നാട്ടുവൈദ്യം

വായും ചുണ്ടും നാക്കും

ഡോ. വിജയൻ

വായ്പുണ്ണ്

മലശോധന കുറയുക, ഉദരരോഗങ്ങൾ, അർശസ്, വിറ്റാമിനുകളുടെ കുറവ് എന്നീ കാരണങ്ങളാലാണ് വായ്പുണ്ണ് ഉണ്ടാകുന്നത്. ഈ അസുഖങ്ങളുടെ ലക്ഷണമായി വേണം വായ്പുണ്ണിനെ കാണാൻ. പ്രസവിച്ച ഉടനെ സ്ത്രീകളിലും വായ്പുണ്ണ് കാണാറുണ്ട്. എന്തായാലും പണ്ടത്തെപ്പോലെ സാധാരണമായി ഇപ്പോൾ വായ്പുണ്ണ് കാണപ്പെടുന്നില്ല.

ചികിത്സകൾ:

കശുമാവിന്റെ പച്ചതൊലി വെട്ടി ചീന്തിയെടുത്ത് പുറത്തെ മൊരികളഞ്ഞു നല്ല പുളിയുള്ള മോരിൽ കുറച്ചുനേരം ഇടുക. എന്നിട്ട് തൊലിയെടുത്ത് ചതച്ച് അതിന്റെ നീര് ആ മോരിലേക്ക് തന്നെ പിഴിഞ്ഞൊഴിക്കുക. അതിൽനിന്നും ഒന്നോ രണ്ടോ ഔൺസ് കുടിക്കുക. ബാക്കി പല തവണയായി വായിൽ കവിൾകൊണ്ട് തുപ്പിക്കളയുക.

മുത്തിൾ (കുടവൻ) ഇലയും പച്ചമഞ്ഞളും കൂടി അരച്ച് ഉരുട്ടി ഒരു നെല്ലിക്കാ വലുത്തിലെടുക്കുക. അതിന്റെ കൂടെ ഒരു കുരുമുളകും കൂടി ചേർത്ത് രാവിലെ വെറും വയറ്റിൽ ചവച്ചരച്ചു തിന്നുക. തൊട്ടുപിന്നാലെ ഒരു ഗ്ലാസ് തൈരും കുടിക്കുക. അല്പ ദിവസം ആവർത്തിച്ച് ഇത് ചെയ്യുക.

നന്നായി പുളിച്ച മോരിൽ ചുവന്നുള്ളി ധാരാളമായി അരിഞ്ഞിട്ട് വേവിച്ച് അതു കറിയാക്കി രാത്രി ചോറിന്റെ കൂടെ കഴിക്കുക.

പച്ചനെല്ലിക്കയോ കരിനൊച്ചി ഇലയോ പിച്ചകത്തിന്റെ ഇലയോ ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞെടുക്കുന്ന നീര് തേൻ ചേർത്ത് വായ്ക്കുള്ളിലാകെ പുരട്ടുകയും കവിൾ കൊള്ളുകയും ചെയ്യുക.

ചുക്കുപൊടി അതിന്റെ ഇരട്ടി പെരുംജീരകത്തോടൊപ്പം വായിലിട്ട് ഇടക്കിടെ ചവച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക.

വായിലെ തൊലി പോകുന്നതിന്

പാലിൽ ചുവന്നുള്ളി അരിഞ്ഞിട്ട് കാച്ചി കിടക്കാൻ നേരം കുടിക്കുക.

പിച്ചകത്തിന്റെ ഇലയിട്ട് തിളപ്പിച്ച വെള്ളം നേരിയ ചൂടിൽ കവിൾ കൊള്ളുക.

വായ്നാറ്റം

എന്തു ഭക്ഷണം കഴിച്ചാലും വൃത്തിയായി പല്ലുതേച്ച് വായ കഴുകുക.

ഇരട്ടി മധുരത്തിന്റെ കഷണം ചവക്കുക.

തുളസിയില കഷായം വെച്ച് കവിൾ കൊള്ളുക.

ആര്യവേപ്പിൻ തൊലി ഉണക്കി ചുട്ടുകിട്ടുന്ന ചാരം കൊണ്ട് പല്ല് തേക്കുക.

കുടമ്പുളി ചുട്ട് കുരുമുളക് പൊടിയും ഉപ്പും ചേർത്ത് പല്ലുതേക്കുക.

കച്ചോലക്കിഴങ്ങ് ചെറുതേനിൽ ചാലിച്ച് രാവിലെ കഴിക്കുക.

മോണ പഴുപ്പ്

ഒരു കപ്പ് വെള്ളത്തിൽ നാലഞ്ച് വഴുതനയിലയോ അല്ലെങ്കിൽ പത്തിരുപത് നാരകത്തിന്റെ ഇലയോ ഇട്ട് തിളപ്പിച്ച് ആറുമ്പോൾ ആ വെള്ളം കവിൾ കൊള്ളുക.

പുട്ടുംകുറ്റിയിൽ വെള്ളമെടുത്ത് അതിൽ കൊട്ടത്തിന്റെ ഇലയിട്ട് തിളപ്പിക്കുക. അതിന്റെ നീരാവി കഴിയാവുന്ന ചൂടിൽ വായിലേക്ക് കൊള്ളുക.

ചുണ്ട് വിണ്ടുപൊട്ടൽ

കവുങ്ങിന്റെ വേരോ കുന്നിയിലയോ ഇട്ട് കഷായം വച്ച് അതു കവിൾ കൊള്ളുക.

ഇരട്ടിമധുരം തേനിലരച്ച് പുരട്ടുക.

ചുണ്ടിന്റെ കടവാ പൊട്ടൽ

തേൻ കഴിക്കുകയും പുരട്ടുകയും ചെയ്യുക.

വെണ്ണ പുരട്ടുക.

നാക്കിലെ പൂപ്പൽ

ഉണക്കമുന്തിരി തലേന്നു രാത്രി വെള്ളത്തിലിട്ട് വച്ച് രാവിലെ ഞെരടി പിഴിഞ്ഞ് ചാറെടുത്ത് കുറേശെ നാക്കിലിറ്റിക്കുക.