஞ்சிகைகளையும் சேர்த்து அழகாக காலிகோ பைண்டு செய்யப்பட்டிருக்கிறது. விவரமான அட்டவணைகளுடன் கூடியது. ஜூன்மீ 30௳ வரையில் விலை ரூ. 3-14-0. ஜூலைமுதல் அதன் விலை ரூ. 4-8-0 ஆய்விடும். அப்பொழுது தபால் சார்ஜும் சேர்ந்து 5-4-0. காபிகள் வெகு சொற்பந்தான் கையிருப்பு.

வைத்தியகலாநிதி ஆபீஸ்,
மிண்டுபில்டிங்ஸ், சென்னை,

VACCINATION AND SANITATION.

அம்மை குத்துதலும் சுகாதாரமும்.

By J. S. MIRZAN.

சில நாட்களுக்கு முன் நியூ இந்தியா பத்தி
ரிகையில் அம்மைகுத்தும் விஷயமாக ஜே. டி
பிக்ஸ், ஜே. பி. என்பவர் எழுதியிருந்த விஷ
யத்தை நான் வெகு கருத்துடன் படித்ததில்
அடியில் குறிப்பிடும் சில விஷயங்களை
பொதுஜனங்கள் அறிந்திருக்கவேண்டுமென்று
வெளியிடுவதற்கு அபிப்பிராயப்படுகிறேன்.
நான் அடியில் குறிப்பிடும் விஷயமானது,
காலஞ்சென்ற மஹாப் பிரவித்த புருஷனை
மிஸ்டர் W. T. ஸ்டெட் என்பவரால் "நவீன
சாஸ்திர முறைக்கு அதிகாரியான நமது மஹா
புருஷன்" என்று கூறப்பட்ட டாக்டர் ஆல்
பெர்ட் ரஸ்ஸல்வாலெஸ், O. M., L. L. D., D.
C. L., F. R. S., அவர்களால் இயற்றப்பட்ட
"A Summary of the Proofs that Vaccination does not prevent Smallpox but
really increases it" என்னும் விஷயமடங்
கிய துண்டுப்பத்திரிகையிலிருந்து கிரஹிக்கப்
பட்டதாம்.

முப்பது வருஷகாலமாய் லீஸிஸ்டெர் என்
னும் பட்டணத்தில் அம்மைகுத்தும் வழக்
கம் குறைந்து வந்ததற்குக் காரணங்களில்
லாமற் போகவில்லை.

(1) லீஸிஸ்டெர் என்னும் நகரம் மிகப்பெரிய
கைத்தொழில் நடக்குமிடமாம், அதில்
சுமார் 200,000 பிரஜைகள் உண்டு. அவர்
களில் பெரும்பான்மையோர் அம்மைகுத்து
வது எவ்விதத்திலும் உபயோகமற்றது என்று
முடிவாக நிச்சயித்து வந்ததுடன், அவ்விடத்தி
லுள்ள வைத்தியர்களும், இராஜாங்க அதிகாரி
களும் இதற்கு உட்படாமல் விலகிக் கொண்டு
வந்தனர். அம்மை குத்திக்கொள்வதால் முன்ன
தாகவே ஸம்பவிக்கும் சில தீங்குகளைத்
தவிர்த்து வேறு எவ்வித குணத்தையும் அவ்
விடத்திலுள்ளவர் கண்டதில்லையாம். 1872-ம்
வருஷத்திற்குக் கீழே லீஸிஸ்டெரானது வெகு
நன்றாக முழுமையும் அம்மை குத்தப்பட்டு
வந்த அதைச் சேர்ந்த நகரங்களுள் மிகப்
பிரதானமாயிருந்து வந்தது. மஸூரிகை
யென்னும் பெருவாரிவியாதி விசேஷமா யுண்
டாவதைக் கருதி அப்பொழுது அவ்விடத்
தில் ஜனனவிகிதத்திலும் மிக்க அதிக
மான பெயருக்கு அம்மைகுத்தப்பட்டதுண்டு.
1871-ம் வருஷத்திலேயே எவ்வளவு அதிக
மாக அம்மை குத்தும் கணக்கு அபிவ்ருத்தி
யாகலாமோ அவ்வளவும் பூர்த்தியாய் அனைத்
துக்கும் ரிகார்டுகளும் ஏற்படுத்தப்பட்டிருந்
தன; அவ்வருஷத்தில் இப்பெருவாரி வியாதி
மிதமிஞ்சி அதன் கொடுஞ்செயலை வெகு மும்
மரமாகக் காட்டியது; அவ்வருஷத்தில் பத்து
லக்ஷம் பெயரில் 3,500 ஜனங்களுக்கு மேலா
கவே இவ்வியாதியினால் இறந்திருக்கின்றனர்;
அதே வருஷத்தில் லண்டனிலும் அதைச்
சுற்றிலும் மொத்தம் இறந்துபோனவர்களின்
தொகையில் இவ்வியாதியினால் மட்டும் மரித்
துப்போனவர் பத்து லக்ஷத்துக்கு ஆயிரம்
விதம் கணக்கிடப்பட்டது. அம்மை குத்துவ
தால் எவ்வளவு உபயோகமுண்டென்பதைப்
பற்றி ஏதாவது பரிசோதனை செய்ய உத்தே
சித்தால், இப்படி 18-வது நூற்றாண்டில் சுமார்
நாற்பது வருஷகாலம் சுகாதாரவிஷயத்தில் மிக
வும் பின்தங்கியிருந்த லண்டன் நகரம் முத
லானதைவிட முற்றிலும் அம்மைகுத்தப்பட்ட
ஜனங்களடங்கிய லீஸிஸ்டெர் நகரத்து ஜனங்
களே அதிக அளவாக மஸூரிகை யென்னும்
பெரியம்மையினால் மாண்டுபோயினர் என்ப
தைக்கொண்டே உண்மை இவ்விதமானதெ
ன்று நிர்த்தாரணம் செய்யலாம்.

ஆனால் இன்னும் முக்கியமான சில ஆதாரங்
களையும் இங்கு எடுத்தறிவிக்க முடியும்.

(2) லீஸிஸ்டரில் பயங்கரமான மரணவிகித
மானது, அவ்விடத்து ஜனங்களுக்கு அம்மை
குத்தும் வழக்கத்திலிருந்த நம்பிக்கையை
அடியோடு துலைத்துவிட்டது. ஏழைகளென்ன,
செல்வவான்களென்ன, இராஜாங்க வேலைக்கா
ரர்களென்ன இவர்களும், முனிஸிபாலிடி அதி
காரிகளுங்கூட அவரவர்களுடைய குழந்தைக
ளுக்கு அம்மைகுத்தக்கூடாதென்று மறுத்து
விட்டனர். இவ்வித மறுப்பானது 1890-ம்
ஆண்டு வரையில் தொடர்ந்து வந்தது;
இதற்கு முன்னால் முற்றிலும் அம்மை குத்
தப்பட்டு வந்த விடத்தில் பிறகு நூற்
றுக்கு 95 ஜனங்கள் அம்மை குத்தப்படாதவ

ராகவும், பிறந்தவர்களில் 100-க்கு 5-பெயரே
இதற்கு உட்பட்டவராகவும் இருந்தனர்! அம்
மைகுத்துவது அவக்குறியென்று அறிவிக்கு
மாறு அதைக் குத்திக்கொள்பவரின் தொகை
மிகக் குறைந்து கொண்டே வருகையில், அத
ற்கு எதிராக தீர்க்காலோசனை செய்த அவ்வி
டத்து டாக்டர்களும் இவ்விஷயமாய் அடிக்கடி
விசாரணை செய்து சிலபேருக்குமட்டும் இதைப்
பிரயோகிக்கமுயன்றும் விசேஷமாக பலிக்கா
மற் போனதில், 'முதலில் ஒரு பிரதேசத்தில்
வைசூரிகுத்தும் வழக்கம் வெகு மும்மரமாக
அக்னியைப்போல் ஒரு மூலையிலிருந்து மற்
றெல்லாவிடத்திற்கும் பரவிவருவதற்கு அனு
கூலமான தருணம் ஏற்பட்ட போதிலும், அவ்
வழக்கம் முற்றிலும் பரவிய பின்னர் அதனா
லுண்டாகும் பிரயோஜனம் அவ்விடத்தில் சற்
றேறக்குறைய பத்து பேருக்கு ஒருவரிடமே
பலனளிக்கக் கூடியதாயிருக்கின்றது' என்று
ஒருவாறு நிச்சயித்துக்கொண்டார்கள். என்
றாலும் இம்முறை மறுபடியும் அடிக்கடி பிர
யோகிக்கப்பட்டு வந்தும், அது எவ்விதத்தி
லும் பரவுவது ஸாத்தியமில்லாமற்போய்விட்
டது. அந்நாள்முதல் இதுவரையில் அவ்விடங்
களில் முற்றிலும் அம்மைகுத்துவது மறுக்கப்
பட்டுப்போயும் ஜனஸங்க்யை முன்னிலும்
குறையாமலிருப்பதுடன், அவர்களில் பெரியம்
மையினால் மாண்டு போகிறவர்களும் வெகு
சொற்பமாகவே இருப்பதாய் அறியப்படுகி
றது. டாக்டர்கள் 'அவ்விடத்திய ஜனங்கள்
இரக்ஷணைக்கு உட்படாதவர்கள்' என்று கூறும்
படி இப்பொழுது அவ்விடத்தியவர் இக்கட்
டுக்கு வீணில் அகப்படாதபடி தாராளமாய்
வாழ்ந்துவருகின்றனர்! அம்மைகுத்துவதா
னது பெரியம்மையை வாராதபடிதடுப்பதற்
குப் பதிலாக, அது உற்பத்தியாவதற்கு
வேண்டிய ஸௌகரியங்களை மனிததேஹத்
தில் உண்டாக்கிவிடுகின்றது என்பதற்கு இது
வேபோதுமான அத்தாட்சியாகும்; ஆகவே
அம்மைகுத்தும் வழக்கத்தைத் துலைப்பதற்கு
லீஸிஸ்டெரிலிருந்தவர்கள் செய்தது ஒன்று
தான் நமக்கும் தகுந்த உபாயமென்று நிச்
சயித்துக்கொண்டு அதைத் துலைக்க வேண்
டியதற்கு அவ்வாறு முயற்சி செய்வதுடன்,
பெரியம்மை வருவதற்கு ஆதாரமான வேறு
வழிகளையும் அழிக்க சுகாதாரமுறையை
பொதுஜனங்கள் நன்கு கவனிக்கவேண்டும்.

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ௵ சித்திரைமீ.

THE ALL-INDIA AYURVEDIC CONFERENCE.

அகில-பரத ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளநம்.

இம்மஹாஸபை அடுத்த டிசம்பரில் அல்
லது ஜனவரியில் இச்சென்னையில் கூடப்போ
கிறதென்கிற விஷயத்தைப்பற்றி முன் ஸஞ்சி
கையிலேயே இம்மாகாணத்திற்குக் கார்யதர்சி
யான நாம் ஒரு நிரூபம் வெளியிட்டிருந்தோ
மென்பதை அநேக ஆயுர்வேத வைத்தியர்க
ளும் பிறரும் பார்த்திருக்கக்கூடும். ஆயுர்வேத
வைத்தியர்கள் முன்னுக்குவருவதற்கு இந்த
மஹாஸபையே மிகப் பிரதான ஆதாரமென்று
நாம் கூறவேண்டியது அநாவசியம். இதற்கு
முன் ஆறுவருஷகாலமாய் வட இந்தியாவில்
அவ்விடத்திய ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும்,
அதில் அபிமானமுள்ள மற்றப் பிரபுக்களும்
சேர்ந்து இதை வருஷந்தோறும் ஒவ்வோரி
டத்தில் கூட்டி சில காரியங்களை இச்சாஸ்திரா
பிவ்ருத்தியின் பொருட்டுச் செய்துவந்திருக்
கின்றனர். இந்த மஹாமண்டலத்தைப்பற்றிய
சில விவரங்களை முன்னதாய் நமது நேயர்கள்
அறிந்திருக்கவேண்டியது அவசியமென்றும்,
அப்படியே சிலர் அறிய விரும்புகிறார்கள்
எனத்தெரிந்தும் அவ்விவரங்களை இதனடியில்
சுருக்கமாகக் கூறுகிறோம்:

இந்த வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு இந்தியா
வில் மிகவும் புண்ணிய க்ஷேத்திரமென்று கரு
தப்படும் பிரயாகையில் பிரதான கார்யாலயம்
இருக்கின்றது. அங்கு ஆயுர்வேதம் படிப்பவ
ரைப் பரீக்ஷித்து அப்பரீக்ஷைகளில் தேர்ந்தவ
ருக்கு யோக்யதாபத்திரங்கள் அல்லது அதி
காரப் பத்திரங்கள் வருஷந்தோறும் அளிக்
கப்படுவதன் நிமித்தம் அநேக கனவான்களடங்

கிய ஆயுர்வேத வித்யாபீடம் என்று ஒரு ஆயுர்வேத கல்லூரியும் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றது. அகில-பாரத ஆயுர்வேத வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு இவ்வித்யாபீடம் ஓர் ஆதாரமாயிருந்து, அதன் பிரதான அங்கத்தினர்களான சில கனவான்களே இம்மஹா ஸம்மேளநத்திற்கும் முக்கிய அங்கத்தினராயிருந்து வருகின்றனர். ஸ்ரீ தர்ப்பங்காமஹாராஜா, ஸ்ரீ கொல்ஹாபூர் மஹாராஜா, ஸ்ரீ ராவ் ராகவப்ரஸாத் நாராயண ஸிஹ்ம ஸ்ரீ பஹதூர், டாக்டர் ஸர். பாலசந்திர க்ருஷ்ண, கே. டீ. எல். எம். ஜே. பி., நிர்யண ஸாகரப்ரஸ் என்கிற மிகப் பிரஸித்தமான முத்திராக்ஷரசாலையின் அதிபதியான ஸ்ரீ துகாராம் ஜாவஜீ, ஜே. பி., ஸ்ரீ கேமாராஜ ஸ்ரீ கிருஷ்ணதாஸஜீ, பிஷக்ரத்ன நந்தலால்ஜீ முதலியவர்கள் மேற்கூறிய வித்யாபீடத்தை ஆதரிப்பவர்கள். இந்த மஹாமண்டலம் இதற்கு முன் பிரயாகை, பம்பாய், கான்பூர், மதுரை, கல்க்கத்தா இவ்விடங்களில் கூடி அநேக காரியங்களைப்பற்றி ஆலோசனை செய்து தீர்மானங்கள் சிலவற்றையும் நிறைவேற்றியிருக்கின்றது. அத்தீர்மானங்களைப்பற்றிய விவரங்கள் அவசியமானால் மற்றொருமுறை பிரசுரிக்கப்படும்; மஹாமண்டலத்தின் முக்கியமான நியமங்களே முதலில் இதனடியில் குறிப்பிடப்படுகின்றன. காலஞ்சென்ற ஆயுர்வேதமஹோபாத்தியாய பண்டித சங்கரதாஜீ சாஸ்த்ரீபதே என்னும் வைத்திய வித்வானுடைய பெருமுயற்சியினால் இந்த மஹாமண்டலம் ஸ்தாபிக்கப்பட்டு, அவராலேயே அநேக நியமங்களும் இதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டன. அந்த நியமங்கள் கான்பூர் நகரத்தில் மஹாமண்டலம் நான்காம் முறை கூடியபோது ஸங்கத்தின் ஆலோசனைக்குக் கொண்டுவரப்பட்டு அடியில்வருமாறு அனைவராலும் ஒருங்கே அவை அங்கீகரிக்கப்பட்டன:

1. நிகில-பாரதவர்ஷீய வைத்தியஸம்மேளநம் என்று இந்த ஸபை அழைக்கப்படும்.

2. இதன் உத்தேசங்கள்:

(*a*). இந்தியாவிலுள்ள எல்லாவைத்திய ஸபைகளுக்கும் இந்த மஹாஸபை ஓர் ஆதாரமாயிருந்து ஆயுர்வேதத்தை முன்னுக்குக்கொண்டு வருவதற்காக முயற்சிகள் செய்தல்.

(*b*) இந்தியாவிலுள்ள வைத்தியர்களுக்கு ஒற்றுமைக்கும் வழிகளை அறிவித்து அவர்களுடைய க்ஷேமத்தை விருத்திசெய்தல்.

(*c*) வைத்திய ஸங்கங்களை வெவ்வேறிடங்களில் ஏற்படுத்தல், பொருட்காட்சிகளை யேற்படுத்தல், வைத்திய நூல்களை சீர்திருத்துப் பிரசுரித்தல், வைத்தியப் பத்திரிகைகளைப் பிரசுரித்தல் முதலிய வேலைகளைச் செய்வது.

(*d*) தற்காலமுள்ள வைத்தியர்களுக்கு அறிவை அபிவ்ருத்தி செய்விக்கவும், அவர்கள் அதன்மூலமாய் கௌரவத்தைப்பெறவும் முயற்சி செய்தல்.

(*e*) ஆயுர்வேதத்தை முறைப்படி கற்பதற்கு கலாசாலை முதலியதை ஸ்தாபித்து சிறுவர்களுக்கு வைத்திய சாஸ்திரத்தில் நல்ல பயிற்சி யுண்டுபண்ணுதல்.

(*f*) ஆயுர்வேதநூல்களில் காலக்ரமத்தில் நேரிட்ட பிழைபட்ட சில பாடங்களை விலக்கி ஆராய்ச்சிகளைச் செய்து நமது வைத்திய முறையை பிரத்தியக்ஷானுபவங்களுக்கு இணங்கச் சீர்திருத்தல்.

(*g*) ஆயுர்வேத முறைப்படி தொழில் செய்பவர், இம்முறையை அபிமானிப்பவர், இதற்காக உழைப்பவர் என்னும் இவர்களுக்குப் பட்டங்களையும் பஹுமானம் முதலியவற்றையும் அளித்து அவர்களை உத்ஸாஹப்படுத்தல்.

(*h*) அந்தந்த ஸமயத்திற்கேற்றவாறு ஆயுர்வேதத்தை முன்னுக்குக் கொண்டுவரத்தகுந்த மற்றுமுள்ள உபாயங்களை யனுஸரித்து உசிதமான காரியங்களைச் செய்தல்.

3. வைத்தி ஸம்மேளநம் நடக்கவேண்டிய இடங்கள்:

(*a*) அதற்கு முன் ஸம்மேளநத்தில் அடுத்தமுறை எவ்விடத்தில் கூடவேண்டுமென்று நிச்சயிக்கப்படுகிறதோ அவ்விடத்தில்தான் இந்த மஹாஸபை கூடும்.

(*b*) ஒரு ஸம்மேளநத்தில் அடுத்தமுறை இன்னவிடத்தில் கூடவேண்டுமென்று நிச்சயிக்கப்படாவிட்டால் "ஆயுர்வேத மண்டலத்தின்" ஆலோசனைப்படி அந்த ஸம்மேளநம் நடைபெறும்.

(*c*) வருஷாந்தர ஸம்மேளநம் கூடுவதற்குள் இடையில் ஏதாவது விஷயமாக ஸம்மேளநம் கூடவேண்டியது அவசியமானால், இதன் மூலஸங்கமான 'மஹாமண்டலம்' அதை நிர்ணயம் செய்யவேண்டும்.

(*d*) ஏதேனும் காரணத்தினால் ஸம்மேளநத்திற்காக முதலில் நிர்ணயிக்கப்பட்ட ஸ்தானம் மாற்றப்படவேண்டிவந்தால் அதுவும் மஹாமண்டலத்தின் அதிகாரத்திற்கு உட்பட்டது.

4. வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வேறு ஸபை முதலியவை:

(*a*) "ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்". இதுவே வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு ஸ்த்தாயிஸமிதி (Standing Committee) ஆகும்.

(*b*) "ஆயுர்வேத வித்யாபீடம்". இது வைத்தியப் பரீக்ஷை செய்து, அதில் தேர்ந்தவருக்கு அதிகாரப்பத்திரம் முதலியதைக் கொடுக்கும் ஸங்கம்.

(c) "ஆயுர்வேதநிதி" ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான காரியங்களை நடைபெறச் செய்வதற்காகப் பிரயாகையில் ஸ்தாபிக்கப்பட்டுள்ள ஒரு நிதி.

(*d*) ஆயுர்வேதத்தை அபிவ்ருத்தி செய்வதன்பொருட்டு இந்தியாவில் ஸ்தாபிக்கப்படும் இதர ஸங்கங்களும் மஹாமண்டல கார்யதர்சிக்குத் தெரியப்படுத்தி, அவற்றை இந்த ஸம்மேளநத்திற்கு ஸம்பந்தப்படுத்திக் கொள்ளலாம். அவ்விதம் தமது ஸங்கத்தை இதற்கு ஸம்பந்தப்பட்டதாகச் செய்துகொள்ள விரும்புபவர், விண்ணப்பக் கடிதத்துடன் 5 ரூபாய்க்குக் குறையாமல் சந்தாத் தொகையையும் அனுப்பவேண்டும். ஒவ்வொரு வருஷமும் இவ்வாறு கொடுக்கவேண்டியது அவசியம். வருஷந்தோறும் நடக்கும் வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு இதற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட ஸங்கத்தார் பிரதிநிதிகளைத் தெரிந்தெடுத்து அனுப்பிவரலாம்.

5. ஸ்த்தாயிஸமிதி அல்லது ஸ்டாண்டிங் கமிட்டி. இதுதான் ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம் எனப்படுகிறது:

(*a*) வைத்திய ஸம்மேளநத்தில் தீர்மானிக்கப்படும் அல்லது நடைபெறும் விஷயங்களைப்பற்றி அடுத்த ஸம்மேளநம்வரையில் பிரதிவருஷமும் செய்யவேண்டிய காரியங்களை நிறைவேற்றுவதற்காக இந்த ஸபை ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது. இதுதான் "ஆயுர்வேத மஹாமண்டலம்" என்று கூறப்படுகிறது.

(*b*) இந்த கமிட்டியில் ஸபாபதி ஒருவர், உபஸபாபதிகள் இருவர், ஒரு பிரதான காரியதர்சி, உதவி காரியதர்சி ஒருவர், மாகாண காரியதர்சிகள் ஒவ்வொரு மாகாணத்துக்கு ஒருவர் அல்லது இருவர் வீதம்—பலர், வரவுசெலவு கணக்குப்பார்ப்பவர் ஒருவர், பொக்கிஷதார் ஒருவர், ஸபையின் அங்கத்தினர் 101 பெயர்.

(*c*) ஸபாத்யக்ஷராவது உபஸபாத்யக்ஷராவது இருவரில் ஒருவரும், இரண்டு காரியதர்சிகளும், பொக்கிஷதாரர் ஒருவரும் மஹாமண்டலமிருக்குமிடத்திலேயே வஸிப்பவராயிருக்கவேண்டும்.

(*d*) மேலே குறிக்கப்படுமாறு இதன் அங்கத்தினர் தெரிந்தெடுக்கப்படுவார்கள். ஐக்கிய மாகாணத்திற்கு அங்கத்தினர் 14, ஆஸாம் நாட்டிற்கு அங்கத்தினர் 12, பம்பாய் மாகாணத்திற்கு 10, பஞ்ஜாபுக்கு 8, மத்தியமாகாணத்துக்கு 7, ராஜபுதனத்திற்கு 10, சென்னை மாகாணத்திற்கு 5, பிஹாருக்கு 5, ஒரிஸ்ஸாவுக்கு 1, மஹாமண்டல மிருக்குமிடத்தில் 9, ஸிம்ஹளத்திற்கு 1, பரோடாவுக்கு 2, காச்மீரத்திற்கு 1, நேபாளத்திற்கு 2, பர்மாவுக்கு 1, மைசூருக்கு 1, கூர்ஜரதேசத்துக்கு 1, ஸிந்துதேசத்திற்கு 1, மத்திய இந்தியாவுக்கு 7, ஐதராபாத்துக்கு 1.

(*e*) மேற்கூறிய அங்கத்தினரைத் தவிர அந்தந்த வருஷத்து ஸம்மேளநத்தின் அக்கிராஸநாதிபதிகளும், வைத்திய ஸம்மேளநத்தினுடையவும் ஸ்த்தாயிஸமிதியினுடையவும் காரியதர்சிகளும் மஹாமண்டலத்தின் அங்கத்தினர்களாகக் கருதப்படுவார்கள்.

(*f*) வைத்திய ஸம்மேளநத்தில் அந்தந்த வருஷத்தில் அக்கிராஸநாதிபதியாயிருப்பவரே அடுத்த வருஷம்வரையில் மஹாமண்டலத்தின் அக்கிராஸநாதிபதியாகவும் வேலை செய்துவருவர்.

(*g*) மஹாமண்டலத்தின் அங்கத்தினரில் எவரேனும் விலகிவிட்டால் மறுபடி அந்த ஸ்தானத்திற்கு ஒருவரை மஹாமண்டலமே ஏற்படுத்தும் அதிகாரமுடையது.

(*h*) மஹாமண்டல கார்யாலயம் முக்கியமாய் ஓரிடத்தில் (இப்பொழுது பிரயாகையில்) ஸ்தாபிக்கப்படவேண்டும். மற்றோரிடத்தில் அதை மாற்றுவது மஹாமண்டல கமிட்டியாரின் அதீனம்.

(*i*) ஸ்த்தாயிஸமிதியின் எல்லா ஸம்மேளநங்களைப் பற்றிய விஷயங்களையும் சற்றேறக்குறைய 10 நாட்களுக்கு முன்னதாகவே அங்கத்தினருக்கு அறிவித்து பத்திரிகைகளிலும் பிரசுரிக்கவேண்டும். அத்யவசியமான அவஸரகாரியங்களில் காரியதர்சி கமிட்டியின் மெம்பர்களுக்குத் தெரிவித்தபின்னர் கூடியசீக்கிரத்தில் ஸம்மேளனத்தை நடத்தலாம்.

(*j*) மஹாமண்டலம் ஏதாவது முக்கியமான காரியத்திற்காகக் கூடவேண்டுமானால் குறைந்தபக்ஷம் ஐந்து அங்கத்தினர்கள் வந்திருக்கவேண்டும்; அதற்குக் குறைவாக இருந்தால் மற்றொரு தினத்தில் கூடுவதற்கு ஏற்பாடு செய்யலாம்.

(k) எவரேனும் ஒரு அங்கத்தினர் மஹாமண்டலத்தின் எந்த ஸம்மேளநத்திற்கும் வராமல், இரண்டு வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கும் வாராமல் நின்றுவிட்டால் அவரை மஹா மண்டலத்திலிருந்து விலக்கிவிட வேண்டும்.

(l) ஸ்த்தாயிஸமிதியின் காரியங்களும், அதன் வரவு செலவு விவரங்களும் ஒவ்வொரு வருஷமும் காரிய தர்சியினால் வைத்திய ஸம்மேளநம் கூடும்போது அங்கத்தினருக்கு அறிவிக்கப்படவேண்டும்.

(m) வருஷாந்தர ஸம்மேளநத்தில் அவசியமான அங்கத்தினர்கள் நியமிக்கப்படாவிட்டால், காரியதர்சி எழுத்துமூலமாக அவசியமானவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தி மாகாண அங்கத்தினர்களை நியமித்துவிடலாம்; விசேஷக்கமிட்டி ஒன்றை ஏற்படுத்தியாவது அம்மாகாண அங்கத்தினர்களை நியமிக்கலாம்; தகுந்த முயற்சிசெய்தும் ஒரு மாகாணத்திற்கு வேண்டிய அங்கத்தினர் அவ்வளவும் பூர்த்தியாகாவிட்டால் மற்றொரு மாகாணத்தில் அங்கத்தினர்களை அதிகப்படுத்தலாம்.

(n) வைத்திய ஸம்மேளநத்தின் ஸ்த்தாயிஸமிதியினுடைய காரியத்தைச் செய்பவரான எல்லா அங்கத்தினர்களுடைய அதிகாரமும் ஸமானமானதே. வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வேறுவைத்திய ஸபைகளுடைய பிரதான காரியதர்சிகளும் இவ் வைத்திய ஸம்மேளநத்தின் அதிகாரத்தின்படி இதன் அங்கத்தினர்களாகச் சேர்த்துக்கொள்ளப் படுவார்கள். இவர்களும், வித்யாபீடத்தின் மற்ற அங்கத்தினர் முதலானவர்களும் அவரவர்களுடைய அபிப்பிராயத்தை ஸம்மேளந ஸமயங்களில் கொடுப்பதற்கு அதிகாரம் பெற்றவராவார்கள்.

(o) ஒவ்வொரு அங்கத்தினரும்—அவர் எவ்வித அங்கத்தினராக இருந்தாலும்—ஸ்த்தாயிஸமிதிக்கு வருஷம் ஒன்றுக்கு மூன்று ரூபாய் சந்தா செலுத்த வேண்டும். ஸ்த்தாயிஸமிதிக்கு இத்தொகை வந்து சேராதவரையில் அவர் அங்கத்தினராகக் கருதப்பட மாட்டார். அவசியமாயிருந்தால் எவரையாவது கௌரவ அங்கத்தினராக நியமிக்க மஹாமண்டலத்திற்கு அதிகாரமுண்டு.

(p) காரியதர்சி முதலிய அதிகாரத்தைப் பெற்றவர்களும், ஒரு வருஷத்தில் அக்கிராஸநாதிபதியாகவும் காரியதர்சியாகவும் இருந்தவர்களும் அடுத்த இரண்டு வருஷங்கள்வரையில் தங்களுடைய சந்தாவைச் செலுத்தத் தவறினால் அவர்கள் மீண்டும் அவ்வதிகாரத்தையாவது அங்கத்தினர் என்னும் ஸ்த்தானத்தையாவது பெறமாட்டார்கள்.

6, 7, இவ்விரண்டு நியமங்களுள் ஒன்று "ஆயுர்வேத வித்யா பீடத்திற்கும்," மற்றொன்று "ஆயுர்வேத நிதி" ஸம்பந்தமான ஸமிதி அல்லது கமிட்டிக்கும் ஸம்பந்தப்பட்டவை; அவை இப்பொழுது இவ்வைத்திய ஸம்மேளநத்திற்கு அவ்வளவாய் அவசியமானவையல்ல என்று நினைத்து அவ்விஷயங்களைப்பற்றிய நியமங்களை இங்கு நாம் விவரிக்காமல் விடுத்தோம்.

8. வரவேற்புச் சங்கம். இது "ஸ்வாகதகாரிணீ ஸபா" என்றும் சொல்லப்படும்:—

(a) வைத்தியஸம்மேளநம் கூடவேண்டிய இடத்தில், வரப்போகிற ஸம்மேளநத்தின் காரியங்களில் பலவற்றை நிறைவேற்றுவதன் பொருட்டு வரவேற்புச் சங்கம் ஒன்று ஏற்படுத்தப்படும். கடந்த ஸம்மேளநத்திற்குப் பிறகு ஆறுமாதங்களுக்குள் இந்த ஸங்கம் ஸ்தாபிக்கப் படவேண்டும்.

(b) ஸ்த்தாயி ஸமிதியின் அங்கீகாரத்தைப் பெற்று இந்த ஸங்கம் வரப்போகிற ஸம்மேளநத்திற்கு மூன்று மாதம் முன்னதாகவே நடக்கவேண்டிய விஷயங்களைப்பற்றிய ஒரு அறிக்கை வெளிப்படுத்தவேண்டும். அதை அனுஸரித்து ஸம்மேளந ஸமயத்தில் உத்தமமான சில வியாஸங்களைப் படிப்பதற்குத் தகுந்த ஏற்பாடுகளைச் செய்யவேண்டும். ஸம்மேளந நியமம் முதலியவை இந்த ஸங்கத்தின் மூலமாய் ஏற்படுத்தப்படும்.

(c) ப்ரதிநிதிகளிடமிருந்து திரவியங்களை வசூல் செய்யவும் அதிகாரமுண்டு.

(d) ஸம்மேளநம் முடிந்தபிறகு வரவு செலவு விஷயங்களையும், நடந்தேறிய மற்றக் காரியங்களையும் பற்றி ஒரு ரிபோர்டு தயார்செய்து ஸ்த்தாயி ஸமிதிக்கு மூன்று மாதத்திற்குள் அனுப்புவதுடன் மிச்சமுள்ள தொகையையும் அந்த ஸமிதிக்கு அனுப்பவேண்டியது.

(e) வரவேற்புச் சங்கத்தின் அக்கிராஸநாதிபதியாவது காரியதர்சியாவது இந்த ஸங்கம் ஏற்பட்ட விஷயத்தை ஸ்த்தாயி ஸமிதிக்கு உடனே தெரியப்படுத்த வேண்டும்.

9. பிரதிநிதிகளை (delegates) தெரிந்தெடுத்தல்:— (a) தகுந்த நியமங்களுடன் வேலை செய்யும் வைத்திய ஸபைகளாலாவது, அல்லது இதில் அபிமான (b) முள்ள வேறு ஸபைகளாலாவது, வரவேற்புச் சங்கத்

தினாலேயேயாவது ஸ்த்தாயி ஸமிதியினாலாவது ஸம்மேளநத்திற்கு அவசியமான பிரதிநிதிகள் தெரிந்தெடுக்கப்படலாம்.

(c) ஒவ்வொரு ப்ரதிநிதியும் வரவேற்புச் சங்கத்தின் உதவிக்காக இரண்டு ரூபாய் கொடுக்க வேண்டும்.

(d) பிரதிநிதிகள் தாங்கள் செலுத்த வேண்டிய தொகையைச் செலுத்திவிட்ட பிறகு, வரவேற்புச் சங்கத்தினிடமிருந்து அவர்கள் அங்கீகரிக்கப்பட்டதாகக் கடிதம் கிடைத்ததும் அச்சங்கத்தின் காரியங்களில் தமது அபிப்பிராயம் முதலியதைக் கொடுப்பதற்கு அதிகாரம் பெற்றவராவார்கள்.

10. அக்கிராஸநாதிபதியைத் தெரிந்தெடுத்தல். வரவேற்புச் சங்கம் ஏற்படுத்தப்பட்டு இவ்விஷயம் ஸ்த்தாயி ஸமிதிக்குத் தெரியப் படுத்தப்பட்டதும், அந்த ஸமிதி சற்றேறக்குறைய 11-பெயர்களை இந்த ஸ்தானத்திற்கு யோக்யமானவர்களாகத் தெரிந்து சிபார்சு செய்ய, அதன்மேல் வரவேற்புச் சங்கம் அவ்விஷயத்தை ஆலோசித்து மற்ற வைத்திய ஸங்கங்களுக்கும் தெரியப்படுத்தி, எந்த கனவானுக்காக அதிக பேருடைய அபிப்பிராயம் கிடைக்கின்றதோ அவரே ஸம்மேளநத்திற்கு அக்கிராஸநாதிபதியாகத் தெரிந்தெடுக்கப்பட்டவராவார்.

11. ஸம்மேளநத்தில் தீர்மானிக்கப்பட வேண்டிய விஷயங்களை நிர்த்தாரணஞ் செய்யும் கமிட்டி:—

(a) ஒவ்வொரு ஸம்மேளநத்திலும் அக்கிராஸநாதிபதியின் ஆரம்ப ப்ரஸங்கம் முடிந்ததும், பிரதிநிதிகள் ஒன்றுகூடி விஷய நிர்த்தாரணம் செய்யும் கமிட்டியை (Subject Committee) ஏற்படுத்தவேண்டும்.

(b) ஸம்மேளநத்தில் அவ்விஷயங்கள் பிரதிநிதிகளின் விசாரத்திற்கு வந்து அவசியமானபடி தீர்மானிக்கப்படும்.

(c) விஷய நிர்த்தாரண ஸங்கத்தில் ஒப்புக்கொள்ளாத விஷயம் ஸம்மேளநத்தில் பிரஸ்தாபத்திற்கு விடப்படமாட்டாது; ஆனால் அந்த ஸங்கத்தில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட விஷயம் அக்கிராஸநாதிபதியின் அனுமதியின்பேரில் சிறிது வேறுவிதமாக மாற்றப்படலாமென்பதை பிரதிநிதிகள் பிரேரேபணை செய்ய அதிகாரமுடையவர்களே.

12. விஷயங்கள் தீர்மானிக்கப்படும் கிரமம்:— (a) ஸம்மேளநத்திலும் அதன் ஸம்பந்தப்பட்ட இதர ஸங்கங்களிலும் எந்த விஷயமும் அங்கத்தினர்களில் அதிகமானவர்கள் எவ்வாறு அபிப்பிராயப்படுகிறார்களோ அவ்விதமே தீர்மானிக்கப்படும்; அவ்வாறு தீர்மானம் முடிவுக்கு வரும்போது அதை அக்கிராஸநாதிபதி தனது அபிப்பிராயத்தையும் முன்னிட்டு நிர்த்தாரணம் செய்வார்.

(b) எந்த விஷயமும் விவாதத்திற்கு வரும்போது அக்கிராஸநாதிபதியின் கட்டளை அவ்விஷயத்தில் கௌரவிக்கக்கூடியதாகும்.

13, 14, இந்த நியமங்களும் இப்பொழுது அவ்வளவாய் கவனிக்கக் கூடியவாறு பிரதானமானவையல்ல.)

15. நியமங்களை மாற்றுதல் முதலியன. ஸம்மேளநத்திற்கு ஸம்பந்தமான எந்த நியமமும் மாற்றப்படவேண்டிவந்தால், அடுத்த ஸம்மேளநம் கூடுவதற்கு ஒரு மாதம் முன்னதாகவே மஹாமண்டலத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட இதர ஸங்கங்களின் அபிப்ராயங்களையும் ஸ்த்தாயி ஸமிதியின் காரியதரிசி தெரிந்துகொண்டு அவ்விஷயத்தை ஸம்மேளநத்தின் விஷய நிர்த்தாரணக் கமிட்டியின் மூலமாய் விசாரத்திற்குக்கொண்டு வந்து, ஸம்மேளநத்தின் முன்பாக அம்மாறுதலை நிறைவேற்றவோ, மாற்றாமலே விட்டுவிடவோ கூடும்.

16. காரியம் எப்பொழுதும் நடந்துவருதல்;— ஸ்த்தாயி ஸமிதியின் பிரதான காரிய தர்சியினுடைய ஆலோசனையையும் முன்னிட்டு, மாகாணக் காரிய தரிசிகள், ஸம்மேளநம் நடந்தேறும் மாகாணங்களிலுள்ள வைத்திய ஸங்கங்களுடைய ஆதரணையின் பேரில் அந்தந்த மாகாணத்திலுள்ள காரியங்களை நிறைவேற்றுவதில் உத்தரவாதிகளாவார்கள்.

ஸம்மேளநத்தின் விவரங்களே எமக்குத் தெரியவில்லையே யென்று சிலர் குறைகூறக் கூடுமென்று நினைத்து ஸம்ஸ்கிருதத்திலிருந்து அவற்றையும் இங்கு தமிழில் சுருக்கமாக மொழிபெயர்த்து விவரித்தோம்: இவ்வாறு மேற்கூறிய நியமங்களை யனுஸரித்து இது முதற்கொண்டே அநேகம் காரியங்களைச் செய்யவேண்டியிருக்கிறது. வரவேற்புச் சங்கத்தை ஸ்தாபிப்பதற்கு இனி அதிக காலதாமதம் செய்வதற்கில்லை. ஆனால் நாம் முன ஸஞ்சிகையில் எழுதிக் கேட்டுக்கொண்ட விதமாய் தென்னாட்டிலுள்ள வைத்தியர்களிடமிருந்து வேண்டியவளவு எமக்கு விவரமொன்றும் தகுந்தவாறு இன்னும் கிடைக்கவில்லை. சென்ற வருஷத்தில் கல்கத்தாவில் இந்த வைத்திய ஸம்மேளநம் நடந்தபோது சற்றே

றக்குறைய 700 அல்லது 800 பிரதிநிதிகள் அதற்காக வந்திருந்தனர். வட இந்தியாவில் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கு இவ்வைத்திய விஷயத்தில் சிரத்தையும், இது ஸம்பந்தமான காரியங்களில் உத்ஸாஹமும் அபரிமிதமாயிருப்பதுபோலவே அவர்களுக்கு செல்வமும் செல்வாக்கும் மேலோங்கி இருக்கின்றன. இத்தென்னிந்தியாவிலுள்ள வைத்தியர்கள் தமது சாஸ்திராபிவ்ருத்தியிலும், தம்முடைய செல்வாக்கின் அபிவிருத்தியிலும் சிரத்தையும் விச்வாஸமும் உடையவர்களாயிருந்தால், இப்பொழுது நடைபெறவேண்டிய வைத்திய ஸம்மேளநத்தை இச் சென்னையில் வெகு சீரும் சிறப்புமாகச் செய்வதற்கு முன்வரவேண்டியது இன்றியமையாததாகும். இவ்விதம் செய்வதற்கு வைத்தியர்களான நாம் கடமைப்பட்டிருக்கின்றோமென்பதை மறக்கக்கூடாது. நமது வைத்திய முறையையும் நம்மையும் முன்னேற்ற மடையச்செய்ய இந்த ஸம்மேளநம் கடவுளால் அளிக்கப்பெற்ற ஒரு அருமையான வரப்பிரஸாதமென்று நாம் நம்பவேண்டும். ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடைய பாக்கியம் இந்த ஸம்மேளநத்தினோடே உதயமாவதாக நிச்சயப்பீர்களாக.

THE INDIAN MEDICAL SERVICE.

இண்டியன் மெடிகல் ஸெர்வீஸ்.

ஐ. எம். எஸ். என்பது உயர்ந்த வைத்திய ஸம்பந்தமான அதிகாரத்தைப் பெறுவதற்குத் தகுந்த யோக்யதையைக் குறிக்கும் இண்டியன் மெடிகல் ஸெர்வீஸ் என்னும் பட்டத்தின் குறுகிய பெயராம். இதில் பிரவேசிப்பதற்கான போட்டிப் பரீக்ஷை இங்கிலாண்டில் நடந்துவருகின்றது. இந்தியாவில் பிரஸித்தமான பெரிய ஆஸ்பத்ரிகளிலும், ஜில்லாக்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட வைத்திய உத்தியோகங்களிலும், மற்றும் சிறந்த வைத்தியாதிகாரங்களிலும் பெரும்பாலும் இப்பட்டம்பெற்ற ஐரோப்பியர்களே உத்தியோகத்தில் நியமிக்கப்பட்டு வருகின்றனர் என்பது பலர் அறிந்த விஷயம். முதலில் இவ்வித பட்டம் பெற்றவர்கள் இராணுவத்தில் ஸர்ஜன்களாக நியமிக்கப்படுவார்களென்று ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தும், பிறகு கிரமமாக பெரிய ஸிவில் ஸர்ஜன்களுடைய ஸ்தானங்களிலும் அவர்களே விசேஷமாக நியமனம் பெறும்படியான செல்வாக்கை அடைந்துவிட்டனர். எம். பி. ஸி. எம். முதலிய வைத்தியப் பட்டங்களைப் பெற்றவர்களான நமது இந்தியர்களுடைய ஸாமர்த்தியம் எவ்வளவு சிறந்ததாயிருப்பினும், அவர்களை ஸிவில் அஸிஸ்டெண்டு ஸர்ஜன் வேலைக்குமேல் உயர்த்துவது அரிது. இப்பொழுது கிரமமாக இந்திய மாணவர்களிற் சிலர் மேனாடு சென்று பெருஞ் செலவு செய்து ஐ. எம். எஸ். பரீக்ஷையிலும் தேறி அக்கௌரவத்திற்கும் பாத்திரமாய் வருகின்றனர் என்று நாம் அப்போதைக்கப்போது பத்திரிகைகளின் மூலமாய் அறிந்து வருவதுடன், அவ்விதம் தேறிய சிலரை நேரிற் பார்த்தும் வருகின்றோம். இந்தியர்களில் சிலர் இவ்வித உயர்பதவியைப் பெறுவதற்கேற்ற யோக்யதைகளை ஸம்பாதித்துத் தாமும் தமது தேசமும் பெருமையுறக்கூடிய ஸமயமும் ஸமீபித்து விட்டதென்று ஆலோசித்து ஸந்தோஷமடைந்து வந்தோம். அடுத்த ஜூலை மாதம் முதல் ஐ. எம். எஸ். பரீக்ஷை நடத்தப்பட மாட்டாதென்றும், அவ்வித உத்தியோகஸ்தர்கள் தேவையாயிருந்தால் ஆர். ஏ. எம். ஸி. இலிருந்து (அதாவது இங்லீஷ்ஸேனையில் உத்தியோகம் வஹிப்பவரிலிருந்து) அல்லது, ஐ. எம். எஸ். அந்தஸ்தில் தாத்காலிகமாக கமிஷன் பதவியை வஹித்தவரிலிருந்தாவது அவ்வேலைகளுக்கு உத்தியோகஸ்தர்களைத் தெரிந்தெடுக்கவேண்டும் என்றும் நிச்சயித்து சென்ற மாதத்தில் இந்தியாமந்த்ரி ஓர் அறிக்கை வெளிப்படுத்தியிருக்கிறார். இது இந்தியர்விஷயத்தில் மிகப் பிரதிகூலமான ஏற்பாடென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. இங்கிலாண்டில் படிக்கும் இந்தியமாணாக்கர்களுக்குப் பிரதிநிதியாயிருந்து வரும் டாக்டர் ஜெ. என். மேடா என்னும் கனவான் இந்தியா என்கிற பத்திரிகையில் இவ்விஷயத்தை வெகு பலமாகத் தாக்கி எழுதியிருக்கிறார். முதலாவது இவ்வுத்தியோகத்திற்கு அவசியமானவர்களைத் தெரிந்தெடுப்பதென்னும் இப்புதிய முறைப்படி இந்தியர்களுக்கு யுக்தப்படி இவ்வுத்தியோக நியமநத்தில் பங்கு கிடைக்கமாட்டாது. ஆர். ஏ. எம். ஸி. என்பதிலாகட்டும், ஐ. எம். எஸ். இலாகட்டும் இந்தியர்களைவிட ஐரோப்பியர்களே 15 மடங்கு அதிகமாக தாத்காலிக கமிஷன் (temporary commission) என்னும் பதவியை வஹிப்பவராயிருக்கின்றனர்; ஆகவே ஐ. எம். எஸ். பதவியில் இந்தியர்கள் பதினாறில் ஒரு ஸ்தானத்திற்கு அதிகமான இடத்தைப் பெறக்கூடியவர்களாக எவ்விதத்திலும் தோற்றவில்லை. சென்ற இரண்டு வருஷங்களாக வெளிப்படையாக நடத்தப்படும் இதன் போட்டிப் பரீக்ஷையில் இந்தியர்கள் சற்றேறக்குறைய பாதி ஸ்தானங்களைப் பூர்த்தி செய்யக் கூடியவர்களாய் விட்டனர். பதினாறில் ஒரு பங்குக்குப் பதிலாய் பாதி ஸ்தானங்களை இந்தியர்கள் பெற்றுவிடும் நிலைமைக்கு வந்துவிட்டனர் என்றால் அது நன்றாகக்குறிப்பிடக்கூடிய அபிவிருத்தியென்பதற்குத் தடையென்ன? இவ்விஷயமான இரண்டாவது ஆக்ஷேபமொன்று டாக்டர் மேடாவினால் நன்கு விளங்கவே குறிப்பிடப்பட்டிருக்கின்றது. அவர் கூறுவதாவது:—

"ஆங்கிலேய வைத்தியர்களிலும் இந்திய வைத்தியர்களிலும் அநேகம்பேர் இப்பொழுது ஸிவில் ஆஸ்பத்திரிகளில் ஆயிரக்கணக்கான ஸாதாரண பிணியாளிகளுக்கும், காயம்பட்ட ஸோல்ஜர்களுக்கும், கப்பற்காரர்களுக்கும் சிகித்ஸை செய்வதில் தமது ஸாமர்த்தியத்தை உபயோகித்து வருகின்றனர்; கமிஷன் பதவியில் தாத்காலிகமாக நியமனம் பெற்றிருப்பவர் எவ்வளவுவேலைசெய்துவருகின்றனரோ அவ்வளவுக்கு மேலேயே செய்வதில்லை யென்றாலும், அவர்களுக்குச் சமமாகவே திறமையுடன் வேலைசெய்து வருகின்றனர் என்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. ஆனால் தெரிந்தெடுத்து நியமிப்பதென்னும் இப்புதிய முறைப்படி அவ்வாறு ஸிவில் ஆஸ்பத்ரிகளில் உழைத்து வருபவர்—அவர்கள் வெகு குறைவான சம்பளத்தைப்பெற்றுக்கொண்டு வேலைசெய்து வருவதுமல்லாமல்—இந்த ஐ. எம். எஸ். உத்தியோகத்தைப் பெறுவதற்கு எப்பொழுதுமே ஸௌகர்யம் வாய்க்கமாட்டாதென்கிற குறைவும் உண்டாய்விடுகிறது.

"அநேகம் இந்திய டாக்டர்கள் பல மாஸக்கணக்காக இராணுவத்தில் காயம்பட்டவர்களுக்கு வேண்டிய சிகித்ஸைகளைச் செய்துகொண்டுவந்தும், அவர்கள் இன்னும் கமிஷன் பதவிக்கு உயர்த்தப்படாமலேயிருக்க, ஆங்கிலேயர் மாத்திரம் ஆர். ஏ. எம். ஸி. என்னும் இராணுவ ஸேவகத்தில் பிரவேசித்த சீக்கிரத்திலேயே—இந்தியர்களைப் புறக்கணித்துவிட்டு ஐ. எம். எஸ். பதவிக்குவேண்டிய உத்தியோகத்திற்கு உயர்த்தப்படுகின்றனர்.

"இந்தியா ஆபீஸ் இந்தியர்களுடைய விஷயத்தில் ஏன் இவ்வளவு மந்தமாகவும் பிற்போக்குடையதாகவும் இருக்கின்றதோ அறிய முடியவில்லை. இவ்வாறு காயமுண்ட ஸோல்ஜர் முதலானவர்களுக்கு சிகிஸை செய்துவரும் இந்திய டாக்டர்கள் இதுவரையில் கமிஷன் பதவியைப் பெறாமலே இருந்துவந்தாலும், பிறகாவது எப்பொழுதேனும் கமிஷன் பதவிக்குத் தெரிந்தெடுக்கப்படுவார்கள் என்று நினைக்க வழியுண்டா?"

மூன்றாவது முறைப்பாடு என்னவென்றால்:—இந்தியா மந்த்ரி இவ்விஷயத்தைக் கூடுமானவரையில் இன்னும் சில மாதங்கள் முன்னதாகவே வெளிப்படுத்தாமல் திடீரென்று இப்பொழுது இவ்வாறு உத்தரவு பிறப்பித்ததேயாம். அடுத்த போட்டிப் பரீக்ஷைகளுக்குத் தயாராவதற்காக இந்தியமாணாக்கர்களில் வெகுபேர் ஏற்கனவே இங்கிலாண்டுக்குப் போயிருக்கின்றனர். இத்தருணத்தில் அடுத்த ஜூலைக்குப் பிறகு இப்பரீக்ஷை சில நாட்கள்வரையில் எடுபட்டுப் போமென்று இவ்வித உத்தரவு பிறப்பிக்கப்படுமானால் அவ்வேழை மாணாக்கர்கள் மனோரத பங்கமடைந்து வீணே வருந்தவேண்டியவர்களாய் விடுவரல்லவா? "இவர்களின் புதிதாகச் சென்ற அநேகம் பெயர் இந்தியாஆபீஸுக்கும் யுத்தஆபீஸுக்கும் தங்களை தாத்காலிக கமிஷன் பதவியிலாவது சேர்த்துக்கொள்ளவேண்டுமென்று விண்ணப்பங்கள் செய்துகொண்டும் அவை வீணாய்விட்டன" என்பது நம்மவர்களால் இன்னும் முக்கியமாகக் குறிப்பிடக் கூடியது. ஆகவே இப்பொழுது இருக்கும் நிலைமையைக் கவனித்தால், இந்தியர்கள் ஐ. எம். எஸ். பதவியைப் பெறுவதற்கான செல்வாக்குடையவர்களாகக் காணப்படவில்லை. இப்பரீக்ஷை சிறிதுகாலம் நிறுத்தப்படுமென்கிற விஷயம் உறுதியாக்கப்பட்டிருந்தால், இப்பொழுது ஆஸ்பத்ரிகளில் ஸேவகம்செய்து வருபவர்களிலிருந்தாவது இந்திய டாக்டர்களை இவ்வுத்தியோகத்திற்கு ஆங்கிலேயரைப் போலவே தெரிந்தெடுக்கவேண்டுமென்று அவர்கள் கேட்டுக்கொள்ளும் வெகு ஸாதாரணமான இவ்வேண்டுகோளையாவது இராஜாங்கத்தார் செவிகொடுத்துக் கேட்பது மிகவும் அவசியமென்று நாம் சொல்லவேண்டியதில்லை. மஹத்தான யுத்தம் நடந்தேறும் இத்தருணத்தில் ஐ. எம். எஸ். பரீக்ஷையில் அதிக அளவான மாணாக்கர்கள் தேறிவிட்டால், அவர்களுக்கெல்லாம் அவர்களுடைய அதிகாரப்பத்திரத்திலுள்ள உறுதிமொழிப்படி உடனே உத்தியோகம் கொடுப்பது சிறிது கஷ்டஸாத்தியமாய் விடுமென்று எண்ணி இப்பரீக்ஷையை நிறுத்திவைத்திருக்கலாம்; அவ்விதமானால் அதற்காக இந்தியர்கள் ஏதும் முறையிட்டுக்கொள்ள முன்வரமாட்டார்கள், ஆனால் தெரிந்தெடுக்கும் விஷயத்திலும் ஆங்கிலேய டாக்டர்களையே கவனிப்பதும், இந்திய டாக்டர்களைப் புறக்கணிப்பதும் இந்த ஸமயத்திலும் அல்லது எந்த ஸமயத்திலும் நியாயமென்று கருதப்படமாட்டாது.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ விஞக்களும் விடைகளும்.

விஞ 8. கோ-ஆ-குலேன்.

"ஐயா! "வைத்திய கலாநிதியின்" சென்ற பங்குனி மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் 101-ம் பக்கத்தில் 'இரத்தத்தை வெளிப்படாமல் தடுக்கும் ஓர் நூதன ஔஷதம்' கோ-ஆ குலேன் என்கிற பெயருடன் கண்டு பிடிக்கப்பட்டிருப்பதாகத் தெரிவிக்கிறீர்கள். ஆனல் அவ் வௌஷதம் நமக்குக் கிடைக்குமா? கிடைக்குமாயின் எங்கிருந்து? அதன் விலை என்ன? என்கிற விவரங்கள் ஒன்றும் குறிப்பிடப்படவில்லை. தெரிந்தால் நாமும் அவ்வௌஷதத்தை உபயோகிக்கலாம் என்றெண்ணுகிறேன். தயவு செய்து பதில் கொடுப்பீர்களாக."

வி. எஸ். ஐயன் பிள்ளை.

விடை:—தாங்கள் தயவுசெய்து மற்றொரு முறை சென்ற மாதத்திய ஸஞ்சிகையில 'கொ-ஆ-குலென' என்பதைப்பற்றிய குறிப்பைக் கவனிப்பீர்களாக. அவ் வௌஷதம் போர்க்களங்களில் அதிக அளவாக வேண்டியிருக்குமாகையால் வேறிடங்களுக்கு அது அனுப்பப்படுவது அரிதாயிருக்கும்; மேலும் இச்சமயத்தில் இத்தேசத்திற்கு அவ்விடத்திலிருந்து அவ்வித ஔஷதங்களை ஏற்றுமதி செய்வதும் அஸாத்தியம். ஆகவே நமக்குக் கிடைக்காது. வியாபாரத்திறகென்று அவ்வௌஷதம் வெளியில் வந்த பிறகல்லவோ அதன் விலை வாசி முதலியவை அறியப்படலாம். ப-ர்.

விஞ. 9. யவதான்யம்.

"ஐயா! தயவு செய்து அடியிற்கண்ட விஞக்களுக்கு தாங்களாவது (பத்திராதிபர்), வைத்திய கலாநிதியின் கையொப்பக்காரர்களில் எவராவது விடையளிக்கக் கோருகிறேன்.

(1) யவதானியம் என்றால் என்ன?

(2) அதன் உபயோகங்கள் யாவை?

(3) அது கிடைக்குமிடம் யாது?"

M. வைத்தியநாத முதலியார்.

விடை:—(1) இதை யவதான்யம் என்றே பலர் ஸாதாரணமாய் வழங்குவதுண்டு. சிலர் இதை வாற் கோதுமை யென்றும் கூறுவதாய் அறியப்படுகிறது. சில வைத்திய க்ரந்தங்களில் விவரித்திருப்பதைக் கொண்டு இக்காலத்தில் பார்லியென்று ஆங்கிலத்தில் வழங்கப்படும் தான்யமே 'யவம்' என்பதாகத் தெரியவருகிறது.

(2) இதற்கு சீதவீர்யம்-அதாவது அழற்சியைப் போக்கி தேஹதாதுக்களைக் குளிரச்செய்யும் குணமுண்டு; இது மலத்தையும் முக்கியமாக மூத்திரத்தையும் தாராளமாக வெளிப்படுத்தும்; தாதுக்களை நன்ருகப் போஷிக்கும்; ச்வாஸகாஸம் முதலிய ரோகங்களிலும் குணமுண்டாக்குவதாகவும் அறியப்படுகிறது. இதைக் கஞ்சியாகக் காய்ச்சி உபயோகிப்பது தான வழக்கம்.

(3) அமெரிக்காவிலிருந்து விசேஷமாக விளைந்து இவ்விடங்களுக்கு ஏற்றுமதி செய்யப்படுகிறது; ஆசியா கண்டத்திலும் சிற்சில விடங்களில் விளைவதுண்டு. பார்லி அரிசியென்று கேட்டால் சில கடைகளில் இத்தான்யம் கிடைக்கும். ப-ர்.

விஞ 10. காதிரைத்தல்

சென்ற சில வாரங்களாக நான் காதில் ஒருவித இரைத்துலுண்டாய் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறேன். இதற்கு என்ன விதமான சிகித்ஸை உசிதமோ தயவுசெய்து தாங்கள் தெரியப்படுத்துவீர்களா?

W. C.

விடை:—காதுகளில் குறும்பி அதிகமாகச் சேர்ந்து விடுவதே பெரும்பாலும் இரைத்துலுக்குக் காரணமாயிருக்கும்; அதை ஸாதாரணமாக வெளிப்படுத்தமுடியாவிட்டால் உம்முடைய வைத்தியரிடம் சென்று அதை வெளிப்படுத்தச் சொல்லும். ஆனல் பலஹீனம், பாண்டுரோகம், கீல்வாயு, காமாலை முதலிய ரோகங்களாலும், காதுக்குள்ளிருக்கும் சவ்வு வறட்சியுறுவதாலும் காதிரைத்தல் ஸம்பவிப்பதுண்டு. ஆனல் உம்முடைய கடிதத்திற்கண்டுள்ள விஷயங்களைக்கொண்டு குறும்பி அதிகரிப்பதாலேயே இவ்வித இரைத்தல் உண்டாயிருக்கவேண்டுமென்று நிச்சயிக்கிறோம்; அதை வெளிப்படுத்தி காதுகளைச் சுத்தம் செய்து கொண்டால், அதறகுமேல் எவ்வித சிகித்ஸையும் அவசியமிராது. ப-ர்.

3-வது கேள்விக்கு விடை:—"பங்குனி மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் காமாலையும் அதன் சிகித்ஸையும் என்ற தலைப்பின் கீழ் மிஸ்டர் கே. என். அருணசல ஐயரவர்கள் கேட்ட ஸந்தேஹ விஞவுக்கு விடை.

(1) காமாலை ரோகத்தில் ஜ்வரமிருப்பதாக நமக்கு வெளிப்படையாய்த் தோன்ருவிடினும் ஜ்வர மில்லாதிருப்பதில்லை; ஆனல் இந்த ஜ்வரத்துக்கும் இதர தேஹிகளின் ஜ்வரத்துக்கும் பெரும் பேதமுண்டு.

இந்த ரோகிக்கு இரக்தாசயமும் நாடியும் வெகு தீவிர
கதியாய் நடப்பதைப் பார்க்கலாம். நாடிகள் படபட
த்து நடப்பதால் உஷ்ணம் அதிகரிக்கிறது. இந்த
உஷ்ணமே சிலருக்கு ஜ்வரம்போல் கதித்துக் காண்ப
தால் நாம் இதையும் ஜ்வரமென்கிறோம். நெஞ்சிலி
ருந்து உதடுவரை வெந்து புண்ணுகி அப்புண்ணின்
கொதிப்பாலுண்டாகும் உஷ்ணத்திற்கு அக்கரஜ்வர
மென ஆன்றோர்களே பெயர் கொடுத்துவிட்டு அவற்
றின் சிகித்ஸையை மாத்திரம் சீதள ஔஷத சிகித்
ஸையாகத் தீர்மானித்திருக்கிறார்கள். இதுபோல் இன்
னும் எண்ணிறந்த ரோகங்களில் உஷ்ணங்கதித்து
ஜ்வரம்போல் வெதும்பி ஏமாற்றுவதுண்டு. ஆதலால்
காமாலை ரோகிக்கு இயற்கையாய்க் கதிக்கும் உஷ்
ணம், காங்கையா அல்லது ஸாதாரண ஜ்வரரோகந்
தாஞ எனத் தீர்மானித்துக் கொண்டு மாசிமாதத்திய
ஸஞ்சிகையில் காமாலையைப்பற்றிய வியாஸத்திலுள்ள
படி மருந்தை உபயோகிக்கவேண்டும். ஜ்வரரோக
மெனத் திட்டமாய்த் தெரிந்தால் கதிப்பான ஜ்வரம்
சற்றுத் தணியும்படி ஜ்வரமருந்துகளை முன்னதாகக்
கொடுத்துப் பின்னர் இந்த மருந்தை உபயோகிக்கலாம்.
ஆகவே கடினஜ்வரத்தில் உபயோகியாமல் மட்டான
ஜ்வரங்களில் தாராளமாய்க் கையாளலாமென்று
தெளிக.

(2) கதிப்பான ஜ்வரமுள்ள காமாலைத்தேஹிக்கு இவ்வௌஷதமுபயோகித்தால் பால் சாதபத்தியமும், குறைவான காங்கையுள்ள தேஹிகட்குத் தயிர்ச்சாதமும் உபயோகிக்கவேண்டியது."

வி. எஸ். ஐயன்பிள்ளை வைத்தியர்

[இரண்டாவது விஞவுக்கு அளிக்கப்பட்டிருக்கும் விடை அதற்கு ஸம்பந்தப்பட்டதாகத் தோற்றவில்லை. ப-ர்.]

7-வது கேள்விக்கு விடை:—"ஐயா! சென்ற
மாதத்திய ஸஞ்சிகையில் D. S. என்பவர் அர்சோக
(மூலம்)சிகித்ஸையைத் தெரிந்துகொள்வதற்குக் கேட்
டிருந்த ஸந்தேஹ விஞவைப் படித்தேன்.

(1) தாமரைப்பூவிலுள்ள தாதுகளை யெடுத்து வெண்ணெயில் துவைத்து நாள் தோறும் காலையில் சிறிதளவு சாப்பிட்டுவந்தால் இரத்தக் கசிவையும் ஆஸனக்கடுப்பையும் நிவ்ருத்தி செய்யும். இது நன்ருக ஸௌக்கியந்தரக்கூடியதென்று எமது அனுபவத்தில் வந்த முறைபாகும்.

(2) "ஸ்த்தலஸூரண ரஸாயநத்தை" (சேனைக்கிழங்கால் செய்த லேஹ்யம்) மூன்றுமாத காலம் உபயோகித்து வந்தால் மூல முளைகள் பெரும்பாலும் அற்றுப்போவதுண்டு. [அந்த ரஸாயநதின் செய்முறை பின் வருமாறு:—சேனைக்கிழங்கு 24-பலம், வெங்காயம் 12-பலம், இந்துப்பு 4-பலம் இவற்றை நன்ருக நறுக்கி, சுமார் 48 ஆழாக்கு ஜலத்தில் சேர்த்து, ஜலம் முழுமையும் சுண்டிப்போகும் வரையில் காய்ச்சி, அப்பால் 16-பலம் நெய் சேர்த்துத் துடுப்பால் துளாவிக் கொண்டே பக்குவம் செய்யவும்; தேன்போல் அதில் நிறமுண்டானவுடனே இறக்கி, சித்திரமூலப்பொடி 8-பலம், த்ரிபலா சூர்ணம் 6-பலம், தாமரையின் தாதுகள் இரண்டுபலம், கற்கண்டுப்பொடி 24-பலம் இவற்றைச் சேர்த்து நன்ருகக் கிளறி, ஆறியபிறகு 8-பலம் தேனையும் சேர்த்துக் கலக்கவும். இரண்டொரு கழற்சியெடை தினத்திற்கு மூன்று வேளை வீதம் இதை உபயோகிக்கலாம்."

(3) மேற்கூறிய ஔஷதமே உள்மூலம் வெளிமூலம் இரண்டுக்கும் உபயோகப்படும்.

தே. நீலகண்டசர்மா.

கடிதம் எழுதியவர்களுக்கு அறிவிப்பு.

V. N. கணபதி முதலியார்:—தாங்கள் மெல்லிய காகிதத்தில் இரண்டு பக்கங்களிலும் எழுதியிருப்பதால் விஷயத்தைப் படிப்பது கஷ்டமாயிருக்கிறது. மேலும் அது வியாஸமுமன்று, சுருக்கமான கடிதமுமன்று. தயவு செய்து விஷயத்தைச் சுருக்கமாகத் தெரிவிக்கக் கோருகிறோம்.

நடேசன, திருக்காட்டுப்பள்ளி:—தாங்கள் எழுதியது பத்திரிகையில் பிரசுரிக்கக்கூடிய விஷயமாகத் தோற்றவில்லை. நேரில் கடிதமூலமாகத் தெரியப்படுத்தவேண்டுமானல் தயவு செய்து ஸ்டாம்பு அனுப்புங்கள் கடிதமூலமாகப் பதில் அபேக்ஷிப்பவர் அதற்கு வேண்டிய ஸ்டாம்பு அனுப்பாதவரையில் அவர்களுடைய கடிதங்களுக்குப் பதில் எழுதப்படமாட்டாது— ப-ர்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

பால்-துத்தம்.

இது வெண்துத்தமென்றும், துத்தநாக உப்பென்றும் வழங்கப்படும். இதை ஒன்று முதல் இரண்டு குன்றுமணி யெடை வரையில் முதலில் உபயோகித்து, பிறகு கிரமமாக 5-குன்றுமணி யெடை வரையில் உபயோகிக்கலாம். இது பல்யம் (tonic), ஸ்தம்பகம் (astringeut), ஆக்ஷேபகஹரம் (anti spasmodic) என்னும் வேலைகளைச்செய்யும். ஆகவே இதை பலங்குன்றியவர்களுக்கு உட்கொள்ளக் கொடுப்பது சில வைத்தியர்களின் வழக்கம். ஆனால் இது எவ்வளவுக்கெவ்வளவு முற்கூறிய வேலைகளைச்செய்கின்றதோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு அடுத்தாற்போல் தேஹத்தில் சிறிது சோர்வையும் உண்டுபண்ணுவதுண்டு. மயக்கம் முதலிய துர்க்குணந்தரக்கூடிய விஷப்பொருட்களை எவரேனும் உட்கொண்டிருக்கையில், அவற்றைக் குடலிலிருந்து வெளிப்படுத்துவதற்கு இதை வமநகாரியான ஔஷதமாக உபயோகிக்க நற்குணமுண்டாகும். இது ஜலத்தில் கரையக்கூடிய உப்பாயிருப்பதால், அவ்வாறு வமநத்தை யுண்டுபண்ண வெந்நீரிலோ இல்லாவிடில் குளிர்ந்த நீரிலோ கலந்து உட்கொள்ளக் கொடுக்கலாம். இதை ஆழாக்கு ஜலத்திற்கு 10 முதல் 30 குன்றுமணியெடை வீதம் போட்டுக் கலக்கி நேத்திரக்கழுவுநீராகவும், ஸாதாரண விரணங்களைக் கழுவும் நீராகவும் உபயோகிக்கலாம்.

இஞ்சி.

இந்தியாவில் ஹிமாலயம் முதல் கன்யாகுமரி வரையிலும் எங்கும் விளையும் மிகப்பிரஸித்தமான சரக்கு. ஈரமாயிருக்கையில் இஞ்சியென்றும், சுஷ்க்கமாகப்போன பின்பு சுக்கென்றும் கூறப்படுகின்றதாயினும், இவற்றிற்கு விசேஷ குணபேதம் உண்டாவதில்லையென்று அறியப்படுகிறது.

இதற்கு ஒருவித நறுமணமுண்டு; இது வயிற்றில் சேரும் வாயுவை ஹரிக்கும்; உத்ஸாஹத்தையும் உத்தீபநம் செய்யும். (1) ஆகவே அஜீர்ணத்திலும், வயிற்றுப்பொருமலிலும், இரைப்பையின் இசிவிலும் உபயோகிக்கக்கூடிய சரக்கு. (2) வயிற்றுளைத்தலையும் குமட்டலையும் அடக்குவதற்காக ஆமணக்கெண்ணெய் முதலிய விரேசனஔஷதங்களுடன் இதன் சாற்றைக் கூட்டிக்கொடுப்பது உத்தமம்; அல்லது இதன் ஒரு சிறு துண்டையாவது அவ்வித ஔஷதமுண்ட பிறகு இந்துப்புடன் கடித்து மென்று விழுங்கலாம். (3) உலர்ந்த இஞ்சியைக்கொண்டு வீட்டில் அவரவர்களே ஒருவித ஔஷதம் பின்வருமாறு தயார்செய்து கொள்ளலாம். சுக்கை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து அதில் 3-பலமெடை யெடுத்து இருபது அவுன்ஸ் ப்ராண்டியில் சேர்த்து, 10-நாட்கள் வரையில் ஊறவைத்து, அப்பால் திரவத்தை மட்டும் வடிக்கட்டி ஒரு புட்டியில் போட்டு வைத்துக்கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டியளவோ அல்லது அதற்குச் சிறிது அதிகமாகவோ விரேசன ஔஷதங்களில் கலந்து கொடுக்கலாம்; இவ்வௌஷதம் வயிற்றில் சேர்ந்துள்ள புளிப்பையும் போக்குவதில் சிறந்த வீர்யமுள்ளது; அஜீர்ணத்தையும் வயிற்றுப்பொருமலையும் போக்குவதற்கு இதை மட்டுமோ அல்லது அவ்விதகுணமுள்ள வேறு ஔஷதசரக்குகளுடன் கூட்டியோ கொடுக்கலாம். (4) ஒரு பலம் சுக்கை வறுத்து உடைத்து, அரைப்படி ஜலத்தில் போட்டு, பாத்திரத்தின் வாயைமூடி ஒரு மணிநேரம் காய்ச்சி வடிக்கட்டி யெடுக்கவும். இக்கஷாயத்தை வயிற்றுவலி, வயிற்றுப்பொருமல், வாந்தி, குடல் முதலியவற்றிலுண்டாம் உளைத்தல் என்னும் இந்நோய்களில் 1 அல்லது 2-அவுன்ஸ் அளவாக ஒரு மணிக்கு ஒரு முறை இளஞ்சூடாக உட்கொண்டுவந்தால் சீக்கிரத்தில் நற்குணமுண்டாகும். உஷாக்ஷாரம் என்கிற ஸோடாவுப்பும் இக்காஷயத்தில் சிறிதளவு சேர்க்கப்படுமானால் முற்கூறிய இதன் குணங்கள் அதிகமாய், உபயோகிப்பவருக்கு வெகு சீக்கிரத்தில் ஸௌக்கிய மேற்படும். குழந்தைகளுக்கு ஒரு தேக்கரண்டியளவு கஷாயம் போதுமானது. (5) சுமார் 6-அவுன்ஸ் ஜலத்தில் $\frac{1}{2}$ பலம் சுக்கை நறுக்கிப்போட்டுக் கொதிக்கவைத்து வடிக்கட்டி யெடுக்கவும்; இதை ஆமவாதமென்னும் ஒருவித கீல்வாயுவில் இரவில் படுக்கும்போது உஷ்ணமாகவே குடிக்கக் கொடுத்து, துப்பட்டியால் உடம்பைப் போர்த்துவிட விசேஷமாக வியர்வையுண்டாய் குறிப்பிடக்கூடியவாறு சீக்கிரத்திற் குணமுண்டாகும். முறைக் காய்ச்சல்களிலும் ஜலதோஷம் முதலியவற்றால் கபம் அதிகரித்திருக்கும்போதும் இதே கஷாயத்தை இவ்விதமே உபயோகிக்க வெகு சீக்கிரத்தில் ஸௌக்கிய முண்டாவதுண்டு. (6) இஞ்சியையாவது சுக்கையாவது சிறிது ஜலம்விட்டு நுண்மையாக அரைத்துக் கொதிக்கவைத்து சுடச் சுட நெற்றியிலும் தலையிலும் பற்றுப்போட்டால் பலவிதகாரணங்களாலுண்டாகும்தலைவலி தீரும்.

காலராவுக்குக் கைகண்ட மருந்து.

ராஜா. டி. வெங்கடேச பட்டர் என்னும் ஆயுர்வேத வைத்தியர் தமது அனுபவத்தில் வந்த எளிதில் செய்து கொள்ளக்கூடிய அடியில் குறிப்பிடப்படும் முறையை வைத்திய கலாநிதியில் வெளிப்படுத்த எழுதியனுப்பினர்:—

"கற்பூரம் $\frac{1}{2}$ பலமெடை, பளிங்குசாம் ப்ராணி $\frac{1}{2}$ பலமெடை; இவ்விரண்டையும் முதலில் நன்கு உஷ்ணமுண்டாகும்படி கல்வத்திலிட்டு ஆட்டவும். பிறகு இரண்டு குன்றுமணி யெடை அபினையும் சேர்த்து அரைத்து மிளகுப்பிரமாணம் உருண்டைகளாகச் செய்து, காலராகண்ட கூடிய சீக்கிரத்தில் அடிக்கடியும் ஜலத்துடன் கலந்து விழுங்கி விடச் சொல்லலாம். குணமுண்டாகும் வரையில் கொடுத்து வரவும். அஜீர்ண பேதிகளுக்கும் சீதபேதிக்குங்கூட இது உபயோகப்படும்."

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

மைசூர் ஆயுர்வேத காலேஜுக்கு மாணவர்கள்.

மைசூரில் அக்கவர்ன்மெண்டாரால் ஓர் ஆயுர்வேத கலாசாலை நிர்வஹிக்கப்பட்டு வருவது பலருக்குத் தெரிந்திருக்கலாம். அக்கலாசாலையில் சேரும் வித்தியார்த்திகள் 4-வருஷகாலம் கல்வி கற்கவேண்டும். அவர்களுக்கு இராஜாங்கத்தில் சிறிது திரவிய ஸஹாயமும் செய்யப்படுகிறது. முதல் வருஷத்தில் மாதம் ஒன்றுக்கு 3-ரூபாய்க்குக் குறையாமலும், இரண்டாவது வருஷத்தில் 4-ரூபாய்க்குக் குறையாமலும், மற்ற இரண்டு வருஷங்களிலும் மாதம் 5-ரூபாயும் ஸ்காலர்ஷிப்பு உதவப்படுமென்று அக்கவர்ன்மெண்டார் வெளியிட்டிருக்கிறார்கள். இத்தனை மாணுக்கருக்கு ஸ்காலர்ஷிப்புகள் கொடுக்கப்படுமென்கிற விவரம் சீக்கிரத்தில் வெளியாகும். எவ்விதமாயினும் முதல் வருஷத்தில் மாதம் ஒன்றுக்கு ஸ்காலர் ஷிப்புக்காக மொத்தம் 40-ரூபாயும், இரண்டாவது வருஷத்தில் மாதம் 50-ரூபாயும், மற்ற இரண்டு வருஷங்களிலும் மாதம் 60-ரூபாயும் செலவழிக்கப்படுமென்று குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது.

கேரளீய ஆயுர்வேத ஸமாஜம்.

இந்த மேமீ 15உ ஷோரணூருக்கடுத்த செருத்துருத்தி என்னுமிடத்தில் கேரளீய ஆயுர்வேத ஸமாஜத்தின் ஆதரவில் ஒரு வைத்திய சாலையின் பொருட்டு கட்டடம் கட்டுவதற்காக ஸ்ரீமான் கள்ளிக்கோட்டை ஜாமோரின் அவர்களைக்கொண்டு அஸ்திவாரக்கல் நாட்டப்பட்டதென்று அறிவிக்க நாம் ஸந்தோஷப்படுகிறோம். அக்கொண்டாட்டத்திற்காக அதற்குச் சமீபமாயுள்ள அநேக இராஜாக்களும், ஜமீன்தார்களும், வேறு பிரபல சனவான்களும் விஜயம்செய்து அதைக் கௌரவப்படுத்தியதுமல்லாமல், ஆயிரக்கணக்கான திரவியமும் அவ்வைத்தியசாலைக்கு உதவப்பட்டதென்று அறிய நாம் மிகக் களிப்புறுகிறோம். கேரள தேசத்தில் ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்திற்கு எப்பொழுதுமே சிறந்த மதிப்புண்டென்பது உண்மையாகையால் அவ்விடத்தில் இவ்வித முயற்சிகள் நடைபெறுவதென்பது ஆச்சரியமல்ல.

பாட்டும் பிணியகற்றுமாம்.

மனிதருடைய மனப்போக்கில் ஸங்கீதத்திற்குண்டான சக்தி வெகுப் பிரஸித்தமான விஷயமேயாம். ஸேனைகளின் இடையிற் பாடப்படும் பாட்டானது போர்ச்சேவகர்களை யுத்தத்தில் மதிமயக்கி மிகக்கடுமையாகப் போர் செய்யத் தூண்டிவிடுகின்றது. ஸங்கீதம் காதலர்களிடம் அன்பை அதிகரிக்கச்செய்து விடுவதியல்பு. மிகுதியான மனக்குழப்பம் தோன்றியிருக்கையில், அக்கவலையைத் தடுத்து மனதில் ஒருவாறு உத்ஸாஹமுண்டுபண்ணி ஆறுதலைக்கொடுக்க வல்லது ஸங்கீதமேயன்றி வேறொன்றல்ல, மிக மந்த

மான மனதையும் மகிழச் செய்து, அவரவருடைய வேலையில் சுறுசுறுப்பாகப் பிரவ்ருத்தியை யுண்டுபண்ணும் சக்தி ஸங்கீதத்திற்குண்டு. 'மனத்தில் மாத்திரமல்ல, தேஹத்திலும் அந்தந்த அவயவங்கள் செய்யவேண்டிய இயற்கை வேலைகளைத் தூண்டுவதற்கான ஔஷதங்களுக்கேற்ற விசேஷ சக்தியும் ஸங்கீதத்திற்கு இருக்கின்றதென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை' என்று ப்ரொபஸ்ஸர் டார்ச்சனுப் (Prof. Tarchanoff) என்பவர் அபிப்பிராயப்படுகிறார். மனத்துயரம் அல்லது மனோவியாதி, ஸூதகதோஷத்தாலுண்டாகும் வாத வியாதிகள், சாக்கைவலி முதலிய ரோகங்களில் ஸங்கீதம் நற்குணமுண்டாக்கக் கூடியவாறு உபயோகப்படுகிறது. சில வியாதிகளால் தூக்க முண்டாகாமல் வருந்துபவருக்கு மனதை ஆனந்தப்படுத்தி நல்ல நித்திரையை யுண்டுபண்ண இதைவிட சிறந்த ஔஷதம் வேறொன்றில்லை. ஸங்கீதத் தொனியை அப்போதைக்கப்போது கேட்டுக்கொண்டிருந்த ஒருவனுக்கு அதற்கு முன் அடிக்கடியும் தோன்றி வந்த ஆக்ஷேபகம் என்னும் இசிவானது வராமலே நின்று விட்டதாக மிகப் பெயர் பெற்ற 'லான்செட்' என்னும் வைத்தியப் பத்திரிகை கூறுகிறது.

மூளை அறுப்பட்ட யுத்த வீரன்.

ப்ரெஞ்சுக்காரருடைய இராணுவ ஆஸ்பத்ரியில் ஓர் ஆச்சரியகரமான சஸ்திர சிகித்ஸை நிறைவேற்றப் பட்டதாம். காயமுண்ட ஒரு ஸோல்ஜருடைய மூளையில்—அவ்வவயவத்திற்கு எவ்வித கேடும் ஸம்பவிச்சாவண்ணம்—ஆறில் ஒரு பாகம் அறுத்தெறியப் பட்டது. டாக்டர் ஏ. லாவெரன் என்பவர் இவ்வாச்சரியகரமான சஸ்திர சிகித்ஸையின் முறையை ப்ரான்ஸிலுள்ள "அகாடமி ஆப் ஸயென்ஸெஸ்" என்கிற சாஸ்திராராய்ச்சிச்சாலையில் விவரமாக எடுத்துக் கூறினார். இவ்வாறு காயம்பட்ட ஸோல்ஜர் ஆஸ்பத்ரிக்குக் கொண்டுவரப்படுகையில் அவன் சிரஸ்ஸின் பின் பக்கத்துக் கபால வெலும்பிற்கு நேராக (Occipital region) மூளைக்குள் ஊடுருவிய ஒரு ரணம் காணப்பட்டது. உடைந்திருந்த கபால வெலும்பின் துண்டுகள் இடது பக்கத்து மூளையில் வித்ரதி யென்னும் சீழ்க்கட்டியை யுண்டாக்கக் காரணமாயிருந்தன. ஆஸ்பத்ரித்தலைமை ஸர்ஜனுன டாக்டர் ஏ. குவேபின் என்பவரால் அவ்வித்ரதி அறுக்கப்பட்டு சுத்தம் செய்யப்பட்டது; ஆனால் மீண்டும் வேறு புதிய சீழ்க்கட்டிகள் உண்டாயின; அக்கட்டிகளையும், அப்புண்களுடன் பிதுங்கிவந்து கெட்டுப்போயிருந்த மூளையின் சில பாகத்தையும் டாக்டர் குவேபின் என்பவரே மறுபடியும் இரண்டு முறை அறுத்து ஸ்வஸ்த்தம் செய்தார். ஆகவே அந்த ஸோல்ஜர் தன் மூளையின் இடது பாகத்தில் மூன்றி லொருபாகத்தை (முழு மூளையில் ஆறிலொரு பாகத்தை) இழந்துவிட நேரிட்டது. இருந்தாலும் அவனுடைய மனப்போக்குகளிலாவது, அறிவிலாவது, மற்றும் எத்தன்மையிலாவது அவன் ஒரு குறைவும் அடையவில்லை.

பர்மாவில் துன்ஹாங் என்கிற விடத்திலுள்ள மிலிடரி போலீஸ் ஆஸ்பத்திரியில் உத்தியோகம் வஹிக்கும் டாக்டர் இ. டி. கிரிராஜ ஐயங்கார் என்பவர் அன்புடன் அனுப்பிய கடிதம் அடியில் விவரிக்கப் பட்டிருக்கிறது.

இப்பத்திரிகையின் உண்மையான உபயோகம்.

"ஐயா! தங்களுடைய ஆபீஸிலிருந்து ஸஞ்சிகைகளின் வி. பி. யைப் பெற்றுக்கொண்டேன். பத்திரிகைகளைப் பார்க்க ஸந்தோஷப்படுகிறேன். மறைந்து கிடந்த நமது ஆயுர்வேத ஔஷதங்களின் முறை மேல்நாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் கற்றவர்களுடைய காதிலும் விழும்படி தாங்கள் இவ்வித வேலையைச் செய்ய முன் வந்தது மிகவும் உபகாரமான காரியமாகும். அநேக காலமாய் நமது தேசத்து வைத்தியர்கள் ஐக்கிய மின்றியும், பொதுநலம் மேலானதென்கிற பெரும் நோக்கமற்றும் சிதறுண்டவர்களாயிருக்க, அவர்களனைவர்களையும் பிணைத்து ஒன்றுகூட்டி உலகத்திற்கு ஒருவாறு உபயோகமாகும்படி இப்பத்திரிகையின் மூலமாகச் செய்வதற்கென்று உழைக்க முன் வந்த தங்களை எல்லாம் வல்ல கடவுள் காப்பாற்றுவாராக. தற்காலம் வாழும் தமிழ் நாட்டிலுள்ள வைத்தியர்களுக்கு இவ் வைத்திய கலாநிதியின் ஸஞ்சிகை ஒவ்வொன்றும் இன்றியமையாததே யாகும். இதனால் நமது தேசம் நன்மையடையும் என்பதில் சற்றும் ஸந்தேஹமில்லை.

மேலும் மேனாட்டு முறைப்படி ஆராய்ச்சி செய்யும் விதங்களையும், வேறு அவ்வித அரிய வைத்திய விஷயங்களையும் சுதேச வைத்தியர்களும் அறியும்படி அவைகளை எளிய தமிழ் நடையில் எழுத ஏற்பாடு புரிந்த தங்களுடைய இம் முயற்சியும் கொண்டாடத் தக்கதேயாம்."

பலவித பிடாலகங்கள்

(1) அதிமதுரம், காவி, இந்துப்பு, மரமஞ்சள், இரஸாஞ்ஜனம் இவற்றை ஸம அளவு எடுத்து, ஜலம் சேர்த்து ஆட்டி, கண்களுக்கு வெளியில் அவற்றைச் சுற்றிலும் லேபநம் செய்ய ஸகல நேத்திரரோகங்களும் தீரும். (2) இரஸாஞ்ஜனத்தையும் கடுக்காயையும் சுக்கையும் பச்சிலையையும் கல்கம் போல் அரைத்தாவது பிடாலகமாக உபயோகிக்கலாம். (3) சோற்றுக் கற்றாழை, சித்திரமூலம், பச்சிலை, மாதளைத்தளிர் இவற்றின் கல்கத்தையும் அவ்வாறு லேபநம் செய்யலாம். (4) வசம்பு, மஞ்சள், வேப்பம்பட்டை இவற்றையும் பிடாலகமாக உபயோகிக்கக்கூடும். (5) சுக்கையும் காவியையும் அரைத்தும் அவ்விதம் செய்யலாம். (6) வெள்ளிலோத்திப்பட்டையையும் இந்துப்பையும் எரித்து, தேன் மெழுகைச் சேர்த்து நெய்யில் அவற்றை நுண்மையாகப் பொடித்துக் கலந்து அஞ்ஜநமாகவாவது பிடாலகமாகவாவது உபயோகிக்க நேத்திரத்திலுண்டாகும் வலி உடனே தீரும். (7) வேப்பங்காயை இடித்து அதிலிருந்து இரஸம் பிழிந்து, அதை ஒரு சுத்தமான இரும்புப்பாத்திரத்தில் ஊற்றி நன்றாகக் குழப்பவும்; அது சிறிது குழம்புபோல் ஆனபிறகு அதைக் கண்களைச் சுற்றிலும் லேபநம் செய்ய, கண்வலி சாந்தமாகும் (8) மிளகைப் பொடிசெய்து, அதைக் கரிசலாங்கண்ணிச் சாற்றில் அரைத்து நேத்திரத்தைச் சுற்றிலும் லேபநம் செய்ய அர்மங்கள் என்னும் விபாதிகள் அடியோடு தொலையும். (9) அஞ்ஜநநாமிகா என்னும் ரோகத்தில் முதலில் ஸ்வேதசிகித்ஸையினால் அதைக் கரைத்து, அப்பால் மனச்சிலை, ஏலம், நதம் என்கிற வாஸனைத் திரவ்வியம், இந்துப்பு இவற்றைப் பொடிசெய்து தேன் விட்டுக் குழைத்து லேபநமாக உபயோகிக்கலாம். 31—37.

தர்ப்பணம்.

தர்ப்பணமும் அதற்கேற்ற கண்ணோய்களும்.

அப்பால் 'தர்ப்பணம்' என்னும் மற்றொரு நேத்திரசிகித்ஸை கூறப்படுகிறது; கண்களுக்குண்டாகும் சில கோளாறுகளைப் போக்கி அவற்றிற்கு வேண்டிய வன்மையைக் கொடுத்து த்ருப்தியுண்டாக்கும் முறையே 'தர்ப்பணம்' எனப்படுகின்றது. எவருடைய நேத்திரம் ரூக்ஷமாகவும்,[1] வறட்சியுடையதாகவும், வக்கிரமாகவும், கலங்கியதாகவும், இமை மயிர்களுதிர்ந்ததாகவும், விரோத்பாதம், க்ருச்சிரோந்மீலநம், திமிரம், அர்ஜுநம், சுக்லம், அபிஷ்யந்தம், அதிமந்தம், சுஷ்காக்ஷிபாகம், வாதவிபர்யயம்[2] என்னும் ரோகங்களுடையதாகவும், வீக்கங்கொண்டதாகவும் இருக்கின்றதோ அவர்களுடைய கண்களுக்கு 'தர்ப்பணம்' என்னும் இச்சிகித்ஸை ஏற்றதாகும்; நேத்திரரோகங்களை யறிவதில் நிபுணராயிருப்பவர் அவ்வித நோய்களில் இம்முறையைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். 38—40.

---

1. ரூக்ஷம்.—பசையற்றிருக்குதல். [வறட்சி-என்பது ஜலப்பசையற்றது; ரூக்ஷம்-என்பது எண்ணெய் அல்லது கொழுப்பு முதலிய பசையற்றிருப்பது.]

2. விரோத்பாதம் முதல் வாதவிபர்யயம் என்னும் வியாதிவரையிலுள்ள வியாதிகளுக்கு இப் புஸ்தகத்தில் 53-வது முதல் 56-வது பக்கம் வரையிலும் மூலத்திலும் டிப்பணியிலும் விவரங்களைப் பார்க்க.

தர்ப்பணத்திற்குத் தகாத காலம் முதலியது.

மாரிகாலத்திலும் அல்லது மேகத்தினுல் சூரியன் மறைக்கப்பட்ட நாட்களிலும், கோடைகாலத்திலும் அல்லது மிகச் சூடான ஸமயங்களிலும், குளிர்காலத்திலும், பிணியாளிக்கு மனக்கவலை, தேஹத்தில் அசைதி, தலைச்சுற்றல் இவை உண்டாயிருக்கும்போதும், உபத்திரவங்கள்[1] அடங்காமலிருக்கையிலும் தர்ப்பண சிகித்ஸையைச் செய்வது உசிதமல்ல. 41.

நேத்திர தர்ப்பண முறை.

