ആയുരാരോഗ്യം

വൈദ്യഭൂഷണം കെ. രാഘവൻ തിരുമുൽപ്പാട്

എനിക്ക് 18 വയസ്സുണ്ട്. മുടിവല്ലാതെ കൊഴിയുന്നു. വെളിച്ചെണ്ണയാണ് തേക്കാറ്. കുളികഴിഞ്ഞ് തല തുവർത്തുമ്പോൾ ഒരു പാട് മുടി കൊഴിഞ്ഞുവരുന്നു. തല ചീർക്കുമ്പോഴും മുടി കൊഴിയുന്നുണ്ട്. ഇതിന് എന്താണ് ചെയ്യേണ്ടത്.?

എൻ. പി. രേഷ്മ, പേരാമ്പ്ര, കോഴിക്കോട്

മുടികൊഴിയുന്നതിൽ ആരോഗ്യപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. ആഹാരത്തിലെ കാരണങ്ങളുമുണ്ടാകാം. ഉപ്പും പുളിയും എരുവും അധികം കഴിക്കുന്നവർക്ക് പലപ്പോഴും തലമുടികൊഴിയുന്നു. പല പ്രശ്നങ്ങളിൽ ഒന്നു മാത്രമാകാം മുടികൊഴിച്ചിൽ. എങ്കിലും പരീക്ഷിച്ചുനോക്കുക. കല്യാണഗുളം ലേഹ്യം 10 ഗ്രാം വീതം കാലത്തും രാത്രി കിടക്കുമ്പോഴും സേവിക്കുക. കഞ്ഞുണ്ണിയും കുവളത്തിലയും അരിഞ്ഞിട്ട് വെളിച്ചെണ്ണ മുറുക്കി തേയ്ക്കുക .

നമ്മുടെ നാട്ടിൽ പല തരത്തിലുള്ള ചികിത്സാ രീതികൾ പ്രചാരത്തിലിരിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ. ഏതു തരം ചികിത്സാ രീതിയാണ് നിങ്ങൾ ശുപാർശ ചെയ്യുക.?

ആനന്ദകൃഷ്ണൻ

ഞാൻ ആയുർവ്വേദമാണ് പഠിച്ചിട്ടുള്ളത്. പരിശീലിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത്. ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ പ്രയോജനകരമാവുകകൊണ്ടാണ് ഏതു സമ്പ്രദായവും നിലകൊള്ളുന്നത് എന്ന് എനിയ്ക്കു തോന്നുന്നു. ഓരോന്നിനും ഓരോ പോരായ്മ ചൂണ്ടിക്കാണിയ്ക്കാൻ കഴിയുമെന്നും തോന്നുന്നു. ആകെക്കൂടി ആലോചിയ്ക്കുമ്പോൾ, രോഗാരോഗ്യക്കാരണങ്ങളെ വിലയിരുത്തുന്നതിന് സ്വീകരിയ്ക്കുന്ന മാനദണ്ഡങ്ങൾക്കു പ്രാധാന്യമുണ്ടെന്നു തോന്നുന്നു. ജീവിതത്തിന്റെ സമ്പ്രദായവും സാഹചര്യവും അനുസരിച്ചാണ് രോഗവും ആരോഗ്യവും ഇരിയ്ക്കുന്നതെന്ന മൗലികമായ വസ്തുതയ്ക്കു പ്രാധാന്യമുണ്ട്. അവയിലെ തരക്കേടാണ് രോഗത്തിനു കാരണം. ചികിത്സ ഒരു തരം തെറ്റു തിരുത്തൽപ്രക്രിയയാണ്. ചികിത്സയിലെ പ്രധാനമായ അംശം, ജീവിതത്തിന്റെ ശൈലിയിലെ തെറ്റുതിരുത്തലാണ്.. അതുകൊണ്ടു തന്നെ പലപ്പോഴും രോഗം ശമിയ്ക്കുന്നു. ഔഷധം ഈ വിഷയത്തിൽ സഹായകം മാത്രമാകുന്നു. ഈ പരമാർത്ഥത്തെ ഊന്നി ഉപദേശിയ്ക്കുന്ന ചികിത്സാ രീതിയാണൽ ഏറ്റവും നല്ലതു എന്നു ഞാൻ കരുതുന്നു. ആഹാരമെന്ന പോലെ ഔഷധവും പ്രകൃതിയിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന വസ്തുക്കളിൽ നിന്ന് പാകപ്പെടുത്തി ഉപയോഗിക്കുന്ന സമ്പ്രദായമാണ് തികച്ചും സ്വാഭാവികം.