அதிக காற்றோட்டமில்லாததும், வெயில் தும்பு தூசிமுதலியவை யற்றதுமான ஒரு பிரதேசத்தில் பிணியாளியை மல்லாந்து சயனிக்கச் செய்து, ஜலம் விட்டுப் பிசைந்த உளுந்தமாவைக்கொண்டு இரண்டு கண்களைச்சுற்றிலும் தனித் தனியே இரண்டு வரம்புகளைச் சிறிது உயரமாகவும், கெட்டியாகவும், ஒன்றுக்கொன்று ஸம்பந்தப் படாதவையாகவும், மேடுபள்ளமில்லாமல் ஸமமான உயரமுடையனவாகவும் வட்டமாகக் கட்டவேண்டும்;[2] ஆடைபோன்ற நெய்யை இளஞ்சூடான ஜலத்தில் வைத்து உருக்கி, அதை அவ்வரம்புகளுக்குள் ஊற்றலாம்; அல்லது சததௌத க்ருதத்தையாவது,[3] பாலைச் சிலுப்பியெடுத்த வெண்ணெயாலாகிய நெய்யையாவது அக்கண்களின்மேல் ஊற்றலாம்; முதலில் கண்களை மூடிக்கொள்ளச்செய்து, அவற்றின்மேல் இரெப்பைகள் அமிழும்வரையில் அவ்வாறு நெய்யை ஊற்றுவது முறை; பிறகு மெல்ல மெல்ல கண்களைத் திறக்கவேண்டும். $42—44\frac{1}{2}$.

தர்ப்பணௌஷதம் ஊறவேண்டிய கால அளவு.

வர்த்மரோகங்களில் நூறு மாத்திராகாலமும், கபதோஷம் கலந்து அது சுத்தமான நிலைமையிலும், நேத்திர ஸந்திகளைப்பற்றிய வியாதிகளிலும் ஐஞ்நூறு மாத்திராகாலமும், த்ருஷ்டியைப்பற்றிய ரோகங்களில் எண்ணூறு மாத்திராகாலமும், அதிமந்தத்தில் ஆயிரமாத்திராகாலமும் தர்ப்பணத்திற்கான க்ருதம் முதலிய ஔஷதங்களை நேத்திரங்களில் அவ்வாறே ஊறிநிற்கும்படி வைத்திருக்கவேண்டும். இவ்வாறு செய்ய தர்ப்பணம் என்னும் க்ரியை நிறைவேற்றப்பட்டதாகும். 45—47.

தர்ப்பணத்தினுல் ப்ரகோபித்த கபத்தைக் கழித்தல்.

ஸ்நேஹத்தின் வீர்யத்தால் கிளப்பிவிடப்பெற்ற கபத்தை அப்பிணியாளியின் அவ்வயவத்திலிருந்து பிறகு வெளிப்படுத்த முயலவேண்டும்; அதற்காக யவதானியத்தைச் சமைத்து, அவ்வன்னத்தினுல் சுடச்சுட கண்களைச் சுற்றிலும் ஸ்வேத சிகித்ஸையைச் செய்யலாம்;[4] அல்லது தூமபானம் செய்வித்தாவது [5] அக்கபத்தைக் கழிக்கலாம். 48.

1. உபத்திரவம்.—ஒரு வியாதியை ஆதாரமாகக்கொண்டு அதன்மேல் ஜனிக்கும் வேறு சில வியாதிகள்.

2. ஒரு நேத்திரம்மட்டும் வியாதிகொண்டிருந்தால் அந்த நேத்திரத்திற்கு மாத்திரம் தர்ப்பண சிகித்ஸை செய்யலாம்; ஆகவே இரண்டு கண்களுக்கென்று இங்கு ஏதோ பொதுவாகக் கூறப்பட்ட தென்றறிக.

3. சததௌத க்ருதம்.—இதைப்பற்றி 221-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க.

4. ஸ்வேத சிகித்ஸை.—இங்கு உபநாஹஸ்வேதம் செய்யவேண்டும்; உபநாஹ ஸ்வேதத்தைப் பற்றி 178-வது பக்கம் பார்க்க.

5. தூமபானம் செய்வதால் (விரேசன தூமத்தினுல்) கபம் கரைந்து வெளியாய்விடும்.

எத்தனை நாட்கள் தர்ப்பணம் செய்ய வேண்டும்?

நேத்திரங்கள் நன்கு ஸ்வஸ்த்தமடைந்து ஆரோக்கிய நிலைமையைப் பெறுமளவும் இச்சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும்; அவை ஒரே தினத்தில் ஸுகமடைந்தாலும் இச்சிகித்ஸையை அத்துடன் நிறுத்திவிடலாம்; இல்லாவிடில் மூன்று நாட்களாவது ஐந்து நாட்களாவது தர்ப்பண சிகித்ஸையைச் செய்துவரவேண்டும்; அதற்குமேல் செய்யக்கூடாது. $48\frac{1}{2}$.

தர்ப்பணம் நிறைவேறியதன் குறிகள்.

நேத்திரங்கள் தர்ப்பண சிகித்ஸையினுல் த்ருப்தியடைந்தன வென்பதற்கு அடியிற் கூறப்படுமவை குறிகளென்று அறியவும்:—காலங்களில் ஸுகமாக நித்திரையுண்டாய், தகுந்த நேரத்தில் விழிப்புமுண்டாகும்; கண்கள் நிர்மலமாகும்; இயற்கையான வர்ணமும் அவற்றிற்கு உண்டாகும்; வியாதியினுலான தொந்தரவுகள் நிவ்ருத்தியாய் கண்கள் நன்கு ஸுகம் பெற்றிருக்கும். 49, 50.

முறைதவறிய தர்ப்பணக்குறிகள்.

அப்பால் முறை தவறுகச்செய்த தர்ப்பண சிகித்ஸையினுலுண்டாகும் குறிகள் கூறப்படுகின்றன:—அளவுமீறி தர்ப்பணசிகித்ஸை செய்யப்படுமானுல் கண்களில் நீர் கசியும்; அவை கனத்துத் தோற்றும்; மிகவும் ஸ்நிக்த்தமாயிருக்கும்.[1] வேண்டியவளவு[2] தர்ப்பணசிகித்ஸை செய்யப்படாவிடின் கண் ரூக்ஷமாயிருக்கும்; கண்ணீர் அடிக்கடிக் கசிந்து நேத்திரம் கலக்கங்கொள்ளும்; வியாதி நிவ்ருத்தியாகாமல் வலியுடன் கூடியதாகவுமிருக்கும். 51.

முறைதவறிய தர்ப்பணத்திற்குப் பரிஹாரம்.

மேற்கூறிய இரண்டுவிதமான முறைதவறிய தர்ப்பணசிகித்ஸைகளுக்குள் அளவுமீறி செய்யப்படும் 'அதிதர்ப்பணத்திற்கு' உடனே ரூக்ஷமென்னும் குணத்தையுண்டாக்கும் சிகித்ஸையையும்,[3] வேண்டியவளவு செய்யப்படாத 'ஹீனதர்ப்பணத்திற்கு' அதற்கு மாறுக ஸ்நிக்த்த குணந்தரும் சிகித்ஸையையும் செய்வது அக்கோளாறுகளைப் போக்கும் பரிஹாரமுறையாம். $51\frac{1}{2}$.

1. ஸ்நிக்த்தம்.—எண்ணெய்ப் பசையுள்ளது.

2. வேண்டியவளவு என்றுல்.—முற்கூறியவாறு அந்த நேத்திரரோகத்திற்குத் தகுந்தவண்ணம் அந்தந்த மாத்திரா காலங்களுக்கும் குறைவான நேரத்தில் செய்யப்பட்ட சிகித்ஸையெனக் கருத்து.

3. ரூக்ஷண சிகித்ஸையென்றுல்.—கபம் முதலியதை வெளிப்படுத்தி அந்தந்த அவயவங்களுக்கு அல்லது தாதுக்களுக்கு சோஷணத்தையுண்டாக்கும் முறையாம். ஸ்நிக்தம் அல்லது ஸ்நேஹந சிகித்ஸையென்பது அதற்கு மாறுக அந்தந்த அவயவங்களுக்கு அல்லது தாதுக்களுக்குப் போஷணையையும் வன்மையையும் வ்ருத்தி செய்யக்கூடிய முறையாம். இதைப்பற்றிய சில விவரங்களை 175-வது பக்கத்திலும் பார்க்க.

புடபாகம்.

புடபாக ஔஷத முறை.

இதன் பிறகு புடபாகம் செய்யவேண்டிய கிரமத்தைப்பற்றியும் சிறிது விவரிப்போம்:—[1] ஏதேனும் மாம்ஸத்தை இரண்டு பில்வப்ரமாணம் [2] எடுத்து, நெய்முதலிய ஸ்நேஹவஸ்துக்களையும் சிறிது சேர்த்து, நன்ருக இடித்து அரைத்து இரண்டு ஸம அளவான பிண்டங்களாக உருட்டவும். இப் புடபாக கல்பனையில் கடின பதார்த்தங்கள் ஒரு பில்வப்ரமாணம் சேர்க்கப்படுமானல், அவற்றை இடித்து ஆட்டுவதற்கான திரவபதார்த்தங்களை ஒரு குடவப்ரமாணம்[3] சேர்க்கவேண்டுமென்பது பொது விதியாம். பிறகு அவ்வாறு ஆட்டியெடுத்த வஸ்துக்களை ஒன்ருகச் சேர்த்து உருட்டி, ஏதேனும் இலைகளால் அவற்றை நன்ருகச் சுற்றி மூடி புடபாக முறைப்படி அக்னியிற் பக்குவம் செய்து [4], பிறகு அதைப் பிழிந்து அதன் ஸ்வரஸத்தைக் கிரஹிக்கவேண்டும். 52—54.

புடபாக ஸ்வரஸத்தை நேத்திரத்தில் ஊற்ற வேண்டிய முறை.

மேற்கூறியபடி கிரஹித்த அப்புடபாக ஸ்வரஸத்தைக்கொண்டு தர்ப்பண சிகித்ஸையில் கூறியவிதமாக முறைதவருமல் நேத்திரங்களுக்குச் சிகித்ஸையைச் செய்யவேண்டும்; என்ருல் பிணியாளியை மல்லாந்துப் படுக்கச்செய்து, த்ருஷ்டியின் [5] நடுவில் அந்த ஸ்வரஸத்தை விடவேண்டும். இச்சிகித்ஸையை அவசியமானவரையில் தினந்தோறும் செய்துவருவது நலம். 55.

மூவகைப்புடபாகௌஷதங்கள்.

நேத்திரங்களி லுபயோகிக்கப்படும் இப்புடபாகௌஷதம் ஸ்நேஹநம், லேகநம், ரோபணம் என்று மூவகைப்படும். அவற்றுள் மிக்க ரூக்ஷத்தன்மையடைந்த நேத்திரத்திற்கு ஸ்நேஹநமும், அதற்கு மாருக மிகவும் ஸ்நிக்கத்தத் தன்மையைப்பெற்ற நேத்திரத்திற்கு லேகநமும் ஏற்றதாகும்; வேருெரு ரோபணமென்னும் புடபாகௌஷதமானது பித்ததோஷத்திறைலுண்டான கோளாறுகளையும், இரத்தவிகாரங்களையும், விரணங்களையும், வாததோஷத்தையும் போக்குவதுடன், த்ருஷ்டியின் சக்தியையும் அதிகரிக்கச் செய்யவல்லது. 56½.

---

1. மத்யமகண்டம் முதல் அத்தியாயத்தில் பலவித புடமாகமுறைகள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன; அவ்விதமேதான் இங்கு கூறப்படுபவையுமாம்.

2. பில்வம்.—ஒருபலம் எடை (3-வது பக்கம் பார்க்க.)

3. குடவம்.—நான்கு பலமெடை (3-வது பக்கம் விவரம் காண்க).

4 புடபாகௌஷதத்தைப் பக்குவம் செய்யுமுபாய முதலியதைப்பற்றி 68-வது பக்கம் பார்க்க.

5. த்ருஷ்டி.—கண்களின் கருவிழிகளின் நடுவிலுள்ள பாபா (the pupil) எனப்படும் பாகம்.

ஸ்நேஹந புடபாக முறை.

நெய், மாம்ஸம், கிணநீர், மஜ்ஜை,[1] கொழுப்பு, இனிப்பான சுவையுள்ள மற்றும் வேறுவித ஔஷதங்கள் இவற்றைக்கொண்டு பக்குவம் செய்யப்பட்ட புடபாகௌஷதம் 'ஸ்நேஹந புடபாகம்' ஆகும். இவ்வித ஔஷதத்தை நேத்திரங்களில் இருநூறு மாத்திராகாலம் ஊறும்படி வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 57½.

லேகநபுடபாக முறை.

ஜாங்கலபூமியில்[2] வஸிக்கும் மிருகங்களுடைய யக்ருத் என்னும் கல்லீரல், மாம்ஸம் இவற்றை லேகநகுணமுள்ள பதார்த்தங்களுடன்[3] சேர்த்துக் கலக்கவும்; பிறகு உருக்கிரும்பின் பொடி, செம்புப்பொடி,[4] சங்கின்பொடி, பவளப்பொடி, இந்துப்பு, கடல்நுரை, அன்னபேதி, ஸ்ரோதோஞ்ஜனம் [5] இவற்றையும் பொடித்து, தயிரின் மேலுள்ள ஆடையினல் அவ்வனைத்தையும் கல்வத்தில் ஆட்டி, முன்போல் பிண்டம்செய்து, புடபாகம் பண்ணியெடுத்த பிறகு அதன் ரஸத்தை லேகநமாக நேத்திரங்களில் இடலாம். இவ்வித லேகநௌஷதத்தை நேத்திரங்களில் நூறு மாத்திராகாலம் வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 58—59½.

ரோபண புடபாகம்.

முலைப்பால், ஜாங்கல பூமியிலுண்டான மிருகங்களின் மாம்ஸம், தேன், நெய், கசப்பான வேறு சில தகுந்த ஔஷதிகள் இவற்றைக்கொண்டு புடபாக முறைப்படி பக்குவம்செய்த ஔஷதமானது ரோபணமாக உபயோகிக்கப்படலாம். இதில் லேகநத்தைவிட மூன்று மடங்கு அதிக காலம் ஔஷதத்தை நேத்திரங்களில் ஊறும்படி வைத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டும். 60½.

முறைதவறிய புடபாகௌஷத சிகித்ஸைக்குப் பரிஹாரம்.

புடபாகௌஷதங்களைக்கொண்டு செய்யப்படும் சிகித்ஸையானது தர்ப்பணத்திற்கு ஏற்றமுறைபாகவே இருப்பதால், இதில் முறைதவருக ஏதேனும் சிகித்ஸை செய்யப்பட்டு கோளாறுகள் நேர்ந்தால், அவற்றிற்கும் தர்ப்பணத்திற்குக் கூறிய பரிஹாரமுறைகளே தகுந்த சிகித்ஸைகளாம். 61.

---

1. மஜ்ஜை.—எலும்புக்குள்ளிருக்கும் சோறுபோன்ற தாது; அதுவும் ஒருவித கொழுப்பு.

2. ஜாங்கலபூமி.—154-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

3. லேகநகுணம்.—இதைப்பற்றி 15-வது பக்கம் பார்க்க.

4. இரும்பு, செம்பு முதலியவற்றை முறைப்படி சுத்திசெய்து உபயோகிக்கவேண்டும்; இவற்றின் சுத்தி க்ரமங்களைப்பற்றி மத்யமகண்டம் பதினென்ரும் அத்தியாயத்தில் விவரங்கள் காண்க.

5. ஸ்ரோதோஞ்ஜனம்.—தமிழில் இதற்கு வேறுவிதமான பெயர் கிடைக்கவில்லை; இதை ஹிந்தி முதலான பாஷையில் 'ஸுர்மா' என்று வழங்குகின்றனர்; சிலர் தமிழில் இதை நீலாஞ்ஜனம் என்பார்கள்; ஆங்கிலத்தில் Sulphurate of antimony என்று கூறுவதாய் அறியப்படுகிறது.

அஞ்ஜநம்.

அஞ்ஜந ப்ரயோகத்திற் கேற்ற காலம்.

முற்கூறிய சிகித்ஸா க்ரமங்களால் நேத்திர தோஷங்கள் ஒருவாறு பக்குவ நிலைமைக்கு வந்த பிறகு, முறைப்படி தகுந்த வேளையில் அஞ்ஜந விதியை நிறைவேற்றவேண்டும். ஹேமந்த ருதுவிலும், சிசிர ருதுவிலும் பகல் நேரத்தில் அஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கவேண்டும்; க்ரீஷ்ம ருதுவிலும், சரத் ருதுவிலும் காலையிலாவது மாலையிலாவது அஞ்ஜந கர்மம் செய்யலாம்; வர்ஷருதுவில் ஆகாயம் மேகத்தினுல் மூடப்பட்டிருக்கையிலும், அதிக வெயில் காயும்போதும் அஞ்ஜநமிடுவது பிசகு; வஸந்த ருதுவில் இதை எந்த நேரத்திலும் செய்யத் தடையில்லை, 62, 63.

குணத்தில் மூவகைப்பட்ட அஞ்ஜநங்கள்.

அஞ்ஜநமானது லேகநமென்றும், ரோபணமென்றும், ஸ்நேஹநம் என்றும் மூன்று விதமாம். அவற்றுள் லேகநமென்னும் அஞ்ஜநமானது க்ஷாரங்களாலும்,[1] தீக்ஷ்ண வீரியமுள்ள வேறு பதார்த்தங்களாலும், அம்லரஸமுள்ள வஸ்துக்களாலும் செய்யப்படும். ரோபணாஞ்ஜநமென்பது துவர்ப்பும், கசப்புமான இரஸமுள்ள வஸ்துக்களால் செய்யப்படுவதாம்.[2] ஸ்நேஹநமென்கிற அஞ்ஜநம் மதுர ரஸமுடையதாகவும், ஸ்நேஹங்கள் விசேஷமாக ஸம்பந்தப்பட்டதாகவும் இருக்கவேண்டும்; அதுவே ப்ரஸாதநாஞ்ஜநமாகவும்[3] கருதப்படும். 64, 65.

உருவத்தில் மூவகைப்பட்ட அஞ்ஜநங்கள்.

குளிகை, ரஸக்ரியை,சூர்ணம் என்று அஞ்ஜநம் மீண்டும் உருவத்தில் மூன்று வகைப்படும். இவற்றை முறைப்படியே குழைத்து சலாகையினுலாவது, விரல்களாலாவது நேத்திரங்களில் இடவேண்டும். இவற்றுள் குளிகையைவிட ரஸக்ரியையும், அதைவிட சூர்ணமும் முறையே வீர்யத்தில் குன்றியவைகளாம். 66.

---

1. க்ஷாரம்—148-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. இங்கு ஸம்ஸ்க்ருத மூலத்தில் நிர்ணய ஸாகர முத்ராக்ஷர சாலையின் புஸ்தகப்படி "கஷாயதிக்தரஸயுக் ஸ்நேஹநம் ரோபணம் மதம், மதுரம் ஸ்நேஹ ஸம்பந்நமஞ்ஜநம்..." என்று இருப்பது பிசகு. அதை "கஷாய திக்தரஸயுக் ரோபணம் ஸ்நேஹநம் மதம், மதுரம் ஸ்நேஹஸம்பந்நம்.." என்று மாற்றிப் படிக்க வேண்டும். துவர்ப்பும் கசப்புமான வஸ்துக்கள் ரோபணத்திற்கும் உபயோகமானவை யென்பதும், அவ்விதமே மதுரமும் எண்ணெய்ப் பசையுள்ளதுமான பதார்த்தங்கள் ஸ்நேஹநங்களாக இருப்பதென்பதும் பிரவசித்தம்.

3. ஸ்நேஹநாஞ்ஜநத்தினுல் கண்களுக்குத் தெளிவுண்டாவது இயல்பாதலால் அது ப்ரஸாதநாஞ்ஜநம் என்றும் கூறப்பட்டதென்க.

அஞ்ஜநத்திற்கு ஆகாத நிலைமைகள்.

ஏதேனும் ஆயாஸகரமான வேலைகளைச் செய்து அயர்ந்திருக்கையிலும், புலம்புகையிலும், பயந்திருக்கையிலும், மத்யபானம் செய்திருக்கும்பொழுதும், நவஜ்வர நிலைமையிலும்[1] , அஜீர்ணம் செய்திருக்கையிலும், வேகங்களை அடக்கியிருக்கும் போதும்[2] அஞ்ஜநத்தைப் பிரயோகிப்பது உசிதமல்ல. 67.

மூன்றுவித அஞ்ஜந குளிகை.

குளிகையாகச் செய்யப்படும் அஞ்ஜநமானது தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம், மத்யமாஞ்ஜநம், ம்ருத்வஞ்ஜநம் என மூன்று வகைப்படும். அவற்றுள் தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநத்திற்கான குளிகைகளை பிரமாணத்தில் ஓர் அரேணுகம் அல்லது வாய்விடங்கத்தின் அளவாகச் செய்யவேண்டும்; மத்யமாஞ்ஜநத்திற்கான குளிகையை ஒன்றரை அரேணுகத்தின் அளவாகவும், மத்யமாஞ்ஜந குளிகையை இரண்டு அரேணுகங்களின் அளவாகவும் செய்துகொள்ள வேண்டும். 68.

மூன்றுவித ரஸக்ரியாஞ்ஜநம்.

ரஸக்ரியை யென்னும் அஞ்ஜநத்தில் ஔஷதம் மூன்று வாய்விடங்கங்களின் அளவு கொண்டதாயிருந்தால் அது உத்தமப்ரமாணம் எனப்படும்; இரண்டு விடங்கங்களின் அளவு கொண்டதாளுல் அது மத்யமப்ரமாணமென்றும், ஒரு வாய்விடங்கத்தின் அளவாக இருந்தால் அது ஹீநமாத்திரை யென்றும் கருதப்படும்.[3] 69.

மூன்றுவித சூர்ணாஞ்ஜநம்.

அஞ்ஜநத்தில் சூர்ணமென்னும் பாகமும் விரேசந சூர்ணமென்றும், ம்ருது சூர்ணமென்றும், ஸ்நேஹந சூர்ணமென்றும் மூன்றுவிதமாம். அவற்றுள் விரேசந கர்மத்தில் உபயோகிக்கப்படும் சூர்ணத்தை இரண்டு சலாகைகளின் அளவு கொண்டதாய்[4] உபயோகிக்கவேண்டும்; ம்ருத்வஞ்ஜநமாயின் அதை மூன்று சலாகைகள் பிரயோகிப்பது உசிதம்; ஸ்நேஹந கர்மத்திற்கு ஏற்றவாறு பக்குவம் செய்த சூர்ணாஞ்ஜநத்தை நான்கு சலாகைகள் ப்ரயோகிக்கவேண்டியது அவசியம். 70.

---

1. நவஜ்வரம்—இதுவே தருணஜ்வரம் எனப்படும்; இதைப்பற்றி 174-வது பக்கம் டிப்பணியைப் பார்க்க.

2. வேகங்கள்—175-வது பக்க்ம் டிப்பணியைப் பார்க்க;

3. இங்கு கூறப்பட்டுள்ள உத்தம—மத்யம—ஹீநமாத்திரைகள் முறையே தீக்ஷ்ணாஞ்ஜநம், மத்யமாஞ்ஜநம், ம்ருத்வஞ்ஜநம் என்றும் கூறப்படும்.

4. சூர்ணத்தை ஏதேனும் திரவவஸ்துவிற் கலந்து இழைத்து அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்கவேண்டும்; அதில் ஒரு சலாகையினுல் எவ்வளவு ஔஷதம் எடுக்கக் கூடுமோ அந்த அளவு ஒரு சலாகை கொண்ட அளவெனப்படும்.

அஞ்ஜந சலாகையைச் செய்யுமுறை.

அஞ்ஜநமிடுவதற்கு உபயோகமான சலாகையானது எட்டு அங்குலம் நீளமாகவும், வெகு வழுக்கையாகவும், கூர்மையில்லாமல் மழுக்கங்கொண்ட இரு முனைகளையுடையதாகவும் அமைக்கப்பட்டிருக்கவேண்டும். அது ஏதேனும் தகுந்த சிலையினாலாவது, லோஹங்களாலாவது ஆக்கப்படலாம். 71.

லேகந ஸ்நேஹந ரோபணாஞ்ஜநங்களுக்குத் தகுந்த சலாகைகள்

அஞ்ஜநங்களை லேகநகர்மத்தின்பொருட்டு உபயோகிக்கவேண்டுமானால், அதில் தாம்ரத்தினாலாவது, அயத்தினாலாவது, அல்லது சிலையினாலாவது ஆக்கப்பட்ட சலாகையை உபயோகிக்கவேண்டும். ஸ்நேஹநாஞ்ஜநத்தை நேத்திரங்களில் இடுவதற்கு பொன் அல்லது வெள்ளியினால் செய்யப்பட்ட சலாகை உபயோகிக்கத் தகுந்ததாம். ரோபணமென்னும் கர்மத்தில் அஞ்ஜநமிடுவதற்கு சலாகையானது அங்குலியைப்போல் மிகவும் மிருதுவாயிருக்கவேண்டும்.[1] 72½.

அஞ்ஜநமிடும் முறை.

மாலை நேரத்திலாவது, விடியற்காலத்திலாவது அஞ்ஜநம் பிரயோகிக்கக் கூடியதாம்; அதை எந்த நேரத்திலும் தோன்றியவாறு உபயோகிக்கவே கூடாது. அதிக குளிரில்லாமலும், அதிக சூடில்லாமலும், அமிதமாகக் காற்று வீசாமலும், ஆகாயம் அதிகமாக மேகங்களால் மூடப்படாமலுமிருக்கிற ஸமயங்களில் அஞ்ஜநத்தைப் பிரயோகிப்பதால் நலமுண்டாகும். அஞ்ஜநத்தை சலாகை முதலியதைக்கொண்டு நேத்திரத்தினுள் கருவிழிக்குக் கீழே வர்த்மமென்னும் மாம்ஸபாகத்தில் நேத்திரத்தின் நெடுகவும் கடைக்கண்வரையில் தீட்டவேண்டும். 73, 74.

அஞ்ஜந வர்த்திகள்[2]

சந்த்ரோதய வர்த்தி.

சங்கின் நாபியெனப்படும் சுழியுள்ள அதன் அடிப்பாகம், தான்றிக்காயின் கொட்டை அல்லது பருப்பு, கடுக்காய், மனச்சிலை, திப்பிலி, மிளகு, கோஷ்டம், வசம்பு இவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் ஸமபாகமாயெடுத்து, அனைத்தையும் நன்றாகப் பொடித்து, வெள்ளாட்டுப் பால் விட்டு ஆட்டி யவதானியத்திற்கு ஸம அளவாக வர்த்திகள் செய்துகொள்ளவும். இந்த குளிகையை ஓர் அரேணுகம் அளவு ஜலம் சேர்த்து இழைத்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிடலாம். இதனால் திமிரரோகம், மாம்ஸவ்ருத்தி, காசம், படலரோகம், அர்ப்புதம், ராத்ரயாந்த்யம் என்னும் இராக்கண், வர்த்மரோகம், புஷ்பமென்னும் பூவிழுதல் என்கிற இந்நேத்திரரோகங்கள் நிவ்ருத்தியாகும். இது 'சந்த்ரோதய வர்த்தி' என்று வழங்கப்படும். 75—77.

1. அஞ்ஜநமென்னும் ஔஷதத்தில் லேகநாதி கர்மங்களுக்குத் தகுந்தவாறு சரக்குகள் வித்யாஸப்படுவது அவசியமாயிருப்பது போலவே சலாகைகளும் அதற்குத் தகுந்தவாறு வெவ்வேறு லோஹாதிகளால் அமைக்கப்படவேண்டுமென்பது ஆயுர்வேத முறைகளைக் கற்றறிந்தவரின் கருத்தாம்.

2. வர்த்தி—குளிகை; சிறிது நீளமாகச் செய்யப்படும் குளிகை வர்த்தி யெனப்படும்.

கரஞ்ஜபீஜ வர்த்தி.

புங்கம் விதையை அநேகமுறை பலாசம் பூவின் ஸ்வரஸத்தில் பாவனைசெய்து, அந்த ஸ்வரஸத்தைக் கொண்டே அதை ஆட்டி வர்த்திசெய்து, கண்களில் முன்போலவே இட, நேத்திரத்திலுண்டாயிருக்கும் பூவைப் போக்கிவிடும். 78.

லேகந வர்த்தி.

கடல்நுரை, இந்துப்பு, சங்கு, கோழிமுட்டையின் மேலோடு, முருங்க விதை இவற்றை நன்றாகப் பொடித்து, ஜலம் விட்டு அரைத்து வர்த்தி செய்யவும்; இது சுக்லம் முதலிய நேத்திர ரோகங்களைச்[1] சஸ்திரத்தினால் கீண்டுவிடுவது போல் அறுத்துவிடும். 79.

தந்த வர்த்தி.

யானையின் தந்தத்தையும், பன்றி, ஒட்டகம், பசு, குதிரை, வெள்ளாடு இவற்றின் குளம்புகளையும், சங்கையும், நல்முத்துக்களையும், கடல்நுரையையும் ஸமபாகமெடுத்து சூர்ணம் செய்து, கல்வத்தில் ஜலம் விட்டு நன்கு அரைத்து வர்த்தி செய்யவும். இதற்கு "தந்த வர்த்தி" என்று பெயர். இது கண்களிலுண்டாகும் சுக்ல ரோகத்தைப் போக்குவதில் சிறந்த ஔஷதம். 80½.

நீலோத்பலாதி வர்த்தி.

கரு நெய்தல், முருங்கவிதை, நாககேஸரம் இம்மூன்றையும் கல்கமாகச் செய்து, நன்றாகக் கல்வத்திலிட்டு ஆட்டி வர்த்தி செய்யலாம். இதை நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிட அதிநித்ரை நிவ்ருத்தியாகும். 81½.

குஸுமவர்த்தி.

எண்பது எள்ளுப்பூக்களையும், அறுபது திப்பிலிகளையும், அறுபது காட்டு ஜீரகங்களையும், ஐம்பது ஜாதிப்பூக்களையும், பதினாறு மிளகுகளையும் சேர்த்துப் பொடித்து, வெகு நேர்மையாக ஜலத்தினால் அரைத்து வர்த்திசெய்யவும். இது 'குஸுமவர்த்தி' என்று வழங்கப்படும். இவ்வர்த்தியை ஒன்றரை அரேணுகம் அளவில் ஜலத்தில் உரைத்து நேத்திரங்களில் இட திமிரம், அர்ஜுநம், சுக்லம் இவற்றைப்போக்கும்; மாம்ஸவளர்ச்சியையும் அறுத்துவிடும். 82—84.

ரஸாஞ்ஜநாதி வர்த்தி.

ரஸாஞ்ஜநம்,[2] மஞ்சள், மரமஞ்சள், குருக்கத்திப்பூ, பில்வத்தளிர் இவற்றை, பசுஞ்சாணத்தைக் கரைத்து வடிக்கட்டிய ஜலத்தில் ஆட்டி வர்த்திசெய்து, நேத்திரங்களில் இட, நக்தாந்த்யம் என்னும் இராக்கண்ணோய் தீரும். 85½.

1. இதனால் வர்த்ம ரோகம் முதலியவைகளும் போக்கப்படுமென்பது கருத்து.

2. ரஸாஞ்ஜநம்.—இதைப்பற்றி 116-வது பக்கத்தில் டிப்பணியைப் பார்க்க. இச்சரக்கை இதே பெயர்கொண்ட ஒருவித அஞ்ஜநக்கல் என்று சிலர் கூறுவர். 81-வது பக்கமும் பார்க்க.

தாத்ரீபீஜாதி வர்த்தி. நெல்லிப்பருப்பு ஒரு பங்கு, தான்றிக்கொட்டை இரு மடங்கு, கடுக்காயின் பருப்பு மூன்றுபங்கு இவற்றைப் பொடிசெய்து, ஜலம்விட்டு ஆட்டி வர்த்திசெய்யவும்; இந்த வர்த்தியை இரண்டு அரேணுகமளவு உரைத்து நேத்திரங்களில் இட நேத்ரஸ்ராவம் என்னும் கண்ணீர்ப் பெருக்கையும், வாதரக்தத்தினாலுண்டாகும் வலியையும் போக்கும். 86½.

ரஸக்ரியை [1]

துத்தாதி ரஸக்ரியை. துரிசி, பொன்னிமிளை, இந்துப்பு, சர்க்கரை, சங்கு, மனச்சிலை, காவியென்னும் கைரிகம், கடல்நுரை, மிளகு இவற்றைப் பொடித்து, தேன் சேர்த்து பக்குவம் செய்யவும். இவ்வாறு ரஸக்ரியையாகச் செய்த அஞ்ஜநௌஷதத்தை வர்த்மரோகம், அர்மம், திமிரம், காசம், சுக்லம் என்கிற ரோகங்களில் உபயோகிக்க அவ்வியாதிகள் தீரும். 87—88½.

கர்ப்பூராதி ரஸக்ரியை. பச்சைக் கர்ப்பூரப்பொடியை ஆலம்பாலில் குழைத்து ரஸக்ரியையாக நேத்திரங்களில் இட, இரண்டு மாதங்களாய் நேத்திரத்திலுண்டாயிருக்கும் குஸுமமென்னும் பூ சீக்கிரத்தில் நிவ்ருத்தியாகும். 89½.

மரிசாதி ரஸக்ரியை. மிளகை நன்றாகத் தேனிலாவது குதிரையின் வாயிலிருந்து பெருகும் உமிழ் நீரிலாவது இழைத்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிட சூர்யனைக் கண்ட இருள்போல அதிநித்ரை ஒழிந்துவிடும். 90½.

ஜாதிபுஷ்பாதி ரஸக்ரியை. ஜாதிப்பூ,[2] பவளம், மிளகு, கடுகரோஹிணி, வசம்பு, இந்துப்பு இவற்றை ஸமபாகமாக எடுத்து, செம்மறியாட்டின் மூத்திரத்தில் குழைத்து அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்க, தேஹத்திலுண்டான சோம்பல் அல்லது திமிர் உடனே தீரும். 91½.

சிரீஷபீஜாதி ரஸக்ரியை. காட்டுவாகையின் விதை, திப்பிலி, மிளகு, இந்துப்பு, வெள்ளுள்ளி, மனச்சிலை, வசம்பு இவற்றைப் பசுமூத்திரத்தில் இழைத்து ரஸக்ரியை செய்யவும். இதை அஞ்ஜநமிட, மூர்ச்சை முதலியவற்றால் உணர்ச்சியற்றிருப்பவர் மீண்டும் உணர்ச்சியைப் பெற்று எழுந்துவிடுவர். 92½.

1. ரஸக்ரியை.—இதைப்பற்றி 113-வது பக்கத்தில் முதல் ச்லோகத்து மொழி பெயர்ப்பைப் பார்க்க.
2. ஜாதிப்பூ.—ஜாதியென்று ஒருவித மல்லிகை; ஜாதிக்காயின் புஷ்பமென்றும் கூறுவர்.

தார்வ்யாதி ரஸக்ரியை. மரமஞ்சள், பேய்ப்புடல், அதிமதுரம், வேம்பு,[1] அல்லிக்கிழங்கு, கருநெய்தல், வறள்தாமரை இவற்றை ஸமபாகம் எடுத்து, இவ்வனைத்துக்கும் நாலு மடங்கு ஜலம் சேர்த்துக் காய்ச்சி, நாலில் ஒரு பங்காகச் சுண்டச்செய்து, வடிக்கட்டி, அக்கஷாயத்தை மீண்டும் பாகுபோல் வருமளவும் காய்ச்சவேண்டும்; அது தானே குளிர்ந்துவந்ததும், அக்கஷாயத்திற்கு நாலில் ஒரு பங்கு தேனும் சர்க்கரையும் அதில் சேர்த்துக் கலக்கிவிடவும். இந்த ரஸக்ரியை நேத்திரத்தில் உபயோகிக்கப்படுமானால் கண்ணெரித்தல், கண்களில் நீர்வடிதல், கண்களில் இரத்தம் வடிதல், கண்சிவப்பு, கண்வலி இவற்றைப் போக்கும். 93—95.

ரஸாஞ்ஜநாதி ரஸக்ரியை. ரஸாஞ்ஜநம், ஸர்ஜரஸமென்னும் பிசின், ஜாதிப்பூ, மனச்சிலை, கடல்நுரை, இந்துப்பு, காவிக்கல், மிளகு இவற்றை ஸமபாகமெடுத்து நன்றாகத் தேனில் இழைத்து நேத்திரங்களில் இட, பலவித துர்நீர்களுடன்கூடிய வர்த்மரோகமும், கண்களிலுண்டாகும் தினவுமுதலியதும் தீரும்; இமைமயிர்களும் இதனால் நன்கு வளரும். 96, 97.

குடேச்சியாதி ரஸக்ரியை. சீந்திற்கொடியின் ஸ்வரஸம் கால் பலமெடை, தேன் ஒரு மாஷமெடை,[2] இந்துப்பு அதே அளவு இவற்றையெல்லாம் ஒன்றாகக் கல்வத்திலிட்டு ஆட்டவும். இதையெடுத்து நேத்திரங்களில் இடுவதால் பில்லம், அர்மம், திமிரம், காசம், கண்டூ, லிங்கநாசம் என்னும் நேத்திரரோகங்களும், கண்களின் கருவிழிகளிலும் வெண்மண்டலங்களிலுமுண்டாகும் வியாதிகளும் தீரும். 98, 99.

புநர்நவாதி ரஸக்ரியை. சூர்யன் அந்தகாரத்தை அடியோடு அகற்றிவிடுவதுபோல வெள்ளைச் சாறடையானது அந்தந்த வஸ்துக்களின் சேர்க்கையினால் அநேகம் நேத்திரரோகங்களைப் போக்கவல்லது: அதாவது--இவ்வௌஷதச் சரக்கைப் பசுவின்பாலில் இழைத்துப்போட்டால் நேத்ரகண்டூ என்னும் கண்தினவையும், தேனிற் கலந்துபயோகித்தால் ஜலம் வடிதலையும், நெய்யிற் குழைத்துப் போட்டால் கண்பூவையும், தைலத்தில் இழைத்து இட்டால் திமிரரோகத்தையும், காடியிற் கலந்துபயோகித்தால் இராக்கண்ணையும் போக்கும். 100½.

பப்பூலதள ரஸக்ரியை. கருவேலங்கொழுந்தை க்வாதம் செய்து, வடிக்கட்டி, அதை மீண்டும் லேஹ்யம்போல் காய்ச்சியெடுக்கவும். இதைத் தேனில் கலந்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிட கண்களிலிருந்து நீர்வடிதல் நிவ்ருத்தியாகுமென்பது நிச்சயம். 101½.

1. வேம்பு என்பதால் இங்கு வேப்பங்கொட்டை குறிக்கப்பட்டதென்க.
2. மாஷம்.—3-வது பக்கத்தைப் பார்க்க.

ஹிஜ்ஜல பல ரஸ க்ரியை.

நீர்க்கடம்பின் காயை ஜலத்தில் தேய்த்து, தினந்தோறும் கண்களில் அஞ்ஜநமாக உபயோகித்து வருவது நலம். கண்களில் நீர்வடிதலைப் போக்குவதற்கு இது மிகச் சிறந்த ஔஷதமெனக் கருதப்படுகிறது. 102½.

கதகாதி ரஸக்ரியை.

தேற்றாங்கொட்டையைத் தேனில் இழைத்து, சிறிது பச்சைக் கர்ப்பூரத்தையும் அத்துடன்தேய்த்து நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமிட, கண்களிலுண்டான கலக்கம் முதலியவை விலகி அவை நன்றாகத் தெளிவையடையும். 103½.

க்ருதாதி ரஸக்ரியை.

நெய்யையும் தேனையும் கலந்து நன்றாகக் குழைத்து கண்களில் அஞ்ஜநமாக உபயோகித்தால் வீரோத்பாதம் என்கிற நேத்திரவியாதி நிவ்ருத்தியாகும். 104.

க்ருஷ்ண ஸர்ப்ப வஸாதி ரஸக்ரியை.

கருநாகத்தின் நிணநீர் அல்லது கொழுப்பு, சங்கு, தேற்றாங்கொட்டை இவற்றை ரஸக்ரியை செய்து அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்க, சீக்கிரத்தில் அந்தகர்களுக்கும் பார்வை உண்டாகும். 105.

லேகந ரஸக்ரியை.

கோழிமுட்டையின் ஓடு, மனச்சிலை, காருப்பு,[1] சங்கு, சந்தனம், இந்துப்பு இவற்றை நுண்மையாகப் பொடித்து ஜலம் சேர்த்து ரஸக்ரியையாகச் செய்து அஞ்ஜநமிட கண்ணில் விழுந்துள்ள பூ, அர்மம் முதலிய ரோகங்கள் அறுபட்டு நேத்திரம் ஸ்வஸ்த்தமாகும். 106.

கணாதி ரஸக்ரியை.

திப்பிலியை செம்மறியாட்டின் கல்லீரலின் இடையில் மறைத்துவைத்து, அக்னியிற் பக்குவம்செய்து எடுத்து, அத்திப்பிலியை இழைத்துக் கண்களில் அஞ்ஜநமிட்டால் நக்தாந்த்யமென்னும் இராக்கண் ஸ்வஸ்த்தமாகும். இவ்விதமே மிளகையும் பக்குவம்செய்து தேனில் உரைத்து அஞ்ஜநமிட்டாலும் இராக்கண் நிவ்ருத்தியாகும்.[2] 107.

சூர்ணாஞ்ஜநம்.

மிளகு, அரை சாணமெடை,[3] திப்பிலியும் கடல்நுரையும் தனித்தனியே இரண்டு சாணமெடை, இந்துப்பு அரை சாணமெடை, புதிய ஸௌவீராஞ்ஜநம்[4] ஒரு சாணமெடை

1. காசம் அல்லது காசலவணம் என்பது தமிழில் அட்டுப்பு என்றும் அல்லது காருப்பு என்றும் கூறப்படுகிறது.

2. ரஸக்ரியையென்பது கஷாயத்தை மீண்டும் காய்ச்சி பாகுபோல் செய்யப்படும் பாகமென்றும், தேன் முதலியதிற் கலப்பதால் அவ்வித ரூபம் வருவதைக் கருதி மற்றவையும் இப்பிரகரணத்தில் அவ்வாறு கூறப்பட்டன.

3. சாணம்.—3-வது பக்கத்தைப் பார்க்க.

4. ஸௌவீராஞ்ஜநம்.—வெண்மையான அல்லது சிறிது மங்கல் நிறமான ஓர் அஞ்ஜநக்கல், இதை சிலர் வெண்ஸுர்மா என்பார்கள். ஆங்கிலத்தில் white antimony என்று வழங்கப்படுமாம்.

மரிசாதி சூர்ணாஞ்ஜநம்.

ஆக இவற்றை சித்திராநக்ஷத்திரத்தன்று வெகு நுண்மையாகச் சூர்ணமசெய்து அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்கவும்.[1] இதனால் கண்டு, காசம், கபதோஷத்தினாலுண்டாகும் கோளாறுகள், மற்றும் பலவிதமான மலங்கள் முதலியவை நீங்கி நேத்திரம் சுத்தமாகும். 108, 109.

ஸர்வரோகஹர சூர்ணாஞ்ஜநம்.

இரஸகமென்னும் தாதுப்பொருளை[2] ஒரு சிலையில் வைத்து வெகு நுண்மையாகப் பொடித்து, அச்சூர்ணத்தை ஜலத்தில் நன்றாகக் கரைத்துவிடவும்; சற்று நேரம் சென்றபின் மெதுவாக ஜலத்தை மற்றொரு பாத்திரத்தில் வடித்துக்கொண்டு, அடியில் தங்கி நிற்கும் சூர்ணத்தை விலக்கி விடவேண்டும்; பிறகு அந்த ஜலத்தை அப்பாத்திரத்திலேயே வெயிலில் வைத்திருக்க, அதிலுள்ள ஜலமெல்லாம் வற்றிப்போய் அடியில் ஒருவித வண்டல் தங்கி அது பர்ப்படம்போல்[3] ஆய்விடும்; அதை யெடுத்து நன்றாகப் பொடிசெய்து த்ரிபலாஸ்வரஸத்தில் மூன்றுமுறை பாவனை செய்யவும்; அப்பால் அதில் பத்திலொருபங்கு பச்சைக் கர்ப்பூரத்தையும் பொடித்துச் சேர்க்கவேண்டும். இதை நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமாயுபயோகிக்க ஸகல தோஷங்களும் தீரும்; கண்களுக்கு மிக்க ஸௌக்கியத்தை யுண்டுபண்ணும். இது 'ஸர்வரோகஹர சூர்ணாஞ்ஜநம்' என்று வழங்கப்படும். 110—112½.

ஸௌவீராதி சூர்ணாஞ்ஜநம்.

ஸௌவீராஞ்ஜநத்தை அக்னியில் எரித்து, த்ரிபலாஸ்வரஸத்தில் அதன் சூர்ணத்தைக் கலக்கி ஏழு வேளை நேத்திரங்களில் அஞ்ஜநமாக உபயோகிக்கலாம். அவ்விதமே அதன் சூர்ணத்தை முலைப்பாலில் கலக்கி தினந்தோறும் கண்களில் அஞ்ஜநமிடலாம். இவ்வௌஷதம் பெரும்பான்மையான நேத்திரரோகங்களையும் போக்கக்கூடியது. 113—114½.

அஞ்ஜநமிடும் நாக சலாகை.

நாகமென்கிற லோஹத்தை த்ரிபலாகஷாயத்திலும், கரிசிலாங்கண்ணிச் சாற்றிலும், சுக்குக்கஷாயத்திலும், நெய்யிலும், பசுவின் மூத்திரத்திலும், தேனிலும், வெள்ளாட்டுப்பாலிலும் தனித்தனியே காய்ச்சிக் காய்ச்சித் தோய்க்கவும். பிறகு அந்த நாகத்தினால் ஒரு சலாகை செய்து, அதனால் நேத்திரங்களில் மைதீட்டுவதுபோல் தீட்டினால் ஸகல நேத்திரரோகங்களும் தீரும். 115, 116.

1. சூர்ணாஞ்ஜநங்களை நேத்திரங்களில் ஏதாவது தேன், முலைப்பால் முதலிய திரவபதார்த்தங்களில் குழைத்துதான் இடவேண்டும். ரஸக்ரியைகளிலும் சில சூர்ணங்களை அவ்விதமுபயோகித்தபோதிலும், ரஸக்ரியாஞ்ஜநத்தை எப்பொழுதுமே திரவரூபமாகச் செய்துவைத்துக்கொள்ளலாம். சூர்ணாஞ்ஜநத்தை வேண்டியபோது அவசியமான திரவத்தில் உபயோகிப்பது வழக்கம்.

2. இரஸகம்.—145-வது பக்கத்தில் பார்க்க.

3. பர்ப்படம்.—மெல்லியபலகைத் துண்டுகளைப்போன்ற பாளங்கள்.

ப்ரத்யஞ்ஜநம் முதலியன.

நேத்திர சோதநம்.

கண்களில் ஸம்பவித்த தோஷங்களெல்லாம் நீங்கி, நீர்வடிதலும் முற்றிலும் நின்ற பிறகு, சுத்தமான தண்ணீரில் முகத்தை அமர்த்தி, நேத்திரங்களை நன்றாகத் திறந்து கழுவவேண்டும். அப்பால் அதற்கு முன்னிருந்த நேத்திர தோஷங்களுக்குத் தகுந்தவாறு ஏதேனும் ப்ரத்யஞ்ஜநத்தை யுபயோகிப்பதும் உசிதம். 117.

சோதநத்திற்குத் தகாக நேத்திரம்.

தோஷங்கள் முற்றிலும் கண்களிலிருந்து விலகாமல், அவை இன்னும் சிறிது மிருந்திருப்பதாகத் தெரியவந்தால், அந்நேத்திரங்களைக் கழுவக்கூடாது. 117½.

ப்ரத்யஞ்ஜநம்.

நேத்திரம் தீக்ஷ்ணமான ஔஷதப் பிரயோகங்களால் அழற்சிகொண்டு கஷ்டப்படுமானால், அப்பொழுது அவ்வழற்சிமுதலியதைப்போக்கி அதற்குத் தெளிவை யுண்டுபண்ணும் ப்ரஸாதநமென்னும் குணமுடைய சூர்ணாஞ்ஜநத்தை யுபயோகிப்பது 'ப்ரத்யஞ்ஜநம்' எனப்படும். 118.

நயநாம்ருதமென்னும் ப்ரத்யஞ்ஜநம்.

முறைப்படி சுத்திசெய்த நாகத்தை [1] உருக்கி, அதில் சுத்திசெய்த பாதரஸத்தை [2] அதற்கு ஸமயெடையாகச் சேர்க்கவும்; அவ்விரண்டுக்கும் ஸமமாக நீலாஞ்ஜநத்தையும் [3] பொடித்துச் சேர்த்து அனைத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து பிறகு கல்வத்திலிட்டு ஆட்டி, அச்சூர்ணத்தில் பத்திலொருபங்கு பச்சைக்கர்ப்பூரமும் சேர்த்துக்கொள்ளவும். இது ப்ரத்யஞ்ஜநம் என்னும் ஔஷதமாம். இது கண்ணோய்களைப் போக்கக்கூடியது; கண்களுக்கு அமுதம்போன்றது. 119, 120.

ஜயபாள வர்த்தி.

நேபாளத்தின் விதையை எடுத்து முளையை நீககிக் கொடியெலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் இருபத்தோரு முறை பாவனைசெய்து, அதை கல்வத்தில் ஆட்டி வர்த்தி செய்யவும். இதை ஸர்ப்பம் தீண்டியவனுடைய கண்களில் அஞ்ஜநமாக இட, இவ்வௌஷதம் அவனுடைய தேஹத்திலுள்ள விஷத்தைப் போக்கி அவனைப் பிழைப்பிக்க வல்லது. 121, 122.

நேத்திர ரோகங்களைப் போக்கும் ஒரு ஸாதாரணமுறை.

போஜநமுண்டபிறகு உடனே தனது இரண்டு கைகளையும் சூடுண்டாகுமாறு நன்றாகத் தேய்த்து நேத்திரங்களின்மேல் நன்கு அமர்த்திவந்தால், திமிரம் முதலிய நேத்திரவியாதிகள் சாந்தமாகக்கூடும். 123.

---

1. நாகசுத்தியைப்பற்றி 138-வது பக்கம் பார்க்க.

2. பாதரஸசுத்தி.—அல்லது பாரதசுத்தி; இதைப்பற்றி 149-வது பக்கம் பார்க்க.

3. நீலாஞ்ஜநம்.—இதையே ஸௌவீராஞ்ஜநம் என்பார்கள்.

நேத்திர ரோகங்களைத் தடுக்க ஸுலபமான உபாயம்.

எந்த மனிதன், தினந்தோறும் மூன்றுவேளையும் வாயில் குளிர்ந்த ஜலத்தை நிரப்பிக்கொண்டு, இரண்டு கண்களையும் தண்ணீரால் நனைத்துக் கழுவி வருகின்றானோ, அவன், எப்பொழுதும் நேத்திர வியாதிகளாலான துன்பங்களை அனுபவிக்க நேரிடாதென்பது நிச்சயம். 124.

கிரந்தத்தின் முடிவுரை.

இந்நூல் ஆயுர்வேத ஸாரம்.

ஆயுர்வேதமென்னும் அகண்ட ஸமுத்திரத்தில் மறைந்து கிடக்கும் அநேகம் அரும்பொருட்களாகும் மாணிக்கத்திரள்களைக் கண்டறிந்து முன்னால் சில மேதாவிகளால் ஸம்ஹிதைகள் [1] என்னும் பெயருடன் பற்பல நூல்கள் விரிவாக வரையப்பட்டன. அந்நூல்களிலிருந்து மிகவும் ஸாரமான சில விஷயங்களைப் பெயர்த்தெடுத்து இந்த ஸம்ஹிதை என்றனால் [2] இயற்றப்பட்டது; ஸத்புருடர்களான கல்விமான்கள் இந்நூலின்கண் தமது கருணைநிறைந்த கடாக்ஷத்தைக் கருத்துடன் செலுத்துவாராக. 125, 126.

ஸம்ஹிதையின் மஹிமை.

சார்ங்கதரனுடைய [3] இந்த ஸம்ஹிதையானது, பலவகையான பிணிகளாகும் வறுமையை ஔஷதமுறைகளெனப்படும் அருமையான இரத்தினங்களால் அகற்றக்கூடியதாயிருப்பதால், தாமரைமலர்களைப்போல் குளிர்ந்து மனோஹரமாக நிர்மலமாயிருக்கும் கவிகளின் இருதயங்களில் ஸ்ரீதேவியைப்போல் சீருடன் விளங்குமாக.[4] 127.

இந்நூலின் பயன்.

அளவற்ற நூல்களை ஆராய்ந்தறிவதற்கான திறமையிற் குன்றியவர்கள், அல்லது அதற்குத் தகுந்த நீண்ட ஆயுளைப் பெறாதவர்கள் இதுகாறும் அகில நூல்களையும் படிப்பதில் தமது சக்தியையும் மீறி முயன்றது போதும்; வைத்திய சாஸ்திரத்தின் ஸாராம்சமனைத்தையும் இதிற் சுருக்கிக் கூறியிருப்பதால், அத்தகைய விவேகிகள் சுருக்கமான இந்நூலைப் படித்தறிய முயல்வது முற்றிலும் யுக்தமாகும். 128.

---

1. சரகஸம்ஹிதை, ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை, காச்யப ஸம்ஹிதை, ஹாரீதஸம்ஹிதை முதலியவை இதனால் குறிக்கப்படுபவை.

2. என்றனால்.—சார்ங்கதரனால்.

3. சார்ங்கதரன்.—என்றால் ஸ்ரீ மஹாவிஷ்ணு என்று இங்கு மற்றொரு பொருளுண்டு.

4. கமலமலர்களில் வஸிப்பவளும் சார்ங்கதரனை ஸ்ரீ மஹாவிஷ்ணுவின் பத்னியுமான ஸ்ரீ தேவியானவள், வேண்டிய தனங்களைக் கொடுத்து ஜனங்களைச் செல்வவான்களாகச் செய்ய வல்லவளாயிருப்பதுபோல், சார்ங்கதரனுடைய இந்த ஸம்ஹிதையும் ஔஷத முறைகளைக்கொண்டு வியாதிகளாகிற வறுமையைப் போக்கி, ஆரோக்கியமாகும் செல்வத்தை விருத்தி செய்யவல்லது; மேலும் அவள் தாமரை மலர்களில் வஸிப்பதுபோல, இதுவும் கவிஹ்ருதயங்களில் இருக்கத்தகுந்தது என்றும் கருத்தாம்.

பிழை திருத்தம்.

பக்கம்.	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
3	2	த்ரஸரேனு	த்ரஸரேணு
9	27	விபாங்கள்.	விபாகங்கள்.
14	33	ரேனசம்.	ரேசனம்.
16	3	சுக்கரலம்.	சுக்ரலம்.

69-பக்கத்தில் டிப்பணியில் 2-என்பதை 1-என்று திருத்திக்கொள்ளவும்.

பக்கம்.	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
71	13	சபெய்வதற்கான	செய்வதற்கான
88	18	ஜ்வரஹம்.	ஜ்வரஹரம்.
89	23	மற்றருரு	மற்றொரு
128	27	பருங்கராஜ	ப்ருங்கராஜ
132	4	ஆஸவாரிஷ்டங்களின் அவற்றின்	ஆஸவாரிஷ்டங்களின் பேதமும் அவற்றின்
218	30	சீலர்	சிலர்
223	22	மூலாதி	மூலாதி
234	22	சரீரத்திதை	சரீரத்தை
235	36	அறிது	அரிது

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர் :
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 2. Vol. II. | ராக்ஷஸ௵ வைகாசிமீ —JUNE—1915. | ஸஞ்சிகை 10. No. 10.

INDIAN HILL STATIONS AS HEALTH RESORTS.

ஆரோக்கியத்திற்கு ஆதாரமான இந்திய மலைப் பிரதேசங்கள்.

By RAMANARAYAN, L.M.& S.,
Editor of Practical Medicine.

வாஸஸ்தலத்தை ஒருவன் மாற்றவேண்டியிருக்கும்போது அவன் மலைப்பிரதேசம் போவது நலமென்று கருதப்பட்டு வருகிறது; வைத்தியர்கள் தமது பிணியாளிகளை மலைகளின்மேல் போய் வஸிக்கச் சொல்வது சிறந்த சிகித்ஸா க்ரமங்களில் ஒன்றென்று நினைக்கின்றனர். வைத்தியம் செய்யும் அனைவருமே இவ்வாறு தமது பிணியாளிகளுக்கு அறிவிப்பது வெகு ஸாதாரணமாய் விட்டது. மலைகளல்லாத ஸமநிலங்களில் வஸிப்பவரான வைத்தியர்கள், அவர்கள் குறிப்பிடும் மலைப்பிரதேசத்தின் குணகுணங்களைப்பற்றிய அறிவும் அனுபவமும் இல்லாதவர்களாகவே, பிணியாளிகளின் தன்மைகளைப் பகுத்தறியாமலே, அவ்விதப் பிரதேசங்களுக்கு வாஸஸ்தலத்தை மாற்ற வேண்டுமென்று ஏதோ கூறிவிடுகின்றனர். மலைப்பிரதேசங்கள் யாவும் அவற்றின் பூஸாரம் முதலியவற்றால் அனைவரையுமே ஸ்வஸ்தம் செய்யக்கூடியவையென்றும், அவை எவ்வித வியாதிகளிலும் தீங்கு விளைவிக்காதவையென்றும், ஆகவே அவ்வாறு அவற்றில் வஸிக்கத் தூண்டுவது நலமென்றும் அவ்வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள் என்றறிகிறோம். குன்றுகளெல்லாம் ஸர்வரோகசமனௌஷதமாக அவர்களுக்குத் தோற்றுகின்றன போலும். எந்த வியாதியினால் ஒருவன் துன்பப்படுகிறானோ அவ்வியாதியை நிவாரணம் செய்வதற்கான குணங்கள் தாம் குறிப்பிடும் மலைப்பிரதேசத்தில் அமைந்திருக்கின்றனவா இல்லையா என்று நிதானித்து நிச்சயிக்காமலே, அநேக வைத்தியர்கள் தமது பிணியாளிகளை ஏதேனும் ஓர் குறிப்பிட்ட மலையின்மீது வஸிப்பதற்கு தமது உவக்கத்தக்க உத்திரவை அளித்துவிடுகின்றனர். பகுத்தறிவின்றியே வைத்தியர்கள் செய்த உபதேசத்தினால் நன்மைக்குப் பதிலாக அநேகம் பிணியாளிகள் தீமைக்கே ஆளானார்கள் என்று எமக்குத் தெரியவருகிறது. சில கேஸுகளில் ஏழைப் பிணியாளிகள் சரீரதிடனிழந்து, திரவிய நஷ்டமுமடைந்து வீணில் வருத்தப்படுகையில், அவ்வித பிணியாளிகளை மலைப்பிரதேசங்களிலிருந்து ஸமபூமிகளுக்கு வரும்படி இவ்வியாஸமெழுதியவர் போதிக்க நேர்ந்ததுண்டு.

சென்ற வருஷத்தில் ஸிம்லாவுக்கு ஸமீபத்திலுள்ள ஸோலன் என்னும் ஊரிலுள்ள ஒரு தாசில்தார் ரத்தஸந்நிபாத (apoplexy) ரோகத்

தினால் வருந்தி திடீரென்று மாண்டுபோனார்; ஏற்கனவே தமனிகள் (arteries) எனப்படும் செவ்விரத்தக் குழாய்களின் தாபத்தினாலும், ஹ்ருதயகபாட வியாதியினாலும் அவர் கஷ்டப்பட்டதுண்டு; அந்த நிலைமையில் அவரை அங்குள்ள மலையின்மேல் சென்று வஸிக்கும்படி வைத்தியர் உபதேசிக்க, அவரும் அவ்விதமே செய்து, பிறகு வெகு சீக்கிரத்தில் வீணே உயிர்துறக்க நேரிட்டதென்பது விஸனிக்கத் தக்கது. மற்றொருவர் காஸத்துடன் (bronchitis) கஷ்டப்பட்டு, அவருடைய நுரையீரல்கள் வீக்கங்கொண்டு அவஸ்தைப்படுகையில், அவரும் இவ்வருஷம் ஸோலன் என்னும் மலைப்பிராந்தத்திற்கு அனுப்பப்பட்டார்; அவர் அவ்விடம் சென்றவுடனே அவருடைய வியாதிக்குறிகள் இன்னும் கேடான அவஸ்தையையடைந்தன. ஆனால் சில பிணியாளிகள் அவர்களுடைய நண்பர்களின் ஹிதவார்த்தைகளுக்கிணங்க மலைப்பிரதேசங்களில் சென்று வஸித்து வருகையில், தமக்குத் தாமே அவ்வித இடமாறுதலால் மேலான ஸௌக்கியத்தையும் அடைந்து வந்திருக்கின்றனர்.

இவ்விஷயத்தில் அநாவசியகமாய் ரோகிகளுக்கு நேரிடும் செலவுகளும், அலைத்தலும், தேஹச்ரமமும், மனோதபங்கமும், முக்கியமாய் வைத்தியரிடமேற்படும் நம்பிக்கைக் குறைவும், வாஸ்தவமாகவே தத்துவங்களையுணர்ந்த சிறந்த வைத்தியர்களுடைய வார்த்தைகளிலும் அவநம்பிக்கை ஸம்பவிப்பதற்கு ஆதாரமாய், அதனால் வைத்தியர்களும் பரிசாரகம் செய்பவரும் அப்பிணியாளிகளுடன் பலவிதமான கஷ்ட நஷ்டங்களுக்கு உட்படவேண்டி வருகின்றது. எல்லா வைத்தியர்களும் தாம் பிணியாளிகளை அனுப்புவதற்கென்று உத்தேசிக்கும் மலைப்பிராந்தங்களின் பூஸாரமுதலிய தன்மைகளையும், அவ்விடங்களில் வஸிப்பதால் ரோகிகள் அடையும் நற்குணங்கள் அல்லது துர்க்குணங்களின் மாதிரிகளையும் அப்போதைக்கப்போது குறித்து எழுதி வைத்துக்கொள்வது உபயோகமாயிருக்கும். இடம் மாற்றுவதால் வியாதிநிவாரணம் செய்யக்கூடுமென்னும் விஷயமாய் ஒரு வைத்தியப் பத்திரிகையின் ஆசிரியர் கூறியுள்ள விஷயத்தை இதனடியில் குறிப்பிடுகின்றேன்.

இந்தியாவிலுள்ள மலைப்பிரதேசங்களின் இயற்கைத் தன்மைகளைக்கொண்டு, அவற்றைப் பின்வருமாறு பிரிக்கக்கூடும். (1) ஆகாயபாரம் குறைந்திருத்தல், வாயு சுத்தமாயிருத்தல், ஸமுத்திரத்துக்குமேல் ஓஜோன் (ozone) என்னும் பிராணவாயு ஜலவாயு முதலியவற்றின் சேர்மானப்பிரமாணம்; (2) ஸமபூமிகளைவிட உஷ்ணம் குறைதல், உயரம் அளவில் அதிகரித்துவர குளிர்ச்சியும் அதிகரித்தல்; (3) ஆகாயத்தில் ஈரப்பசை அதிகமாதல், மழை மிதமிஞ்சிப் பெய்வதுடன் மாரிகாலமும் நீடித்திருத்தல்; (4) மரஞ்செடிகள் வெகு செழிப்பாக வளர்ந்திருத்தல்; (5) ஒதுக்கிடமான கணவாய்களைத் தவிர்த்து மற்றவிடங்களில் பலமான காற்றுவீசுவதால் நேரிடும் நிலைமை; (6) சூர்யரச்மிகள் நேராகப் பாய்ந்தும், வெகு உயரமாயிருப்பதால் (சுமார் 16000 அடிகளுக்குமேல் உயர்ந்திருப்பதால்) ஈரம் விசேஷமாகக் கதித்து மரம் கொடி முதலியவை வளர முடியாமல், பனியும் மிதமிஞ்சிப் பொழிதல்; என்று மலைப்பிரதேசங்களை ஆறு வகுப்புகளாக அவற்றின் குணங்களை அல்லது பூஸாரநிலைமைகளைக்கொண்டு வகுக்கவேண்டி வருகிறது.

மலைப்பிராந்தங்களில் பொதுவாக இருதுக்களின் கால அளவானது ஸமநிலங்களிலுள்ளவைபோலவே பெரும்பாலும் இயற்கையிலேற்பட்டிருக்கின்றன. கோடைகாலமானது ஏப்ரல்மாதம் முதல் ஜூன்வரையில் நீடிக்கும். அந்த ஸமயம் ஸமபூமிகளைவிட பர்வதங்களின்மேல் 10-முதல் 20 டிக்ரிவரையில் உஷ்ணம் குறைவாயிருக்குமாகையால், ஸமபூமியில் எரிக்கும் தாபத்தைத் தாங்காதவர்கள், மலைகளின்மேல் சென்று வஸிக்க விரும்புவார்களானால், அதற்கு அதுதான் தகுந்த காலமாகும். இந்

தியர்கள் இயற்கையாகவே கோடைகாலத்து அபரிமிதமான உஷ்ணத்தையும் தாங்கக்கூடியவர்களாகக் காணப்பட்டாலும், ஐரோப்பியர்கள் அவ்வாறு அதைப் பொறுக்கக்கூடாத சரீர நிலைமையுடையவர்களாயிருப்பதால், இக்கோடை காலங்களில் அவர்களில் செல்வாக்குள்ள பெரும்பாலோரும், இந்தியர்களில் சிலரும் மலைகளின்மேல் சென்று வஸித்துவருவது வழக்கமாயிருந்து வருகிறது.

பர்வதப் பிராந்தங்களில் மாரிகாலம் ஜூன் மாதமத்தியில் ஆரம்பித்து, செப்டம்பர் முடியவும் நீடித்திருப்பது இயல்பு. இக்காலத்தில் குன்றுகள் திரள்திரளான மேகங்களாலும் மூடுபனிகளாலும் சுற்றிலும் சூழ்ந்து கொள்ளப்படும்; அபரிமிதமான மழைப்பெருக்கால் மலைகளிலிருந்து இடைவிடாமல் வெள்ளம் புரண்டோடும்; ஆகாயத்தில் ஈரம் எவ்வளவு அதிகமாகக் கூடுமோ அவ்வளவு அதிகமாக விருத்தியாகும். ஒவ்வொரு மலையில் ஒவ்வொரு விதமாக மழையின் அளவு சில ஸமயம் வித்தியாஸப்பட்டபோதிலும்—அப்பொழுதும் ஒரு மலையின் ஒரு பாரிசத்தில் மழை அளவிற்குறைந்திருக்கையில் மற்றொரு பாரிசத்தில் அளவுக்கு மிஞ்சியே பொழிவது இயல்பாதலால்—மொத்தத்தில் மாரிகாலத்தில் மலைகளின்மேல் மிகவும் கனமாகவே மழை பொழிவதாக நிச்சயமாய்க் கூறலாம். வியாதியஸ்தர்கள் இக்காலங்களில் மலைகளில் வஸிக்கக் கூடாது; அதிலும் ச்வாஸாசயவியாதிகளால் வருந்துபவர் மாரிகாலங்களில் மலைகளில் வஸிப்பது முற்றிலும் பிசகு. ஆனால் இந்த ஸமயங்களில் மலைப்பிராந்தங்களில் ஆகாயம் விஷமஜ்வர விஷங்கள் (malaria), மற்றும் பலவிதமான தோஷங்கள் முதலியவை கழுவப்பட்டு சுத்தமாக்கப்படுவதால், மற்ற விஷயங்களில் ஜனங்களுக்கு இவ்விடம் அந்த காலங்களில் விசேஷ கெடுதியையுண்டுபண்ணுவதில்லை.

இலையுதிர் காலமானது செப்டம்பர் கடைசி வாரம் முதல் டிசம்பர் வரையில் நீடிக்கும்; மலையில் வஸிக்க வேண்டி விரும்புபவர்கள், அல்லது அவ்வாஸத்திற்குரிய பிணியாளிகள் இக்காலங்களில் அவற்றின் மீது வஸிக்கப் போனார்களானால் மிகவும் அப்பிரதேசம் அவர்களுக்கு அனுகூலமாகவும் மனதுக்கு மனோஹரமாகவும் இருக்கும். அப்பொழுது ஆகாயம் சரீரத்திற்கு மிகவும் ஆரோக்கியகரமாயிருக்கும்; மலேரியா வென்னும் விஷமஜ்வரவிஷம் எந்த மலைகளில் விசேஷமாயுண்டோ அந்த மலைகளின் ஆகாயம் இக்காலங்களில் மிகச் சுத்தமாயிருக்குமாகையால், அப்பொழுது மலைகளின்மேல் எல்லோரும் ஸாதாரணமாய் சரீர ஸுகத்திற்காக வஸித்து வரலாம்.

மலைகளின்மேல் டிசம்பர் முதல் மார்ச்சு வரையில் குளிர்காலம் தொடர்ந்திருக்கும். இக்காலத்தில், தாழ்ந்த குன்றங்கள் மிக்க ஆனந்தகரமாகவும், சரீரத்தில் பலங்கொடுக்கக் கூடியவையாகவுமிருக்கும்; ஆகாயம்குளிர்ந்தும், ஈரப்பசையற்று இன்பந்தரக் கூடியதாகவும் இருக்கும்; தேஹ நிலைமைக்கு ஒருவாறு நூதனமான செழிப்பையுண்டுபண்ணி மனதையும் இக்காலம் உத்ஸாஹப்படுத்தும். ஆனால் உயரமான மலைகளில் பனி மிகுதியாகப் பெய்வதால், காலநிலை வெகு தீவ்ரமான வறட்சியையும் குளிர்ச்சியையும் உண்டுபண்ணக்கூடியதாய்விடுமாகையால், தேஹத்திற்கு அப்பொழுது அவ்விடமானது பலஹீனமுண்டாக்கிவிடும்.

உன்னதமான பர்வதங்களின்மேல் வஸிப்பது ஆரோக்கியமான திடகாத்திரம் வாய்ந்த மனிதர்களுக்கும் முதலில் மிக வருத்தமாகவே இருக்கும். அதிக குளிரால் சர்மம் மிகச் சுருக்கங்கொண்டு வியர்வை முற்றிலும் தடுக்கப்படுவதன் காரணமாக, வ்ருக்கங்கள் என்னும் மூத்திரகுண்டிக்காய்களின் (kidneys) வேலை அதிகரித்து விடுகிறது; சரீரத்தில் சில அவயவங்கள் அதிக குளிரால் அதனதன் வேலையைச் செய்ய முடியாமலிருக்க, இயற்கையிற் செய்யக்கூடிய வேலையிலும் அதிக வேலையை இருதயமும் செய்யவேண்டி நேரிடுகிறது;

றுரையீரல்கள் வெகு ஆழ்ந்து பெருமூச்சு விடவேண்டியிருப்பதோடு, அவ்விதம் மூச்சு விடும் அளவும் அதிகப்பட்டு, அவ்வவயவங்களும் வெகு ப்ரயாஸப்படும்; கல்லீரலும் மிகச் சுருக்கங்கொண்டு, பித்தத்தை நன்கு வெளிப்படுத்த முடியாமல் சிறிது தொந்தரைக்கு உட்படும்; அவ்விடத்திய ஈரமானது குடல்களில் கபம் விருத்தியாகக் காரணமாய், அதன் மூலமாக அதிஸாரத்திற்கும், சீதபேதிக்கும் ஹேதுவாய் விடுகிறது.

ஆகவே எப்பிணியாளிக்காவது சரீரத்தின் உட்புற அவயவங்களில் ஏதேனும் ஒன்று குறிப்பிடக் கூடியவாறு எவ்வித வியாதியினாலாவது வருந்துவதாகத் தோற்றுமானால், இந்தியாவில் சுகாதாரத்திற்கு ஏற்றதென்று கருதப்படும் மலைப்பிரதேசங்களில் பிணியாளிகளை வஸிக்கப் போகும்படி ஏற்பாடு செய்வதில் வைத்தியர்கள் வெகு ஆலோசனை செய்து தமது கவனத்தைச் செலுத்தவேண்டும் என்பது பொதுவானதோர் விதியாகும்.

ஸமபூமிகளின் உஷ்ணத்தினாலும், விஷமஜ்வரவிஷத்தினாலும் ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளில் இத்தேசத்திய மலைப்பிராந்தங்கள் அவற்றின் குணவிசேஷங்களால் மிகவும் நற்பயன் விளைவிக்கக் கூடியவைகளாயிருக்கின்றன என்பது அனுபவத்தில் வந்த விஷயம். விஷமஜ்வர விஷத்தின் ஸம்பந்தமுள்ள எவ்வித ஜ்வரத்தினாலாவது ஒருவன் வருந்தியபோதிலும்-அது முறைக்காய்ச்சலாகவோ, விடா ஜ்வரமாகவோ, பித்த ஜ்வரமாகவோ, வேறு எவ்விதமாயிருப்பினும்—அவ்வித பிணியாளிகளுக்கு மலைப்பிரதேசம் ஏற்ற வாஸபூமியாகும்; ஆனால் விஷம ஜ்வரங்கள் சீதபேதி முதலிய இதர வியாதிகளுடன் ஸம்பந்தப்பட்டிருந்தால், அந்நிலைமையில் பர்வதங்கள் அனுகூலமானவையல்ல. விஷமஜ்வரத்தினால் ப்லீஹமென்னும் மண்ணீரல் வீங்கியிருந்தால், அப்பொழுது பாண்டுவென்னும் இரத்தக்குறைவு தொடர்ந்திருந்தாலும் இல்லாவிடினும், மலைமேல் வஸிப்பதால் வெகு மேலான குணங்கள் ஏற்படுவதுண்டு. வெகு முரண்பட்ட ப்லீஹ வீக்கத்தில், பாண்டுரோகமும் வெளிப்படையாகத் தொடர்ந்திருக்கையில், வெகுதூரம் ஸமுத்திரயாத்திரை செய்வது முற்றிலும் ஏற்ற சிகித்ஸையாகும்.

விஷமஜ்வர ஸம்பந்தத்தினால் கல்லீரல் சிறிது சுருங்கியிருக்கையிலும் மலைமேல் வஸிப்பது ஒருவாறு குணந்தரக்கூடியது; ஆனால் கல்லீரலின் வியாதி வெகு உக்கிரமாயிருந்தால் மலைப்பிரதேசத்தில் வாஸம் செய்வது மிகக் கெடுதியுண்டுபண்ணும்; அவ்விடத்தின் குளிர்ச்சியானது கல்லீரலை முன்னிலும் அதிகமாகச் சுருங்கச் செய்து ஆபத்தை விளைவிக்கக் கூடியதாயிருக்கும்.

சீதபேதியினால் . வருந்துபவருக்கு எந்த நிலைமையிலும் மலைப்பிரதேசவாஸம் பிரயோஜனமுண்டுபண்ணுவதில்லை. மத்திம வயதிலுள்ளவர்கள் அதிஸாரம் அல்லது அஜீர்ணபேதியினால் துன்பப்படுவார்களானால், அதே இடம், அவர்களுக்கு அனுகூலமாயிருப்பதுண்டு. ஸமநிலங்களில் அதிக வெப்பத்தினால் சிறு குழந்தைகளுக்கு அதிஸாரமுண்டானால், அவ்வித நோயைத் தீர்ப்பதற்கு அவ்விடத்தை மாற்றி மலைகளில் வஸிக்கச் செய்வது உபயோககரமாயிருக்கும்.

க்ஷயரோகத்தின் ஆரம்பதசையில் அப்பிணியாளிகளை இலையுதிர்காலத்தின் அல்லது குளிர்காலத்தின் முற்பகுதியில் மலைகளுக்கு அனுப்புவது உசிதமாம்; அப்பொழுது காலநிலை ப்ரகாசித்து வெளிச்சந்தரக் கூடியதாயிருப்பதுடன், ஆகாயமும் உலர்ந்து ஈரமில்லாமலிருக்கும்; ஆகையால் அவ்வித வியாதிக்ரஸ்தர்கள் அவ்விடங்களில் ஸௌக்கியமடையக் கூடும்; ஆனால் ஜ்வரம், மிதமிஞ்சிய வியர்வை முதலிய துர்க்குணங்களுடன் கூடிய முதிர்ந்துபோன க்ஷயரோகமுள்ளவர்களுக்கு இன்னும் கெடுதியே அதிகமாய் விருத்தியாகும்.

ச்வாஸம் அல்லது ச்வாஸ காஸ ரோகிகளுக்கு மலைப்பிரதேசங்களில் இவ்வித குணங்கள் தான் உண்டாகுமென்று திட்டமாய்க் கூறுவது ஸாத்தியமல்ல. சிலபேர் மலையில் வஸிப்பதால்

ஏதோ சிறிது இவ்வியாதியிலிருந்து மீளக்கூடுமென்று கூறினாலும், பெரும்பாலோர் கேவலம் ஹீனஸ்திதியையே அடைவது ஸஹஜமாயிருந்து வருகிறது. உரக்ஷதம் என்னும் மார்வலி, மார்புக்குள் கட்டியுண்டாதல் முதலிய உபத்திரவங்கள் உண்டாயிருக்கும்போது மலையில் வாஸம் செய்வது மிகவும் கெடுதியையே விருத்திசெய்யும்.

இரைப்பையின் காரியங்கள் கோளாறடைவதால் ஸம்பவிக்கக்கூடிய அக்னிமாந்த்யம் அல்லது அஜீர்ணவியாதி, பித்தவிகாரம் முதலியவை மலைகளில் வஸிப்பதால் ஸ்வஸ்தமாய் விடும். ஸமபூமியின் அதிக உஷ்ணத்தினாலும், அதிக வேலை செய்வதாலும் உண்டாகும் அஜீர்ணமும், பசியின்மையுங்கூட நிவ்ருத்தியாகும்.

ஏதேனும் பலமான வியாதிகளால் பீடிக்கப்பட்டு அவற்றிலிருந்து ஸ்வஸ்தமானவர்களுக்கு வேறு விதமான கோளாறுகள் எந்த அவயவத்திலும் ஏற்பட்டிராமலிருந்து ஸாதாரண பலஹீனம்மாத்திரம் விசேஷித்திருக்குமானால், அவர்களும் பர்வதப்பிராந்தங்களில் வஸிப்பதால் நற்குணம் பெறுவார்கள். ஸமநிலங்களின் வெப்பத்தினாலும், அதிக வேலையினாலும் இளைத்துப்போயிருப்பவருக்கும் மலைப்பிரதேசங்கள் முக்கியமாய் ஸௌக்கியந்தரக் கூடியவையாம். ஆனால் பலஹீனத்துடன் கில்வாயு, வ்ருக்கங்களென்னும் மூத்திரகுண்டிக்காய்களின் கோளாறு, ஹ்ருதயம் வியாதிகொண்டிருத்தல் என்னும் இவை தொடர்ந்திருக்குமானால் மலைப்பிராந்த வாஸம் விலக்கத் தகுந்ததாகும். ஸமபூமியின் உஷ்ணாதிக்யத்தினால் ஸம்பவிக்கும் கட்டிகளும், சொரிசிரங்குகளும், பிரமேஹபிடகை (carbuncles) என்னும் மேஹக்கட்டிகளும், மற்றும் சர்மத்தைப்பற்றிய அநேகம் வியாதிகளும் பர்வதங்களின்மீது வஸிப்பதால் மிக நன்றாக நிவ்ருத்தியாய், பிணியாளியின் தேஹம் மேலான ஸௌக்கிய நிலைமையையும் பெறும்.

DHARA KALPA OR THE AYURVEDIC SYSTEM OF DOUCH BATH.

தாரா கல்பம்.

BY N MADHAVA MENON,
AYURVEDA BHUSHAN,
Asst. Physician, Ayurvedic Free Dispensary and Lecturer, Madras Ayurvedic College.

(சென்ற மாதத்திய 196-வது பக்கத் தொடர்ச்சி.)

ஸர்வாங்க தாராக்ரமம்.

தலைக்குக் கீழுள்ள உடலிலாவது, உடல் தலை இரண்டிலுமாவது செய்யப்படும் தாரா விதியானது 'ஸர்வாங்கதாரை' என்று கூறப்படும். சிரஸ்ஸில்மட்டும் பிரயோகிக்ககூடிய தாராக்ரமம் முன்னால் விவரிக்கப்பட்டது. சிரஸ்ஸுக்கு வேண்டிய தாரா விதியிற் கூறிய விதமாகவே, சிரஸ்ஸிலும் சரீரத்திலும் முதலில் உசிதமான தைலத்தைத் தேய்த்து, சிரஸ்ஸில் வர்த்தியைச் சுற்றவும்; கண் முதலியவற்றில் தைலம் பெருகாமல் இருப்பதற்காக ரோகியை த்ரோணியில் படுக்கச் செய்யவும். த்ரோணியினுள் துப்பட்டி முதலிய விரிப்புகளைப் போடக்கூடாது. த்ரோணியின் உட்புறத்தை வெந்நீரில் நனைத்த வஸ்திரத்தினால் துடைத்து அதில் ரோகியைப் படுக்கச்சொல்லவும். தாராத்ரவம் நிரம்பிய கலயத்தை உயரத்தில் தொங்கவைத்து அதிலிருந்து தேஹமுழுவதும் தாரையைப் பிரயோகிப்பது கஷ்டம்.

அப்படிச் செய்யவேண்டுமானால், ஒரு பக்கத்திற்கு இரண்டுவிதம் ஆக நான்கு கலயங்களைக் கட்டித் தொங்கவிடவேண்டும். இவ்வாறு செய்வதைவிட நான்கு பரிசாரகர்களைக் கொண்டு இக்காரியத்தை நிறைவேற்றலாம். நாபிமுதல் கால் முனைவரையில் இரு பக்கங்களுக்கு இருவரும், நாபிக்குமேல் தலைவரை

யில் ஒவ்வொரு பக்கத்திற்கு ஒவ்வொருவராக நாலுபெயர்கள் இடைவிடாமல் தாரையைப் பிரயோகிக்கவேண்டும். இதற்கு வேண்டிய மட்கலயத்தில் பெருவிரலளவுள்ள ஒரு குழாய்போன்ற நாடியை அமைத்திருப்பது அவசியம்; அதன் மூலமாக தாரை ஒரே அளவாக விழுவது எளிது. நாலு பரிசாரகர்களுக்கும் இரண்டிரண்டு கலயங்கள் இருந்தால், ஒன்றில் திரவம் செலவாவதற்கு முன்னமே மற்றொன்றை தயாராக வைத்துக்கொள்ள ஸௌகரியமிருக்கும். பிணியாளியின் சரீரத்தில் முன் பக்கத்திலும், பின்னால் முதுகிலும், பக்கங்களிலும் தாராத்ரவத்தை ஒரே அளவாக மாற்றி மாற்றிப் பிரயோகிக்கவேண்டும் இதே ஸமயத்தில் சிரோதாரையும் செய்ய வேண்டியிருந்தால், முதலில் உடலின் பின்புறம் முழுமையும் தாரையைப் பிரயோகித்து, பிறகு ரோகியை நிமிரச் செய்து, சிரஸ்ஸுக்கு அவசியமானபடி தாரையைப் பிரயோகிப்பதுடன், அக்கால அளவில் கால்பங்கு நேரம் தேஹத்தின் முன்புறத்திலும் இம்முறையைச் செய்ய வேண்டியது கிரமம்; ஆனால் மிகவும் அவசியமென்று தோன்றினால் இவ்வாறு செய்ய வேண்டுமே யொழிய, ஸாதாரண நிலைமையில் சிரஸ்ஸிலும், உடலிலும் தனித்தனியே வெவ்வேறு ஸமயங்களில் தாரையைப் பிரயோகிக்க வேண்டும். ஸர்வாங்க தாரையை நடுவில் விட்டு விட்டுச் செய்தபோதிலும், சிரோதாரையை மட்டும் இடையிடையே விட்டுவிட்டுப் பிரயோகிப்பதில் விசேஷ உபயோகமிராது.

ஸர்வாங்கதாரையில், தைலமே பிரதானமானதாகக் கருதப்படுகிறது. இதற்கு தினம் ஒன்றுக்கு நாலு குடவம் (சுமார் அரை வீசை) தைலம் போதுமானது. தைலத்தை அந்தந்த அவயவங்களில் ஊற்றி, ஒவ்வொரு பரிசாரகனும் நன்றாகத் தேய்ப்பதும் நலம். தைலம் இளஞ்சூடாக இருக்கவேண்டியது அவசியமாகையால், ஆறியவுடனே அதை மீண்டும் சிறிது சூடாக்கிக்கொண்டு உபயோகிக்கவும். ஒரு நாள் உபயோகித்து மிகுந்து போன அழுக்கடைந்த தைலத்தை மறுநாள் மீண்டும் உபயோகிக்கக்கூடாது. மற்றும் இத்தாரையை நிறைவேற்றுவதற்கு வேண்டிய கால அளவு முதலியது சிரோதாரைக்குக் கூறப்பட்டவிதமாகவே யென்றறிக.

ஏகாங்க தாராக்ரமம்.

ஏகாங்கதாரை யென்பது, குறிப்பிட்ட ஓர் அவயவம் ஏதேனும் கோளாறடையுமானால், அவ்வவயவத்தில்மட்டும் பிரயோகிக்கப்படும் தாரையாம். இதற்கு பொதுப்பட ஒருவிதமாக இதுதான் முறையென்று மொழிவதற்கில்லை. ஒவ்வொரு அங்கத்திலும் பிரயோகிக்கக்கூடிய திரவமும், கார்யக்ரமமும், கால அளவும் பெரும்பாலும் வெவ்வேறுவகைப்படும். உதாரணமாக, நேத்ரதாரையில்—இரண்டு நேத்ரங்களிலும் சுமார் நாலு பலம் திரவப்பொருள் தாரையாகப் பிரயோகிக்கப் போதுமானதாயிருப்பதுடன், அத்திரவம மிகவும் குளிர்ச்சியாயிருப்பதும் அவசியம். மூத்ரக்ருச்சிரமென்னும் நீர்ச்சுருக்கு முதலான வியாதிகளில் நாபியின்மேல் தாரையைப் பிரயோகிக்கும்போது அது இளஞ்சூடாக இருக்கவேண்டும்; அத்திரவத்தை சிரோதாரைக்குச் செய்தவிதமாக உயரக் கட்டிய ஒரு கலயத்திலாவது, கையிலேயே வைத்துக் கொண்ட கலயத்திலாவது நாபியின்மேல் விடவேண்டும். காயங்களிலும், அக்னிவ்ரணங்களிலும் அந்தந்த அவயவத்திற்கேற்றவாறு அல்லது அந்தந்த வ்ரணங்களின் நிலைமைக்குத் தகுந்தவாறு திரவபதார்த்தம் சிறிது சூடாகவோ குளிர்ச்சியாகவோ இருக்கவேண்டும். மேலும் ஏகாங்கதாரையில் ரோகியை சில ஸமயம் உட்காரச் செய்தும், சில ஸமயம் நிற்கச் செய்தும், சில ஸமயம் படுக்கவைத்தும் இக்கிரமத்தை நிறைவேற்ற வேண்டியிருக்கும். இதைச் செய்து முடிக்க இதில் கால அளவும் அவ்விதமே வித்தியாஸப்படும்.

தாராப்ரயோகத்திற்குப் பிறகு செய்யவேண்டிய கார்யம்.

தாரையை கால அளவறிந்து செய்து முடித்

ததும், உலர்ந்த வஸ்திரத்தினால் உடம்பைத் துடைத்து, முன் உபயோகித்து மிகுந்துள்ள தைலத்தை மீண்டும் சிரஸ்ஸிலோ, உடல் முழுதுமோ தேய்க்கவும்; பிறகு உடம்புக்குப் பயற்றமாவும், சிரஸ்ஸுக்கு சிற்றாமுட்டியின் கல்கமும் போட்டு எண்ணெய் நன்றாக நீங்கும்படித் தேய்த்து ஸ்நானம் செய்விக்கவேண்டும். முன்னால் கூறிய நெல்லிக்காயின் கஷாயத்தினால் சிரஸ்ஸையும். உஷ்ண ஜலத்தினால் உடலையும் கழுவவேண்டும். பிறகு சுத்தமான ஈரவஸ்திரத்தினால் உடம்பையும், உலர்ந்த வஸ்திரத்தினால் தலையையும் துடைத்துவிடவும். பிறகு சிரஸ்ஸின் மத்தியில் ராஸ்நாதி சூர்ணத்தைத்* தூவவேண்டும்; பித்தம் அதிகரித்திருக்குமானால் கசோராதி சூர்ணத்தைத்* தூவுவது நலம். இவ்வாறு செய்தால் வெளியிலுள்ள சீதமான வாயு முதலியவற்றின் ஸம்பந்தத்தினால் ஜலதோஷம் முதலிய கோளாறுகள் ஸம்பவிக்காமல் பிணியாளிக்கு ஆரோக்கியத்தை விருத்தி செய்யலாம். பிறகு வைத்தியரால் நியமிக்கப்பட்டபடி ஏதேனும் தகுந்த ஔஷதத்தைப் புஜித்து, இடது பக்கமாகச் சிறிதுநேரம் படுக்கலாம்; ஔஷதம் ஜீர்ணமான பிறகு ஹிதமான ஆஹாரத்தையுட்கொள்ளவேண்டும். அஜீர்ணமுண்டாகக் கூடிய பதார்த்தங்களையும், கபத்தை அபிவ்ருத்தி செய்யும் வஸ்துக்களையும் பரிஹரிப்பதுமல்லாமல், பகலில் நித்திரைபோவது, இரவில் கண்விழிப்பது முதலிய இயற்கைக்கு விரோதமான வழக்கங்களையும் விட்டுவிடவேண்டும். இவ்வித பத்தியக்ரமங்கள் தாராவிதிப்படி சிகித்ஸை செய்யும்போது மாத்திரமல்ல, அதற்குப் பிறகும் அவ்வளவு நாள் அநுஸரித்துச் செய்வது அவசியம். ஆகவே இரண்டு வாரம் கிரமமாக தாரையைச் செய்துகொள்பவர், அதற்குமேல் அவ்வளவு நாள் பத்தியமான ஆஹார விஹாரங்களுக்கு உட்பட்டவர்களாயிருக்கவேண்டுமாகையால், சுமார் ஒரு மாத காலத்தில் பிணியாளி இயற்கைத் தன்மையையடைகிறான் என்க. ஆனால் சிரோதாரையிலும், ஸர்வாங்கதாரையிலுமே இவ்வித பத்தியங்கள் மிக அவசியமானவையே யன்றி, ஏகாங்கதாரையில் அவசியமல்ல. தாராக்ரமத்தில் ஏதேனும் முறைதவறாகச் செய்துவிடுவதால் சரீரத்தில் ஏதாவது கோளாறு ஏற்படக்கூடும்; அவ்வாறு ஸம்பவித்தால் உடனே தாரையை நிறுத்தி, புதிதாக உண்டான கோளாறுக்கு சிகித்ஸை செய்து அது நிவாரணமானபிறகு, மீண்டும் தாராச்ரமத்தை முறைப்படியே செய்து முடிக்கவேண்டும்.

இவ்வாறு தேஹநிலைமை, தாதுக்களின் கூறுபாடுகள், காலதேசங்களின் தன்மை, வயது முதலியவற்றின் தத்துவங்களை யறிந்து தாராவிதி நிறைவேற்றப்படுமானால், பெரும்பான்மையான வியாதிகள்—அவை வெகு நாட்பட்டவையா யிருந்தபோதிலும் நிவ்ருத்தியடைவதுண்டு. இது சாஸ்திர வித்தமான சிகித்ஸையென்பது மாத்திரமல்ல, அநுபவத்திலும் நற்பயன் தரக்கூடியதென்று அறியப்பட்டிருக்கிறது.

தாராகல்பத்தில் குறிக்கப்பட்டுள்ள சில ஔஷதமுறைகள் இதனடியில் விவரிக்கப்படுகின்றன:—

ராஸ்நாதி சூர்ணம்.

சிற்றரத்தை	கோரைக்கிழங்கு
அமுக்கிறாங்கிழங்கு	மிளகு
தேவதாரு	திப்பிலி
கடுகரோஹிணீ	சுக்கு
காட்டுவாகையின் பிசின்	புங்கை
மட்டிப்பால்	புளிவஞ்சி
கோஷ்டம்	விளாமிச்சை
வசம்பு	காவி
வெட்டிவேர்	அபினி
மஞ்சள்	சந்தனம்
அதிமதுரம்	அகிற்கட்டை
சிற்றாமுட்டி	புளியம் ஈர்க்கு

இவற்றை ஸமபாகம் சேர்த்து சூர்ணம் செய்யவும்,

* இச்சூர்ண முறைகளின் விவரத்தை இவ்வியாஸத்தின் இறுதியில் காண்க.

கசோராதி சூர்ணம்.

இச்சிலிக்கிழங்கு	வெண் சந்தனம்
கோஷ்டம்	வெட்டிவேர்
அதிமதுரம்	புளியம் ஈர்க்கு
விளாமிச்சை	மஞ்ஜிஷ்டி
கோரைக்கிழங்கு	தேவதாரு
நெல்லிக்கனி	நெற்பொரி
குமிழன்	கடுகரோஹிணீ
புளிவஞ்சி	கர்ப்பூரம்
செஞ் சந்தனம்	

இவற்றை முலைப்பாலில் ஸமபாகமாகச் சேர்த்து ஊற வைத்து, உலர்த்தி நன்கு சூர்ணம் செய்யலாம்.

கந்தர்வஹஸ்தாதி கஷாயம்.

சிற்றாமணக்கன்வேர்	சாறடை
புங்கம்வேர்	யவதான்யம்
சுக்கு	கிலப்பனங்கிழங்கு
கடுக்காய்	

இவற்றை ஸமஅளவு எடுத்து, சூர்ணம் செய்து, அச்சூர்ணத்தில் ஜலத்தைச் சேர்த்து, அத்துடன் இந்துப்பையும் கலந்து கொதிக்க வைத்து, மேலே குறிப்பிட்டபடி சூர்ணம் செய்து, அதைக் கஷாயமாகக் கூட்டலாம்.

A HISTORICAL SKETCH OF UNANI MEDICINE.

யூனானி வைத்தியத்தின் சுருக்கமான வரலாறு.

BY
HAKIM M. K. SYED MUHAMAD PULAVAR.

(பங்குனி மாதத்து ஸஞ்சிகையின் 172-வது பக்கத்தொடர்ச்சி.)

பதார்த்த குணங்களை யறியும் வகை.

பதார்த்தங்களின் குணங்கள் அவற்றின் சுவைகளாலும், உருவங்களாலும், தன்மைகளாலும் அறியக்கூடியனவாம். அவை பின்வருமாறு:—கரியபோளம், வாலேந்திரபோளம் போன்ற கசப்புவஸ்துக்கள் அதிகச் சூடும் வறட்சியு முண்டுபண்ணக் கூடியவை; கடுகு, மிளகு, திப்பிலி இவற்றைப் போன்ற காரங்களும், கல்லுப்பு, இந்துப்புஇவைபோன்ற உப்புகளும், நல்ல வெல்லம், நாட்டுச்சர்க்கரை, கருப்பஞ்சாறு, கற்கண்டு, சீனி, தேன் இவை போன்ற தித்திப்புகளும்மேற்சொன்ன சூட்டிலும் வறட்சியிலும் ஒன்றுக்கொன்று கிரமமாகக் குறைந்தவையென்றும், பேரீச்சம்பழம், கொடி முந்திரிகைப்பழம், சீமை யத்திப்பழம் போன்ற தித்திப்புகள் சூடும்கொழுமையு முண்டாக்கக்கூடியவை யென்றும், நிணம் முதலியவற்றைப் போன்ற இனிப்புள்ள வஸ்துக்கள் கொழுமையும் அற்பச்சூடு முண்டுபண்ணக் கூடியவையென்றும், காடி, எலுமிச்சம்பழம் போன்ற புளிப்புகள் குளிர்ச்சியும் வறட்சியும் தரக்கூடியவையென்றும் நாம் அறிவோம்; கடுக்காய், தான்றிக்காய், மாயக்காய், கொட்டைப்பாக்கு, களிப்பாக்கு இவற்றைப்போன்ற துவர்ப்புகள் மேற்சொல்லிய குளிர்ச்சியிலும் வறட்சியிலும் ஒன்றுக்கொன்று முறையே குறைந்தவை யென்றும், சுவையற்ற இலைப்புப் பொருட்கள் குளிர்ச்சியையும் ஈரத்தன்மையையும் அளிக்கக் கூடியவை யென்றும் அறிக. மேலும் பதார்த்தங்களில் அதிக சுவையுடையவை அதிக நற்குணமுள்ளவை யென்றும், குறைந்த சுவையுடையவை அங்ஙனமே குணத்திலும் குறைந்தவையென்றும் கருதுக. இதுவுமன்றி, மனிதர் கருப்பந்தரிப்பதுபோலவே சற்றேறக்குறைய அவ்வளவு நாட்கள் சென்று விளைகின்ற நெல், கோதுமை முதலிய தான்யங்கள் மனிதசரீரத்திற்குக் குளிர்ச்சியையும் பலத்தையும் கொடுக்குமென்றும், அவற்றினும் சொற்ப நாளில் விளைவது சூடுள்ளவை யென்றும் கூறப்படுகிறது; ஔஷதியின் இனங்கள் யாவும் அதிக கொழுமையும் ஈரமுமுண்டாக்கக் கூடியவையாயிருப்பதுடன், சொற்பம் சூட்டையும் காற்றையும் தரத்தகுந்தவையாம்; மற்றுமுள்ள இதர ஜீவராசிகள் அனைத்தும் ஸமரஸமாகிய சூடு, கொழுமை, குளிர்ச்சி, வறட்சி இக்குணங்களையுடையவைகள்.

வெங்காயம், வெள்ளைப்பூண்டு, சுக்கு பீஞ்சு* முதலியதைப்போன்ற பரந்த சல்லி வேர்களையுடைய பூண்டுகள் கட்டி, கொப்புளம், சிரங்கு, மற்றும் புண்கள் முதலியவைகளை ஆற்றக்கூடியவைகளாகும். கற்பீஸ் † போன்ற கிளைகளுள்ள வேர்கள் கட்டிகளை நீக்குமென்றும், சீமைத்துத்தியைப் போன்ற வழுவழுப்புள்ள பூண்டுகள், கரியபோளம், வாலேந்திர போளம், குந்துருகம், இரத்தபோளம், அமோஸ்தகி இவற்றைப்போன்ற பிசின்கள் என்னும் இவை வேக்காட்டையும் புண்களையும் ஆற்று மென்றும் கருதப்படுகிறது. பிளவுபட்டுப் பிரிந்து கடினமாயுள்ள பூண்டுகள் தினவு, சொரி, படை இவற்றை நீக்குமென்றும், சில ஜந்துக்களைப்போன்ற பூண்டுகள் அவ்வித ஜந்துக்களின் விஷத்தை நீக்குமென்றும் தெரியவருகிறது.

ஔஷதிகளில் வர்ணமெல்லாம் பாதரஸத்தினாலும், மணமெல்லாம் கந்தகத்தினாலும், சுவையெல்லாம் இலவணத்தினாலும் உண்டாயிருத்தலால், இரஸம், கந்தகம், இலவணம் ஆகிய மூன்று பதார்த்தங்களின் ஸம்பந்தமில்லாத மூலிகை பெரும்பாலும் இல்லையென்றே யூனானிவைத்தியசாஸ்திரத்தின் தீர்மானமான கொள்கையாம். ஆகையினால் வர்ணம் முதலியதின் உயர்வு தாழ்வுகள் இரஸம் முதலானதுகளின் உயர்வு தாழ்வுகளுக்கேற்றவையாயிருக்குமென்று நிர்ணயிக்கவேண்டியது.

பதார்த்தங்களின் விசேஷகுணங்கள்.

பதார்த்தங்களுக்குரிய சுபாவ குணங்களோடு ஒவ்வொன்றுக்கும் வேறு சில விசேஷ குணங்களுண்டு. காந்தம் இரும்பை இழுப்பதுபோலும், கர்ருபா, பொன்னம்பர் இவை துரும்பை இழுப்பதுபோலும் சில பதார்த்தங்களுக்கு ஆகர்ஷித்தல், நேபாளத்தைப் போல் விரேசித்தல் (பேதியுண்டுபண்ணல்), ஜாதிக்காய் மாயக்காய் முதலியவற்றைப்போல் மலத்தைக் கட்டுதல், தேற்றும் பழத்தைப் போல் வாந்தியுண்டுபண்ணல், மயில் பீலியைப் போல் வாந்தியை நிறுத்தல், அபின், கஞ்சா இவற்றைப்போல் மயக்கமுண்டாக்குதல், பாஷாணத்தைப்போல் விஷத்தன்மையை யுண்டு பண்ணுதல், பாலைப்போல் விஷத்தை முறித்தல் என்னும் இத்யாதி குணங்கள் கடவுளால் பதார்த்தங்களுக்கு அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

பதார்த்தங்களின் வகுப்பு.

மேற் கூறியவாறு இரண்டுவித குணங்களையுடைய ஸகல பதார்த்தங்களும் ஆஹாரபதார்த்தம், ஔஷத பதார்த்தம், விஷபதார்த்தம் என மூன்று வகுப்புகளாகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் ஆஹாரபதார்த்தங்கள் சுத்தாஹாரம், ஔஷதாஹாரம் என இருவகையாகவும், ஔஷதபதார்த்தங்கள் சுத்தௌஷதம், ஆஹாரௌஷதம் என இருவகையாகவும், விஷபதார்த்தங்கள் சுத்த விஷம், ஔஷத விஷம் என்று இருவகையாகவும் வகுக்கப்படும். அவையாவன:—

(1) தேஹஸ்வபாவத்திற்கு ஒத்து வேறு குணத்தைத் தாராமல் எதும் விரோதமின்றி இலகுவில் ஜீர்ணித்து நல்ல இரத்தமாக மாறித் தேஹத்தைப் போஷிப்பித்து ஸுகத்தைத் தருவதாகிய அரிசி, கோதுமை முதலியவை போன்ற ஆஹாரத்திற்கே யுரிய பதார்த்தங்கள் சுத்தாஹாரமாம். (2) மேற்படி குணங்களோடு இரத்தம் முதலிய ஸத்துக்களில் சேரும் தோஷங்களை நீக்கி ஸுகத்தைத் தரும் வெள்ளைப் பூண்டு, மணத்தக்காளி முதலியவைகளைப் போன்ற பெரும்பான்மையாக ஆஹாரத்திற்கும், சிறுபான்மையாக ஔஷதத்திற்குமுரிய குணங்களடங்கிய பொருட்கள் ஔஷதாஹாரமாகும். (3) தேஹஸ்வபாவத்திற்கு ஒவ்வாமல், இயற்கைக்கு மாறுபட்ட ஸத்வங்களால் உண்டாகும் வியாதிகளை மாற்றி ஸுகத்தைத் தரும் திப்பிலி, திப்பிலிமூலம், கோஷ்டம்

* சுக்குபீஞ்சு - ஓர் மரத்தின் பிசின்.

† கற்பீஸ் - ஒருவிதமான ஓமம்.

இவை போன்ற ஔஷதத்திற்கேயுரிய வஸ்துக்கள் சுத்தௌஷதமாம். (4) மேற் கூறியவாறு ஔஷதங்களுக்கு உபயோகமாயிருந்து ஸுகத்தைத் தரும் வாற்கோதுமை * முதலியவற்றைப்போல் பெரும்பான்மையாக ஔஷதத்திற்கும், சிறுபான்மையாக ஆஹாரத்திற்கும் ஏற்ற வஸ்துக்கள் ஆஹாரௌஷதமாகும். (5) ஜீர்ணமடையாமலே தேஹஸ்வபாவத்திற்கு விரோதமாய் மிகத் தீங்கு செய்யக்கூடியது சுத்தவிஷமாம். (6) ஜீர்ணித்து தேஹஸ்வபாவத்திற்கு விரோதமாகிக் கொஞ்சம் தீங்கு தருவது ஔஷதவிஷமாகும்.

யூனானி வைத்தியக் கிரந்தத்தில், தேஹத்தைப் போஷித்து அதிக வலிவைத் தரும் உணவு அதிகாஹாரமென்றும், சொற்பமாகப் போஷித்துச் சொற்ப சக்தியைத் தருவது அற்பாஹாரமென்றும், அவ்விரண்டுக்கும் பொதுவான போஷணையைத் தருவது மத்யமாஹாரமென்றும் சொல்லப்படுகிறது.

சுபாவ ஸத்துக்களின் வரலாறு.

ஆஹாரபதார்த்தங்கள் பல், நாக்கு முதலியவற்றின் தொழிலால் மென்று விழுங்கப்பட்டு, பக்வாசயங்களில் சேர்ந்து, உட்கருவிகளுக்கு இயல்பாகவிருக்குப் ஜாஸிலா (இழுத்தல்), மாஸிகா (இறுத்தல்), ஹாஜிமா (பதம் செய்தல்), தாபியா (கவனித்தல்) என்னும் நான்கு விதமான ஸத்துக்களால் பக்வமடைந்து, அவற்றிலுள்ள சக்கை மலமாகக் கழிந்து, பாலைப்போல வெளுத்த அன்னரஸத்தை பல்கம் (இரஸம்) என்று சொல்வது வழக்கம. இதுவே ச்லேஷ்ம நீராம். இது ஈரலில் சென்று, இதிலுள்ள சிறுநீர் குண்டிக்காய்களால் இழுக்கப்பட்டபின்பு, அதில் சிவந்து கொதித்து மேலே நுரைத்துவரும் கல்மஷத்தை ஸவுரு (பித்தம்) என்றும் கூறுவர். அடியிற் படிந்த கல்மஷத்தை ஸௌதா (வண்டல்) அல்லது வாதமென்றும் கூறுவர். இடையில் தெளிந்த சென்னீரை ஃகூன் (இரத்தம்) என்றும் வழங்குவர் ; இந்த நான்கும் தபயி (ஸுபாவ ஸத்துவம்) என்றும் கூறப்படும்.

ஆஹாரப்பொருட்கள் உடலைப்போஷிக்கும் விதம்.

ஆஹாரபதார்த்தங்களாலுண்டாகிய ஸத்துக்களுள் இரத்தமே பிரதானமாம். இது சிவந்து, சிறிது இனிப்பாய் வாயுவின், குணமாகிய சூடும் கொழுமையுங்கொண்டு, ஈரலில் தங்கியிருந்து தேஹத்திற் சென்று, எலும்பு, நரம்பு, தசை முதலிய தாதுக்களைப் போஷித்து, உயிருக்கு உறுதியைக் கொடுத்து வரும். பித்தம், மஞ்சள் நிறமாய்க் கசந்து, தேயுவின் குணமாகிய சூடும் வறட்சியு முண்டுபண்ணக் கூடியதாய் பித்தப்பையில் தங்கியிருந்து, நுரையீரலைப் போஷித்து இரத்தத்தை இளக்கி மலத்தையும் இளகச் செய்து அதை வெளிப்படுத்தி, ஆஹாரத்தையும் பசனம் செய்யும். இரலம் வெண்மையாய்ச் சுவையற்று, வெள்ளாவி மணத்துடன், அப்பின் குணமாகிய குளிர்ச்சியையும் ஈரத்தையுங்கொண்டு, துணைக்குக்கியில் தங்கியிருந்து இரத்தமாகி, ஈரத்தையும் உடலுக்கு உண்டாக்கி, தலையிலுள்ள மூளையையும் வளரச்செய்து வரும். வண்டல் கறுத்து, புளிப்பும் துவர்ப்பும் பொருந்தி, ப்ருதிவியின் குணமாகிய குளிர்ச்சியையும் வறட்சியையும் கொண்டு, மண்ணீரலில் தங்கியிருந்து பசியை யுண்டாக்கும். இந்நான்கு விதமான சுபாவஸத்துக்களும் தத்தஞ் சுபாவத்தில் மாறுதலடையாமலிருக்கும் வரையில் தேஹம் ஸுகமாக இருந்துவரும்.

சுபாவ விரோதமான ஸத்துக்களின் வரலாறு.

மேற்கூறிய சுபாவஸத்துவங்கள் தத்தம் இயற்கைத் தன்மையிலிருந்து வேறுபடும்போது ஃகயர்தபவி (சுபாவ விரோதமான ஸத்து) என்று பெயர் பெறும். அவற்றுள் தலைமை ஸத்துவமாகிய உதிரம் நான்குவித

* வாற்கோதுமை—இதுவே யவதானியமென்றும், பார்லியென்றும் ஸம்ஸ்கிருதத்திலும் ஆங்கிலத்திலும் முறையே மொழியப்படுகின்றது.

மாயும், மற்றைய மூன்று ஸத்துக்களும் ஐந்து விதமாகவும் வேறுபடும். அவை பின்வருமாறு:—

அதிகரித்தல், தடுத்தல், நீர்த்தல், அழுகல் இந்நான்கும் இரத்தத்தின் வேறுபாடாம். நீர்த்த கொழுமை, தடித்த கொழுமை, வண்டல், நீர்த்த கொழுமையோடு கலந்தவண்டல், தடித்த கொழுமையோடு கலந்த வண்டல் இவ்வைந்தும் பித்தத்தின் வேறுபாடாம்.

(தொடரும்)

MAL-NUTRITION AMONGST SCHOOL CHILDREN *

பள்ளிக்கூடச் சிறுவர்களின் சீர்கேடான போஷணை.

BY Dr. F. H. MARISON, M.D., D.P.H.

நமது கீழ்த்தரப்பள்ளிக்கூடங்களில் சேர்ந்து வாசித்துவரும் சிறுவர்களுக்குள் அநேகம் பெயர் சீர்கேடான போஷணையுள்ளவர்களாகக் காணப்படுவது வெகு ஸாதாரணமாயிருந்து வருகிறது. இக்குழந்தைகள் வாஸ்தவமாகவே குறிப்பிடக்கூடிய ரோகமுள்ளவரென்று கூறமுடியாதாயினும், அவர்களுக்கும் ஆரோக்கிய நிலைமைக்கும் வெகுதூரமென்று மட்டும் சொல்லத் தடையில்லை; இவர்களுடைய வெகு எளிமையான தேஹ நிலைமையானது பெற்றோர்களுக்கு அளவற்ற சிந்தையையுண்டாக்கி விடுகின்றது; தற்காலத்திலுள்ள தேஹ நிலைமையைக்கண்டு, பிறகு சில அவயவக் கோளாறுகளும்—முக்கியமாய் க்ஷயஸம்பந்தமான (tuberculosis) துன்பங்களும்—இவ்வெளிதான தேஹ நிலைமையின் காரணமாக ஸம்பவித்து விடுமோ வென்றும் அவர்கள் அடிக்கடி ஆலோசித்து திகிலடைவதுண்டு.

சரீர போஷணை சீர் கெடுவது பல காரணங்களைப் பொருந்தியதாயிருக்கும் ; சரீரம் சிலருக்கு பலங்குன்றி யிருப்பது இயற்கையிலேயே ஏற்பட்டதெனத் தோற்றுகிறது; ஆனால் சாஸ்திரவல்லோர் சிலர் இதில் ஸந்தேஹப்படுகின்றனர். சில குழந்தைகள் குறிப்பிடக்கூடிய வியாதியுள்ளவராக இல்லாவிடினும் பிறந்தது முதற்கொண்டே ஜீவசக்தியில் குன்றியவர்களாய், மிகவும் துர்ப்பலமாகவே காணப்படுகின்றனர். அவர்கள் துர்ப்பலமானவர்களுக்கு அல்லது ஸௌக்கியக் குறைவுள்ளவர்களுக்குப் பிறந்தவர்களாகவோ, க்ஷயம், மேஹவியாதி, மதுபானத்தினாலுண்டான தீய குணங்கள் இவற்றையுடைய பெற்றோர்களுக்குப் பிறந்தவராகவோ இருக்கவேண்டும். அநேகம் பட்டணங்களிலுள்ள குழந்தைகள் இவ்வகுப்பைச் சேர்ந்தவர்களாகவே இருக்கின்றனர்.

பெரும்பான்மையான இக்குழந்தைகள் தேஹநிலைமைக்கு அனுகூலமல்லாத போஷணையினாலும், இதற்கு முன்பு இளம் வயதில் வேண்டியவளவு தகுந்தவாறு ஊட்டி வளர்க்காமையாலும் இவ்விதம் எளிதான சரீர நிலைமையைப் பெற்றிருக்க நேரிடுகிறது. இளங்குழந்தைப் பருவ முதற்கொண்டே இவர்கள் சுற்றிலும் ஆரோக்கியக் குறைவான இடங்களில் வஸித்து வருவதுமல்லாமல், அவர்கள் திடசரீரிகளாக வளர வேண்டியதற்கான பராமரிப்பும் வெகு சொற்பம்.

ஏழைவீட்டுக் குழந்தைகள் இவ்வித நிலைமையிலிருப்பது வெகு ஸாதாரணமாயிருக்கிறது; செல்வவான்களுடைய குழந்தைகள் அடிக்கடி அதிகமாக எடுத்துத் தாராட்டப்படுவேதாலும், சுத்தமான வாயு விசேஷமாக வியாபித்துள்ள விடங்களிலும் காற்றுக்கு நேராகக் குழந்தைகளை விட்டிருப்பதால் ஜலதோஷமுண்டாகு மென்று அறியாமையினால் அநேகம் பெயர் நினைப்பதாலும் அக்குழந்தைகளும் பலங்குன்றியவராகவே ஏதோ வளர்ந்து வருகின்றனர்.

சீர்கேடான போஷணையானது எவ்வயதிலும் சில உக்கிரமான வியாதிகளுக்கு எளிதில் இடங்கொடுக்கக் கூடியதாகிறது; அதாவது

* Translated from " National Health "

அஜீர்ணபேதி அல்லது அதிஸாரம், பயறம்மை, கக்கிருமல் முதலிய தொற்றுவியாதிகள் முதலியவைகளும், அபிந்யாஸஜ்வர மென்னும் கபஜ்வரமும் (pneumonia) பலங்குன்றியவர்களுக்கு உண்டாவது எளிது.

இக்குழந்தைகள் வெகு மெல்லிய தேஹமுடையவர்களாகவும், பார்வைக்கு பாண்டு ரோகமுள்ளவர்போல் ஒருவாறு வெளிறிய நிறமுடையவர்களாகவும், உயரத்திற் குன்றியவராக அல்லது அதற்குமாறாக வயதுக்குத் தகுந்தவாறு இருக்கவேண்டிய அளவினும் மிக்க அதிக உயரமுள்ளவராகவும் காணப்படுவர். அப்பொழுது அவர்களுடைய சரீரம் அநாவசியமாக அதிக வளர்ச்சியைப் பெற்று வரவுங்கூடும்.

அவ்விதமான குழந்தைகள் எவ்வகையான தொற்றுவியாதிக்கும் வெகு எளிதில் இடங்கொடுக்கக்கூடிய நிலைமையிலிருப்பார்கள். ஏதேனும் வியாதிகள் சுற்றுப்புறங்களில் நடமாடிவருகையில், அவை இவர்களுக்கும் எந்த க்ஷணத்தில் உண்டாய் விடுமோவென்று இவர்களுடைய பெற்றோர்கள் அநாவசியகமாய் அடிக்கடி அதிக கவலைப்படவேண்டி நேரிடுவது வழக்கம். பள்ளிக்கூடங்களில் இவர்களுடன் படிக்கும் இதர பிள்ளைகளிடமும் வியாதியைப் பரவச் செய்வதற்கும் இவர்கள் காரணமாயிருப்பரானதால், இவ்வித பிள்ளைகளுடைய நடமாட்டமே அருகிலிருப்பவருக்கு அநேக ஸமயங்களில் அபாயகரமாகக் கருதப்படும்.

ஒரு வியாதி முதலில் உண்டாக அதை அநுஸரித்து வேறு வியாதிகளும் ஸம்பவிப்பது இயல்பு; இதற்கெல்லாம் சீர்கேடான சரீர போஷணையே இடங்கொடுக்கக்கூடியதாயிருப்பதுடன், ஒன்றுமேலொன்றாக எப்பொழுதுமே அச்சிறுவர்களுக்கு ஏதேனும் ரோகம் ஸம்பவித்துக் கொண்டே வந்து அவர்களுடைய ஸௌக்கியம் பலவிதத்திலும் சிதைந்துவிடும்படி நேரிடும். அவர்களுடைய தசைநார்களின் வளர்ச்சியே மிகவும் சொற்பம்; ஆகவே அவர்கள் வெகு சீக்கிரத்தில் சிரமத்தினால் களைத்துப்போவர்; ஆகையினால் அவர்கள் வியாயாமம் என்னும் தேஹவுழைப்புக்காக அதிக சிரமமெடுத்துக் கொள்ள முடியாதவர்களாயிருப்பர்; இக்காரணங்கொண்டே தம்முடன் விளையாடுபவரோடு பலமான போட்டி விளையாட்டுகளில் இவர்கள் எப்பொழுதுமே சேரக்கூடிய உத்ஸாஹமுடையவர்களாயிருக்க மாட்டார்கள். இவர்களுடைய தேஹத்தில் இரத்தவோட்டம் தகுந்தவாறு ஏற்படாமல், அடிக்கடி இவர்களுடைய கைகால்கள் சைத்தியத்தினால் குளிர்ந்து விடுவது வழக்கம். இவர்கள் புத்தியில் வெகுகூர்மையாகவும் பிரஸன்னமாகவும் இருப்பதுடன், கூச்சமும் உணர்ச்சியும் மிக்க அதிகமாக இவர்களுக்கு உண்டு.

இவர்களுக்கு எப்பொழுதுமே பசி மிகவும் மந்தமாயிருக்கும்; இவர்கள் வெகு சொற்பமாக உண்பதைக் கண்டு தாய்மார்கள் இவர்களுடன் அதிகமாகப் போராடவேண்டி நேரிடுகிறது; ஏதோ பலாத்காரமாய் சிறிதளவு அதிகமாக அவர்களுக்கு ஆஹாரத்தை ஊட்டினாலும், ஜீர்ணக்கோளாறுகள் உடனே உண்டாகுமென்பது நிச்சயம்.

ஒரு குழந்தையின் சரீரபோஷணை ஸாதாரணமாக சீர்கெட்ட நிலைமையையடைந்திருக்கிறதென்று நன்றாகப் பரீக்ஷித்தறிவதற்கு முன்பாக, அவ்விஷயத்தில் வெகு ஜாக்கிரதையாகக் கருத்துடன் புத்தியைச் செலுத்தி விஷயத்தை நிர்த்தாரணம் செய்யவேண்டும்; இக்காரணத்திற்காக நான் வற்புறுத்துவதென்னவென்றால் - இந்நிலைமையிலுள்ள சிறுவர்களை ஓரே ஒரு முறை பரீக்ஷித்து, அதைக்கொண்டே விஷயத்தையறிந்துகொண்டதாகத் திருப்தியடைந்து விடுவது யுக்தமல்லவென்பதேயாம். குழந்தையின் தேஹ நிறையை அப்போதைக்கப்போது பரிசோதித்து அதற்கென்று தவறாமல் ஒரு குறிப்பும் எழுதிவைத்திருக்கவேண்டும்; சரீரபோஷணை சீர்கெடுவதற்கு வாஸ்தவமான காரணம் இன்னதென்று

அறிந்துகொள்வதற்காக அடிக்கடியும் அக்குழந்தைகளைப் பரீக்ஷிக்கவேண்டும். இதற்கு ஏதேனும் அவயவக்கோளாறே காரணமென்று அறியப்படுமானால், அவர்களுக்குத் தகாத ஊட்டங்கள் கொடுக்கப்படுகின்றனவென்றோ, அவர்கள் வஸிக்கும் பிரதேசம் அவர்களுக்கு அநுகூலமாகாமல் அநாரோக்கியத்திற்கு ஆதாரமான இடங்களால் சூழப்பட்டிருக்குமென்றோ, அல்லது இறுதியாக அவர்களுக்கு இயற்கையிலேயே பலக்குறைவு உண்டென்றோ நிச்சயித்துக் கொள்ளலாம்.

ஆனால் பெரும்பான்மையான குழந்தைகள் பிறக்கும்போது ஸாதாரணமாய் ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருப்பது உண்மையென்றாலும், பிறகு அக்குழந்தைகள் தகாதவிதமாக வளர்க்கப்படும் காரணத்தினால் சீக்கிரத்தில் அநாரோக்கியத்தை அல்லது பலக்குறைவை அடைந்து விடுகின்றனவென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை.

சிறுவர்களுக்கு இளங்குழந்தைப்பருவம் முழுமையும்—சிறந்த உணவுகள் அவசியமென்றாலும்—அவற்றை அளவுக்கு மிஞ்சி உபயோகிக்கக்கூடாது; மேலும் ஒரு முறை ஆஹாரமுண்டபிறகு மற்றொரு ஆஹார வேளைவருவதற்கு முன்பு இடையில் வேறு எவ்வித உணவையும் கொடுக்கக் கூடாது. தமது குழந்தைகளை எப்பொழுதும் காலமறிந்து முறைதவறாமல் நன்கு வளர்ப்பதில் பெரும்பான்மையான பெற்றோர்களுக்கு வேண்டியவளவு சிரத்தையில்லையென்று நான் கூறத்துணியாவிடினும், சிலர் மட்டும் வேணுமென்றே விவேகக் குறைவினால் தமது குழந்தைகளைப் பராமரிப்பதில் கருத்து வைப்பதில்லையென்றும், அநேகம் பெயர் விஷயமுணராமல் இதில் கவனக்குறைவாயிருந்து விடுகிறார்கள் என்றும் நிச்சயமாகக்கூறுவேன். ஆகவே இத்தீங்குகளைத் தடுப்பதற்கு நான் கூறுமுபாயம் என்னவென்றால்—யுக்தவயது வந்த பெண்களுக்கு நமது பெண்பள்ளிக்கூடங்களில் எல்லாவற்றிலுமே, இளங்குழந்தைகளின் பராமரிப்பைப் பற்றியும் போஷணையைப்பற்றியும் அவசியமான அறிவை ஸாத்தியமானவரையில் போதிக்க வேண்டியது இன்றியமையாத விஷயமென்பதேயாம்.

தூக்கக் குறைவினால் குழந்தைகள் துன்பத்திற்கு உட்படக் கூடுமாகையால், அவ்வாறு போதுமான அளவு நித்திரையின்மையும், உணவூட்டுவதில் ஏற்படும் தவறுதலைப் போலவே குழந்தையின் ஆரோக்கிய நிலைமையை மிகவும் சீரழியச் செய்யும். நடுப்பிராயத்திலுள்ள மனிதர்களைவிட வளருங்குழந்தைகளுக்கு நித்திரை அதிகநேரம் அவசியமானதென்பதை அநேகம் தாய்மார்கள் அடியோடு மறந்து விடுகின்றனர்; சில பெற்றோர்கள் தமது குழந்தைகளை இரவில் 10-அல்லது சில ஸமயம் 11-மணிக்கு மேலாகவும் அவை நித்திரை போவதைத் தடுத்து ஏதோ விளையாடச் செய்துகொண்டோ, கவனக்குறைவினால் அழும்படி விட்டுவிட்டோ அக்குழந்தைகளுக்கு வீணில் துன்பமுண்டாக்குவதை நாம் அடிக்கடியும் அநேகவிடங்களில் பார்க்கலாம்.

சிறுவர்களுக்கு 6-முதல் 10-வயது வரையில் 10-அல்லது 11-மணி நேரம் நித்திரை அவசியமானது; பிறகு 10-முதல் 16-வயது வரையில் குறைந்தது 9-மணி ஸாவகாசம் நித்திரை சிறுவர்களுக்குத் தேவையென்பதை அனைவரும் நினைவில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

ஒரு குழந்தையை ஆதியிலிருந்தே உற்ற நேரத்தில் தானே தூங்கும்படி பழக்கிவந்தால், அதை வேண்டியவளவு தூங்கச் செய்வதில் எப்பொழுதுமே ஒருவித ஆயாஸமும் பெற்றோர்களுக்கு ஏற்படாதென்பது அநுபவத்தில் வந்த விஷயம்; பிறந்தநாள்முதற்கொண்டே குழந்தையை விழித்திருக்கையிலேயே தொட்டிலில் அல்லது கட்டிலில் விட்டு, அதை எப்பொழுதும் ஆட்டாமலே நித்திரைபோகும்படி விட்டு விடவேண்டும். ஆதியிலிருந்தே இவ்வித வழக்கத்தையுண்டுபண்ணுவதுதான்

பெற்றோர்கள் தமது குழந்தைகளுக்கு அவ்விளம் பிராயத்தில் செய்யும் சிறந்ததோர் உபசாரம் அல்லது பராமரிப்பாகும்; இளமையில் ஏற்படும் பயிற்சி உயர்ந்ததாக அல்லது உபத்திரவகரமாயிருந்தபோதிலும், பிறகு அவ்வழக்கத்தைப் போக்குவது வெகு எளிதான காரியமல்ல. முக்கியமாய் இரவில் வெகு நேரம் வரையில் அல்லது இரவு முழுமையும் குழந்தையின் பக்கத்திலிருந்து கொண்டே அதைத் தூங்கச் செய்து வந்தால், பிறகு எப்பொழுதுமே இரவில் சிறிது நேரமும் அருகில் ஒருவருமில்லாமல் அக்குழந்தை நித்திரையுறுவது அரிதாய்விடும்.

மேற்கூறிய முறைகளே சிறுவர்களை எப்பொழுதும் சீர்கேடான போஷணையால் வருந்தாமலிருக்கச் செய்வதற்கு மூலாதாரமாயிருக்கின்றனவென்பதை அருமைக்குழந்தைகளின் தாய் தந்தைகளும், பாடசாலைகளின் உபாத்தியாயர்களும் ஊக்கத்துடன் கவனிப்பாராக. அதாவது—மீண்டும் மிகச் சுருக்கமாகக் கூறுகிறேன்: குழந்தைகளுக்கு உசிதமான சிறந்த உணவுகளை வேளையறிந்து கணக்காக ஊட்டவேண்டும்; நன்றாகக் காற்றோட்டமுள்ள நிர்மலமான அறையில் (காற்றுவாடை நேரில் குழந்தையைத் தாக்காதபடி அது) வேண்டிய நேரம் நித்திரை போகவேண்டும்; இவ்விதம் குழந்தைகள் பராமரிக்கப்படுவார்களானால், ஆரோக்கியமாய் வளர்ந்து அவர்கள் பாடசாலைக்குப் போகவேண்டிய பிராயத்தில் பெரும்பாலும் எவ்வியாதிக்கும் வசப்படாமலே செழித்து வளர்ந்து உத்ஸாஹமேலிட்டு ஸந்தோஷமாகப் படித்தும் விளையாடியும் வருவார்கள்.

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ ௵ வைகாசி௴.

THE INFECTION AND THE GERM THEORY.

தொற்றுவியாதியும் நுண்ணுயிர்க் கோட்பாடும்.

“வியாதியைத்தடுத்தல் சிகித்ஸையினும் மேலாம்” என்னும் விஷயத்தை நாம் சிரத்தையுடன் கவனிக்கவேண்டுமானால், வியாதிக்குக் காரணமான சில அம்சங்களையும் அறிதல் அவசியமாகிறது. வியாதியை உண்டுபண்ணுவதற்குக் காரணங்கள் அளவற்றவையா யிருந்தபோதிலும், ஒட்டுவாரொட்டியென்னும் தோஷமே பிரதானமான—அல்லது அது ஒன்றே--பொதுக்காரணமா யிருக்கிறதென்று பல்லாயிரம் வருஷங்களாக ஆயுர்வேத வைத்தியர்கள் கூறிவந்ததை, தற்காலம் மேனாட்டு வைத்தியர்களின் ஆராய்ச்சியைக்கொண்டும் உண்மையென்று நிச்சயித்துக்கொள்வதுடன், ஆசாரக்ரமங்களிலும் ஆஹாரவகைகளிலும் நாம் கண்ணும் கருத்துமாக முன் ஜாக்கிரதையோடு இருந்துவந்தால் வியாதிக்குக் காரணமாயுள்ளவற்றை தூரவிலக்க கூடுமென்றும் ஒருவாறு அறிந்திருக்கிறோம். நாகரிகம் நாளுக்குநாள் அதிகமாய் வருகையில், தொற்றுவியாதிகளும் மேன்மேலும் அதிகமாகப் பரவிவருகின்றன. ஆகையினால் இப்பொழுது இவ்விஷயத்தை ஜனங்கள் ஒருவாறு உணர்ந்து வியாதிகளிடமிருந்து கூடுமானவரையில் விலகிக் கொள்வதன்பொருட்டு, இவ்விஷயத்தில் அவர்கள் கவனம் செலுத்தும்படி நாம் தேசபாஷைகளிலும் வெளிப்படையாக சில அம்சங்களை எழுதிப் பிரசுரம் செய்யவேண்டியிருக்கிறது. தீவ்ரவாத ஜ்வரமென்னும் முடக்குஜ்வரம், கபஜ்வரம், அக்னி ரோஹிணீ அல்லது மஹாமாரிஜ்வரம் (Bubonic plague), பித்தஜ்வரம், ரக்தமஸூரிகா ஜ்வரம் முதலியவை தொற்றுவியாதிகளைச் சேர்ந்தவையாம்.

தொற்றுவியாதிகள் எவ்வாறு உற்பத்தியாகின்றனவென்றும், அவற்றைத் தடுப்பதற்கான முறைகள் எவ்விதமானவையென்றும் விமர்சம்செய்து அவ்விஷயங்களை இதனடியில் சுருங்கச்சொல்ல விரும்புகிறோம்.

தொற்றுவியாதியின் பொதுவான விவரம்.

சில காலத்திற்கு முன்னால் ரோகநிதானஞ்ஞர்கள் (Pathologists), சில விஷங்களால் அல்லது விஷகுணமுள்ள பதார்த்தங்களின் சேர்க்கையினால் தொற்றுவியாதிகள் ஸம்பவிக்குமென்று நினைத்திருந்தார்கள்; அவ்விஷப்பொருட்கள் ஸேந்த்ரிய பதார்த்தங்களாகவோ (Organic substances), அநிந்த்ரிய பதார்த்தங்களாகவோ (Inorganic substances) இருக்கக்கூடுமென்றும், அவ்வித விஷங்கள் சில மனிதருடைய தேஹதாதுக்களிலேயே ஒருக்கால் வியாதி ஸம்பந்தத்தினால் உற்பத்தியாகக் கூடுமென்றும் நினைத்திருந்தனர். முற்காலத்திய மேனாட்டு நிதான தத்துவஞ்ஞர்களின் கொள்கைப்படி தொற்றுவியாதிகள் ஒரு மனிதனிடமிருந்து மற்றொரு மனிதனிடமும், மிருகங்களிடமிருந்து மனிதருக்கும், அல்லது எதிரிடையாக மனிதரிடமிருந்து மிருகங்களுக்கும் தொற்றுவியாதி மாறிமாறிப் பரவக்கூடுமென்றும் கருதப்பட்டுவந்தது. ஆகவே அவர்களுடைய அபிப்பிராயப்படி எவ்வித தொற்றுவியாதியும் புதிதாக ஸம்பவிக்க மாட்டாதென்றும், இவ்வியாதிகள் கிரமமாக ஒருவரிடமிருந்து மற்றவரிடம் ஒட்டிக்கொண்டே உண்டாக வேண்டுமென்றும் கூறவேண்டிவருகிறது. ஜனங்கள் சுகாதாரமுறைகளையனுஸரித்து நடந்து தமது ஆரோக்கியத்தைக் காப்பாற்றிக்கொள்ள விவேகத்துடன் முயன்றாலேயொழிய, இவ்வாறு இவ்வியாதி தொடர்ச்சியாய்ப் பரவுவதற்கான ஸம்பந்தத்தை அறுத்து அவ்வித ரோகங்களிடமிருந்து விலகியிருக்க முடியாதென்றும் அக்கொள்கையைக் கொண்டு நிச்சயிக்கவேண்டி வந்தது. சில கண்ணோய்கள், மஸூரிகையென்னும் பெரியம்மை, குஷ்டம் இவை முதலிய தொற்றுவியாதிகளைப்பற்றி நமது ஆயுர்வேத நூல்களிலும் விவரங்கள் வெவ்வேறு ப்ரகரணங்களில் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கின்றன. ஓரிடத்தில் வஸிக்கும் மனிதர்கள், ஸஹோதரபாவத்துடன் ஒருவருக்கொருவர் அன்பாலும் அவரவருக்கு இயல்பான உணர்ச்சியினாலும் கட்டப்பட்டிருப்பது போலவே, வியாதிகளும் அவ்வாறே ஓரிடத்திலுள்ள மனிதர்களை ஒருவாறு தனக்கு வசப்படுத்தி ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவரிடமாக நன்கு ஸம்பந்திக்கும்படி அவர்களிடம் அவ்வளவு பலமான பற்றுதலுள்ளவைகளா யிருக்கின்றன. நமக்கு அடுத்துள்ள ஒருவர் மிகத்துயரத்துடன் புலம்பும்போது நாமும் உருக்கத்துடன் புலம்புகின்றோம்; ஒருவர் மனமகிழ்ந்து சிரிக்கும்போது நாமும் அவர்களுடன் சிரிக்க நேரிடுகிறது; இது மாத்திரமல்ல; வியாதிகொண்ட மனிதர்கள் நமக்கு அருகில் நெருங்கிப்பழகும்போது அவர்களுக்குண்டான வியாதிகளையும் நாம் பங்கிட்டுக்கொண்டு அவர்களைப் போலவே நாமும் துன்பப்படவேண்டி நேரிடுகிறது. ஒருவருக்கொருவர் ஸம்பாஷணை செய்வதாலும், அருகிலிருந்து மூச்சுவிடுவதாலும், ஒருவன் வேறொருவருடைய படுக்கையில் படுப்பதாலும், ஸமீபத்தில் உட்கார்ந்து உண்பதாலும், ஒருவருக்கொருவர் பரிசிப்பதாலும் ஒருவன் மற்றொருவனிடம் வியாதியைப் பற்ற வைப்பன் என்று ஆயுர்வேத வைத்திய நூல்களைக் கற்றறிந்தவரும் கூறுவர். ஆயுர்வேத வைத்திய நூல்களில் இதைப்பற்றி குறிப்பிடப்பட்டுள்ள தத்துவங்களை நுட்பமாகக் கவனித்தோமானால், மேனாட்டு நிதான சாஸ்திர விற்பன்னர்கள் ஆதியில் அறிந்திருந்த இவ்விஷயமான தத்துவங்கள் அவற்றின் அடிப்படையைக் கூறும் ஆரம்ப விஷயங்களென்றே நினைக்க வேண்டிவரும். ஆனால் இப்பொழுது பாக்டீரியாலஜி (Bacteriology)

என்னும் கிருமி சாஸ்திரம் பலவித ஆராய்ச்சிகளால் மேன்மையடைந்து வருவதால், அச்சாஸ்திரத்தில் கூறப்படும் தத்துவங்களை ஆதாரமாகக் கொண்டு முதலில் குறிப்பிட்ட மேனாட்டு வைத்தியர்களின் கொள்கையை ஒருவாறு மாற்றவேண்டியது அவசியமாய்விட்டது. தற்காலத்தில் உயிருள்ள சிறு ஜீவன்கள் வெளிப்புறத்திலிருந்து தேஹத்திற்குள் பிரவேசிப்பதாலும் அந்த நுண்ணுயிர்களில் ஒவ்வொன்றும் ஆயிரக்கணக்காக அபிவிருத்தியாவதாலும் ஸம்பவிக்கும் வியாதிகளே தொற்றுவியாதிகள் என்று கூறப்படுகின்றன.

கிருமி சாஸ்திரம்.

பாக்டீரியாலஜி யென்னும் கிருமி சாஸ்திரமானது வைத்தியசாஸ்திரம் அனைத்துக்குமே ஆச்சரியகரமானதோர் மாறுதலையுண்டுபண்ணி வருவதாகக்கூறலாம். பூமி, ஜலம், ஆகாயம், வாயு இவை கிருமிகளால் அல்லது நுண்ணுயிர்களால் நிரம்பியிருக்கின்றன. மனிதவர்க்கத்தைத் தாக்கும் முக்கியமான வியாதிகளுள் பெரும்பான்மையும் ஸாதாரணமாய் கிருமிகள் என்று வழங்கப்படும் வெகு ஸூக்ஷ்மமான ஜீவராசிகளாலேயே உண்டாகின்றன வென்பதை இக்காலத்தில் அநேகஜநங்கள் இந்நாட்டிலும் அறிந்திருக்கின்றனர். இக்கிருமிகளுக்கு ஆங்கிலத்தில் அநேகம் பெயர்கள் உண்டு; இவை சிலஸமயம் 'மைக்ரோப்ஸ்' என்று கூறப்படுகின்றன; 'மைக்ரோ ஆர்கானிஸம்' என்றும் சிலஸமயத்தில் சொல்லப்படும். அவற்றுள் விசேஷமான க்ருமிகளை 'பாக்டீரியா' என்றும், 'பாஸிலை' என்றும் கூறுவர். இந்த நுண்ணுயிர்களுள் சில ஜங்கம உயிர்களாகவும், வேறு சில ஸ்த்தாவரங்களான விருக்ஷவகைகளைச் சேர்ந்தவைகளாகவும் இருக்கும். ஆனால் இவை மிக்க நுட்பமான எளிய ஸூக்ஷ்ம ஜீவன்களாயிருப்பதால், சிலவேளை வெகு ஜாக்கிரதையாக ஸூக்ஷ்ம தர்சநயந்திரங்களைக் கொண்டு பரிசோதித்தாலும், அவை ஜங்கம உயிர்களா ஸ்த்தாவர உயிர்களாவென்று பகுத்தறிவது கூட மிகக் கஷ்டமாய் அல்லது அஸாத்தியமாய் விடுகிறது. அவற்றை மிக்க கவனம் செலுத்திப் பரீக்ஷிக்கும்போது சில விஷயத்தில் அவை ஒருவித க்ருமியின் உருவமுள்ளதாகவும், மற்றொரு விஷயத்தில் வேறுவித க்ருமியாகவும் தோற்றுவதுண்டு; என்றாலும் இவற்றுள் அநேகம் ஜங்கம உயிர்களான விருக்ஷவர்க்கங்களைச் சேர்ந்த நுண்ணிய ஜீவராசிகள் அல்லது பாக்டீரியா என்பவைகளாகவே இருக்கும்; இவற்றில் அநேகம் விருக்ஷவர்க்கங்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்டவையென்றாலும், அவைகளை நன்றாகப் பரீக்ஷித்தோமானால் மரங்களுக்கும் செடி கொடிகளுக்குமுள்ள வேர்களாவது, இலைகளாவது அவற்றிற்குக் காணப்படுவதில்லை, அவை புஷ்பிப்பதும் கிடையாது.

ஒரு அங்குல நீளமுள்ள நூல் அல்லது அது போன்ற வேறொரு வஸ்துவை நூறு பங்குகளாகப் பகுத்தோமானால் அதில் ஒவ்வொரு பாகமும் நமது கண்களுக்குப் புலப்படமாட்டாது; பாக்டீரியா என்னும் இந்த நுண்ணுயிர்களும் அவ்வளவு ஸூக்ஷ்மமாக அல்லது அவற்றினும் அதிக ஸூக்ஷ்மமாக இருக்கின்றனவாகையால், இவற்றைப் பூதக்கண்ணாடி அல்லது ஸூக்ஷ்மதர்சந யந்திரத்தின் உதவியானால் பார்க்கலாமே யன்றி வேறுவகையில் காணமுடியாது. இக்கிருமிகள் இவ்வளவு ஸூக்ஷ்மமானவை யென்று ஒருவாறு மனதினால் யோசிக்கவும் முடியாதபடி அவ்வளவு ஸூக்ஷ்மத்திலும் ஸூக்ஷ்மமா யிருக்கின்றன. ஒரு ஊசிமுனை யளவான இடத்தில் அநேகமாயிரம் கிருமிகள் தங்கக்கூடுமென்றால் அவை எவ்வளவு நுட்பமாயிருக்குமோ இதைப் படிப்பவரே யோசித்துக் கொள்ளலாம்.

நுண்ணுயிர்கள் என்பவை அநுமானத்தினால் மட்டும் உண்டென்று சொல்லக்கூடியவையல்ல; அவற்றை ஒரு பூதக்கண்ணாடியின் மூலமாய் ஒவ்வொருவரும் காணலாம். இவை பிரமஸ்ருஷ்டியில் புதிதானவையுமல்ல. பரமாணு ரூபமான வஸ்துக்களையும் அவற்றின் அளவு முதலியவைகளையும் வெகு கருத்துடன் பண்

டைக்காலத்தில் சாஸ்திரஞ்ஞர்கள் அறிந்திருந்தனர் என்பதற்கு அநேகம் அத்தாட்சிகள் உண்டு. டாக்டர் பி. வி. ராய் அவர்கள் இரண்டு மாதங்களுக்கு முன் பஞ்ஜாபில் யூனிவர்ஸிடிக்கென்று சாஸ்திரப்ரஸங்கம் செய்தபோது பரமாணு, த்ரஸரேணு (பரமாணு 30 கொண்டது) முதலிய அளவுகளிலும், அவ்வளவு ஸூக்ஷ்மமான வஸ்துக்களிலும் ஆதிகாலத்திய இந்தியர்களுக்கு இருந்த அற்புதமான அறிவைப்பற்றி மிகப் புகழ்ந்து விஷயங்களையெடுத்துக் கூறியதைக் கண்டு அனைவரும் ஆச்சரியப்படவேண்டியிருந்தது. இந்த ஸூக்ஷ்ம ஜீவராசிகளைப்பற்றிய விஷயங்கள் நமது விஞ்ஞானக்கடலான வேதங்களிலும் ஆங்காங்கு விவரிக்கப்பட்டுள்ளன. யஜுர்வேதத்தில் ருத்ரமென்கிற சாகையில் ஆறுவது ப்ரச்நத்தைக் கவனித்துப் படித்தோமானால், பூமியிலும், ஆகாயத்திலும், வாயுவிலும், ஜலத்திலும் பலவகையான ஸூக்ஷ்ம ஜீவராசிகள் அளவற்றவை வியாபித்திருப்பதாகக் கூறியிருப்பதைக் காணலாம். ஆனால் அந்த நுண்ணுயிர்களெல்லாம் ருத்ரன்கள் என்று அப் பிரகரணங்களில் வழங்கப்பட்டிருக்கின்றன.

இக்கிருமிகளின் உருவம் எவ்விதமானதென்றால்: இவை உருவத்திலும் அளவிலும் மிகவும் வெவ்வேறு வகைகளாகத் தோற்றும்; ஆனால் இவற்றில் பெரும்பான்மையான கிருமிகள் சிறிய தடிகளின் உருவமுள்ளவைகளாயிருக்கும்.

இவை வெகு சீக்கிரத்தில் எண்ணிக்கையில் விருத்தியாகும். ஒரு கிருமி கால்மணி நேரத்தில் இரண்டாக மாறி, அவ்விரண்டும் ஒரு மணி நேரத்தில் பதினாறு கிருமிகளாக ஆய்விடுகின்றன வென்பது வியக்தமான விஷயம். மூன்றுமணி நேரத்தில் 4000-க்கு அதிகமாக விருத்தியாகும். இவற்றைவிட உருவம் முதலியவற்றில் மேன்மையடைந்த சில ஸ்த்தாவர நுண்ணுயிர்கள் சீக்கிரம் வளர்வதற்கு அநுகூலமாக வெளியிலுள்ள நிலைமைகளைத் தாக்கி இவை மட்டும் நன்கு வளரக்கூடியவிதமான ஓர் அற்புதச் சக்தி இக்கிருமிகளுக்குண்டு. ஆகிலும் இவை சூரிய கிரணங்களுக்கு எதிரில் நீடித்த நேரம் தப்பிப் பிழைப்பது அரிது. வளர்வதற்கு விரோதமாயிருப்பதால், சீக்கிரத்தில் இக்கிருமிகள் அவ்வித பதார்த்தங்களின் சேர்க்கையினால் அழிந்து விடுகின்றன. கனிஜ பதார்த்தங்கள் கிருமிகளை அழிக்கக்கூடியவையென்றும், ஆகவே கிருமிகளைக் காரணமாகக் கொண்டு உற்பத்தியாகும் வியாதிகளில் அவ்வித ஔஷதப் பொருட்கள் மிகவும் உபயோகமாயிருக்கின்றன வென்றும் கற்றறிந்த வைத்தியர்களில் பெரும்பாலோர் அங்கீகரித்த விஷயம்.

கிருமிகள் வியாதிக்குக் காரணமாயிருக்கின்றன வென்றும், நிலத்திலாவது, வாயுவிலாவது, ஜலத்திலாவது, ஆகாயத்திலாவது அவை யில்லாத இடம் சிறிது மில்லையென்றும் கூறுவீர்களானால், நாம் ஆரோக்கியமாக வாழ்வதும் உயிருடன் இருப்பதும் எங்ஙனம்? என்றால், இதற்கு விடையும் வெளிப்படையானதே; அதாவது: எல்லாக் கிருமிகளுமே கெடுதியுண்டுபண்ணக் கூடியனவல்ல. நமக்குத் தெரிந்துள்ள ஆயிரம் வகையான கிருமிகளுள் வெகு சிறு பான்மையானவையே மனிதருக்குத் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடியவைகளா யிருக்கின்றன; பெரும்பான்மையான மற்றக் கிருமிகள் எல்லாம் நமது சரீரத்தின் இயற்கை நிலைமைக்கு இன்றியமையாதவைகளா யிருக்கின்றன. இவ்விஷயமாக நமது வேதங்களில் கூறியுள்ள ருத்ரன் என்னும் தத்துவமும் அநுபவத்தில் ப்ரத்யக்ஷ ப்ரமாணத்திற்கு எவ்வகையிலும் ஏற்றதாயிருக்கிறதென்று கூறுவது இதைப் படிப்பவருக்கு ஒருவாறு வியப்பைத் தரக்கூடியதாயிருக்கும். ருத்ரன் என்னும் தத்துவம் உலகத்தை அழிக்கக்கூடிய தன்மையுள்ளதென்றாலும், அத் தத்துவத்தின் சில அம்சங்களே உலகத்திற்கு அழிவைத் தரக்கூடியவைகளா யிருக்கின்றனவே யன்றி, அத் தத்துவத்தின் பெரும்பான்மையான அம்சங்களும் ஜகத்தின் க்ஷேமத்திற்கு அவசியமானவையாய் அமைந்திருக்கின்றன

வென்று நமது வேதம் (ருத்ரமென்னும் சாகை) முறையிடுகின்றது. உலகத்திற்கு ஆகாத ஜனங்களையோ ஜந்துக்களையோ அழிக்கவேணுமென்று ஈச்வரன் கருதும்போது, தனதிடமிருந்து ருத்ரன்களென்னும் இவ்வம்சங்களை உலகத்தில் அவ்வவ்விடங்களில் ஆகாயத்திலும், ஜலத்திலும், வாயுவிலும், உணவுகளிலும் பரவச் செய்து வியாதிகளையுண்டுபண்ணுகிறார் என்று கூறப்படுகிறது. அவ்வித வேலையைச் செய்யும் அம்சத்திற்கு ஏற்றவாறு ருத்ர என்கிற பெயரும் அளிக்கப்பட்டதென்று அறிக. (ரோதயதி—துன்பத்தைத் தந்து வருந்தச் செய்கிறது—என்னும் விற்பத்தியைக் கொண்டு ருத்ர என்னும் பதம் ஏற்பட்டதாம்.) ஆகையினால் தற்காலத்திய மேனாட்டு சாஸ்திர வல்லோர் கூறும் பாஸிலையென்னும் நுண்ணுயிர்களுக்கும், ருத்ரன்களென்கிற அம்சங்களுக்கும் விசேஷபேதம் இருக்குமென்று நமக்குத் தோற்றவில்லை. இவ்வித ருத்ரன் முதலிய பெயர்களையும், அவ்வித தத்துவங்களின் உண்மை இவ்வகையானதென்கிற விவரத்தையும் ப்ரத்யக்ஷாநுபவங்களுக்கு இணங்க நாம் அறிந்து கொள்ளாதவரையில், அவ்விஷயம் 'ஏதோ வேதாந்த ஸம்பந்தமான ப்ரத்தியக்ஷப்ரமாணங்களுக்கு ஒவ்வாத ஒருவித கோட்பாடு' என்றும், 'அவை நம்பக்கூடிய தத்துவம் அல்ல' என்றுமே இக்காலத்திய பண்டிதர்கள் நினைப்பார்கள்.

கிருமிகளால் தொற்றுவியாதிகள் ஸம்பவிக்கின்றன என்பதைப்பற்றி ஆயுர்வேதஸம்ஹிதாநூல்களில் அநேகவிடங்களில் விவரங்கள் கூறப்பட்டிருக்கின்றனவென்பதுடன், அக்கிரந்தங்களைவிட எவ்வளவோ பிராசீனமான வேதங்களிலேயே இவ்விஷயங்கள் குறிப்பிடப்பட்டிருப்பதானது ஆர்ய வைத்தியர்களுக்கும் பொதுவில் இந்திய ஜனஸமூஹத்துக்கும் மிகப் பெருமையாகும். யஜுர்வேதத்தில் (ருத்ரம்) கூறப்பட்டுள்ள சில வாக்கியங்களைமட்டும் இவ்விடத்தில் குறிப்பிட விரும்புகிறோம்:—

"असङ्ख्याताः सहस्राणि ये रुद्रा अधिभूम्याम् ।
तेषां सहस्रयोजने अवधन्वानि तन्मसि " ॥

ஓ மஹேச்வரனே! பூமியில் வியாபித்துள்ள ஆயிரம் விதமான எண்ணிறந்த ருத்ரர்களை எமக்கு ஆயிரம் யோஜனை தூரத்தில் இருக்கச் செய்ய வேண்டுகிறேன்.

"अस्मिन् महत्यर्णवे अन्तरिक्षे भवा अधि ।
तेषां सहस्रयोजने + + +"

ஓ மஹேச்வரனே! அபரிமிதமான ஜலத்திலும், ஆகாயத்திலும் யாதொரு ருத்ரர்கள் என்னும் ஜீவன்கள் பரவியிருக்கின்றனவோ அவற்றை எமக்கு அருகில் வராதாபடி வெகு தூரத்தில் இருக்கச் செய்வீராக.

"ये वृक्षेषु शष्पिञ्जरा नीलग्रीवा विलोहिताः ।
तेषां सहस्र + + + +"

செடி கொடிகளிலெல்லாம் சிறு புற்களைப்போல் செழித்து வளருபவையும், பொன்னிறமாகவும் நீலநிறமான கழுத்துடன் கூடியதாகவுமுள்ள பலவித ருத்ரனென்னும் உருவங்கள் எமக்கு அருகில் வாராதபடி எம்மைக் காத்தருள்வீராக.

"ये पथां पथि रक्षसः ऐलबृन्दा आयुर्युधः ।
तेषां सहस्र + + + +"

நாம் செல்லும் வழிகளிலெல்லாம் எதிர்த்து எமது உயிரைப் போராடி அழித்து, எம்மை உணவாகக் கொள்ளக்கூடிய பரான்னபுக் (Parasites) என்னும்* யாதொரு ருத்ரஸ்வரூபங்கள் அல்லது இராக்ஷஸ உருவங்கள் உண்டோ அவற்றை எமக்கு அருகில் வரவிடாமல் எம்மைக் காப்பாற்றுவீராக.

"येऽन्नेषु विविध्यन्ति पात्रेषु पिबतो जनान् ।
तेषां सहस्र + + + +"

எந்த ருத்ர உருவங்கள் ஜனங்களை அவர்களுடைய உணவுகளிலும் பானவகைகளிலும் பாத்திரங்களிலும் சேர்ந்து ஹிம்ஸிக்கின்றனவோ, அவற்றை எமக்கு அருகில் வராதபடி ஆயிரம்யோஜனை தூரத்தில் இருக்கச் செய்வீராக.

* பரான்னபுக் - அல்லது பாரஸைட்ஸ்-என்றால், வேறு வகையான ஜந்துக்களுக்கு உணவாகக் கூடிய வஸ்துக்களை அல்லது வேறு ஜந்துக்களையே புஜித்துப் பிழைக்கும் நுண்ணுயிர்களாம்.

பரமாணுரூபமான அநேகவித நுண்ணுயிர்கள் உலகில் எங்கும் வியாபித்திருக்கின்றனவென்பதையும், அவற்றில் சிலவற்றால் ஸாங்க்ராமிகங்கள் என்னும் தொற்று வியாதிகள் ஸம்பவிக்கின்றன என்பதையும் முன்னால் நமது ருஷிகள் அறிந்திருந்தனர் என்பதற்கு இத்தகைய வேதவாக்கியங்களே சான்றாம். இவ்விதம் நமது சரீரத்திற்கு எப்பொழுதும் தீங்கு விளைவிக்கக்கூடிய கிருமிகள் எங்கும் வியாபித்திருப்பதை அறிந்தே, நமது ஆரோக்கிய நிலைமையை எப்பொழுதும் அவை அழிக்காமல் காப்பதற்காக உள்ளும் புறமும் சுத்தமாயிருக்க வேண்டுமென்றும், அதற்காக ஸ்மிருதிக்ரந்தங்களில் வேதப்ரமாணங்களைக் கொண்டு அனுபவரீதியாக மொழியப்பட்ட சுகாதாரமுறைகளை அனுஸரித்து நடந்து அனைவரும் ஆசார நிஷ்டர்களாயிருந்துவர வேண்டுமென்றும் முனிவர்கள் நமது மனதுக்கெட்டாத அவ்வளவு பண்டைக்காலத்திலேயே மொழிந்திருக்கின்றனர். ஆயுர்வேத நூல்களிலுள்ள ஆஹ்நிக க்ருத்யங்கள் என்னும் தினசரிக் ருத்யங்களும் இதை அனுஸரித்தவையேயன்றி வேறல்ல.

BILIOUS FEVER.

பித்த ஜ்வரம்.

இத்தேசத்தில் இப்பெயர் சுதேசவைத்தியர்களாலும் மற்ற ஜனங்களாலும் வெகுப் பிரஸித்தமாக வழங்கப்பட்டுவருவதேயன்றி புதிதானதல்ல. மேனாட்டு வைத்யர்களாலும் முன்னால் இப்பெயர் (பிலியஸ் பீவர்) வெகு ஸாதாரணமாக வைத்திய பரிபாஷைக்கு அடுத்ததாக விவஹரிக்குப்பட்டு வந்ததுண்டு; ஆனால் இப்பொழுது இதற்கு தற்காலத்திய ஆராய்ச்சிகளைக்கொண்டு அந்தந்த நிலைமைக்குத் தகுந்தவாறு வெவ்வேறு பெயர்களை வழங்கிவருகின்றனர். வெகு தீவ்ரமாக ஜீர்ணக்கருவிகளைத் தாக்குவதால் பித்தகுணங்களுக்கு உத்திரேகத்தைக் கொடுப்பதான வாதபித்த ஜ்வரத்தை (ஆங்கிலத்தில் பிலியஸ் ரெமிட்டெண்ட் பீவர் என்று கூறப்படுவதை) நாம் இங்குக் குறிப்பிடுவதாகக் கருதவேண்டாம்.

நாம் முக்கியமாகக் குறிப்பிடும் இந்த ஜ்வரத்தில் காணும் குறிகளின் தோரணிகளையெல்லாம் கவனித்துப் பார்க்குமளவில், அவையாவும் இதை இப்பெயரால் விவஹரிப்பது முற்றிலும் பொருந்துமென்றே அறிவிக்கின்றன. தற்காலத்திய மேனாட்டு வைத்தியர்கள் பித்தஜ்வரம் (அல்லது பிலியஸ் பீவர்) என்கிற பெயரை வழங்காமல் திரஸ்கரிக்கின்றனரேயன்றி, அடியிற் கூறப்படும் குறிகளெல்லாமடங்கிய இவ்வியாதிக்குத் தகுந்த முழுப்பெயரொன்றும் அவர்களால் வழங்கப்படுவதாகத் தெரியவில்லை.

இப்பிணியினால் வருந்தும் ரோகியொருவனை வைத்தியன் பார்க்கும்போது அவனுடம்பில் ஜ்வரம் அடிக்கும்; நாக்கு வெளுத்து கனமாக அழுக்குப் படிந்திருக்கும்; தலைவலியும் இடுப்புவலியும் தொடர்ந்திருக்கும்; அடிக்கடி வாய்க்குமட்டலும் வாந்தியும் உண்டாகும்; வாந்தியில் மஞ்சள் நிறமான பித்தநீரும் கபமும் கலந்து வரக்கூடும்; அநேக ஸமயங்களில் எந்த ஆஹாரமும் ஏற்றுக்கொள்ளவும் முடியாது, ஏற்றுக்கொண்டாலும் வயிற்றில் அது தங்குவது கஷ்டம்; சில நாழிகைவரையில் குடிப்பதற்கு ஜலமும் வேண்டியிராது; இப்பிணியாளிக்கு மலபந்தம் ஸாதாரணமாயிருப்பதுண்டு; என்றாலும் தினத்திற்கு இரண்டொரு முறை திரவமாக மலங்கழிவதாய் அவன் கூறுவதுமுண்டு.

எவரேனும் சிறந்த அனுபவமுள்ள வைத்தியரே இந்நிலைமையில் இவ்வியாதியின் துர்க்குணங்களை அடக்கக்கூடுமேயன்றி, ஸாதாரணமாய் இதை ஆரம்பத்தில் நிவாரணம் செய்வது மிகக் கடினமாயிருக்கும். வெகு சுருசுருப்பாகவும் ஊக்கத்துடனும் புத்திநுட்பத்துடனும் சிகித்ஸை செய்யாவிட்டால் இது பலநாட்க

ளளவும் தொடர்ந்து தொந்தரவளிக்கும்; அப்படிச் செய்தால்தான் சீக்கிரத்தில் ஒவ்வொரு ஸமயம் இவ்வியாதியின் துர்க்குணங்களெல்லாம் ஒருவாறு தணிந்து, அப்பால் ஸந்நிபாத ஜ்வரம் (typhoid fever) என்கிற ஸந்தேஹத்திற்கும் இடமுண்டாகாமலிருக்கும். இதை அவ்விதம் பிரமித்து முறைதவறாக மற்றொரு ரோகமாக—அதாவது ஸந்நிபாதஜ்வரமாக வைத்தியர்கள் நினைப்பதுமுண்டு. இந்த ஜ்வரத்தைப்பற்றி "டாக்டர்" என்னும் பத்திரிகையில் அப்பத்திராசியர் கூறுவதை இதைப் படிப்பவர் கவனிப்பதற்காக மொழிபெயர்த்து இதனடியில் குறிப்பிடுகின்றோம்:—"வெகு தீவ்ரமான பித்தஜ்வரத்துடன் வருந்தும் ரோகியைப் பரீக்ஷிப்பதற்கு தௌர்ப்பாக்யவசத்தினால் அநுபவமில்லாத ஒரு வைத்தியன் வந்துவிடுவானேயானால், அவன் இதை ஸந்நிபாதமென்று நினைத்து ஏதோ தாறுமாறான சிகித்சைக்கு ஏற்பாடு செய்துவிடுவான். ஆனால் இதை ஒருவகையில் விஷஜ்வரமென்று ஒருவன் நிதானமுறைப்படி நிச்சயிப்பதிலும் அவ்வளவுமேலான தவறுதலுண்டென்று நாம் சொல்லோம். இக்காலத்திய நிதானஞ்ஞர்களின் (pathologists) கொள்கைப்படி இந்த ஜ்வரம் ஒருவித விஷஸம்பந்தத்தினாலேயே ஸம்பவிக்கின்றதென்றும் கூற இடமுண்டு. இவ்விஷம் குடல்களில் விசேஷமாகச் சேர்ந்து இவ்வியாதியை உற்பத்திசெய்யவேண்டுமென்று ஊஹிக்கப்படுகிறது; பிறகு போர்டல் வைன் என்னும் கல்லீரலுச்குப் போகும் ஒருவித இரத்தக்குழாயின் மூலமாய் அவ்வவயவத்தினுள் பிரவேசிக்கக்கூடுமென்றும் கருதப்படுகிறது. ஆனால் இதன் உண்மையான தத்துவம் இன்னதென்று இன்னும் நன்கு விளங்கினபாடில்லை." இதே வியாதியுள்ள வெவ்வேறு பிணியாளிக்கு இதன் குறிகளில் பல ஒவ்வொருவிதமாக வித்தியாஸப்படவும் கூடும். "இதன் உக்கிரத்தன்மையைப் பார்த்தால், இவ்வியாதி ஏதோ ஒருவித விஷப்பொருள் குடல்களில் சேர்ந்து உண்டாகிறதென்பதில் ஸந்தேஹிக்க வேண்டிய அவசியமேயில்லை. அவ்விதமாய் விஷப்பொருள் ஜீர்ணகோசங்களில் சேருவதாலேயே குடலின் சலனம் சுபாவநிலைமையிலிருந்து மாறி மேல்நோக்கிச் சலிக்க முயன்று, அவ்வேகத்தினாலேயே வாய்க்குமட்டலும் வாந்தியும் மேன்மேலும் உண்டாவதாக நிச்சயிக்கவேண்டும்" என்றும் அப்பத்திரிகை அபிப்பிராயப்படுகிறது.

மேலும் "கல்லீரலில் எந்தப் பாகம் இந்நிலைமையில் இவ்வித துர்லக்ஷணங்களுக்கு ஆதாரமாக இருக்கின்றதோ அவ்விஷயம் இன்னும் அறியப்படவில்லை" என்றும், "ஆரம்பத்தில் குறிப்பிடத் தகுந்தவாறு அவ்வவயத்திலிருந்து பித்தநீர் அமிதமாகச் சுரப்பதைக் கவனித்துப் பரிசோதிக்குங்கால், கல்லீரலுக்குள்ளும் குடலிலும் புகுந்திருக்கும் விஷப்பொருளை வெளிப்படுத்துவதற்கே இவ்வாறு பித்தநீர் வெகு அதிகமாக உண்டாக்கப்படுகிறது" என்றும் அப்பத்திரிகையில் கூறப்படுகிறது. யோசித்துப் பார்த்தால் அவ்விஷயம் எளிதில் நம்மாலும் பரீக்ஷித்து நிச்சயிக்கக் கூடியதாகவேயிருக்கின்றது. ஏனெனில், ஜ்வரம் உக்கிரமாயிருக்குந்தருவாயில் பித்தநீர் எவ்வளவு அதிகமாகச் சுரந்து வாந்தி முதலியவற்றால் வெளிவருகின்றதோ, அவ்வளவு, ஜ்வரம் தணியும் ஸமயத்தில் பிறகு உண்டாவதில்லை; இதை அநேகம் கேஸுகளில் குறிப்பிட்டுக் காணலாம். நாக்கு வெகு நாட்கள் வரையில் மிகவும் அஸஹ்யமாய் அழுக்கடைந்திருக்கும்; இக்குறியானது, இரைப்பையும் சிறுகுடலின் முதல்பாகமும் கபதோஷத்தினால் விகாரப்பட்டிருப்பதாக அறிவிக்கின்றது என்று மேனாட்டு வைத்தியர்களும் கூறுவர். ஜீர்ணவேலை மிகவும் கெட்டுப் போயிருக்கும்; சற்றேறக்குறைய எப்பொழுதுமே, அல்லது அநேக ஸமயங்களில் வயிற்றுப்பொருமலுமுண்டாய் தொந்தரவைத்தருவது வழக்கம். ஒருவனுக்கு இவ்வியாதி உண்டானது முதல் தடவையாயிருந்தால், அது அவ்வளவு உக்கிரமான சேஷ்டைகளையுண்டுபண்ணுவதில்லை; ஆனால் அந்த ஸமயம் தகுந்தவாறு அதற்கு வேண்டிய சிகித்ஸையைச் செய்யாவிடின், இது மறுபடியும் திரும்பிக்கொள்வது நிச்சயமென்றே சொல்லாம்.

பிராசீன பரிபாஷைப்படி நாம் விவஹரித்துவரும் இப் பித்தஜ்வரத்திற்குக் காரணபூதமான விஷயம் இன்னதென்று நன்கு அறியப்படவில்லை. மாதவநிதானம் முதலிய நிதானக்கிரந்தங்களிலும், அவற்றின் வியாக்யானங்களிலும், பித்தம் அதிகரித்து மேலே கபஸ்தானத்திற்கு வந்து கடுமும் பித்தமுமாக வாந்தியையுண்டாக்கி, நாக்கையும் ஆகவே சுவையையும் கெடுத்து இந்த ஜ்வரத்தை உண்டாக்குகின்றது எனக் கூறப் பட்டிருக்கின்றதேயன்றி, அவ்வாறு பித்தம் அதிகரிப்பதற்கும், அதனால் இவ்வித குறிகளே ஏன் ஸம்பவிக்கவேண்டுமென்பதற்கும் எம்மால் விவரம் அறியமுடியவில்லை. ஆனால் அளவுக்கு அதிகமாக மேன்மேலும் போஜனம் செய்வது பிரதான காரணங்களுள் ஒன்றாக இருக்குமென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. வைகாசி, ஆடி இம்மாதங்களிலும், விசேஷமாகப் பசுமையான காய்கறிகளும் கனிகளும் செழித்துண்டாகும் காலங்களிலும் இவ்வியாதி ஸம்பவிப்பதாய் அறியப்படுகிறது. பக்குவமாகாத அக்காய் கறிகளை அல்லது கனிகளை அல்லது அவ்விதமான வேறு பதார்த்தங்களை வயிற்றின் அளவு தெரியாமல் தின்பதால் ஆமதோஷம் என்னும் ஒருவித விஷம் குடல்களில் விருத்தியாய், முற்கூறிய துர்லக்ஷணங்களை யுண்டுபண்ணுமென்று ஒருவாறு நமது ஆயுர்வேத நூல்களிலுள்ள ஆதாரங்களைக்கொண்டும் நிர்த்தாரணம் செய்யலாம். அநுபவத்தைக் கொண்டு நன்கு ஆலோசித்துப் பார்ததோமானால், இந்த ரோகம் மிகச்சூடான கோடைகாலத்தின் ஆரம்பத்தில், திடீரென்று ஸம்பவித்த அவ்வுஷ்ணத்தினால் ஜீர்ணசக்தியும் மாறுபட்டு இவ்வியாதிக்கு இடமுண்டாகுமென்று நிச்சயிக்கலாம். அஷ்டாங்கஹ்ருதயம் முதலிய நூல்களில் திநசர்யாத்தியாயங்களையும ருதுசர்யாத்தியாயங்களையும் கருத்துடன் படிததுப் பார்ப்பீர்களானால் அருமையாயுள்ள இவ்வித நுட்பமான விஷயம் வாஸ்தவமென்று விளங்கும்.

இதற்குச் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸா விஷயத்தை இப்பொழுது அனைவரும் அறிய விரும்பக்கூடும். சிகித்ஸையை வெகு கண்டிப்பாக நடத்தவேண்டியது ஒன்றைத் தவிர அதன் செய்முறைகளில் விசேஷ கஷ்டமொன்றுமில்லை. முதலில் பிணியாளியின் உடம்பை எவ்விதத்திலும் மிகவும் பரிசுத்தமாக வைத்திருக்கவேண்டும். சில நாள்வரையில் வெகு சீக்கிரத்தில் ஜீர்ணமாகக்கூடியதும் அளவிற் குறைந்ததும் திரவரூபமாயிருப்பதுமான உணவையே காலமறிந்து உபயோகிக்கச் செய்யவேண்டும். இவைதான் வெகு முக்கியமாகக் கவனிக்கக்கூடிய விஷயங்கள். அதற்கடுத்து, மிதமிஞ்சி வேலை செய்த கல்லீரலை ஸ்வஸ்தப்படுத்துவதற்காக இந்துப்பு, சிவதைவேர், ஆமணக்கெண்ணெய் முதலியவைகளை அல்லது அவற்றைப்போன்ற வேறு விரேசன ஔஷதங்களை சிறிதளவு உட்கொள்ளக் கொடுப்பது நலம். அவ்வாறு இரண்டொரு முறை விரேசனம் ஆகும்படிச் செய்தால் குறிப்பிடத்தகுந்தவாறு குணங்களுண்டாகக் காணலாம். ஆனால் ஒன்று அல்லது அவசியமானால் இரண்டு முறைக்குமேல் பேதியாகும்படி ஔஷதத்தைப் பிரயோகிப்பது பிசகு. பிணியாளி அதிக ஆஹாரங்களை உட்கொள்ளாமலும், உடம்பை அழுக்கடையாமல் வைத்துக்கொண்டும், வயிறு ஒன்று அல்லது இரண்டுமுறை தினந்தோறும் கழியும்படி செய்து கொண்டும், உடம்பை ஸாத்தியமானவரையில் தகுந்த உபாயங்களால் குளிரப்பண்ணிக் கொண்டும் வெகு ஜாக்கிரதையாகக் கவனித்துவந்தால் இப்பித்த ஜ்வரம் கூடிய சீக்கிரத்தில் நிவ்ருத்தியாகும்.

QUESTIONS AND ANSWWERS.

ஸந்தேஹ வினாக்களும் விடைகளும்.

வினா:—1. முழங்கால் முட்டுதல்.

"ஐயா! மூன்று வயதான என் குழந்தை ஒன்று இரண்டு முழங்கால்களும் முட்டிக்கொள்ளும்படி நடக்கிறது. அவ்விதம் இருப்பது கொஞ்சம் விகாரமாக எனக்குத் தோன்றுவதுடன் குழந்தையும் தாராளமாக ஓடியாடி விளையாடுவதற்குக் கஷ்டப்படுகிறது. (1) இவ்விதம் உண்டாவதற்குக் காரணமென்ன? (2) இதற்கு எவ்விதமான சிகித்ஸை அனுகூலமாயிருக்கும்? இவ்விஷயத்திற்குத் தாங்களாவது தமது சிறப்புற்ற பத்திரிகையைப் படிக்கும் வேறு வைத்தியர்களாவது தகுந்தவாறு விடையளிப்பார்கள் என்று நம்புகிறேன்."

W. T.

விடை:—(1) இதற்குக் காரணம் இன்னதென்று உடனே கூறிவிடுவது கஷ்டம். சில ஸமயம் குழந்தையின் கால் எலும்புகள் முற்றாமலிருக்கையிலேயே அதை நிற்கவும் நடக்கவும் அப்யாஸம் செய்ய சிலர் முயல்வதுண்டு; அவ்விதம் செய்வதால் காலெலும்பு தாறுமாறாய் வளைந்து முட்டுக்காலாகவும், தொட்டிக்கா

லாகவும் ஆய்விடுவது வழக்கம். வேறு சில கேஸுகளில் குழந்தைகளுக்கு ஆதியிலிருந்தே தகுந்த ஊட்டமில்லாமல் கைகால்கள் பலம் பெறாமல் முழங்கால் முதலிய அவயவங்கள்மட்டும் முரண்பட்டு இவ்வாறு நேரிடுவது முண்டு. (2) நன்றாகக் காற்றோட்டமுள்ள விடங்களில் அவ்விதமான குழந்தையை நன்கு விளையாடச்செய்வதுடன், அதற்கு நல்ல போஷாக்கைக் கொடுக்கும் உணவையும் உபயோகித்து வரவேண்டும். கால்களை முக்கியமாய் முழங்கால்களை மெதுவாகப் பிடித்துவருவதும் (Massage), அவ்விடத்தில் ஒற்றடம் கொடுத்து வருவதும் நலம்.—ப-ர்.

வினா:—12. ஓர் ஔஷதமும் ஔஷதச் சரக்கும்.

"ஐயா,

நான் அறியவேண்டி விரும்பும் அடியில்வரும் வினாக்களுக்கு வைத்தியகலாநிதியின் வாயிலாக விடையளிக்க வேண்டுமாய் வணக்கத்துடன் கேட்டுக்கொள்கிறேன் :

(1) "ராஜப்பிரப பர்டினி" என்னும் ஔஷத முறை எவ்விதச் சரக்குகளைக் கலந்து செய்யப்படுகிறது ?

(2) "லொத்தி" என்னும் இம்மூலிகை "பம்பாய் ஜண்டுபார்மக்யூடிகல் ஒர்க்ஸ்" என்னும் ஔஷதசாலையிலிருந்து கிடைக்கிறதாய் அறிகிறேன். ஆனால் அம்மூலிகை இவ்விடங்களில் எங்கேயாவது கிடைக்குமா ?"

வி. என். கணபதிமுதலியார்.

விடை:—(1) 'ராஜப்பிரப பர்டினி' என்பது சரியான பெயரல்ல. ஒருக்கால் 'ராஜப்ரபா வர்த்தனீ' என்று இருக்கக்கூடும். அப்படியானாலும் அது எவரேனும் தன் இஷ்டப்படி ஏற்படுத்திக்கொண்ட பேடெண்ட் மருந்து என்னும் ஸொந்த ஔஷதமாக இருக்கவேண்டுமேயன்றி அது ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களில் கூறப்பட்ட ஔஷதமுறையாகாது. 'ராஜம்ருகாங்கரஸம்' என்று ஓர் ஔஷத முறையுண்டு. அதைப் பற்றி வேண்டுமானால் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் 160-வது பக்கத்தில் விவரம் காணலாம். (2) 'லொத்தி' என்பது 'லோத்ர' என்று ஸம்ஸ்கிருதத்தில் கூறப்படுகிறது. இது தென்னிந்தியாவில் ஸாதாரணமாய்க் கிடைக்கும். உதியமரம் என்றும் இதைக் கூறுவர். ப-ர். [தாங்கள் இன்னும் இரண்டு மூன்று விஷயங்களையும் இத்துடன் கலந்து விடையளிக்கும்படி கேட்டிருக்கிறீர்கள். ஒன்றுக்கொன்று ஸம்பந்தமில்லாத அநேகம் கேள்விகளை ஒன்றாகக் கலந்து எழுதினால் அவற்றிற்கு விடையளிப்பது கஷ்டம். ஆகவே தயவுசெய்து அவ்விஷயங்களில் ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியாக நன்குவிளங்கும்படி எழுதியனுப்பினால் கூடுமாயின் நாமோ இதைப் படிக்கும் பிறரோ விடையளிக்க அனுகூலமாயிருக்கும். ப-ர்.]

வினா:—13. காதில் கிருமிகள்.

"ஐயா,

நான் இந்த ஜுலை௴ இறுதியில் மாயவரம் தாலூக்காவிலுள்ள திருக்கடையூர் முதலிய சில கிராமங்களுக்குப் போயிருந்தேன். (1) அக் கிராமங்களில் அடியில் குறிப்பிடுமாறு ஜனங்கள் ஒருவித துன்பத்திற்கு உட்பட்டவர்களாய் வீணில் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருந்ததைப் பார்க்க மிகவும் பரிதாபமாயிருந்தது. கிராமம் ஒன்றுக்கு சுமார் 50 ஜனங்களுக்கு மேல் காதுகளில் நாயுண்ணி யெனப்படும் பூச்சிகளைப் போன்ற சில கிருமிகள் உண்டாய் முகவாய்க் கட்டைத் தாள்முதல் காதுகள் வரையில் வீக்கமும் வலியும் ஏற்பட்டு அவர்கள் அவஸ்தைப் படுகின்றனர். (2) மாயவரம் முனிஸிபல் ஆஸ்பத்ரியிலுள்ள வைத்தியர்கள், காதுகளைக் கழுவி, தாள்பூட்டைக்கீறி உட்புறமுள்ள கிருமிகளை யெடுக்கவேண்டுமென்கிறார்கள். (3) ஷை திருக்கடையூரில் ஒரு பெண்பிள்ளை ஒருவிதமான பச்சிலையைக் கசக்கி அதன் இரஸத்தை அவர்களுடைய காதுகளில் ஊற்றுகிறாள். அடுத்த நிமிஷத்தில் பூச்சிகளெல்லாம் வெளியில் விழுந்துவிடுகிறது. 5 நிமிஷங்கள் கழித்ததும் பூச்சிகள் வெளிவருவது நின்றுவிடும். (4) அதே இலையை நமது கையால் பிழிந்தால் அவ்வாறு பூச்சிகள் வருவதில்லை. இதற்கென்ன காரணம் ? அவ்வாறு பூச்சிகள் ஏன் உண்டாகின்றன ? இதற்கு ஏற்ற வேறு சிகித்ஸை என்ன ? தயவு செய்து தாங்களாவது, தமது பத்திரிகையைப் படிக்கும் வேறு நண்பர்களாவது வைத்திய கலாநிதியின் மூலமாய் விடையளிக்கக் கோருகிறேன்."

பி. எஸ். பாலஸுப்ரம்மணியன்.

[இக்கேள்விகளுக்கு நிருபநேயர்கள் எவரேனும் விடையளிப்பரென்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. இல்லையேல் அடுத்த முறை நாமே பதில் கூறுவோம்.]

நிருபநேயர்களுக்கு அறிவிப்பு.

எஸ். இராமசந்திர ஐயர்.—தங்களுடைய கேள்விக்கு இந்த ஸஞ்சிகையில் இடமின்மையினால் அடுத்த முறை விடையளிக்கப்படும்.

பி. எஸ். பாலஸுப்ரம்மணியன்.—தாங்கள் நத்தைச்சூரி, காட்டு எருமைப்பால் இவற்றைப்பற்றி விவரமாக வினாக்கள் எழுதியனுப்பினால் கவனிக்கப்படும்.

வி. கிருஷ்ண ஐயர்.—தாங்கள் கேட்டிருக்கின்ற 50-ஔஷதச் சரக்குகள் எந்த ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்பட்டிருக்கின்றனவோ அந்நூல்களின் பெயர் முதலான விவரங்களை தயவுசெய்து தெரியப்படுத்தினால் விடையளிப்போம்.—ப-ர்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

நாசமல்லி.

இது இந்தியாவில் எங்கும் பயிராகக்கூடிய ஒரு செடி. இதன் புஷ்பம் வெண்மையாயிருக்கும்.

(1) இதன் வேரையும் இலைகளையும் புதிதாகக் கொண்டுவந்து இடித்து நன்றாகத் தவைத்து, சிறிது மிளகுப் பொடியையும் எலுமிச்சம்பழச் சாற்றையும் சேர்த்துக் கலந்து எவ்விதமான சிரங்குகளுக்கும் படைக்கும் மேற்பூச்சாக உபயோகிக்க சீக்கிரத்தில் நற்குணம் உண்டாகுமென்று அனுபவத்தில் அறியப்பட்டிருக்கிறது.

(2) இதன் வேரை ஒன்றிரண்டாய் உடைத்து பாலில் சேர்த்துக் காய்ச்சி அடிக்கடியும் பருகிவந்தால் வீர்யம் விருத்தியாகும்.

(3) இந்தியாவின் சில பாகங்களில் இதன் வேரை ஸர்ப்பவிஷத்திற்கு முறிவாக உபயோகப்படுத்துவது வழக்கமென்றும், ஆகவே இதற்கு நாகமல்லி என்று (நாகமென்றால் ஸர்ப்பம்) பெயர் கிடைத்தது என்றும் அறிகிறோம்.

போன்னாங்காய்.

நடுத்தர உயரமுள்ள இம்மரத்தின் தலை நன்கு அழகாகப் படர்ந்து, வருஷமுடியவும் பசுமையாகச் செழித்துள்ள இலைகளுடன் கூடியதாயிருக்கும். இதன் புஷ்பங்கள் சிறியவைகளாகவும் வெண்மையாகவும் இருக்கும்.

இப்பழத்தின் கொட்டை முதலில் இனிப்பாகவும், பிறகு மிகவும் கசப்பாகவும் இருக்கும்; இது உலர்ந்தும் உஷ்ண குணமுள்ளதாகவும் இருப்பதுடன், பலத்தைக் கொடுக்கக் கூடியதாகவும், சில விஷங்களை முறிக்கத் தகுந்ததாகவும் இருக்கிறது. (1) சர்க்கரைப்பாணியிலாவது, ஒயின் என்னும் திராக்ஷாஸவத்திலாவது நான்கு குன்றுமணி எடை இதைப் பொடித்துப் போட்டு உட்கொண்டுவர வயிற்றுவலி நிவர்த்தியாவதுண்டு. (2) அதிஸாரம் அல்லது விஷூசி என்னும் வாந்திபேதி இவற்றால் வருந்துபவருக்கும், விஷப்பூச்சிகளால் தீண்டப்பட்டவருக்கும் இதன் நாலைந்து கொட்டைகளை ஜலத்தில் நல்ல வழவழப்பு உண்டாகும் வரையில் தேய்த்து அப்பால் அதைக் குலுக்கி அப்போதைக்கப்போது குடிக்கக் கொடுத்துவருவதால் நற்குணமுண்டாகும். (3) உணர்ச்சியைப் போக்குவதான எவ்வித வலிகளிலும் மேற்கூறிய திரவத்தை மூன்று அல்லது நான்கு துளிகள் நாசியினுள் நஸ்யமாகப் பிரயோகிப்பது நலம். (4) இதன் கொட்டையில் இரண்டு மூன்றையும், அதில் அரைக்கால் பங்கு மாமுதா என்னும் சரக்கையும் கலந்து உட்கொண்டால் நல்ல விரேசனகாரியாக (பேதி) வேலை செய்யும்.

மருதம்பட்டை.

இதன் உபயோகத்தைப்பற்றி "ப்ராக்டிகல் மெடிஸின்" என்னும் வைத்தியப்பத்திரிகை அடியில் வருமாறு எழுதுகிறது : "மருதமரத்தில் அதன் பட்டையே விசேஷமாக ஔஷதமுறைக்கு உபயோகமானதாகும். அதன் பொதுவான குணம் ஸ்தம்பநம் அல்லது ஸங்கோசனகாரி என்பதேயாம். (1) ஹிருதயத்தைப்பற்றிய வியாதிகளில் இப்பட்டையைக் கஷாயமாகக் காய்ச்சி பாலில் கலந்து உட்கொள்வதும், (2) பலத்தை விருத்திசெய்ய இதன் வேர்ப்பட்டையைப் பொடித்து வெல்லத்தோடாவது, பாலுடனாவது, ஜலத்திலாவது கலந்து உபயோகிப்பதும் நலமென்று அறியப்பட்டிருக்கிறது; (3) இச்சரக்கு ஒடிந்துபோன எலும்புகளை ஒன்று சேர்க்கக் கூடிய குணமுள்ளதென்றும் தெரியவருகிறது. ஆகவே அவ்விதமான கேஸுகளில் இதை உள்ளுக்கு உபயோகப்படுத்திவர, ஒடிந்துபோன எலும்பு முனைகள் வெகு சீக்கிரத்தில் கூடிவிடும் ; இதற்கு வேரின் பட்டையைப் பொடி செய்து, அதில் அரை ட்ராம் (30 க்ரைன்கள்) அளவு பாலில் கலந்து உட்கொள்ளக் கொடுக்கவேண்டும். (4) இப்பட்டையை எரித்து அதன் சாம்பரை, அதற்குச்சம அளவான காசுக்கட்டியின் தூளுடன் நன்றாகக் கலந்து சிரங்குகளின்மேல் தூவிவந்தால் அவை மிகவும் சீக்கிரத்தில் ஆறிவிடும்.

ஜண்டு ஔஷதசாலையாரின் மருந்துகள்.

பம்பாயில் ஜண்டு என்னும் பிரபல வைத்தியரால் பிராசீன ஆயுர்வேத ஔஷதங்கள் தற்காலத்திய நாகரீகத்திற்கும் சாஸ்திராபிவ்ருத்திக்கும் ஏற்றவாறு தயார் செய்யப்படுகிறதென்றும், அவ்வௌஷதங்கள் பொது ஜனங்களால் மட்டுமல்ல, ஆயுர்வேத வைத்தியர்களாலும் விலைக்கு வாங்கி உபயோகிக்கப்படுவது எவ்விதத்திலும் தமக்கும் அவ்விதம் சிறந்த ஔஷதங்களைத் தயார் செய்ய முன் வந்தவருக்கும் இலாபகரமாயிருக்குமென்றும், அதுவே வைத்தியங்கள் ஒற்றுமையுடன் உழைத்து முன் செல்வதற்கான வழியென்றும் நாம் ஏற்கனவே பலமுறை கூறியிருக்கின்றோம். மேற்படி ஔஷதசாலையாரின் பிரதிநிதிகளாக இவ்வூரிலுள்ள மெஸர்ஸ் ஆர். வி. பண்டிட் அண்ட் கம்பெனியார் இப்பொழுது எமது பார்வைக்கு அடியில் குறிப்பிடப்படும் 13 ஔஷதங்களை அனுப்பியிருக்கின்றனர். அவை : (1) க்ருமி குடாரரஸம் ; இது விஷூசி யென்னும் வாந்தி பேதிக்குக் காரணமான கிருமிகளைப் போக்கி அந்த ரோகத்தை ஸ்வஸ்தம் செய்யக்கூடியதாயிருப்பதுடன் அஜீர்ணத்திலும் உபயோகிக்கக்கூடியதென்று கருதப்படுகிறது. (2) அஜீர்ணத்திற்கென்றே பாசனவடிகா என்று

மற்றொரு ஔஷதமுமுண்டு. (3) சிரோரோகவிநாசந வடிகா என்பது தலைவலிகளுக்கு உபயோகமானது. (4) சங்கவடி என்பது வயிற்றுவலியைப் போக்குவதற்கு ஏற்றதென்று ஆயுர்வேத நூல்களில் பிரவித்தமாகக் கூறப்பட்டது. (5) ப்ரமேஹாந்தகவடி யென்பது மூத்திரமார்க்க ஸம்பந்தமான வியாதிகளில் உபயோகமானது. (6) நாராசரஸம்: இது சிறந்த விரேசௌஷதம். (7) லோஹயுக்த சந்த்ரப்ரபாகுடிகை: இது மூத்திரரோகங்களைப் போக்குவதில் சிறந்ததென்று கருதப்படுகிறது. (8) ஸிந்தோபலாதிவடிகா: காஸம் முதலிய ச்வாஸாசயரோகங்களிற் சிறந்த குணந்தரக்கூடிய மாத்திரை. (9) ஸம்சமநீகுடிகா: ஸ்த்ரீகளுக்குண்டாகும் பலஹீனம் முதலியவைகளைப் போக்கக்கூடியதாம். (10) ஜ்வராரிகுடிகா, (11) பாலகோளி, (12) விரேசநமாத்திரை, (13) தாம்பூலாஞ்ஜநம் என்கிற வேறு நான்கு ஔஷதங்களும் நன்றாகவேயிருக்கின்றன. இவ்விதம் சாஸ்த்ரீயமாக ஔஷதங்களைத் தயார்செய்து வேண்டியவளவு ஜனங்களுக்கு அவற்றை கிடைக்கச் செய்வது ச்லாக்கிக்கக்கூடிய காரியமே.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரத்தில் தேங்கா யெண்ணெய்.

யாழ்ப்பாணத்தில் அதைச் சுற்றிய மற்றப் பிரதேசங்களைவிட விஷமஜ்வரம் மிகவும் குறைவாயிருப்பதற்கு டாக்டர் குஞ்ஜன் பிள்ளையவர்கள் குறிப்பிடத்தக்க ஒரு காரணம் கூறுகிறார். விஷமஜ்வரத்திற்கு உட்படாத ஜனங்களடர்ந்த இடங்களில், பலவித ஆராய்ச்சிகள் செய்ததில், தேங்காயெண்ணெயை ஆஹாரங்களில் கலந்து சாப்பிட்டும், தேய்த்து ஸ்நானம் செய்துகொண்டும் வருபவர்களுக்கு தேஹத்தில் இவ்விஷக் கிருமி ஸம்பந்தித்து வியாதியையுண்டு பண்ணுவதில்லை யென்று கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. இந்தியாவில் வருஷந்தோறும் ஆயிரக்கணக்கான உயிர்கள் இவ்வியாதியால் அழிவதுடன், ஆயிரக்கணக்கான ஜனங்கள் மிகவும் பலஹீனப்பட்டு விடுகிறபடியால், இதைத் தடுப்பதற்காக இராஜாங்கத்தார் அநேகவித முயற்சிகளை இப்பொழுது செய்துவருவதுபோல், இந்த எண்ணெயை ஜனங்களுக்கு எளிதான விலைக்குக் கிடைக்கும்படி ஏற்பாடு செய்தார்களானல் அது மிகவும் உபகாரமாயிருக்கும்:—The West coast Reformer.

சிறந்த ஜம்பீர பானகம்.

எலுமிச்சம்பழம் 4, வெள்ளைச்சர்க்கரை 2½ பவுண்ட்; டார்டாரிக் ஆஸிட் 2 அவுன்ஸ். இவற்றைக்கொண்டு வெகு ச்லாக்யமான பானகம் (ஷர்பத்) பக்குவம் செய்யலாம். செய்யும் முறை:—எலுமிச்சம் பழங்களின் மேல் தோலை மெல்லிதாக உரித்து ஒரு வாயகன்ற சட்டியில் போட்டு, பழங்களைக் கீறி கொட்டைகளையும் சோற்றையும் பிரித்து சாற்றை மாத்திரம் வடிகட்டி எடுத்துக்கொள்ளவும். ஒரு மட்பாத்திரத்தில் ¼ காலன் (32 அவுன்ஸ்) ஜலத்தைச் சேர்த்து அதைக் கொதிக்க வைத்து, அப்பொழுது எலுமிச்சம்பழச் சாறு முதலியவற்றை அந்த ஜலத்தில் ஊற்றி, ஒரு சிறு கழியால் சர்க்கரை பாகுபோல் வருமளவும் குழப்பிக்கொண்டேயிருக்கவும். பிறகு அப்பாத்திரத்தை அடுப்பிலிருந்து எடுத்து வேறிடத்தில் மூடி வைத்துவிடவும். மறுநாள் இப்பானகத்தை குப்பியில் சேர்த்துவைத்துக்கொண்டு, ஒரு கோப்பை சுத்த ஜலத்திலாவது, ஸோடா என்னும் குடிநீரிலாவது கலந்து வெகு ருசிகரமாக ஸாதாரண அஜீர்ணம் பசியின்மை முதலியவற்றில் பருகிவரலாம்.—Practical Medicine.

நீரிழிவில் உலர்ந்த சாகங்கள் சிறந்த உணவாம்.

நீரிழிவால் உண்டாகும் கெடுதிகளில் உலர்ந்த காய்கறிகள் மிகவும் சிறந்த குணந்தருவதாக எம். லாப்பி என்பவர் கூறுகிறார். இவ்வியாதியினல் வருந்திய சிலருக்கு தினம் ஒன்றுக்கு 10 அவுன்ஸ் காய்கறிகளும், 5 அவுன்ஸ் வெண்ணெயும், 3 முதல் 6 முட்டைகளும், அதே அளவு கோதுமை ரொட்டியும் கூட்டிக் கொடுக்கப்பட்டு வந்தது. இத்துடன் பசுமையான சாகங்களையும் மேற்கூறிய உணவுப்பொருட்களுடன் வெகு சிறிய அளவாகக் கலந்து கொடுக்கலாம். ஆனல் மாம்ஸம் சிறிதளவும் சேர்க்கக்கூடாது. பட்டாணிக்கடலை, மொச்சைப்பருப்பு முதலிய சில உலர்ந்த பருப்பு வகைகளும் ஏற்ற ஆஹாரமே. இவ்விதம் செய்துவந்ததில் அப்பிணியாளிகளுக்கு வியாதி சீக்கிரத்தில் குணமாய்வந்தது.—New york Medical Journal.

குழந்தையின் வயிற்றில் கிருமியிருப்பதற்கான நிச்சயக் குறிகள்.

ஒரு குழந்தைக்கு சரீரத்தில் இளைப்புகண்டு, அத்துடன் நாடி நடையும் தாழ்ந்திருந்து, விக்கலும் தொடர்ந்திருக்குமானல், அதற்கு வயிற்றில் கிருமி உண்டென்று நிச்சயமாய் அறியலாம்.

சார்ங்கதரஸம்ஹிதையின்

விஷய அகராதி.

	பக்கம்.
அகஸ்திய ஹரீதகீ லேஹ்யம்	... 115
அகாலதந்தம்	58,59
அக்னிதரா கலா	... 17
அக்னியாசயம்	... 17
அக்னி ரஸம்	... 161
அக்னி ரோஹிணீ	45,46
அக்னி விகாரம்	... 33
அங்க சூலம்	47,48
அங்க சோஷம்	47,48
அங்க தரணம்	... 49
அங்க பங்கம்	47,48
அங்க பாகதா	... 49
அங்க பீடா	47,48
அங்க பேதம்	47,48
அங்க விப்ரம்சம்	47,48
அங்காரக தைலம்	... 124
அங்காரகன்	... 149
அங்கோலமூல கல்கம்	... 93
அசுப ஸ்வப்னங்கள்	... 12
அசுப ஸ்வப்ன பரிஹாரங்கள்	... 12
அச்மரீ	... 39
அச்வகந்தாதி சூர்ணம்	... 105
அச்வத்தாதி க்வாதம்	... 85
அஞ்ஜன குளிகை	24,247
அஞ்ஜன சலாகையைச் செய்யுமுறை	... 248
அஞ்ஜனத்திற்கு ஆகாத நிலைமை	... 247
அஞ்ஜன நாமிகா	... 53
அஞ்ஜன ப்ரயோகத்திற்கேற்ற காலம்	... 246
அஞ்ஜனமிடும் நாகசலாகை	... 253
அஞ்ஜனமிடும் முறை	... 248
அஞ்ஜனம்	26,62,246
அஞ்ஜலி	3,4
அஞ்ஜன வர்த்திகள்	... 248
அணிமா	... 149
அணு தைலம்	... 207

	பக்கம்.
அண்ட விருத்தி	... 40
அண்ட வீக்கத்தில் ஹிராதாஹம்	... 235
அதிக இரத்தப் பெருக்கை நிறுத்து முபாயம்	235
அதிசரணயோனி	... 57
அதி தந்தம்	... 50
அதி நித்ரை	... 49
அதிமதுர க்வாதத்தினல் வமனம்	... 180
அதிமந்தம்	55,56
அதிமாம்ஸம்	... 50
அதிமாம்ஸார்மம்	... 54
அதியோகம்	... 62
அதிவமனத்தினலான கோளாறுகளை விலக்கு முபாயம்	... 183
அதிவமனம்	... 182
அதி விரேகத்தின் அறிகுறிகள்	... 188
அதிவிரேகத்தைக் கட்டுமுபாயங்கள்	... 188
அதிஜிஹ்வம்	... 50
அதிஜ்ரும்பா	47,48
அதிஸாரம்	... 29
அதிஸ்தூல ரோகம்	.. 40
அதிஸ்நிக்த்த நிலைமையில் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை	... 175
அதிஸ்நிக்த்தமானதற்குக் குறிகள்	... 174
அதோகதம்	... 42
அத்தியாயத்தின் முடிவுரை	... 64
அத்யாநந்தி	... 57
அத்யுத்காரம்	47,48
அத்யுஷ்ணம்	... 56
அத்ருப்தி	... 49
அநுசயி	45,46
அநுவாஸன தைலம்	... 195
அநுவாஸனத்தில் உத்தம மத்யம ஹீந மாத்திரைகள்	... 192
அநுவாஸனத்திற்கு உரியவரும் தகாதவரும்...	190
அநுவாஸனத்திற்குப் பிறகு அன்னபானதிகளின் முறை	... 196

பக்கம்.

அநுவாஸனத்தினால் மலம் சுத்தியாகாவிடில் செய்யக்கூடிய உபாயம் ... 194
அநுவாஸனம் ஆனவுடன் கொடுக்கத் தகுந்த உணவு ... 193
அநுவாஸனம் செய்யவேண்டிய காலங்கள் ... 191
அநுவாஸனம் செய்யவேண்டிய முறை ... 192
அநுவாஸன வஸ்தி 62,188
அந்தந்த தூமத்திற்குத் தகுந்த கல்க த்ரவ்யங்கள் ... 212
அந்தந்த பதார்த்தங்களிலிருந்து கிரஹிக்க வேண்டிய அம்சங்கள் ... 7
அந்த பூதனாக்கிரஹம் ... 60
அந்தராயாமம் ... 47
அந்தர் முகயோனி ... 57
அந்தர் வித்ரதி ... 41
அந்த்ர கூஜநம் 47,48
அந்த்ரதரா—கலா ... 17
அந்த்ராதம் ... 31
அந்த்ராலஜீ ... 45
அந்யதோ வாதம் ... 56
அந்யேத்யுஷ்க ஜ்வரம் ... 29
அபசி ... 19
அபதந்த்ரகம் 47,48
அபதானகம் 47,48
அபபாஹுகம் 47,48
அபயாதி கல்கம்—முதல் ... 93
,, இரண்டாவது ... 94
அபயாமோதகம் ... 187
அபஸ்மாரம் ... 36
அபானம் ... 19
அபாமார்க்க பீஜ கல்கம் ... 93
அபாமார்க்க க்ஷாரதைலம் ... 230
அபிகாத ஜ்வரங்கள் ... 29
அபிசாரம் ... 29
அபிந்யாஸ ஜ்வரம் ... 29
அபிஷங்க ஜ்வரங்கள் ... 29
அபிஷ்யந்தத்தில் பிண்டிகை உபயோகிக்கும் கிரமம் ... 240
அபிஷ்யந்தம் ... 56
அபிஷ்யந்தி ... 16
அப்யங்கம் 26,228
அப்ரக சுத்தி ... 144
அப்ரக பஸ்ம குணங்கள் ... 144

பக்கம்.

அப்ரக பஸ்மம்—முதல் ... 144
,, இரண்டாவது ... 144
அம்ருத வாயு ... 22
அம்ருதாதி க்ருதம் ... 120
அம்ருதார்ணவ ரஸம் ... 167
அம்ருதாஷ்டக க்வாதம் ... 73
அம்ருதா ஸ்வரஸம் .. 66
அம்ருதா ஹிமம் ... 91
அம்ல பித்தம் ... 47
அம்ல வக்த்ரத்வம் ... 49
அம்ல விதக்த த்ருஷ்டி ... 55
அய பஸ்மம்—முதல் ... 142
,, இரண்டாவது ... 142
,, மூன்றாவது ... 142
,, நான்காவது ... 143
அயம் ... 194
அயோரஜஸ்காதி லேபம் ... 218
அரதி ... 49
அருணத்வக் புடபாகம் ... 69
அரிஷ்டம் 131,132
அருந்திமேஷம் ... 53
அரும்ஷிகா ... 53
அரோசகம் ... 34
அர்க்க தைலம் ... 127
அர்க்க பத்ர ஸ்வரஸம் ... 229
அர்க்க க்ஷீராதி லேபம் ... 217
அர்க்காங்குராதி புடபாகம் ... 229
அர்சோரோகம் ... 30
அர்சோஜ பகந்தரம் ... 43
அர்திதம் ... 47
அர்த்த சராவம் ... 3
அர்த்த பலம் ... 3
அர்த்தாவ பேதம் ... 53
அர்புதரோகம் 41,50,51,52,53
அர்ஜுனம் ... 54
அலம்புஷா ஸ்வரஸம் ... 67
அலஜீ 40,43,54
அலஸகம் ... 30
அலஸம் 44,45,46,51
அல்ப சுக்ரத்வம் ... 49
அல்ப சோபம் ... 56
அல்ப பித்ராத்வம் ... 49
அவபாடிகா ... 48

பக்கம்.

அவபாவினீ 18,19
அவபீட நஸ்யம் செய்வதற்கேற்ற வியாதிகள் ... 205
அவபீடம் ... 204
அவமந்தம் ... 43
அவலம்பக கபம் ... 20
அவலேஹம் ... 113
அவிக்ருதி ... 24
அவிக்லுப்தம் ... 42
அளவுகளின் விவரம் ... 2
அளவு பாத்திரம் ... 4
அளவு மீறிய இரத்த மோக்ஷணத்தினாலுண்டாகும் கெடுதிகள் ... 236
அளவு மீறிய ஸ்வேதத்தினாலுண்டாகும் தீமையும் பரிஹாரமும் ... 177
அனுலோமனம் ... 14
அன்னத்ரவ சூலை ... 36
அன்னபேதி சுத்தி ... 145
அன்னம் பக்குவம் செய்யும் வகை ... 87
அன்னஜ ஹிக்கா ... 33
அஜகல்லீ ... 59
அஜகா ... 55
அஜமோதாதி சூர்ணம் ... 102
அஜாஜ்யாதி லேபம் ... 226
அஜீர்ண கண்டக ரஸம் ... 166
அஜீர்ணம் ... 30
அஷ்ட குணமண்டம் ... 88
அஷ்ட பலம் ... 4
அஷ்ட மானம் ... 3
அஷ்டவர்க சூர்ணம் ... 96
அஷ்ட வர்கம் ... 96
அஷ்டீலா 47,48
அஷ்டீலிகா ... 43
அஸாத்ய வியாதிகள் ... 23
அஸ்த்தி பங்கம் ... 42
அஹங்காரம் 23,24
அஹிபூதகம் 58,59
அக்ஷம் ... 3
ஆகந்துக ஜ்வரம் ... 29
ஆகார கரபாதி சூர்ணம் ... 105
ஆசயங்கள் ... 17
ஆச்சியோதனம் ... 239
ஆச்சியோதனம் செய்யுமுறை ... 239
ஆடகம் ... 4

பக்கம்.

ஆத்மாகம் .. 48
ஆநாஹம் ... 37
ஆநூபம் ... 7
ஆந்த்யம் ... 49
ஆப்யந்தர க்ருமிகள் ... 31
ஆமலக லேபம் ... 221
ஆமலகாதி குளிகை ... 107
ஆமலகாதி சூர்ணம் ... 95
ஆமவாதம் ... 36
ஆமஜ்வரம் 75,154
ஆமாசயம் 17,25
ஆமாதிஸாரம் ... 29
ஆமாஜீர்ணம் ... 30
ஆம்ர கிஸலயாதி பாண்டம் ... 89
ஆம்ரத்வகாதி யவாகூ ... 86
ஆம்ரபீஜாதி லேபம் ... 217
ஆம்ரப்ரவாளாதி தைலம் ... 231
ஆம்ரம் ... 3
ஆம்ராதி ஹிமம் ... 90
ஆயுளும் இறப்பும் ... 20
ஆயுள் அழிதல் ... 27
ஆரக்வதாதி க்வாதம் .. 73
ஆர பஸ்மம் ... 141
ஆர்த்தவ ஜநகமும் ஸ்தம்பகமும் ... 16
ஆர்த்ரக ஸ்வரஸம் ... 67
ஆர்த்ரார்சஸ் ... 30
ஆலஸ்யம் ... 49
ஆலஸ்யம் முதலியவற்றின் விவரணம் ... 28
ஆலோசக பித்தம் ... 20
ஆவாபம் ... 91
ஆறுவித தூமங்கள் ... 210
ஆனந்த பைரவ ரஸம் ... 158
ஆஸவம் 131,132
ஆஸவாரிஷ்டங்களில் சேர்க்க வேண்டிய வஸ்துக்களின் பொதுப் பிரமாணம் ... 132
ஆஸவாரிஷ்டங்களின் பேதமும் அவற்றின் பிரமாணமும் ... 132
ஆஸேக்யன் ... 56
ஆஸ்த்தாபன வஸ்தி ... 190
ஆஸ்ய பாகங்கள் ... 51
ஆஸ்ய வைரஸ்யம் 47,48
ஆஹாரம் உட்சென்று ஜீர்ணமாவது ... 25
ஆஹாராதிகளால் தோஷங்களுக்கு மாறுபாடுகள் ... 11

பக்கம்.

ஆக்ஷேபகம் ... 47
ஆக்ஷேபகவாதம் ... 8
இந்த்ர நாபம் ... 150
இந்த்ர வாருணீ தைலலேபம்—முதல் ... 218
" இரண்டாவது... 227
இந்த்ர வ்ருத்தா ... 45
இந்த்ரலுப்தம் ... 53
இந்நூலின் பயன் .. 255
இந்நூல் ஆயுர்வேதஸாரம் ... 255
இரக்ததரா—கலா ... 17
இரக்தமோக்ஷணத்தில் சிதோபசாரத்தினலான வீக்கத்திற்குப் பரிஹாரம் ... 236
இரக்த மோக்ஷணத்திற்கான காலநியமம் முதலியது ... 231
இரக்த மோக்ஷணத்திற்கு ஏற்ற அல்லது ஏற்காத காலம் ... 235
இரக்த மோக்ஷணத்திற்குத் தகாதவர்கள் ... 234
இரக்த மோக்ஷணத்திற்குப் பிறகு பத்தியக்கிரமம் ... 237
இரக்த மோக்ஷணத்தினல் பலஹீனமானவனுக்கு உசிதமான உணவு ...., 237
இரக்த மோக்ஷணம் 181,231
இரக்த மோக்ஷணம் நன்கு நிறைவேறியதன் குறிகள் ... 237
இரக்த மோக்ஷண விதி ... 231
இரக்த மோக்ஷத்திற்கேற்ற வியாதிகள் ... 233
இரக்தாசயம் ... 17
இரக்தார்புதம் ... 43
இரக்திகை ... 3
இரஞ்ஜக பித்தம் 18,21,26
இரண்டு வஸ்திகளுக்கும் தகாதவர் ... 190
இரண்டுவித நஸ்யங்கள் ... 203
இரண்டுவித ப்ருஹ்மண நஸ்யம் ... 205
இரண்டுவித வஸ்திகள் ... 189
இரண்டுவித விரேசன நஸ்யம் ... 204
இரண்டுவித க்ஷாரமுறை ... 148
இரத்த குன்மம் ... 38
இரத்த தோஷக் குறிகள் ... 232
இரத்தத்தின் அருமை ... 236
இரத்தத்தின் இயற்கைக் குணங்கள் ... 231
இரத்தத்தின் இயற்கை நிலைமை ... 233
இரத்த மதம் ... 35
இரத்தம் ... 18

பக்கம்.

இரத்தம் அதிகமாகப் பொசிவதற்குக் காரணம் ... 235
இரத்தம் அதிகரித்தால் காணக்கூடிய குறிகள் ... 232
இரத்தம் வெளிவர முடியாத நிலைமை ... 234
இரத்தம் வெளிவராவிடில் செய்யவேண்டிய உபாயம் ... 285
இரத்தம் க்ஷீணித்தால் காணக்கூடிய குறிகள் 232
இரத்த வியாதிகள் ... 50
இரத்த வெறி ... 35
இரத்னங்கள் ... 146
இரத்னங்களின் சுத்தி ... 147
இரத்னங்களின் பஸ்மம் ... 147
இரஸக சுத்தி ... 145
இரஸக குணங்கள் ... 145
இரஸ குணங்கள் ... 148
இரஸங்கள் 148,149
இரஸ தன்மாத்ரை ... 24
இரஸ பஸ்மம்—முதல் ... 152
" இரண்டாவது ... 152
" மூன்ருவது ... 152
" நான்காவது ... 153
இரஸம் 7,9,18,25,70,236
இரஸம் இரத்தமாக மாறுதல் ... 26
இரஸம் முதலியவற்றிற்கு பலவித பெயர்கள்... 149
இரஸ வர்க்கங்கள் ... 6
இரஸாஞ்ஜனம் ... 116
இரஸாஞ்ஜநாதி குடிகாலேபம் 220
இஸாயனம் ... 15
இரஸேந்த்ரம் ... 149
இரஜஸ் 18,26
இராகு ... 149
இராசி ... 4
இராஜப் பிளவை ... 40
இராஜம்ருகாங்க ரஸம் ... 160
இராஜஸா ஹங்காரம் ... 23
இராஜிகை ... 3
இரிமேதாதி தைலம் ... 129
இரிவேல்லீ 45,46
இருதயம் ... 22
இருதுக்களும் அவற்றில் தோஷங்களுக்குண்டாகும் மாறுபாடுகளும் ... 10
இருபத்தினலு தத்துவங்கள் ... 24
இரைப்பை ... 25

பக்கம்.

இலகிமா ... 149
இலகு ... 9,65
இலகு கங்காதர சூர்ணம் ... 98
இலகு பாகம் ... 6
இலவங்காதி சூர்ணம் ... 100
இளைப்பு 28,25
இறப்பு .. 22
இஷ்டகாதி ப்ரதேஹம் ... 225
ஈசத்வம் ... 149
ஈயம் ... 143
ஈர்ஷ்யகன் ... 56
உசீராஸவம் ... 133
உசீராதி பேயா ... 86
உச்சுவாஸம் ... 22
உணவு உட்செல்லும் வகை முதலியது ... 25
உதக மேஹம் ... 39
உதயாதித்ய ரஸம் ... 163
உதரரோகம் ... 37
உதராவேஷ்டம் ... 31
உதர்தம் ... 46
உதான வாயு 8,19,21
உதாவர்த்தம் ... 37
உதும்பரம் 3,31,44
உத்க்லிஷ்ட வர்த்மா ... 53
உத்க்லேசந வஸ்தி ... 198
உத்க்லேசநாதி வஸ்திகளுக்குரிய சரக்குகள் ... 198
உத்க்லேசாதி வஸ்திகளைப் பிரயோகிக்கும் நியமம் ... 198
உத்தர காலஜார்சஸ் ... 30
உத்தர வஸ்தி ... 200
உத்தர வஸ்திக்கு ஏற்றவர்களும் தகாதவர்களும் ... 202
உத்தரவஸ்தி நன்கு நிறைவேறியதற்கு அறிகுறிகள் ... 202
உத்தரவஸ்தியில் ஔஷதம் பிரயோகிப்பதின் பொது விதி ... 201
உத்தரவஸ்தியில் நேத்திர அளவு ... 200
உத்தரவஸ்தியைப் பிரயோகிக்கும் முறை ... 201
உத்பலம் ... 43
உத்பாதம் ... 52
உக்மார்க்கீ-பகந்தரம் ... 43
உபகுசம் ... 50
உபசமம் ... 10
உபசயம் ... 1

பக்கம்.

உபசீர்ஷகம் 53,58
உபதம்சம் ... 43
உபதாதுக்கள் 17,143
உபத்திரவம் 34,242
உபநாஹம் ... 54
உபநாஹ ஸ்வேதம் 175,178
உபப்லுதயோனி ... 57
உபயோகிக்கத் தகாத ஸ்நேஹபாகங்கள் ... 119
உபவிஷங்கள் ... 64
உபவிஷ்டகம் 57,58
உபஜிஹ்வா ... 51
உரக்ஷதம் ... 3
உருவத்தில் மூவகைப்பட்ட அஞ்ஜநங்கள் .. 246
உலாந்தா லிங்கம் ... 150
உன்மணம் ... 4
உன்மத்த ரஸம் ... 189
உன்மாதம் ... 36
உன்மானம் ... 4
உஷ்ட்ரக்ரீவம் ... 43
உஷ்ண காலம் ... 173
உஷ்ணச்வாஸம் ... 43
உஷ்ண மலத்வம் ... 49
உஷ்ண மூத்ரத்வம் ... 49
உஷ்ணம் ... 9
உஷ்ண வாதம் ... 38
உஷ்ணவிதக்த்த த்ருஷ்டி ... 55
உஷ்ணங்கத்வம் ... 49
உஷ்ணேச்சை ... 49
உஷ்ணேதகம் .. 86
ஊரு ஸ்தம்பம் ... 47
ஊர்த்வ கதம் 42,51
ஊர்த்வ ச்வாஸம் ... 33
ஊர்த்வ பாதந யந்திரம் ... 149
ஊஷகாதி கணம் ... 199
ஊஷ்ம ஸ்வேதம் 175,177
எட்டுவித ஜ்வரங்கள் ... 71
எத்தனை நாட்கள் தர்ப்பணம் செய்யவேண்டும் ? ... 243
எத்தனைமுறை அநுவாஸனம் செய்யவேண்டும் ? ... 193
எப்பொழுது ஸ்வேதம் செய்யவேண்டும் ? ... 176
எலிவிஷம் ... 63
எலும்பு 18,20
எல்லா தாதுக்களையும் புடமிட பொதுமுறை... 143

பக்கம்.

ஏகுகுஷ்டம் ... 41
ஏகாதசேந்த்ரியங்கள் 23,24
ஏப்பம் ... 28
ஏரண்டமூலாதிக்வாதம்—முதல் ... 80
„ இரண்டாவது ... 80
ஏலாதிகணம் ... 212
ஏலாதி க்வாதம் ... 81
ஏலாதி சூர்ணம் ... 104
ஏழு ஆசயங்கள் ... 17
ஏழு உபதாதுக்கள் ... 18
ஏழு கலைகள் ... 17
ஏழு சர்மங்கள் ... 18
ஏழு தாதுக்கள் ... 18
ஏழு மலங்கள் ... 18
ஐந்து ஞானேந்த்ரியங்கள் ... 24
ஐந்து கர்மேந்த்ரியங்கள் ... 24
ஐந்து பூதங்கள் ... 24
ஐந்து விஷயங்கள் ... 24
ஒரு யோகத்தில் தகாததை விலக்குவதும் தகுந்ததைச் சேர்ப்பதும் ... 7
ஒவ்வொரு ஸ்நேஹவஸ்துயினுலும் ஏற்படும் குணங்கள் ... 193
ஒற்றைத் தலைவலி ... 53
ஓஜஸ் 18,22
ஓஷதிகளுண்டாகுமிடங்களும் அவற்றைக் கிரஹிக்கத் தகுந்த காலங்களும் ... 7
ஔஷதங்களுக்குப் பெயரிடல் ... 5
ஔஷதங்களை உபயோகிக்கும் காலங்கள் ... 8
ஔஷத முறைகளில் விவரம் கூறுவிடின் செய்ய வேண்டிய வகை ... 6
ஔஷதம் முதலியவற்றின் விவரம் ... 8
ககேருகம் ... 31
கங்குஷ்ட சுத்தி ... 145
கங்குஷ்டம் ... 145
கச்சப புடம் ... 152
கச்சபிகா ... 40
கச்சபீ ... 45,51
கஞ்ஜம் ... 47
கடம் ... 4
கடவுள் வாழ்த்து ... 1
கடிக்ரஹம் ... 47
கடினம் ... 9
கட்பலாதி க்வாதம்—முதல் ... 72
„ இரண்டாவது ... 74
கட்பலாதி சூர்ணம்—முதல் ... 97
கட்பலாதி சூர்ணம்—இரண்டாவது ... 97
„ மூன்றாவது ... 98
கணாதி ரஸக்ரியை ... 252
கணையம் ... 22
கண்டகார்யாதி அவலேஹம் ... 114
கண்டகார்யாதி க்வாதம் ... 73
கண்டக்ரஹம் ... 73
கண்டங்களுடையவும் அவற்றிலடங்கிய அத்தியாயங்களுடையவும் அட்டவணை ... 2
கண்டசோஷம் ... 49
கண்டமாலை ... 19,40
கண்டரங்கள் ... 21
கண்டாலஜீ ... 40
கண்டூ ... 48,52
கண்டூஷ கபளங்களின் பேதம் ... 214
கண்டூஷத்தின் மூன்று யோகங்கள் ... 215
கண்டூஷம் 62,213
கண்டூஷம் செய்யுமுறை முதலியது ... 214
கண்டூஷாதிவிதி ... 213
கண்டோஷ்டம் ... 50
கண்ட்யம் ... 88
கதகாதி ரஸக்ரியை ... 252
கதரம் ... 45
கதிராதி க்வாதம் ... 84
கதிராதி லேபம் ... 217
கதிராரிஷ்டம் ... 136
கத்கதம் ... 47,48
கத்யானகம் ... 5
கனிஷ்ட மாத்திரை ... 181
கந்தக சுத்தி ... 150
கந்தக ஜாரணம் ... 151
கந்த தன்மாத்ரை ... 24
கந்தம் ... 45,46
கந்தர்ப்ப ஸுந்தர ரஸம் ... 168
கந்தவிஷம் ... 63
கந்தாஜ்ஞத்வம் ... 48
கந்யா ஸ்வரஸம் ... 67
கப கண்டம் ... 51
கப க்ரந்தி ... 54
கபதுஷ்டமான இரத்தத்தின் குறிகள் ... 232
கபநாடி ... 5
கப ப்ரக்ருதி ... 5,27
கபம் ... 2,20

பக்கம்.

கபம் முதலியவற்றாலான வியாதிகளுக்கேற்ற வமனௌஷதம் ... 182
கபரோகங்கள் ... 49
கபரோஹிணீ ... 51
கபள க்ரஹம் ... 214
கபளம் ... 214
கப ஸ்ராவம் ... 54
கபாசயம் ... 17
கபால ரோகங்கள் ... 53
கபாலிகா ... 50
கபித்த ஸ்வரஸாதி கர்ணபூரணம் ... 228
கபித்தாஷ்டக சூர்ணம் ... 99
கபோதக்லிஷ்டம் ... 53
கமலாக்னி ... 70
கம்பம் ... 47,48
கம்பீர த்ருஷ்டி ... 55
கம்பீர ஹிக்கா ... 33
கரஞ்ஜபீஜ வர்த்தி ... 249
கரஞ்ஜாதி தைலம் ... 128
கரஞ்ஜாதி லேபம் ... 224
கரமத்யம் ... 3
கரம் ... 9
கரவிஷம் ... 64
கரவீரமூல லேபம் ... 226
கரவீராதி தைலம் .. 130
கராளம் ... 50
கரிமா ... 149
கர்க்காடக ச்ருங்க்யாதி சூர்ணம் ... 98
கர்ணகூதம் ... 52
கர்ணசூலை ... 52
கர்ணநாதம் ... 52
கர்ணபாகம் ... 52
கர்ணபாளீ ... 52
கர்ணபூரணமுறை ... 228
கர்ணபூரணம் .. 228
கர்ணரோகங்கள் ... 52
கர்ணஸ்ராவம் ... 52
கர்ண ஹல்லிகா ... 52
கர்ணார்சஸ் ... 52
கர்ணிநீ ... 57
கர்தபீ ... 45
கர்தமம் ... 53
கர்ப்பபாதம் ... 58
கர்ப்ப வியாதிகள் ... 58
கர்ப்பாசயம் ... 17
கர்ப்பூராதி ரஸக்ரியை ... 250
கர்ம விபாகம் ... 23
கர்மேந்த்ரியங்கள் ... 24
கர்ஜூராதி மந்தம் ... 90
கர்ஷணம் ... 1
கர்ஷம் 3,4,5
கலசம் ... 4
கலதி ... 53
கலாய கஞ்ஜம், ... 47
கலை ... 17
கலை முதலியவற்றின் விவரம் ... 17
கல்க கல்பனை ... 91
கல்கத்தில் சேர்க்கக்கூடிய பதார்த்தங்களின் அளவுகள் ... 91
கல்கம் 65,91,117
கல்மாந்த ரோகம் ... 37
கல்லீ ... 47
கல்லீரல் ... 21
கல்லீரல் வீக்கத்தில் விராதாஹம் ... 236
கவளக்ரஹம் ... 3
கனசுண்டீ ... 51
களவித்ரதி ... 51
களாயு ... 51
களிங்கம் ... 12
கௌளகம் ... 51
கஜகேஸரி ரஸம் ... 165
கஜதந்த மஷீலேபம். ... 218
கஜபுடம் ... 141
கஜ்ஜளீ ... 139
கஷாயம் 6,65,70
கஷாய வக்த்ரம் ... 48
கஷ்டஸாத்ய வியாதிகள் ... 23
க்ஷா 45,46
காகணம் ... 44
காகஸலேபம் ... 217
காக்கைவலி ... 36
காங்காயந குளிகை ... 109
காங்கேருகீ ஸ்வரஸம் ... 67
காசம் ... 55
காச்மர்யாதி க்வாதம் ... 72
காஞ்சநார குக்குலு ... 112
காஞ்சநார க்வாதம் ... 83

	பக்கம்.
காஞ்சோறி முதலியதால் உண்டாகும் தீமைகள்	... 64
காஞ்ஜிகம்	... 133
காதம்பரீ	... 132
காத்ர சோஷம்	... 59
காந்தம்	... 149
காந்திஹாரி	... 49
காபாலிகம்	... 44
காமதேவ க்ருதம்	... 120
காமலா	... 32
காமாலை	... 32
காம்ஸ்யம்	4,141
காம்ஸ்ய பஸ்மம்	... 141
காரணம்	... 1
காரம்	... 230
காரிரத்தக் குழாய்கள்	25,178
காரீ	4,117
காரீயம்	... 142
கார்ச்யம்	47,48,49
காலகூடம்	63,150
காலபேதத்தினால் பதார்த்தங்களுக்கும் குணபேதம்	.. 6
காளிங்க அளவுகள்	... 5
காளிங்க பரிபாஷை	... 5
காஸம்	... 32
காஸஹர தூமம்	... 210
காஸீஸ சுத்தி	... 145
காஸீஸாதி க்ருதம்	... 121
காஸீஸாதி தைலம்	... 127
கிடிபம்	... 44
கிண்வகம்	... 132
கிராதாதிக் வாதம்	... 74
கிலாஸம்	... 18
கீல்வாயு	... 36
குகூணகம்	53,59
குக்குடபுடம்	... 139
குக்குலு	... 110
குஞ்ஜா	3,4,5
குஞ்ஜாபலாதி ப்ரதேஹம்	... 226
குடம்	... 106
குடல்களின் குணபேதங்களும் விரேகம் செய்விக்க ஔஷத மாத்திரைகளும்	... 185
குடல்களின் தன்மைக்கேற்ற விரேசௌஷதங்கள்	... 185

	பக்கம்.
குடவம்	3,4,5
குடஜபுடபாகம்	... 68
குடஜாரிஷ்டம்	... 135
குடஜாவலேஹம்—முதல்	... 116
,, இரண்டாவது	... 116
குடஜாஷ்டக க்வாதம்	... 77
குடஸூக்தம் முதலியது	... 133
குடூச்யாதி கணம்.	... 71
குடூச்யாதி க்வாதம்—முதல்	... 71
,, இரண்டாவது	... 72
,, மூன்றுவது	... 74
,, நான்காவது	... 76
,, ஐந்தாவது	. 76
,, ஆறுவது	... 77
,, ஏழாவது	... 84
,, எட்டாவது	... 85
குடூச்யாதி ரஸக்ரியை	... 251
குணங்கள்—பஞ்சபூதம் முதலியவற்றைச் சேர்ந்தவை	... 9
குணத்தில் மூவகைப்பட்ட அஞ்ஜனங்கள்	... 246
குத பாகம்	... 58
குத ப்ரம்சம்	45,46
குதம்	... 25
குநகம்	45,46
குப்ஜம்	47,48
குமார்யாஸவம்	... 133
கும்பகாமலா	... 32
கும்பம்	... 4
கும்பிகா	43,53
கும்பீகன்	... 56
குரு	9,65
குர்க்குரவாக்யம்	... 49
குளவிஷம்	... 63
குளிகா கல்பனை	... 106
குளிகை	6,106
குளிகைகளில் சேர்க்கக்கூடிய பதார்த்தங்களின் அளவு முதலியன	... 106
குளுத்தாதி லேபம்	... 227
குன்மன்	... 38
குஷ்ட குடார ரஸம்	... 162
குஷ்டம்	... 44
குஷ்டாதி க்ருதம்	... 130
குஷ்டாதி தைலம்	... 130
குஷ்டாதி ப்ரதிஸாரணம்	... 215

	பக்கம்.
குஸூமவர்த்தி	... 249
கூட கர்ப்பம்	57,58
கூஷ்மாண்ட லேஹ்யம்	... 115
கூஷ்மாண்ட ஸ்வரஸம்	... 67
கெட்டுப்போன இரத்தத்தை மிகுத்திவிடுதல்	... 236
கேசாதம்	... 31
கேது	... 419
கைசோரிக குக்குலு	... 111
கைரிக சுத்தி	... 145
கைரிகம்	... 145
கொட்டாவி	... 28
கோடம்	45,46
கோணீ	... 4
கோத்ரவம்	... 64
கோபம்	... 49
கோலம்	... 3
கோஷ்ட பேதம்	... 42
கோஷ்டம்	... 43
கோஷ்ட லேபம்	... 221
கோஷ்டாதி தீபிகா தைலம்	... 230
கோக்ஷுராதி குக்குலு	... 111
கோக்ஷுராதி க்வாதம்	... 81
கோக்ஷுராதி லேபம்	... 218
கௌரவம்	49,50
கௌர ஸர்ஷபம்	... 5
கௌராதி க்ருதம்	... 122
க்ரந்தத்தின் முடிவுரை	... 255
க்ரந்தி	9,31,41
க்ரந்திதம்	... 43
க்ரஹணீ	25,29,184
க்ரஹணீ கபாட ரஸம்	... 167
க்ரஹணீ ரோகம்	... 29
க்ரஹாவேசம்	... 29
க்ராஹி	... 15
க்ராஹிகா	... 25
க்ரீஷ்மகாலவிரேசனௌஷதம்	... 187
க்ருச்சிரோங்மீலநம்	53,54
க்ருத பாகங்கள்	... 119
க்ருத பானத்திற்கான நிலைமைகள்	... 172
க்ருதம்	117,171
க்ருதாதி ரஸக்ரியை	... 252
க்ருத்ரஸீ	... 47,48
க்ருத்ரிமவிஷங்கள்	.. 63,64
க்ருமி கர்ணம்	... 52

	பக்கம்.
க்ருமி க்ரந்தி	... 54
க்ருமி தந்தம்	... 50
க்ருமி ரோகம்	... 31
க்ருஷ்டம்	... 42
க்ருஷ்ண மேஹம்	... 39
க்ருஷ்ண ஸர்ப்பவஸாதி ரஸக்ரியை	... 252
க்ருஷ்ணாதி ப்ரதேஹம்	... 224
க்ருஸரா	... 87
க்ருஹ தூமாதி தைலம்	... 130
க்ரூர கோஷ்டம்	... 172
க்ரோஷ்டுக சீர்ஷம்	... 47
க்லமம்	... 49
க்லாநி	... 35
க்லிஷ்ட வர்த்மா	... 53
க்லேதக கபம்	... 20
க்லோமா	... 22
க்வாத கல்பனை	... 70
க்வாதத்தில் பதார்த்தங்களைச் சேர்க்கவேண்டிய பிரமாணம்	... 71
க்வாதத்தை உட்கொள்ளும் அளவு	... 70
க்வாதத்தைத் தயார் செய்வதற்கான குறிப்பு	... 71
க்வாதம்	... 65,70
சகுனம்	... 13
சகுனிக்ரஹம்	... 59
சக்தி	... 24
சங்ககம்	... 53
சங்க சூர்ணாதி லேபம்	... 219
சங்காவர்த்தம்	... 43
சசமூண்ட ஸ்வரஸம்	... 67
சணபர்ண்யாதி லேபம்	... 224
சண்டாகீ	... 133
சதக்நீ	... 51
சததௌத க்ருதம்	... 221
சதபோநகம்	... 43
சதாருகம்	... 44
சதாவரீ தைலம்	... 126
சதாவரீ ஸ்வரஸம்	... 67
சதாவர்யாதி சூர்ணம்	... 105
சதாவர்யாதி லேபம்	... 222
சதாஹ்வாதைல விரேகமும் அநுவாஸனத்திற்கேற்ற நிலைமையும்	... 192
சதுர்த்திகை	... 3
சதுர்ஜாத சூர்ணம்	... • 95
சதுர்ஜாதம்	... 95,96

	பக்கம்.
சனைர் மேஹம்	... 39
சந்தனாதி லேபம்	... 222
சந்த்ரப்ரபா குடிகை	... 109
சந்த்ரன்	... 149
சந்த்ரோதய வர்த்தி	... 248
சப்ததன்மாத்ரை	... 24
சப்தாஜ்ஞதா	... 48
சமன கண்டூஷம்	... 213
சமன தூமம்	... 210
சமனம்	... 14
சமன வஸ்தி	.. 198
சம்பூக தைலம்	... 230
சயம்	... 10
சய்யாமூத்ரம்	... 59
சரத்காலத்திற் கேற்ற விரேசௌஷதம்	... 187
சராவம்	... 4
சராவிகா	... 40
சரீரம் ஸ்னிக்த்தமானதற்கு அறிகுறிகள்	... 174
சர்க்கரா	... 39,50
சர்க்கரார்புதம்	... 45
சர்த்தி	... 34
சர்மகீலகம்	... 31
சர்மதளம்	... 18,44
சர்மவிஷம்	... 63
சல்யங்கள்	... 63
சவ்யாதிக்வாதம்	... 82
சனி	... 149
சஷ்குலீ	... 52
சாகோடக்வாதம்	... 83
சாங்கேருகீ க்ருதம்	... 119
சாணம்	3,4,5,114
சாதுர்த்திகம்	... 29
சாதுர்ஜாதம்	... 134
சாபம்	... 29
சாரிபாதி லேபம்	... 222
சாலிபர்ண்யாதி க்வாதம்-முதல்	... 72
,, இரண்டாவது	... 77
சாலூகம்	... 51
சிக்ருத்வகாதி ப்ரதேஹம்	... 225
சிக்ருமூல ஸ்வரஸாதி கர்ணபூரணம்	... 231
சிசிரருதுவுக் கேற்ற விரேசௌஷதம்	... 187
சித்த காடிந்யம்	... 47,48
சித்தப்ரமை	... 36
சித்தாநவஸ்திதி	... 47,48

	பக்கம்.
சித்ரகாதி சூர்ணம்—முதல்	... 102
,, இரண்டாவது	... 105
சிப்பம்	... 45,46
சிரஸ்தாபம்	... 53
சிரிபில்வாதி லேபம்	... 224
சிரீஷபீஜாதி ரஸக்ரியை	... 250
சிரோக்ரஹம்	... 47
சிரோ ரோகங்கள்	... 53
சிரோவஸ்தி	... 227
சிரோவஸ்தியின் முறை	... 228
சிரோ விரேசனம்	... 204
சிலந்தி விஷம்	... 63
சில வாதரோகங்களுக்கேற்ற நஸ்யம்	... 205
சில வியாதிகளுக்கேற்ற கண்டூஷங்கள்	... 214
சிலாஜது	143,147
சிலாஜது குணங்கள்	... 147
சிலாஜது பஸ்மம்	... 147
சிறுவர்களுக்கு உத்தரவஸ்தியின் பிரமாணம் முதலியது	... 201
சின்ன ச்வாஸம்	... 33
சின்னம்	... 42
சின்னாந்த்ரம்	... 42
சீக்கிரம் ஜீர்ணமாகக்கூடிய ஸாதாரண ஔஷதம்	... 186
சீத கஷாயம்	... 89,90
சீதகாலம்	... 173
சீதபித்தம்	... 46
சீத பூதனா க்ரஹம்	... 60
சீதபேதி	... 30
சீதமேஹம்	... 39
சீதம்	... 9
சீதரஸ சீது	... 132
சீதாதம்	... 50
சீதாரிரஸம்	... 153
சீதேச்சை	... 49
சுக்தி	... 3
சுக்ர கார்ச்யம்	... 47,48
சுக்ர தரா-கலா	... 17
சுக்ர தோஷங்கள்	... 56
சுக்ர நாசம்	... 47,48
சுக்ர பாஹுல்யம்	... 49

	பக்கம்.
சுக்ர மேஹம்	.. 39
சுக்ரம்	... 133
சுக்ரலம்	... 16
சுக்ரன்	... 149
சுக்ராதி ப்ரவ்ருத்தி	... 47,48
சுக்லம்	18,22,26,54,55
சுக்லார்மம்	... 54
சுக்லிகா	... 54
சுண்டீ குளிகை முதலியது	... 107
சுண்டீ சலாடு கல்கம்	... 94
சுண்டீ புடபாகம்	... 69
சுண்ட்யாதி கல்கம்	... 93
சுண்ட்யாதி குளிகை	... 107
சுண்ட்யாதி க்வாதம்—முதல்	... 71
,, இரண்டாவது	... 76
,, மூன்றாவது	... 80
சுண்ட்யாதி சூர்ணம்—முதல்	... 98
,, இரண்டாவது	... 103
சுண்ட்யாதி லேபம்	... 222
சுத்த ஸ்வரஸம்	... 65
சுபஸ்வப்னங்கள்	... 13
சுரு	... 31
சுஷ்கயோனி	... 57
சுஷ்கரேவதீக்கிரஹம்	... 60
சுஷ்கார்சஸ்	... 30
சுஷ்காக்ஷிபாகம்	... 55
சூக தோஷம்	... 43
சூர்ண கல்பனை	... 94
சூர்ணங்களுக்கு அநுபானம் முதலியன	... 94
சூர்ணத்திரவம்	... 89
சூர்ணத்தில் சேர்க்கக்கூடிய பதார்த்தங்களின் பொது அளவு	... 94
சூர்ணம்	... 6,94
சூர்ணாஞ்ஜநம்	246,247,252
சூர்ப்பம்	... 4
சூர்யன்	... 149
சூலை	... 86
செவிட்டுத்தனம்	... 52
செவ்விரத்தக் குழாய்கள்	... 178
சேதனம்	... 15
சேபாலிகாக்வாதம்	... 79
சைத்யம்	... 48,49
சைத்யம் முதலியவற்றால் உண்டாகும் ரோகங்கள்	... 63

	பக்கம்.
சோணிதம	... 57
சோணிதார்மம்	... 54
சோதன கண்டூஷம்	... 213
சோதன சிகித்ஸைகள்	... 176
சோதன தூமம்	... 210
சோதனவஸ்திக்குரிய சரக்குகள்	... 198
சோதை	... 40,53
சோபம்	... 56
சோம்பலைப் போக்கும் நஸ்யம்	... 205
சோம்பல்	... 28,35
சோஷம்	... 33
ச்யாவ தந்தம்	... 50
ச்யாவம்	... 47,48
ச்யாவ வர்த்மா	... 53
ச்ருங்ககம்	... 150
ச்ருங்கபுடபாகம்	... 70
ச்ருங்கபேரரஸாதி கர்ணபூரணம்	.. 229
ச்ருங்கம்	... 233
ச்ருங்கம் முதலியவற்றால் சரீரத்தைச் சுத்தி செய்தல்	... 234
ச்ருங்காடகம்	... 209
ச்ருதம்	... 70
ச்லக்ஷ்ணம்	... 9
ச்லீபதம்	... 41
ச்லேஷ்க கபம்	... 20
ச்லேஷ்ம ப்ரக்ருதி	... 5,27
ச்வக்கிரஹம்	... 59
ச்வித்ரம்	... 18,44
ச்வாஸ ரோகம்	... 33
ச்வாஸாசயம்	... 21
ச்வேதமலம்	... 49
ச்வேத மூத்திரம்	... 49
ச்வேதா	... 18,19
ச்வேதாங்கம்	... 49
ச்வேதாவலோகநம்	... 49
ஞானேந்த்ரியங்கள்	... 24
டங்கம்	... 3,5
டோலாயந்திரம்	... 145
தக்த்த வ்ரணம்	... 42
தசமூல க்வாதம்—முதல்	... 73
,, இரண்டாவது	... 79
,, மூன்றாவது	... 80
தசமூலம்	73,115
தசமூலாரிஷ்டம்	... 137

பக்கம்.

தசாங்க லேபம் ... 216
தண்டகாலஸகம் ... 30
தண்டாபதாநகம் ... 47
தண்டுலீய ஜடாகல்கம் ... 93
தத்தூராதி லேபம் ... 226
தத்ரு ... 44
தந்த சப்தம் ... 58
தந்த சாலம் .. 50
தந்த பேதம் ... 50
தந்த வர்த்தி ... 249
தந்த வித்ரதி ... 50
தந்த ஹர்ஷம் ... 50
தந்தாகாதம் ... 58
தந்தோத் பேதம் ... 58
தந்த்யாதி லேபம் ... 224
தந்த்ரா ... 49
தந்த்ரிகா ... 52
தந்த்ரை 35,49
தமக ச்வாஸம் ... 33
தமனீ 11,21,22
தமோதர்சனம் ... 49
தரதம் ... 150
தருண ஜ்வரம் ... 174
தர்ப்ப குலமம் ... 31
தர்ப்பணத்திற்குத் தகாத காலம் முதலியது .. 242
தர்ப்பணத்தினால் ப்ரகோபித்த கபத்தைக் கழித்தல் ... 242
தர்ப்பணமும் அதற்கேற்ற கண்ணோய்களும் .. 241
தர்ப்பணம் 62,241
தர்ப்பணம் நிறைவேறியதன் குறிகள் .. 243
தர்ப்பணௌஷதம் ஊறவேண்டிய கால அளவு ... 242
தனித்தனி வாதபித்த கபங்களாலான வியாதிகளில் வமனத்திற்குரிய பொருட்கள் ... 182
தன் மாத்ரைகள் ... 24
தாடிம புடபாகம் ... 69
தாடிமாஷ்டக சூர்ணம்—முதல் ... 99
,, இரண்டாவது ... 99
தாதக்யாதி க்வாதம் ... 77
தாதுக்களின் பரிணமம் ... 26
தாதுக்களின் ஸத்வபாதநம் ... 145
தாதுக்கள் 17,19,138
தாது சுத்திமுறை ... 138
தாதுத் திரவ்யங்கள் ... 6

பக்கம்.

தாது மலங்கள் ... 17
தாது முதலியவற்றின் எண்ணிக்கைகள் ... 17
தாது விஷம் 63,64
தாத்ரியாதி க்வாதம் ... 84
தாத்ரீ பலாதிலேபம்—முதல் ... 219
,, இரண்டாவது ... 220
,, மூன்றாவது ... 222
தாத்ரீபீஜாதி வர்த்தி ... 250
தாத்ரீஸ்வரஸம் ... 66
தாந்யக ஹிமம் ... 91
தாந்யகாதி க்வாதம்—முதல் ... 76
,, இரண்டாவது ... 76
தாந்யகாதி ஹிமம் ... 91
தாந்யாப்ரகம் ... 144
தாபஸ்வேதம் 175,177
தாமம் ... 3
தாமஸாஹங்காரம் ... 23
தாம்பூலாதி லேபம் ... 227
தாம்ரபஸ்ம குணங்கள் ... 141
தாம்ர பஸ்மம் 140,141
தாம்ரம் ... 149
தாம்ரா 18,19
தாரணம் ... 224
தாராதி ரஸம் ... 168
தாருணம் ... 53
தார்வ்யாதி க்வாதம் ... 82
தாரவ்யாதி ரஸக்ரியை ... 251
தாரவ்யாதி லேபம் ... 220
தாலு கண்டகம் ... 59
தாலு சோஷம் ... 51
தாலு பாகம் ... 51
தாலு பிடகா ... 51
தாலு ஸம்ஹதி ... 51
தாளக குணங்கள் ... 145
தாளக சுத்தி ... 145
தாளகம் ... 145
தாளகாதி லேபம்—முதல் ... 219
,, இரண்டாவது ... 220
தாளநம் ... 50
தாளிஸாதி சூர்ணம் ... 103
தாளியாப்ரகம் ... 144
தாஹ ரோகம் ... 35
திக்த காமிதா ... 49
திக்த படோல ரஸலேபம் ... 218

பக்கம்.

திக்தாஸ்யதா ... 49
திக்த்த விஷம் ... 64
திந்துகம் ... 3
திந்துக்யாதி லேபம் ... 226
திமிரரோகம் ... 55
திரவம் ... 9
திரவஸ்வேதம் 175,178
திராக்ஷாதி க்வாதம் ... 72
திராக்ஷா ரிஷ்டம்—முதல் ... 135
,, இரண்டாவது ... 136
திலகாலகம் 18,43,45
திலம் 17,20,22
திலாதிலேபம்—முதல் ... 216
,, இரண்டாவது ... 224
தினந்தோறும் அநுவாஸன நிரூஹங்களுக்கு உரியவர் ... 194
தீபன பாசனம் ... 14
தீபன பாசனாதி குணங்கள் .. 14
தீபனம் ... 14
தீபன வஸ்தி ... 200
தீபன வஸ்தியும் ஔஷதச் சரக்குகளும் .. 200
தீப்தகம் 52,53
தீக்ஷ்ண தூமம் ... 210
தீக்ஷ்ணம் ... 9
தீக்ஷ்ணாக்னி ... 33
தீக்ஷ்ணாஞ்ஜனம் ... 247
துகாக்ஷீர்யாதிலேபம் ... 226
துக்க வர்த்தநம் ... 52
துச்சர்த்தி ... 182
துண்டிகேரீ ... 51
துத்த சுத்தி .. 144
துத்தத்தின் குணங்கள் ... 144
துத்த பஸ்மம் ... 144
துத்தாதி ரஸக்ரியை ... 250
தும்புர்வாதி சூர்ணம் ... 102
தும்மல் 28,53
துர்க்கந்தம் ... 49
துர்தக்த்தம் ... 42
துர்நிரூஹ லக்ஷணங்கள் ... 197
துர்ப்பலம் 47,48
துர்ப்பல ஸ்வேதம் ... 175
துர்விரேகக் குறிகள் ... 188
துர்விரேக சிகித்ஸை ... 188
துலாம் ... 4

பக்கம்.

துளஸீஸ்வரஸம் முதலியது ... 66
துஷாம்பு ... 133
துஷ்டபீநஸம் ... 52
தூத பரீக்ஷையும் சகுனமும் ... 13
தூநீ ... 47
தூமநாடியின் உருவம் ... 211
தூமபானத்திற்குத் தகாதவர்கள் ... 211
தூமபானத்திற்கேற்ற வயது ... 211
தூமபானத்தினாலான தீங்குகளின் பரிஹார முறை ... 213
தூமபானத்தின் பொதுவான உபயோகங்கள். 211
தூமபான விதி ... 210
தூம முபயோகிப்பதற்கேற்ற மற்றொருவித கருவி ... 212
தூமம் ... 66
தூமவர்த்தியும் அதன் உபயோகங்களும் ... 212
தூமஸாரம் ... 152
தூமோத்காரம் ... 49
தூர்வாதிலேபம் ... 221
தூஷீ விஷம் ... 64
தூஸராந்த்யம் ... 55
தேவதார்வாதி க்வாதம்—முதல் ... 73
,, இரண்டாவது ... 76
தேவதார்வாதி ப்ரதேஹம் ... 225
தேவதார்வாதி லேபம் ... 222
தேவதார்வாத்ய ரிஷ்டம் ... 136
தேன் விஷம் ... 63
தேஜோத்வேஷம் ... 49
தேஹஸம்சோதனம் ... 15
தேஹ வித்தி ... 149
தைலங்கள் 124,171
தைல பானத்திற்கான நிலைமைகள் ... 172
தோதம் ... 48
தோஷங்களின் பலவகையான கோளாறுகள். 61
தோஷங்கள் 2,19
தோஷஹர வஸ்தி ... 198
தௌர்பல்யம் ... 59
த்ரங்க்ஷணம் ... 3
த்ரஸரேணு 2,3
த்ரிகண்டகம் ... 184
த்ரிகடுகம் 71,107
த்ரிகண்டகாதி க்ஷீரம் ... 87
த்ரிகந்த சூர்ணம் ... 96
த்ரிகந்தம் 95,96

பக்கம்.

த்ரிநேத்ர ரஸம் ... 165
த்ரிபலாதி குக்குலு ... 111
த்ரிபலாதி குளிகை—முதல் ... 108
" இரண்டாவது ... 112
த்ரிபலாதி க்ருதம்—முதல் ... 120
" இரண்டாவது ... 122
த்ரிபலாதி க்வாதம்—முதல் ... 77
" இரண்டாவது ... 78
" மூன்றாவது ... 80
" நான்காவது ... 81
" ஐந்தாவது ... 81
" ஆறாவது ... 82
" ஏழாவது ... 83
த்ரிபலாதி சூர்ணம்—முதல் ... 95
" இரண்டாவது ... 97
த்ரிபலாதி தைலம் ... 128
த்ரிபலாதி லேபம்—முதல் ... 219
" இரண்டாவது (மஹா) ... 219
" மூன்றாவது ... 221
" நான்காவது ... 226
த்ரிபலா ஸ்வரஸம் முதலியன ... 66
த்ரிபலே 7,72
த்ரியூஷண சூர்ணம் ... 95
த்ரியூஷணம் 95,107
த்ரிவிக்ரமரஸம் ... 162
த்ரிவ்ருதாதி கல்கம் ... 94
த்ரிஜாதகம் ... 1[illegible]5
த்ருதீயகம் ... 29
த்ருப்தி ... 49
த்ருஷ்டி ... 244
த்ருஷ்ணா ரோகம் ... 34
த்ரோணம் ... 4
த்ரோணீ ... 4
த்வக்பாகம் ... 43
த்வந்த்வ துஷ்டமான இரத்தம் ... 233
த்வந்த்வ தோஷங்கள் ... 36
த்வந்த்வம் ... 233
நகுலாந்த்யம் ... 55
நபும்ஸக தோஷங்கள் ... 56
நயனாம்ருத மென்னும் ப்ரத்யஞ்ஜநம் ... 254
நரம்புச் சிலந்தி 31,42

பக்கம்.

நல்முத்தின் குணங்கள் ... 147
நல்முத்தின் சுத்தி ... 145
நல்முத்து பஸ்மம் ... 147
நல்வணம் ... 4
நவநீதாதி கல்கம் ... 94
நவவிஷங்கள் ... 151
நவஜ்வரம் 75,184
நன்கு அநுவாஸனம் நிறைவேற்றியதன் குறிகள் ... 193
நஸ்யத்தில் அதிஸ்நிக்தக் குறிகளும் அதன் பரிஹாரமும் ... 210
நஸ்யத்திற்கு ஏற்ற வயது ... 203
நஸ்யத்திற்குத் தகாத காலம் ... 203
நஸ்யத்திற்குத் தகாதவர்கள் ... 203
நஸ்யத்திற்கேற்ற காலம் ... 203
நஸ்யத்தின் மூன்றுவித நிலைமைகளிலும் செய்யவேண்டிய உபசாரம் ... 210
நஸ்யமென்றால் என்ன? ... 202
நஸ்யம் 26,27,62
நஸயம் செய்யுமுறை ... 208
நஸ்யம் நன்கு பிரயோகிப்பதின் மூன்று முக்கியக் குறிகள் ... 209
நஸ்யம் முதலியவற்றி லுபயோகிக்கக்கூடிய ஸ்நேஹங்கள் ... 173
நஸ்யவிதி ... 202
நஸ்யௌஷதத்தில் சேர்க்கவேண்டிய சரக்குகளின் பொது அளவுகள் ... 204
நாக சுத்தி ... 138
நாகத்தின் குணங்கள் ... 142
நாகபஸ்மம்—முதல் ... 141
" இரண்டாவது ... 142
நாகம் ... 149
நாக—வங்கங்களின் சுத்தி ... 138
நாகோதரம் 57,58
நாடியின் நிலைமை ... 11
நாடீ பரீக்ஷை முதலியது ... 11
நாடீ வ்ரணம் 42,43
நாதக் குழல்கள் ... 22
நாபி 22,170
நாபி சுத்தி ... 170
நாராச ரஸம் ... 159
நாராயண சூர்ணம் ... 100
நாராயண தைலம் ... 124

பக்கம்.

நான்குவித கண்டூஷாங்களுக்கான வஸ்துக்களும் வியாதிகளும் ... 213
நான்குவித கண்டூஷங்கள் ... 213
நான்குவித ரோகங்கள் ... 2
நான்குவித ஸ்நேஹங்கள் ... 171
நான்குவித ஸ்வேதங்களும் அவற்றின் உபயோகங்களும் ... 175
நாஸா சோஷம் 52,53
நாஸா நாஹம் 52,53
நாஸா ரோகங்கள் ... 52
நாஸார்சஸ் ... 52
நிசாதி லேபம் ... 223
நிசுலாதி ப்ரதேஹம் ... 225
நிசோஷித ஸ்வரஸம் ... 65
நிதிக்திகாதி க்வாதம் ... 75
நித்ராநாசம் 47,48
நித்ரை முதலியவை உண்டாகும் வகை ... 28
நிபாதிதம் ... 42
நிம்ப தைலம் ... 128
நிம்பபத்ர கல்கம் ... 92
நிம்பபத்ராதி லேபம்—முதல் ... 224
" இரண்டாவது ... 224
நிருத்த ப்ரகசம் ... 43
நிருத்தம் ... 138
நிரூஹ-அநுவாஸன வஸ்திகள் நன்கு நிறைவேறியதன் பொதுச்குறிகள் ... 197
நிரூஹத்தில் கஷாயாதிகளின் அளவுகளுக்குப் பொது விதி ... 196
நிரூஹத்திற்கு உரியவர் ... 197
நிரூஹத்திற்குப் பிறகு பத்தியக்கிரமம் ... 200
நிரூஹத்தினல் மலம் முதலியது வெளிவராமற் போனல் செய்யவேண்டிய உபாயம் ... 197
நிரூஹம் அல்லது ஆஸ்தாபநவஸ்தியும் அதன் பேதங்களும் ... 196
நிரூஹஞ் செய்யவேண்டிய கிரமம் ... 197
நிரூஹ வஸ்தி 62,189
நிரூஹ வஸ்திக்குத் தகாதவர் ... 196
நிரூஹவஸ்தி விதி ... 196
நிர்குண்ட்யாதி தைலம் ... 131
நிர்யாஸ விஷம் ... 63
நிர்யூஹம் ... 70
நிலைமைகளுக்குத் தகுந்த வெவ்வேறு ஸ்வேத முறைகள் ... 176
நிவ்ருத்தம் ... 43

பக்கம்.

நிஷ்கம் ... 5
நிஸ்ஸ்ருதாந்த்ரம் ... 42
நீடித்த காலம் அநுவாஸனத்திற்குரியவர் ... 194
நீரடைப்பு ... 38
நீர்க்கோவை ... 40
நீர்ச்சுருக்கு ... 39
நீல மேஹம் ... 39
நீலாஞ்ஜந சுத்தி ... 145
நீலாஞ்ஜநத்தின் குணங்கள் ... 145
நீலாஞ்ஜநம் 145,154
நீலிகா 45,46
நீலிக்யாதி தைலம் ... 128
நீலோத்பலாதி வர்த்தி ... 249
நீலோத்பலாதி ஹிமம் ... 91
நூலின் உபயோகம் ... 2
நூலின் தன்மை ... 1
நேத்திர சிகித்ஸை ... 237
நேத்திர சோதநம் ... 254
நேத்திர தர்ப்பண முறை ... 242
நேத்திரத்தின் ப்ரமாணம் முதலியது ... 190
நேத்திரம் ... 190
நேத்திரம் செய்வதற்கேற்ற வஸ்துக்கள் ... 190
நேத்திர ரோகங்களைத் தடுக்க ஸுலபமான உபாயம் ... 255
நேத்திரரோகங்களைப் போக்கும் ஒரு ஸாதாரண முறை ... 254
நேத்திர ரோகங்கள் ... 53
நேத்திர க்ஷயம் ... 48
நேபாள சுத்தி ... 169
நைகமேயக் கிரஹம் ... 60
ந்யக்ரோதாதி கணக்வாதம் ... 82
ந்யக்ரோதாதி கணம் 69,82
ந்யக்ரோதாதி புடபாகம் ... 69
பகந்தரம் ... 43
பக்நப்ருஷ்டம் ... 42
பக்வரஸசீது ... 132
பக்வ ஸ்வரஸம் ... 65
பக்வாசயம் ... 20,25
பங்கு ... 47
பஞ்ச கர்மங்கள் 62,210
பஞ்ச கர்மஜ ரோகங்கள் ... 62
பஞ்ச கஷாயங்கள் ... 65
பஞ்ச கஷாயாதி கர்ணபூரணம் ... 230
பஞ்ச சோல சூர்ணம் ... 95

	பக்கம்.
பஞ்ச கோலம்	95,137
பஞ்ச தன்மாத்ரைகளின் விசேஷங்கள் ...	24
பஞ்ச தன்மாத்ரைகள் ...	24
பஞ்ச நிம்ப சூர்ணம் ...	104
பஞ்ச நிம்பம் ...	104
பஞ்ச பத்ரக்வாதம் ...	73
பஞ்ச பூதங்கள் முதலியவை ...	24
பஞ்ச மஹாபூதங்கள் ...	24
பஞ்ச மூலம் ...	87
பஞ்ச மூலீக்ஷீரம் ...	87
பஞ்ச லவணம் ...	96
பஞ்ச லக்ஷணங்கள் ...	1
பஞ்ச வக்த்ரரஸம் ...	159
பஞ்ச வல்கலம் ...	122
பஞ்ச விஷயங்கள் ...	24
பஞ்ச ஸமசூர்ணம் ..	101
படபாநல சூர்ணம் ...	102
படோலாதி க்வாதம்—முதல் ...	72
,, இரண்டாவது ...	73
,, மூன்றாவது ...	75
,, நான்காவது ...	76
,, ஐந்தாவது ...	84
,, ஆறாவது ...	84
பதம் ...	234
பதரீமூலாதி கல்கம் ...	93
பாதார்த்தங்களின் தன்மைகளை அனுஸரித்து ப்ரமாண பேதங்கள் ...	4
பதார்த்தங்களுக்கு ஐந்து தன்மைகள் ...	9
பதார்த்தங்களை உபயோகிக்கும் வகைகள் ...	6
பத்த விட்கம் ...	47,48
பத்மாருணம் ...	58,59
பத்மினீ கண்டகம் ...	45,46
பத்ர விஷம் ...	63
பநவிகா ...	45
பப்பூலதன ரஸக்ரியை ...	251
பப்பூல ஸ்வரஸம் முதலியன ...	66
பப்பூலாரிஷ்டம் ...	135
பயஸ்யாதி லேபம் ...	225
பரமதம் ...	35
பரமாணு ...	2,3
பரிணாம சூலமுதலியன ...	36
பரிபாவை ...	1
பரிபோடம் ...	52
பரிப்லுதயோனி ...	57

	பக்கம்.
பரிவர்த்திகா ...	43
பரிவேஷகம் ...	228
பரிஸ்ராவீ ...	43
பரிஹாரங்கள் (அசுப ஸ்வப்னங்களுக்கு.) ...	12
பரிக்ஷேபீ ...	43
பர்ப்படம் ...	253
பர்ப்படாதி க்வாதம்-முதல் ...	72
,, இரண்டாவது ...	72
,, மூன்றாவது ...	75
பர்வணீ ...	54
பலகறையின் சுத்தி ...	145
பலக்ருதம்—முதல் ...	123
,, இரண்டாவது ...	123
பலம் ...	3,4,5
பலவர்த்தி	194,202
பலவித ஆச்சியோதநௌஷதங்கள் ...	239
பலவித நிலைமைகளில் நாடியின் மாறுபாடுகள்.	12
பலவித நேத்தி ரௌஷதங்கள் ...	237
பலவித பிடாலகங்கள் ...	241
பலவித பிண்டிகைகள் ...	240
பலவித ஸேசநௌஷதங்கள் ...	238
பல விஷம் ..	63
பல க்ஷயம் ...	47,48
பலாச பலாதி லேபம் ...	227
பலாதி க்ருதம் ...	123
பலா தைலம் ..	125
பலிதம் ...	53
பவளசுத்தி ...	147
பவளத்தின் குணங்கள் ...	14
பவள பஸ்மம் ...	147
பவள மனச்சிலை ...	150
பற்றுப்போடுதல் ...	222
பஸ்த மூத்ராதி கர்ணபிந்து ...	229
பஸ்மகம் ...	33
பஹலம் ...	53
பஹுமூத்ரம் ...	49
பக்ஷாகாதம் ...	47
பக்ஷ்மபாதம் ...	53
பக்ஷ்மரோதம் ...	53
பக்ஷ்மார்சஸ் ...	53
பக்ஷ்மோத்ஸங்கம் ...	53
பாகபேதத்தினால் ஸ்நேஹங்களுக்கு உபயோக பேதம் ...	119
பாதம் ...	50

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

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

பத்திராதிபர்: பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், ஆயுர்வேத பூஷணம்.

புஸ்தகம் 2. Vol. II. — ராக்ஷஸ வரு ஆனிமீ—JULY—1915. — ஸஞ்சிகை 11. No. 11.

THE REGISTRAR ... 14 SEP 1915

HOME TREATMENT OF HABITUAL CONSTIPATION.

வழக்கமாய் வரும் மலபந்தத்திற்கு வீட்டு சிகித்ஸை.

By A. M. MASILAMANI MUDALIAR, L. M. & S.
Asst. Superintendent, Rovapuram Medical School,
(now on other duty.)

மிகவும் துன்பம் விளைவிக்கும் நிலைமையிலுள்ள முற்றிப்போன மலபந்தம் ஸாதாரண சிகித்ஸைகளால் நிவ்ருத்தியாகாமற் போனால், அவ்வித பிணியாளி ஒரு கைதேர்ந்த வைத்தியனிடம் சென்று கிரமப்படி பரிஹாரம் செய்துகொள்ளவேண்டுமென்றுதான் நான் கூறுவேன். அவ்வியாதிக்ரஸ்தனை வைத்தியர் பரீக்ஷித்து, மலபந்தம் எக்காரணத்தினால் ஏற்பட்டிருக்குமென்பதைக் கண்டறிந்து, அப்பால் அதற்கேற்ற சிகித்ஸையைச் செய்து அவனை ஸ்வஸ்தப்படுத்துவர். குடலின் முடிவு பாகமான மலாசயத்தில் மலம் திணிந்து, அதனால் மலச்சிக்கல் உண்டாயிருக்கக்கூடும்; ஆயினும், அவ்வாறு அதிக மலம் சேர்ந்து இறுகிக் கிடப்பதாக நோயாளி சிறிதும் உணராமல், மலபந்தத்திற்கு அது காரணமாயிருக்கக் கூடுமென்று அவனுக்கு ஸந்தேஹமும் உண்டாகாமலிருக்கலாம். சிலருக்கு முதலில் அதிஸாரம் உண்டாய் அதன்மூலமாகவும் பிறகு மலச்சிக்கல் ஸம்பவிப்பது வழக்கம். மூலரோகமும் மலபந்தத்தின் காரணங்களில் ஒன்றாம். ஆனால் ஜீர்ணசக்தியானது பலஹீனத்தில் கோளாறடைவதாலேயே பெரும்பாலோருக்கு மலச்சிக்கல் உண்டாவதாய் அறியப்படுகிறது. மலாசயத்தில் மலம் மேன்மேலும் சேர்ந்து இறுகிக் கிடந்தால், அது ச்வாஸகாஸம் தீவ்ரநிலைமையடைவதற்கும், ஸூதகதோஷஸம்பந்தமான மூர்ச்சை அடிக்கடி ஸம்பவிப்பதற்கும், காக்கைவலி நீடித்து உண்டாவதற்கும், மற்றும் வாத வியாதிகளென்னும் நரம்புகளைப் பற்றிய பலக்குறைவு அல்லது வேறு ரோகங்கள் ஏற்படுவதற்கும் ஆதாரமாயிருந்து, தேஹத்தின் இயற்கைநிலைமைக்கு அநேகவித கெடுதிகளைக் கொடுக்கக்கூடியதென்பதையும், பிறகு ஸாதாரணமாக சிகித்ஸைகளுக்கு அக்கோளாறுகள்-முக்கியமாய் மலபந்தம் வசப்படுவதில்லையென்பதையும் நீங்கள் நினைவில் வைத்துக்கொள்வது நலம்.

ஆனால் மலபந்தம் ஆரம்பத்தில் எளிதாகவும் வெகு நன்றாகவும் சிகித்ஸைக்கு வசப்படக்கூடியதேயன்றி கஷ்டஸாத்யமான வியாதியல்ல. டாக்டர் எல். வில்லிபம்ஸ் என்பவர் இதைப்பற்றி கூறுவதாவது:—"வழக்கமாயுண்டாகும் மலபந்தத்தைப்பற்றி நான் தீர்மானமாகச் சொல்லவிரும்புவதென்னவென்றால்: ஜனங்களில் பெரும்பான்மையோருக்கு இது ஸாதாரணமாய் ஏற்படுகிறதென்றும், இவ்

வியாதிக்கு ஆரம்பத்திலேயே சிகித்ஸை செய்தால், சீக்கிரத்திலும் எளிதிலும் அது நிவ்ருத்தியாய் விடுமென்றும், அதிகமாய் முற்றவிடாத வரையில் சரீரத்தின் உள்ளமைப்பு வெளியமைப்புகளில் எவ்வித கோளாறும் புதிதாய் ஸம்பவிக்க வழியில்லையென்றுமேயாம். சுமார் 5-வயதுக்கு மேற்பட்ட எவர்களுக்கு மலபந்தம் ஸம்பவித்தபோதிலும், அதை வெகு நீடித்தகாலம் உபேக்ஷிக்காமல் அப்போதைக்கப்போது அதற்குப் பரிஹாரம் செய்ய முயன்றால், இவ்வியாதி முற்றிலும் சாந்தமாய்விடுமென்று பொதுவாகக் கூறலாம்.

மலபந்தமென்பது பெரும்பாலும் அனைவருக்கும் ஸாதாரணமாயுண்டாகக் கூடியதும், எளிதில் நிவ்ருத்திக்கத் தகுந்ததுமாயிருந்தும், இதற்கு சிகித்ஸை செய்துகொள்ள வருபவர் மிகவும் சொற்பம்; அவ்வாறே இதினின்றும் ஸௌக்கியமடைந்தவர்களும் எண்ணிக்கையில் மிகக் குறைவு; மேலும் இக்காலத்தில் நாகரிகத் தன்மையென்று அறியாமையால் கருதப்படும் மத்யபானம் முதலிய அநாகரிகச் செய்கைகளாலும், உபதம்சரோகம் அல்லது மேஹவியாதிகள் ஸம்பவிக்கும்படியான தீச்செயல்களைச் செய்வதாலும் மலபந்தமென்னும் இவ்வருவருக்கக்கூடிய வியாதி அவற்றிற்கேற்ற தண்டனையைப்போல் சரீரத்தில் நிலைத்து நின்று கால அளவில் மிகத்துன்பமளிக்குந்தன்மையதாய் பரிணமிக்கும். இறுதியிற் கூறிய இவ்விரண்டு காரணங்களாலும் மலபந்தம் நீடித்து வரும்போது, நரம்புமண்டலத்தைத் தாக்கி அதற்குக் கோளாறுண்டுபண்ணும் இயல்புடைய ஒருவித விஷப்பொருள் இரத்தத்தில் உண்டாய் விருத்தியாகும்; ஆகவே நீடித்த மலபந்தமென்பது சரீரத்தைக் கெடுத்துவிடக்கூடிய நீடித்த விஷமென்றும், அதனால் நரம்பு மண்டலம் தாக்கப்பட்டு தலைச்சுற்றல், மூர்ச்சை அல்லது மயக்கம், பார்ச்வ வாயு முதலிய மற்றும் அநேகவித ரோகங்கள் ஸம்பவிப்பது ஸாதாரணமென்றும் நிச்சயிக்கலாம்.''

நெருக்கடியான காரியங்களிலேயே கருத்துடன் உழைப்பவரும், வேறு பலரும் மலத்தை அந்தந்த வேளையில் உடனுக்குடனே கழித்து விடாமல் அநேக மணிநேரம் அடக்கி வருவது வெகு ஸஹஜமாய்விட்டது. எப்பொழுது மலங்கழிக்கவேண்டுமென்கிற ஓர் உணர்ச்சியுண்டாகிறதோ அப்பொழுதே—எக்காரியம் எவ்விதமாயிருப்பினும்-அதை வெளிப்படுத்தி விடவேண்டியது மிகவும் அவசியமென்று வற்புறுத்திக் கூறவிரும்புகிறேன்; மேலும் தினந்தோறும் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில்—முக்கியமாய் விடியற்காலத்தில்—இக்காரியத்தை முடித்துக்கொள்வது ஆரோக்கியமாய் வாழவேண்டியதற்கான கோட்பாடுகளில் ஒன்றாம்.

விவஸாயம் முதலிய வேலைகளை ஓடியாடிச் செய்துவரும் மனிதர்களைப் பார்க்கினும், எப்பொழுதும் உட்கார்ந்த வண்ணம் வேலைசெய்து வருபவரே இவ்வித வியாதிக்கு உட்படுகின்றனர் என்று அனுபவத்தினால் அறியப்படுகிறது. நாகரிகத்திற் சிறந்த ஜனங்களே விசேஷமாக இதனால் பீடிக்கப்படுவதானது, இவ்வாறு அதிக நேரம் உட்கார்ந்தே வேலைசெய்பவருக்கு அல்லது உடலையுழைக்காமலே ஸுகமாய் காலம் கழிப்பவருக்கு இது நேரிடுகிறதென்பதைத் திடப்படுத்துவதாயிருக்கிறது. ஆனால் இந்தியர்கள் அநாதிகாலந்தொட்டு நாகரிகமாக வாழ்பவரென்று புகழ்பெற்றிருந்தும், இவர்கள் சரீரத்தை அதிகமாய் உழைத்து விவஸாயம் முதலியவற்றைச் செய்து வருபவராயிருந்ததால் முற்காலங்களில் பெரும்பாலும் அனைவருமே ஆரோக்கிய திடகாத்திரர்களாக ஜீவித்து வந்தனர் என்பது வாஸ்தவம்; ஆனால் இப்பொழுது அநாவசியகமாக வீண் ஸுகங்களில் விருப்பங்கொண்டு அநேகம் ஜனங்கள் உடம்பை அசைக்காமல் ஜீவித்துவருவதற்கு முயல்வதால், மலபந்தம் முதலிய இன்னும்

பலவிதமான பொல்லாப் பிணிகளுக்கு ஆளாகின்றனர்; தமக்கு வெகு காலமாகத் தொன்றுதொட்டுவந்த நிகரற்ற தேஹவன்மையையும் புத்திவன்மையையுங்கூட அநியாயமாய் இழந்து வருகின்றனர்.

நான், டாக்டர் எல். வில்லியம்ஸ் என்பவர் இதைப்பற்றி எழுதியுள்ள சிறந்த நூலிலிருந்து இன்னுமொரு விஷயத்தையும் எடுத்து இதனடியில் சுருங்கக் கூறி அப்பால் சிகித்ஸையைப்பற்றியும் சிறிது அறிவிப்பேன்:—“ஜனங்களுடைய ஆரோக்கியஸ்திதி அநாரோக்கிய ஸ்திதி இவற்றை ஒருவாறு அப்போதைக் கப்போது பரிசோதனை செய்துவந்ததில், முக்கியமாய் ஸ்த்ரீகளில் நான்கு பேரில் ஒருத்தியாவது இம் மலபந்தத்திற்கு உட்படாமல் ஸுகமாயிருந்ததை நான் காணவில்லை. புருஷர்கள் தமது தேஹத்தை உழைத்து வீட்டுக்கு வெளியிற் சென்று வேலை செய்து வருவது வழக்கமாயிருப்பதால் அவர்களில் மலபந்தத்தினால் வருந்துபவர் ஸ்த்ரீகளைப்போல் எண்ணிக்கையில் அவ்வளவு அதிகமாயில்லையென்று சொல்லலாம். ஸ்த்ரீகளுக்கு மலபந்தம் ஸம்பவிப்பதற்கு, அவர்கள் வஸ்திரங்களை வெகு கெட்டியாகக் கட்டுவதும், கருத்தரிப்பதும், தசைநார்களின் வலிமைக் குறைவுமே காரணமாயிருக்குமென்று கருதப்படுகிறது; மேலும் சில ஸ்த்ரீகள் ஸௌகர்யக் குறைவாலும், ஸங்கோசத்தினாலும் மலத்தை அடக்குவது வழக்கம்; அதிலும் சிறு பிராயத்திலுள்ள பெண்கள் இவ்விஷயத்தில் வெட்கப்பட்டு வெகுநேரம் கஷ்டப்பட்டாவது சும்மாயிருந்துவிடுவது வெகு ஸாதாரணமான விஷயம். அவர்களுக்கு மலச்சிக்கல் உண்டாகாமலிருக்க வேண்டுமானால் நான் கூறும் உபாயங்களை அவர்கள் கவனிக்க வேண்டியது அவசியம். (1) உடைகளை வெகு கெட்டியாகக் கட்டாமல், கூடுமானவரையில் தளர்ச்சியாகக் கட்டவேண்டும். (2) கருத்தரித்திருக்கும்போது அப்போதைக்கப்போது சிறிதளவு (சுமார் மூன்று நான்கு உத்தரணி அளவு) ஆமணக்கெண்ணெயை இரவில் படுக்கும்போதாவது உதயத்திலாவது உட்கொள்ள வேண்டும். (3) அவர்கள் அதிகவேலை செய்ய ஸௌகரியமில்லாவிடினும், தினத்திற்கு இரண்டு மணிக்குக் குறையாமல் சரீரம் வியர்க்குமாறு ஏதேனும் வேலையைச் செய்து, தசைநார்களுக்குக் கிரமமாக வன்மையைக் கொடுக்கவேண்டும். (4) பிறரைக் கண்டு ஸங்கோசப்படும் ஸ்த்ரீகளை உதயமாவதற்கு முன்னமே (5 அல்லது 6 மணிக்கு முன்) படுக்கையைவிட்டு எழுப்பி இக்காரியத்தை நிறைவேற்றிக்கொள்வதற்கு வழக்கப்படுத்த வேண்டும்.''

வழக்கமாயுண்டாகும் மலபந்தத்தைப் போக்குவதற்கு நான் கூறும் இன்னும் இரண்டு உபாயங்களையும் ஜனங்கள் கவனிப்பார்களாக. முதலில் உணவுகளில் கீரைவகைகளையும், கொத்தவரை, வெண்டை, தண்ணீர் விட்டான், காபேஜ் என்னும் முட்டைக்கோஸ், புடலங்காய், மணத்தக்காளி முதலிய பசுமையான காய்கறிகளையும் கலந்து உபயோகிப்பதுமல்லாமல், ஒவ்வொரு வேளையும் ஆஹாரத்தோடு அல்லது அதற்குப் பிறகு சில பழங்களையும் புஜித்து வருவது நலம்; அவ்வாறு உபயோகிப்பதற்கு வாழைப்பழம், ஆபிள் என்னும் சீமை இலந்தை, அத்திப்பழம், கமலாப்பழம், கொடிமுந்திரிகைப்பழம் என்னும் இவ்வித கனிகளே மிகவும் சிறந்தவையாம். ஒவ்வொரு வேளையும் ஆஹாரத்தில் நெய் கலந்துவரவேண்டியது மிகவும் அவசியம். கொழுப்பைத் தரக்கூடிய பதார்த்தங்களுள் நெய்யே முக்கியமானது. அநேகம் ஜனங்கள் எண்ணெயை உபயோகிப்பதிலும் விருப்பமுள்ளவரா யிருக்கின்றனர். அவ்வாறு எண்ணெயையே உபயோகிக்க வேண்டியிருக்குமானால் ஜைதூனெண்ணெய் எனப்படும் ஆலிவ் எண்ணெயையே துவையல், பச்சடி முதலியவற்றுடன் சிறிதளவு கலந்து உபயோகிப்பது நலம். தினத்திற்கு இரண்டு மூன்று முறை ஜைதூனெண்ணெயை ஒரு தடவைக்கு அரை அல்லது முக்கால் பலம் விதம் உபயோகிப்பது மிக்க நலமென்றே

நான் எனது அனுபவத்தில் அறிந்திருக்கிறேன்.

அநேகம் பிணியாளிகள் காய்கறிகளையும் பழங்களையும் அதிக அளவாக உபயோகிக்க வேண்டியிருக்கும்; வேறு சிலர் சிறிதளவு அவற்றை உபயோகித்தாலே தினந்தோறும் மலச்சிக்கலென்னும் கஷ்டத்திற்கு உட்படாமல் ஸுகமாயிருப்பார்கள்; ஆனால் காய்கறிகளையும் கீரைகளையும் புதிதாக வாங்கி அப்போதைக்கப்போது சமையல் செய்து உபயோகிக்கவேண்டுமேயன்றி, காலையில் பக்குவம் செய்தவைகளை இரவிலும், இரவில் செய்ததை மறுநாளிலும் வைத்துக்கொண்டு உபயோகிப்பது பிசகு; அதனால் அவை பதன் கெட்டு, உண்பவருடைய குடல்களில் மிகவும் நுட்பமான ஸூக்ஷ்மக் கிருமிகளையும் உற்பத்தி செய்யும்; அதன் மூலமாய் காலக்கிரமத்தில் வயிற்றுப்பொருமலும், வயிற்றில் ஒருவிதமான குழப்பமும் ஏற்பட்டு, இறுதியில் அதிஸாரமோ மலபந்தமோ இரண்டில் ஒன்று நிச்சயமாய் நேரிடுவதுண்டு. இவ்வித வயிற்றுக் கோளாறுகள் ஏற்பட்டதும் சில நாட்கள் வரையில் உணவுகளில் மாப்பண்டங்களை ஸாத்தியமான வரையில் குறைத்தும், காய் கறிகளை மிதமாகவும் சேர்த்து சூடாயிருக்கும்போதே அவற்றை உபயோகித்துவருவதுடன், முதலில் ஆமணக்கெண்ணெய் முதலியவற்றை ஒரு முறை நன்கு பேதியாகும்படி உட்கொள்வது நலம். கொழுப்பும், ப்ரோடீட் என்னும் ஸத்தும் அதிகமாகச் சேர்ந்த உணவுப்பொருட்கள் இந்த நிலைமைகளில் ஏற்றவையாகக் கருதப்படுகின்றன.

மலபந்த சிகித்சையைப்பற்றி வெளிவந்துள்ள அநேகம் குறிப்புகளுள் பலமுறை என்னுடைய அனுபவத்தில் மிகப் பிரசஸ்தமென்று உணரப்பட்டவை இரண்டுண்டு. அவற்றுள் முதலாவது தினந்தோறும் பசுமையான சாகத்தை—அதாவது முக்கியமாகக் கீரையை—உணவுகளில் வேண்டியவளவு கலந்து உபயோகித்து வருவது. நான் குறிப்பிடுவது பொன்னாங்கண்ணிக்கீரை. இதை எவ்வித பிணியாளியும் நன்றாக உபயோகிக்கலாம். இது மலபந்தத்தைப் போக்குவதுடன், அதை உண்டாகாமல் தடுத்து வருவதிலும் சிறந்ததாகக் காணப்படுகிறது; இரத்தத்தை மிகவும் சுத்திசெய்து ஆரோக்கியத்தையும் காக்க வல்லதாயிருக்கின்றது. இரண்டாவது விஷயம் என்னவென்றால், தண்ணீர் அருந்துவதேயாம். ஜலத்தை உஷ்ணமாகவோ சீதளமாகவோ அவரவருடைய ஸௌகரியப்படி உபயோகிக்கலாம். காலையில் படுக்கையிலிருந்து எழுந்ததுமே, ஒன்று அல்லது இரண்டு கோப்பையளவு ஜலத்தைப் பருகிவிட வேண்டும். முதற்கோப்பையில் பலன் தெரியாவிட்டால் அரைமணிநேரம் கழித்து மற்றொரு கோப்பை ஜலமும் உட்கொள்ளலாம். மலபாதை நிவ்ருத்தியாகும் வரையில் சிறிது நேரம் ஒருவித உணவும் உபயோகிக்காமலிருக்க வேண்டும். இம்முறையை எனது நண்பர்களில் அநேகம் பெயருக்கு சிபார்சு செய்ததில், அவர்களில் ஒவ்வொருவரும் இதனால் திருப்திகரமாக பயன்பெற்றதாகவும் நான் அறிந்தேன். சுத்த ஜலத்தை உபயோகிப்பதற்குப் பதிலாக கனிஜநீரான அபெண்டா என்னும் ஜலத்தை சிலநாட்கள் வரையில் உபயோகித்து வருவதும் நலம். இந்த நீர் மலத்தை மெள்ள மெள்ள நெகிழச்செய்வதற்கேற்ற ஸுகுமாரமான ஔஷதம்போல் உபயோகிக்கத்தகுந்தது.

A HISTORICAL SKETCH OF UNANI MEDICINE.

யூனானி வைத்தியத்தின் சுருக்கமான வரலாறு.

BY
HAKIM M. K. SYED MUHAMAD PULAVAR.

(வைகாசி மாதத்து ஸஞ்சிகையின் 227-வது பக்கத்தொடர்ச்சி.)

இரத்தத்துடன் கலந்து இனிப்படைதல், வண்டலுடன் கூடிய பித்தத்தோடு கலந்து கரிப்படைதல், சூட்டுடன் கலந்து புளித்தல், வண்டலுடன் கலந்து துவர்த்தல், குளிர்ச்சியுடன் கலந்து சுவை நீங்கல் ஆகிய இவ்வைந்தும் இரஸத்தின் வேறுபாடாம்.

அதிகப்படல், இரத்தத்தோடு கலத்தல், இரஸத்தோடு கலத்தல், பித்தத்தோடு கலத்தல், தீதல் என்னும் இவ்வைந்தும் வண்டலின் வேறு பாடாம்.

இவ்வாறு ஒன்றோடொன்று விகற்பப்படும்பொழுது, நமது உடம்பின் இயல்பு கோளாறடைந்து எண்ணிலடங்காப் பிணிகளுக்கு இடமாகின்றது.

ஔஷத பதார்த்தங்களின் பயன்.

ஔஷதபதார்த்தங்கள் பக்குவாசயத்தில் சேர்ந்து ஆஹாரபதார்த்தத்தைப் போலவே சுத்த ரஸமான பின்பு, அசுபாவச் சத்துக்களுடன் சேர்ந்து அவற்றின் வேறுபாடுகளை நீக்கிச் சுபாவத் தன்மையில் நிறுத்தி, ரோகங்களை நீக்கித் தேஹத்திற்கு ஸௌக்கியத்தைத் தரும்.

பதார்த்தங்களின் கிரஹ ஸம்பந்த விவரம்.

உபக்கிரஹங்களோடு கூடிய ஸப்தக்கிரஹங்களின் குணங்களாலுண்டான தேயு முதலிய நான்கு பூதங்களின் சேர்க்கையாலும், சுழலுகின்ற ஆகாயத்தின் அசைவென்னும் சக்தி விசேஷத்தாலும் கடவுள் பிரபஞ்சத்தைப் படைத்தார்.

அவற்றுள் பாதரஸம், கந்தகம் இவ்விரண்டினது கலப்பின் பரிமாணத்திற்கும், பரிசுத்தத்திற்கும், ஸப்தக்கிரஹங்களின் பார்வைக்கும் தகுந்தபடி ஓஷதிகள் அனைத்துமுண்டாயின. மனித ஸஞ்சாரமில்லாத விடங்களில் ஓஷதிகளுண்டாகிறதற்கும், வித்தில்லாச் செடிகள் முளைப்பதற்கும் இதுவே காரணம்.

தேயுமுதலிய நான்கு பூதங்களைப் போலவே ஸப்தக் கிரஹங்களும் சூடு, குளிர்ச்சி ஆகிய காரண குணங்களையும், கொழுமை, வறட்சி ஆகிய காரிய குணங்களையும் பெற்றிருக்கின்றன. கிரஹங்களுள் சூரியன், குரு, சனி, அங்காரகன் இந்த நான்கும் சிறந்தனவாம்; இவற்றுள் சிறந்தது சூரியனும். இவையொழிந்து நின்ற சுக்கிரன், புதன், சந்திரன் இம்மூன்றும் முறையே குரு, சனி, சூரியன் இம்மூன்றிற்கும் தாழ்வாயும் உறவாயுமிருக்கின்றன.

சனி—உயிரைப் போக்குந் தன்மையையும், குரு-இரக்ஷிக்குந்தன்மையையும், அங்காரகன்-யுகமுடிக்குந் தன்மையையும், சூரியன்-ஞானத்தைத் தருந்தன்மையையும் பெற்றிருக்கின்றன. கிரஹங்கள் அனைத்தும் நன்னிலையில் இருக்கையில் நன்மையையும், தீநிலையில் இருக்கையில் தீமையையும் தரும். விஷமுறிவாயும் நன்மையைத் தருவதாயுமிருக்கிற பதார்த்தங்கள் சுபக்கிரஹங்களைச் சார்ந்தவையாகவும், விஷமாயும் தீமையைத் தருவதாயுமிருக்கிற பதார்த்தங்கள் அசுபக்கிரஹங்களைச் சார்ந்தவையாகவும் இருக்கின்றன. மித்திரக் கிரஹங்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட பதார்த்தங்கள் ஒன்றோடொன்று மித்திரத்தன்மையுடையவையாகவும், அவ்விதமே சத்ருக் கிரஹங்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட பதார்த்தங்கள் ஒன்றோடொன்று சத்ருவாகவுமேயிருக்கின்றன. உதாரணம்:—பாதரஸமானது பொன், வெள்ளி இவற்றோடும், காந்தம் இரும்போடும், கஸ்தூரி ... திருணத்தோடும் உறவாதல் போல மித்திரத்தன்மையுடையனவாகவும், குருந்தக்கல் வஜ்ரம் முதலிய இரத்தினங்களையும், இரும்பையும் அறுத்துத் தேய்ப்பது போலும், நெருப்பு

எல்லாவற்றையும் எரித்து நீறுக்குவது போலும், வெங்காரம் பொன்னையுருக்குவது போலும், செம்பு காந்தத்தை யுருக்குவது போலும் சத்ருவாகவும் இருப்பதைக் காண்க. நற்கிரஹங்களைச் சார்ந்த பதார்த்தங்கள் நன்மையையும், தீயக்கிரஹங்களைச் சார்ந்தவை தீமையையும் தரும் என்பதற்கு அடியில் குறிப்பிடப்படும் விஷயமே உதாரணமாம்.

யூனானி வைத்திய சாஸ்திரத்தில், கடவுள் உயிரைப்போக்கல், இரக்ஷித்தல், யுகமுடித்தல், ஞானந்தரல் ஆகிய நான்கு தொழில்களையும் நான்கு தேவதூதர்களால் நடத்துவதாகச் சொல்லப்படுகிறது. அவர்களே சனி, குரு, செவ்வாய், சூரியன் ஆகிய நான்கு கிரஹங்களென்று ஜோதிஷ சாஸ்திரத்தில் சொல்லப்படுகிறது. நவஸாரம் தேஹத்தில் ஆழ்ந்திருக்கின்ற மாசுகளை அகற்றுவது போலும், பூரே அர்மானி என்னும் ஒருவிதச் சவுட்டு மண், படிக்காரம், உப்பு இவைகள் உலோகங்களின் களிப்பை அகற்றிக் காந்தியைத் தருவது போலும், காரீயம் பொன்னையும், பாதரஸம் ஸகல உலோகங்களையும் கெடுப்பது போலும், காடி தேனை முறிப்பது போலுமாம். எல்லாப் பதார்த்தங்களும் ஒவ்வொரு கிரஹத்தைச் சார்ந்தேயிருந்தாலும் சில பதார்த்தங்கள் அவற்றின் குணங்களால் இரண்டு கிரஹங்களைச் சார்ந்துமிருக்கின்றன. உதாரணம்:—வெங்காயம்—தீக்ஷ்ணமான சூட்டைப் பெற்றிருப்பதால் அங்காரகனையும், கொழுமையைப் பெற்றிருப்பதால் சுக்கிரனையும், அபினி—குளிர்ச்சியால் சனியையும், வறட்சியினால் புதனையும் சார்ந்திருப்பதுபோல, விருக்ஷம், செடி, கொடிமுதலிய ஒவ்வொரு இனம் ஒவ்வொரு கிரஹத்திற்கே ஸம்பந்தப்பட்டிருந்தாலும், வேர், இலை, பூ, பட்டை, பழம், விதை, முள், நிறம், குணம், உருவம் என்னும் பேதங்களால் பல கிரஹங்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்டிருக்கின்றன. சில தமிழ் வைத்திய நூல்களிலும் இதற்கு ஏற்றவாறு சில பிரமாணங்கள் உண்டு:—

“விருக்கங் கொடி செடி புன்னுன் கொவ்
வொன்றின் விரியனந்த
வருக்கந் தனிற் சில வேராதி வித்து
வரைக்கு மெட்டா
யிருக்கும் பதார்த்தமவற்றி லொவ்
வொன்றிங் கிரு நிலத்துட்
செருக்கும் பன்னேயை முருக்குங்
குணங்கண்டு தேர்வரிதே.”

—தேரையர்.

“ஆதியுரியுண்ணீரடை மலர் மென்
காய்விதை யென்
றெது பதார்த்த மிவையோ
ரெட்டும்—பூதலத்துட்
கைப்புவர்ப்பு தித்திப்பு கார்ப்பு
புளிப்புத் துவர்ப்பு
வைப்பிவை யானும்
பொருந்து மால்.”

—தேரையர்.

கிரஹங்கள், நட்பு-ஆட்சி-உச்சஸ்தானத்திலிருந்து சுபக்கிரஹங்களின் ஸம்பந்தம் இவற்றைப் பெற்று, சுப ஸமயத்திலிருக்கும்போது அவற்றிற்குரிய பதார்த்தங்களைக் கிரஹித்துப் பிரயோகித்தால் ரோகங்களை நிவ்ருத்தி செய்து நன்மையைத் தரும். அவ்வாறின்றி—பகை, நீச ஸ்த்தானத்திலிருந்து பாபக்கிரஹ ஸம்பந்தம் இவற்றைப்பெற்று, வக்கிரத்தன்மையிலும் மூடக் கிரஹங்களிலும் இருக்கும்போது மூலிகைகளைக் கிரஹித்துப் பிரயோகித்தால் ரோகங்களையும் நிவ்ருத்திசெய்யாமல் தீமையையும் தரும்.

எந்த ரோகத்திற்கு எக்கிரஹம் உரியதோ, அந்தக் கிரஹத்திற்குரிய பதார்த்தங்களையே கொடுத்து நிவ்ருத்தி செய்யவேண்டும்.

ஸப்தக்கிரஹ ஸம்பந்தமுள்ள பதார்த்தங்களின் குறிகள் பின்வருமாறு:—

முதலாவது:—சனிக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட பதார்த்தங்களின் குறிகளாவன: நீறு பூத்தல், சாம்பல் நிறம், கருமை, முள், காறல், வெருட்டல், துர்க்கந்தம் முதலியவைகளையுடையதாகவும், கடின பூமியிலுண்டாகிற தாயுமிருக்கிற பதார்த்தங்களாம். இவை ப்லீஹத்திலுண்டாகிற எல்லாப் பிணிகளையும் தீர்க்கும்.

இரண்டாவது:—குருவிற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட பதார்த்தங்களின் குறிகளாவன: கசிவு, நன்மணம், நற்சுவை, சிவந்த அல்லது ஆகாய நிறமான பூ, இவை முதலியவற்றையுடையதாயும், கொழுமையான நல்ல பூமியிலுண்டாகிறதாயுமிருக்கிற பதார்த்தங்கள். இவை ஈரலைப்பற்றிய ரோகங்களை நீக்கும்; இரத்தத்தைச் சுத்தி செய்யும்; காயம், வர்ணம், புண் முதலியவைகளை ஆற்றிவைக்கும்.

மூன்றாவது:—செவ்வாய்க்கு ஸம்பந்தமான பதார்த்தங்கள்: செந்நிறம், கடினம், முள், வேகச் செய்தல் இவைகளையுடையதாயும், வரண்ட பூமியிலுண்டாகிறதாயும் இருக்கின்றன. பித்தாசயத்தைப்பற்றிய ரோகங்களை நிவ்ருத்தி செய்யும்.

நான்காவது:—சூரியனுக்கு ஸம்பந்தமான பதார்த்தங்கள்: அதிகவாஸனை, அதிகசுவை, சிவந்த பூ, சிவந்த இலை இவைகளையுடையதாயும், மறைவில்லாத வெளிகளிலுண்டாகிறதாயுமிருக்கிற பதார்த்தங்களாம். இவை ஜீவசக்தியை வளர்க்கும்; சிரஸ், இருதயம், நேத்திரம் இவைகளிலுண்டாகிற வியாதிகளை மாற்றிவைக்கும்.

ஐந்தாவது:—சுக்கிரனுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட பதார்த்தங்கள்: இனிப்பு, நன்மணம், மிருதுவான பூ இலை இவைகளையுடையதாயும், நல்ல பூமியிலுண்டாகக்கூடியதாயும் இருக்கிற பதார்த்தங்கள். இவை ஜீர்ணசக்தியை விருத்தி செய்யும்; பெண்களின் ரோகங்களையும், கர்ப்பாசயம், ஆண்குறி, பெண்குறி, குளிர்ச்சி, கொழுமை இவைகளைப்பற்றிய ரோகங்களையும் நிவ்ருத்தி செய்யும்; சுக்லம், நிணம், தசை இவைகளைப் போஷிப்பிக்கும்.

ஆறாவது:—சந்திரனுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட பதார்த்தங்கள்: தடித்த இலை, வெண்மை, சுவையில்லாமை, மிருது, வழுவழுப்பு, சாறுள்ள தன்மை இவைகளையுடையதாயும், ஈர பூமியிலும், ஜலத்திலுமுண்டாகிறதாயும் இருக்கிற பதார்த்தங்களாகும். இவை பிடரி, கை, கண் முதலிய அவயவங்களிலுண்டாகும் பிணிகளைப் போக்கும்.

ஏழாவது:—புதனுக்கு ஸம்பந்தமான பதார்த்தங்கள்: லேசத்வம், அணுத்வம், கலந்த சுவை, கலந்த நிறம், கருமை கலந்த மஞ்சள், புகை நிறம் இவைகளையுடையதாயும், மணற்பாங்கான பூமியிலுண்டாகிறதாயுமிருக்கிற பதார்த்தங்களாம். இவை நா, கண், மூக்கு இவைகளைப்பற்றிய ரோகங்களை யொழிக்கும். நரம்புகளுக்கு வலிவைக் கொடுக்கும்.

ஆனால் பதார்த்தங்களுக்குத் தக்கதாக இரத்தமும், இரத்தகுணத்திற்குத் தக்கதாக அறிவு-ஆயுள்-ஆரோக்கியம் - ஸந்தானம் முதலியவைகளும் உண்டாகுமென்று வைத்திய சாஸ்திரம் கூறுகின்றமையால், ஸப்தக் கிரஹங்களின் ஸம்பந்தத்தினால் உற்பத்தியான பதார்த்தங்களிற் சிற்சில பதார்த்தங்களின் சேறுகுணம், யோகம் அல்லது முறை, அற்புதப் பிரயோகம், தனிக்குணம், கூட்டுக்குணம், ஆஹாரபதார்த்தங்களின் ஐவகைக் குணங்கள், ஔஷதபதார்த்தங்களின் அறுவகைக் குணங்கள் என்னும் இவற்றையும் இப்பத்திரிகையின் வாயிலாகச் சுருக்கமாய் வெளியிடுவேன்.

DANGER OF NEGLIGENCE OF SLIGHT WOUNDS.

சிறிய காயங்களை அலக்ஷியம் செய்வதால் உண்டாகும் அபாயம்.

BY S. RAJAGOPALAN,
Ayurvedic Physician.

நமது ஜனங்கள், ஸாதாரணமாக ஒரு காயம் பட்டால் அதன்மேல் — இரத்தக்கசிவைத் தடுப்பதற்காக—சிறிது மண்ணையோ அது போன்ற வேறு அழுக்கு வஸ்துவையோ தூவி விட்டு, அதை அலக்ஷியமாக நினைத்து தமது காரியத்தைச் செய்வது வழக்கம். அவ்விதம் செய்வது அநேகமாய் அபாயகரமாகுமென்பதை விளக்குவதற்காக இவ்விஷயத்தை நான் எழுதுகிறேன். சிறிய காயங்கள், முக்கியமாய் அவை கை கால்களில் ஸம்பவித்திருந்தால், வ்ரண ஸந்நிபாதம் (tetanus) என்னும் ஒருவித தீய நிலைமையைக் காலவளவில் உண்டுபண்ணும். வ்ரணஸந்நிபாதத்திற்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்கள் ஆகாயத்திற் பறக்கும் தும்புகளிலும், பூமியின்மீதும், ஜலத்தினடியிலிருக்கும் மண்ணிலும் பக்குவதசையிலுள்ள வித்துகளின் நிலைமையில் உலகெங்கும் வியாபித்திருக்கின்றன. நிலத்தின்மீது இவை திரள் திரளாகக் காணப்படுகின்றன. இவை வியாபித்துள்ள நிலங்களும், மற்றப் பிரதேசங்களும் அப்போதைக்கப்போது துன்பம் விளைவிக்கக்கூடிய இவ்வித்துகளின் மூலமாய் வ்ரணஸந்நிபாதத்தைப் பிராணிகளிடம் பற்றவைக்கின்றன. இவ்வித்துகளுக்கு வீதிகளில் ஆங்காங்கு சேர்ந்துள்ள குப்பைகளும், நிலங்களிற் குவிக்கப்பட்டுள்ள எருக்களும் மிகவும் முக்கியமான உறைவிடங்களாயிருக்கின்றன. தரையில் பரவியுள்ள தும்புகளிலும், சுவர்களில் தங்கியிருக்கும் புழுதிகளிலும் இவ்வித்துகளை ஸாதாரணமாய் ஒரு பூதக்கண்ணாடியின் மூலமாய்க் காணலாம். ஒவ்வொரு தும்பு தூசும் வ்ரணஸந்நிபாதத்திற்குக் காரணமான வித்துகள் எங்கும் பறந்தோடுவதற்கு அநுகூலமான வாஹனங்களைப் போல் இருக்கின்றன; தும்பு தூசுகள் பறந்து ஆங்காங்கு வியாபிக்கும்போது, அவற்றின் மீது ஸம்பந்தித்த இந்த வித்துகளும் அத்தும்புகளுடன் செடி கொடிகளிலும், சாகங்களிலும், கனிகளிலும் சேர்ந்துவிடக் கூடும்.

இவ்வித்துகள் உலகில் எங்கும் இவ்வளவு விரிவாகப் பரவக்கூடியனவாயிருந்தும், காயம் முதலிய சிதைவுகளுக்கு உட்படாத மனிதர்களுடைய தேஹத்திற் பரவினாலும், எவ்வித தீங்கையும் ஸாதாரணமாய் உண்டுபண்ணுவதில்லை. ஆனால் மனிதருடைய தேஹத்தில் தங்கியிருக்கும்போது, அவர்களுடைய உடம்பிலுண்டாகும் அல்லது சேர்ந்துவரும் பலவிதமான அழுக்குகள் அவை விருத்தியாவதற்கு மிகவும் அநுகூலமானவையாயிருக்கும். தினந்தோறும் தகுந்தவாறு ஸ்நானம் செய்யாதவருடைய தேஹத்தில் இவ்வித்துகளும், வேறு நுண்ணுயிர்களும் அளவற்றவையாகச் சேர்ந்து செழித்திருக்குமென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை.

சஸ்திரசிகித்ஸைக்கு அங்கமான க்ருமிஹரம் தோஷஹரம் (antiseptic) என்கிற ப்ரயோகங்களால் இவ்வித்துகள் அழிந்துபோகக்கூடியவை. லிஸ்டர் என்னும் சாஸ்திரநிபுணர் ஆண்டி ஸெப்டிக் என்னும் தோஷஹரமான சல்ய சிகித்ஸாமுறையை வழக்கத்துக்குக் கொண்டுவந்ததுமுதல் இந்த நுண்ணுயிர்களின் பிரபாவம் குறைந்துவருவதாக மேனாட்டு வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். தீக்ஷ்ணவீர்யமுள்ள தோஷஹர வஸ்துக்களைக் கல்மஷமான ப்ரதேசங்களிலும், வ்ரணம் முதலியவற்றிலும் ப்ரயோகிப்பதால் இவ்வித்துகள் அழிக்கப்படுவதுடன், இவை விருத்தியாகாமல் தடுக்கப்படுவதாகவும் கருதுகிறார்கள்.

சஸ்திரசிகித்ஸை செய்யப்படுகையில், ஸாதாரணமாக சஸ்திர ப்ரயோகத்தினால் ஏற்படும் ரணம் முதலியவற்றை க்ருமிஹரமான வஸ்துக்களின் ஸம்பந்தத்தினால் வெகு சுத்தமாக வைத்துக்கொள்வதில் நமது ஜனங்கள்

கவனம் செலுத்துவது வாஸ்தவமாயினும், சிறிய காயங்கள் படும்பொழுது அவற்றைச் சுத்தமாகவைத்து ஆற்றுவதில் ரொம்பவும் அஜாக்கிரதையாக இருப்பது வழக்கம். வ்ரண ஸந்நிபாதத்தை யுண்டுபண்ணும் நுண்ணிய வித்துகள் அச்சிறு காயங்களில் ஸம்பந்திப்பது வெகு எளிது என்பதையும், க்ருமிஹரமான அல்லது தோஷஹரமான சிகித்ஸைகளால் நுண்ணுயிர்களை, அல்லது நுண்ணிய அவ்வித்துகளை அந்த வ்ரணங்களில் ஸம்பந்திக்காதபடி தடுப்பதற்கு முன் ஜாக்கிரதை யெடுத்துக்கொள்ளாதது தீமைக்கு இடமாகுமென்பதையும் ஜனங்கள் நன்கு உணர்ந்தவரல்லர். வெகு ஸாதாரணமான சிறிய காயமென்று அலக்ஷியம் செய்யப்பட்ட வ்ரணமே முற்கூறிய வித்துகளின் ஸம்பந்தத்தைப் பெற்று, அவ்வித்துகள் நுண்ணுயிர்களாக வளர வளர வ்ரண ஸந்நிபாதம் என்னும் வியாதியாக முதிர்ந்து விடுகிறது.

வ்ரண ஸந்நிபாதம் என்னும் இத்தீமை ஸம்பவிக்காமல் காத்துக்கொள்ள வேண்டுமானால், ஒவ்வொரு காயத்தையும்—அது எவ்வளவு சிறியதாயிருந்தபோதிலும் — க்ருமிஹரமான திராவகங்களால் நன்றாகக் கழுவி, அப்பால் இவ்விரணம் கெடுவதற்குக் காரணமான வித்துகள் ஸம்பந்திக்காமலும், ஸம்பந்தித்தால் அவை அழிந்துவிடவும் தகுந்தவாறு சுத்தமாக வைத்துக் காக்கவேண்டும்.

பரிசுத்தமாயிருத்தலென்பது மிகவும் பிரதானமான விஷயம். ஜலத்தை வடிக்கட்டி நன்றாகக் கொதிக்க வைத்தால், அதில் ஏதேனும் நுண்ணுயிர்கள் இருந்தால் அவை முற்றிலும் அழிந்துவிடும்; அவ்விதம் கொதிக்க வைத்த ஜலத்தையே புண்களைக் கழுவுவதற்கு உபயோகிக்கவேண்டும். காயத்தின்மேல் கட்டுவதற்கு ஒரு முறை உபயோகித்த துணி முதலியவைகளை நன்றாகக் கழுவி, அவற்றைக் கொதிநீரில் போட்டு சிறிது நேரம் மூடி வைத்துச் சுத்தம் செய்தபிறகே, அவற்றை மீண்டும் உபயோகிக்கலாம். மிகவும் சிறிய காயத்தில் உடனே சிறிதளவு கொய்னைவைச் சேர்த்து அழுத்திவிட்டால், அதுவே நன்கு க்ருமிஹரமாக இருக்கும்.

ஏதேனும் முள்ளாவது, ஆணியாவது, அல்லது வேறு அவ்வித வஸ்துவாவது தாக்கியதால் சர்மமும் தசைநாரும் கிழிந்துண்டான பெரிய காயங்களில் தகுந்த வைத்தியரைக் கொண்டு உடனே சிகித்ஸை செய்விக்க வேண்டும். இவ்வித ரணங்களில் வெகு ஆழமான உட்பிரதேசம் முதல் மேலே சர்மம் வரையில் க்ருமிஹரமும் தோஷஹரமுமான ஔஷதச் சரக்குகளைச் செலுத்தி, அதன்மேல் தகுந்த கட்டுகள் கட்டுவதற்கும், அதிகமாக இரத்தம் நிற்காமல் வெளிவந்தால் அதைத் தடுக்கவும் கைதேர்ந்த வைத்தியராலன்றி மற்றவராலாகா.

[டிடானஸ் என்னும் வ்ரண ஸந்நிபாதம் என்பது ஸாதாரண காயத்தில் டிடானஸ் ஸ்போர்ஸ் என்னும் ஸூக்ஷ்மமான விஷகுணமுள்ள வித்துகள் ஸம்பந்தித்து அவை நுண்ணுயிர்களாக வளர்வதால் ஸம்பவிக்கின்றது. இதில் காயம்பட்ட பாகத்தில் வீக்கமும் வலியும் அதிகரிப்பதுடன், கிரமமாக தேஹத்தில் திமிரும், அநேக பாகங்களில் இசிவும், சிறிது ஜ்வரக்குறியும் ஏற்பட்டு, பிறகு ஸந்நிபாதமென்னும் ஜன்னிக் குறிகளெல்லாம் உண்டாகக் கூடும். முடிவில் இதுவே ரணஜன்னியென்று ஸாதாரணமாய் வழங்கப்படுகிறது.—ப-ர்.]

THE USE OF THE THERMOMETER.

தெர்மாமீடரை உபயோகிக்கும் வகை.

By. M. S. Aiyangar,
Medical Practitioner.

வைத்தியர்கள் மாத்திரமல்ல, மற்ற ஏனையோருமே தெர்மாமீடர் என்னும் உஷ்ணமானியைக்கொண்டு உடற்சூட்டை அளக்கவும், எப்பொழுதும் துடித்துக் கொண்டிருக்கும் நாடி நடையை எண்ணவும், ச்வாஸங்களின் அளவைக் குறிப்பிடவும் அவச்யம் அறிந்திருக்கவேண்டும். உஷ்ணத்தை அளந்தெடுப்பதற்கென்று க்ளினிகல் தெர்மாமீடரென்று வழங்கப்படும் உஷ்ணமானிக் கருவியை வாங்கி உபயோகிக்கலாம். அதில் முதல்தரமாயிருக்கும் கருவி அரை நிமிஷத்தில் உடற்சூட்டை அளந்தறியக் கூடியதாயிருக்கும்; வேறு சில இரண்டு நிமிஷத்திலும், மற்றும் சில ஐந்து நிமிஷத்திலும் உஷ்ண அளவை அறிவிக்கக்கூடியதாயிருக்கின்றன. க்ளினிகல் தெர்மாமீடர்களில் 95-வது டிக்ரியிலிருந்து 110-வது டிக்ரிவரையில் ஒவ்வொரு ஐந்தாவது டிக்ரியும் (95—100—105—110 இவ்வாறு) எண்களால் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும். ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள சரீரத்தின் உஷ்ணத்தைக் குறிப்பிடும்பொருட்டு 98-வது டிக்ரிக்குமேல் 5-வது பாயண்டில் அம்பு முனை போன்ற ஓர் அடையாளம் அக்கருவியில் அமைக்கப்பட்டிருக்கும். மிகச் சிறந்த தெர்மாமீடர் சிலவற்றில் ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள உஷ்ணத்தைக் குறிக்கும் பாகத்திற்கு மேலுள்ள எல்லாக் குறிப்புகளும் சிவப்பு நிறத்தில் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கும். சிறந்த தெர்மாமீடர் அதனுள்ளிருக்கும் பாதரஸத்தின் மெல்லிய தாரையைப் பெரிதாக்கி, அக்கோடு நிற்குமிடத்தை நன்றாகப் படித்தறிய ஸௌகர்யமானதாயிருக்கும்.

தெர்மாமீடரைக் கையாளுவதில் கவனம் செலுத்தவேண்டிய முறை.

க்ளினிகல்தெர்மாமீடர் என்பது வெகு எளிதாக உடைந்துவிடக்கூடிய மெல்லிய கண்ணாடிக் கருவியாகையால், அதை எடுத்துக் கையாளும்போது எப்பொழுதுமே மிகவும் ஜாக்கிரதையாக அதில் கவனம் செலுத்தவேண்டியது அவசியம். அதை உபயோகித்தவுடனே கட்டா-பெர்ச்சா என்னும் இறுகிய ஒருவித மரச்சாற்றால் அல்லது ஏதேனும் லோஹத்தினால் செய்யப்பட்ட சிறிய குழலில் போட்டுவைத்துக் கொள்ளவேண்டும். மேலும் இக்கருவியை அடிக்கடி அநேகம் பிணியாளிகளுக்கு உபயோகிக்கவேண்டியிருக்குமாகையால், இதன்மூலமாய் ஒருவருடைய தேஹத்திலுள்ள தோஷம் மற்றவருக்கு ஸம்பந்திக்காதவண்ணம் இதை முற்றிலும் சுத்தமாக வைத்துக்கொண்டிருப்பதில் அதிக கவனம் செலுத்தவேண்டியிருக்கிறது. இதை ஒரு ரோகிக்கு உபயோகித்த பிறகு நன்றாகக் கழுவி தோஷஹரமான (disinfecting) பதார்த்தங்களால் சுத்தி செய்யவேண்டும்; இக்கருவியை சல்யதந்திரமுறைப்படி (surgically) திருப்திகரமாகச் சுத்தம் செய்யாமல் மறுபடியும் குழலிற் போடக்கூடாது. ஒரு வியாதிக்ரஸ்தனுக்கு உபயோகித்த தெர்மாமீடரை சிறிது ஜலத்தையும் சவர்க்காரம் அல்லது ஸோப்பையும்போட்டுக் கழுவுவதுமட்டும் போதுமென்று நினைக்கலாகாது. முதலில் ஸாதாரணமாய் சவர்க்காரத்தையும் ஜலத்தையும் சேர்த்துக் கழுவியபிறகு, ஆல்கொஹால் என்னும் சாராயம் கலந்த நீராவது, சாராயம் ஈதர் என்னும் இரண்டும் ஸம அளவாகக் கலந்த திரவமாவது தெர்மாமீடரில் பற்றியுள்ள தோஷங்களைப் போக்குவதற்கேற்ற சிறந்த கழுவு நீராகும். கார்பாலிக் அமிலம், ஈஸால் (Izal,) ஜேயிஸ் ப்ளுயிட் (Jeye's Fluid) என்னும் திரவம் இவைகளில் ஏதேனுமொன்று கலந்துள்ள நீரும் அவ்வாறே இதற்கு உபயோகப்படும். பிறகு அக்கருவியைச் சுத்த

மான வஸ்திரத்தினால் துடைத்து, மறுபடியும் உபயோகிப்பதற்கு ஸித்தமாயிருக்கும்படி அதைத் தாழ்த்திக் குலுக்கி, அதன் குழலில் போட்டுவைத்து விடவும்.

உடற்சூட்டை அளத்தல்.

எவ்வெப்பொழுது ஒரு குழந்தையோ அல்லது வயதுசென்ற பிறரோ சிறிது சென்னிறமாக முகம்பருத்தோ, உடற்சூடு அதிகரித்தோ, அல்லது வேறு ஏதேனும் ஆரோக்கியக் குறைவுக்கு உட்பட்டோ இருப்பதாகக் காணப்பட்டால், உடனே உடற்சூட்டை அளந்தறிவதும், நாடி நடையை நுட்பமாகக் கவனித்து எண்ணுவதும், மூச்சுகளின் எண்ணிக்கையைத் தெரிந்துகொள்வதும் தேஹத்தைக் காப்பதற்கேற்ற முன் ஜாக்கிரதைக்கான முதற் காரியங்களாம். அந்தந்த வியாதிக்குத் தகுந்தவாறு நாடி நடை பலவிதமாக மாறுதலடையுமாதலால், அவ்வித நுட்பமான விஷயங்களை அறிய அனுபவமுள்ள வைத்தியர்களைத் தவிர மற்றவர் அதிகாரிகளாகமாட்டார்; என்றாலும் இதில் ஒரு விஷயம்மட்டும் அனைவராலும் பொதுவாக அறியக் கூடியதாயுண்டு; அதாவது, ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள ஒரு மனிதனுடைய நாடியைப் பிடித்துப் பார்த்தால், அது ஒரு நிமிஷத்திற்கு 72-முறை வீதம் அடித்துக்கொள்ளும்; ச்வாஸமும் (மூச்சுவிடுதல் வாங்குதல் என்னும் இவ்விரண்டும் சேர்ந்து ஒரு ச்வாஸம் எனப்படுகிறது), நிமிஷத்திற்கு 14 முதல் 16 தடவைவரையில் ஸாதாரணமாய் விடப்படும். ஜ்வரம் முதலிய வியாதியினால் ஒருவன் பீடிக்கப்படும்பொழுது ச்வாஸத்தினுடையவும் நாடியினுடையவும் இவ்வெண்ணிக்கைகள் நிலைமைக்குத் தகுந்தவாறு அதிகமாவதும், வேறு சில ரோகங்களில் அரிதாகச் சிறிது குறைவதும் உண்டு. ஜ்வரமாவது வேறு ரோகமாவது ஸம்பவித்தபோது, ஒரு தினத்தில் குறைந்தது மூன்று முறையாவது உடற்சூட்டை அளந்தறிவது அவசியமாம்; காலை 7 மணியிலும், பகல் 1 மணியிலும், மாலை 7 மணியிலும் இவ்வாறு அளப்பது நலம். ஆஹாரம் புஜித்த உடனேயாவது, குளிர்ந்த அல்லது உஷ்ணமான ஏதேனும் பானத்தைப் பருகிய தக்ஷணமேயாவது தேஹச்சூட்டை அளப்பது பிசகு; அப்பொழுது தேஹச்சூடு எவருக்குமே ஒருவாறு இயற்கையினும் மாறுதலடைவது ஸஹஜமாகையால், அந்நிலைமையில் எடுக்கப்படும் உஷ்ண அளவு திட்டமானதென்று நிச்சயிக்கக் கூடியதல்ல. ஸௌகர்யமிருந்தால் ஆஹாரம் புஜிப்பதற்கு முன்பாக உஷ்ணத்தை அளப்பது நலம். நடந்துவரும் வழக்கத்தையும் ஸௌகர்யத்தையும் கவனிக்கையில், தெர்மாமீடரை நாக்குக்குக் கீழே வைத்து உஷ்ணத்தை அளப்பதே சிறந்த முறை; அக்குளில் வைத்துப் பார்ப்பதால் வாயில் பரீக்ஷிப்பதைவிட உஷ்ணம் ஒரு டிக்ரி குறைவாகவும், குதத்திற்குள் வைத்துப் பரீக்ஷித்தால் வாயைவிட ஒரு டிக்ரி அதிகமாகவும் காணப்படும். குதத்தில் வைத்துப்பரீக்ஷிப்பதற்கேற்றவாறு ப்ரத்யேகமாக ஒருமாதிரி தெர்மாமீடர் தயார் செய்யப்படுவதுண்டு.

தெர்மாமீடரை வாயிலோ அல்லது வேறு அவயவத்திலோ வைத்துப் பரீக்ஷிப்பதற்கு முன், அதனுள் பாதரஸ்தாரை 95-வது அல்லது 96-வது இலக்கத்திற்கு மேலே வராமல் இருக்கிறதா வென்பதை முதலில் கவனிக்க வேண்டும். பிறகு ஒரு கோப்பையிலுள்ள பரிசுத்தமான ஜலத்தில் அதைத் தோய்த்தெடுத்து, பிணியாளியின் நாக்குக்கு அடியில் ஆழ்த்திவைக்கவும்; அப்பொழுது பற்களை ஒன்றோடொன்றுச் சேர்க்காமல் உதடுகளை மட்டும் மூடிக்கொள்ளும்படி ரோகியினிடம் சொல்லவும். தெர்மாமீடரின் முனை 1½-அல்லது 2 அங்குலம் வரையில் வாய்க்குள் அமர்ந்திருத்தல் அவசியம். உம்முடைய தெர்மாமீடர் ½ நிமிஷத்தில் உஷ்ணத்தை அளக்கக் கூடியதென்று குறிப்பிட்டிருந்தால், அதை 40 ஸெகண்டுவரையில் வாயில் வைத்திருக்கவேண்டும்; அது 2-நிமிஷத்தில் உஷ்ணத்தை அளக்கக் கூடியதானால் 3-நிமிஷ பர்யந்தமும், 5-நிமிஷமானால் 6 அல்லது 7 நிமிஷ பர்யந்தமும்

வைத்தெடுப்பது உத்தமம்; அப்பொழுது தான் திட்டமாக உஷ்ணத்தின் அளவு இது தான் என்று நன்றாக நிச்சயிக்கலாம். கூடுமானால் ஒரு தெர்மாமீடரால் பரீக்ஷித்தபின்பு மற்றொரு தெர்மாமீடராலும் பரீக்ஷிப்பது நலம். இரண்டும் ஒரே அளவைக் குறிப்பிட்டால் அது அப்பரீக்ஷையில் இன்னும் நிச்சய புத்தியைத் தரக்கூடியதாயிருக்கும். தெர்மாமீடரை வாயிலிருந்து எடுத்தபிறகு பாதரஸரேகையின் முனை எந்த எண்ணிக்கையில் அல்லது எந்த பாயண்டில் ஏறி நிற்கிறதென்று கவனத்துடன் பார்த்து, அப்பொழுதுள்ள தேஹச் சூட்டின் அளவை ஒரு காகிதத்தில் உடனே குறித்துவைத்துக்கொள்ளவும். இதற்கென்று ஒரு காகிதத்தை எடுத்து அதில் பிணியாளியின் பெயரையும், தேதியையும் எழுதுவதுடன், எந்தெந்த நேரத்தில் உஷ்ணத்தின் அளவுகள் குறிக்கப்படுகின்றனவோ, அந்தந்த நேரங்களையும் குறிப்பிட்டு எழுதிவைப்பது உபயோககரமாயிருக்கும். வைத்தியனாகவோ தாதியாகவோ இல்லாத ஒருவர், தெர்மாமீடரை உபயோகித்து உஷ்ணம் எவ்வளவு டிக்ரி ஏறியிருக்கிறதென்பதைப் பார்க்கும்போது, அக்கருவியிலுள்ள இலக்கங்களையும் சிறிய கோடுகளையும் குறிப்பிட்டுப் படிப்பதில் வெகு எளிதாகத் தவறி விடக்கூடும்; ஆகையால் பிணியாளிக்கு உபயோகித்த பிறகு தெர்மாமீடரை ஒரு தடவைக்கு இரண்டு மூன்று தடவையாகக் கவனித்துப் பார்த்து உஷ்ண அளவைக் குறிப்பிடுவது நன்று. பிறகு தோஷஹரமான திரவங்களாலும் ஜலத்தினாலும் முற்கூறியவாறு தெர்மாமீடரைக் கழுவி, 95-வது டிக்ரிக்கு அடியில் பாதரஸதாரைவரும்படி அதைக் குலுக்கி, அதனுடைய குழலில் போட்டு வைத்துவிடவும். இவ்வாறு டாக்டர் ஏ. பி. ஓல்ஸன், எம். டி. என்பவர் எழுதிய வியாஸத்தை வைத்திய கலாநிதியைப் படிப்பவரின் நன்மைக்காக மொழிபெயர்த்துப் பிரசுரிக்கலானேன்.

CARE OF THE TEETH.*

பற்களைப் பாதுகாத்தல்.

By J. J. BELL, M. D.

நாகரிகமாக வாழும் ஜனங்களில் நடுப்பிராயத்திலுள்ளவர்கள் எல்லாப் பற்களையும் சுத்தமாகவும் எவ்விதத்திலும் சிறிதும் சிதைவுறாமலும் வைத்திருப்பதைக் காண்பது ஒருவாறு அரிது. இப்பொழுது புதிதாக நாகரிகத்தில் புரோவ்ருத்தியடைந்துவரும் ஜனங்களிடத்தில் பற்கள் பலவாறு பழுதாயிருப்பதை முக்கியமாகக் காணலாம்.

ஒரு பல்லைப்பற்றிய விஷயங்களைப் படித்துப் பரிசோதிக்கும்போது, அப்பல்லின் உட்புறத்தில் இரத்தக்குழாய்களும், உணர்ச்சி நரம்புகளும் அடங்கிய ஒரு சிறிய குழியிருப்பதைப் பார்க்கலாம். இக்குழிக்குச் சுற்றிலும் எல்லாப்புறத்திலும் தந்தம் (dentine) என்கிற கடினமான ஒருவித வஸ்து அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது; அவ் வஸ்து பெரும்பாலும் அதன் அமைப்பில் எலும்பை ஒத்திருக்கின்றது. தந்தமென்னும் வஸ்துவின் மேல் பாகத்தில், ஈறுக்கு வெளியில் தெரியும் பல்லின் முனைமுடியவும் ஒருவிதமான பளிங்கால் சூழப்பட்டிருக்கிறது; இப்பளிங்கு தேஹத்திலுள்ள எல்லாத் தாதுக்களையும்விட மிகவும் கடினமானது; பற்களுடைய சிகரமெல்லாம் இப்பளிங்கால் ஆக்கப்பட்டிருப்பதாலேயே பற்கள் அவ்வளவு கடினமாகக் காணப்படுகின்றன; இப்பளிங்குக்கு ஆங்கிலத்தில் எனமெல் எனப் பெயர். தந்தத்தின் அடிப்புறம் எலும்பைப்போன்ற ஒருவித சுண்ணத்தினால் சூழப்பட்டிருக்கும். உள்ளே புதைந்திருக்கும் இந்த அடிப்புறமே பல்லுக்கு வேராக அமைந்திருக்கிறது. பற்களைப் போஷிப்பதற்கு இரத்தக் குழாய்களும், அவற்றிற்கு உணர்ச்சி யுண்டுபண்ணுவதற்கு நரம்புகளும் இவ்வேரின் அடிப்புறத்திலுள்ள நுட்பமான துளைகளின் மூலமாய் தந்தக் குழிக்குள் பிரவேசித்திருக்கின்றன.

* Reproduced and translated from "Good Health."

பற்களைப் பாதுகாத்தல் என்பது, அவற்றிற்குப் போஷணை நன்றாகக் கொடுக்கப்பட்டுவருகிறதாவென்பதை மாத்திரம் பொருந்தியதாயிராமல், அவற்றில் எவ்வித அசுத்தமும் சேராமல் அவை முற்றிலும் நிர்மலமாயிருப்பதையும் பொருந்தி யிருக்குமென்று நீங்கள் கவனத்தில் வைக்கவேண்டும். பற்களின் அமைப்பில் கலந்துள்ள கனிஜபதார்த்தங்கள், உண்மையில் எலும்புகளிலுள்ளவைகளைப் போலவே இருக்கின்றனவென்றாலும், சுண்ணக்கரி (calcium carbonate), சுண்ணபாஸ்வரம் (calcium phosphate) என்னும் வஸ்துக்கள் வெகு விசேஷமாக இப்பற்களில் சேர்ந்திருக்கின்றன. மற்ற தாதுக்களைப் போஷிப்பதற்கேற்ற ஸத்துவங்கள் உணவுகளில் அடங்கியிருப்பது அவசியமாயிருப்பதுபோலவே, பற்களைப் போஷிப்பதற்கான சுண்ணம் முதலிய ஸத்துவங்களும் உணவுகளில் அவசியம் கலந்திருக்க வேண்டும்.

ஸாதாரணமாய் உணவாக உபயோகிக்கப்படும் இளம் மிருகங்களின் இறைச்சி முதலிய சில பதார்த்தங்களில் கால்ஷியம் என்னும் சுண்ணம் மிகவும் சொற்பம். தவிடு கலந்த கோதுமை மாவாலாகிய ரொட்டியைவிட அதில்லாத வெண் ரொட்டியிலும் சுண்ணம் மிகக் குறைவு தான். பாலும், பருப்பு அல்லது தானிய வகைகளும் சுண்ணவுப்புகள் அல்லது சுண்ணாம்பு அடங்கிய உணவுப் பொருட்களில் சிறந்தனவாம்.

வெண் ரொட்டியையும், இறைச்சியையுமே புஜித்து தேஹத்தைப் போஷித்து வருபவர், தமது பற்களில் உண்டாய்வரும் பௌதிகமான சிதைவுகளை (chemical waste) அப்போதைக்கப்போது சரிப்படுத்த அல்லது அவற்றின் போஷணைக்கு இன்றியமையாத வஸ்துக்களை அவற்றிற்கு ஊட்ட முடியாதவர்களாகிறார்கள். மாம்ஸங்களைத் தின்றுப் பிழைக்கும் ஜந்துக்கள் இடைவிடாமல் இறைச்சியையே உபயோகிப்பதுடன், எலும்புகளையும் தின்பதால் அவற்றின் பற்கள் வன்மை பெற்று நல்ல நிலைமையிலிருக்கின்றன. அநேகம் ஜனங்கள் சிறிது நேரம் மென்றுவிழுங்கவேண்டிய கடினமான உணவுப் பொருட்களை விலக்கிவிட்டு, சீக்கிரம் கரைந்து விடக்கூடிய மெதுவான உணவுகளையே உபயோகிப்பது வழக்கம். இவ்விதம் செய்வதால், பற்களுடைய வேலை மிகவும் குறைந்துபோய், அவை காலக்ரமத்தில் பலங்குன்றியவையாய் விடுகின்றன; பற்கள் தினந்தோறும் அவற்றிற்கு இயல்பான வேலையைச் சிறிதேனும் செய்து வந்தாலே யொழிய, கேவலம் போஷணை வஸ்துக்களால் மட்டும் பலம் பெறமாட்டா. இது மாத்திரமல்ல, தேஹத்தில் எந்த அவயவங்களாகட்டும், அதனதன் வேலையைச் செய்து வருவதில் தினந்தோறும் உபயோகப்படாவிட்டால், அவை அவற்றின் சக்தியை விசேஷமாக இழந்து விடவேண்டி நேரிடுவதுடன், அதிகமாகச் சிதைவுற்று வீணிற் கெட்டுப் போவதும் இயல்பு. சுருசுருப்பாக வேலை செய்யும் ஒரு தசைநார் (muscle), வேலை செய்யாமல் அமைதியாயிருக்கும் தசைநாரைவிட இருமடங்கு இரத்தத்தைக் கிரஹித்து உபயோகித்துக்கொள்ளும்; இவ்விஷயம் பற்களுக்கும், அவற்றிற்கு ஆதாரமான ஈறுகளுக்கும்கூட ஏன் பொருத்தமா யிருக்கமாட்டாது? பற்களும், ஈறும் புஷ்டியடைந்து பலம்பெற வேண்டுமானால், கால்ஷியம் என்னும் சுண்ணமடங்கிய வஸ்துக்களை வேண்டியவளவு புஜிப்பதுடன், உணவுப்பொருட்கள் கடித்து மெல்லக்கூடிய வகையில் இருக்கும்படியும் கவனிப்பது அவசியமாகும்.

மேட்டுப்பாங்கான பூமியில் வஸித்துவரும் ஸ்காட்சு-மனிதர்கள் கடினமான 'ஓட்-கேக்' என்னும் பணியாரத்தையே உணவாக உபயோகித்து ஜீவித்துவருகின்றனர்; ஸ்காண்டிநேவி என்னும் தேசத்து ஜனங்களில் அநேகர் புளிக்க வைக்காத மாவாலாகிய கெட்டியான

ரொட்டிகளையே (unfermented breads) புஜித்து வருகின்றனர்; இந்த ஜனங்களெல்லோரும் மிகவும் பரிசுத்தமான உரத்த அழகிய பற்கள் உடையவரென்று மிகப் பெயர் பெற்றவர்கள். எழுபது அல்லது எண்பது வயதான கிழவர்களிற்கூட பலருக்கு எல்லாப் பற்களும் சிறிதும் பழுதாகாமல் வரிசையாக நல்ல நிலைமையில் இருப்பதை அவர்களிடம் காணலாம்.

தினந்தோறும் காலையில் ஒருமுறையும் மாலையில் ஒருமுறையும் பற்களை அதிக காரமில்லாத ஏதேனும் சவர்க்காரத்தையாவது, ப்ரெஞ்சு சாக்கென்னும் ஒருவித சீமைச் சுண்ணாம்பையாவது உபயோகித்து நன்றாகக் கழுவுவது நலம். போஜனத்திற்குப் பிறகு ஒவ்வொரு வேளையும் உணவுப் பொருட்களின் துணுக்கைகள் பற்களின் இடுக்குகளில் தங்கிவிடாமலிருக்குமாறு வாயைக் கொப்புளித்துக் கழுவ வேண்டும்.

ஏதேனும் ஒன்று அல்லது சில பற்கள் ஏதாவது ஒரு விதத்தில் கெடுவதாகத் தோன்றியவுடனே, பல் வைத்தியத்திற் கைதேர்ந்த ஒரு சிகித்ஸகரிடம் சென்று, அக்கோளாறின் தன்மையை யறிந்து, அதற்கேற்ற பரிஹாரத்தை உடனே செய்து கொள்ளாவிட்டால், நாளடைவில் அப்பல் முற்றிலும் பழுதாகப்போவதுடன், பக்கத்துப் பற்களுக்கும் அவ்வித கெடுதியை உற்பத்திசெய்து, கிரமமாக அநேகம் பற்களையும் பாழாக்கி விடுமென்பது நிச்சயம்; அதனால் பலவித ஆஹாரங்களை யுண்பதற்கு இயலாமற் போவதுமல்லாமல், தலைவலி, காதுவலி முதலிய ஸஹிக்கக்கூடாத அநேகம் துன்பங்களையும் அனுபவிக்கவேண்டி நேரிடும்.

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸவருஷ ஆனிமீ.

A TUBERCULOSIS SANITARIUM AT MADANAPALLE.

மதனபல்லியில் க்ஷயரோகிகளுக்கு ஓர் ஆரோக்கியசாலை.

ஆஸ்பத்ரி அல்லது வைத்தியசாலையைப்போலன்றி, சில பிணியாளிகள் தமது வியாதியை நிவாரணம் செய்துகொள்வதற்காக இயற்கை நிலைமைகளை அனுஸரித்து—அவசியமானால் ஏதேனும் சிறிது ஔஷதங்களையும்உபயோகித்துக்கொண்டு, ஸகல ஸௌகரியங்களுடன் சில காலம் ஸௌக்கியமாய் வஸிப்பதற்கு ஏற்றவாறு சுகாதாரமுறைப்படி நிர்மாணம் செய்த கிருஹமே இங்கு 'ஆரோக்கியசாலை' எனப்படுகின்றது. இந்தியாவில் க்ஷயம் முதலியதைப் போன்ற அபாயகரமான அநேகம் வியாதிகள் விசேஷமாய் விருத்தியாய்க் கொண்டிருந்தும், அவ்வியாதிகளைப் போக்குவதற்கும் தடுப்பதற்கும் அவசியமான உபாயங்கள் இத்தேசத்தில் கையாளப்பட வேண்டுமென்பது இன்றியமையாத காரியமாயிருந்தும், இத்தேசம், இவ்வித வியாதிகளால் அதிகமாய் வருந்தாத மற்ற நாடுகளைவிட எவ்வகையிலும் பிற்போக்குடையதாயிருக்கின்றது. இங்கிலாண்டு முதலிய இதர நாடுகளில் ஸானடோரியம் என்னும் ஆரோக்கியசாலைகள் அளவற்றவை உண்டு. இந்தியாவில் அவை மிகச் சொற்பமாயிருப்பதால் ஏதேனும் ஓரிடத்தில் அவ்வித சாலையொன்று ஸ்தாபிக்கப்படும்பொழுது, அதை நாம் மிகவும் மனக்களிப்புடன் பாராட்டக் கூடியவராயிருக்கிறோம். இம்மாதம் 19உ மதனபல்லியில் க்ஷயரோகிகளுக்காகக் கட்டப்பெற்ற ஆரோக்கியசாலையொன்று கனம் கவர்னர் அவர்களால் திறந்து வைக்கப்பட்டது. அது யூனியன் மிஷன் என்னும் ஸங்கத்தாரால் ஸ்தாபிக்கப்

பட்டதாகும். இந்த ஸ்தாபனம் ஏற்கனவே இரண்டு வருஷத்திற்குமுன் ஏற்படுத்தப்பட்டு, அதில் காரியமும் அதுமுதல் நடந்து வருகின்றதாயினும், இப்பொழுது கவர்னர் அவர்களை முதன்முதல் வரவேற்பதற்காக அவ்வாறு ஆரோக்கியசாலையைத் திறந்துவைக்கும் உத்ஸவம் பெருமையின் பொருட்டு நிறைவேற்றப்பட்டதாம். அவர்கள் அவ்விதம் செய்தது ஒருவிதத்தில் நலமாகவே காணப்பட்டது; ஏனெனில் கவர்னர் அவர்கள் விஜயம் செய்யும்போது, இரண்டு வருஷகாலமாய் நடந்தேறிய காரியங்களை அவர்கள் நேரில் பார்த்து அதன் உபயோகத்தையும் அறிந்து ஸந்தோஷப்படும்படி யிருந்தது.

க்ஷயமென்பது மிகவும் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடிய அபாயகரமான வியாதி; அதைப் போக்குவதற்கும் முக்கியமாகத் தடுப்பதற்கும் இவ்வித ஸ்தாபனம் ஒன்று அமைக்கப்படுவது எவ்விதத்திலும் இத்தேசத்திற்கு இன்றியமையாததேயாம். க்ஷயரோகம் மிகக் கொடிய வியாதியென்றும், அது சிறியனவும் பெரியனவுமான அநேகம் பிணிகளால் பின்பற்றப் படுமாகையால் ரோகராஜன் அல்லது ராஜயக்ஷ்மா என்றும், இவ்வியாதியினால் முக்கியமாய் ச்வாஸாசயங்களும், ஸாமான்யமாய் மற்ற சரீரதாதுக்களும்காலக்ரமத்தில் சோஷிப்பிக்கப்படுவதால் இது சோஷமென்றும் ஆயுர்வேத நூல்களில் ஆயிரக்கணக்கான வருஷங்களுக்கு முன்னமே ப்ரத்யக்ஷ பரீக்ஷா முறைகளுக்கு ஏற்றவாறு இன்னும் அநேக நுட்பமான தத்துவங்களையும் உதஹரித்து விவரங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. சில வருஷங்களுக்கு முன் ப்ரொபஸ்ஸர் காச் என்பவர், இவ்வியாதி ட்யுபெர்கல் பாஸிலையென்னும் ஒருவித சிலந்தி அல்லது நுண்ணுயிர்களால் ஸம்பவிக்கிறதென்று கண்டுபிடித்ததால் இது ட்யுபெர்குலாஸிஸ் என்று வழங்கப்படுகிறதென்பதாக மேனாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் கற்றவர் கூறுவர்; இந்த நுண்ணுயிர்கள் கடுந்துன்பம் விளைவிக்கக்கூடிய வியாதிகளுக்குக் காரணமான ஸூக்ஷ்ம ஜீவராசிகளில் ஒன்றாம். இக்கிருமிகள் குறிப்பிட்டதோர் அவயவத்தைமட்டும் தாக்காமல், சரீரத்தில் எல்லா அவயவங்களையும் எல்லாத் தாதுக்களையும் தாக்கி விருத்தியாகக் கூடியவையென்றும், ஆனால் சில ஸமயம் இரண்டொரு தாதுக்கள் அல்லது அவயவங்களை மற்றவைகளைவிட அதிகமாகத் தாக்குவதுண்டென்றும் தெரிய வருகிறது; விசேஷமாக ச்வாஸாசயங்களைத் தாக்கும்போதுதான் மார்ச்சிலந்தி அல்லது உரக்ஷதமென்னும் வியாதி ஸம்பவிப்பது வழக்கம்; மேலும் எலும்புகளையும், கழுத்திலுள்ள சில கிரந்திகளையும், குடல்களையும் தாக்கி அவ்விடங்களில் க்ஷயஸம்பந்தமான கோளாறுகளை யுண்டுபண்ணும்; இக்கிருமிகள் சர்மத்தில் சேர்ந்தால் எரிப்புண் (lupus) என்னும் ஒருவித க்ஷபவ்ரணம் உண்டாகும். பொதுவாக க்ஷயரோகிகளுடைய தேஹத்தை இக்கிருமிகள் மெள்ள மெள்ள மெலியச் செய்து, அவர்கள் முற்றிலும் பலங்குன்றி இளைத்துப்போய் இறந்துவிடும் வரையில் சரீரதாதுக்களைத் தின்று அழித்துக்கொண்டு வருமென்பதே இவ்வியாதியின் முக்கியமான இலக்ஷணமாகும். இவ்வியாதி ஒருவரிடமிருந்து மற்றவரிடம் நன்கு பரவக்கூடிய ஸாங்க்ராமிக ரோகமென்றும்,இது பரவி விருத்தியாய் வரும்போது ஜனங்களுக்கு மிகக் கவலைக்கிடமான கஷ்டங்களை யுண்டாக்குகிறதென்றும் தேசத்தில் நேரிடும் மரணவிகிதங்களின் ரிபோர்டுகளின்மூலமாய் அறிகிறோம். அருவருப்பைத் தரக்கூடிய வாஸஸ்தலங்களும், வேண்டியவளவு காற்றோட்டமின்மையுமே க்ஷயரோகிகளின் தேஹநிலைமையை மிகக் கெடுப்பதற்கு ஆதாரமாயிருக்கின்றன; இவ்விரண்டு விஷயங்களும் இந்தியாவில் வெகு ஸாதாரணமாய் எங்கும் காணக்கூடியவையானதால், இத்தேசத்தில் க்ஷயரோகிகள் பெரும்பாலும் அபாயகரமான அவஸ்தையை அடைகின்றனர். ஆரம்பத்திலேயே இவ்வியாதியை ஸ்வஸ்தப்படுத்தவும்,இதைத் தடுக்கவும் வேண்டியவளவு

வெளிச்சம், சுத்தமான வாயு, நிர்மலமான உடை முதலியவற்றுடன் பரிசுத்தமான இடத்தில் வாஸம் செய்வது என்னும் இவை அவசியமானவை. இவ்விஷயங்களுக்கென்றே ஸானடோரியம் என்னும் ஆரோக்கியசாலை அமைக்கப்படுவது வழக்கம்.

மதனபல்லியிலுள்ள ஆரோக்கியசாலை ஒரு சிறிய ஸ்தாபனமாகும்; ஆனால் அது பிணியாளியின் வாஸத்திற்கு ஸௌகரியமான எல்லா உபகரணங்களுடனும் வெகு ஒழுங்காக அமைக்கப்பட்டிருப்பதுடன், அந்தந்த வேலைகளையும் கிரமமாக நிறைவேற்றுவதற்கு வேலையாட்களும் வேண்டியவளவு நியமிக்கப்பட்டிருக்கின்றனர் என்றறிகிறோம். க்ஷயரோகிகளுக்கு சிகித்ஸை செய்வதில் கருத்துள்ள வைத்தியர்கள் இவ்வியாதியினுடையவும் அதன் சிகித்ஸா க்ரமத்தினுடையவும் உண்மைகளை உணருவதற்கு மிகவும் அனுகூலமாயிருக்குமாறு க்ஷயரோக ஆராய்ச்சிவேலையும் அவ்விடத்தில் நடத்தப்பட்டுவருவது கொண்டாடக் கூடியதாகும். மிஷனரி பாதிரிமார்கள் செய்துவரும் வேலைகளின் உபயோகத்தைப்பற்றி பொதுவாக எவர்கள் ஏது கூறியபோதிலும், இந்தியாவில் படிப்புக்காகவும் வைத்தியத்திற்காகவும் அவர்கள் மிகப்பெரிய சிறந்த காரியங்களைச் செய்திருக்கின்றனர் என்பதை ஒருவரும் மறுக்க முடியாது. தேசத்தில் நூற்றுக்கணக்கான பாடசாலைகளையும், பிணியாளிகளுக்கு ஸௌகரியமுண்டாக்கக்கூடிய அநேகம் ஆஸ்பத்திரிகளையும் அமைத்து, அநேக மாண்டுகளாக உயர்ந்த காரியங்களைச் செய்துவருபவர் பாதிரிமார்களேயன்றி நமது தேசத்து கனதனவான்களல்ல. நமது தேசத்தில் இழிய ஜனங்களையும் எளிய ஜனங்களையும் ஆதரவுடன் அழைத்து, அவர்களுக்கு ஏற்ற வேலைகளைக் கொடுத்து, அவர்களை மிகக் கருணையுடன் காப்பாற்றி முன்னேற்றமடையச் செய்பவரும் பெரும்பாலும் பாதிரிமார்களேயாவர்.

டாக்டர் ஸ்கட்டெர் என்பவர் ஹிஸ் எக்ஸெலென்ஸி அவர்களுக்கு அவ்வாரோக்கிய சாலையைப்பற்றிய செலவுகளையும், மற்றும் அதில் நடந்தேறும் காரியங்களையும் எடுத்துக் கூறினார். வைத்தியங்கற்ற சில மிஷனரிகள் 1908-ம் வருஷம் முதற்கொண்டும், அதற்கு முன்பாகவும் க்ஷயரோக வியாதியுடன் போராடவேண்டியிருந்ததைச் சுட்டிக்காட்டி, ஆரோக்கியசாலையின் அருமையைப்பற்றியும் சில வார்த்தைகள் மொழிந்தார். க்ஷயரோகிகளுக்கேற்ற ஆரோக்கியசாலையை நிர்வஹிப்பது அதிக பணச்செலவால் ஆகக்கூடியதாயிருப்பதால், அவ்விஷயமே முக்கியமாய் கவனிக்கவேண்டியதாகிறது; ஆகிலும் பாதிரிமார்கள் வெகு கஷ்டப்பட்டு இச்சாலைக்காக உழைத்துவந்து, அப்பால், செலவாவதில் பாதி தொகையைக் கவர்ன்மெண்டிடமிருந்தும் பெற்று, அதன் பலனாக ஆரோக்கியசாலையை இப்பொழுது வெகு ஒழுங்காக அவர்கள் நடத்தி வருகின்றனர். இப்பொழுது இரண்டு வருஷகாலமாய் க்ஷயரோகிகளுக்கே சிகித்ஸை செய்துவருகின்றனர்; அதில் இதுவரையில் 203 பெயர்களுக்கு சிகித்ஸை செய்துவந்ததில், அவர்களில் பெரும்பான்மையோர் இவ்விடத்தில் வஸித்து ஸ்வஸ்த்தமடைந்தனர் என்பதைக் காட்டும் ரிபோர்டை கவர்னர் அவர்கள் குறிப்புடன் கவனித்தார்கள். இச்சாலையில் சில காலம் வஸித்துவிட்டு வெளியிற்சென்ற பிணியாளிகளிலும் சிலர் வியாதியின் கடுமையான நிலைமையிலிருந்து நீங்கி சிறிது ஸௌக்கியமடைந்தனர் என்றும் தெரியவருகிறது. இவ்விடத்தில் பிராம்மணர்கள், இதர ஹிந்துக்கள், மகம்மதியர்கள், இந்தியக் கிறிஸ்துவர்கள், ஐரோப்பியர்கள் என்கிற எல்லா வகுப்பினரும் அவரவர்களுடைய ஸௌகரியத்திற்குக் குறைவின்றியே ஆரோக்கியத்தைப் பெற்று ஸௌக்கியமடைவதற்காக வந்து வஸிக்கின்றனராம்; ஆனால் இப்பொழுதுள்ள குறை யென்னவென்றால், இன்னும் விசாலமான வேறு சில அறைகள் ஏற்படாமையால், அதிக ஜனங்கள் வந்து வஸிக்கமுடியாமல் இருக்கின்றதென்பதேயாம்; ஆகவே இன்னும் அநேகம் பெயர் அவ்விடத்தில் வந்

திருப்பதற்காகக் கேட்டுக்கொண்டும், அவர்களிற் பெரும்பாலோரது வேண்டுகோள் அங்கீகரிக்கமுடியாமற் போய்விட்டது. இப்பொழுது புதிதாக வேறு சில கட்டடங்கள் கட்டப்பட்டு வருகின்றன; அவை முடிவு பெற்றதும், இப்பொழுது இருப்பதற்குமேல் சிறிது அதிகமான பிணியாளிகளையும் அவ்விடத்தில் சேர்த்துக்கொள்ளக் கூடுமெனப் படுகிறது.

இந்த ஆரோக்கியசாலைக்குச் சேர்ந்ததாக வெயில் தாக்கி வியாதிநிவாரணமாகக்கூடிய ஒரு வைத்தியசாலையும், ஒரு ஔஷதசாலையும் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன. இவ்வித வைத்தியசாலை, அஸாத்யவியாதிகளால் பீடிக்கப்படுபவருக்கு மிக்க உபயோகமாயிருக்குமென்பது வாஸ்தவமாயினும், இந்தியாவிலுள்ள ஜனங்கள், அவ்வாறு அஸாத்யமான ரோகங்களால் பீடிக்கப்படும்பொழுதும், தமது உறவினரை ஸாதாரணமாக இவ்வாஸ்பத்ரிகளில் விட்டுவிட ஸம்மதிப்பதில்லையென்பதையும், இவ்விடங்களுக்கு அனுப்புவதைவிட அவர்கள் தமது வீடுகளிலேயே இருந்து உயிர்துறப்பது மேலென்று அறியாமையினால் எண்ணுகிறார்களென்பதையும் நாம் அனுபவத்தில் பார்த்து வருவதால், இந்திய ஜனங்கள் இவ்வித வைத்தியசாலைகளையும் ஆரோக்கிய சாலைகளையும் உபயோகிக்க தாராளமாய் முன்வர இன்னும் சிலகாலம் செல்லும். இந்த ஸ்தாபனம் தற்காலம் ஒருவாறு சிறியதாயிருந்தபோதிலும், அநேகமாயிரம் பிணியாளிகள் காலக்ரமத்தில் ஸௌக்கிய மடைவதற்கு அனுகூலமாயிருப்பதால், அதை ஸ்தாபித்த பாதிரிமார்களின் ஸங்கத்தை நாம் மனதாறக் கொண்டாடுகிறோம். நமது ஆயுர்வேத வைத்தியர்களாவது, இத்தேசத்திய ஜமீன்தார் முதலானவர்களாவது இவ்வித காரியங்களில் பிரவ்ருத்திக்காமலிருப்பது விஸனிக்கத்தக்கது.

SUNLIGHT TREATMENT.

ஆதப சிகித்ஸை.

இப்பொழுது வியாதிகளை சிகித்ஸை செய்வதில் வெயிலை ஔஷதங்களைப்போல உபயோகிக்கும் வைத்தியர்களின் எண்ணிக்கை அதிகமாய்க்கொண்டே வருகிறது. சில வியாதிகொண்ட அவயவங்களின்மேல் சூரியகிரணங்களை ஒரு ஸாதாரண பூதக்கண்ணாடியின் மூலமாகத் திரட்டிப் பிரயோகிப்பதால் மிகச் சிறந்த பயனுண்டானதாக அறியப்பட்டிருக்கிறது. டாக்டர் ஸீலீ என்பவர் சர்மத்தைப்பற்றி புண்டான (முக்கியமாய் கண்மடலைச்சுற்றி யேற்பட்ட) வியாதியுடன்கூடிய அநேகம் பெயர்களுக்கு சூரியரச்மிகளை உபயோகித்ததில், அவர்களனைவருக்குமிருந்த சர்மவியாதி வேருடன் அறுபட்டுப் போயிற்றென்று அவருடைய ரிபோர்டால் தெரியவருகிறது. இந்த முறை எவ்விதத்திலும் செலவைத் தரக்கூடியதாயில்லாததுடன், 'எக்ஸ் ரே' அல்லது 'ரேடியம்' என்னும்—பெருஞ்செலவால் நிறைவேற்றக்கூடிய—பிரயோகங்களினும் வியாதிநிவாரணவிஷயத்தில் சற்றும் குறைந்த குணமுள்ளதன்று.

சூரியகிரணம் சர்மத்தின் மேலுண்டாகும் சிரங்கு முதலிய விகாரங்களைப் போக்குவதில் சிறந்த சக்தியுடையதென்பது ஒருபுறமிருக்க, இது தகுந்த அளவில் உபயோகிக்கப்பட்டால் தேஹத்திற் பொதுவாக உண்டாகும் பலவித கோளாறுகளும் நிவாரணமாவதுண்டு. பலக்குறைவுக்கும், மற்றும் அவ்வித தேஹ இளைப்பு முதலியவற்றிற்கும் வெயிலானது மிகவும் உபயோகமுள்ளதாயிருக்கிறது. இது உணர்ச்சி நரம்புகளைத் தூண்டி, அவற்றின் வேலைகளைச் சரிவர நடத்தச்செய்யும்; இரத்தத்தின் குணங்களை அபிவ்ருத்தி செய்யும்; சரீர நிலைமையையே பொதுவாக ஸகல விதத்திலும் சீரான நிலைமைக்குக்கொண்டுவரும். பாண்டு ரோகத்திலும், மற்றும் அதுபோன்ற வேறுவித இரத்தக் கோளாறுகளிலும் வெயி

லால் உண்டாகும் குணத்தைப் பார்க்க மிக ஆச்சரியகரமாயிருக்கும். காலையாவது, மாலையாவது ஆதபஸ்நாநத்திற்கு ஏற்ற காலமாகக் கருதப்படுகிறது. வெயிலில் இருந்து நிறைவேற்றவேண்டிய இச்சிகித்ஸையை தாழ்வாரத்திலாவது, மாடியின்மேலாவது, அல்லது முக்கியமாக வீட்டிற்கு வெளியில் வெயிற் பரவக்கூடிய தோட்டத்து நிலத்திலாவது செய்து கொள்ளலாம். பிணியாளி ஒரு சிறிய துண்டுத் துணியைமட்டும் அரையில் கட்டிக்கொண்டு, உடம்பிலுள்ள எல்லா வஸ்திரங்களையும் அவிழ்த்துவிட்டு வெயில் தேஹமுழுமையும் பரிசிக்கும்வண்ணம் இருக்கவேண்டும். வெயிலின் பிரகாசம் கண்முதலிய அவயவங்களுக்குச் சிறிது அசௌகரியமுண்டுபண்ணினால், கண்களுக்குக் குளிர்ச்சிதரும் கண்ணாடியையும், தலைக்கு ஒரு வெண்மையான மெல்லிய குல்லாயையும் போட்டுக்கொள்ளலாம். வியாதியின் நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு வெயிலும் தீவ்ரமாக இருப்பது அவசியமாகத் தோற்றினால், பிணியாளிக்கு நடுப்பகலில் ஆதபஸ்நாநத்தைச் செய்துவைக்கலாம்; ஆனால் தலைமட்டும் குளிர்ச்சியா யிருப்பதற்காக இந்த ஸமயத்தில் பனிக்கட்டியை சிரஸில் கட்டிக்கொண்டு வெயிலில் இருக்கவேண்டும். இவ்வாறு ஆதபஸ்நாநம் செய்யும்போது அதிக ஆயாஸமுண்டுபண்ணாத எவ்வித வியாயாமமும் (தேஹப்பயிர்ச்சி) செய்யத்தகுந்ததேயாம்; ஆகிலும் வெயிலில் இருந்துகொண்டு 10 அல்லது 15 நிமிஷங்களுக்கு அதிகமாக வியாயாமம் செய்வது உசிதமல்ல; என்றாலும் பிணியாளிக்கு ஆதபஸ்நாநம் செய்வதும், அப்பொழுதே வியாயாமத்தை நிறைவேற்றுவதும் வழக்கமாகப் போய்விடுமானால், இதற்குவேண்டிய நேரத்தை அரைமணியிலிருந்து ஒருமணி ஸாவகாசம் வரையில் அதிகமாக்கிக் கொள்ளலாம். வெயிலில் பூமியின்மீது கவிழ்ந்து நன்றாகப் படுத்துக்கொண்டும், அல்லது மல்லாந்துப் படுத்துக்கொண்டும், நின்றுகொண்டும் இச்சிகித்ஸையைச் செய்துகொள்ளலாம். அல்லது ஏதேனும் ஒரு அவயவத்தில் மாத்திரம் வெயிலைப் பிரயோகிக்க வேண்டுமானால், முற்கூறியவாறு ஒரு பூதக்கண்ணாடியின் மூலமாய் வெயிலைத் திரட்டி அவ்வவயவத்திற்கு நேராகப் பிடிக்க சூரியகிரணங்கள் அதிக அளவாக அவ்விடத்தில் விழுந்து, வியாதிக்குக் காரணமான தோஷங்களைப்போக்கி ஸௌக்கியத்தையுண்டு பண்ணும். ஆதபஸ்நாநம் செய்யும்பொழுது, தாராஸ்நாநம் (உயரத்திலிருந்து மெல்லிய அநேகம் தாரையாகவிழும் ஜலத்திற்கு அடியில் உட்கார்ந்து செய்யப்படும் ஸ்நாநம்) செய்வதும், உடம்பை ஸா[illegible]கமாக மர்த்தநம் செய்யச்சொல்வதும் மிக உபயோககரமானவையாயிருக்கும். வெயிலில் இருந்துகொண்டு செய்துகொள்ளப்படும் இச்சிகித்ஸை மிகவும் எளிதாகவும், செலவில்லாததாகவும், சிறந்த குணந்தரக் கூடியதாகவும் இருப்பதால், மற்றத் தேசங்களைப்போலவே இந்தியாவிலும் இந்த முறை அனைவராலும் அனுஷ்டானத்திற்குக் கொண்டுவரப்படுவது பலவகையிலும் இலாபகரமாயிருக்கும்.—Health and Happiness.

A PRACTICAL METHOD OF REDUCING FLESH.

மிதமிஞ்சிய மாம்ஸ வளர்ச்சியைக் குறைப்பதற்கான அனுபவ முறை.

“அமெரிகன் ஜர்னல் ஆப் க்ளினிகல் மெடிஸின்” என்னும் வைத்தியப்பத்திரிகையில் பிரசுரிக்கப்பட்டுள்ள இவ்விஷயமான ஒரு சிறிய வியாஸத்தை நாம் இங்கு மொழி பெயர்த்தெழுதுகின்றோம்:

மிதமிஞ்சிய மாம்ஸவளர்ச்சியை, முக்கியமாக ரோகத்தினால் வருந்தும் மனிதர்களுக் கேற்படும் அவ்வித நிலைமையைக்-குறைப்பதற்காக டாக்டர் ஜான் R. மெக்டில் என்பவர், தனது அனுபவத்தில் வந்தவையும், மிக்க உபயோகமுள்ளனவுமான சில சிறந்த உபாயங்களை அடியில்வருமாறு வெளிப்படுத்தியிருக்கிறார்:

முதலில், ஆஹாரத்தை அளவில் குறைத்து உபயோகித்து வர ஆரம்பிக்க வேண்டும். ஆஹாரத்தைக் குறைத்து உபயோகிப்பதோடு, மிகவும் ஸாமானியமான ஸாத்விகாஹாரங்களை மட்டும் உபயோகிப்பது நலம்; உத்தீபனகாரியான உப்பு, வாஸனையும் நற்சுவையுமுள்ள ஸம்பாரப்பொடி முதலியவை சேர்ந்த உணவுகள், மது பானம், காப்பி, டீ இவ்வித வஸ்துக்களை அடியோடு உபயோகிக்காமல் விலக்கிவிட வேண்டும். பிணியாளி கிரமமாக நெய், பால், தயிர், இனிப்பான மிட்டாய் முதலிய சிற்றுண்டிகள், மற்றும் மாப்பண்டங்கள் முதலியவற்றையும் விலக்கிக் கொண்டுவரவேண்டும்; அப்பொழுது ரொட்டியை மாத்திரம் சிறிதளவு சாப்பிடுவது போதுமானது. ஆஹாரத்தோடு எவ்வித திரவபதார்த்தத்தையும் அதிகமாகச் சேர்க்காமல் மெள்ள மெள்ள அவ்வித வஸ்துக்களையும் விலக்கிக்கொண்டுவந்து, இறுதியில் போஜனஸமயத்தில் சிறிதளவு ஜலம்கூட பருகாமலிருக்கும்படி வழக்கம் செய்யவேண்டும். தாஹமெடுத்தால் சீமையிலந்தையையும், கமலாக்கிச்சிலியையும் சாப்பிடச் செய்யலாம்; ஜலம் வேண்டுமானாலும் சிறிது கொடுக்கலாம்; ஆனால் போஜனம் செய்தபிறகு இரண்டு மூன்று மணிக்குப் பிறகுதான் கொஞ்சம் ஜலம் உபயோகிக்கலாம். தாஹம் தாங்கக்கூடாதவாறு அவ்வளவு அதிகமாயிருக்கும்போது மட்டும் சிறிது தண்ணீரை அருந்தலாமேயன்றி, மற்றப்படி அதை உபயோகிப்பது இச்சிகித்ஸைக்கு விரோதம். 24-மணிநேரத்தில் உபயோகிக்கப்படும் உணவுகளில் கலந்த திரவபதார்த்தமும், குடிக்கும் ஜலமும் சேர்த்து மொத்தம் 60-அவுன்ஸ்க்கு உட்பட்டிருக்கவேண்டியது. மாப்பண்டங்களையும் கொழுப்பு வஸ்துக்களையும் சேர்க்காமல் இறைச்சியை வேண்டுமானால் தாராளமாய் உபயோகிக்கலாம். மணத்தக்காளி, வெங்காயம், வெள்ளரிக்காய், கொத்தவரை, தண்ணீர்விட்டான், பசளைக்கீரை முதலிய சில காய்கறிகளையும் உணவுடன் கலந்து உபயோகிக்கலாம். காபேஜ் என்னும் முட்டைக்கோஸை பலவிதமாகப் பக்குவம் செய்தும் சாப்பிடலாம். வழக்கமாக இதற்குமுன் எத்தனைவேளை போஜனம் செய்துவரப்பட்டதோ அதில் ஒருவேளை ஆஹாரத்தையாவது நிறுத்தி விடவேண்டும். காலைப் போஜனத்தில் பொரித்த அரை ரொட்டியையும், முற்கூறிய காய்கறிகளில் ஏதேனும் ஒன்றையும் உபயோகித்தல் போதுமானது. கொதி ஜலத்திற்போட்டு பக்குவம்செய்த இரண்டு முட்டைகளையும் அவசியமானால் எடுத்துக்கொள்ளலாம். அப்பொழுது ஒரு திரவப்பொருளும் சேராமலிருப்பது நல்லது; காப்பி வேண்டுமென்று தோன்றினால், காபீன என்கிற ஸத்தைப் பிரித்துக் கேவலமாயிருக்கும் அவ்வித காபியைக் காய்ச்சி, அதில் வெகு சொற்பமாகப் பால் சேர்த்து, சர்க்கரைக்குப் பதிலாக ஸாகரைன் என்பதையும் போட்டுக்கொண்டு அதைப் பருகுவதால் பாதகமொன்றுமில்லை.

இவ்வித சிகித்ஸையை ஜெர்மனியிலும் சாஸ்திர நிபுணர்கள் ஒப்புக்கொண்டிருக்கின்றனர்; அங்கு இச்சிகித்ஸையை விருப்பவனுக்கு என்றைக்கேனும் ஒரு நாள் பாலையும் உணவாகக் கொடுப்பது நலமென்று வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயப் படுகின்றனராம். பால் கொடுக்கவேண்டிய அளவு அந்தந்த பிணியாளியின் தேஹநிறைக்குத் தகுந்தவாறு வேற்றுமைப்படும். ஒரு ஸ்த்தூல தேஹிக்குப் பால் கொடுக்கும்போது 100-பௌண்டுக்கு மேற்பட்டுவரும் அவனுடைய தேஹநிறையின் தொகையை இருபத்தைந்தால் பெருக்கினால் என்ன எண்ணிக்கை வருமோ, அவ்வளவு க்ராம் (சுமார் 16-க்ரைன்கள் 1-க்ராம்) பால் அப்பிணியாளிக்குக் கொடுக்கலாமென்று தீர்மானிக்கப் பட்டிருக்கிறது. உதாரணமாக ஒரு ஸ்த்தூலதேஹி 250-பௌண்ட் நிறை உள்ளவனானால், அந்த நிறையில் 100-க்கு மேற்பட்ட தொகையான 150 ஐ 25-ஆல் பெருக்க 3750 வருகிறதல்லவா? ஆகவே அப்பிணியாளிக்குக் கொடுக்கக் கூடிய பாலின் அளவு 3750-க்ராம் என்றறியவும். இது ஒரு தினம் முழுவதும் கொடுக்கக்கூடிய பாலின் மொத்த அளவாகும். இதை இரண்டுமணிநேரத்திற்கு ஒரு முறை கொஞ்சங் கொஞ்சமாகப் பருகிவரலாம்.

இப்பிணியாளி தன் சரீரத்தை வாரத்திற்கு இரண்டு தடவை நிறுத்துப் பார்த்துக் கொள்ளலாம். ஸாத்தியமானால் ஸ்நான அறைத்தராசு (bath-room scale) ஒன்று வாங்கிவைத்துக்கொண்டு, அப்போதைக்கப்போது (வாரத்தில் இருமுறை) தன்னுடைய நிறையை அறிந்து குறிப்பிட்டு வரலாம். சரீரத்தை நிறுக்கும்போது உடைகளைத் தரித்துக் கொண்டிருக்கக் கூடாது. முதல் தடவை எந்த நேரத்தில் எவ்வித நிலைமையில் (போஜனத்திற்கு முன்னமோ போஜனத்திற்குப் பிறகோ) எவ்வாறு சரீரம் நிறுக்கப்பட்டதோ, அவ்விதமாகவே அதே நேரத்தில் மற்ற வாரங்களிலும் நிறுக்கப்படவேண்டும். ஒரு மாஸத்தில் மூன்று பௌண்டுக்கு அதிகமாகத் தேஹநிறை குறையக் கூடாது.

வியாயாம மென்னும் தேஹப்பயிற்சியை மிதமாகச் செய்துவரவேண்டும். ஆனால் சிரமம் உண்டானவுடனேயாவது, மேல்மூச்சு அதிகமாய் வாங்கும்போதாவது அதை நிறுத்திவிடவேண்டும்; பெருமூச்சு நின்று, இருதயத்தின் படபடப்பான நடை சாந்தமாய் சிரமமும் முற்றிலும் தீரும்வரையில் மறுபடியும் வியா

யாமம் செய்ய ஆரம்பிக்கக் கூடாது. தைராய்ட் எக்ஸ்ட்ராக்ட் என்னும் ஔஷதம் ஒன்றுதான் இவ்வியாதியில் உபயோகிக்கத்தகுந்ததாக அனுபவத்தில் அறியப்பட்டிருக்கிறது.

ஆயுர்வேத முறைப்படி இவ்வியாதிக்கு அநேகவித சிகித்ஸைகள் செய்யப்படுவதுண்டு. டாக்டர் மெக்டில் கூறிய சிகித்ஸாக்ரமங்கள் பெரும்பாலும் ஆயுர்வேத நூல்களில் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னமே விவரிக்கப்பட்டவையேயன்றி, முற்றிலும் அவை நமக்குப் புதிதானவிஷயமல்ல. வியாயாமம் முதலியதைச் செய்யும்படியும், கொழுப்பை விருத்தி செய்யக்கூடிய நெய், பால் முதலிய வஸ்துக்களை விலக்கி சாகங்களையும், ஜாங்கலமாம்ஸமெனப்படும் பாலைவன மிருகங்களின் மாம்ஸங்களையும் உபயோகிப்பதால் குணமுண்டாகுமென்றும் பண்டைக்காலத்திய நமது வைத்திய நூல்களிலும் சில விவரங்களைக் காணலாம்.

"விடங்க நாகர க்ஷார காலலோஹரஜோ மது,
யவாமலகசூர்ணம் து யோகோதிஸ்தௌல்யநாசந:||"

வாய்விடங்கம், சுக்கு, யவக்ஷாரம், அயபஸ்மம், யவதானியம், நெல்லிப்பருப்பு இவற்றை ஸமபாகமாகச் சூர்ணம் செய்து, தேனிற் கலந்து உபயோகித்து வருவது நலமென்றும், அதிக மாம்ஸவளர்ச்சியைப் போக்குவதற்கு இது ஏற்ற ஔஷதமென்றும் வித்தயோகமென்னும் நூலில் கூறப்பட்டிருப்பதையும் ஸந்தர்ப்பத்தை யனுஸரித்து நாம் குறிப்பிடுகிறோம்.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

வினா 13-க்கு விடை.

(1) காதில் கிருமிகள் உண்டாவதென்றால், அதற்கு அவ்வவயவத்திற்குள் புண்களுண்டாய், சீழ் பிடித்து, அதன் மூலமாய் சில ஸமயம் சிறு கிருமிகள் உண்டாகக்கூடும். அல்லது வெளியிலிருந்து சிறிய ஈ முதலிய ஜந்துக்கள் உட்புகுந்து முட்டையிட்டு, அம் முட்டைகளும் சிறிய ஜந்துக்களாய் விடலாம். ஆனால் ஈ காதில் புகுந்தால் பெரும்பாலும் முட்டையிடும் வரையில் காதுக்குள் ஜீவித்திருப்பது கஷ்டம்; இருந்தாலும் வலி அபரிமிதமா யிருக்குமாதலால் அவ்வளவுநேரம் அது உள்ளே தங்கியிருக்கும் வரையில் மனிதன் சும்மாயிருக்கவும் முடியாது. (2) ஆஸ்பத்திரியில் வைத்தியர்கள் சொன்ன விதம், அவ்வித கிருமிகள் ஏதாவது இருந்தால், அவை தங்கியிருக்கும் ஆழமான பாகத்தைக் கீறி, கிருமிகளையெல்லாம் வெளிப்படுத்தி முற்றிலும் அந்த பாகத்தைச் சுத்தம்செய்து, அவ்விடத்து ரணத்தை ஆற்றிக்கொள்வதே மிகச் சிறந்த முறையாகும். (3) ஏதோ பச்சிலை ரஸத்தை ஒரு பெண்பிள்ளை அவ்வித கிருமிகளைப் போக்குவதற்குக் காதுகளில் ஊற்றுவதால் குணமுண்டாகிறதென்றால், அதைப்பற்றி நாம் ஸாதாரணமாய் ஒரு அபிப்பிராயமும் வெளியிட முடியாது. அவ்விஷயம் கற்றறிந்த வைத்தியர்கள் நேரில் பார்த்து நிச்சயிக்கக் கூடியது. (4) அதே பச்சிலையை அப்பெண் பிள்ளையைத் தவிர பிறர் உபயோகித்தால் பயன் உண்டாவதில்லையென்றால், அப் பெண்பிள்ளை அவ்விதம் செய்வதால் கிருமிகள் அநேகம் வெளிவருகிறதென்பதில் ஏதோ சூது இருக்கவேண்டுமென்று நிச்சயமாய் நம்பலாம். மற்ற விஷயங்களுக்கு முதலில் நெ (1) இல் கூறப்பட்டவையே விடையாம். ப-ர்.

வினா-14. ஒருவித வாதநோய்.

ஐயா,

இதனடியில் ஒரு வியாதிக்ரஸ்தனுடைய தேஹத்திலுள்ள வியாதிக் குறிகளை எழுதுகிறேன். அது எவ்வித வியாதி என்பதைப் பற்றியும், அதற்குத் தகுந்த சிகித்ஸையைப் பற்றியும், தாங்களாவது வைத்திய கலாநிதியைப் படிக்கும் வேறு அனுபவசாலிகளான வைத்தியர்களாவது தயவுசெய்து விவரம் வெளியிட்டால் நன்றி பாராட்டக் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன்.

(1) பிணியாளிக்கு வியாதி ஆரம்பமானபோது வயது 19. இப்பொழுது வயது 22. முதலில் வயிறுகடுப்பாயிருந்ததில் கால்களிலும்-முக்கியமாய் முழங்கால்களிலும், இடுப்புக் கீல்களிலும் வலியுண்டாய் இரண்டு வருஷகாலமாய் படுக்கையோடு படுக்கையாய் இருந்து வருகிறார். (2) அநேக வைத்தியங்கள் செய்ததில் முழங்கால்கள் முழுதும் ஸௌக்கியமாயின. இடுப்புப் பூட்டுகளிலும் வலி நின்றுவிட்டது; ஆனால் அவ்விடம் அசைக்க முடியாமல், துடைகளும் ஒன்று சேர்க்கக்கூடாமலிருக்கின்றன. ஆகவே கால்கள் விறைத்துப்போய் ஒன்றோடொன்று சேராமல் அகன்றிருக்கின்றன. பிரதான அவயவத்தின் நரம்புகளும் விறைத்து ஏற்கின்றன. ஆகையால் தரையில் உட்கார முடியாமல் நாற்காலியிலேயே உட்கார்ந்திருக்கவேண்டியிருக்கிறது. (3) வேது பிடித்து ஒற்றடம் முதலியதும் கொடுக்கப்பட்டது. ப்ரயோஜனமில்லை. (4) மின்சாரவிசையினால் குணமுண்டாகலா மென்று சிலர் அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். வெகு நாட்பட்ட வாதரோகமானதால் குணமுண்டாவது இனி அஸாத்தியம் என்றும் சிலர் சொல்லுகிறார்கள். ஆகவே இவ்விஷயத்திற்கு விடை எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

கே. நாராயண ஸுந்தரம்.

வினா-15. அப்ரகம்.

ஐயா,

அடியில்வரும் வினாக்களுக்கு வைத்தியகலாநிதியின் மூலமாய் தயவுசெய்து எவரேனும் விடையளிப்பரென்று எதிர்பார்க்கிறேன்.

(1) அப்ரகம் சுண்ணமானால் எந்த வியாதிகளைக் கண்டிக்கும்? (2) சுண்ணம் சிரேஷ்டமா அல்லது பஸ்மமா? (3) கிருஷ்ணாப்ரகம் வியாதிகளை சீக்கிரத்தில் போக்குமா அல்லது வெள்ளை அப்ரகமா? (4) அப்ரகௌஷதங்கள் குஷ்டம், திமிர், மேஹம் இவ்வியாதிகளைக் கண்டிக்குமா?

எஸ். வி. பிள்ளை.

விடை (1) சுண்ணமாகப் பக்குவம் செய்யப்பட்ட அப்ரகம் அந்தந்த அநுபானங்களுக்கேற்றவாறு அநேகம் வியாதிகளைப் போக்கக்கூடியது. உதாரணமாக வாய்விடங்கத்துடன் உபயோகித்தால் க்ஷயத்திலும், த்ரிகடுகத்துடன் சேர்த்து உபயோகித்தால் பாண்டு க்ரஹணீ வயிற்றுவலி முதலியவற்றிலும், தேன்முதலியவற்றுடன் உபயோகித்தால் ஜ்வரத்திலும் குணமுண்டாகுமென்று கூறப்படுகிறது. ஆகிலும் முக்கியமாக மூத்திரரோகத்தில் (பிரமேஹம்) உபயோகிப்பதே நலமென்று அனுபவத்தில் வந்திருக்கிறது. (2) சுண்ணம் பஸ்மங்களுக்கு வீர்யத்தில் சிறிது பேதம் இருப்பதாகக் கூறப்பட்டாலும், கார்யத்தில் அவ்வளவு குறிப்பிடக்கூடியவாறு பேதம் காணுவது துர்லபம். (3) கிருஷ்ணாப்ரகமே வைத்திய முறையில் விசேஷமாக உபயோகிக்கப்படுவது வழக்கம். வெண்ணிறமான ச்வேதாப்ரகம் பெரும்பாலும் வைத்தியர்களால் உபயோகிக்கக் கூடியதல்ல. (4) இதற்கு முதலில் (1) என்கிற இலக்கத்திற்கண்ட விவரங்களே விடையெனக் கருதுக. ப-ர்.

நிரூபநேயர்களுக்கு அறிவிப்பு.

N. இரகுபதி ஐயர்.—தங்களுடைய கடிதத்தைப் பத்திரிகையிற் பிரசுரிக்கக் கூடியவிதமாக தாங்கள் எழுதவில்லை. நேரில் கடிதமூலமாகப் பதில் வேண்டுமானால் தயவுசெய்து ஸ்டாம்பு அனுப்பவேண்டும்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

புகையிலை.

உலர்ந்த புகையிலைகள் பலமான சமனம் (sedative) என்னும் குணத்தைத் தரக்கூடியன. சரீரத்திலுண்டாகும் இசிவுகளைப் போக்கி ஆக்ஷேபகஹரமாகவும் (anti-spasmodic) வேலைசெய்யும். அளவு அதிகமானால் மயக்கந்தரும் விஷப்பொருளாய்விடும். இது ரண ஜன்னி, நீர்க்கோவை, வயிற்றிலுண்டாகும் இசிவுகள், நீர்ச்சுருக்கு, நீரடைப்பு இவற்றில் உபயோகிக்கக்கூடிய சரக்கு; தசைநார்களுக்குண்டாகும் தளர்ச்சியைப் போக்கத் தகுந்த குணமுடையதாகையால், குடற் சரிவால் ஸம்பவிக்கும் விரைவாதத்திலும் சில ஸமயம் நற்பயன் விளைவிக்கக்கூடியது; பூட்டுகளில் நெகிழ்ந்துவிடும் எலும்புகளை மீண்டும் சரிப்படுத்தும் சிகித்ஸையிலும் இது உபயோகமாகும்.

(1) புகையிலையின் கஷாயம், எட்டியுப்பு (strychnine) ஸம்பந்தமான விஷத்தை முறிப்பதற்கு மிகவும் ஏற்ற ஔஷதமாகும். (2) இவ்விலையின் புகையைக் குடிப்பதால் ச்வாஸகாஸம், உணர்ச்சி நரம்புகளுக்கேற்படும் அழற்சி, நித்திரையின்மை என்னும் இக்கோளாறுகள் உடனே தற்காலம் சாந்தமாவதுண்டு; இவ்வித வியாதிகளால் வருந்தும் சிலருக்கு இப்புகை மிகவும் மேலான நன்மையுண்டுபண்ணுவதாகவும் அறியப்படுகிறது; வியாதிகளையுண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்களை அழித்து, சில தொற்றுவியாதிகளைத் தடுக்குந் தன்மையும் இப்புகைக்கு உண்டென்று இப்பொழுது ஒரு பிரவித்தியுண்டு. (3) இந்த இலையின் நடுவிலுள்ள நரம்பை எடுத்துவிட்டு, அதை ஒரு குதவர்த்தி (suppository) மாதிரியாகச் செய்து, ஆமணக்கெண்ணெயில் தோய்த்து, குழந்தைகளின் குதத்வாரத்தில் விரேசநம் ஆவதன்பொருட்டு சிறிது நேரம் வைப்பது இத்தேசத்தில் சிலருடைய வழக்கம். (4) உக்காக்குழாயிலுள்ள இதன் புகை ஸம்பந்தப்பட்ட ஜலத்தை அழுக்கடைந்த, முக்கியமாகக் கிருமிகளுண்டான புண்களைக் கழுவி ஆற்றுவதற்கு உப

யோகிப்பதுண்டு. (5) பற்கள் பலஹீனப்பட்டு, இரத்தமும் கசிந்துகொண்டிருந்தால் இவ்விலையைச் சிறிதளவு வாயில் அடக்கியிருக்க, அவ்வித இரத்தக் கசிவும், பற்களின் ஆட்டமும் நிவிருத்தியாகுமென்றும் தெரியவருகிறது. ஆகிலும் இதை மிகவும் மிதமாய் உபயோகிக்கவேண்டும்.

பெரு நறுவிலி

இந்த மரம், நன்றாக வளையக்கூடிய அநேகம் கிளைகளுடன் வெகு விசாலமாக வளர்ந்து, தலையில் இலைகளடர்ந்து, மிகவும் செழிப்பான நிழலைக் கொடுக்கக் கூடியதாயிருக்கும். இதன் மேலுள்ள பட்டைகள் சாம்பர் நிறமாக அநேகம் வெடிப்புகளுள்ளதாயிருக்கும். இதில் காய்கள் குலைகுலையாகக் காய்த்துப் பழுக்கும்; அவற்றினுள்ளிருக்கும் சுளையானது மிருதுவாகவும் அழகாகவும் காணப்படும்.

இந்தியர்களில் சிலர் இதன் பழத்தைத் தின்பதுண்டு; கடித்து மென்றால் மிகவும் வழவழப்பாயிருக்கும். (1) இருமல் அதிகமாயிருக்கும்போது அதை அடக்குவதற்கும், எரித்தல் வறட்சி இவற்றைப் போக்குவதற்கும் இக்கனியின் சுளையை உபயோகிக்கலாம். (2) இதன் கொட்டை படர்தேமலைப் போக்குவதில் மிகவும் சிலாக்யமானது; இக்கொட்டையைப் பொடித்து, தேங்காயெண்ணெயிற் குழைத்து படையின்மேல் தேய்க்கவேண்டும். (3) முகத்திற்காணும் கொப்புளங்கள் அல்லது பருக்களின்மேல் இதன் இலையைப் பிழிந்து சாற்றைத் தடவுவதால் நற்குணமுண்டாகும். (4) இதன் பட்டைக்கு ஸ்தம்பநகுணம் (astringent) விசேஷமாயுண்டாகையால், இதன் பட்டையை இடித்துக் காய்ச்சி வடிக்கட்டி, அக்கஷாயத்தை வாய்ப்புண்களையும் பற்களில் இரத்தங்கசிவதையும் நிவிருத்திசெய்ய கொப்புளிக்கும் நீராக உபயோகிக்கலாம். (5) இப்பட்டையின் சாற்றைப் பிழிந்தெடுத்து, அதைத் தேங்காயெண்ணெயில் கலந்து உட்கொள்ள, மிகத் துன்பந்தரும் வயிற்றுநோய் நீங்குவதுண்டு.

வாந்திபேதியில் பொடாஸியம் பேர்மாங்கனேட்.

1914-ளு அக்டோபர்மீ 18உ முதல் 30உ வரையில் ஈகன் R. வான் ப்ரெண்டில் என்னும் ராணுவ சஸ்திரவைத்தியர், வாந்திபேதியினால் வருந்திய 326-மனிதர்களுக்கு பொடாஸியம் பெர்மாங்கனேட் என்னும் சரக்கைக் கொடுத்து சிகிச்சை செய்தார். இவர்களில் 100-க்கு 90 பெயர் ஸ்வஸ்தமாய்விட்டதாகவும், மிச்சமுள்ளவர்களுக்கு இவ்வௌஷதச் சரக்கு அவ்வளவாய் வேண்டியவளவு உபயோகிக்கப்படாததால் சிலர் மட்டும் வீணில் இறந்துவிட்டனரென்பதாகவும் தெரியவருகிறது. ஆகவே இது ஒன்றுதான் வாந்திபேதியில் மிகவும் உபயோககரமான சரக்கென்று நிச்சயிக்கப்பட்டது. இவ்வுப்பைக் கரைத்த ஜலத்தை (1000-க்கு 1 வீதம் கலந்ததை) ஒருதேக்கரண்டியளவாக 15-நிமிஷங்களுக்கு ஒருமுறை உட்கொள்ளக் கொடுத்து வரவேண்டும். இறந்துவிடுந் தருணத்திலுள்ள பிணியாளிகளைத் தவிர்த்து, மற்ற எல்லாக் கேஸுகளிலும் மிக்க சிலாக்யமான குணம் உண்டாயிற்று. சில டோஸுகள் கொடுத்துவந்ததிலேயே வாந்தி நின்றுவிட்டது; பிறகு 24-மணி நேரத்திற்குள் பேதியும் நிவாரணமாயிற்று. முதல் நாள் மாலைப் பொழுதில் நாடிநடை நன்குணரக்கூடாதவாறு விழுந்துபோகும் நிலைமையுண்டாய் கை கால்களில் சீதளம் அதிகரித்து, ஸஹிக்கக்கூடாத வயிற்றுவலியும் ஆட்டுச்சதை இசிவும் அடிக்கடித் தோன்றி, வாந்தியும் விசேஷமாய் உண்டாய்,மனிதனுக்கு முடிவான உறக்கமுண்டாகக்கூடிய அவஸ்தை நேரிட்டிருக்கையிலுங்கூட, அடிக்கடியும் இச்சரக்கைப் பிரயோகித்து வந்ததில், மறுநாட் காலையிலேயே அந்த ரோகி பிராணபாயத்திலிருந்து தப்பித்துக்கொள்ளும் நல்ல நிலைமைக்கு வந்துவிட்டதைப் பார்க்க அந்த டாக்டருக்கே ஆச்சரியமும் ஆனந்தமுமுண்டாயிற்று. இந்த உப்பு இவ்வியாதியை ஸ்வஸ்தப்படுத்தவும், இதைத் தடுக்கவும் மிக்க உபயோகமுள்ளதாயிருக்கிறது. எவருக்கேனும் ஸந்தேஹிக்கக்கூடியவாறு வயிற்றுளைத்தல் முதலிய ஏதாவது ஒரு துர்க்குணம் ஏற்பட்டவுடனே இதை உபயோகித்தால், பிறகு பெரிய அபாயத்திற்கு உட்படாமலிருக்கலாமென்று நிச்சயமாய் நம்பலாம்.—Health and Happiness.

மூலரோகத்தில் பாகலிலை.

அதிக இரத்த மூலத்தினால் வருந்துபவருக்குப் பாகலிலை மிகச் சிறந்த ஔஷதமென்று ஒரு வைத்தியர் நமக்கு எழுதுகிறார். "அதிகாலையில் எழுந்திருந்து ஸ்நானம் செய்துவிட்டு, பழுக்காத பாகலிலைகளில் நாலைந்தை ஒன்றுமேல் ஒன்றாக வைத்து, மூன்று மிளகையும் கூட்டி மடித்து மென்று விழுங்கிவிடவேண்டும். இவ்விதமே இடைவிடாமல் ஏழு நாட்கள் செய்து வந்தால் இரத்தங் கசிவது நின்றுபோய், கடுப்பு முதலான மூல ஸம்பந்தமான கஷ்டமும் பெரும்பாலும் நிவாரணமாகும். காரமும் புளிப்புமான பதார்த்தங்களையும், உஷ்ணத்தை அதிகப்படுத்தும் மற்றவைகளையும் சிலநாள் விலக்கியிருப்பதுடன், அதிகமாக இங்குமங்கும் எழுந்து நடமாடாமல் அமைதியாகப் படுத்துக்கொண்டிருப்பதும் அவசியமாம்."

க்ளிஸரைன்.

சிலருக்கு உள்ளங்கால்களிலும் உள்ளங்கைகளிலும் எப்பொழுதுமே வியர்வை விசேஷமாகக் கசிவதுண்டு. சுத்தமான க்ளிஸரைன் என்னும் பாணியை அவ்விடங்களில் தடவி வந்தால், அருவருப்பைத் தரும் அவ்வியர்வை உண்டாகாமல் நின்றுவிடும்.—Practical Medicine.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.
பலவகைக் குறிப்புகள்.

பூனா ஆயுர்வேத வைத்தியசாலை.

சுமார் 23-வருஷங்களுக்கு முன்னாலிருந்தே பூனா முனிஸிபாலிடியாரால் நிர்வஹிக்கப்பட்டு வந்த ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலையை நூதனமாக அமுலுக்கு வந்த வைத்தியப்பதிவு சட்டப்படி எடுத்துவிடவேண்டுமென்று அவ்விடத்திய கலெக்டர் உத்தரவு செய்துவிட்டதாய் அறிய, ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும், அம்முறையில் உண்மையில் அபிமானமுள்ளவரும் மிகவும் விஸனப்படவேண்டியவர்களாயிருக்கின்றனர். மிஸிஸ் ஆனி பெஸண்ட் அம்மை "நியூ இந்தியாவில்" எழுதிய விதமாக இச்சட்டம்,இத்தேசத்திய வைத்திய முறைகளுக்கு ஏதேனும் ஒருவிதத்தில் சில்விஷம் செய்து, அதன் அபிவிருத்திக்கு விரோதம் ஸம்பவிக்குமாறு அல்லவோ ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கிறது? என்னசெய்யலாம்! மாதம் ஒன்றுக்கு 4000 பிணியாளிகளுக்குமேல் அவ்வைத்தியசாலையில் நன்மையடைந்து வந்தும், ஆகவே அவ்விடத்திய ஜனங்களும் முனிஸிபல் கமிஷனர்களும் அவ்வைத்தியசாலை எடுபடக்கூடாதென்கிற அபிப்பிராயமுள்ளவராயிருந்தும், புதிதாக ஏற்பட்டுள்ள சட்டத்தை ஆதாரமாகக்கொண்டு ஒரு ஜில்லா அதிகாரி அதை எடுத்துவிட உத்தரவுசெய்துவிட்டால், நாம் கேவலம் விஸனப்படுவதைவிட வேறு என்ன செய்யக்கூடும்? ஆகிலும் பூனாவிலுள்ள அநேகம் கனவான்கள் ஒரு ஸபை கூட்டி, இவ்வித வைத்தியசாலையை முன்போலவே வைத்து நடத்துவதற்காகவும், அதற்கேற்றவாறு வைத்தியப்பதிவு சட்டத்தை ஒருவாறு திருத்துவதற்காகவும் வேண்டி தீர்மானங்கள் செய்து பம்பாய்க் கவர்ன்மெண்டுக்கு விண்ணப்பம் அனுப்பியிருக்கிறார்கள். இவ்வேண்டுகோளுக்கு இணங்கி அக்கவர்ன்மெண்டார் அச்சட்டத்தை திருத்தியமைப்பார்களானால், இந்தியர்களுக்கும், இந்தியர்களுடைய பிராசீனசாஸ்திரங்களுக்கும் கவர்ன்மெண்டார் மேலான நன்மை செய்தவராவார்கள். இவ்விஷயத்தில் தென்னிந்தியாவிலுள்ள ஆயுர்வேத-யூனானி வைத்தியர்களும் ஒன்று சேர்ந்து மீடிங்குகள் நடத்தி, முன்போலவே அவ்வைத்தியசாலையைப் பூனாவில் அவசியம் நடத்திவரும்படி கேட்டுக்கொள்ள பம்பாய்க் கவர்ன்மெண்டுக்கு வற்புறுத்தி விண்ணப்பங்கள் அனுப்ப ஏற்பாடு செய்வாரர்களானால், அவ்வைத்தியர்கள் தமது கடமையைச் செய்தவராவார்கள்.

ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ்.

இவ்வருஷம் டிசம்பர் மாதத்தில் நடக்கப்போகிற ஏழாவது ஆயுர்வேத மஹா மண்டல ஸம்மேளநத்திற்காக உபசரணைக் கமிட்டி (Reception Committee) ஏற்படுத்துவதன்பொருட்டு இந்த ஜூலைமீ 26உ மாலை 5-மணிக்கு சென்னையில் ஒரு பொதுஸபை கூடிற்று. அநேகம் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும், மற்றக் கனவான்களும் வந்திருந்து மீடிங்கு மிகவும் விமர்சையாக நிறைவேறிற்று. அதில் உபசரணைக் கமிட்டி அமைக்கப்பட்டது. அக்கமிட்டிக்கு டாக்டர் ஸர். எஸ். சுப்பிரமணிய ஐயர் அவர்கள் அக்கிராஸநாதிபதியாகவும், திவான்பகதூர் கே. கிருஷ்ணஸ்வாமி ராவ் அவர்கள் உபாக்கிராஸநாதிபதியாகவும், வைத்தியரத்ன பண்டித டி. கோபாலசார்லு, ஆயுர்வேத பூஷண பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார், டாக்டர் எம். சுப்பிரமணிய ஐயர் எம். பி. ஸி. எம். பண்டித வி. கிருஷ்ணவாரியர் இந்த நால்வரும் காரியதர்சிகளாகவும் தெரிந்தெடுக்கப்பட்டனர். பிறகு அநேகம் கனவான்களும், ராஜாக்களும், ஜமீன்தாரர்களும் அக்கமிட்டியின் அங்கத்தினராகவும் தெரிந்தெடுக்கப்பட்டார்கள். அப்பால், இக்கமிட்டியின் ஒவ்வொரு அங்கத்தினரும் 5-ரூபாய்க்குக் குறையாமல் கட்டணம் கொடுக்கவேண்டுமென்றும் தீர்மானம் செய்யப்பட்டது.

பிறகு ஆகஸ்டுமீ 6உ உபசரணைக்கமிட்டி மெம்பர்கள் ஒரு மீடிங்நடத்தி, அதில், திவான்பஹதூர் கே. கிருஷ்ணஸ்வாமி ராவ் அவர்கள் அக்கிராஸனம் வகிக்க, கான்பரென்ஸுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட காரியங்களை நிறைவேற்றுவதற்கு ஒரு நிர்வாஹக்கமிட்டியும் அமைக்கப்பட்டது.

யூகலிப்டஸ் தைலம்.

நியூயார்க் பட்டணத்திலுள்ள டாக்டர் பெக்கர் என்பவர் விஸர்ப்ப ஜ்வரத்தில் (scarlet fever) யூகலிப்டஸ் தைலத்தை ஔஷதமாக உபயோகிப்பது நலமென்று கூறி, அதை மிகவும் புகழ்கிறார். அத்தைலத்தை உடம்பின்மேலுள்ள ரணம் முதலியதைத் தணிக்க பயமின்றி அப்படியே கலப்பின்றி உபயோகிக்கலாம். சர்மத்தின்மேல் பூசப்பட்டாலும் இத் தைலத்தின் சில அம்சம் தோலில் ஊறிவருவதுடன், அத்தைலத்திலிருந்து கிளம்பும் ஆவியும் மெதுவாக நாசியின்

வழியாகச் சென்று, ச்வாஸாசயத்தினுட்சென்று, அங்குள்ள ஏதாவது கிருமிகளையும் அழித்துவிடும். இந்த நிலைமையில் காதுகளும் தொண்டையும் கெடுதியடைந்து மிகத் துன்பம் அனுபவித்துவர வேண்டியிருக்கும்; ஆனால் இத்தைலம் அவ்வவயவங்களுக்கும் எவ்வித கோளாறும் ஸம்பவிக்காவண்ணம் சீக்கிரத்தில் வெகு நற்குணந்தரக்கூடியதாயிருக்கின்றது.—Medical Standard.

———

தேசபாஷையில் வைத்தியப்படிப்பு.

வங்காளத்து மெடிகல் கௌன்ஸிலில் மெம்பரும், கிங்ஸ் ஹாஸ்பிடலில் ஸீனியர் பிஸிஷனுமாக இருக்கிற டாக்டர் எஸ். கே. மல்லிக் என்பவர், பம்பாய் ஸர்ஜன் ஜெனரலுக்கு, பம்பாய் மாகாணத்தில் குறைந்தது இரண்டு வைத்தியப் பாடசாலைகளிலாவது தேசபாஷையில் சாஸ்திரம் கற்பிக்கவேண்டுமென்று ஒரு வேண்டுகோள் அனுப்பியிருக்கிறார். அநேகம் காரணங்களைக் குறிப்பிட்டு வற்புறுத்தி அக்கடிதம் வெகு நீண்டதாக எழுதப்பட்டிருக்கிறது. அக்கவர்ன்மெண்டார் அவருடைய வேண்டுகோளை அங்கீகரித்து, அவ்விதமே செய்தார்களானால், அம்மாகாணத்திலுள்ளவர் ஆயுர்வேத வைத்தியத்தையும் ஆங்கில வைத்தியத்தோடு தேசபாஷைகளின் உதவியைக் கொண்டு படித்துத் தேர்ந்து, ஜனங்களுக்கு மிகவும் நம்பிக்கையுண்டாகுமாறு உபயோககரமான வேலைகளைச் செய்ய உதவுவார்கள். சென்னை மாகாணத்திலும் அவ்விதம் தேசபாஷைகளில் வைத்திய சாஸ்திரத்தைக் கற்பிப்பதற்குக் கவர்ன்மெண்டு வைத்திய பாடசாலைகளில் ஏற்பாடு செய்யும்படி கவர்ன்மெண்டாரைக் கேட்டுக்கொள்ள முன்வரும் கனவான்களைக் காணோம்.

———

அதிபோஜனமும் மனம் மந்தமாவதும்.

பகல் நேரத்திற்குப் பிறகு மனம் ஏதோ மந்தமாயிருப்பதாக உமக்குத் தோற்றுமானால், அது அதிபோஜனத்தினாலும், வியாயாமம் (தேஹப்பயிற்சி) இன்மையினாலும் என்றே பெரும்பாலும் ஊஹிக்கலாம். அதிக ஆஹாரத்தைப் புஜித்து, வீட்டுக்குள்ளேயே நீர் உட்கார்ந்திருந்தால், உமது தேஹத்தினுள் கழிவுப் பொருட்கள் மிதமிஞ்சி விருத்தியாய் சரீரத்திற்கு மாந்தியத்தைக் கொடுக்கும்; அவ்வித கழிவுப் பொருட்கள் தேஹத்தை விட்டு வெளிப்போகவேண்டுமானால், தாராளமாக மூச்சு விடுவதும், தினந்தோறும் வியாயாமம் செய்வதும் மிகவும் இன்றியமையாதனவாம். எப்பொழுதும் தூங்கிவிழுந்து கொண்டு, புத்தியை மேன்மேலும் மந்தமாகச் செய்து கொள்ளாதீர்கள். சரீரத்தை ஸாத்தியமான வரையில் சுருசுருப்பாக வைத்துக்கொண்டு வெகு உத்ஸாஹத்துடன் உமது காரியங்களில் நடந்து கொள்ளும். அவ்விதம் நடந்து வந்தால், அது அநேகம் தீங்குகளிடமிருந்து உம்மைக் காக்குமென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. உம்முடைய சுயபுத்தியை நீர் நன்கு தைரியத்துடன் உபயோகப்படுத்தி, காரியங்களைச் செய்துவரவேண்டுமானால், அதிபோஜனத்திலும், பலவகையான பானங்களிலும், அநாயஸமாகத் தலை குனிந்து உட்கார்ந்துகொண்டு காலங்கழிப்பதிலும் மனதை ஒரு பொழுதும் செலுத்தாமலிரும். அதிபோஜனமும், ஆயாஸமின்றி அமர்ந்திருப்பதுமே தேஹத்திற்கு அபாயகரமான பலஹீனத்தை யுண்டுபண்ணி விடுகின்றன.—The Doctor.

———

புஸ்தக வரவு.

"அபாயமடைந்தவருக்கு முதலிற் செய்யவேண்டிய உதவி" (First Aid in Accidents) என்னும் விஷயமாய் சென்னையிலுள்ள பிரஸித்த ஆங்கில வைத்தியர்களுள் ஒருவரான டாக்டர் யு. ராமராவ் அவர்கள் ஆங்கிலத்தில் இயற்றிய புஸ்தகம் ஒன்றுமேற்படியாரால் நமது பார்வைக்கு அனுப்பப்பட்டது. பலவிதமான காயங்கள் பட்டாலும், எலும்புகள் ஒடிந்து போனாலும், தண்ணீரில் மூழ்கினாலும், மற்றும் பிராணாபாயகரமாக ஆகஸ்மிகமாய் அபாயங்கள் ஸம்பவித்தாலும், உடனே அவ்வித மனிதர்களுக்கு கைதேர்ந்த வைத்தியர்கள் வருகிறவரையில் எவ்வித உதவிகள் செய்யவேண்டுமோ, அவ்விஷயங்களெல்லாம் இப்புஸ்தகத்தில் வெகு ஸுலபமாகவும் சுருக்கமாகவும் அநேக சித்திரப் படங்களைக்கொண்டு விவரிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. டாக்டர் ராமராவ் அவர்கள் அனைவருக்கும் மிக்க உபயோககரமான இவ்வித புஸ்தகம் ஒன்று இயற்றி வெளிப்படுத்தியதுடன், இப்புஸ்தகத்தின் மூலமாய் வரும் இலாபமனைத்தையும் ஸெண்ட் ஜான் அம்புலென்ஸ் அஸோஸியேஷன் என்னும் ஸங்கத்திற்கு அளித்து விடுவதாகவும் கூறியிருப்பதை நாம் ஸந்தோஷத்துடன் குறிப்பிட விரும்புகிறோம். இப்புஸ்தகத்திற்கு விலை ரூ 1. சிறந்த தளமான காகிதத்தில் அழகாய் அச்சிடப்பட்டிருக்கிறது.

	பக்கம்.
பாகாத்யயம்	55
பாசக பித்தம்	18,20,25
பாசனமும் தீபன பாசனமும்	14
பாசனம்	14
பாடாதி தைலம்	130
பாணிதலம்	3
பாணி மாணிகை	3
பாண்ட கல்பனை	89
பாண்டம்	65,89
பாண்டுரோகம்	32
பாதஹர்ஷம்	47
பாதிர்யம்	52
பாத்ரம்	4
பாந விப்ரமம்	35
பாநாத்யயம்	35
பாநா ஜீர்ணம்	35
பாமா	44
பாரத சுத்தி	149
பாரதத்திற்கு தாதுக்ராஸசக்தி	151
பாரதத்தின் பிரபாவம்	148
பாரத பஸ்மகுணங்களும் உபயோக முறையும்.	153
பாரத பஸ்மம்	153
பாரதம்	14[illegible]
பாரம்	4
பாரி கர்ப்பிகம்	59
பார்ச்வ சூலம்	47
பார்ச்வவாயு முதலிய வாதரோகங்களுக் கேற்ற நஸ்யம்	207
பாலக்கிரஹங்கள்	59,60
பாலபில்வ தைலம்	129
பால மூலகாதி தைலம்	129
பாலரோகங்கள்	58,61
பாலர் முதலியவருக்கேற்ற நஸ்யம்	204
பாலர் மூலலிய ஸுகுமார தேஹிகளுக்குச் செய்விக்கத் தகும் வமன முறை	180
பாளிசோஷம்	52
பாஜநம்	4
பாஷாண கர்த்தபம்	45,46
பாஷ்ப ஸ்வேதம் (அல்லது ஊஷ்மஸ்வேதம்).	177
பாஸ்கரலவண சூர்ணம்	104
பாஹூசால குடம்	106
பாஹ்ய க்ருமிகள்	31
பாஹ்யாயாமம்	47

	பக்கம்.
பிசு	3,228
பிச்சிதம்	42
பிச்சிலம்	9
பிச்சில வஸ்தி	199
பிச்சில வஸ்திக்குரிய சரக்குகள்	199
பிடாலகம்	240
பிடாலகம் செய்யுமுறை	240
பிடால பதகம்	3
பிடிகா	53
பிடித்து விடுதல்	179
பிண்ட தைலம்	127
பிண்டி	106
பிண்டிகா	240
பிண்டிகையின் முறை	240
பிண்யாகாதி லேபம்	216
பித்ததரா-கலா	25
பித்ததுஷ்டமான இரத்தத்தின் குறிகள்	232
பித்த நாடி	50
பித்த விஸ்ஸரணம்	49
பித்தப் பை	22
பித்த ப்ரக்ருதி	27
பித்தம்	2,20
பித்த ரோகங்கள்	49
பித்த ரோஹிணீ	51
பித்த விதக்த்த த்ருஷ்டி	55
பித்தளை	149
பித்தளை பஸ்மம்	141
பித்தளையின் குணங்கள்	141
பித்தாசயம்	17
பித்தோத்க்லிஷ்டம்	53
பித்ருக்கிரஹம்	60
பிந்து க்ருதம்	122
பிநமலத்வம்	49
பிப்பலீ	52
பிப்பலீ வர்த்தமாநகம்	91,92
பிப்பல்யாதி கல்கம்	93
பிப்பல்யாதி குளிகை	109
பிப்பல்யாதி க்ருதம்	119
பிப்பல்யாதி ச்வாதம்	74
பிப்பல்யாதி சூர்ணம்—முதல்	95
,, இரண்டாவது	99
,, மூன்றாவது	101
பிப்பல்யாத்யாஸவம்	134
பிரமேஹம்	39

	பக்கம்.
பிரமேஹ பிடகைகள்	... 40
பில்வம்	... 3
பில்வாதி க்வாதம்—முதல்	... 77
,, இரண்டாவது	... 79
,, மூன்றாவது	... 82
பின்னம்	... 42
பிஷ்டகம்	... 54
பிஷ்ட மேஹம்	... 39
பிஸவர்த்மா	... 53
பீடை	... 50
பீத தந்தத்வம்	... 49
பீத தர்சநம்	... 49
பீத தேஹத்வம்	... 49
பீத நகத்வம்	... 49
பீத நேத்ரதா	... 49
பீத மண்டல தர்சநம்	... 49
பீத மலத்வம்	... 49
பீத மூத்ரத்வம்	... 49
பீநஸம்	52,53
பீருத்வம்	... 48
பீஜபூர புடபாகம்	... 69
பீஜபூர மூலாதி லேபம்	... 223
பீஜபூர ஸ்வரஸம்	... 67
பீஜபூராதி க்வாதம்	... 72
பீஜம்	... 22
புடபாக ஔஷதமுறை	... 244
புடபாகம்	68,244
புடபாகம் செய்யுமுறை	... 68
புடபாக விதி	... 68
புடபாக ஸ்வரஸத்திற்கான அளவுகள்	... 68
புடபாக ஸ்வரஸத்தை நேத்திரத்தில் ஊற்ற வேண்டிய முறை	... 244
புண்டரீகம்	... 44
புதன்	... 149
புத்தி	23,24
புத்ரக்னயோனி	... 57
புத்ரிணீ	... 40
புநர்நவாதி க்வாதம்—முதல்	... 78
,, இரண்டாவது	... 83
,, மூன்றாவது	... 83
,, நான்காவது	... 83
புநர்வாதி லேபம்,	... 216
புநர்வாதி ரஸக்ரியை	... 251
புப்புடம்	... 50,51
புப்புஸம்	... 21
புரைகுழல்	... 41
புஷ்கரிகா	... 43
புஷ்ப விஷம்	... 63
பூச்சுகள்	... 216
பூச்சு மருந்து	... 222
பூதநாக்கிரஹம்	... 60
பூதர யந்திரம்	156,162
பூதாஸ்யம்	... 51
பூதி கந்தம்	... 50
பூதி கர்ணம்	... 52
பூதி நஸ்யம்	52,53
பூதி ரக்தம்	52,53
பூதோன்மாதம்	... 36
பூதிம்பாதி க்வாதம்	... 72
பூயஸ்ராவம்	52,54
பூயாலஸம்	... 54
பூர்வ ரூபம்	... 1
பேதனம்	... 14
பேயா	86,87
பொன் முதலியவற்றின் சுத்தி	... 138
பொன்னிமிளை	... 143
போதகீ	... 53
ப்ரகுஞ்சம்	... 3
ப்ரகோபம்	... 10
ப்ரக்ருதி	5,23,2
ப்ரசலிதம்	... 42
ப்ரதமகம்	... 204
ப்ரதமநநஸ்யத்திற்கேற்ற ஔஷதம்	... 205
ப்ரதமநநஸ்யம் செய்வதற்கேற்ற பிணிகள்	... 205
ப்ரதரம்	... 57
ப்ரதானம்	... 24
ப்ரதிச்யாயம்	... 52
ப்ரதி தூநீ	... 47
ப்ரதிமர்சத்திற்கேற்ற ஸமயங்கள்	... 208
ப்ரதிமர்சத்தின் உபயோகங்கள்	... 202
ப்ரதிமர்ச மாத்திரை யறியுமுபாயம் முதலியது	... 208
ப்ரதிமர்சம்	... 26
ப்ரதிஸாரண கண்டூஷங்கள்	... 215
ப்ரதிஸாரணம்	... 215
ப்ரதிஸாரணம் மூன்றுவிதம்	... 215
ப்ரதீநாஹம்	... 5[illegible]
ப்ரதீபகம்	... 150

	பக்கம்.
ப்ரதேஹ-ப்ரலேபங்களில் சில நியமங்கள்	... 223
ப்ரதேஹம்	... 222
ப்ரத்யஞ்ஜநம்	... 254
ப்ரத்யஞ்ஜநம் முதலியன	... 254
ப்ரத்யஷ்டீலா	47,48
ப்ரத்யாத்மாநம்	... 48
ப்ரபாவம்	... 10
ப்ரபுந்நாட பீஜாதிலேபம்	... 220
ப்ரமத்யா முதலிய கஷாயவகைகள்	... 85
ப்ரமத்யா முறை	... 85
ப்ரமம்	... 49
ப்ரமம் முதலியன	... 35
ப்ரமாதி	... 16
ப்ரம்சது	52,53
ப்ரலாபம்	47,48
ப்ரலேப ப்ரதேஹங்கள்	... 222
ப்ரலேபமும் ப்ரதேஹமும்	... 222
ப்ரலேபம்	... 222
ப்ரவாள சுத்தி	... 147
ப்ரவாஹிகா	... 30
ப்ரவாஹிணீ	... 25
ப்ரஸந்நா	... 132
ப்ரஸாதநாஞ்ஜநம்	... 246
ப்ரஸாரிணீ தைலம்	... 115
ப்ரஸுப்தி	... 48
ப்ரஸேகம்	... 49
ப்ரஸ்தார்யர்மம்	... 54
ப்ரஸ்த்தம்	4,5
ப்ரஸ்ருதம்	... 3
ப்ரஸ்ருதி	... 3
ப்ரஹஸ்பதி	... 149
ப்ரஹ்மபுத்ரம்	... 150
ப்ரக்ஷேபம்	... 91
ப்ராகாம்யம்	... 149
ப்ராக்சரண யோசி	... 57
ப்ராணவாயு	8,19,22,25
ப்ராந்தி	... 28
ப்ராப்தி	... 149
ப்ராயோகிக தூமம்	... 210
ப்ராஜகபித்தம்	... 20
ப்ராஹ்மீஸ்வரஸம் முதலியது	... 67
ப்ரியாளபீஜாதி லேபம்	... 217
ப்ருங்கராஜ தைலம்	... 128
ப்ருந்தம்	... 51
ப்ருஹதீரஸாதி லேபம்	... 218
ப்ருஹ்மண தூமம்	... 210
ப்ருஹ்மண நஸ்யம் செய்வதற்குரிய பிணிகள்	... 206
ப்ருஹ்மணம்	1,199
ப்ருஹ்மண வஸ்தி	... 199
ப்ருஹ்மண வஸ்திக்குரிய சரக்குகள்	... 199
ப்லீஹதரா-கலா	... 17
ப்லீஹம்	... 21
ப்லீஹோதரம்	37,236
ப்லுஷ்டம்	... 42
மகேருகம்	... 31
மக்கல்லம்	57,58
மஞ்ஜிஷ்டாதிகண க்வாதம்	... 84
மஞ்ஜிஷ்டாதி கணம்	... 84
மஞ்ஜிஷ்டாதி க்வாதம்	... 84
மண்டம்	... 88
மண்டலம்	... 44
மண்டூரத்தின் குணங்கள்	... 148
மண்டூரம்	147,148
மண்ணீரல் வீக்கத்தில் விராதாஹம்	... 236
மதகாரி	... 16
மதநபலாதி ப்ரதேஹம்	... 224
மதம்	... 35
மதாத்யயம் முதலியன	... 35
மதுகாதி லேபம்	... 223
மதுதைலக வஸ்தி	... 199
மதுதைலக வஸ்தியின் சரக்கு முதலியன	... 199
மதுமேஹம்	... 39
மதுஸூக்தம்	... 130
மதூகபுஷ்பாதி பாண்டம்—முதல்	... 89
,, இரண்டாவது	... 89
மத்யம கோஷ்டிகள்	... 185
மத்யம தூமம்	... 210
மத்யம மாத்திரை	... 181
மத்யம ஸ்வேதம்	... 175
மத்யாஞ்ஜநம்	... 247
மந்த கல்பனை	... 89
மந்த புத்தி	... 49
மந்தம்	... 9,89
மந்தாக்னி (ஜாடரம்)	... 33
மந்தான பைரவ ரஸம்	... 1[illegible]6
மந்யாஸ்தம்பம்	... 47
மயக்கம்	28,64

பக்கம்.

மயிர்நரைத்தலைப் போக்கும் நஸ்யம் ... 208
மயிர் நரைத்தல் ... 53
மயில் துத்தம் ... 143
மரணம் ... 22
மரிசாதி குளிகை ... 1(7
மரிசாதி சூர்ணம் ... 99
மரிசாதி தைலம் ... 127
மரிசாதி ரஸக்ரியை 250,253
மரிசாதி லேபம் ... 227
மரிசாதி ஹிமம் ... 90
மரீசி ... 3
மர்சநஸ்யத்தின் மாத்திரைகள் ... 205
மர்ச-ப்ரதிமர்சங்களின் பேதங்கள் ... 207
மர்சம் செய்யவேண்டிய நாட்களின் முறை ... 206
மர்ச-விரேசங்களா லுண்டாகும் தீங்குகளுக்கு நிவாரணம் ... 206
மர்ச-விரேசன நஸ்யங்களால் நேரிடும் அபாயங்கள் ... 206
மர்மம் ... 21
மலங்கள் 18,19,25
மலாகாதம் ... 38
மலாசயம் 17,19
மலாதிக்யம் ... 49
மற்ற சிகித்ஸாமுறைகளினும் விரேசனத்தின் மேன்மை ... 184
மனச்சிலா சுத்தி ... 145
மனச்சிலையின் குணங்கள் ... 145
மனதைப்பற்றிய ரோகங்களுக்கேற்ற நஸ்யம்... 205
மஜ்ஜா 18,171,207
மஜ்ஜாபானத்திற்குரியவர் ... 172
மஜ்ஜா மேஹம் ... 39
மஷகம் 45,46
மஸூராதி க்ருதம் ... 120
மஸூராதி மந்தம் ... 90
மஸூரிகா 40,45.46
மஹத் ... 24
மஹா காண்டவ சூர்ணம் ... 100
மஹா குஷ்டம் ... 44
மஹா குறம் ... 31
மஹா சால்வணம் ... 178
மஹா ச்வாஸம் ... 33
மஹா தாம்ரேச்வர ரஸம் ... 162
மஹா திக்தக க்ருதம் ... 121
மஹா தீர்பலாதி லேபம் ... 219
மஹா பிம்பஜடா கல்கம் ... 92
மஹா பஞ்சமூல தீபிகா தைலம் ... 229
மஹா பஞ்ச மூலம் ... 229
மஹா புடம் ... 139
மஹா மேஹபத்த ரஸம் ... 164
மஹா ம்ருகங்கள் ... 218
மஹா யோனி ... 57
மஹா ராஸ்நாதி க்வாதம் ... 79
மஹா வஹ்நி ரஸம் ... 164
மஹா ஸௌஷிரம் ... 50
மஹா ஸ்நேஹம் ... 171
மஹா ஸ்வேதம் ... 175
மஹா ஹிக்கா ... 33
மஹியா ... 149
மஹோதர ரோகம் ... 37
மாகத பரிபாஷை 2,5
மாகந்தாதி லேபம் ... 227
மாஞ்ஜிஷ்ட மேஹம் ... 39
மாதுலுங்க மூலாதி லேபம் ... 217
மாதுலுங்காதி கபளக்ரஹம் ... 215
மாத்ராகாலம் ... 192
மாத்ராவஸ்தி ... 190
மாத்ரு ... 31
மாத்ரை 106,239
மாந்தக்கட்டி ... 236
மாம்ஸதரா-கலா 17,19
மாம்ஸ பாகம் ... 43
மாம்ஸ பேசீ முதலியவை ... 21
மாம்ஸம் ... 18
மாம்ஸார்புதம் 41,43,50
மானிகை ... 4
மாஷ தைலம் ... 126
மாஷம் 3,4,5
மாஷாதி குளிகை ... 112
மாக்ஷிகத்தின் குணங்கள் ... 143
மிச்ர ப்ரக்ருதிகள் ... 27
மித்யாசாரங்கள் ... 173
மித்யா யோகம் ... 62
மிர்மிநம் 47,48
முக சோஷம் ... 49
முக தூஷிகா 45,46
முக பாகம் 58,59
முகமண்டலச்சாக்ரஹம் ... 60
முக மாதுர்யம் ... 49
முகம் 47,48
முக ரோகங்கள் ... 50

பக்கம்.

முக லேபநம் ... 216
முக லேபம் ... 49
முக ஸ்ராவம் 58,59
முகுந்தம் ... 149
முசுகுந்த லேபம் ... 221
முதலில் ஸ்வேத சிகித்ஸைக்குரிய பிணியாளிகள் ... 176
முறைக்காய்ச்சல் ... 29
முறைதவறுன அநுவாஸனத்தினுல் தீங்குகள் 191,195
முறைதவறுன ஸ்நேஹ பானத்தினுலுண்டாகும் தீமையும் பரிஹாரமும் ... 173
முறைதவறிய தர்ப்பணக் குறிகள் ... 243
முறைதவறிய தர்ப்பணத்திற்குப் பரிஹாரம்... 243
முறைதவறிய தூமபானத்திற்குப் பரிஹாரங்கள் ... 211
முறைதவறிய புடபாகௌஷத சிகித்ஸைக்குப் பரிஹாரம் ... 245
முறைப்படி வாந்தியானதின் குறிகள் ... 183
முறைப்படி விரேகமானதின் குறிகளும் பிறகு செய்யவேண்டிய உபசாரங்களும் ... 189
முஷ்டி ... 3
முஸலீகந்தாதி சூர்ணம் ... 105
முஸ்தாதி க்வாதம் ... 75
முஸ்தாதி ப்ரமத்யா ... 86
மூட கர்ப்பம் 57,58,176
மூத்ர குண்டிக்காய்கள் ... 22
மூத்ர க்ராந்தி ... 38
மூத்ர க்ருச்சிரம் ... 39
மூத்ர சுக்ரம் ... 38
மூத்ர ஜடரம் ... 38
மூத்ர ஸாதம் ... 38
மூத்ர க்ஷயம் ... 38
மூத்ராகாதம் ... 38
மூத்ராசயம் ... 17
மூத்ராதீதம் ... 38
மூர்ச்சாரோகம் ... 35
மூர்ச்சை ... 28
மூர்த்த தைலங்கள் ... 227
மூல பகந்தரம் ... 43
மூல ப்ரக்ருதி 23,24
மூல ப்ரக்ருதி முதலியது ... 23
மூல முளைகள் ... 30
மூல விஷம் ... 63
மூவகைப்பட்ட பாகௌஷதங்கள் ... 244
மூன்று தோஷங்கள் 2,19
மூன்று வஸ்திகள் செய்யப்படும் கிரமம் ... 190
மூன்றுவித அஞ்ஜந குளிகை ... 247
மூன்றுவித ஆச்சியோதநம் ... 239
மூன்றுவித சூர்ணாஞ்ஜநம் ... 247
மூன்றுவிதமான ஸ்நேஹபாகம் ... 118
மூன்றுவித முகலேபநம் ... 216
மூன்றுவித ரஸக்ரியாஞ்ஜநம் ... 247
மூன்றுவித ஸேகங்களின் காலநியமங்கள் ... 238
மூன்றுவித ஸேகங்கள் ... 238
மூன்றுவித ஸ்வேதங்களும் அவற்றின் உபயோகங்களும் ... 175
மேதகம் ... 132
மேதஸ் 18,22,41
மேதோ கண்டம் ... 51
மேதோ தரா-கலா ... 17
மேதோ ரோகம் ... 40
மேதோ ரோஹிணீ ... 51
மேதோர்புதம் 41,50
மேத்யம் ... 108
மேஹநம் ... 21
மேஹம் ... 39
மோதகம் ... 106
மௌக்திக குணங்கள் ... 147
மௌக்திக சுத்தி ... 147
மௌக்திக பஸ்மம் ... 147
ம்ருகாங்க போட்டலீ ரஸம் ... 156
ம்ருணாதி லேபம் ... 221
ம்ருதிதம் ... 43
ம்ருது ... 9
ம்ருது கோஷ்டிகள் ... 185
ம்ருது சூர்ணாஞ்ஜநம் ... 247
ம்ருது தூமம் ... 210
ம்ருது வஸ்தி ... 198
ம்ருது வஸ்திக்குரியவர் ... 198
ம்ருது ஸ்வேதத்திற்குரிய நிலைமை ... 177
ம்ருத்வஞ்ஜநம் .. 247
யக்ருத் கண்டம் ... 21
யக்ருத்தரா-கலா ... 17
யக்ருத்தாலீ 37,236
யமக ஸ்நேஹம் .. 171
யாதம்ஷ்ட்ரா ... 11
யமஹிக்கா ... 33

	பக்கம்.
யவ ப்ரக்யா	... 45
யவ மந்தம்	... 90
யவம்	3,5
யவ க்ஷாராதி சூர்ணம்	... 98
யவாகூ அல்லது ச்ருஸரா	... 87
யவாகூ முறை	... 86
யவாதி க்வாதம்	... 77
யவாதி லேபம்	... 226
யவாநீ காண்டவ சூர்ணம்	... 103
யஷ்ட்யாதி தைலம்	... 128
யஷ்ட்யாதி லேபம்	... 218
யாப்யம்	... 23
யானைக்கால்	... 41
யுக்தரத வஸ்தி	... 200
யுக்தரத வஸ்தியும் அதன் சரக்குகளும்	... 200
யூகம்	... 31
யூஷம்	... 87
யூஷம் செய்யும் முறை	... 86
யோகம்	... 6
யோகராஜ குக்குலு	... 110
யோகவாஹி	... 16
யோனி கந்தம்	... 57
யோனிப்புற்று	... 57
யோனி ரோகங்கள்	... 57
ரகஸா	... 45
ரக்த சந்தநாதி லேபம்—முதல்	... 216
" இரண்டாவது	... 225
ரக்த நாடி	... 50
ரக்த நேத்ரம்	... 50
ரக்த பிடகா	... 50
ரக்த பித்தம்	... 32
ரக்த ப்ரதரம்	... 57
ரக்த மண்டலம்	... 50
ரக்த மூத்ரம்	... 50
ரக்த மேஹம்	... 39
ரக்தம்	... 31
ரக்த ஷ்டீவநம்	... 50
ரக்த ஸ்ராவம்	49,54
ரக்தார்சஸ்	... 30
ரக்தார்புதம்	... 41
ரக்தோத் க்லிஷ்டம்	... 53
ரஞ்ஜக பித்தம்	... 20
ரஜத பஸ்மம்—முதல்	... 140
" இரண்டாவது	... 140

	பக்கம்.
ரஜஸ்	... 94
ரஸ க்ராஸம்	... 151
ரஸக்ரியாஞ்ஜநம்	246,247
ரஸக்ரியை	113,250
ரஸ பஸ்மம்—முதல்	... 152
" இரண்டாவது	... 152
" மூன்றாவது	... 152
" நான்காவது	... 153
ரஸநகபம்	... 20
ரஸாஞ்ஜநம்	... 116
ரஸாஞ்ஜநாதி ரஸக்ரியை	... 251
ரஸாஞ்ஜநாதி வர்த்தி	... 249
ரஸாஜ்ஞதா	... 48
ரஸோந கல்கம்—முதல்	... 92
" இரண்டாவது	... 92
ராத்ரியாந்த்யம்	... 55
ராஜ ம்ருகாங்க ரஸம்	... 160
ராஜ யக்ஷ்மா	... 33
ராஜிகா	45,46
ராஸ்நாதி க்வாதம்—முதல்	... 79
" இரண்டாவது	... 79
" (மஹா) மூன்றாவது	... 79
" நான்காவது	... 83
ராஸ்நாதி லேபம்	... 221
ருது தோஷங்கள்	... 57
ருஜா	... 43
ருக்ஷஜிஹ்வம்	... 44
ரூபதன் மாத்ரை	... 24
ரூபம்	... 1
ரூக்ஷண சிகித்ஸை	... 243
ரூக்ஷ தேஹிகள்	... 185
ரூக்ஷஸ்நிக்தமையில் செய்யவேண்டிய சிகித்ஸை	... 175
ரூக்ஷம்	9,241
ரேசகரஸம்	... 159
ரேசன தூமம்	... 210
ரேசனம்	... 14
ரேணுகாதி க்வாதம்	... 78
ரேவதீ க்ரஹம்	... 60
ரோகங்களின் ஸங்க்யை	... 28
ரோகபரீக்ஷையும் சிகித்ஸையும்	... 1
ரோகஹர ரஸம்	... 166
ரோகா ரோக்யங்களின் காரணம்	... 23
ரோதநம்	... 59

	பக்கம்.
ரோபண ஆச்ச்யோதநம	... 239
ரோபண கண்டூஷம்	... 213
ரோபண புடபாகம்	... 245
ரோபண ஸேகம்	... 238
ரோபணாஞ்ஜநத்திற்குத் தகுந்த சலாகை	... 24
ரோபணாஞ்ஜநம்	... 24
ரோமத்வீபம்	... 31
ரோமஸஞ்ஜநந லேபம்	... 218
ரோமஹர்ஷம்	... 48
ரோஹிணீ	... 19
ரோஹிதகாரிஷ்டம்	... 137
ரௌக்ஷ்யம்	47,48
லகணம்	... 53
லகு கங்காதர சூர்ணம்	... 98
லங்கனம்	... 1
லசுநாதி லேபம்	... 224
லவங்காதி சூர்ணம்	... 100
லவணத்ரயாதி சூர்ணம்	... 101
லாங்கல்யாதி லேபம்	... 216
லாலா மேஹம்	... 39
லாஜ மண்டம்	... 88
லாஜாதி லேபம்	... 225
லாக்ஷா கல்கம்	... 93
லாக்ஷா சந்தநாதி தைலம்	... 131
லாக்ஷா தைலம்	... 124
லிங்கத்திலிருந்து இரஸமெடுக்கும் முறை	... 150
லிங்க நாசம்	... 55
லிங்கப் புற்று	... 43
லிங்கம்	... 150
லிங்கார்சஸ்	... 43
லிக்ஷா	... 31
லேகந ஆச்ச்யோதநம்	... 239
லேகந புடபாக முறை	... 245
லேகநம்	8,15
லேகந ரஸக்ரியை	... 252
லேகந வர்த்தி	... 249
லேகந வஸ்தி	... 149
லேகந வஸ்திக்குரிய சரக்குகள்	... 199
லேகந ஸேகம்	... 238
லேகநாஞ்ஜநத்திற்குத் தகுந்த சலாகை	... 248
லேகநாஞ்ஜநம்	... 246

	பக்கம்.
லேபநம்	... 216
லேபம்	6,26,216,222
லேபநாதி விதி	... 216
லேலிஹம்	... 31
லேஹம்	... 113
லேஹீ	... 52
லேஹ்ய கல்பனே	... 113
லேஹ்யத்தில் சேர்க்கவேண்டிய வஸ்துக்களின் பிரமாணங்கள்	... 113
லேஹ்யத்திற்கு அனுபானங்கள்	... 113
லேஹ்ய பாகத்தின் அறிகுறிகள்	... 113
லேஹ்யமும் அதன் பரியாணமும்	... 113
லேஹ்யம்	... 6
லோகநாத ரஸம்—முதல்	... 154
" இரண்டாவது	... 156
லோத்ராதி லேபம்	... 217
லோம வித்வம்ஸம்	... 31
லோஹ கந்தாஸ்யதா	... 49
லோஹங்கள் பஸ்மமானதற்கு அறிகுறிகள்	... 160
லோஹ ரஸாயநம்	... 169
லோஹ வித்தி	... 149
லோஹாஸவம்	... 134
லோஹிதம்	... 53
லோஹிதா	18,19
வங்கத்தின் குணங்கள்	... 142
வங்க பஸ்மம்	... 142
வங்கம்	... 149
வசாதி தைலம்	... 131
வசாதி லேபம்	... 227
வசித்வம்	... 149
வடகம்	3,106
வட பத்ராதி லேபம்	... 217
வடி	... 106
வடிகா	... 106
வத்ஸகாதி க்வாதம்—முதல்	... 77
" இரண்டாவது	... 81
வத்ஸநாபம்	... 150
வந்த்யா கர்க்கோடகீ கல்கம்	... 93
வமன சிகித்ஸையில் விலக்கக்கூடியவை	... 183
வமனத்திற்காக ஔஷதங்களுக்குபயோகிப்பதற்குப் பொது அளவு	... 181

பக்கம்.
வமனத்திற்கான அளவுகள் ... 182
வமனத்திற்கான பத்தியம் ... 183
வமனத்திற்கு உபயோகிக்கும் பொதுச் சரக்குகள் ... 181
வமனத்திற்கு க்வாதம் பக்குவம் செய்யுமுறை ... 181
வமனத்திற்குத் தகாதவர்கள் ... 180
வமனத்திற்குரியவர் ... 179
வமனத்திற்குரியாதவர்களில் சில விலக்கு ... 180
வமனத்தினால் நிவ்ருத்திக்கக் கூடிய வியாதிகள் ... 183
வமனம் 1,7,15,2 ,62,179
வமனம் செய்வதற்கான வியாதிகள் ... 180
வமன விதி ... 179
வமன விரேசனங்களுக்கேற்ற காலம் ... 179
வமனாதிகளில் ப்ரஸ்தத்தின் பரிமாணம் ... 181
வமனோபசாரம் ... 182
வயதுக்குத் தகுந்தவாறு ஔஷத ப்ரமாணங்கள் ... 26
வயதுக்கேற்றவாறு சிகித்ஸாமுறை முதலியது ... 26
வராஹ தம்ஷ்ட்ரா ... 45
வருணாதிகண க்வாதம் ... 84
வருணாதி கணம் ... 84
வர்த்தி 106,248
வர்ஷா காலத்திற்கேற்ற விரேசௌஷதம் ... 186
வலயம் ... 51
வல்மீகம் ... 45
வல்லம் ... 5
வழுக்கைத் தலை ... 53
வளிகள் ... 25
வறட்காமாலை ... 32
வறட்சி ... 241
வஜ்ர கபாட ரஸம் ... 167
வஜ்ர சுத்தி ... 146
வஜ்ரத்தின் குணங்கள் ... 146
வஜ்ர தைலம் ... 130
வஜ்ர பஸ்மம் ... 146
வஸந்த குஸுமாகர ரஸம் ... 159
வஸா 18,171
வஸா பானத்திற்குரியவர் ... 172

பக்கம்.
வஸா மேஹம்
வஸ்தி ... 39
வஸ்தி குண்டலிகா 17,25,189
வஸ்தி சோதகம் ... 38
வஸ்தி செய்வதற்கான வஸ்துக்கள் ... 88
வஸ்தியின் மஹிமை ... 191
வஸ்தி விதி ... 191
வஹ்னம் ... 189
வாகுச்சியாதி லேபம் ... 4
வாங்மாத்திரை ... 220
வாட்ய மண்டம் ... 239
வாத கண்டகம் ... 88
வாத கண்டம் 47,48
வாத குண்டலிகா ... 51
வாத துஷ்டமான இரத்தத்தின் குறிகள் ... 38
வாத நாசந ரஸம் ... 232
வாத நாடீ ... 166
... 50
வாத பித்த கபங்களால் துஷ்டமான இரத்தத்தை வெளிப்படுத்தல் ... 234
வாத பித்த கபங்களில் தனித்தனியாக உபயோகிக்கக் கூடிய நஸ்யங்கள் ... 207
வாத பித்த கபரோகங்களில் நிருஹ வஸ்தியின் கிரமம்
வாத ப்ரக்ருதி ... 198
வாத ப்ரக்ருதி முதலிய தன்மைகளின் குறிகள் 5,27
வாத ப்ரவ்ருத்தி ... 27
வாதம் 47,48
வாத ரக்தம் ... 2
வாத ரோகங்கள் ... 47
வாத ரோஹிணீ ... 47
வாத வஸ்தி ... 51
வாத விபர்யயம் ... 38
வாதாசயம் ... 56
வாதாதி தோஷங்களுக்கேற்ற ஆச்சியோதந ஔஷதங்கள் ... 17
வாதாதி தோஷங்களுக்கேற்ற விரேசௌஷதங்கள் ... 239
வாதானுலோம்யம் ... 186
வாதாஷ்டீலா ... 174
வாந்தி பேதி ... 38
... 30

பக்கம்.
வாமந ஆமம் ... 210
வாமநம் 47,4
வாமநயோனி ... 57
வாயஸ்யாதி லேபம் ... 220
வாயு-அல்லது வாதம் ... 19
வாருணீ .. 132
வாருணீ தைலம் ... 125
வாலுகாயந்திரம் ... 153
வாஜீகரம் 15,108
வாஸாதிக்வாதம்-முதல் 78, இரண்டாவது 78, மூன்றாவது 78, நான்காவது 78, ஐந்தாவது. 85
வாஸா ஸ்வரஸம் ... 66
வாஸா ஹிமம் ... 91
விசாரங்கள் ... 24
விகாவி ... 16
விக்ருதி ... 24
விசதம் ... 9
விசர்ச்சிகா ... 44
விசாகக் கிரஹம் ... 59
விச்சின்னம் ... 59
விச்லிஷ்டம் ... 42
விச்வாசீ 47,48
விடங்காரிஷ்டம் ... 135
விட்க்ரஹம் 47,48
விதக்த்தம் 30,42
விதர்ப்பம் ... 50
விதாரிகா 40,45
விதாரிதம் ... 42
விதாரீ ... 52
விதாஹம் ... 49
வித்தம் ... 165
வித்யாதர ரஸம் ... 40
வித்ரதி 19,40,4 ,43,52,53
விநதா ... 42
விபாகங்கள் ... 9
விபாதிகா ... 44
விபீதக புடபாகம் ... 69
விபீதபலமஜ்ஜா லேபம் ... 216
விப்புருதி ... 40
விப்லுதயோனி ... 57
வியாதிகளைப் பற்றிய முன்னுரை ... 28
வியாதிகளை விலக்குதல் ... 23
வியாயாமம் ... 179
விருத்த மணி 43
விரேகத்தில் உத்தம மத்யம ஹீநயோகங்கள் ... 186
விரேகத்தில் கல்கம் முதலியவற்றின் பொது அளவு ... 186
விரேகத்திற்குத் தகாதவர்கள் ... 185
விரேகத்திற்குத் தகுந்த ரோகிகள் 185
விரேகத்திற்குப் பொதுவாக கஷாயங்களின் உத்தம மத்யம ஹீந மாத்திரைகள் ... 186
விரேகத்திற்கு முன் செய்யவேண்டிய சிகித்சை 184
விரேகத்தின் உபயோகம் ... 189

பக்கம்.
விரேகமானவருக்கு பத்தியம் ... 189
விரேகம் 7,26,62
விரேசௌஷதமுபயோகித்தவர் விலக்க வேண்டியவை ... 189
விரேசன சூர்ணாஞ்ஜனம் ... 247
விரேசனத்திற்கேற்ற காலம் ... 184
விரேசன நஸ்யத்திற்குரிய ரோகங்கள் ... 204
விரேசன நஸ்யத்திற்கேற்ற ஔஷதங்கள் ... 203
விரேசன நஸ்யத்தின் மாத்திரைகள் ... 203
விரேசனம் 1,179
விரேசனம் செய்விக்கக் கூடிய கோளாறுகள்... 184
விரேசன விதி ... 184
விரேசனௌஷத முண்டபின் செய்யவேண்டிய விதி ... 188
விலம்பிதம் ... 42
விவர்த்திதம் ... 42
விவ்ருதா ... 45
விளம்பிகா ... 30
விஷங்கள் ... 63
விஷதுஷ்டமான இரத்தத்தின் குறிகள் ... 233
விஷம ஜ்வரம் ... 29
விஷமாக்னி ... 33
விஷயங்கள் ... 24
விஷா ஜீர்ணம் ... 30
விஷூசி ... 30
விஷூசியில் விராதாஹம் ... 236
விஷ்கம்பம் 57,58
விஷ்கிரங்கள் ... 188
விஷ்டப்தம் ... 30
விஷ்ணுக்ராந்த ஜடா கல்கம் ... 93
விஸர்பம் ... 46
விஸ்போடம் 44,45,46
வீடுகளில் செய்துகொள்ளத் தகுந்த ஆமபான வஸ்துக்கள் .. 213
வீரதர்வாதி கணக்வாதம் ... 81
வீரதர்வாதி கணம் 81,178
வீர்யங்கள் ... 9
வீர்யவாஹி ... 22
வெண்கலத்தின் குணங்கள் ... 141
வெண்கல பஸ்மம் ... 141
வெண்கலம் ... 149
வெண் குஷ்டம் ... 44
வெள்ளி ... 149
வெள்ளி ஷிமிளை ... 143
வெள்ளியின் குணங்கள் ... 140
வெள்ளீயம் ... 142
வெறி ... 35
வேகங்கள் ... 37
வேக விரோதம் ... 175
வேதநீ 18,19
வைக்ராந்த சுத்தி ... 146
வைக்ராந்தத்தின் குணங்கள் ... 146
வைக்ராந்த பஸ்மம் ... 146

பக்கம்.

வைக்ராந்தம் ... 146
வைத்தியரால் சிகித்ஸைக்கு ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடியவர் ... 13
வைரம் ... 146
வ்யங்கம் 45,46
வ்யவாயி ... 16
வ்யாக்ரியாதி சூர்ணம் ... 104
வ்யாக்ரியாதி தைலம் ... 130
வ்யாநவாயு 8,19
வ்யாயாமம் ... 179
வ்யோஷம் ... 107
வ்யோஷாதி குளிகை ... 107
வ்ரணங்களில் லேபம் முதலிய கிரமம் ... 223
வ்ரணங்கள் 41,42
வ்ரண தூபனம் ... 210
வ்ரண வஸ்தியின் நேத்திரம் ... 191
வ்ரணாயாமம் 47,48
வ்ருத்த கங்காதர சூர்ணம் ... 98
வ்ருத்த தார்வாதி குளிகை ... 108
வ்ருத்தி ... 40
வ்ருஷண கச்சு 45,46
வ்ருஷபத்ர புடபாகம் ... 69
வ்ருஷாதி க்ருதம் ... 123
வ்ருஷ்யம் ... 108
ஜகலம் ... 132
ஜங்கம விஷங்கள் ... 63
ஜடாமாம்ஸ்யாதி லேபம் ... 221
ஜதுமணி 45,46
ஜம்பூபல்லவ ஸ்வரஸம் முதலியது ... 66
ஜயபால வர்த்தி ... 254
ஜராயு தோஷம் ... 58
ஜலசூட ரஸம் ... 158
ஜல ஸ்ராவம் ... 54
ஜலார்புதம் ... 50
ஜலோதரம் ... 37
ஜாங்கல பூமி ... 154
ஜாங்கல மாம்ஸம் ... 186
ஜாங்கலம் 7,186
ஜாங்கல ஜந்துக்கள் ... 154
ஜாடராக்னி 5,8,22,25
ஜாதிலிங்கம் ... 150
ஜாதீபலாதி சூர்ணம் ... 100
ஜாதீ பல்லவாதி தைலம் ... 129
ஜாதீ புஷ்பாதி ரஸக்ரியை ... 250
ஜாத்யாதி க்ருதம் ... 121
ஜாரணம் 151,1 2
ஜால கர்தபம் 45,46
ஜாலிநீ ... 40
ஜிஹ்வா ஸ்தம்பம் ... 47
ஜீர்ண ஜ்வரி ... 185
ஜீவநீய கண சூர்ணம் ... 96
ஜீவநீய கணம் ... 96
ஜீவாத்மாவும் அதன் நிலைமையும் ... 24

பக்கம்.

ஜேபால ரஸம் ... 158
ஜ்யேஷ்ட மாத்திரை ... 181
ஜ்வரக் கட்டி ... 236
ஜ்வரக்ன குடிகா ... 154
ஜ்வரங்கள் ... 28
ஜ்வர பித்த சூலை ... 36
ஜ்வராங்குச ரஸம்—முதல் 153, இரண்டாவது 157
ஜ்வராதிஸாரம் ... 76
ஜ்வராரி ரஸம் ... 153
ஷடங்க க்வாதம் ... 85
ஷட்கர்மஜ ரோகங்கள் ... 62
ஷட்குண பலிஜாரித ரஸம் ... 152
ஷண்டன் ... 56
ஷண்டிதயோனி ... 57
ஷோடஸிகா ... 3
ஷோடஸீ ... 3
ஸக்துகம் ... 151
ஸங்கோசம் 47,48
ஸஞ்ஜீவீ குளிகை ... 107
ஸதத ஜ்வரம் ... 29
ஸத்துவம் ... 146
ஸத்யோ வ்ரணம் ... 42
ஸந்தத ஜ்வரம் ... 29
ஸந்தி ... 20
ஸந்தி பக்ஷம் ... 42
ஸந்தான முறை ... 131
ஸந்தான விதி ... 131
ஸந்நிபாத துஷ்டமான இரத்தம் ... 233
ஸந்நிபாத நாடி ... 50
ஸந்நிபாத பைரவ ரஸம் ... 167
ஸந்நிபாதம் 12,61,233
ஸந்நிபாத ரோஹிணீ ... 51
ஸந்நிருத்த குதம் 45,46
ஸந்யாஸ ரோகம் ... 35
ஸப்த உபதாதுக்கள் 64,143
ஸப்த உபவிஷங்கள் 64,151
ஸப்த தாதுக்கள் 64,138
ஸப்த முஷ்டிக யூஷம் ... 86
ஸமானவாயு 8,19
ஸம்ப்ராப்தி ... 1
ஸம்மூட பிடகா ... 43
ஸம்யக் தக்த்தம் ... 42
ஸம்யோகங்கள் ... 12,61
ஸம்ஹிதையின் மஹிமை ... 255
ஸரம் ... 9
ஸர்ஜநீ ... 25
ஸர்ஜக்ஷாராதி லேபம் ... 224
ஸர்ஜிகாதி கர்ணபூரணம் ... 231
ஸர்ப்ப விஷம் ... 68
ஸர்வரோகஹர சூர்ணாஞ்ஜநம் ... 253
ஸர்வேச்வர ரஸம் ... 163
ஸர்ஷபம் ... 3
ஸர்ஷபாதி லேபம்—முதல் 225, இரண்டாவது 225

பக்கம்.

ஸர்ஷபிகா ... 40,42
ஸலூநம் ... 31
ஸஹதேவீ ... 10
ஸஹஜார்சஸ் ... 30
ஸாதகம் ... 20
ஸாதாரண பூமி ... 7
ஸாத்மியம் ... 171
ஸாத்ய வியாதிகள் ... 23
ஸாத்விகாஹாரங்கள் ... 23
ஸாந்த்ர மேஹம் ... 39
ஸாந்த்ரம் ... 9
ஸாரவிஷம் ... 63
ஸிகதாமேஹம் ... 39
ஸிகதாயந்திரம் ... 161
ஸிகதா வர்த்மா ... 53
ஸிதாதிலேபம் ... 227
ஸிதோபலாதி சூர்ணம் ... 97
ஸித்தயோக ரஸம் ... 160
ஸித்த வஸ்தி ... 200
ஸித்த வஸ்தியும் அதன் சரக்குகளும் ... 200
ஸித்தார்த்தகாதி லேபம்—முதல் 217, 2-வது. 221
ஸித்மம் ... 18,44
ஸிந்தூரம் ... 143
ஸிரா சுக்லம் ... 55
ஸிராபிடிகா ... 54
ஸிரா பூரணம் ... 47,48
ஸிரா மோக்ஷணம் ... 234
ஸிராஜாலம் ... 54
ஸிராஸங்கம் ... 55
ஸிராஹர்ஷம் ... 54
ஸிரை 21,22,25,41
ஸிரைமுதலியவற்றால் சரீரம் போஷிக்கப்படும் வகை 22
ஸிரோத்பாதம் ... 54
ஸுகந்தம் ... 31
ஸுகந்தி ... 56
ஸுதர்சன சூர்ணம், ... 97
ஸுஹ்ருஹலக்ஷணங்கள் ... 197
ஸுரா மேஹம் ... 59
ஸுரை ... 132
ஸுர்மா ... 245
ஸுவர்ணம் ... 3
ஸூகரவஸாதி கர்ணபூரணம் ... 230
ஸூக்தம் ... 132
ஸூசிகாபரண ரஸம் ... 158
ஸூசீமுகயோனி ... 57
ஸூதம் ... 149
ஸூதாதிவடி ... 165
ஸூரண புடபாகம் ... 70
ஸூரண லேஹ்யம் ... 115
ஸூரணாதி குளிகை-முதல் 108, இரண்டாவது 108
ஸூர்யாவர்த்தம் ... 53
ஸூர்யாவர்த்தம் முதலியவற்றில் ப்ருஹ்மணஸ்யம் ... 207

பக்கம்.

ஸூர்யாவர்த்த ரஸம் .. 161
ஸூக்ஷ்மம் ... 9,15
ஸேகம் ... 237
ஸேகம் செய்யுமுறை ... 237
ஸோமரோகம் ... 40
ஸௌரஸம் ... 31
ஸௌராஷ்ட்ரிகம் ... 151
ஸௌவீரம் ... 133
ஸௌவீராஞ்ஜநம் ... 252
ஸௌவீராதி சூர்ணாஞ்ஜநம் ... 253
ஸௌஷிரம் ... 50
ஸௌஸுராதம் ... 31
ஸ்கந்தக் கிரஹம் ... 59
ஸ்தந ரோகங்கள் ... 58
ஸ்தந்யம் ... 18
ஸ்தந்ய ரோகங்கள் ... 58
ஸ்தந்யாசயங்கள் ... 17
ஸ்தம்பகமும் ஆர்த்தவஜநகமும் ... 16
ஸ்தம்பநம் 15,47,48
ஸ்தாலீயந்திரம் ... 161
ஸத்தாவர விஷங்கள் ... 63
ஸ்த்தாவர ஜங்கம விஷங்கள் ... 63
ஸ்த்திரம் ... 9
ஸ்த்தூலம் ... 9
ஸ்த்தூலா ... 19
ஸ்த்ரீகளுக்கு உத்தரவஸ்தி செய்யும்முறை... 201
ஸ்த்ரீகளுக்கு உத்தரவஸ்தியின் பிரமாணம் முதலியது ... 201
ஸ்நாநம் ... 26
ஸ்நாயு ... 20
ஸ்நாயுகம் ... 31
ஸ்நாய்வர்மம் ... 54
ஸ்நிக்த்தம் 9,172,243
ஸ்நேஹ கல்பனை ... 117
ஸ்நேஹங்களின் சேர்க்கை முதலியது ... 171
ஸ்நேஹங்களுக்கு பாகபேதத்தினால் உபயோக பேதம் ... 119
ஸ்நேஹங்களை யுபயோகிக்கையில் பரிஹரிக்கவேண்டியவை ... 175
ஸ்நேஹங்கள் பழகவேண்டும் ... 119
ஸ்நேஹந ஆச்சியோதநம் ... 239
ஸ்நேஹந கண்டூஷம் ... 213
ஸ்நேஹந கபம் ... 20
ஸ்நேஹந சூர்ணாஞ்ஜநம் ... 247
ஸ்நேஹந தூமம் ... 210
ஸ்நேஹந புடபாகமுறை ... 245
ஸ்நேஹந ஸேகம் ... 238
ஸ்நேஹநாஞ்ஜநத்திற்குத் தகுந்த சலாகை ... 248
ஸ்நேஹநாஞ்ஜநம் ... 246
ஸ்நேஹபாகத்தில் விசேஷ விதிகள் ... 117
ஸ்நேஹபாகத்திற்கு ஸாமான்யவிதி ... 117
ஸ்நேஹபாகம் (உபயோகிக்கத் தகாதது) ... 119
ஸ்நேஹபாகம் (மூன்றுவிதமானது) ... 118

பக்கம்.
ஸ்நேஹபானத்தில் அருவருப்புள்ளவருக்குச் செய்யுமுபாயம் ... 173
ஸ்நேஹபானத்திற்கான அளவுகளும் உபயோகங்களும் 171
ஸ்நேஹபானத்திற்கு அநுபானங்கள் ... 173
ஸ்நேஹபானத்திற்குரிய காலங்கள் ... 173
ஸ்நேஹபானத்திற் குரியவர்கள் ... 174
ஸ்நேஹபானம் செய்யத்தகாதவர் ... 174
ஸ்நேஹபான விதி ... 171
ஸ்நேஹம் 6,62,117
ஸ்நேஹம் குடலில் தங்கி கெடுதிசெய்யாமலிருக்க உபாயம் ... 193
ஸ்நேஹம் பக்குவமானதின் அறிகுறிகள் ... 118
ஸ்நேஹோபயோகத்தினுலுண்டாகும் குணங்கள் 175
ஸ்பர்ச தன்மாத்ரை ... 24
ஸ்பர்சஹாநி ... 43
ஸ்புரணம் ... 47,48
ஸ்ரம்ஸனம் ... 14
ஸ்ருஷ்டிக்ரமம் ... 23
ஸ்ரோதஸ்ஸுகள் ... 21
ஸ்ரோதோஞ்ஜநம் ... 245
ஸ்வச்சந்தபைரவ ரஸம் ... 161
ஸ்வரபங்கம் ... 51
ஸ்வரபேதம் ... 34
ஸ்வரஸ கல்பனை ... 65
ஸ்வரஸங்களை உபயோகிக்கும் அளவு ... 65
ஸ்வரஸத்தில் சேர்க்கக்கூடிய வஸ்துக்களின் பிரமாணம் ... 66
ஸ்வரஸம் ... 65
ஸ்வர்ணத்தின் குணங்கள் ... 140
ஸ்வர்ணபஸ்மம்-முதல் 138, இரண்டாவது 139, மூன்றாவது 139, நான்காவது 139, 5-வது 139
ஸ்வர்ணபுஷ்ப்யாதி லேபம் ... 219
ஸ்வர்ணமர்க்ஷிக சுத்தி ... 143
ஸ்வர்ண மாக்ஷிக பஸ்மம் ... 143
ஸ்வர்ணம் ... 149
ஸ்வர்ணக்ஷீரரஸம் ... 164
ஸ்வர்ஜிகாதி தைலம் ... 230
ஸ்வேத சிகித்ஸைக்குத் தகாதவர் ... 177
ஸ்வேதசிகித்ஸைக்குப் பிறகு செய்யவேண்டிய காரியம் ... 176
ஸ்வேதசிகித்ஸையைப்பயன்படச்செய்யுமுபாயம் 176
ஸ்வேத சிகித்ஸையை நிறுத்தவேண்டிய ஸமயம் 179
ஸ்வேத நாசம் ... 47,48
ஸ்வேதம் ... 62
ஸ்வேதம் செய்யவேண்டிய தெப்பொழுது?... 176
ஸ்வேதம் முடிந்ததும் செய்யவேண்டிய காரியம் 179
ஸ்வேத விதி ... 175
ஸ்வேத ஸ்ராவம் ... 49
ஹதாதி மந்தம் ... 56
ஹநுஸ்தம்பம் ... 47
ஹபுஷாதி சூர்ணம் ... 101
ஹம்ஸபதம் ... 3
ஹம்ஸபோடலீ ரஸம் ... 161

பக்கம்.
ஹரித வர்ணத்வம் ... 49
ஹரிதாளாதி கர்ணபூரணம் ... 231
ஹரீதக்யாதி ச்வாதம்—முதல் 74, இரண்டாவது 80
" மூன்றாவது ... 83
ஹரீதக்யாதி சூர்ணம் ... 98
ஹரீதக்யாதி லேபம் ... 220
ஹரேணுகாதி லேபம் ... 222
ஹலீமகம் ... 32
ஹஸ்தி மேஹம் ... 39
ஹாரித்ர மேஹம் ... 39
ஹாரித்ரம் ... 150
ஹாலாஹலம் ... 150
ஹிக்காரோகம் ... 33
ஹிங்குளம் ... 150
ஹிங்குளாக்ருஷ்ட ரஸம் ... 150
ஹிங்க்வாதி தைலம் ... 129
ஹிம கல்பனை ... 90
ஹிமம் 65,89,90
ஹிஜ்ஜலபல ரஸக்ரியை ... 252
ஹீநயோகம் ... 62
ஹேம கர்ப்பபோடலீரஸம்—முதல் 156, 2-வது 157
ஹேமந்தருதுவுக்கேற்ற விரேசௌஷதம் ... 187
ஹேமம் ... 3
ஹேமக்ஷீர்யாதி லேபம் ... 220
ஹ்ரஸ்வ த்ருஷ்டி ... 55
ஹ்ரீபேராதி க்வாதம் ... 77
ஹ்ருதயாதம் ... 31
ஹ்ருத் க்ரஹம் ... 73
ஹ்ருத் ரோகம் ... 37
ஹ்ருல் லாஸம் ... 71
க்ஷதகாஸம் ... 32
க்ஷத சுக்லம் ... 55
க்ஷதம் ... 42,50
க்ஷயகாஸம் ... 32
க்ஷயம ... 33
க்ஷவம் ... 52,53
க்ஷாரகல்பனை ... 148
க்ஷாரத்வய சூர்ணம் ... 96
க்ஷாரத்வயம் ... 96
க்ஷாரமேஹம் ... 39
க்ஷாரம் 63,148,230
க்ஷாரம்—இரண்டுவிதமுறை ... 148
க்ஷிப்த மூத்ரம் ... 47,48
க்ஷீரபாகவிதி ... 87
க்ஷீரவிஷம் ... 63
க்ஷுத்ரகம் ... 3
க்ஷுத்ர ச்வாஸம் ... 33
க்ஷுத்ர ரோகங்கள் ... 45
க்ஷுத்ர ஹிக்கா ... 33
க்ஷுத்ராதி க்வாதம்—முதல் 71, இரண்டாவது 73, மூன்றாவது 75, நான்காவது ... 78
க்ஷுத்ராபுட பாகம் ... 69
க்ஷோதம் ... 94

வைத்திய கலாநிதி

THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR:
Pandit M. Duraiswami Aiyangar,
Ayurveda Bhushan.

பத்திராதிபர் :
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்,
ஆயுர்வேத பூஷண.

புஸ்தகம் 2. Vol. II. | ராக்ஷஸ௵ ஆடி௴—AUGUST—1915. | ஸஞ்சிகை 12. No. 12.

MAKARADHWAJA AND ITS USES

மகரத்வஜமும் அதன் உபயோகமும்

By Pandit T. VAIDYANATHAN,
Ayurvedic Physician.

மனிதருக்குண்டாகும் பெரும்பான்மையான பிரபல வியாதிகளையும் போக்கக்கூடிய ஒரு பிரதான ஔஷதத்தைக் குறிப்பிட வேண்டுமென்றால், உடனே 'மகரத்வஜம்' என்னும் மருந்தே அவ்வித சக்தியுள்ளதென்று ஆயுர்வேத வைத்தியர் கூறுவர். இந்த மகரத்வஜம் என்பது மிகவும் பிரஸித்தமான ஔஷதமாகையால், நமது நண்பர்களுக்கு இதன் பெயரை நான் புதிதாய் தெரியப்படுத்துவதாகக் கருதவில்லை. 'முற்காலத்திய ருஷிகள் எல்லா ரோகங்களையும் போக்கக்கூடிய அவ்வளவு மஹா சிலாக்யமான ஔஷதத்தைக் கண்டு பிடித்ததெப்படி? வாயு, பித்தம், கபம் என்னும் மூன்று தாதுக்களுள் ஏதாவது கெடுவதாலேயே வியாதிகள் உண்டாகின்றன என்று அவர்கள் எவ்விதம் தெரிந்துகொண்டார்கள்? அவ்விதமுண்டாகும் வியாதிகளை மகரத்வஜம் போக்கி தேஹத்தை ஆரோக்கிய நிலைமைக்குக் கொண்டுவருகிறதென்றுதான் அவர்கள் எவ்வாறு அறிந்துகொண்டார்கள்?' என்று ஒருவன் வெகு எளிதில் கேட்கக்கூடும். இவையெல்லாம் சாஸ்திரரீதியாய் ஏற்பட்ட விஷயமென்று மட்டும் சொல்லலாமேயன்றி, அதற்குமேல் ஏதும் விசேஷமாக விவரம் கூறக்கூடாதபடி இவற்றின் தத்துவம் பரமரஹஸ்யமாயிருக்கின்றது; இக்காலத்திய சாஸ்திர ஸம்பந்தமான ஆராய்ச்சிகளால் இத்தத்துவம் இவ்விதமென்று விளக்கக்கூடவில்லை. அடிக்கடியும் இவ்வௌஷதத்தை உபயோகித்து வருவதிலிருந்து நான் சொல்லக்கூடியதென்னவென்றால், மகரத்வஜம், பல்யம் (பலந்தரக்கூடியது), ரஸாயநம் (ஆயுளை அதிகரிக்கச் செய்வது) என்கிற குணங்களடங்கிய ஔஷதங்களுக்குள் மிகவும் சிறந்ததென்றென்பதேயாம். இது யோகவாஹி என்னும் ஒருவித அபூர்வமான குணத்தினால் இவ்வித பிரபாவமுள்ளதாயிருக்கின்றது; என்றால், குறிப்பிட்ட ஒரு வியாதியில் உபயோகிக்கக்கூடிய சில ஔஷதச் சரக்குகளை மகரத்வஜத்தோடு சேர்த்து அநுபானமாக உபயோகிக்கையில், அப்பதார்த்தங்களுடன் இவ்வௌஷதத்தின் அம்சங்களும் கலந்து அவ்வியாதியைப் போக்குவதில் ஒற்றுமையைப் பெறுகின்றன; மேலும், இதன் ஸம்பந்தத்தினால் அநுபானமாக உபயோகிக்கப்படும் சரக்குகளின் வீர்யம் மிகவும் அதிகரித்து ரோகிக்கு வெகு சீக்கிரத்தில் நற்பயனுண்டாக்கும். நாம் உபயோகப்படுத்தும் கண்ணாடியானது அதன் தன்மைக்குத் தகுந்தவாறு நமது திருஷ்டியின் சக்தியை ஒன்றுக்குப் பத்து அல்லது இருபது மடங்காக விரு

த்தி செய்வதுபோலவே, நம்மால் உபயோகிக்கப்படும் மகரத்வஜத்தின் குணத்தினால் அநுபானங்களின் வீர்யமும் அதிகமாகின்றதெனக் கருதுக. மகரத்வஜமானது, ஆயுர்வேத ஔஷத முறைகளுள் மிகவும் சிறந்த குணங்களடங்கிய நிகரற்ற ஔஷதமென்பது வாஸ்தவமாயினும், சாஸ்திர முறைப்படி பதார்த்த குணங்களைக் கற்றறிந்து தகுந்த அநுபவமுமுள்ள ஒருவருடைய முன்னிலையில் பக்குவம் செய்யப்படாவிடின், அது நன்மைக்குப் பதிலாய் தீமையையே பெரும்பாலும் உண்டுபண்ணும் என்பதையும் கவனத்தில் வைக்கவேண்டும். இந்நாட்களில், விலையில் மலிந்த வஸ்துக்களிலேயே ஜனங்களுக்கு மிகுதியாகப் பிரவ்ருத்தியுண்டாவதை யறிந்து, ஒருவித யோக்யதையும் பெறாத ஸாதாரண மனிதர்கள் கூட இவ்வருமையான ஔஷதத்தைத் தயார் செய்து விற்றுவருகின்றனராகையால், தோன்றியவாறெல்லாம் கண்டவரிடமும் மாயமகரத்வஜத்தை வாங்கி மோசம் போகவேண்டாம்.

"அநுபாநவிசேஷேண கரோதி விவிதாந் குணாந்"—ஒவ்வொரு வியாதியிலும் அததற்கேற்ற குணமுள்ள அநுபானத்துடன் கூட்டி உபயோகிக்கப்படுமானால், அந்தந்த பதார்த்தத்தின் குணங்களை விருத்தி செய்து குறிப்பிட்ட வியாதியையும் இது போக்கவல்லது என்று இதற்குள்ள 'யோகவாஹி' என்னும் தன்மை நிரூபிக்கப்பட்டிருக்கிறது. என்றால்—வாத ஸம்பந்தமான வியாதியில் ஒரு குறிப்பிட்ட அநுபானத்துடன் இதைக் கலந்து உபயோகித்தால், அவ்வியாதியை நிவாரணம் செய்யும்; மற்றொருவித அநுபானத்தோடு உட்கொள்ள பித்த வியாதியை நிவ்ருத்தி செய்யும்; வேறொரு அநுபானத்துடன் சேர்ந்தால் கபரோகத்தைப் போக்கும். ஆகவே வெவ்வேறு விதமான அநுபானங்களோடு சேர்ந்தால் அததற்கேற்றவாறு வெவ்வேறு குணங்களைத் தரக்கூடியதாயிருக்கின்றது. இவ்வித முக்கியமான ஔஷதத்தை யுபயோகிக்கும் வகையைக் கூறுவதற்காகத் தனிப்பட ஒரு சுருக்கமான அட்டவணை பிறகு குறிப்பிடப்படுகிறது. இதில் மகரத்வஜத்தோடு உபயோகிக்கக்கூடிய அநுபானங்கள் யாவை, எந்தெந்த வியாதியில் எந்தெந்த அநுபானம் ஏற்றதாகும், எந்தெந்த வயதில் எவ்வெவ்வளவாக இதை உபயோகிக்கவேண்டும் என்கிற இவ்விஷயங்களே இங்கு கவனிக்கக்கூடியவையாம்.

உபயோகிக்கும் அளவு.

ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்பிட்டிருக்கிறபடியே ரதி, யவம், மாஷம் முதலிய அளவுகளின் பெயர்களும், அவற்றிற்கு வேண்டிய ஸாதனங்களும் இப்பொழுது பொதுவாக வழக்கத்தில் இல்லாமையால், தற்காலத்தில் எங்கும் ஒரே சீராக வழங்கப்பட்டு வரும் மேனாட்டு முறைக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட அளவுகளை ஆயுர்வேத முறைகளின் அளவுகளுடன் ஒருவாறு சீர்தூக்கிப் பார்த்து, அனைவரும் நன்கறிவதன் பொருட்டு மேனாட்டு அளவின்படி மகரத்வஜத்தை உபயோகிக்கவேண்டிய பிரமாணம் இதனடியில் குறிப்பிடப்படுகிறது:

மகரத்வஜத்தை அதிக அளவில் உபயோகிக்கவேண்டுமானால், ஒரு தடவைக்கு இரண்டு க்ரைன்களுக்குமேல் உபயோகிக்கக்கூடாது. ஆனால் இதை ஒரு க்ரைன் அளவில் தான் ஸாதாரணமாய் உபயோகிக்கும்படி கூறப்பட்டிருக்கிறது.

இளங் குழந்தைகளுக்குப் பிறந்தது முதல் ஒரு வயது நிரம்பும் வரையில் மகரத்வஜத்தை அரைக்கால் க்ரைன் அளவில் உபயோகிக்கவேண்டும்.

ஒன்று முதல் பத்தாவது வயது நிரம்பும் வரையில் இவ்வௌஷதத்தை அரை க்ரைன் பிரமாணத்தில் உபயோகிக்கலாம்.

பத்து வயதுக்குமேல் கிழத்தனமுண்டாகும் வரையில் இதை ஒரு க்ரைன் நிறையில் பிரயோகிக்கவேண்டும்.

மகரத்வஜத்தை எந்தெந்த அநுபானத்தோடு உபயோகிக்கவேண்டுமோ அவ்வநுபானச் சரக்குகளின் அளவும் அந்த பதார்த்தங்

களின் தன்மைக்கேற்றவாறு வித்யாஸப்படுமென்று நாம் சொல்லவேண்டிய அவசியமில்லையல்லவா?

மகரத்வஜமானது சிவந்த சிறு படிகக்கற்களைப்போல் இருக்குமாகையால், முதலில் அதை ஒரு கல்வத்திலிட்டு, நன்றாகப் பொடித்து, அதன் பிறகு அநுபானமாக உபயோகிக்க வேண்டிய திரவபதார்த்தத்துடனாவது, சூர்ணம் முதலியவற்றோடாவது தகுந்த அளவில் கலந்து உபயோகிக்கவேண்டும். வயதுக்குத் தகுந்தவாறு மகரத்வஜத்தை வெவ்வேறு அளவாக உபயோகிப்பதுபோலவே, அதன் அநுபானத்தையும் அவ்விதமே அந்தந்த வயதுக்கு ஏற்ற அளவில் உபயோகிப்பது அவசியமென்பதை பதார்த்தகுணங்கள் அறிந்த வைத்தியர்கள் மறக்க மாட்டார்கள்.

ஜ்வரங்கள்: ஜலதோஷத்துடன் கூடிய ஜ்வரத்தில் சிறு குழந்தைகளுக்கு மகரத்வஜத்தைத் துளஸியின் ஸ்வரஸத்திலாவது, வெற்றிலைச் சாற்றிலாவது கலந்து உபயோகிக்கலாம். ஜலதோஷமும் இருமலும் தொடர்ந்து விசேஷமாக உபத்திரவந் தருவதான ஜ்வரத்தில் இந்த அநுபாளங்களுடன் கூடிய மகரத்வஜம் சீக்கிரத்திற் சிறந்த குணமுண்டுபண்ணும். குழந்தைகளுக்கு ஜ்வரத்துடன் ஆக்ஷேபகவாயுவென்னும் இசிவுகாணும்போது மகரத்வஜத்தைப் பேய்ப்புடலின் கஷாயத்தில் கரைத்துக் கொடுக்க ஆச்சரியகரமான குணம் உண்டாகும். இதை ஒரு தினத்தில் மூன்று அல்லது நான்கு வேளை விதம் முற்கூறிய அநுபானங்களுடன் உபயோகிக்கலாம். வெகு நாட்பட்ட ஜ்வரத்திலாவது மலேரியா என்னும் விஷமஜ்வரத்திலாவது இதைச் சீந்திற்கொடியின் ஸ்வரஸத்துடன் உபயோகிக்கலாம்; இந்த ஸ்வரஸத்தோடு சிறிது தேனையும் கூட்டிக்கொள்வது நலம். மேனாட்டு முறைப்படியும், யூனானி முறைப்படியும், ஹோமியோபதிக் முறைப்படியும் மஸூரிகா ஜ்வரத்திற்கு யாதொரு ஔஷதமும் கிடையாதென்பது அனைவருக்கும் தெரிந்த விஷயம்; ஆயுர்வேத வைத்தியத்தில் மகரத்வஜம் அதற்கு ஏற்ற ஔஷதமென்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. இதற்கு பில்வயிலையின் ரஸத்தை அநுபானமாய் உபயோகிக்கவேண்டும்; இதே சாற்றை ஜ்வராதிஸாரத்திலும் அநுபானமாய் உபயோகிக்கலாம்; அல்லது கோரைக்கிழங்கின் கஷாயத்தை ஜ்வராதிஸாரத்தில் உபயோகிக்கக்கூடும்.

சீதபேதி:—இரத்தப் பெருக்குடன் கூடிய சீதபேதியில் மகரத்வஜத்தை வெள்ளாட்டுப் பாலோடு உட்கொள்ளலாம்; அதைவிட வெட்பாலரிசியின் கஷாயத்தை அநுபானமாய் உபயோகித்தால் வெகு சீக்கிரத்தில் குணந்தெரியும்.

அதிஸாரம்:—இதில் கோரையின் சாற்றையும் சிறிது தேனையும் சேர்த்து மகரத்வஜத்தையும் கூட்டி யுபயோகிக்கலாம்.

விஷூசி:—பிராணாபாயகரமான இப்பயங்கர வியாதியிலும் மகரத்வஜம் குணந்தரக்கூடியது. காஞ்ஜிகமென்னும் காடியையாவது கற்பூரத்துடன்கூடிய கோரைச் சாற்றையாவது இதற்கு அநுபானமாய் உபயோகிக்கலாம்.

குடலிலுண்டாகும் கிருமிகள்:—குமட்டல், வாயில் உமிழ் நீர் அதிகமாகக் கசிதல், இரைப்பைக்கு நேராக வயிற்றில் வேதனை, உணவில் விருப்பமின்மை, தண்ணியைப்போல் பேதியாதல் என்னும் இக்குறிகள் காணும்போது வயிற்றில் கிருமிகள் சேர்ந்திருப்பதாக நிச்சயித்துக்கொண்டு, மகரத்வஜத்தை கிருமிஹரமாகவும் உபயோகிக்கலாம். பலாசவிதை, வாய்விடங்கம் இவற்றை சுமார் கால் கால் பலமெடுத்து சூர்ணம் செய்து இவற்றைக் கலந்து, இச்சூர்ணத்தோடு மகரத்வஜத்தையும் சேர்த்து உட்கொள்ளவேண்டும்.

அக்னிமாந்த்யம் அல்லது பசியின்மை.—ஜாடராக்னியென்னும் பசியைத் தூண்டுவதற்கும், உணவை ஜீர்ணம் செய்வதற்கும் மகரத்வஜத்தை இந்துப்போடு கலந்து உபயோகித்துவரலாம். இவ்விதம் செய்வதால் மலமும் நன்றாகக் கழிந்துவிடும்.

அர்சஸ் அல்லது மூலம்:—இரத்தக் கசிவுடன்

கூடிய அல்லது இரத்தக் கசிவு இல்லாத எந்த மூலரோகத்திலும் மகரத்வஜத்தை வெண்ணெய், கற்கண்டு இவற்றுடன் சேர்த்து உட்கொள்வதால் நற்குணமுண்டாகும். இரத்தக் கசிவும் வலியும் அதிகமாய்விட்டால், நாககேஸரப்பூவைப் பொடித்து அதில் நாலு அணா எடை, கற்கண்டு நாலு அணா எடை, வெண்ணெய் நாலு அணா எடை இவற்றோடு உபயோகிப்பது உத்தமம்.

காஸம்:—மோடி $\frac{1}{2}$ அணா எடை, அதிமதுரம் $\frac{1}{2}$ அணா எடை இவற்றைப் பொடித்து, மகரத்வஜத்தையும் சேர்த்து, தேன் விட்டுக் குழைத்து எவ்வித இருமலிலும், ஜலதோஷம் முதலியவற்றிலும் கொடுக்கலாம்.

பைத்தியரோகம்:—இவ்வியாதியினால் பீடிக்கப்படுபவருக்கு மகரத்வஜத்தை த்ரிபலா கஷாயத்திலாவது, கூஷ்மாண்ட ஸ்வரஸத்திலாவது சேர்த்து உபயோகிக்கலாம்.

வாதரோகங்கள்:—இஞ்சி ஸ்வரஸத்தில் மகரத்வஜத்தைக் கலந்து சிலநாட்கள்வரையில் விடாமல் உபயோகித்துவந்தால் பார்ச்வவாயு முதலிய எல்லாவித ரோகங்களும் நிவ்ருத்தியாகலாம்.

பிரமேஹம்: — மஞ்சட்பொடியோடாவது, வால்மிளகுப்பொடியோடாவது, மகரத்வஜத்தை உட்கொண்டுவர வெகு சீக்கிரத்தில் சீழ்மேஹம் முதலிய அநேக மேஹரோகங்களும் தீரும். இவ்வௌஷதத்தை இந்தரோகத்திலேயே பெரும்பான்மையான வைத்தியர்கள் பிரயோகிப்பது வழக்கம். சுக்லமேஹமென்னும் இந்த்ரிய க்ஷயத்திலும் இதனால் மிகச் சிறந்த குணமுண்டாவதுடன், வ்ருஷ்யமென்னும் தாது போஷக குணந்தருவதிலும் இவ்வௌஷதம் மிகப் பெயர்போனது.

விசேஷகுணம்:—ஏதாவது விஷஸம்பந்தமான விகாரங்களில் மகரத்வஜத்தை உபயோகிக்கலாம் இதில் ஸ்வர்ணம் கலந்திருப்பதால் விஷஹாரகுணம் இதற்குண்டு என்று நிச்சயிக்கலாம். புத்திக்குக் கூர்மையுண்டுபண்ணுவதிலும், இரத்தத்தைச் சுத்திசெய்து சரீரத்தை ஆரோக்கிய நிலைமையில் வைப்பதிலும் இது நிகரில்லா மருந்து.

MUMPS *

கண்டாலஜீரோகம்.

By C H. HAYTON, B.A., M.D.

சிறிது நாட்களுக்கு முன்பு சுமார் ஆறுவயதுள்ள ஒரு சிறு பையனை அதன் தாயானவள் அழைத்துக்கொண்டு ஆஸ்பத்ரிக்கு வந்து அங்கிருந்த ஒரு டாக்டரிடம் அச்சிறுவனைக் காட்டி அவனுக்கு 'கண்டாலஜீ' ஏதாவது உண்டாவென்று விசாரித்தாள். அச்சிறுவன் உண்மையில் அஸௌக்கியமாயிருப்பதாகவே காணப்பட்டான்; அவனது கழுத்தின் வலதுபுறத்தில் காதுக்கு அடுத்தாற்போல் கீழே மேடும் பள்ளமுமான பெரியதோர் வீக்கமும் வெளிப்படையாகத் தோன்றியிருந்தது; அவ்வீக்கம் பரிசிப்பதற்கு மிருதுவாயிருப்பதாகவே உணரப்பட்டது; அவனுடைய தேஹச்சூடும் கதித்திருந்தது; நாடி நடை இயற்கையினும் வேகத்தில் அதிகரித்திருப்பதாய் அறியப்பட்டது; வாயைத் திறந்து பார்த்ததில், இக்கோளாறு ஸம்பவித்ததற்கான காரணமும் ஒருவாறு விபக்தமாயிற்று; வாயின் பின்புறத்தில் வலது பாகத்துத் தொண்டையில் ஒரு கடுக்காயளவு பருமனுள்ள பெரியதோர் வீக்கம் நன்றாகக் காணப்பட்டது; அது சூடும், சிவப்பு நிறமும், வலியும் அதிகரித்த வீக்கமாயிருந்தது. தொண்டையின் கீழ்ச்சுவரில் தீவ்ரமான வலியை யுண்டுபண்ணும் வித்ரதி யென்னும் சீழ்க்கட்டியும் ஒன்று உண்டாயிருந்தது; அவ்விடத்திற் காணப்பட்ட சில சிறிய கிரந்திகளும் (Glands) அவ்வித்ரதிக்கு ஆதாரமாயிருந்தன. அச்சீழ்க்கட்டியைக் கீறி, அதிலடங்கியிருந்த சீழை நன்கு வெளிப்படுத்திய பிறகு குழந்தை ரொம்ப குணமடைந்ததாகக் காணப்பட்டது. பிறகு சில நாட்கள் வரையில் வாயைக் கொப்புளித்துக் கழுவிக்கொண்டு வந்ததில் வீக்கம் முற்றிலும் மறைந்து விட்டது.

தவறுதல்கள்.

பெற்றோர்கள் இவ்விஷயத்தைத் தகுந்தபடி

* Reproduced and translated from " Good Health'

அறிவதில் அடிக்கடியும் தவறிப்போவதுண்டு. குழந்தைகளுக்குத் தொண்டையினுட்புறங்களில் வீக்கம் உண்டாகக்கூடும்; அதில் பல வகைகளுமுண்டு. அவற்றுள் சில வீக்கங்கள் சீக்கிரம் பருத்து, பரிசப்பதற்கு வெப்பமாகவும், வெகு வலியுண்டுபண்ணுவதாகவும் இருக்கும். வேறு சில வீக்கங்கள் காலக்ரமத்தில், சில ஸமயம் மாஸக்கணக்காகவும் மெள்ள மெள்ள மேலோங்கிவந்து, அவை வலியையாவது சூட்டையாவது உண்டுபண்ணாதவைகளாகவும், குழந்தைக்கு எவ்வித தொந்தரவையும் கொடுக்காதவையாகவும் இருக்கும். வெப்பத்துடனும் வலியுடனும் கூடியவைகளாய் ஸாதாரணமாய் உண்டாகும் வீக்கங்களுள் கண்டாலஜீ (mumps), வித்ரதி (abcesses), களசுண்டி (tonsillitis) இவற்றை முக்கியமாகக் கூறலாம். காலக்ரமத்தில் பருத்து வளரும் வீக்கங்களுள் க்ஷய வியாதியின் ஸம்பந்தத்தால் ஸம்பவிக்கும் கிரந்திவீக்கங்களைப் பிரதானமாய் மொழியலாம்.

வீக்கமானது சொற்ப நாட்கள் வரையிலுமே காணக்கூடியதாகவும், பரிசிக்கும்போது மிக்க மிருதுவாகவும் இருந்து, குழந்தை திரவ பதார்த்தத்தைத் தவிர மற்ற ஸாதாரண உணவுகளைப் புஜிக்கவும், வாயை தாராளமாகத் திறக்கவும் முடியாத நிலைமையைப் பெற்றிருக்குமானால்—முக்கியமாக அதற்கு முன்னால் ஜலதோஷம் அடிக்கடியும் நேரிட்டிருப்பதாகவும் அறியப்படுமாயின்—அவ்வீக்கம் வித்ரதியாகவாவது ஒன்று இருக்கவேண்டும், அல்லது உண்ணாக்குக் கிரந்திகள் (tonsils) தாபமடைந்து வீங்கிப்போவதாலுண்டாகும் களசுண்டியென்னும் கோளாறாகவேனும் இருக்கவேண்டும். வாயை ஒரு முறை நன்றாகத் தீரவும் பரீக்ஷித்துப் பார்ப்பது இவ்விஷயமான ஸந்தேஹத்தைப் போக்கக்கூடியதாகும். முற்கூறிய குறிகளுடன் குழந்தையானது தூர்க்கந்தமாக மூச்சு விட்டுக்கொண்டு, அழுக்கடைந்த நாக்குடனும், தெளிவையிழந்த வெடு வெடுப்பான முகத்துடனும் கூடியதாகக் காணப்படுவதுமல்லாமல், எப்பொழுதும் படுத்துக்கொண்டிருக்க விரும்புமானால், அவ்வீக்கத்தை ஒருவாறு கண்டாலஜீ என்று நிச்சயிக்கலாம்; மேலும் இதில் விசேஷமாகக் கழுத்தில் மற்றொரு பக்கத்திலும் அவ்விதமான வீக்கமொன்று ஸம்பவித்தாலும், இக்குழந்தை வாசித்துவரும் பள்ளிக்கூடத்திலாவது பக்கத்து வீடுகளிலாவது எவருக்கேனும் கண்டாலஜீ என்னும் இத்தொற்றுவியாதி யுண்டானதாகத் தெரியவந்தாலும் குழந்தைக்கு உண்டாயிருக்கும் வியாதி கண்டாலஜியாகவே இருக்குமென்று தீர்மானித்துக்கொள்ளலாம். இதற்கு மாறாக வீக்கம் பருத்து வளர்வதற்கு வெகு நாட்கள் செல்வதாயிருப்பதுடன், பரிசிப்பதற்கு அது சூடாக இல்லாமலும், உணவுகளை விழுங்கும்போது நோயுண்டாகாமலும் இருக்குமானால், அத்துடன் குழந்தைக்கு அவ்வீக்கத்தின் மூலமாய் வேறெவ்வித அஸௌகரியமும் ஏற்படாமலிருந்தால், அப்பொழுது அது க்ஷயஸம்பந்தமான கிரந்திவீக்கமென்று நன்கு நிச்சயிக்கலாம். க்ஷயஸம்பந்தமான விஷப்பற்றுள்ள பசுக்களின் பாலைப் பருகும்போது அவ்விஷம் இக்குழந்தைகளின் உடலிலும் ஸம்பந்தப்பட்டு, அதனால் இக்கிரந்திகள் வீக்கங்கொள்வது வழக்கம். முதலில் பாலைக் குடிக்கும்போது அது தொண்டையினூடே செல்லுகையில், அப்பாலில் சேர்ந்துள்ள கிருமிகளை உண்ணாக்குக் கிரந்திகளென்னும் இவ்வவயவங்கள் கிரஹித்துக்கொண்டு, பாலை ஒருவாறு சுத்தமாக்கி உள்ளே விடுகின்றன; இவ்வாறு சரீரத்திற்கு ஆகாத சில விஷக்கிருமிகளைப் பிடித்துக்கொண்டு அவற்றினின்றும் தேஹத்தை இவை காப்பாற்றுகின்றன. வலைகளில் மத்ஸியம் முதலியவற்றைப் போல் இவ்விஷக்கிருமிகள் இக்கிரந்திகளுக்குள் சிக்கிக்கொள்கின்றன. நுண்ணுயிர்களென்னும் இவ்விஷப்பொருட்கள் சேரச் சேர, இக்கிரந்திகள் பருத்துப்போய் காலக்கிரமத்தில் வீக்கங்கொள்ளும்.

அலக்ஷியமாயிருத்தல்.

நுண்ணுயிர்கள், சரீரத்திற் பிரவேசித்து வருவதை நாம் கவனிக்காமல் புறக்கணித்து வந்தோமானால், பராமரிப்பின்றி அலக்ஷியமாக விடப்பட்ட நிலங்களில் புற்பூண்டு முதலிய களைகளைப்போல் நாள்தோறும் அபரிமிதமாக நமது சரீரத்தில் செழித்து வளர்ந்துவரும் கிருமிகள், அழுக்கடைந்து அசுத்தமாயுள்ள விடங்களிலேயே விசேஷமாய் ஒன்று ஆயிரமாக வளருமியல்புடையவைகளாயிருக்கின்றன. சரீரத்தில் குழியுள்ள ஏதேனும் ஒரு பாகத்தை நாள்தோறும் கவனிக்காமலும், ஆகவே அதில் அழுக்குகள் சேர்ந்து வருவதை நாம் பாராட்டாமலும் இருந்துவந்தால், அக்குழிகள் காலவளவில் கிருமிகள் அடைக்கலம் புகுவதற்கான இடங்களாக ஆய்விடுகின்றன. அவற்றுள் முக்கியமாக நமது வாய் அசுத்தங்கள் அடிக்கடியும் அதிகமாய்ச் சேர்வதற்கு ஆதாரமாயிருக்கின்றது; அது வெவ்வேறு வகையான அளவிறந்த நுண்ணுயிர்கள் தங்கி வளர்வதற்கு வேண்டியமட்டிலும் இடங்கொடுத்துவிடும். களாயு (diphtheria) என்னும் குரல்வளையிற்காணும் ஒருவித துத்திரோகம், ஆமவாதமென்னும் இல்வாயு, அபிந்யாஸம் (pneumonia) என்னும் கபவாத ஜ்வரம், விஸ்ர்ப்ப ஜ்வரம், (scarlet fever), கக்கிருல், கண்டாலஜீ என்னும் இவ்வித நோய்களுக்கு மூலகாரணமான நுண்ணுயிர்கள் வாயில் வெகு ஸாதாரணமாகச் சேர்ந்து ஒரு மிக்க விருத்தியாவதும் உண்டு. அக்கிருமிகள் வாயினுள் அநேகம் சிற்றறைகளிலும் நாடிகளினுள்ளேயும் பதுங்கிக் கிடந்து, அவற்றிற்கு இயல்பான தீமையைச் செய்வதற்கேற்ற ஸமயத்தை அல்லது நிலைமையை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருக்கும். வாய் என்னும் இக்குழியை நிர்மலமாக வைத்துக்கொள்வதில் அலக்ஷியமாயிருப்பதாலேயே, வருஷந்தோறும் நூற்றுக்கணக்கான குழந்தைகள் அநியாயமாய் அகாலமரணம் அடைகின்றனர். வியாதிகளைப்பற்றிய சரித்திரங்களை நுட்பமாக அறியப் புகுவோமாயின், "ஓர் அவுன்ஸ் அளவான வியாதியைத் தடுப்பதற்கேற்ற முன் ஜாக்கிரதையானது, ஒரு பவுண்ட் அளவுள்ள சிகித்சைக்கு ஸமமாக மதிக்கக்கூடியதாம்" என்கிற பண்டைக்காலத்திய பழமொழியைப் பயன்படச் செய்யுமாறு, ஜனங்கள் விசேஷ முயற்சியெடுத்துக்கொள்வதில்லையென்றும், அதிலும் வாயில் அசுத்தங்கள் அடிக்கடியும் அபரிமிதமாகச் சேருவது ஸாதாரணமாயிருக்க அதை வேண்டியவளவு சுத்தமாக வைத்துக்கொள்ள முயற்சிப்பது அரிதாயிருக்கிறதென்றும் அறிவோம். ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் வெகு எளிதில் உபயோகிக்கக்கூடியதும், விலையில் மலிந்ததாயிருப்பதும், நல்ல குணந்தரக்கூடியதுமான கண்டூஷௌஷதத்தை (Gargle) ஒவ்வொருவரும் உபயோகிக்க வேண்டியவளவு வைத்திருப்பது மிகவும் அவசியம். ஸாதாரணமாய் பற்களை மட்டும் துலக்கிவிடுவதானது வாயை நிர்மலமாக வைத்திருப்பதற்குப் போதுமானதல்ல; பற்களுடன் வாயையும் ஸாத்தியமான வரையில் நன்றாகக் கொப்புளித்துக் கழுவவேண்டும். வீட்டில் எளிதில் செய்துகொள்ளக்கூடிய கண்டூஷத்திரவம் பின்வருமாறு: கொதித்தஜலம் 20 அவுன்ஸ், வெண்மையாகச் சுத்திசெய்த கறியுப்பு 1-தேக்கரண்டி, வெண்காரம் 1-தேக்கரண்டி, ஸோடியம் பைகார்ப் என்னும் உப்பு 1-தேக்கரண்டி இவற்றை ஒருமிக்கக் கலந்து வாய்க்கொப்புளிக்க உபயோகிக்கலாம். இதை நாசியைக் கழுவுவதற்காகவும் உபயோகிக்கக்கூடும். கெமிஸ்ட் ஷாப்பென்னும் மருந்துக்கடைகளில் இதைவிட நற்சுவையுள்ள சில கண்டூஷத்திரவங்கள் விற்கப்படுவதுண்டு; ஆனால் அவை அதிக விலையுள்ளவைகளாயிருப்பதுடன், குணத்தில் இதைவிட அவ்வளவு சிறந்தவைகளுமல்ல. பள்ளிக்கூடத்துச் சிறுவர்களில் ஒவ்வொருவரும் பாடசாலைகளுக்குப் போவதற்கு முன்பாக—முடியுமானால் அதிகாலையிலேயே—தமது பற்களைப்போல் வாயையும் கண்டூஷத்திரவத்தினால் நன்றாகக் கழுவிக்கொள்வது நலம்; பள்ளிக்கூடத்திலிருந்து திரும்பி வீட்டிற்கு வந்ததுங்கூட அவ்விதம் செய்வது உசிதமாம். நூற்றுக்கணக்கான சிறுவர்கள் ஓரிடத்தில் படித்துப் பழகிவரும்போது, அவர்களில் எவரேனும் வியாதி கொண்டவராயிருப்பதும், அவ்வித வியாதி ஆரோக்கிய நிலைமையிலுள்ள மற்றக் குழந்தைகளுக்குத் தொற்றுவதும் ஸாதாரணமாய் ஸம்பவிக்கக்கூடிய காரியமாகையால், அவ்வாறு நேரிடாமலிருப்பதற்காக பொடாஷ் லாஸெஞ்ஜெஸ் என்னும் வடகங்களைக் கொடுத்து வாயில் அடக்கிக்கொண்டிருக்கச் செய்வது நல்ல உபாயம். இவ்வௌஷதம் ஸாதாரணமாய் எல்லாமருந்துக்கடைகளிலும் கிடைக்கும். சிறுவர்கள் இதை வெகு ஆவலுடன் நற்சுவையுள்ள சிற்றுண்டியைப்போல் தின்பதற்கு விரும்புவார்கள்.

விஷயச் சுருக்கம்.

1. கழுத்தில் அடங்கியுள்ளக் கிரந்திகள் (Glands) வியாதிக்குக் காரணமான தோஷங்களைப் பிடித்துக்கொண்டு தேஹத்தை அவ்வியாதிகளிடமிருந்து எப்பொழுதும் காப்பாற்று மியல்புடையவைகளாயிருக்கின்றன.

2. அக்கிரந்திகள், வாயில் வந்து சேரும் கிருமிகளைக் கிரஹித்துக்கொள்வதால், அவ்வித தோஷங்கள் சேரச்சேர அவை வீக்கங்கொள்ளும்.

3. குழந்தைப் பருவத்தில் பெரும்பாலும் ஸாமானியமான எல்லா வியாதிகளும் வாயின் மூலமாகவே தேஹத்திற் பற்றிவிடுகின்றன.

4. எளிதில் தயார்செய்து வைத்துக்கொள்ளக்கூடிய கண்டூஷத்திரவங்களால் அல்லது வேறு ஔஷதங்களால் வாயை நன்கு பரிசுத்தமாக வைத்துக்கொண்டால் இவ்வியாதிகளைத் தடுப்பது ஸுலபம்.

கிரந்திகள் வியாதி கொள்ளுதல்.

கழுத்தின் உட்புறத்தில் இரண்டு தொகுதிகளாகப் பிரிக்கக்கூடிய கிரந்திகள் உண்டு. இவ்விருவிதமான கிரந்திகளும் தனித்தனியாகவோ ஒருமிக்கவோ வியாதிக்கு ஆதாரமாய் ஆகலாம். சிறுபிராயத்திலேயே விசேஷமாக இவை வியாதிகொள்வது இயல்பு. அவற்றுள் ஒரு தொகுதியில் லாலாஜலக் கிரந்திகள் அல்லது உமிழ்நீர்க் கிரந்திகள் (salivery glands) என்னும் ஆறு உருட்சியான அவயவங்களும், மற்றொரு தொகுதியில் நீண்ட சங்கிலித்தொடர் போன்ற நிணநீர்க் கிரந்திகளும் (lymphatic glands) அடங்கியிருக்கின்றன; இவை கழுத்தின் ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் தொடர்ச்சியாக மேலுங் கீழுமாய் அமைந்திருக்கின்றன. உமிழ்நீர்க் கிரந்திகள் என்பவை ஒருவிதமான நீர்ப்பொருளைப் பொசிக்கும் கிரந்திகளாம்; அதாவது அவை உமிழ்நீர் என்னும் திரவப்பொருளைத் தயார்செய்து, ஆறு சிறிய குழாய்களின் மூலமாய் அத்திரவத்தை வாயில் வடியச் செய்கின்றன. மற்றொரு தொகுதியைச் சேர்ந்தவை உறிஞ்சும் கிரந்திகளாயிருக்கின்றன; இவை வாயிலுள்ள சில வஸ்துக்களை மிகவும் மெல்லிய நாடிகளின் மூலமாய் உறிஞ்சும் சுபாவமுள்ளவைகளாம். வாய் அசுத்தமாயிருக்கும்போது இக்கிரந்திகள் வியாதிகொள்ளும் வகையை வெகு எளிதில் அறிந்துகொள்ளலாம். நுண்ணுயிர்களும், அவற்றின் விஷங்களும் வாயில் சிறிய பொசிவுக் குழாய்களின் (ducts) மூலமாய் உமிழ்நீர்க் கிரந்திகளின் உட்புற அறைகளிலும், நுட்பமான இரத்தக் குழாய்களின் வாயிலாக நிணநீர்க் கிரந்திகளிலும் பிரவேசித்து விடுகின்றன. எல்லாத் தொகுதியைச் சேர்ந்த கிரந்திகளிலும் இக்கிருமிகளும் அவற்றின் விஷங்களும் இடம்பெற்று வளர்ந்து, தொந்தரவை யுண்டுபண்ணுவதாலேயே, அவ்வவயவங்கள் வீக்கங்கொண்டு மிகவும் வலியையும் தரக்கூடியவைகளாய் விடுகின்றன. ஆகவே இவ்வழிகளாலும், இக்காரணங்களாலும் "பாலரோகங்கள்" எனப்படும் அநேகம் வியாதிகள் உண்டாவதும், அவை ஒரு குழந்தையினிடமிருந்து மற்றொன்றினிடம் வியாபிக்கக்கூடியவையுமாய் இருந்து வருகின்றன.

புட்டாலம்மை.

கண்டாலஜீ என்கிற இதை ஆங்கிலத்தில்
"பொராடிடிஸ்" என்று வழங்குவார்கள். கண்
டம் என்கிற கிரந்திகள் ஆங்கிலத்தில் "பொரா
டிட் க்ளாண்ட்ஸ்" என்று கூறப்படுவதால்,
அவற்றைப்பற்றி யுண்டாகும் வியாதி பொராடி
டிஸ் என்று கூறப்படுகிறது. இதையே ஸாதா
ரணமாய் "மம்ப்ஸ்" என்றும் (தமிழில் புட்டா
லம்மை என்றும்) சொல்வது வழக்கம். கழுத்
தின் இரு புறங்களிலும் காதுகளுக்கு முன்
பக்கத்தில் அமைந்துள்ள இக்கிரந்திகள் வீங்கு
வதாலேயே கண்டாலஜீ யென்னும் புட்டா
லம்மை ஸம்பவிக்கின்றது. இது தொற்று
வியாதிகளைச் சேர்ந்ததாம்; ஆகையினாலேயே
ஒரே ஸமயத்தில் அநேகம் சிறுவர்கள் ஒரு
மிக்க இவ்வியாதியினால் பீடிக்கப்படுகின்றனர்.
இன்னவயதுக்கு மேற்பட்ட அல்லது கீழ்ப்
பட்ட மனிதருக்கு இது உண்டாவதில்லை
யென்று குறிப்பிட்டுக் கூறமுடியாதாயினும்,
பொதுவாக ஐந்தாவது முதல் பதினாறாவது
வயது வரையிலுமுள்ள சிறுவர்களே விசேஷ
மாக இவ்வியாதியினால் வருந்துவதாக அறியப்
படுகிறது. இரண்டு பக்கங்களிலுள்ள கண்டங்
களும் வியாதிகொண்டு வீக்கங்கொள்வது
ஸாதாரணமா யிருந்தபோதிலும், அவற்றுள்
ஒன்று மட்டும் மற்றொன்றைவிட சிறிது முன்
னதாய் பாதிக்கப்படுவது வழக்கம். இவ்வி
யாதி ஐரோப்பியக் குழந்தைகளுக்கு வெகு
ஸாதாரணமாய் உண்டாவதாகக் கூறப்படுகிற
தானாலும், உலகமுழுமையும் இதனால் ஜனங்
கள்—முக்கியமாகச் சிறுவர்கள்-பீடிக்கப்படுவ
தாகவே தெரியவருகிறது.

இங்கிலாண்டிலும் வேல்ஸிலும் சேர்ந்து
1891 முதல் 1910-ம் வருஷம் வரையில் இவ்
வியாதியின் காரணமாக 1,763 பெயர்கள்
இறந்துவிட்டனர். இது, அஸாத்திய வியாதி
யைச் சேர்ந்ததில்லையாயினும், இக்கோளாறால்
தேஹத்தில் அநேகவிதமான உபத்திரவங்கள்
ஏற்பட்டு விடுவதால், காலக்கிரமத்தில் இது
பிராணாபாயகரமாகவே முடிகின்றது. பிள்ளை
களும் பெண்களும் ஒரே மாதிரியாக ஓர் அள
வாகவே இதனால் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.
வஸந்தருதுவிலும் சரத்ருதுவிலுமே இத்
தொற்றுவியாதி அடிக்கடி ஸம்பவிக்கின்றது.
இதற்கு பூர்வரூபாவஸ்த்தை இரண்டு முதல்
மூன்று வாரம் வரையில் நீடித்திருக்கும். (வியா
தியின் குறிகளெல்லாம் வெளிப்படையாகத்
தோன்றுவதற்கு முன் அதன் காரணங்கள்
தேஹத்தினுள்ளேயே ஒருவித பரிணாமத்தை
அடைந்துகொண்டிருக்கும் நிலைமையே இங்கு
பூர்வரூபாவஸ்த்தை எனப்படுகிறது.) இந்நிலை
மையில் இவ்வியாதிக்குக் காரணமான கிருமி
கள் சரீரத்தினுள் ஒன்று ஆயிரமாக வளர்ந்து
கொண்டிருக்கும். இதற்கு ஸாதாரணமாகப்
பதினேழு நாட்கள் வரையில் பூர்வரூபாவஸ்த்
தைத் தொடர்ந்திருப்பது வழக்கம்.

சிறுவர்கள் பள்ளிக்கூடங்களிலும், மற்றும்
விளையாடுமிடங்களிலும் கூட்டமாகச் சேர்ந்
திருப்பார்களாகையால், அவர்களில் எவ
ரேனும் ஒருவரிடம் இத்தோஷம் இருந்த
போதிலும், அது அவர்களில் பலரிடமும்
தொற்றிப் பரவிவிடுவது எளிது. குழந்தை
களுடைய கைகள், புஸ்தகங்கள், பென்ஸில்
கள், உணவுகள், அல்லது இன்னும் வேறு
வஸ்துக்கள் என்னும் எவற்றின் மூலமாக
வேனும் இந்த ரோகம் பலரிடமும் ஸம்பந்
திக்கக்கூடும். ஒரு சிறுவனிடம் இதற்குக்
காரணமான நுண்ணுயிர் ஸம்பந்தித்த பிறகு,
அப்பால் அது எவ்விதமாகவாவது வாயினுள்
பற்றிக்கொண்டு, கிரமமாகக் கிரந்திகளைத்
தாக்குகின்றன. இவ்வியாதி சரீரத்திற் பற்றிய
பிறகு, நிவ்ருத்தியாவதற்கு அவரவருடைய
தேஹ நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு மூன்று முதல்
ஆறு வாரத்திற்கு அதிகமாக அவகாசம் வேண்

டியிருக்கும். புட்டாலம்மையுண்டான குழந்
தையை மற்றக் குழந்தைகளுடன் சேரவிடா
மல் வைத்திருப்பதற்கு ஆறுவாரங்கள் அவ்வ
ளவு அதிகமான காலமென்று நினைக்கலாகாது.
தொற்றுவியாதி ஸம்பவித்த குழந்தையை
வெகு சீக்கிரத்தில் மற்றக் குழந்தைகளோடு
சேர்ந்து விளையாடவோ வாசிக்கவோ விட்டு
விட்டால், அவ்வியாதி வேறு குழந்தைகளிட
மும் பரவி மேன்மேலும் அது புதிதாக விரு
த்தியாகத் தொடங்கும். இவ்வியாதி ஒருவ
ருக்கு ஒரு முறை உண்டாய் நிவ்ருத்தியானால்,
பிறகு அவருடைய ஜீவிதகாலத்தில் எப்பொழு
துமே உண்டாவதில்லை யென்றும் தெரியவரு
கிறது.

குறிகள்.

குழந்தைகளின் பெற்றோர்களுக்கு இவ்வி
யாதியின் தன்மைகள் பெரும்பாலும் தெரிந்த
வைகளாகவே இருக்கும். முகவாய்க்கட்டை
யெலும்பின் அடிப்புறத்தின் கோணத்தில் திடீ
ரென்று ஒருவித வலியுடன் வேறு சில இலக்ஷ
ணங்களும் ஆரம்பிக்கும்; இந்த வலி முக்கிய
மாய் ஏதாவது சாப்பிடும்போது நன்றாகத்
தோன்றும். மந்தமான தலைவலியும் சிறிது
ஜ்வரமும் உண்டாகும். இக்குறிகள் உண்
டானதற்கு மறுநாள் கண்டங்கள் என்கிற
கிரந்திகள் இருக்குமிடத்திற்கு நேராக
ஒருபக்கத்தில் பெரும்பாலும் வீக்கமு
ண்டாய்விடும். இரு புறங்களிலுள்ள கிரந்தி
களும் தாக்கப்பட்டிருந்தால், அதற்கு அடு
த்தநாளில் மற்றொரு பக்கத்துக் கிரந்தியும்
பருத்து வியாதியின் குறிகளைக் காட்டும். வீக்
கமானது ஒரே இடத்தில் பிதுங்கியதுபோல்
தோன்றாமல் சிறிது பரவினாற்போல் உண்டா
யிருப்பதுடன், பரிசிப்பதற்கு மிருதுவாகவும்
தோற்றும். அவ்விடத்திய சர்மம் அதிக சிவப்
பாகக் காணப்படாவிடினும், தொடும்போது
மிக நொய்மையாகவும் அதிக வலியுண்டுபண்
ணுவதாகவும் இருக்கும். வீக்கம் ஏழு முதல்
பதினாறு நாட்கள் வரையில் தொடர்ந்திருந்து,
அப்பால் கிரமமாக முற்றிலும் மறைந்துவிடும்.
ஒருவன் இப்பிணியாளியின் வாயைத் திறந்து
அதனுட்புறத்தைப் பார்த்தால், மேல்வரிசை
யிலுள்ள இரண்டாவது கடைவாய்ப்பல்லுக்கு
எதிரில் உள் தவடையில் உமிழ்நீர்க்குழாயின்
முன்புறம் மிகவும் சிவந்து வீங்கியிருப்பதை
நன்றாகக் காணலாம்.

பலவித சிக்கல்கள்.

கண்டாலஜியில் கிரந்திகள் வீக்கங்கொள்
வது என்னும் கெடுதியொன்றுமட்டுமல்ல;
ஆனால் அவற்றுடன் வேறு சில அவயவங்க
ளும் இவ்வியாதியினால் தாக்கப்படுகின்றன.
வயதில் சிறிது முதிர்ந்த குழைந்தைகளுக்கு
ஸாதாரணமாய் ஜனனேந்த்ரியங்கள் இவ்வியா
தியினால் கோளாறடைவதுண்டு; இளம் பிள்
ளைகள் இவ்வித கோளாறுக்கு உட்படுகின்று
ராகிலும், அவர்களுக்கு இதனால் ஏதோ தை
வச்செயலாய் விசேஷ பாதகம் ஏற்படுவதில்லை.
இவ்வியாதி தோன்றிய பிறகு நரம்பைப்பற்
றிய விகாரங்கள் அடிக்கடி ஸம்பவிப்பது வழ
க்கம். கண்டாலஜியுண்டானவருக்குக் காது
கள் முற்றிலும் செவிடாகப்போய்விடுவதாக
வும் தெரியவருகிறது. பொதுவாக விஷயத்
தை ஊன்றிக் கவனித்தோமானால், குழந்தை
களை எப்பொழுதும் ஏற்றவாறு பராமரித்து
வரும் வரையில், இவ்வியாதிமூலமாய் அவற்
றிற்கு அபாயம் நேரிடுவது அரிதாய்விடும்.
இவ்வியாதிவிஷயத்தில் அஜாக்கிரதையாயிரு
ந்து விட்டால் அநேகவிதமான கோளாறுகள்
ஸம்பவித்து குழந்தையின் ஆரோக்கியநிலைமை
பலவாறு சீர்குலைந்துவிடும்.

சிகித்ஸை.

இவ்வியாதியை நிவ்ருத்தி செய்வதற்கென்று
ஒருவித ஔஷதமும் இதுவரையிலும் கண்டு
பிடிக்கப்படவில்லை. ஏதேனும் ஒரு ஸாதா
ரண தொற்றுவியாதி எவருடைய சரீரத்தி
லாவது ஒருமுறை தோன்றிவிட்டால், அது
தேஹத்தில் ஒருவாறு ஸ்வாதந்த்ரியம் பெற்று
அதன் தன்மைக்கேற்ற நிலைமைகளை யடைந்து
அப்பால் இயற்கையிலேயே தேஹதாதுக்கள்

இதன் விஷத்திற்குப் பிரதியாக வேலைசெய்து இவ்வியாதியும் பிறகு தனக்குத்தானே ஸ்வஸ்த்தமாவது வழக்கம். ஒருவருக்கு கண்டாலஜீயென்னும் இவ்வியாதியுண்டானாலும், முதல்வாரம் முடியவும், அல்லது வீக்கம் அடியோடு மறைந்துபோகும் வரையிலும் அப்பிணியாளி படுக்கையிலேயே அமர்ந்திருப்பது மிகவும் அவசியமாகும். இவ்விதம் படுத்திருப்பது வெகு எளிதான காரியமென்று தோற்றக்கூடுமாயினும், இவ்விதம் அமர்ந்திருப்பதே அநேகவித சிக்கானநிலைமைகள் ஏற்படா வண்ணம் நோயாளியைக் காப்பதற்கு ஏற்ற உபாயமாயிருக்கிறது. அதிக கெட்டியாயில்லாத (பெரும்பாலும் திரவமான) உணவுகளையே உபயோகிப்பது நலம். கெட்டியான காய்கறிகளும், இறைச்சியும், மாப்பண்டங்களும் உபயோகிக்கக்கூடியவையல்ல. நன்றாகக் கனிந்த பழவர்க்கங்களையும், கொதிக்கவைத்த பாலையும் வேண்டியவளவு இப்பிணியாளிகளுக்குக் கொடுத்து வரலாம். தினந்தோறும் கிரமமாக மலம் கழிந்து குடல்கள் சுத்தமாயிருப்பது அவசியம்; இதற்காக இரவில் படுக்கப்போகும் போது சுமார் அரைப்பலம் ஆமணக்கெண்ணெயை உட்கொள்ளக் கொடுத்துவந்தால் மிகவும் நன்மையுண்டாகும். ஒரு குழந்தைக்கு இவ்வியாதியுண்டானதாகத் தெரிந்தவுடனே, அதை மற்றக் குழந்தைகளிருக்குமிடத்திலாவது, அல்லது இதர ஜனங்களடர்ந்த பிரதேசத்திலாவது விட்டிராமல், அதை ஒரு பிரத்தியேகமான நிர்மலப்பிரதேசத்தில் நல்ல படுக்கையில் இருக்கச்செய்வதுடன், அக்குழந்தை அதற்குமுன்னால் வஸித்தவிட்டதில் தார்த்தைலத்தைப்போட்டு ஒருமுறை எரித்துவிடுவது முதலில் கவனிக்கவேண்டிய அவசியமான விஷயமாகும். இப்பிணியுடன் கூடிய சிறுவருக்கு உபயோகப்படுத்தப்படும் பாத்திரங்களையும், துணிமுதலானவைகளையும் வீட்டிலுள்ள மற்றவருடைய வஸ்திரம் முதலானவைகளோடு கலக்காமல் பிரத்தியேகமான ஒரு இடத்தில் சுத்தம்செய்து வைக்கவேண்டும். வீங்கியிருக்குமிடத்தில் சுடச் சுட ஏதாவது ஒற்றடம்கொடுத்தால், வலியும் குறைந்து வீக்கமும் தணிந்து வரும். தோஷஹரமான வஸ்துக்களைச் சேர்த்து செய்த கண்டூஷத்திரவத்தினால் முற்கூறியவாறு தினத்திற்கு இரண்டு மூன்று முறை வாயைக் கொப்புளித்தால், வாயில் சேர்ந்துள்ள தோஷங்கள் நீங்கிப்போய் முகமும் அருவருப்பற்று ரம்யமாயிருக்கும். சிறிது ஜ்வரம் தொடர்ந்திருக்குமானால், இளஞ்சூடான ஜலத்தில் பஞ்சை நனைத்து அதனால் தேஹமனைத்தையும் சிறிது நேரம் துடைப்பது மிகவும் நலம். மேற்கூறிய சிகித்ஸாக்ரமமானது, பலவாறு ஸம்பவிக்கும் வெவ்வேறு உபத்திரவங்களை ஒருவாறு ஸ்வஸ்த்தம் செய்யக்கூடுமேயன்றி, கண்டாலஜீயென்னும் வியாதியை அடியோடு அகற்றிவிடுமென்று சொல்ல முடியாது. இந்த வியாதி தனக்குத்தானே ஒருவித பரிணாமத்தையடைந்து குறையக்கூடியதாயிருப்பதால், அவ்வாறு முற்றிலும் ஸ்வஸ்த்தமாகிற வரையில் இக்குழந்தையை மற்றக் குழந்தைகளோடு சேராமல் முன் குறிப்பிட்டுள்ளபடியே வெகு ஜாக்கிரதையாகப் படுக்கையிலேயே அமர்ந்திருக்கச்செய்துவர வேண்டும்.

SLEEP IN RELATION TO HEALTH.

நித்திரையும் ஆரோக்கியமும்.

By M. S. Aiyangar,
Ayurvedic Physician.

சரீரத்தைச் சிதைவுறாமல் பாதுகாப்பதற்கு உயர்ந்த உணவுகள் அவசியமாயிருப்பது போலவே, நித்திரையும் அதற்கு இன்றியமையாததாயிருக்கின்றது. எல்லாப் பிராணிகளுடையவும் உடலின் நல்வாழ்க்கையில் இது ஸம்பந்தப்பட்டிருக்கிறதென்பது மாத்திரமல்ல, ஆனால் ஜீவன்களுடைய அரும்புலன்களென்ன, அவை செழித்து உயிர்த்திருப்பதென்ன, அவற்றின் காரியங்களென்ன இவைகளின் நிர்வாஹத்திலும் நித்திரை ஸம்பந்தப்பட்டிருக்கின்றதென்பது அநுபவத்தில் அறியப்பட்ட விஷயம். ஆஹாரம், நித்திரை இவ்விரண்டும் பிராணிகளுடைய உடலும் உள்ளமும் நல்ல நிலைமையில் இருந்து வேலை செய்வதற்கு மிகவும் அவசியமாயிருப்பதால், தேஹதாதுக்களின் கட்டட அமைப்புகளோ அவற்றின் சிதைவோ எல்லாம் இதை அநுஸரித்து ஸம்பவிப்பவைகளாயிருக்கின்றன. சரீரத்தையும் இந்திரியங்களையும் ஆனந்தத்தில் அமர்த்துவது அல்லது துன்பத்தில் ஆழ்த்துவதும், அவற்றைப் பலப்படுத்துவது அல்லது இளைப்புறச்செய்வதும், யௌவனநிலைமை அல்லது கிழத்தனம் ஏற்படுவதும், உணர்ச்சியோடிருத்தல் அல்லது உணர்ச்சியழிதலும், உயிருடன் வாழ்தல் அல்லது உயிர் துறத்தலும், மற்றும் தேஹதர்மம் அனைத்துமே கடவுளின் அருமையான அருளெனத்தகும் நித்திரைக்கு அதீனமாயிருக்கின்றனவென்று நிச்சயிங்கள். ஒரு மனிதன் தொடர்ச்சியாக ஒரு பகலெல்லாம் உழைத்துவந்தால், பிறகு அவனுடைய உடலுடன் மனமும் சோர்ந்து, ஞானேந்த்ரியங்கள் வெளிவிஷயங்களில் பிரவ்ருத்தி பெறாமல் அமைதியுற முயலும்போது நித்திரையென்னும் அவஸ்தையுண்டாகின்றது; நன்றாக உறங்கியெழுந்தால் மீண்டும் தேஹத்திலும் மனதிலும் உத்ஸாஹம் மேலிட்டு, புலன்களும் அதனதன் வேலையில் சுறுசுறுப்புகொள்வது இயல்பு.

தன்வந்தரியானவர் ஸுச்ருதரைப் பார்த்து அடியில்வருமாறு கூறியிருக்கிறார்: "ஓ ஸுச்ருத! பிராணிகளின் உணர்ச்சிக்கும் உயிர்வாழ்க்கைக்கும் இருதயம் முக்கிய ஆதாரமாயிருக்கின்றது; அது தமோகுணத்தினால் தாக்கப்படுமாயின் பிராணிகள் சோர்வுற்று உறங்கத்தொடங்கும். (இயற்கையாய் சரீரதாரணத்திற்கான ஸமநிலைமையைப்—equilibrium போக்கி உடலுக்கும் மனதுக்கும் தளர்ச்சியுண்டுபண்ணுவதற்குக் காரணமான) தமஸ் என்னும் குணமானது நித்திரையை யுண்டுபண்ணுவதற்கு அவசியமான தத்துவமாயிருக்கின்றது. (உலக காரியங்களனைத்தும் நடந்தேறுவதற்கு இன்றியமையாததான) ஸத்வம் என்கிற குணம் அதற்கு நேர் மாறாக விழித்திருக்கக் காரணமாய் அமைந்துளது. ஆகவே தமோகுணமும் ஸத்வகுணமும் பிராணிகளிடம் மாறி மாறி இடம் பெறுவது இயற்கையாயிருப்பதைக்கொண்டே, நித்திரையும் விழிப்பும் ஜீவராசிகளுக்கு இன்றியமையாத இரண்டு இயற்கைக் காரியங்களாக ஏற்பட்டிருக்கின்றனவென்று அறியக்கடவாய்."

கபமானது தன் இயற்கையளவினும் மிக்க அதிகரித்துவிடுமானால், தேஹதாரணை, மனோதாரணை இவற்றிற்கு அவசியமான சக்தி ஒருவாறு தற்காலம் நிலைகுலையத் தொடங்குமாகையால், நித்திரையென்னும் அவ்வவஸ்த்தை ஸம்பவிக்கின்றது; இரவு கபம் பிரகோபமடையக்கூடிய காலமாகையால், அது நித்திரைக்கும் இயற்கையிலேயே ஏற்ற காலமாயேற்பட்டிருக்கிறது. பகல்வேளையில் எப்பொழுதுமே உறங்குவது பிசகு; ஆனால் கோடைகாலத்தில் கடுமையான உஷ்ணத்தைத் தாங்கமுடியாமல் தூக்கம் தானாகவே பெரும்பான்மையோருக்கு உண்டாவது ஸஹஜமாகையால், அக்காலத்தில் நித்திரையுறுவது தேஹாரோக்கியத்தைக் காக்கக்கூடியதேயன்றி கெடுக்குந் தன்மையதல்ல. இதர காலங்

களில் பகற்பொழுதில் தூங்குவது ஆரோக்கிய நிலைமைக்கு அநுகூலமானதல்ல. மற்றக் காலங்களில் பகலில் நித்திரை செய்வதால் வாத-பித்த-கபங்கள்—முக்கியமாய் கபமே கோளாறடைந்து அக்னிமாந்தியம், காஸம், மனோவிகாரம் முதலிய பலவிதமான கெடுதிகள் ஸம்பவிக்குமென்று சாஸ்திரத்தினால்மட்டுமல்ல அநுபவத்திலும் அறியப்பட்டிருக்கிறது. கோடைகாலத்தில் இரவு நேரம் குறைவாயிருப்பதுடன், பகலில் சூரியதாபமும் மிக்க அதிகரித்து உடலை வாட்டக்கூடியதாயிருக்குமாகையால் அப்பொழுது தூக்கம் அளவிற் குறைந்தால் வாததோஷம் மேலிட்டு, அதனால் வாதரோகங்கள் ஸம்பவிக்குமென்றும் தெரியவருகிறது; ஆகவே அக்காலத்தில் பகலில் அவசியம் தூங்கவேண்டுமென்று கூறப்பட்டிருக்கிறது; ஆனால் இரவில் தூங்கவேண்டிய நேரம் எவ்வளவு குறைந்ததோ, அதில் பாதி நேரம் பகலில் உறங்குவது உசிதமாம்; அவ்விதம் தூங்குவதால் த்ரிதாதுக்கள் எனப்படும் வாத பித்த கபங்கள் ஒரேசீரான நிலைமைக்கு வந்து சரீரத்தைக் காக்கக் கூடியனவாகவும் போஷிக்கக் கூடியவையாகவும் இருக்கும். பொதுவாக பகற்பொழுதில் நித்திரைபோவது உசிதமல்லவாயினும், சில நிலைமைகளில் சிலருக்கு அது உசிதமாகவும் இன்றியமையாததாகவும் இருக்கின்றது. அதாவது:—

இளங்குழந்தைகள், வயது முதிர்ந்தவர்கள், பிணியாளிகள், சஸ்திர சிகித்ஸை செய்துகொண்டவர்கள், பலஹீநர்கள், வாஹனங்களில் சவாரி செய்பவர்கள், அதிகமாக ஓடியாடி உழைப்பவர்கள், மிகுதியாகப் புத்தியைக் கொண்டு வேலைசெய்பவர், அதிக இரத்தப் பெருக்கு எடுத்தவர்கள், பித்துப்பிடித்தவர்கள், நாவறட்சியுடன் வருந்துபவர் முதலானவர்கள் பகற்பொழுதில் தூங்குவது மிகவும் நலம். இராத்திரியில் படித்துக்கொண்டோ, நாடகம் முதலியதைப் பார்த்துக்கொண்டோ, வேறு வேலையாகவோ அதிக நேரம் கண்விழித்துக்கொண்டிருந்தால், அவ்விதம் விழித்துக்கொண்டிருந்ததில் பாதிநேரம் பகலில் தூங்குவது அவசியம்.

சிலர் வழக்கமாக அநேக நாட்களாய் பகலிலும் தூங்கிவந்தால் அவர்கள் திடீரென்று அவ்வழக்கத்தை விட்டுவிடுவதும் பிசகு; அதனால் வாதமென்னும் தோஷம் பிரகோபமடைந்து வாதரோகங்கள் ஸம்பவிக்குமென்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. அவ்விதம் பகலில் தூங்குவது துர்வழக்கமென்றாலும், அதைத் திடீரென்று மாற்றாமல், சிறுகச் சிறுக பகலில் தூங்கும் நேரத்தைக் குறைத்துக்கொண்டு வருவதே அவர்களுக்கு உசிதம். தூக்கக் குறைவு திடீரென்று நேரிடுவதால் ஓஜஸ் (albumen) என்னும் தாது க்ஷயிக்குமென்றும் மொழியப்பட்டிருக்கிறது.

மனத்துயரத்தினாலோ, ஆயாஸம் முதலிய வேறுவித காரணங்களாலோ ஒருவனுக்கு நித்திரையுண்டாகாமற் போனால், அவனுக்கு அடியில் வருமாறு சிகித்ஸை செய்யவேண்டும்:—

ஏதேனும் தைலங்களைத் தலையிலும் தேஹத்திலும் தடவித் தேய்க்கலாம். உடம்பு முழுமையும் நன்றாகப் பிடித்துவிடலாம். குதிரையின்மேல் ஏறிச் சவாரி செய்யலாம். சர்க்கரை, பால், தேன் முதலிய பதார்த்தங்களைக் கொண்டு பக்குவம் செய்த மதுரமான உணவுகளை உண்ணலாம். நிர்மலமாயிருக்கும் இலேசான உடைகளை யுடுத்துக்கொண்டு, மிகவும் மிருதுவான படுக்கையில் படுத்துக்கொள்வது நலம். இவ்வாறு சரகஸம்ஹிதையிற் கூறப்பட்டிருக்கிறது. இவற்றுடன் படுக்கையறை வெகு மனோஹரமாகவும், ஸுகந்தமான புஷ்பம் முதலியவற்றால் அலங்கரிக்கப்பட்டதாகவும் இருப்பதுடன், சயனத்திற்குப் போகும்போது நன்கு ஸ்நானம் செய்வது நலமென்றும் ஸுச்ருதஸம்ஹிதையில் மொழியப்பட்டிருக்கிறது.

எவனொருவன் எப்பொழுதுமே அதிகமாய் உறங்கும் ஸ்வபாவமுள்ளவனா யிருக்கிறானோ, அவனுக்கு விரேசனமும் (purging), இரத்தமோக்ஷணமும், வாந்தி செய்வித்தலும், பட்டினி கிடக்கச் செய்வதும் தகுந்த சிகித்ஸையென்று ஸுச்ருதர் முதலிய பிராசீன மஹான்கள் கூறியிருக்கின்றனர்.

[“ இந்தியன் மெடிகல் ரிகார்டு ” என்னும் ஆங்கில வைத்தியப் பத்திரிகையில் இதே விஷயம் வெளிவந்திருப்பதானது ஆயுர்வேத வைத்தியத்தில் அபிமானமுள்ள அனைவராலும் குறிப்பிடக் கூடியதாகும்.—ப-ர்.]

வைத்திய கலாநிதி.

ராக்ஷஸ௵ ஆடிமீ.

MALARIA AND ITS HISTORY.

விஷமஜ்வரமும் அதன் சரித்திரமும்.

மனிதர்களுடைய ஸந்ததி உலகத்தில் எப்பொழுது ஆரம்பமாயிற்றோ அதுமுதல் விஷமஜ்வர ஸம்பந்தமான விஷமும் இருந்து வருவதாகவே தெரியவருகிறது. பண்டைக்காலத்திய இந்துக்களுக்கும், ஈஜிப்டு (மிச்ர) தேசத்தவருக்கும் இவ்விஷயமான அறிவு ஏற்பட்டிருந்ததுண்டு. சரகஸம்ஹிதை, ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை முதலிய மிகப் பிராசீனமான வைத்தியக் கிரந்தங்களில் நிதாநஸ்த்தாநத்தையும், ஜ்வர சிகித்ஸாப்ரகரணத்தையும் படித்துப் பார்த்தோமானால், விஷம ஜ்வரத்தைப்பற்றிய விசேஷங்கள் அக்காலத்திய ஆர்ய வைத்தியர்களால் தீரவும் ஆராய்ச்சி செய்யப்பட்டு, அவர்களுக்கு அவ்விஷயத்தில் வேண்டியவளவு பரிசயம் இருந்ததாகவே நன்கு அறியப்படும். இரத்தம் விகாரப்படுவதால் விஷமஜ்வரம் ஸம்பவிப்பதுடன், அது விஷமமான காலங்களில் அடிக்கடியும் தொடர்ந்துண்டாவதால் விஷமஜ்வரம் என்று வழங்கப்படுகிறதாம். அதாவது அந்யேத்யுஷ்கம், த்ருதீயகம், சாதுர்த்திகம், ஸததகம் * என்று அது பலவகைப்படும்.

இவ்விஷம ஜ்வரமானது முற்காலங்களைவிட இப்பொழுது இந்தியாவில் அதிக அளவாகப் பரவி வருகின்றது.

விஷமஜ்வர ஸம்பந்தமான அறிவைப் பற்றிய சரித்திரத்தைக் கூறுமிடத்து, இதன் ஆராய்ச்சியிலிருந்து கண்டறியப்பட்ட மூன்று விஷயங்கள் முக்கயமாய் முன்வந்து நிற்கின்றன:—

1. விஷமஜ்வரத்தின் சிகித்ஸையில் ஸிங்கோனாப் பட்டையின் உபயோகத்தைக் கண்டுபிடித்த வகை.
2. லவெரான் என்பவர் 1880-ம் வருஷத்தில், மனிதருடைய இரத்தத்தில் விஷமஜ்வரத்திற்குக் காரணமான நுண்ணுயிர்கள் சேர்ந்துவிடுகின்றன என்று கண்டறியப்பட்டவிஷயம்.
3. விஷமஜ்வரக் கிருமிகளை ஒரு மனிதரிடமிருந்து மற்றவரிடம் கொசுக்கள் பரவச் செய்கின்றனவென்று ரோனால்ட் ராஸ் என்பவர் கண்டுபிடித்த விஷயம்.

1640-ம் வருஷத்தில் பெருவிலும், அப்பால் அங்கிருந்து ஸ்பைன் தேசத்திலும் ஸிங்கோனாப் பட்டையை ஜ்வரத்தில் பிரயோகிக்கும் வழக்கம் பரவி வந்தது. 1820 ம் வருஷத்தில் காவெண்டன், பெல்ஸிடியெர் என்னும் இரண்டு இரஸாயந சாஸ்த்ரிகள் ஸிங்கோனாப் பட்டையிலிருந்து ஸத்வமாகக் கொய்னாவைப் பிரித்தெடுத்ததானது உலகில் விஷமஜ்வர பரிஹாரத்திற்காகச் செய்யப்படும் ஆராய்ச்சி முறைகளில் முக்கியமானதாகக் கொள்ளப்பட்டது. இந்தியாவில் 1845-ம் வருஷத்திலேயே கொய்னாவை முதன் முதல் உபயோகிக்க ஆரம்பித்தனர்.

பண்டைக் காலத்திலேயே விஷமஜ்வரத்திற்கு சில நுண்ணுயிர்கள் காரணமாயிருக்கிறனவென்னும் விஷயம் ஆர்ய வைத்தியர்களுக்குத் தெரிந்திருந்ததாகக் கூறப்படுகிறது. அது எப்படியிருந்தபோதிலும், ப்ரெஞ்சு ராணுவ சஸ்திர சிகித்ஸகராயிருந்த லவெரான் என்பவர், 1880-ம் வருஷம், நவம்பர் மாதத்தில் விஷமஜ்வரத்தினால் புதிதாக வருந்திக்கொண்டிருந்த ஒரு பிணியாளியின் இரத்தத்தில் இந்த ஜ்வரத்திற்குக் காரணமான சில நுண்ணுயிர்கள் உயிருடனிருக்கக் கண்டார்.

விஷமஜ்வரம் முதலிய ரோகங்கள் ஸாங்க்ராமிகங்கள் (தொற்று வியாதிகள்) என்று ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களில் ஏற்கனவே கூறப்பட்டிருக்கின்றன. ஆகிலும் அவ்வியாதி தொற்றுங்குணமுடைய ரோகமென்பதையும், இது

* அந்யேத்யுஷ்கம்—தினத்திற்கு ஒருமுறை வருவது; த்ருதீயகம்—ஒருநாள் விட்டு மூன்றாவது நாள் வரும் ஜ்வரம்; சாதுர்த்திகம்—இரண்டுநாள்விட்டு நாலாவது நாள் வருவது. ஸததகம்—எப்பொழுதும்தொடர்ந்திருப்பது.

பரவுவதற்கான முகாந்தரங்கள் இவையென்பதையும் வெகு ஸ்பஷ்டமாக அநேகம் ஆராய்ச்சிகளைக்கொண்டு விளங்கச் செய்ய முன்வந்தவர் மேஜர் ரோனல்ட் ராஸ், ஐ. எம். எஸ். என்பவரேயன்றி வேறொருவரல்லவென்று மேனாட்டு வைத்தியர்கள் கூறுகின்றனர். இவர், கொசுவின் இரைப்பையில் விஷமஜ்வரக் கிருமிகள் வளரும் வகையை அநேகம் பிரமாணங்களைக்கொண்டு நிரூபித்திருக்கிறார். பிரத்தியேகமான சில கொசு ஜாதிகளால் இந்த நுண்ணுயிர்கள் ஒரு மனிதனிடமிருந்து மற்றவரிடம்கொண்டு சேர்க்கப்படுகின்றனவென்பதை அதிநுட்பமான பரிசோதனைகளைக் கொண்டு கண்டுபிடித்தவரும் இவரே. மேஜர் ராஸ், கொசுக்களின் வயிற்றில் விஷமஜ்வரக் கிருமிகள் ஸம்பந்தித்திருக்கின்றனவாவென்பதைப் பற்றி ஒரு ஸித்தாந்தம் செய்வதற்கு முன், அதற்காக எவ்வெவ்வித பரிசோதனைகள் செய்யக்கூடுமோ அவ்வளவையும் பண்ணிவந்ததில் அவையனைத்தும் இவருடைய கொள்கைக்கு முற்றிலும் அநுகூலமாகவே முடிந்தன. வெகு பொறுமையுடனும் ஊக்கத்துடனும் செய்துவந்த ஆராய்ச்சியின் மூலமாய், பல வர்ணமுள்ள இறகுகளைப்பெற்ற கொசுக்களுடைய (அனோபிலெஸ் என்னும் கொசு ஜாதியைச் சேர்ந்தவைகளுடைய) வயிற்றில் மைநிறமான சில அவயவங்கள் காணப்பட்டன. அக்கறுநிறமான அவயவங்கள் அனோபிலெஸ் ஜாதியைச் சேர்ந்த கொசுக்களின் வயிற்றிலிருந்த அவயவங்களுக்கு ஏற்ற உருவங்களாக வியாதிக்ரஸ்தர்களின் இரத்தத்திலும் இருந்தன. இத்தொற்று வியாதி பக்ஷிகளிடமும் பரவக்கூடுமென்பதை யோசித்து, சில பக்ஷிகளின் உடல்களிலும் இவ்விஷயமாக அநேகவித ஆராய்ச்சிகள் செய்யப்பட்டன. இந்த நுண்ணுயிர்களால் தாக்கப்பெற்ற பக்ஷிகளுடைய தேஹத்தில் இக்கிருமிகள் முதன்முதல் இரத்தத்தோடு கலந்து பிரவேசிப்பதுமுதல், அவை அவற்றின் தேஹத்திற் பாரி வியாதியையுண்டுபண்ணி, மீண்டும் கொசுக்களால் உறிஞ்சப்பெற்று மற்றொரு பிராணியின் தேஹத்தில் அக்கொசுக்களிடமிருந்து ஸம்பந்தித்து, அப்பிராணியின் உமிழ் நீர்க்கிரந்தி முதலானவற்றில் சேர்ந்து வெவ்வேறு கோளாறுகளுண்டுபண்ணுவதீறாக வியாதிகொண்ட பிராணிகளுடையவும் இக்கிருமிகளுடையவும் உருவங்களில் ஏற்படும் அநேகவிதமான மாறுதல்களையெல்லாம் ஆதாரமாகக்கொண்டு ரோனல்டு ராஸ் என்பவர் வெகு நுட்பமாகக் கண்டுபிடித்து இவ்விஷயத்தை நிர்த்தாரணம் செய்தார். ராஸ் அவர்களுடைய இந்த ஸித்தாந்தம் 1898-ம் வருஷத்தில் பஹிரங்கப் படுத்தப்பட்டது. பிறகு இடாலிதேசத்து சாஸ்திர நிபுணர்கள் செய்த ஆராய்ச்சிகளிலும், மேஜர் ராஸ் அவர்களால் கண்டு பிடிக்கப்பட்டவிதமே எல்லா அம்சங்களும் காணப்பட்டன. பிறகு இவ்விஷயமாக ப்ரொபஸர் காச், டானியெல்ஸ், க்ருஸ்டோபெர்ஸ், ஸ்டீபன்ஸ் முதலானவர்களும் அதிக பரிச்ரமப்பட்டு பரீக்ஷைகள் செய்து விஷயஜ்வரத்தின் விஷக்கிருமிகளை சில கொசு ஜாதிகளே பலரிடம் பரவச்செய்ய ஸாதநங்களாயிருக்கின்றனவென்று நிர்த்தாரணம் செய்தார்கள்.

விஷம ஜ்வரமானது, ஒருவித ஸூக்ஷ்ம ஜீவன்களால் உற்பத்தியாவதாகவும், அக்கிருமிகள் மனிதருடைய இரத்தத்திலுள்ள செங்குறுகடங்களை அழித்து மேன்மேலும் விருத்தியாய், ஒவ்வொரு முறையிலும் சரீரத்தில் சில தாதுக்களில் அல்லது சில அவயவங்களில் மிகுதியாக இடம்பெற்று விடுகின்றன. இந்த நுண்ணுயிர்களிடமிருந்து உண்டாகும் ஒருவித விஷப்பொருளால் விஷமஜ்வர ஸம்பந்தமான குறிகளும் கோளாறுகளும் ஸம்பவிக்கின்றன. இக்கிருமிகள் அனோபிலெஸ் என்னும் ஜாதியைச் சேர்ந்த கொசுக்களால் மனிதருடைய இரத்தத்தில் சேர்க்கப்படுகின்றன. மான்ஸன் என்பவர், இடாலியில் த்ருதீயகஜ்வரத்தினால் (ஒன்றுவிட்டு ஒருநாள் வருகிற ஜ்வரம்) வருந்திகொண்டிருந்த பிணியாளியின் இரத்தத்தினால் சில கொசுக்களைப் போஷித்து, அக்கொசுக்களை அங்கிருந்து லண்டன் நகருக்குக் கொண்டுவந்து, மனிதரைக் கடிக்கச் செய்

தார். இவ்வித பரீக்ஷையை தன் தேஹத்திலேயே செய்ய டாக்டர் பி. தர்பர்ன் மான்ஸன் என்பவரே ஒப்புக்கொண்டார். பிறகு அவருக்கு அநேகவிதமான த்ருதீயகஜ்வரம் உண்டாய், இடாலியிலிருந்த பிணியாளிக்கு நேரிட்ட எல்லாக் குறிகளும் ஏற்பட்டன; அவருடைய இரத்தத்தில் அந்த நுண்ணுயிர்களும் விசேஷமாகக் காணப்பட்டன. ஆகவே கொசுக்கள் ஜ்வரத்தினால் வருந்துபவருடைய தேஹத்திலிருந்து இரத்தத்தையுறிஞ்சு, பிறகு மற்றொரு மனிதருடைய தேஹத்தில் உட்கார்ந்து அவனைக் கடிக்கும்போது, தன்வயிற்றிலுள்ள அக்கிருமிகளை அம்மனிதனுடைய இரத்தத்தில் சேர்த்துவருகின்றன. இவ்வித நுண்ணுயிர்கள் இரத்தத்தில் சேர்ந்திருந்தால், அவற்றை அழித்து ஜ்வரத்தைப் போக்குவதற்கும் தடுப்பதற்கும் கொய்னாவே தகுந்த மருந்தென்று நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. அனோபிலெஸ் என்னும் கொசுஜாதிகளை அழித்துவிட்டோமானால், விஷமஜ்வரமும் ஒருவருக்குமுண்டாக வழியில்லை.

இந்தியாவில் விஷமஜ்வர வியாப்தி.

இத்தேசத்தில் வருஷந்தோறும் 50,000 ஜனங்கள் வேறு பலவித ஜ்வரங்களால் மாண்டுபோகின்றனர். ஸாதாரணமாய் 100-க்கு 25-ஜனங்கள் விஷமஜ்வரத்தினால் தாக்கப்படுகின்றனர் என்றும் அறியப்பட்டிருக்கிறது. இவ்விதம் விஷமஜ்வரத்தினால் வருஷந்தோறும் பீடிக்கப்படும் ஜனங்களுள் ஐந்தில் நாலுபங்கு பேர்கள் கிராமங்களில் வஸிப்பவராயிருக்கின்றனர். இவர்களில் பெரும்பாலும் பத்தில் ஒருவருக்கு அதிகமாகக் கொய்னாவை உபயோகிப்பவரில்லை. விஷம ஜ்வரமானது ஒவ்வொரு வருஷமும் இத்தேசத்திய ஜனங்களின் தேஹத்தைப் பலவாறு சீரழியச்செய்து, அவர்களுடைய பலத்தை மிகவும் குறைத்துவருகின்றதென்பதைக் கூற நாம் மிகவும் வருந்துகிறோம். ஏழை இந்தியர்களுடைய ஆயுளையும் திரவியத்தையும் ஏராளமாகச் சூறையாடும் விஷமஜ்வரத்தைத் தடுப்பதற்கு ஜனங்களும் இராஜாங்கத்தாருடன்கூடி ஒற்றுழைக்கவேண்டும். ரோமன் ராஜ்யம் அழிந்துவிட்டதற்கு விஷமஜ்வரமே முக்கிய காரணமாயிருந்ததென்று மொழியப்படுகிறது.

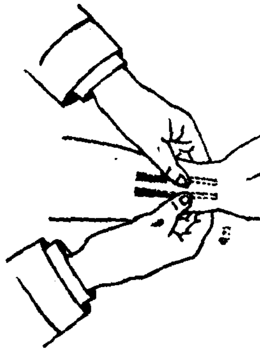
CUTS AND BRUISES.

வெட்டுக் காயங்களும் உள்காயங்களும்.

ஒரு கத்தியோ, கண்ணாடித்துண்டோ, கூறிய கற்களோ, அல்லது அவைபோன்ற வேறு வஸ்துக்களோ தேஹத்தில் ஏதேனும் ஒரு பாகத்தைத் தாக்கிப் பிளப்பதால் ஏற்படும் ரணத்தை நாம் "வெட்டுக் காயம்" என்று பொதுவாக வழங்குகிறோம்.

அவ்விதம் அடிபடுவதால் ஏற்படும்பயன் இரத்தப் பெருக்கு அல்லது இரத்தக்கசிவேயாம். இவ்வாறு இரத்தம் உடனே வெளிவருவதானது, காயம் இயற்கையில் சுத்தியாவதற் கேற்ற முறையென்று • அறியப்படுகின்றமையால், இரத்தப்பெருக்கு அதிகமாயில்லாதவரையில் அதை முதலில் சிறிது நேரம் தடுக்காமல் உபேக்ஷிப்பதே உத்தமமாம். இரத்தம் வெளிவருவது கடுமையாகவும் வெகு வேகமாகவும் இருந்தால், அப் பாகத்தை உயர்த்திப்பிடித்து விரல்களால் அவ்விடத்தை அழுத்தவேண்டும்; அல்லது சுத்தமான மிருது வஸ்திரம் முதலியவற்றால் (ஸாத்தியமானால் அவ்வஸ்திரம் முதலியவற்றை நல்ல கொதிஜலத்தில் போட்டு வைத்துச் சிறிதுநேரத்தில் எடுத்து) அவ்விடத்தைக் கட்டலாம்; இரத்தப் பெருக்கு மிகவும் அதிகமாயிருந்தால், எந்த தமனிகளிலிருந்து (சுத்தரத்தயோடும் குழாய்களிலிருந்து) * இரத்தம் வெளியாகிறதோ அக்குழாய்களை நன்றாகப் பெருவிரல்களால் அழுத்திப்பிடிக்கவேண்டும்.

* காரி ரத்தக் குழாய்களைவிட தமனிகள் உடைந்தால் இரத்தப்பெருக்கு நிற்காமல் அபரிமிதமாய் உண்டாகும்.



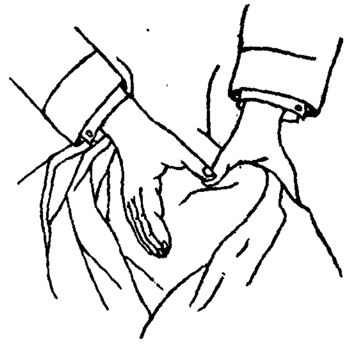
கணுக்கையில் அல்லது அதற்குக் கீழே காயம் பட்டிருந்தால் அங்கு எந்த தமனிகளை (arteries) எவ்விதம் அழுத்தவேண்டும் என்பதை இப்படம் விளக்குகின்றது.

காயம்பட்ட பாகத்தையும் அதைச் சுற்றிலுமுள்ள அவயவத்தையும் ஏதேனும் கிருமிஹரமான அல்லது தோஷஹரமான (Germicide or disinfected) திராவகத்தினால் நன்ருகச் சுத்தம் செய்யவேண்டும். (1) இதற்கு கார்பாலிக் ஆஸிட் என்னும் ஔஷதம்(20-இல் 1-வீதம் சேர்ந்த திராவகம்) உபயோகிக்கக் கூடியதாம். (2) அல்லது பெர்க்ளோரைட் ஆப் மெர்க்குரியையாவது, டிஞ்சர் அயோடைன் என்னும் சரக்கையாவது ஆல்கொஹால் என்னும் சாராயத்துடன் ஸமபாகமாகச் சேர்த்து சுத்தமான கொதிஜலத்தினால் விளாவி ரணத்தைக் கழுவுவதற்கு உபயோகிக்கலாம்; இதில் பெர்க்ளோரைட் ஆப் மெர்க்குரியோ, டிஞ்சர் அயோடைனே திராவகத்தில் 1-1000 வீதம் கலந்திருக்கும்படி சேர்க்கப்பட்டிருக்க வேண்டும்; அந்த அளவாகத்தான் சாராயமும் சேர்க்கப்படவேண்டும். இவற்றுள் முதலில் குறிப்பிடப்பட்ட திராவகமே அதிக எரிச்சலுண்டுபண்ணுவதும் விரணத்தின் மேற்புறங்களை நன்ருகக் கழுவக்கூடியதுமான ஔஷதமாம்.

கொதிநீரில் போட்டெடுத்த பஞ்சுமுதலானவற்றை ரணத்தின்மேல்வைத்து, சுத்தமான வஸ்திரத்தினால் அவ்வவயவத்தைக் கட்டி ஒருவாறு சரிப்படுத்தவேண்டும். காயம் கடுமையானதாயிருந்தால், இவ்வித கட்டை சில நாட்கள் வரையில் தினத்திற்கு ஒருமுறை அவிழ்த்துச் சுத்தம்செய்து கட்டவேண்டும். அப்பால் இரண்டு மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு தடவை அவிழ்த்துக் கட்டலாம். அப்பால் மேலே இருக்கும் கட்டை அவிழ்த்து விட்டு, இருபதில் ஒன்று வீதம் கார்பாலிக் ஆஸிட் கலந்த திராவகத்தில் தோய்த்த திரியை காயத்தின் நடுவிலுள்ள பள்ளத்தில் வைத்துக் கட்டுவது நலம்.

கிருமிஹரமான முறைப்படி சுத்தம் செய்யப்பட்டதும், போரிக் ஆஸிட் ஸம்பந்தப்பட்டதுமான சல்லாத்துணியை (Sterilized boric gauze) பிறகு அவ்விரணத்திற்கு உபயோகிப்பது நல்ல முறையாம்.

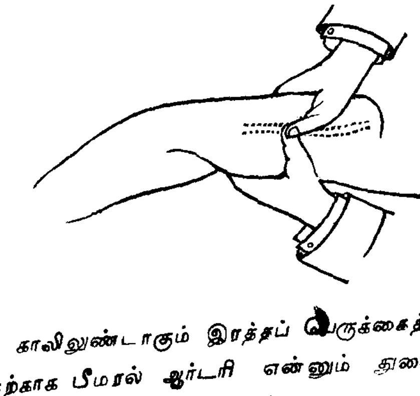
பலமான அடியினால் சர்மத்திற்கு மேல் தெரியாமல் உள்ளேயே உண்டாகும் காயத்தில் சிறிய இரத்தக்குழாய்கள் சிதைந்து, இரத்தம் உட்புறத்து தாதுக்களிலேயே கசியும்; சர்மத்தின்மேல் இரத்தக்கசிவு இராது. இதில் முதலில் சர்மம் மிகவும் சிவந்து அப்பால் ஒருவித ஊதாநிறமாக மாறி, இறுதியில் பசுமஞ்சள் வர்ணமாக ஆய்விடும். இது உள்காயம் எனப்படுகிறது.



கையிலுள்ள இரத்தக்குழாய்களுக்கு மூலமான ஸப்க்ளேவியன் ஆர்டரி யென்னும் தமனியை அழுத்தும் முறை.

இவ்வாறு உள் காயம்பட்டிருக்கும் விஷயம் சிறிது முன்னதாகவே தெரிந்தால், அவ்வவயவத்தைக் குளிர்ந்த ஜலத்தில் தோய்த்து வைப்பதும், அல்லது அவ்விடத்தில் குளிர்ந்த ஜலத்தில் நனைத்த வஸ்திரத்தைப் போடுவதும்

அவசியம்; அந்த ஈரத்துணி சிறிது தேஹ உஷ்ணத்தினால் சூடு கொள்வதற்குள்ளாகவே அதை யெடுத்துவிட்டு குளிர்ந்த ஜலத்தில் நனைந்த மற்றொரு வஸ்திரத்தைப் போட வேண்டும். விரணத்தின்மேல் உபயோகிக்கப்படும் துணி முதலியவற்றை நனைப்பதற்கு, மெதிலேடெட் ஸ்பிரிட் என்னும் சாராயத்தை ஒரு பைண்டுக்கு (20 அவுன்ஸ்கொண்ட அளவு) ஒரு தேக்கரண்டி யளவாகச் சேர்த்து செய்த ஒரு திரவம் மிக உபயோககரமாயிருக்கும். இச்சாராயமானது விரணத்தின் மேலுள்ள ஈரம் ஆவியாகப் போவதற்கு உதவிசெய்யுந்தன்மையதாகையால், குளிர்ச்சியை அவ்விடத்தில் அதிகமாய் உண்டுபண்ணும். காயம் பட்ட விடத்தை அரை அல்லது ஒரு மணி வரையில் அழுத்திக்கொண்டிருக்கலாம். பிறகு அந்த பாகத்தை உலரச்செய்து, போரிக் பௌடர் என்னும் சூர்ணத்தைத் தூவி, பஞ்சுகளைப்போட்டு சுற்றிவிடவேண்டும்; பஞ்சுகள் விழுந்துவிடாமலிருக்க ஒரு சல்லாத்துணியினால் அதன்மேல் ஒருகட்டு கட்டுவதும் அவசியம். மேற்கூறியவாறு யுக்தியாக அவரவரது புத்தியையும் உபயோகித்துத் திடீரென்று ஸம்பவிக்கும் இரத்தப் பெருக்குகளையும், வேறு விதமான உட்காயம் முதலியவற்றையும் தடுக்க உபாயம் தேடுவதை அனைவரும் அறிந்திருக்கவேண்டியது மிகவும் அவசியம்.



காலிலுண்டாகும் இரத்தப் பெருக்கைத் தடுப்பதற்காக பீமரல் ஆர்டரி என்னும் தொடையிலுள்ள பெரிய தமனியை அழுத்தும் முறை.

எந்தப்பாகத்தில் காயமுண்டாயிற்ருே அதை அசைக்காமல் அமைதியாகவும் வைத்திருப்பது வகனிக்கவேண்டிய விஷயம். அடிபட்ட இடத்திற்குமேல் மிக மிருதுவாக எவரேனும் கையால் பிடித்துவிடுவது வலியைக் குறைக்கக்கூடிய உபாயமாயிருப்பதுமல்லாமல், வெளியில் பொசிந்துள்ள இரத்தத்தை இரத்தக்குழாய்கள் மீண்டும் உறிஞ்சுவதற்கும் ஹேதுவாயிருக்கும்.

AN APPEAL TO H. E. THE GOVERNOR OF BOMBAY BY ALL-INDIA AYURVEDIC CONFERENCE.

அகில-பாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸால் கனம் பம்பாய் கவர்னர் அவர்களுக்கு அனுப்பப்பட்ட விண்ணப்பம்.

[அகில-பாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் பிரதான காரியாலயத்திலிருந்து எமது ஆபீஸுக்கு அனுப்பப்பெற்ற பம்பாய்க்கவர்னர் அவர்களுக்குச் செய்துகொண்ட விண்ணப்பத்தை ஆங்கிலத்திலிருந்து மொழிபெயர்த்து அடியிற் பிரசுரிக்கின்ருேம்.]

மாட்சிமை தங்கிய கவர்னர் அவர்கள் ஸம்முகத்திற்கு:

பண்டைக்காலத்தியதும், மிக்க உபயோககரமுமாயுள்ள ஆயுர்வேத வைத்திய சாஸ்திரத்தை முறைப்படி ஜனங்களுக்குக் கற்பிப்பதற்கும், மற்றும் பல வகைகளில் அதை விருத்திசெய்து தேசத்திற் பரப்புவதற்கும் ஏற்பட்ட "அகில-பாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸ்" என்னும் மஹா ஸபையின் ஸ்தாயி ஸமிதியார் (standing committee) பிரயாசையில், நாளது ஆகஸ்டு மீ 22௳ கூடி நடத்திய ஸபையில் தீர்மானித்தபடி இதனடியில் குறிப்பிடப்படும் சில விஷயங்களை கனம் கவர்னர் அவர்கள் அன்புகூர்ந்து கவனிக்கும்படி வணக்கத்துடன் வேண்டிக்கொள்கிருேம்:—

2. பூனா முனிஸிபாலிடியினால் நிர்வஹிக்கப்பட்டு வந்த ஆயுர்வேத வைத்தியசாலையை முன்போலவே

தொடர்ந்து நிர்வஹிக்க வேண்டுமென்பதையும், பம்பாய் வைத்தியப்பதிவு சட்டத்தின் 11-வது பகுதியை மாற்றியமைக்கவேண்டியது அவசியமென்பதையும் பற்றி தமது ஸம்முகத்திற்கு நாங்கள் அனுப்பிய தந்திச் செய்தியைக் குறிப்பிட்டு மாட்சிமைதங்கிய தமது கவர்ன்மெண்டின் கார்யதர்சி அவர்கள் இம்மாதம் 4-ம் தேதியன்று எமக்கு அன்புடன் எழுதிய கடிதத்திற்காக மிக்க கௌரவ புத்தியுடன் நாம் வந்தனமொழி கூறுகின்றோம்.

3. பம்பாய்க் கவர்ன்மெண்டிடமிருந்து கிடைத்த அறிக்கையை அநுஸரித்து, பூனா கலெக்டர் அவர்கள் செய்த உத்தரவின்படி இவ்வருஷம் ஆகஸ்டு மாதம் முதல்தேதி முதல் பூனா ஆயுர்வேத வைத்தியசாலை மூடப்பட்டதென்னும் இவ்விஷயத்தைக் கேட்டு அகில-பாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் அங்கத்தினர் அனைவரும், இந்தியாவிலுள்ள எல்லா ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் மிகவும் திடுக்கிட்டு ஆச்சரியமுற்று விசேஷமாக விஸனப்படுகிறார்கள்.

4. பூனா முனிஸிபாலிடியின் ஆயுர்வேத வைத்தியசாலையை மறுபடியும் திறந்து வைக்கவேண்டுமென்று கேட்டுக்கொள்வதற்காக 1915 ௵ ஜூலை ௴ 18௳ பூனாவில் மிஸ்டர் எச். என். ஆப்டே அவர்களுடைய அக்கிராஸநாதிபத்தியத்தின் கீழ் அந்நகரத்துப் பொதுஜனங்கள் கூடி நடத்திய மஹாஸபையில் தீர்மானித்து மாட்சிமைதங்கிய தமது முன்னிலைக்கு அனுப்பப்பட்டுள்ள விண்ணப்பத்திற்கு அநுகூலமான உத்தரவைப் பிறப்பிக்க வேண்டுமென்றும், அவ்வைத்திய சாலையைப்பற்றிய விஷயங்களை மீண்டும் ஒரு முறை கருணைபுரிந்து ஆலோசிக்க வேண்டுமென்றும், இவ்விதம் செய்து இந்தியாவிலுள்ள எல்லா வைத்தியர்களுடைய மனதுக்கு ஆறுதலுண்டுபண்ணி, பூனாவில் பொதுஜனங்களுக்கு இதனால் நேர்ந்த மனோரதபங்கத்தையும் அஸௌகரியங்களையும் நிவர்த்திசெய்ய வேண்டுமென்றும் இக்கமிட்டியார் கனம் பொருந்திய தமது ஸம்முகத்தில் பிரார்த்திக்கின்றனர்.

5. ஆயுர்வேத முறைப்படி அல்லது வேறு எந்த சுதேச வைத்தியமுறைப்படியாவது தொழில் நடத்தி வரும் வைத்தியர்களைப் பாதிக்காத விதமாகவும், மேனாட்டுமுறையை அநுஸரித்து வைத்தியம் செய்து வருபவர்களையே கட்டுப்படுத்தும் விதமாகவும் பம்பாய் வைத்தியப்பதிவு சட்டத்தின் 11-வது பிரிவை நிஸ்ஸம்சயமான ரீதியில் திருத்தியமைக்கவேண்டுமென்று பூனாநகரத்தார் தமது விண்ணப்பத்தில் கவர்ன்மெண்டாரைக் கேட்டுக்கொண்டிருப்பதை, அகில-பாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸின் ஸ்த்தாயிஸமிதியார் இம்மாதம் 22-ம்தேதி கூடிய ஸபையில் மிகவும் வற்புறுத்தி ஆமோதிக்கின்றனர். கவர்ன்மெண்டு இச்சட்டத்தில் அவ்வித மாறுதல் செய்யும்போது ஆயுர்வேத வைத்தியர்களையும் பதிவு செய்வதற்குவேண்டிய ஏற்பாடுகளை தயவுசெய்து அமைக்கவேண்டுமென்றும் கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறது.

6. அகில-பாரத ஆயுர்வேத கான்பரென்ஸைச் சேர்ந்த "அகில-பாரத ஆயுர்வேத வித்யாபீடம்" என்னும் கல்விச் சங்கமானது, ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடைய அறிவை ஒரே சீராக நல்ல நிலைமைக்குக் கொண்டுவரவேண்டியெண்ணி பிரதிவருஷமும் மூன்றுவித பரீக்ஷைகளை நடத்தி, அவற்றில் தேர்ந்தவருக்கு யுக்தப்படி யோக்யதாபத்திரங்களையும் அளித்துவருகின்றது; பரீக்ஷாக்ரமங்களின் வரலாற்றை விளக்கும் பத்திரங்களில் ஒரு ப்ரதியும் கனம்பொருந்திய தமது பார்வைக்கு இத்துடன் அனுப்பப்பட்டிருக்கிறது; இதன்மூலமாய் வைத்தியத்தொழில் புரிபவருக்கு அவசியமாகவேண்டிய தேர்ச்சிபெற்ற அறிவை ஆயுர்வேத வைத்தியரிடம் சீராக நிலைநிறுத்துவதற்கு எவ்விதமான முயற்சிகள்செய்து காரியங்கள் நிர்வஹிக்கப்பட்டு வருகின்றனவென்பது நன்கு விளங்கும். மேலும், இதேவிதமான பரீக்ஷைகளை நடத்துவதற்கும், அவற்றில் தேறியவர்களுக்கு யோக்யதா பத்திரங்களை அளிப்பதற்கும் பம்பாய் மாகாணத்தில் இன்னும் சில ஸ்தாபநங்களும் இப்பொழுது இருந்து வருகின்றனவென்பதையும் இக்கமிட்டியார் குறிப்பிட விரும்புகின்றனர்; அவையாவன:—

(1) ஆயுர்வேத பாடசாலை, பம்பாய்.
(2) வைத்திய சாஸ்திரோத்தேஜக ஸபை, பூனா.
(3) ஆஸ்த்தாந ஆயுர்வேத பரீக்ஷாஸங்கம், பரோடா.

7. இவ்வித ஸந்தர்ப்பங்களை ஆலோசித்து, கவர்ன்மெண்டார் மேற்கூறிய ஸ்தாபநங்களிடமிருந்து யோக்யதா பத்திரங்களைப்பெற்ற ஆயுர்வேத வைத்தியர்களைப் பதிவு செய்வதற்கேற்ற நியமங்களையாவது ஒன்று அமைக்கவேண்டும், அல்லது பீஹார் மாகாணத்துக் கவர்ன்மெண்டார் ஏற்பாடு செய்திருப்பது போல் மாட்சிமைதங்கிய தமது கவர்ன்மெண்டே சுயமாக ஆயுர்வேத சாஸ்திரங்களைக் கற்பதற்கேற்ற ஸௌகரியங்களையாவது ஏற்படுத்த வேண்டுமென்று கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

8. இத்தேசத்து ஜனங்களின் சரீர ப்ரக்ருதிக்கு ஏற்றதும், இங்குள்ள ஜனங்களுடைய ஜாதிமதங்கள் சிறிதும் பழுதுறுமலிருப்பதற்கு அவசியமானதென்று அநேகம் பெயரால் இதுவே சரணமென்று கருதப்படுவதுமான ஆயுர்வேத வைத்தியமுறை இங்கு நன்கு பரவி ஜனங்களுக்கு உதவி வருவதற்கு இடையிலுள்ள தடைகளைப் போக்குவதைக் கருதி மேற்குறிப்பிட்ட எமது வேண்டுகோள்களை மாட்சிமைதங்கிய தாங்கள் விசாலமான கொள்கையை முன்னிட்டு மிகக் கருணைபுரிந்து ஏற்றுக்கொண்டு இந்தியா முழுமையிலுமுள்ள வைத்தியர்களுடையவும், முக்கியமாக பம்பாய் மாகாணத்தைச் சேர்ந்த எல்லா நகரத்து ஜனங்களுடையவும் மனப்பூர்வமான நன்றிக்குப் பாத்திரமாக வேண்டுமென்று இக்கான்பரென்ஸ் வணக்கத்துடன் பிரார்த்திக்கின்றது.

9. இக்கான்பரென்ஸின் ஸ்த்தாயிஸமிதியானது, மேற்கூறிய வேண்டுகோள்களை கனம் பொருந்திய கவர்னர் அவர்கள் அநுகூலமான எண்ணத்துடன் ஆலோசிக்க வேண்டுமென்று மீண்டும் ஒருமுறை முடிவில் வேண்டிக்கொள்கிறது. மாட்சிமைதங்கிய தங்களுடைய விண்ணப்பதாரரான நாங்கள் எப்பொழுதும் ஸமயங்களில் இவ்விதமாகப் பிரார்த்திப்பதற்குக் கடமைப்பட்டிருக்கின்றோம்.

பிரயாகை,
1915 ௵
ஆகஸ்டு ௴ 27௳

மாட்சிமைதங்கிய கவர்னர்
அவர்களுக்கு மிகவும்
கீழ்ப்படிந்த ஊழியர்கள்

மேஜர், B. D. பஸு, I. M. S.
கேதாரநாத் சதுர்வேதி, வைத்தியர்.
ஜகந்நாத ப்ரஸாத சுக்ல, வைத்தியர்.
லக்ஷ்மீ காந்தமணி, வைத்தியா, L. M. P.
ஜயகுமார ஜைனி, வைத்தியர்.

QUESTIONS AND ANSWERS.

ஸந்தேஹ வினாவிடைகள்.

வினா-17. ஒருவித சதை வளர்ச்சி.

அன்பார்ந்த ஐயா,

கீழ்க்கண்ட ஸந்தேஹத்திற்கு பத்திரிகையின் மூலமாக தாங்களாவது, தமது பத்திரிகையைப் படிக்கும் பிறராவது தயவுசெய்து விடையளிக்க வேண்டுகிறேன்.

(1) எனக்கு 9-மாதங்களுக்கு முன் கீழ் உதட்டில் வலது பக்கத்தில் உட்புறமாக மிளகளவு சதை வளர்ந்து, பிறகு 6-மாஸ காலத்தில் சுண்டைக்கா யளவாகப் பருத்துவிட்டது; அதிலிருந்து வெகு இலேசான மஞ்சள் நிறமுள்ள துர்நீர் வெளிவந்தது; அப்பொழுது வலியொன்றுமில்லை; சதையும் சிறுத்துவிட்டது. பிறகு 10-நாட்களில் மறுபடியும் சுண்டைக்கா யளவாக வளர்ந்துவிட்டது. இப்பொழுது பெருக்கவுமில்லை, சிறுக்கவுமில்லை. (2) இதற்கு வைத்திய கலாநிதியின் மார்ச்சு மாஸத்திய ஸஞ்சிகையில் 166-ம் பக்கத்திற் குறிக்கப்பட்டுள்ள புளியாரை உபயோகமாகுமா? அப்படியானால் அதை எவ்வாறு உபயோகிப்பது? (3) அல்லது வேறு சிகித்ஸையுண்டா? (4) இங்கு ஒரு வைத்தியர் இதை ஒரு பூச்சிக்கூடு என்று மொழிந்தார்.

எஸ். துரைப்பிள்ளை.

விடை. (1) தாங்கள் அறிவிக்கும் விவரங்களைக் கவனித்தால், தங்களுடைய உதட்டிலுண்டாயிருக்கும் வளர்ச்சி ஒருவித அர்ப்புதம் என்னும் புரைகுழலாயிருக்குமென்றும், ஸாதாரண சதை வளர்ச்சியாயிராதென்றும் கருதுகிறோம். (2) இதற்கும் வைத்திய கலாநிதியிற் கூறப்பட்டுள்ளபடி புளியாரை உபயோகப்படலாம். புளியாரையை அரைத்துக் கொதிப்பித்து மேலே பற்றுப்போடலாம். ஆனால் அது ஸாதாரண மாம்ஸவளர்ச்சிக்குப் போடக்கூடியதென்று அநுபவத்தில் வந்திருப்பதுடன், மேற்பூச்சாக உபயோகிக்கும்போது வெளியில் சர்மத்தின்மேல் உபயோகிப்பது முறை. உதட்டுக்கு உட்புறமாயிருக்கும் வளர்ச்சியின்மேல் பற்றுப்போடுவது கஷ்டமாகையால், வேறுவித சிகித்ஸை ஏதாவது செய்வதே உத்தமமாகும். (3) வேறுவித சிகித்ஸை செய்யவேண்டுமானால் முதலில் அது சதை வளர்ச்சியா அல்லது புரைகுழலா என்று யோக்யதையுள்ள நல்ல வைத்தியரிடம் காட்டி விஷயத்தை நிச்சயித்துக்கொள்ளுங்கள். அர்ப்புதம் என்னும் புரைகுழல் என்று நிச்சயமாகத் தெரிந்தால், உள்ளடங்கிய துர்நீரை வைத்தியரைக் கொண்டு வெளிப்படுத்தச்சொல்லி, வெளிப்புறத்தில் மெதுவாக வென்னீர் முதலியவற்றால் ஒற்றடம் கொடுத்து வரவேண்டும். (4) அவ்விடத்தில் பூச்சிக்கூடு உண்டானதாகக் கூறுவதைப் பரீக்ஷித்த வைத்தியர் நேரிற் கண்டாலேயொழிய நம்ப முடியாது; ஒரு பூச்சி உள்ளேயிருந்தால், அவ்விடத்தில் வித்ரதியென்னும் சீழ்க்கட்டி யுண்டாகும்; அல்லது அபரிமிதமான வலி யேற்பட்டிருக்கும். எதற்கும் கை தேர்ந்த வைத்தியரிடம் சென்று பரீக்ஷிக்கச் சொல்லி விஷயத்தை நிச்சயம் செய்துகொள்வது நலம். ப-ர்.

வினா-18-பித்தவாயுவும் எரிகுன்ம வாயுவும்.

ஐயா,

(1) இதுகாறும் 2-வருஷமாக நான் "வைத்திய கலாநிதியை" வாசித்து வருகிறேன். அதில் வாதம், பித்தம் இவ்விரண்டையும் பற்றிய விவரங்

களைப் பலவிடங்களில் பார்த்தேன். ஆனால் உலகத்
தில் வழங்கிவரும் (2) "பித்தவாயு" (3) "எரி
குன்மவாயு" என்பவற்றைப்பற்றி நான் கலாநிதியில்
காணவில்லை. ஆகையால் பத்திராதிபர்களான தாங்க
ளாவது, சந்தாதார்களாவது கிருபைகூர்ந்து இவ்விரண்
டையும் பற்றி இப்பத்திரிகையில் தெளிவாக விவரம்
கூறவேண்டுமென்று வணக்கத்துடன் கேட்டுக்கொள்
கிறேன்.

அ. ஐகந்நாத நாயுடு.

விடை. (1) வைத்திய கலாநிதியில் வாதம் பித்
தம் இவ்விரண்டையும் மாத்திரமல்ல, மூன்றாவதான
கபம் என்கிற தோஷத்தைப்பற்றியும் (ஆகவே மூன்று
தோஷங்களைப்பற்றிய) விவரங்களும் இப்பத்திரிகை
ஆரம்பித்தது முதலாக அநேக முறையில் வெளிப்படுத்
தப்பட்டிருக்கின்றன. வைத்திய கலாநிதியைப் படிப்
பவருக்கு வாத-பித்த-கபங்கள் என்றால் என்னவென்று
ஒருவாறு தெரிந்திருக்குமென்று எமது கொள்கை.
(வைத்தியகலாநிதியின் முதல் வருஷத்து முதல் ஸஞ்சி
கையிலேயே 2-வது வியாஸத்தைப் பார்க்க.) (2) பித்
தம்-வாயு என்னும் இரண்டு தோஷங்களும் ஒருமிக்கக்
கோளாறடைந்து ஸம்பவிக்கும் வியாதி நிலைமையே
பித்தவாயுவிகாரமென்று கூறப்படலாம். இதையே
உஷ்ண-வாயு என்றும் வழங்குவதாய் அறிகிறோம்.
பித்தத்தின் பிரகோபத்தினால் உஷ்ணம் அதிகரிப்
பதை நோக்கி பித்தமே உஷ்ணமாகவும் கூறப்படு
கிறதுபோலும். பித்தம்-வாயு என்னும் இவ்விரண்டும்
ஒன்று சேர்ந்து விகற்பமடைவதுபோல், வாயு-கபம்,
பித்தம்-கபம் என்று இவ்வித சேர்க்கையும் ஸம்பவி
த்து இரண்டிரண்டு தோஷங்களாகக் கோளாறடை
வது முண்டு. அப்பொழுது அவை த்வந்த்வங்கள்
எனக் கூறப்படுவது முறை. (3) எரிகுன்மவாயு
என்பது வாததோஷத்தினால் மட்டும் உண்டாவதல்ல.
வயிற்றில் குன்மநோய் உண்டானால், அங்குள்ள தாதுக்
கள் எரிக்கப்படுவதாலும், அபானவாயு முதலிய காற்று
சேருவதாலும் உண்டாகும் நோயை இப்பெயரிட்டு
வழங்கக்கூடும். வெளியில் வீசும் காற்றுபோன்ற
வாயுவுக்கும், வாதம் என்னும் தாது அல்லது தோஷத்
திற்கும் மிகுந்த வித்தியாஸ முண்டென்பதை நேயர்
கள் மறக்கக்கூடாது. வைத்தியகலாநிதியில் வெளியா
யுள்ள முற்கூறிய வியாஸத்தைப் பார்த்தால் இவ்வித
ஸந்தேஹங்களுண்டாவதற்கு இடமுண்டாகாது. நன்
றாகத் தீர விசாரித்தோமாயின் எரிகுன்மவாயு, பித்த
வாயு, உஷ்ணவாயு முதலியவை ஆயுர்வேத பரி
பாஷைப்படி விவஹரிக்கப்படும் பெயர்களல்ல
வென்றே இச்சாஸ்திரத்தைக் கசடறக்கற்ற வைத்திய
வித்வான்கள் அபிப்பிராயப்படுவர். ப-ர்.

ஒருவித வாதநோய் என்னும் 14-வது வினாவுக்கு விடை.

(1) தாங்கள் குறிப்பிட்டிருக்கும் பிணியாளிக்கு
வாததோஷத்தினாலேயே பெரும்பாலும் அக்கோளா
றுகள் உண்டாயிருக்கவேண்டும். ஆனால் சுகதோஷம்
எனப்படும் மேஹவியாதியினாலும் இவ்விதம் ஸம்ப
விப்பதுண்டு. (2) அநேக வைத்தியங்கள் செய்த
தில் பாதம்முதல் முழங்கால்வரையில் ஸ்வஸ்தமான
தாகக் கூறுகிறீர்கள்; அவ்விதமானால் எவ்வித ஔஷ
தங்கள் முதலில் உபயோகிக்கப்பட்டனவோ அவற்
றையும் குறிப்பிட்டிருந்தால் நலமாயிருந்திருக்கும். ஆகி
லும் எமது அநுபவப்படி அபிப்பிராயத்தைத் தெரிவிக்
கின்றோம். (3) வேதுபிடித்து ஒற்றடம்கொடுத்துப்
பிரயோஜன மில்லையென்று நிராசையாய் விடுவதை
விட, நாராயணதைலம், மாஷதைலம் இவற்றில் ஏதே
னும் ஒன்றை அவ்விடத்தில் தினந்தோறும் ஒருமணி
நேரம் நன்றாகத் தேய்த்து,பலமாக ஒருவரைக்கொண்டு
மர்த்தநம் செய்யச்சொல்லி, போஸ்தக்காயென்னும்
கசகசாத்தோலைப் போட்டுக் காய்ச்சிய ஜலத்தினால் ஒற்
றடம்கொடுத்து, அப்பால் சிறிதுநேரம் எவரையேனும்
பிடித்துக்கொண்டு மெல்லமெல்ல அசைந்து நடக்க
முயலவேண்டும். இரவில் படுக்கும்போது அஜாஜ்
யாதிலேபத்தை அவ்விடத்தில் பற்றுப்போடலாம்.
இவ்வௌஷதங்கள் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையில் காணக்
கூடியவை. நாராயண தைலத்தையே அக்கிரந்தத்
திற் குறிப்பிட்டுள்ளபடி உட்கொண்டு வருவதாலும்
நற்குணமுண்டாகக்கூடும். சரீரத்தைப் போஷிக்கக்
கூடியவையும், சீக்கிரம் ஜீர்ணமாகத் தகுந்தவையு
மான பால்முதலிய உணவுப்பொருட்களை விசேஷ
மாக உட்கொண்டுவருவதும் அவசியம். பலவந்தமாக
வாவது ஒருவரைப் பிடித்துக்கொண்டு சில நிமிஷ
நேரமாவது எழுந்து நடமாடமுயலாமல் அசைவியா
கப் படுத்துக்கொண்டே யிருந்துவிட்டால், பிறகு எப்
பொழுதுமே எவ்வித சிகித்ஸையும் உபயோகமில்லா
மற் போய்விடுமென்பதை மறக்கக்கூடாது. (4) மின்
சாரவிசையைப் பிரயோகிப்பதும் சில ஸமயம் குறிப்
பிடக்கூடிய நன்மையைத் தரலாம். அதற்குவேண்
டிய கருவி கிடைக்குமானால் முற்கூறிய சிகித்ஸை
யோடு, அதையும் அப்போதைக்கப்போது பிரயோ
கித்துவருவது உத்தமமே. வியாதி நீடித்தகாலமாய்
உடலில் வேரூன்றி விட்டதால் குணப்படுவது கஷ்ட
ஸாத்தியமாகத்தான் இருக்கும். ஆகிலும் மனம சளைக்
காமல் முற்கூறிய சிகித்ஸையை முறைப்படி செய்து
கொள்வதால் பெரும்பாலும் குணம் பெறலாம். ப-ர்.

DRUGS AND MEDICINES.

ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

காக்கைக் கொல்லி.

இது தாவிப்படரும் ஒரு கெட்டியான காம்புள்ள
பூண்டு; சாம்பர் நிறமாகவும், உட்புறமாக வெடிப்புள்ள
தாகவும் காணப்படும்; இதன் இலைகள் குண்டாகவும்
தடித்தும், கசக்கினால் நுரை யுண்டாக்குவதுமாயிருக்
கும்.

இதன் விதைகளுக்குப் பூச்சிகளைக் கொல்லும்குணம்
உண்டு; ஆகவே தலையிலுண்டாகும் ஈர்களையும் பேன்
களையும் அழிப்பதற்கு இவ்விதைகளை உபயோகிக்க
லாம்; இதற்காக 80-நெல்லெடை வித்துகளை யெடு
த்து களை யெடுத்து, உடைத்துப் பருப்புகளை மாத்திரம்
கிரஹித்துக்கொண்டு, அவற்றை ஒரு கல்வத்திலிட்டு
நன்றாகக் களிமாதிரி அரைத்து, அப்பால் ஒன்றரை
அல்லது இரண்டு பலம் மெழுக்கை அல்லது கொழுப்
பைச் சேர்த்துக் கலந்து, நெய்யையும் சிறிதளவு சேர்த்
துக் குழைத்து, சிரஸ்ஸில் தடவலாம். ஆனால் இதைத்
தடவும்போது தலையில் சிரங்காவது, வேறுவித வெடி
ப்புமுதலிய ரணமாவது இல்லையாவென்று கவனிக்க
வேண்டும்; இது ஒருவித விஷப்பொருளாகையால்,
ரணங்களில் ஸம்பந்தித்ததும் இரத்தத்தில் சேர்ந்து
விஷத்தன்மையைக் காட்டும். பேன்களையும் ஈர்களை
யும் அழிக்க இது மிகச் சிறந்த சரக்கென்று அநுபவத்
தில் அறியப்பட்டிருக்கிறது.

பெரு மருந்து.

வருஷந்தோறும் இரு முறைக் கனியீன்றும் செடி;
மழைகாலத்திலும் குளிர்காலத்திலும்தளிர்த்துச் செழி
க்கக்கூடியது.

(1) இதன் விதை குமட்டலுண்டாக்கக் கூடிய
அவ்வளவு கைப்பு; இதை உத்தீபகவஸ்துக்களுள்
(Stimulant) மிகப் பிரதாநமாகவும், பல்யமாகவும்
(tonic,) வமநகாரியாகவும் உபயோகிக்கலாம்; இவ்
வாறு சில வைத்தியர்கள் இத்தேசத்தில் உபயோகித்
தும் வருகின்றனர். இச்சரக்கை முறைக்காய்ச்சல்
களைப் போக்க உபயோகிப்பதுண்டு. (2) பாம்புக்கடி
க்கு மிகச் சிறந்த ஔஷதமென்று இதற்கு ஒரு பிரவி
த்தியு முண்டு; இதைப் பொடி செய்து சிறிதளவு உட்
கொள்வதுடன், ஸர்ப்பந்தீண்டிய விடத்தில் வைத்
துத் தேய்த்து விடவேண்டுமென்றும் கூறப்படுகிறது.
(3) வெண்குஷ்டத்திற்கு இதன் சூர்ணத்தைத் தேனி
ற் கலந்து உட்கொண்டு வருவது நலமென்றும் சில
வைத்தியர்கள் அபிப்பிரயாப்படுகின்றனர். (4) மிள
குப் பொடியையும் இதன் சூர்ணத்தையும் ஸமபாக
மாகக் கலந்து தேனிற் குழைத்துக் கொடுக்க ஸாதா
ரண அதிஸாரம் மட்டுமல்ல, விஷூசியும் தீருமெ
ன்று சிலருடைய அநுபவத்தில் வந்திருக்கின்றது.
(5) குழந்தைகளுக்கு ஸம்பவிக்கும் மலபந்தத்திற்கு,
இதன் இலைகளைக்கொண்டுவந்து, குழந்தையின்மேல்
வயற்றில் வைத்துக்கட்டிக் கொண்டுவந்தால் கூடிய
சீக்கிரத்தில் அக்கோளாறு நிவ்ருத்தியாகும்.

அயோடோபாரத்திற்குப்பதில் வேறொரு மருந்து.

காயம் முதலியது தாக்கினால் அதன்மேல் சீழ் பிடிக்கா
மலிருப்பதற்கும், ரணம் ஆறுவதற்கும் அயோடாபார
த்தை ஆங்கிலவைத்தியர்கள் உபயோகிப்பது அனை
வரும் அறிந்ததே. ஆனால் அது ஒருவித துர்வாஸனை
யுள்ளதாயிருப்பதைக் கருதி பலர் அதை சில ஸமயம்
வெறுக்கவேண்டியிருக்கிறது. இப்பொழுது அயோ
டைன் என்னும் சரக்கையும், ஸிங்கோனா என்னும்
ஜ்வரப்பட்டையின் சூர்ணத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து
அயோடோபாரத்திற்குப் பதிலாக உபயோகிக்கலா
மென்று டாக்டர்களான எ. மௌசெட் என்பவரும்,
மால்பெக் என்பவரும் சிபார்சு செய்திருப்பதாக "ப்ரா
க்டிகல் மெடிஸின்" என்னும் பத்திரிகை குறிப்பிடு
கிறது. இப்புது மாதிரியான ஔஷதத்திற்கு
அயோடோ பாரத்திற்குள்ள துர்வாஸனை கிடையாது;
ஆனால் அதற்கு மாறாக ஒருவித ஸுவாஸனையைக்
கொடுக்கின்றது; கிருமிஹரமாகவும், பூயாபஹமாகவும்
(antiseptic) வேலை செய்வதிலும், ரணங்களை ஆற்றி
மீண்டும் சர்மத்திற்குப் பழைய நிறம் முதலியதை
யுண்டுபண்ணுவதிலும் அயோடோபாரத்தினும் இது
குறைந்ததல்ல. புண்களிலுண்டாகும் எவ்வித துர்
நாற்றத்தையும் போக்கி, சீழுண்டாகாதபடி அவற்றைச்
சுத்தமாக வைப்பதில் இது சிறந்த ஔஷதமென்று
நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

எமிடின் ஹைட்ரோக்ளோரைட்.

ஸந்நியாதஜ்வரத்தில் இது வரையில் எவ்வித ஔ
ஷதமும் பயன்படாமல், அவ்வியாதிக்கிரஸ்தர்கள்
மிகவும் வருந்தி பெரும்பாலும் உயிரிழந்து வரு
கின்றனர். இப்பொழுது டாக்டர் ப்ரேஸியர்
(Frazier) என்னும் நிபுணர், ஸந்நியாத ஜ்வரத்

தை "எமிடின்ஹைட்ரோக்ளோரைட்" என்னும் ஔஷதத்தால் நிவ்ருத்தி செய்யலாமென்று கண்டுபிடித்திருக்கின்றனர். இச்சரக்கை ½ க்ரைன் அளவில் ஆறுமணிமுதல் பன்னிரண்டு மணி ஸாவகாசத்திற்கொருமுறையாகஇரத்தத்திற் குத்திச்செலுத்தவேண்டும். இந்த ஔஷதத்தை இவ்விதமாக உபயோகித்தால் இரண்டு முதல் ஆறு நாட்களுக்குள் ஸந்நிபாத ஜ்வரத்தைப் போக்கி பிணியாளிக்கு ஸௌக்கியத்தைக் கொடுக்கலாமென்று அறியப்படுகிறது.—Medical Standard.

அத்திப்பாலும் சீதபேதியும்.

அத்தி மரத்திலிருந்து எடுக்கப்படும் பாலையும் சர்க்கரையையும் கலந்து உட்கொள்ள, எவ்வித சீத பேதியும் தீரும். சீதபேதி கடுமையாயிருந்தால், முதலில் இரண்டு பலம் ஆமணக்கெண்ணெயையும் தேங்காய்ப் பாலையும் கலந்து உட்கொள்ளக் கொடுத்து, நன்றாக மூன்று நான்கு முறை விரேசநமானபிறகு, அத்திப் பாலைக் கொடுக்க வயிற்றுப்போக்கும் வயிற்றுக்கடுப்பும் நிவ்ருத்தியாய்விடும். இதை தினத்திற்கு இரண்டு அல்லது மூன்று தடவை உபயோகிக்கவேண்டும்.

வயிற்றுப் பொருமலில் சுண்டைக்காய்.

சுண்டைக்காயைச் சிவக்க வறுத்து, ஒருவாறு அதைப் பொடிசெய்து, ஒன்று அல்லது இரண்டு தோலா எடைவிதம் இரண்டு மூன்று உப்புக்கல்லையும் கூட்டி தினத்திற்கு மூன்று வேளை உட்கொண்டு வர அஜீர்ணம் முதலியதாலுண்டாகும் வயிற்றுப்பொருமல் தீருமென்று ஒரு வைத்தியர் எமக்கு எழுதுகிறார்.

திராக்ஷ ரஸம்.

(1) நன்றாகக் கனிந்தும் வாடாமலுமிருக்கும் பச்சைத் திராக்ஷையென்னும் கொடிமுந்திரிகைப்பழங்களைக் கழுவி, அவற்றை ஒரு கெட்டிச்சல்லாத் துணியில் போட்டுப் பிழிந்து அதன் சாற்றை யெடுத்துக்கொள்ளவும். கறுநிறமான கொடி முந்திரிகைப் பழத்திலிருந்து ரஸமெடுப்பது மிகவும் நலம். (2) இந்தப் பழங்களை கொதி நீரில்போட்டு வேகவைத்துப் பிழிந்து எடுக்கப்படும் ரஸமும் நன்றாயிருக்கும். முதலிற் கூறியவாறு எடுக்கப்படும் திராக்ஷாரஸத்திற்கு ஜலமாவது சர்க்கரையாவது சேர்க்கவேண்டிய அவசியமில்லை. இரண்டாவது கூறப்பட்டவிதம் கிரஹிக்கப்படும் ரஸத்தில் சிறிது சர்க்கரை சேர்த்துக்கொண்டு உபயோகிக்கலாம். மிகவும் தித்திப்பான திராக்ஷையின் ரஸத்தில் கமலாக்கிச்சிலியின் சாற்றையாவது, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றையாவது சிறிதளவு அவரவருடைய ருசிக்கு வேண்டியபடி சேர்த்துக்கொள்ளலாம். இந்த ரஸம் ஒருவித நறுமணமுள்ளதாகவும், குடிப்பதற்கு மிக்க மதுரமாகவும் இருக்கும். கோடைகாலங்களிலுண்டாகும் அமித நாவறட்சியை சமனம் செய்துகொள்ள இதை வெகு ஸுலகமாகப் பருகலாம். ஜ்வரத்திலும் தாஹசாந்தியாக இதைப் பிணியாளிக்குக் கொடுக்கலாம். இதைக் குடித்த சிறிது நேரத்திற்கெல்லாம் நன்றாகப் பசியுமெடுக்கும். வாந்தியையும் வாய்க்குமட்டலையும் தணித்து, வாயிலுண்டான அரோசகத்தையும் போக்க கர்ப்பிணி முதலானவர்களுக்கும் அவ்விதவிகாரமுள்ள இதர பிணியாளிகளுக்கும் இதைப் பருகக் கொடுக்கலாம். Good Health.

தொண்டைக்கம்மலும் பாஸ்வரமும்.

வெகு நாட்பட்ட தொண்டைக்கம்மலை சீக்கிரத்தில் ஸ்வஸ்த்தம் செய்யக்கூடிய ஔஷதம் இதுவரையில் தகுந்ததாய் உபயோகத்தில் வந்ததில்லை. இவ்வித தொண்டைக்கோளாறில் நீமுறுகற்பாஷாணம் என்னும் பாஸ்வரத்தை (Phosphrous) மிகச் சிறிய அளவில் அடிக்கடியும் கொடுத்துவருவதால் தொண்டைக் கம்மல் வெகு சீக்கிரத்தில் நிவ்ருத்தியாய்விடும் என்று "ப்ராக்டிகல் மெடிஸின்" என்னும் வைத்தியப்பத்திரிகை கூறுகிறது. ஸாதாரணமாக இதை உபயோகிக்கும் அளவு $\frac{1}{100}$ முதல் 1/20 கிரைன்.

கற்பூரம் சிறந்த உத்தீபந வஸ்து.

ச்வாஸாசயங்களையும், இருதயத்தையும் உத்தீபநம் (Stimulant) செய்வதில் கற்பூரம் மிகச் சிறந்த ஔஷதச் சரக்காம். இது அவற்றை நிச்சயமாகவும் அதி சீக்கிரமாகவும் தூண்டிக்கொடுக்குங் குணமுடையது. ஆகவே காஸம் முதலிய ச்வாஸாசயத்தைப்பற்றி வியாதிகளிலும், சரீரத்திற்குச் சோர்வுண்டான நிலைமைகளிலும் ச்வாஸா சயங்களையும் இருதயத்தையும் தூண்டுவதற்கு இதை உபயோகிக்கலாம். கற்பூரம் கலந்த தைலத்தை சர்மத்திற் குத்திச்செலுத்தலாம் என்று "மெடிகல் ஸ்டாண்டர்ட்" என்னும் பத்திரிகையில் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது. இதை ஸாதாரணமாய் 1-முதல் 5 கிரைன் வரையில் சர்க்கரை, தேன் முதலியதுடன் கலந்து உட்கொள்ளலாம்.—Medical Standard.

கொழுப்பைக் குறைக்க எலுமிச்சம்பழ ரஸம்.

ஒரு எலுமிச்சம்பழத்தின் ரஸத்தை நாள்தோறும் காலையில் வெறும் வயிற்றில் உட்கொண்டுவந்தால், தேஹத்திற்சேர்ந்துள்ள அபரிமிதமான கொழுப்பைக் குறைத்து, தேஹத்தை இலகுவாகச் செய்யுமென்று ஓர் ஆங்கிலவைத்தியப் பத்திரிகையில் படித்தோம். நாம் அதை அவ்வாறே சிலருக்கு உபயோகித்தும் பார்த்தோம்; அதனால் நமக்கு மிகவும் பசியே விருத்தியாவதாகக் கண்டோம். இது மிக்க எளிதான சிகித்ஸையாயிருப்பதால், வேறு வைத்தியர்களும் இதை அவ்விதமான மனிதருக்கு உபயோகப்படுத்திப் பார்த்து, அவ்வாறு இது மிதமிஞ்சிய கொழுப்பைக் குறைப்பதாகத் தெரிந்தால் இப்பத்திரிகைக்கு அறிவிக்கக் கோருகிறோம்.

NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

பலவகைக் குறிப்புகள்.

பள்ளிக்கூடங்களில் பெண்பிள்ளைகளின் தேஹப்பயிற்சி.

நியூயார்க் நகரில் நடந்தேறிய "ஸ்த்ரீவைத்திய ஸங்கத்தின்" மீடிங்கில் பள்ளிக்கூடத்துச் சிறுமிகளின் தேஹப்பயிற்சி விஷயத்தைக் கவனிக்கவேண்டியதே, ஸ்த்ரீகளின் ஆரோக்கியத்தைக் காப்பதற்கான ஆஸ்திவாரமென்றும், அத்தேஹப்பயிற்சியிலும் முக்கியமாய் உட்காரும்போதும், நிற்கும்போதும், வேலை செய்யும் போதும் சரீரத்தை நிறுத்தும் நிலைமையே அவசியம் பராமரிக்கப்படவேண்டி யிருக்கிறதென்றும், இவ்விஷயங்களைப் பெண் பள்ளிக்கூடங்களில் சில வைத்தியர்களைக்கொண்டு போதிக்க ஏற்பாடுசெய்வது நல்ல முறையாயிருக்குமென்றும் தீர்மானிக்கப்பட்டது. உட்காரும்போது நன்றாக நிமிர்ந்துட்காருவதற்கு அப்பிள்ளைகளை ஆரம்பம் முதல் பயிற்சி செய்யவேண்டும்; அப்பொழுதுதான் தேஹத்திலுள்ள தசைநார்களெல்லாம் நன்கு பலம்பெற்று ஒழுங்கான நிலைமையில் வளரும். பாடசாலைகளில் பிள்ளைகள் தகுந்த நிலையில் உட்காருவதற்கு ஏற்றவாறு ஆஸனங்களை அமைக்காமல், அவர்களுடைய தேஹநிலைமை உட்காரும்போதும் நிற்கும்போதும் ஒருவாறு வக்கிரத்தன்மையடைகிறதென்று உபாத்தியாயர்களின்மேல் பழி கூறுவதிற் பிரயோஜனமென்ன? அப்பிள்ளைகள் பெரும்பாலும் அவர்களுக்கு எதிரிலுள்ள எழுதும் பீடத்தின்மேல் மார்பைச் சாய்த்துக்கொண்டு, இடுப்பையும் கூனிக்கொண்டு உட்காருகிறார்களேயன்றி நிமிர்ந்துட்கார்ந்து படிப்பதில்லை; ஆகவே அவர்கள் சாயும்வண்ணும் எதிரில் அவ்வாறு பலகைகளை அமைப்பது பிசகு. மேலும் அவர்கள் இங்குமங்கும் திரும்பும்படி ஆஸனங்களில் வஸதிகள் ஏற்படுத்தியிருக்கவேண்டியதும் அவசியம். அவர்கள் நிற்கும்போதும் நடக்கும்போதுங்கூட நிமிர்ந்த நிலைமையில் இருக்கும்படி அவர்களுக்குப் போதனை செய்துவரவேண்டும். தாறுமாறாக உட்காருவதாலும், நிற்பதாலும், நடப்பதாலும் தசைநார்கள் பலங்குன்றி வக்கிரமாக வளர்ந்துவிடும். தினந்தோறும் குறிப்பிட்ட நேரத்தில் (நடுப்பகலில் தவிர) சிறுமிகளுக்கும் (அனைவருக்குமே, வியாயாமம் என்னும் தேஹப்பயிற்சியைச் செய்விக்கத் தவரக்கூடாது. பிள்ளைகளுக்கு வெகு கனமான உடுப்புகளை உபயோகிப்பதால், அவை வியாயாமம் செய்வதற்குத் தடையுண்டு பண்ணுகின்றன; கால்களில் பாதரக்ஷைகளும் அவ்விதமே இதற்கு ஸௌகரியக் குறைவைத்தருகின்றன. இக்காலத்திய நாகரிக வேஷங்களில் அநேகம் நமது குழந்தைகளுடையவும், ஆகவே நமது ஸந்ததியினுடையவும் தேஹாரோக்கிய நிலைமைக்குப் பிரதிகூலங்களாயிருப்பதால், அவற்றைச் சரிப்படுத்த வைத்தியர்களே முன்வரவேண்டியவர்களா யிருக்கிறார்கள். இவ்வாறு "டயெடெடிக் அண்ட் ஹைஜியனிக்கஜெட்" என்னும் சுகாதாரப் பத்திரிகை சிறிதுவிரிவான வியாஸமொன்றை வெளியிட்டிருக்கிறது.

எலிகளும் மஹாமாரியும்.

ப்ளேக் என்னும் மஹாமாரி பரவுவதற்கு எலிகள் எவ்விதத்திலாவது ஸம்பந்தப்பட்டிருக்கின்றனவா? இவை ஸம்பந்தப்படவில்லையென்று டாக்டர் க்ரேக் என்கிற கல்கத்தா முனிஸிபல் ஹெல்தாபீஸர் கூறுகிறார். அவர் செய்த பரிசோதனைகளைக்கொண்டு, இவ்விஷயத்தை இவ்வாறு நிர்த்தாரணம் செய்துகொண்டு, கல்கத்தாவில் எலிகளைக் கொல்லும் வேலையை இனி நிறுத்திவிடலாமென்று முனிஸிபாலிடியில் ஒரு தீர்மானம் கொண்டுவந்தார். இச்சிறிய பிராணிகளை வதை செய்வதற்காகக் கல்கத்தாநகரில் பிரதிவருஷமும் சராசரி 6000-ரூபாய் செலவிடப் படுகிறதாம். அவர் தாம் கொண்டுவந்த தீர்மானத்தில் குறிப்பிட்டிருப்பதாவது:—"எலிகளைப் பிடிப்பதற்காக ஏற்பாடு

செய்துவந்த பிரதேசங்களில் அவ்விதம் செய்ததில் எலிகளுக்கும் மஹாமாரி வியாதி பரவுவதற்கும் ஒரு வித ஸம்பந்தமும் இல்லையென்று நன்ருகத் தெரிய வந்தது. உதாரணமாக இந்த நகரத்தில் (கல்கத்தாவில்) நான்காவது டிவிஷனில் எலிகளை அழிக்கும் வேலை வெகு நாட்களாகவே நடந்தேருமலிருந்தும், அவ்விடத்தில் இதுவரையில் மஹா மாரியென்னும் பெயரேயில்லாமலிருந்துவருகிறது; இது இப்படியிருக்க, முதல் டிவிஷனிலுள்ள எலிகளில் நூற்றுக்கு ஐம்பதுமுதல் எண்பதுவரையிலும் கொல்லப்பட்டு வந்தும், 1909-ம் வருஷத்தில் இவ்வியாதி எவ்வளவு அதிகமாக அவ்விடத்திற் பரவியதோ அவ்வளவு அதிகமாகவே 1912-ம்ஹூலும் பரவிவந்தது. எலிகளைக் கொல்லும் வேலை முதலில் ஆரம்பித்ததைவிட கிரமமாக ஒன்றுக்கு மூன்றுபங்கு அதிகமாய்விருத்தியாய்வந்தும், இரண்டாவது டிவிஷனில் 1911-ம் வருஷத்திலும் 1912-இல் மஹாமாரி இன்னும் அதிகமாகவே பரவியது.'' இவ்விஷயம், கல்கத்தா முனிஸிபாலிடியின் சுகாதாரக் கமிட்டியார் இதை ஆலோசனை செய்த போது, எலிகளைக்கொல்லும் வேலையை இன்னும் தொடர்ந்து நடத்தவேண்டுமென்றும், இவ்விஷயத்தைத் தீர்மானமாக முடிக்க இன்னும் சில ஆராய்ச்சிகளைச்செய்து வேறுவிதமான முகாந்தரங்களையும் அறிவிக்கும்படி ஹெல்தாபீஸரைக் கேட்டுக்கொள்ள வேண்டுமென்றும் முடிவு செய்யப்பட்டது. சுகாதார விஷயத்தில் நிபுணரான மற்ருெரு ஸானிடரி ஆபீஸர் 'தான் அநேகமாயிரம் எலிகளைக் கொன்றிருந்தும் மஹாமாரி பரவுவது நின்றபாடில்லை' என்றும் கூறினதாய் அறிகிறோம்.

வியாதிகொண்ட மனம்.

மனிதருடைய மனது ஏதேனும் வியாதியினுல் தாக்கப்படும்போது, அல்லது ஏதாவது தொல்லைகளால் வருந்தும்போது, அறிவில் தேற்சிபெருத ஒரு அஸமர்த்தவைத்தியன் வந்து, தான் அப்படிப்பட்டவனை ஸ்வஸ்த்தம் செய்துவிடுவதாகக் கேட்பாஞயின், அப்பிணியாளி உடனே, அவ்வைத்தியனுடைய வார்த்தையில் அதிக விச்வாஸம் வைத்துவிடுவது இயல்பு. இவ்விதம் எதற்கும் உடனே உட்படுந்தன்மை சில மனிதருக்குமட்டும் எப்பொழுதுமே இயற்கையாயிருந்தும், மனேவியாதியினுல் பீடிக்கப்படுபவர் அவ்விதம் ஆலோசனையின்றி எவரிடமும் தனது ஸௌக்கியத்தைக் கோரி இணங்கிவிடுவது வெகு ஸஹஜம்.—Practical medicine.

கக்கிருமலுக்கு சிகித்ஸை.

கக்கிருமலால் கஷ்டப்படும் பிணியாளிக்கு அடியிற் குறிப்பிடப்படுமாறு சிகித்ஸைசெய்ய அநேக ஸமயங்களில் திருப்திகரமான பலன் உண்டானதாகத் தெரிய வருகிறது:—சுத்தமான ஒரு பாத்திரத்தில் வென்னீரைச்சேர்த்து, சிறிதளவு டர்பண்டைன் என்னும் தைலத்தையும், நாலைந்துதுளி கார்பாலிக் அம்லத்தையும் (Carbolic acid) அந்த ஜலத்தில் கூட்டி, அதிலிருந்து எழும்பும் ஆவியை அப்பிணியாளி ச்வஸிக்க வேண்டும்.

திருவல்லிக்கேணியில் ஒரு புதிய ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலை.

சென்னையில் பெரிய செல்வவான் என்று பெயர் பெற்ற கலவலை கண்ணன் செட்டியார் அவர்களால் திருவல்லிக்கேணியில் ஒரு ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலை ஸ்தாபிக்கப்படுவதாக அறிந்து நாம் ஸந்தோஷப்படுகிறோம். இவ்விதம் ஒரு ஆயுர்வேத தர்ம வைத்தியசாலையை ஸ்தாபிப்பதற்கு முன்வருபவர் மிகவும் அரிது; அவ்வாறு ஒருவர் தாராள சிந்தையுடன் இப்பெரிய தர்மத்தைச்செய்ய முன் வந்தபோதிலும், அவ்வித ஸ்தாபனத்தை ஜனங்களுக்கு நன்ருக உதவும்படியும், நமது ஆயுர்வேதமுறை இந்த நாகரிக காலத்திற்கு ஏற்றவாறு பல வழிகளிலும் சீர்திருத்தமடையும் வண்ணமும் நிர்வஹிக்கக்கூடிய கைதேர்ந்த ஆயுர்வேத வைத்தியரை நியமிக்கவேண்டியது அவசியமானதால், அவ்விஷயத்தில்தான் அதை ஸ்தாபிப்பவர்கள் முக்கியமாய் கவனம் செலுத்தவேண்டி யிருக்கிறது.

ஒரு நூதன வைத்தியன்.

ஹெண்டெர்ஸன் என்னும் ஒரு வாலிபன் வைத்திய சாஸ்திரங் கற்றுத் தேறி அப்பொழுதே நூதனமாக வைத்தியம்செய்ய வெளிவந்தான். எந்த விஷயமாகுலும் அவற்றிற்குத் தன்னுடைய அபிப்பிராயத்தை வெளியிட அவன் மிகவும் ஆவலுள்ளவன். ஒருநாள் சிறிது வயதுமுதிர்ந்த ஒரு ஸ்த்ரீ அவ்வைத்தியனிடம் தனக்குள்ள குறையைச் சொல்லிக்கொள்ள நேரிட்டது. ஸ்த்ரீ—"என்னுடைய வாழ்நாட்களில் எனக்குண்டாயிருக்கும் விஸனங்களுக்குள் எனக்கு ஒரு குழந்தைகூட ஜனிக்கவில்லையே யென்பதுதான் மிகவும் முக்கியமானது! என் செய்வேன்!'' என்ருள்.

டாக்டர் ஹெண்டெர்ஸன், என்ன சொல்லலாம் என்று சிறிது யோசித்தான்; "ஓ! ஒருக்கால் இது உன்னுடைய ஸந்ததியைச் சேர்ந்த தோஷமாயிருக்கலாம்; உன் தாயாருக்கு எதாவது குழந்தை யிருக்கிறதா?'' என்ருன்.—Tit-Bit.

முகவுரை.

சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையானது வடமொழியில் வைத்திய விஷயங்களைப் பொதுவாக விவரிக்கும் சரகஸம்ஹிதை, ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை, அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம், அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம் முதலியவைகளைப் போன்றதோர் ஆயுர்வேத நூல் எனக் கருதக் கூடியதாயிருப்பதுடன், இச் சாஸ்திர ஸம்பந்தமான பரிபாஷைகளைப் பகுப்பதிலும், பிணிகளின் பிரிவுகளைக் குறிப்பதிலும், ஔஷத முறைகளை மொழிவதிலும், சிகித்ஸாக்ரமங்களைக் கூறுவதிலும் கூடுமானவரையில் இதன் ஆசிரியன் பிராசின நூல்களிலுள்ள விஷயங்களை மிகவும் சுருக்கி விளக்கியிருக்கின்ருனகையால், இது மற்றக் கிரந்தங்களைவிட மிகச் சிறிதும் அதிக உபயோகமுள்ளதுமான வைத்திய நூலாகும். ஆகவே மிகப் பிரஸித்திபெற்ற ஆயுர்வேத நூல்களுள் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையே வைத்தியக் கிரந்தம் படிக்க ஆரம்பிப்பவருக்கு முதலிற் பலவகையிலும் உபயோகப்படக் கூடியதாம். தமிழில் எழுதிய இந்நூலைப்பற்றி சில விஷயங்களை விவரிப்பதற்குமுன், ஆயுர்வேதம் என்னும் விஷயத்தை இதனடியிற் சிறிது குறிப்பிடுவது இச்சந்தர்ப்பத்திற்கு அவசியமெனக் கருதுகின்றேன்; ஸம்ஸ்கிருதத்திலிருந்து மொழிபெயர்த்த இப்புஸ்தகத்தைப் படிப்பவருக்கு ஆயுர்வேதம் இவ்விவ்விஷயங்கள் அடங்கியதென்றும், வடமொழியில் இவ்வளவு வைத்திய நூல்கள் இருக்கின்றனவெனவும் ஒருவாறு அறிய விருப்பமிருக்குமென்பதிலும் ஐயமில்லை.

அகில ஜீவராசிகளுடைய பிணிகளைப் போக்கவும், ஆரோக்கியத்தைக் காக்கவும், ஆயுளைப் பெருக்கவும் ஆதாரமாக ஆயுர்வேதம் என்னும் சாஸ்திரம் ஆதியில் பிரம்மதேவனுல் உணரப்பட்டதென்றும், அப்பால் அது இலக்ஷம் ச்லோகங்கள் அடங்கிய மிகப் பெரியதோர் கிரந்தமாக அவரால் இயற்றப்பட்டு தக்ஷப்ராஜாபதிக்கு உபதேசிக்கப்பட்டதென்றும் ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை முதலிய பண்டைக்காலத்திய வைத்தியநூல்களில் கூறப்பட்டுளது. தக்ஷரிடமிருந்து அச்வினீ தேவதைகளும், அவர்களிடமிருந்து இந்திரனும் அக்கலையைக் கற்றறிந்தனராம். ஆதியில் தேவர்களிடம் இங்ஙனம் உபதேச பரம்பரையிற் பரவியதும், உலகத்திற்கெல்லாம் மிகவும் உபயோககரமாயமைந்துள்ளதுமான இச்சாஸ்திரத்தை, மதியில் மேன்மையுற்ற மஹேந்திரன், மானிடலோகத்திலும் பரவச்செய்து, மனிதரையும் பிணிகளிடமிருந்து காக்கவெண்ணி, இவ்வுலகத்தோரால் எளிதில் உணரக்கூடியவாறு அளவிறந்த அச்சாஸ்திரத்தை எட்டுப் பகுதிகளாகப் பிரித்து,[1] பரத்வாஜர் முதலிய முனிவர்களுக்கு உபதேசித்து, இவ்வுலகிலும் பரவச்செய்ததாக ஆயுர்வேத நூல்களில் சரித்திரத்திற்கு ஸம்பந்தப்பட்ட பாகங்கள் அறிவிக்கின்றன; மேலும் ஆயுர்வேதம் அனைத்தையும் சாரீரம் என்றும், நிதாநம் என்றும், ஓஷதி விபாகம் என்றும், ஔஷதகல்பம் என்றும், சிகித்ஸாவிதியென்றும் வேறுவித பல வகுப்புகளாகப் பிரித்து, இவ்வுலகில் இதைப் படிப்பவருடைய புத்திக்கு அதிக ஆயாஸமுண்டாகாதபடி அமைத்ததும் அவ்விந்திரனேயாம்; அல்லாமலும் இச்சாஸ்திரமனைத்தையும் ஒரு

1. காயசிகித்ஸை, பாலசிகித்ஸை, கிரஹசிகித்ஸை, ஊர்த்வாங்கசிகித்ஸை, சல்யசிகித்ஸை, விஷசிகித்ஸை, ரஸாயநசிகித்ஸை, வாஜீகரணம் என்னும் இவை எண் வகையான ஆயுர்வேதாங்கங்கள் எனப்படுகின்றன.

மனிதன் கற்றுணர்வது கடினமெனக் கருதி, மானிடருக்கேற்ற மிக விரிவான சிகித்ஸா க்ரமத்தை அவ்விந்திரன் காயசிகித்ஸை[1] யெனவும், சல்யசிகித்ஸை[2] யெனவும் இரண்டு பெரிய பாகங்களாகப் பகுத்து, அவற்றுள் முதலாவதை பரத்வாஜர் முதலியவர்களது பரம்பரையைக்கொண்டும், இரண்டாவதை தன்வந்தரியின் பரம்பரையைக்கொண்டும் இவ்வுலகிற் பிரசுரம் செய்தான். பிரதானமான இவ்விரு விஷயங்களுக்கே சாரீரம் முதலிய மற்ற எல்லா அம்சங்களும் அங்கங்களாய் அமைந்துள்ளன.

பிரம்மருஷியான பரத்வாஜரானவர் மஹேந்திரனிடம் சென்று காயசிகித்ஸையைப் பிரதானமாகக்கொண்ட சாஸ்திரத்தை உபதேசிக்கப்பெற்று, மேதினியில் வந்து மேன்மைதங்கிய அத்ரிபுத்ரரான புநர்வஸு என்பவருக்கு அதை ஆதியோடந்தமாய் உபதேசிக்க, அப்புநர்வஸுவும் பாஞ்சால க்ஷேத்திரத்திலுள்ள காம்பில்ய ராஜதானியில் நிவாஸம் செய்துகொண்டு பிராம்மணோத்தமர்களான அக்னிவேசர், பேளர், ஜதூகர்ணர், பராசரர், ஹாரீதர், க்ஷாரபாணி என்னும் ஆறு சிஷ்யர்களுக்கு அக்காயசிகித்ஸாப்ரதானமான வைத்தியசாஸ்திரத்தை முற்றிலும் மொழிந்தருளினார். க்ஷத்ரியவம்சத்திற் பிறந்து தன்வந்தரியென்றும் திவோதாஸன் என்றும் பிரஸித்திபெற்ற இராஜருஷியானவர், கலைகளனைத்துக்கும் கல்லூரி யெனத்தகும் காசியில் வஸித்துவருகையில், ஸுச்ருதர், ஔபதேநவர், ஔரப்ரர், பௌஷ்கலாவதர், கரவீர்யர், கோபுரரக்ஷிதர் முதலிய க்ஷத்ரிய குலத்தினரான சிஷ்யர்களுக்குத் தமது சுபாவத்திற்கு ஏற்றவாறு சல்யசிகித்ஸையை ஆதாரமாகக்கொண்ட ஆயுர்வேதத்தை உபதேசித்தனர். இவ்விருவிதமான ஸம்பிரதாயங்களுள், முதலிற் கூறப்பட்டது பரத்வாஜஸம்பிரதாயம் என்று அல்லது ஆத்ரேயஸம்பிரதாயம் என்று வழங்கப்படும்; மற்றொன்று தன்வந்தரி ஸம்பிரதாயம் அல்லது ஸுச்ருத ஸம்பிரதாயம் என்று மொழியப்படுவது வழக்கம்.

அப்பால் இவ்விரு ஸம்பிரதாயத்தைச் சேர்ந்தவர்களும் தனித்தனியே அநேகம் கிரந்தங்களை இயற்றலாயினர். "காயசிகித்ஸா ப்ரதாநமான வைத்தியநூல் முதன்முதல் அக்னிவேச முனிவரால் தமது மதிவிசேஷத்தைக்கொண்டு இயற்றப்பட்டதெனினும், ஆத்ரேயர் என்னும் முனிச்ரேஷ்டரால் உபதேசிக்கப்பெற்ற விஷயங்களை எவ்வகையிலும் அது மீறியதல்ல; அதன் பிறகு பேளர் முதலியவர்களும் தனித்தனியே காயசிகித்ஸா ப்ரதானமான நூல்களியற்றி மதியிற் சிறப்புற்ற தமது மாணாக்கர்களுக்கும் உபதேசித்தனர்" என்று சரகஸம்ஹிதையின் ஸூத்ரஸ்த்தாநத்தினுடைய முதல் அத்தியாயத்தில் மொழியப்பட்டிருக்கிறது. அவ்விதமே "ஔபதேநவதந்திரம், ஔரப்ரதந்திரம், ஸுச்ருததந்திரம், புஷ்கலாவததந்திரம் என்னும் இக்கிரந்தங்களே, பிற்காலத்தில் ஏற்பட்ட சல்யசிகித்ஸா ப்ரதானமான மற்றெல்லா நூல்களுக்கும் மூலகாரணங்களாயின" என்றும் ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்படுகிறது.

ஆனால் தன்வந்தரி ஸம்பிரதாயத்தைச் சேர்ந்த ஸுச்ருத-ஔபதேநவ-ஔரப்ர-பௌஷ்கலாவத-வைதரண-போஜாதிகளால்[3] இயற்றப்பட்ட சல்யதந்திரங்களும், ஆத்ரேய ஸம்பிரதாயத்தைச் சேர்ந்த அக்னிவேச-பேள-ஜதூகர்ண-ஹாரீத-க்ஷாரபாண்யாதிகளால் இயற்றப்பட்ட காயசிகித்ஸையை முக்கியமாயுடைய கிரந்தங்களும் இப்பொழுது லுப்தமாய்விட்டனவென்றே கூறலாம். அவற்றுள் பல நூல்கள் அநேக வைத்தியக் கிரந்தங்களுக்கு வியாக்யாநங்கள் இயற்றிய சக்ரபாணி, விஜயரக்ஷிதன், ஸ்ரீகண்டதத்தன், சிவதாஸன் முதலானோரின் காலத்திலும் இருந்துவந்ததாக அவர்களால் ஆங்காங்கு எடுத்து உதாஹரிக்கப்பட்ட அநேகம் பாடங்களைக்கொண்டு அநுமானிக்க வேண்டியிருக்கிறது. "ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை" என்னும் வைத்திய நூல் இப்பொழுது எங்கும் கிடைக்கக்கூடியதென்றும், ஆகவே லுப்தமாகப்போன ஔபதேநவ-ஔரப்ராதி தந்திரங்களுடன் அதையும் சேர்த்துப் படிப்பது சரியல்லவென்றும் சிலர் நினைக்கக்கூடும். ஸுச்ருதர் என்னும் இராஜருஷியினால் ஆதியில் "வ்ருத்தஸுச்ருதம்" என்னும் சல்ய தந்திரம் ஒன்று இயற்றப்பட்டு அக்காலத்தில் அது பிரஸித்தமாகவும், அச்சிகித்ஸையைச் செய்பவருக்குச் சிறந்ததோர் பிரமாணநூலாகவும் இருந்துவந்தது. அப்பால் எவரோ அம்மஹாக்கிரந்தத்தைச் சுருக்கி ஸங்கிரஹநூல் ஒன்று எழுத, அதையும் வேறு எவரோ சீர்திருத்துவதாகப் பாவித்து, சாஸ்திரத்திற்கும் பிரத்தியக்ஷாநுபவத்திற்கும் இணங்காத அநேகவகையில் அதைச் சீர்குலைத்துவிட்டனர்; அந்த ஸங்கிரஹநூலே இப்பொழுதுள்ள ஸுச்ருத ஸம்ஹிதையாகும். ஆங்காங்கு வைத்தியநூல்களின் வியாக்யாதாக்கள் "வ்ருத்தஸுச்ருதம்" என்னும் பெயரைக் குறிப்பிடுவதைக்கொண்டும், அவர்கள் அவ்வவ் வியாக்யாநங்களில் தாம் எழுதும் சில விஷயங்களுக்குப் பிரமாணமாக வ்ருத்தஸுச்ருதத்திலிருந்து எடுத்துக் கூறும் ச்லோகங்களும் வாக்யங்களும் இப்பொழுதுள்ள ஸுச்ருதத்தில் எங்கும் காணப்படவில்லை யென்பதைக்கொண்டும், ஆதியில் "வ்ருத்தஸுச்ருதம்" என ஒன்று இருந்ததுண்டென்றும், இப்பொழுதுள்ளது அதன் ஸங்கிரஹமாயிருப்பதுடன் பலவிதத்தில் வைத்திய சாஸ்திர தத்துவங்களைப் பிழைபட விளக்குகிறதென்றும் வியக்தமாகக் கூறலாம். அக்னிவேசர் இயற்றிய விரிவான ஸம்ஹிதையைச் சுருக்கி, சரகர், இப்பொழுது பிரஸித்தமாயுள்ள சரகஸம்ஹிதையென்னும் ஸங்கிரஹக்கிரந்தத்தை வரைந்ததுபோலவே, வ்ருத்தஸுச்ருதமும் ஸங்கிரஹிக்கப்பட்டதாகும். இவ்விஷயம் வாஸ்தவமென்பதை விளக்குவதற்கு இன்னும் அநேகம் பிரமாணங்களை நிரூபிக்கக்கூடுமாயினும், இச்சந்தர்ப்பத்தில் இதைப்பற்றி இன்னும் அதிகம் கூறுவது அநாவசியகமாகு மென்று நினைத்து நிறுத்திக்கொண்டு ஸந்தர்ப்பத்தை அநுஸரிப்போம்.

காயசிகித்ஸையையும், சல்யசிகித்ஸையையும் பிரதானமாகப் பெற்ற இவ்வைத்தியசாஸ்திரம், காலக்ரமத்தில் உலகில் வேரூன்றி நன்றாகச் செழித்து வருங்கால், எண்வகையான வைத்தியாங்கங்களில் ஒவ்வொன்றிலும் அநேகம் பெயர் தனித்தனியே மிகவும் பிரவீணர்களென்று பிரஸித்திபெற்று வந்தனர். அவர்களுள் சல்யசிகித்ஸையில் ஸுச்ருதர் முதலிய குருபரம்பரையைச் சேர்ந்தவர்களும், கழுத்திற்கு மேற்பட்ட ஊர்த்வாங்கங்களிலுண்டாகும் கோளாறுகளுக்கேற்ற சாலாக்ய சிகித்ஸையில் ஜனகர், நிமி, காங்காயநர் முதலியவர்களும், காயசிகித்ஸையில் அக்னிவேசர், பேளர் முதலியவர்களது பரம்பரையில் வந்த சரகர் முதலியவர்களும், பூதவித்யையில் அதர்வருஷி முதலானவர்களும், கௌமாரப்ருத்யம் என்னும் பாலசிகித்ஸையில் ஜீவகன் முதலானோரும், அகதமென்னும் விஷசிகித்ஸையில் காச்யபர் முதலியவர்களும் மேலான அறிவும் அநுபவமுமுள்ளவர்களாயிருந்து வந்தனராய்,

1. ஔஷதப் பிரயோகங்களால் செய்யப்படுவது காய சிகித்ஸையாம்.
2. யந்திர சஸ்திரங்களைக்கொண்டு செய்யப்படுவது சல்ய சிகித்ஸையாகும்.
3. போஜன் முதலானவர் சல்யதந்திரம் இயற்றியிருக்கின்றனர் என்று டல்லணாசாரியர் இயற்றிய நிபந்த ஸங்கிரஹம் என்னும் ஸுச்ருத வியாக்கியாநம் முதலியவற்றால் பிரஸித்தம்.

இவ்வாறு ஆயுர்வேதத்திலடங்கிய ஆறு அங்கங்கள் முதலில் அநேகவித சீர்பாடுகளையும்பெற்று அபிவிருத்தியடைந்துவருகையில், அப்பால் ஔஷதப்பிரயோகங்களில் சில புதிய முறைகளும் அறிவிற் சிறப்புற்றுவந்த ஆர்யவைத்தியர்களுடைய அநுபவத்தில் வரத் தொடங்கின. அவைகளே இரஸௌஷதமுறைகள் அல்லது இரஸாயநங்கள் என மொழியப்படுகின்றன. ஓஷதிகள் முதலிய ஸ்தாவர ஜங்கம ஜீவராசிகளைச் சேர்ந்த சரக்குகளே, மனிதர் முதலியவர்களுடைய ஜீவஸம்பந்தமுள்ள தாதுக்களில் ஸம்பவிக்கும் கோளாறுகளை அகற்றுவதில் அபாயம் அதிகமாய் நேரிடாவண்ணம் உபயோகிக்கக் கூடியவையென்று கருதி முற்காலத்திய வைத்தியர்கள் ஆதியில் தாம் இயற்றிய ஆயுர்வேத சிகித்ஸாக் கிரந்தங்களில் ஓஷதிவகைகளை அல்லது மூலிகைகளைக்கொண்டே பெரும்பாலும் ஔஷதமுறைகளைக் கூறியிருக்கின்றனர். பிறகு காலம் செல்லச் செல்ல, வைத்தியசாஸ்திரவல்லோரால் பதார்த்தகுணங்களும் பலவித உபாயங்களைக்கொண்டு பரிசீலிக்கப்பட்டுவரவே, ஜீவராசிகளைச் சேராத அயம் முதலிய லோஹவர்க்கங்களும், கந்தகம் முதலிய தாதுவர்க்கங்களும், பாரதம் என்னும் பாதரஸம் முதலிய இரஸவர்க்கங்களும் தகுந்தவாறு பக்குவம் செய்யப்படுமானால், அவற்றையும் ஔஷதமாகப் பிராணிகளின் தேஹத்தில் பிணிகளைப் போக்கப் பிரயோகிக்கக் கூடுமென்று பரீக்ஷித்து நிச்சயிக்கப்பட்டது. மேலும், மூலிகைகளைக்கொண்டு பக்குவம் செய்யப்பட்ட ஔஷதங்கள் அளவில் அதிகமாய் உபயோகிக்க வேண்டியவைகளாயிருப்பதுடன், அநேகவிதத்தில் அருசியைக் கொடுத்து, வியாதிகளை நீடித்த காலத்தில் போக்கக்கூடியவையாயிருக்க, அதற்கு நேர் மாறாக, இரஸௌஷதங்கள் அளவில் அதிக ஸ்வல்பமாகப் பிரயோகிக்கத் தகுந்தவையாகவும், ஆகவே உட்கொள்வதற்கு அருவருப்பைத் தாராதனவாகவும், சீக்கிரத்தில் ஆரோக்கியமளிக்கவல்ல வீர்யமுள்ளனவாயும் இருப்பதால், ஓஷதிகளால் அல்லது மூலிகைகளாலான ஔஷதங்களைக்காட்டிலும் இரஸௌஷதங்கள் மேன்மை பொருந்தியவையெனக் கருதப்படுகின்றன. ஆயுர்வேதத்தைப் படித்தறிந்தவர் இதே பொருளைக் கூறுவதான ஒரு பத்தியமும் படிப்பதுண்டு; அதாவது:—"ஸ்வல்பமாத்ரோபயோகித்வாத் அருசேரப்ரஸங்கத:, க்ஷிப்ரமாரோக்யதாயித்வாத் பேஷஜேப்யோதிகோரஸ:॥" ஆதிமன், நித்யநாதன், சந்திரஸேனன், ஸோமதேவன், கோவிந்தன், நாகார்ஜுனன் முதலியவர்கள் அவ்வித இரஸாயநக்கிரந்தங்களை இயற்றி, அவ்விஷயமான அறிவுக்கு அக்காலத்தில் அதிகாரிகளாகவும் அனைவராலும் கருதப்பட்டிருந்தனர். வாஜீகரணம் என்னும் தந்திரம் ஒருவாறு காமகலையிற் பற்றுள்ள போகிகளுக்கே ஏற்றதென்று கருதி, முற்காலத்திய ஆர்யவைத்தியர்கள் அதைத் தகுந்தவாறு கௌரவிக்காமல், அதில் விசேஷப் பிரவ்ருத்தியில்லாதவராயிருந்தனரென்றும், இவ்வுலகத்து இன்பங்களிலேயே விசேஷ விருப்பமுள்ளவராயிருந்த யவநர்கள் அரசாண்ட காலத்தில் தமக்கு விருப்பமான இச்சாஸ்திரங்கற்றவரை அவர்களே அதிகமாக ஆதரித்து வந்தனரென்றும், அதுமுதல் வாஜீகரணம் என்னும் விஷயத்தையே பிரதானமாகப் பெற்றதும், சிறிது காயசிகித்ஸையின் விஷயமடங்கியதுமான திப்பிவைத்தியம் அல்லது யூனானிவைத்தியமென்று பெயரில் ஒருவாறு திரிபடைந்த யவநவைத்தியம் என்பதோர் பிரத்தியேகமான முறையும் ஏற்பட்டதென்றும், மகம்மதியர் அரசாண்டகாலத்து சரித்திரங்களைக் கொண்டு அநுமானிக்கப்படுகிறது. ஆகவே யவநவைத்தியர்கள் வாஜீகரணம் எனப்படும் வ்ருஷ்யசிகித்ஸாப்ரதானமான அங்கத்தில் மிகத் தேர்ச்சியுடையவர் என்று இத்தேசத்தில் ஏதோ ஒரு வகையில் புகழ் பெற்றிருக்கின்றனர்.

இங்ஙனம் ஸுச்ருதர், அக்னிவேசர் முதலிய முனிவர்கள் பிரத்யேகமான ஒவ்வொரு விஷயத்தில் மிகவும் நிபுணர்களாயிருந்து, தாம் அறிந்த விஷயங்களை லோகோபகாரமாக நூல்களாயியற்றியிருக்க, அவ்வளவு விரிவான ஒவ்வொரு கிரந்தத்திலுமடங்கிய விஷயங்களைக் கிரஹித்து சரகர், வாக்படன், பாவமிச்ரன், சக்ரதத்தன் முதலியவர்கள் பொதுவாக அகில வைத்திய விஷயங்களும் அடங்கிய ஸங்கிரஹக்கிரந்தங்களை வரைந்தனர். இக்கிரந்தங்களில் ஆயுர்வேதமென்னும் வைத்தியத்திற்கு அவசியமான காயசிகித்ஸை, சல்யசிகித்ஸை, சாலாக்யசிகித்ஸை முதலான அம்சங்கள் அனைத்தும் அந்தந்த விஷயத்திற் பிரதானமானதென்று பிரமாணமாகக் கொள்ளப்படும் நூல்களிலிருந்து போதுமானவளவு ஸங்கிரஹித்து எடுத்துச் சேர்க்கப்பட்டிருப்பதைக் கருதியே, இவை ஸங்கிரஹக்கிரந்தங்கள் என வழங்கப்படுகின்றனவேயன்றி, ஸங்கிரஹம் என்னும் பெயரால் இவை சுருக்கமான சிறிய நூல்கள் என்று சிறிதும் பிரமங்கொள்ளலாகாது. வாக்படனுடைய அஷ்டாங்கஹ்ருதயம் என்னும் கிரந்தத்தை மட்டும் ஒருவாறு சுருக்கமான பொது வைத்திய நூல் எனக் கூறலாமேயல்லாமல், மற்றவையெல்லாம் பெரும்பாலும் வெகு விரிவாகவும், ஆகவே அநுபவத்தில் ஸாதாரணமாய் உபயோகிக்கப்படும் ஔஷதங்களைப் பக்குவம் செய்கையிலும், பிணியாளிகளிடம் நின்று அப்போதைக்கப்போது சிகித்ஸாக்ரமங்களைச் செய்யும் ஸமயங்களிலும் வைத்தியனுடைய மனதில் வெவ்வேறு வகையான கலக்கங்களை யுண்டுபண்ணக்கூடியவையாகவும் இருக்கின்றனவென்று எண்ணி, கார்யம் செய்யப்புகும்போது வைத்தியர்களுக்கு அவ்வித கலக்கங்கள் எவ்வகையிலும் ஏற்படாவண்ணம் எல்லாப் பிணிகளுக்கும் ஏற்ற ஔஷதமுறைகளையும், சிகித்ஸாக்ரமங்களையும், வைத்தியபரிபாஷைகளையும் சுருக்கமாக—ஆனால் வேண்டிய வளவும்—விவரித்து சார்ங்கதரன் என்னும் வைத்தியச்ரேஷ்டன் இந்த ஸம்ஹிதையை வரைந்தனன் என்று இந்நூலைப் படிக்கும் வைத்தியர்கள் தாமே அநுபவத்தில் அறிந்து கொள்வர்.

ஆயுர்வேதத்திலடங்கிய அகில அங்கங்களையும் அதனதன் பரிபாஷைகளுடன்கூட வெகு சுருக்கமாகத் தெளிவாய் அறிவதற்கு எவரேனும் விருப்பங்கொண்டால், அவர்களுக்கு இச்சார்ங்கதரஸம்ஹிதை ஒன்றே அநுகூலமானதென்பதற்கு ஐயமில்லை. இவன், சாஸ்த்ரீயமான விஷயங்களை விவரிப்பதில் பிராசீனமுனிவர் முதலான மஹான்கள் மொழிந்துள்ள தத்துவமார்க்கங்களினின்றும் சிறிதும் தவறினவனல்லன்; என்றாலும், சரகர்-ஸுச்ருதர்-வாக்படர் முதலான ஆதிகாலத்திய ஆசாரியர்களைப்போல் ஸூத்ர-சாரீர-நிதாந-சிகித்ஸாதி ஸ்த்தாநங்கள் என்னும் பிரிவுகளை இவன் தனது நூலுக்கு ஏற்படுத்தாமல், (1) பரிபாஷைகள், சரீரதத்துவம், நாடீ பரீக்ஷை, ரோகநிதாநம் என்னும் முதலில் அறியவேண்டிய விஷயங்களை ஒரு பாகமாகச் சேர்த்து அதைப் பூர்வகண்டம் என்றும், (2) இதற்கு அடுத்தாற்போல் அறியவேண்டியவையான ஸ்வரஸம், க்வாதம், பாண்டம், லேஹ்யம், ஸ்நேஹம் முதலிய பற்பல வகையான ஔஷதமுறைகளைப் பக்குவஞ்செய்யு முறைகளுடையவும் அவற்றின் உபயோகத்தினுடையவும் விஷயங்களை மற்றொரு பகுதியாகச் செய்து, அதை மத்யமகண்டம் என்றும், (3) அவ்வித ஔஷதங்களைக் கொண்டு பூர்வகண்டத்திற் குறிப்பிட்ட ரோகங்களுக்குச் செய்யவேண்டிய ஸ்நேஹநம், இரத்த மோக்ஷணம் முதலான சிகித்ஸாக்ரமங்களையும் சேர்த்து உத்தரகண்டம் என்றும்—இவ்வாறு தனது நூலில் நூதனமாக விஷயவிபாகம் செய்து, படிப்பவரின் மனதிற் சிறிதும் கலக்கமுண்டாகாவண்ணம் இக்கிரந்தத்தை இயற்றியதும் ஒரு வித சீர்திருத்தமெனத் தகுந்ததாம்.

ஆகவே இப்புஸ்தகமானது கற்றறிந்த வைத்தியர்களுக்கு ஔஷதநிர்மாணங்களிலும், சிகித்ஸாக்ரமங்களிலும், உடனுக்குடன் உதவுமாறு சிறந்ததோர் கைச்சுவடியாயமைந்துளது. இதில் சரீரதத்துவம் மிகச் சொற்பமாகவே கூறப்பட்டிருப்பதற்கும், வியாதிகளின் ஸங்க்யைகளையெல்லாம் முற்றிலும் மொழிந்து அவற்றின் பூர்வரூப-ரூப-ஸம்ப்ராப்தி-உபசயங்களின்[1] தன்மைகளைச் சிறிதும் விவரிக்காமல் விட்டதற்கும் காரணம், வைத்தியர்கள் சிகித்ஸை செய்யும்பொழுது அத்தருணத்திற்கு அவசியமான ஔஷதாதிகளிலும், கார்யக்ரமங்களிலும்மட்டும் கலக்கமுறாவண்ணம் வெகு சுருக்கமாக அவர்களுக்கு விஷயங்களையுபதேசிக்கக் கூடியவாறு இது உபயோகப் படவேண்டுமென்று இந்நூலாசிரியன் கருதினன் என்பதேயாம். ஆயுர்வேதத்தைப் படிக்கவிரும்புபவருக்கு ஆரம்பத்தில் இப்புஸ்கம் மிகச் சிறந்த மார்க்கோபதேசியாகவும் ஏற்பட்டிருக்கின்றது. இச்சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையை முற்றிலும் ஒருவன் ஓதுவானாயின், வடமொழியிலுள்ள ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களில் அடங்கிய விஷயங்கள் இவ்வகைத்தானவையென்று ஒருவாறு சுருக்கமாய் அறிந்துகொள்வது எளிதென்பதில் சற்றும் ஸம்சயமில்லை.

சார்ங்கதரஸம்ஹிதையானது, சாஸ்திரவல்லோரால் பிரமாணக் கிரந்தங்களாகக் கருதப்படும் பிராசீன ஆயுர்வேத நூல்களுக்குள் கடைசிகாலத்தில் இயற்றப்பட்டதெனத் தெரியவருகிறது. இதன் ஆசிரியனான சார்ங்கதரன் என்பவன் கி. பி. பதினான்காவது நூற்றாண்டின் ஆரம்பத்தில் ஜீவித்திருந்ததாகவும், இவனுடைய பிதாவின் பெயர் "தாமோதரன்" என்று வழங்கப்பட்டதாகவும் இதே கவியினால் இயற்றப்பட்டதோர் ஸம்ஸ்கிருதக் கலம்பக நூலான "சார்ங்கதர பத்ததி" என்னும் புஸ்தகத்திலுள்ள[2] சில வர்ணனைகளைக்கொண்டு அறியப்படுகிறது. இச் சார்ங்கதரபத்ததிக்கு மிஸ்டர் பீடர்ஸன் என்பவரால் ஆங்கிலத்தில் வரையப்பட்ட முகவுரையிலும் இவ்வாறே சார்ங்கதரனுடைய காலம் குறிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. "ஸாளக்ராமநிகண்டு" என்று கூறப்படும் "ப்ருஹந்நிகண்டு ரத்நாகரம்" என்னும் வைத்திய நூலில் அதன் ஆசிரியனால் மொழியப்பட்ட சில விவரங்களைக்கொண்டு, இச்சார்ங்கதரன், "விச்வப்ரகாசம்" என்று வெகு பிரஸித்தமான ஸம்ஸ்கிருதநிகண்டுவின் ஆசிரியன் ஜீவித்திருந்த காலத்திற்கு முன்னமே இருந்தானென நிச்சயிக்கவேண்டிவருகிறது. விஜயநகர ராஜ்யத்தை ஆண்டுவந்த வீரபுக்கன் என்னும் அரசனுடைய ஆஸ்தானத்தில், அகில அதிகாரங்களையும் பெற்று, வேதங்களுக்கெல்லாம் பாஷ்யமியற்றி மஹாகீர்த்திமானாயிருந்த ஸாயநமாதவாசாரியருக்கு ஸமகாலத்தில் இவனும் அவ்விடங்களில் ஸம்பந்தம் பெற்றிருந்ததாகவும் தெரியவருகிறது. சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை, சார்ங்கதர பத்ததி என்னும் இவ்விரண்டு நூல்களைத் தவிர்த்து இவனால் இயற்றப்பட்ட நூல்கள் வேறு ஏதேனும் உண்டென்பதும் இல்லையென்பதும் தெரியவில்லை. பலவிதமான ஜ்வரங்களுக்கும் ஔஷதங்களையும், சிகித்ஸாக்ரமங்களையும் விவரிப்பதற்கென்று முன்னூறு ச்லோகங்களாய் இயற்றப்பட்ட "த்ரிசதீ" என்னும் வைத்தியநூலுக்கும் சார்ங்கதரன் என்

1 பூர்வரூபாதிகளைப்பற்றிய விவரங்களை இப்புஸ்தகத்தின் ஆரம்பத்தில் (1-ம்பக்கம் டிப்பணியில்) பார்க்க.

2 சார்ங்கதரபத்ததி என்னும் வடமொழியிலுள்ள கலம்பகநூல், பீடர்ஸன் என்கிற ஆங்கில வித்வானால் பரிசோதிக்கப்பட்டு, பம்பாய் ஸம்ஸ்கிருதக் கோவையில் (Bombay Sanskrit Series) 1880-ம்வருஷம் அச்சிற்பதிப்பிக்கப்பட்டு வெளியாயிற்று.

பவன் ஆசிரியன் என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால், அவன், நாகரவம்சத்திற் பிறந்த தேவராஜன் என்னும் அந்தணருடைய புத்திரனென்றும், வைகுண்டாச்ரமனென்னும் யதினுடைய சிஷ்யனென்றும், குர்ஜரதேசம் இவனுக்கு வாஸபூமியாயிருந்ததென்றும் இந்நூலிலுள்ள சில பத்தியங்களால் அறியப்படுவதால், த்ரிசதியின் ஆசிரியனான சார்ங்கதரன் இந்த ஸம்ஹிதையை இயற்றிய சார்ங்கதரனினும் வேறு பட்டவன் என்பது நன்கு விளங்குகின்றது.

அகஸ்தியர், தேரையர், புலிப்பாணி முதலியவர்களும், மற்றும் ஸித்தமுனிகள் எனக் கூறப்படும் சில இரஸசாஸ்திரவல்லோரும் தமிழில் வரைந்துள்ள வெவ்வேறு வைத்தியநூல்கள்கூட ஆயுர்வேதநூல்கள் என்று வழங்கப்படுவதை நாம் கவனித்துவருகின்றோம். ஆயுர்வேதம் ருக்வேதத்திற்கும் அதர்வவேதத்திற்கும் உபவேதமென்னும் விஷயம் இச்சாஸ்திரத்திற் பிரவ்ருத்தியுள்ள அனைவரும் அறிந்ததேயாம். வேதம் அநாதியென்று நாம் நம்பியிருக்கின்றோம்; அவ்விதமின்றி மேனாட்டார் சொல்லும்விதமாய் வேதமும் பண்டைக்காலத்தில் ஒருவரால் இயற்றப்பட்டதேயென்று சிலர் நினைக்கக்கூடுமாயினும், உலகில் இப்பொழுதுள்ள வித்யைகளெல்லாம் ஏற்படுவதற்கு அநேகமாயிரம் ஆண்டுகளுக்குமுன்னமே, ஸகல சாஸ்திரக் கடலான நமது வேதமென்னும் மஹாவித்யை புவியிற் பிரசாரத்திலிருந்ததென்று அங்கீகரிக்காதவரில்லை. அக்காலம்முதல் தேவர்களும், முனிவர்களும், ஸித்தர்களும், மற்றும் ஆசார்யர்களென்று ஆதரிக்கப்பட்டுவந்த மஹா வித்வான்களும் வேதங்களிலடங்கிய வைத்திய ஸம்பந்தமான அம்சங்களைக் கிரஹித்து ஸம்ஹிதைகளையும், ஸங்கிரஹக் கிரந்தங்களையும் நூற்றுக்கணக்காக இயற்றலாயினர். அவற்றுள் பிரஜாபதி ஸம்ஹிதை, அச்விஸம்ஹிதை, வலபித்ஸம்ஹிதை, பாஸ்கரஸம்ஹிதை, வைத்யஸர்வஸ்வம், வியாதிஸிந்துவிமர்த்தநம், ஜீவநார்ணவம், ஜீவதாநம், வைத்யஸந்தேஹபஞ்ஜநம், த்வைதநிர்ணயதந்திரம் என்னும் இக்கிரந்தங்கள் முறையே பிரம்மதேவன், இந்திரன், அச்வினீதேவதைகள், சூரியன், நகுலன், ஸஹதேவன், யமதர்மராஜன், ச்யவனமுனி, ஜனகமஹாராஜன், அகஸ்தியர் இவர்களால் இயற்றப்பட்டவையென்றும், இந்தக் கிரந்தங்களே உலகில் ஸகல சிகித்ஸா சாஸ்திரங்களுக்கும் ஆதாரங்களாய் ஏற்பட்டவையென்றும் பிரஹ்மவைவர்த்த புராணத்தில் பிரஹ்மகண்டத்தின் பதினாறாவது அத்தியாயத்தில்
பதினாறுபத்தியங்களில் நிரூபிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆகவே முற்காலத்தில் க்ரேக்கர்களும், அரே
பியர்களும், யூனானியெனப்படும் யவனர்களும், சீனதேசத்தவர்களும் வைத்தியசாஸ்திரத்திற்
பரிசயம் பெற்றதற்கும், இது ஸம்பந்தமான நூல்கள் இயற்றியதற்கும் ஆயுர்வேதமே ஆதாரமா
யிருந்த தென்று அநேகம் அத்தாட்சிகளுண்டு; அவற்றையெல்லாம் இங்கு விவரிப்ப
யிருந்த தென்று அநேகம் அத்தாட்சிகளுண்டு; அவற்றையெல்லாம் இங்கு விவரிப்ப
தென்றால் விஷயம் மிகவும் விரிவடையுமெனக் கருதி, அவற்றிற்கு அவசியமான பிரமாணங்களை
இப்புஸ்தகத்தின் முகவுரையில் மொழியாமல் விடுத்தேன். இவ்வாறு உலகில் ஸகலதேசத்து
வைத்தியமுறைகளுக்கும் ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களே ஆதாரமானது
போல், தமிழில் இயற்றியுள்ள வைத்தியநூல்களுக்கும் இவையே மூலமாயேற்பட்டனவென்
பதிலும் ஸந்தேகமில்லை. தேசாந்தரங்களில் அல்லது த்வீபாந்தரங்களிலிருந்தவர்கள், நமதுபரத
கண்டத்திற்கு அநேக காரணங்களைக்கொண்டு யாத்திரையாக வந்து, இங்கிருந்து மற்றச் சாஸ்
திரங்களைப்போலவே ஆயுர்வேத நூல்களையும் தமது தேசத்திற்குக் கொண்டுபோய், அவற்
றைத் தமது பாஷைகளில் மொழிபெயர்த்தும், அவற்றிலிருந்து விஷயங்களைக் கிரஹித்தும்
வைத்திய நூல்களையியற்றி, அவற்றில் ஆயுர்வேதத்தை ஆதாரமாகக்கொண்டு ஏற்பட்ட

தாகக் கூறுவதைப் பெருமையாகக் கருதாமல், தமது தேசத்தில் தமது அறிவைக்கொண்டே ஏற்படுத்திய சாஸ்திரமெனக் கூறும்படி அவற்றை வரைந்தனராயினும், பரதகண்டத்தியவரால் நமது தமிழ்நாட்டார் வேதத்திலும் உபவேதமான ஆயுர்வேதத்திலும் அளவற்ற ஆதராதிசயமுடையவர்களாயிருப்பது இயல்பேயாதலின், தமிழில் பிரத்தியேகமாக இயற்றப்பட்ட வைத்திய நூல்களையும் ஆயுர்வேத நூல்கள் என்றே வழங்குவது தமக்கும் தமது நூல்களுக்கும் மிகப் பெருமையெனக் கருதினர் என்று நிச்சயமாகக் கூறலாம். மேலும் ஸம்ஸ்கிருதத்தில் ஆயுர்வேதக் கிரந்தங்களை இயற்றிய ஆதிபுருஷர்களான அகஸ்தியர், தன்வந்தரி முதலானவர்களே முக்கியமான தமிழ்வைத்திய நூல்களுக்கும் ஆசிரியராயிருந்தனர் என்றும், ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள ஆயுர்வேத ஸூத்திரங்களுக்கு வியாக்கியானம் வரைந்த யோகாநந்தநாதர் என்பவர், தமிழ் வைத்திய முறைப்படி கிரந்தங்கள் இயற்றிய ஸித்தர்களில் ஒருவர் என்றும் கருதப்படுகிறது. இது முதலான ஸம்பந்தங்களைக்கொண்டு தமிழிலுள்ள வைத்தியக் கிரந்தங்களுக்கும் ஆயுர்வேதம் என்னும் பெயர் வழக்கத்திலிருப்பதாகக் கூறவேண்டி வருகிறது. ஆனால் அகஸ்தியர் வைத்தியகாவியம், அகஸ்தியர்வைத்தியம், அகஸ்தியர் பரிபூரணம், போகர் எழுநூறு, யூகமுனி ஆயிரம், உரோமருஷி ஐந்நூறு, புலிப்பாணி ஐந்நூறு முதலிய தமிழ் வைத்தியக் கிரந்தங்களைக் கவனித்துப் பார்த்தோமாயின், ஸம்ஸ்கிருத வைத்தியக்கிரந்தங்களில் வழங்கப்படும் பரிபாஷைகளும், விஷய விபாகங்களும் காண்பதரிதாயிருக்கின்றன. உதாரணமாக சரீரதத்துவம், பிரஸவசிகித்ஸை, வஸ்திகர்மம், இரத்தமோக்ஷணவிதி, சஸ்திரசிகித்ஸை முதலிய வைத்திய சாஸ்திரத்திற்குப் பிரதான அங்கங்களான அம்சங்களைக் கூறும் பிராசீனமான தமிழ் வைத்திய நூல்கள் எங்கிருக்கின்றனவோ இதுவரையிலும் ஒருவராலும் வெளியிட முடியவில்லை. சரீரதத்துவம், பிரஸவ சிகித்ஸையென்னும் இவ்விஷயங்களைத் தவிர்த்து மற்ற எல்லா பாகங்களும் சார்ங்கதரஸம்ஹிதையில் சுருக்கமாக விவரிக்கப்பட்டன. சரீரதத்துவம் முதலிய ஸகல அங்கங்களும் அடங்கிய வைத்திய நூல்கள் வடமொழியில் அநேகம் உண்டு. அவ்விதமான கிரந்தங்களை ஸம்ஸ்கிருதமறியாத தமிழ்வைத்தியர்களும், தமிழிற் பரிசயமுள்ள ஆங்கிலவைத்தியம் கற்றவரும், மற்றும் ஆயுர்வேதாபிமானிகளும் அறியவேண்டுமெனவும், இவ்வாறு ஆயுர்வேத வைத்தியசாஸ்திரத்தைக் கூடுமானவரையில் தேசத்திற் பரவச்செய்து ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கும் ஒருவாறு செல்வாக்கை யுண்டுபண்ணி, ஆங்கிலவைத்தியர்களுடன் இவர்களுக்குத் தொழில்களில் ஒற்றுமையை ஸம்பாதித்து வைக்கவேண்டுமெனவும் கருதி, ஸம்ஸ்கிருத பாஷையிலுள்ள ஆயுர்வேதநூல்களைத் தமிழில் மொழிபெயர்க்க முயன்றேன். அவற்றுள் சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையே பெரும்பான்மையான ஆயுர்வேதவைத்திய பரிபாஷைகளடங்கிய சிறிய ஸங்கிரஹக்கிரந்தமாகவும், ஆயுர்வேதம் கற்க ஆரம்பிப்பவருக்கும், வைத்தியத்தில் தேர்ச்சிபெற்று சிகித்ஸை செய்துவரும் தொழிலாளிகளுக்கும் ஒருமிக்க உதவக்கூடிய சிறந்த நூலாகவும் இருப்பதைக் கண்டு, மொழி பெயர்க்கவேண்டிய வடமொழி வைத்திய நூல்களில் இதையே முதலில் எழுதி வெளியிடுவது உசிதமென்று நிச்சயித்து, அங்ஙனம் செய்ய முயன்று, நமது வைத்தியகலாநிதியின் மூலமாக நேயர்களுக்கு இதைச் சிறுகச் சிறுக அளித்து வரலானேன்.

இதில் வடமொழியிலுள்ளபடியே வழங்கவேண்டிய பரிபாஷைகளையும், மற்றும் ஸம்ஸ்கிருத வைத்தியத்திற் பரிசயமில்லாதவர் அறிவது கடினமெனத் தோற்றும் பாகங்களையும் நன்குணரும்பொருட்டு அவ்வவ்விடங்களில் விவரமாக இதற்குட் டிப்பணியும் வரையப்பட்டு, அதிலடங்கிய ஒவ்வொரு விஷயத்தையும் உடனுக்குடன் அவசியமான ஸமயங்களில் எடுத்துப் பார்ப்பதற்கு எளிதாயிருக்குமாறு இறுதியில் தெளிவாக விஷய அகராதியும் சேர்க்கப்பட்டிருப்பதால், வடமொழியிலுள்ள சார்ங்கதரஸம்ஹிதையின் மொழிபெயர்ப்பான இப்புஸ்தகம் தமிழ் நாட்டிலுள்ள ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுக்கும், ஆங்கிலவைத்தியர்களுக்கும், வைத்திய நூல்களைப் படிப்பதிற் பிரியமுள்ள மற்றவருக்கும் நன்குதவுமென்று உண்மையில் நம்பியிருக்கிறேன்.

"வைத்தியகலாநிதி" ஆபீஸ்,
சென்னை.
1915ளு செப்டம்பர்மீ 7உ

ஆயுர்வேதபூஷண,
மே. துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்.

CHARUTARS

AMRIT BINDU

(PREPARED IN NADIAD).

NECTAR OF THE WORLD.

The surest and safest remedy for all kinds of diseases. Once tried always used.

Price Rs. 2-8 per phial. Postage extra.

Descriptive and interesting literature. Post free on request.

OBTAINABLE AT ALL CHEMISTS.

LIBERAL COMMISSION TO THE TRADE.

-e of mushroom imita... See Registered No. 841-10 on the labels before

AMIR SOAP.

A single application to the skin removes Hair neatly from any part of y. This gives no pain and leaves no stain.

Price per box of 3 cakes Re. 1. Postage As. 4 extra.

Chief Agents :— **Messrs. KARTIK & Co.,**
33, South Tank Square, Triplicano. Madras.

N. B.—We are giving off as free prizes watches and clocks to popularise Amrit Bindu for three months only.

மிஸ்டர் எஸ். எம். மித்ரா என்பவர்

சில வருஷங்களுக்கு முன் லண்டனில் நடந்த அகில தேசீய வைத்திய மஹா ஸபைக்குச் சென்று குறிப்பிடத்தகுந்த காரியம் செய்திருக்கிறார். இப்பொழுது மறுபடியும் ஆயுர்வேத வைத்தியத்தில் மிக்க வல்லவரென்பதை நிரூபிக்க யுத்தபூமிக்குச் சென்றிருக்கிறார். சில நாட்களுக்குமுன், நரம்பு முதலானதுகள் சிதைவுண்டு மனக்கோளாறு நேர்ந்தால் அந்த நிலைமைகளில் மேலுக்கு உபயோகிக்கக்கூடிய இந்திய மூலிகைகளைத் தன் ஸொந்தச் செலவில் இங்கிருந்து அவ்விடங்களுக்குக் கொண்டுபோய் உபயோகித்தார். இப்பொழுது இக் கனவான் ப்ளாண்டேர்ஸ் என்னுமிடத்தில் யுத்தகளத்தில் ஔஷதச் சரக்குகளைச் சேர்த்து அநேகம் தைலங்களையும் பக்குவஞ் செய்துபயோகிப்பதாக நம்பத்தகுந்த சில ஆதாரங்களைக்கொண்டு அறிகிறோம். இத்தைலங்களை யுத்தகளவாட உத்தியோகஸ்தர்கள் மிகவும் கொண்டாடுகின்றனராம். வெடிகுண்டு முதலியவை வெடிக்கும்போது அவற்றிற்கு நேரிலிருந்து கஷ்டமனுபவிக்கும் யுத்த வீரர்கள் இத்தைலங்களை யுபயோப்பதால் சுகமாக இரவில் நித்திரை போகின்றனராம். இவ்விதம் தமது ஔஷதங்களையும் போர்முனையில் உபயோகிக்க விரும்பும் இதர ஆயுர்வேத வைத்தியர்களும் விருப்பமிருந்தால் மிஸ்டர் மித்ரா அவர்களுக்கு எழுதலாம். அவருடைய அட்ரஸ்—

Mr. S. M. MITRA,
C/o the Royal Asiatic Society London.

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 அணா 8- முதல் 1-ரூபா வரையில்.
முதல்தரமான பெருங்காயம் - தோலா 1-க்கு விலை 0-1-0.
ஆபுல் ஷர்பத்துபோன்ற குழம்பு பாதுவங் கொட்டை ஷர்பத்து
(Jams of apples & almonds)
சேர் 1-க்கு ரூ. 1-0-0.
விலை ஜாபிதா இனாமாய் அனுப்பப்படும்.
குறிப்பு—கடிதங்களை இங்கிலீஷில் எழுதவும்.
Kashmir Stores, Srinagar, No. 42.

162036

சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை.

முழுப்புஸ்தகம் தயாராய்விட்டது.

இப்புஸ்தகத்தின் விசேஷங்கள் :—

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

2. முதன்முதல் ஸம்ஸ்கிருதத்திலிருந்து மொழிபெயர்க்கப்பட்டு தமிழில் வெளியான ஆயுர்வேத வைத்தியநூல் இச்சார்ங்கதர ஸம்ஹிதையென்று தனிப்படக் கூறவேண்டிய அவசியமில்

3. இதில் ஆயுர்வேத ஸம்பந்தமான பரிபாஷைகளும், ரோகஅட்டவணையும், சூர்ணம், லேஹ்யம், தைலம், கிருதம், ஆஸவம், அர்பஸ்மம், குளிகைகள் முதலிய பலவிதமான ஔஷத முறைகளைச் செய்யுகளும், ஸ்நேஹநம், ஸ்வேதநம், விரேசநம், வஸ்தி, வாஜீகரணம் அநேக வகையான சிகித்ஸாக்ரமங்களும் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

4. ஸம்ஸ்கிருத சாங்கதர 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, டைண்டின் அழகைக்கொண்டும் இதை ஒவ்வொருவரும் தற்காலத்திற்கு இன்றியமையாத புஸ்தகமென்றே மதிப்பார்கள்.

வைத்தியகலாநிதி சந்தாதாரர்களுக்கு விலை ரூ. 2—8—0.

பிறருக்கு விலை ரூ. 3—0—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.