

दशमूल व्रथा क्या है ?

दशमूल व्रथा (दशमूल काढ़ा) एक आयुर्वेदिक दवा है। इसका उपयोग बुखार, स्त्री रोग संबंधी समस्याएँ, सांघी शोथ, कमलेशी अनिद्रा, तनाव जैसे रोगों को दूर करने में किया जाता है।

दशमूल व्रथा के मुख्य घटक ?

शालपर्णी
पृश्निपर्णी
छोटी कटेरी
बड़ी कटेरी
गोधूम
वैलगिरी
अरुणी
मूल
सोनापाठा
गंभीर छाल
पादल
घाथ के फूल

दशमूल व्रथा बनाने की विधि ?

शालपर्णी, पृश्निपर्णी, छोटी कटेरी, बड़ी कटेरी, गोधूम, वैलगिरी, अरुणी, मूल, सोनापाठा, गंभीर छाल, पादल — ये प्रत्येक दवा ताला लेकर जोड़कर करके मन सेर जल में पकायें। चतुर्थांश (दूध) जल शेष रहने पर उतार कर छांड़ लें। पश्चात् इसमें गुड़ सेर एवं घाथ के फूल

छटाक इलकर आसवारिष्ट सन्धानविधि से 1 माह तक सन्धान करें। एक माह के बाद छानकर रखें (शार्ङ्गधर संहिता या योग आसवारिष्ट विधि से निर्मित)

मात्रा और अनुपात :

100 मिलीलीटर पानी के साथ एक चम्मच (5 ग्राम) पुर्ण को डाल कर उबालें। जब 100 मिलीलीटर तक पानी बच जाये तब इसे छानकर उपयोग में लायें। इसे ब्रेकफास्ट और डिनर से पहले लें।

दशमूल क्वाथ (दशमूल काढ़ा) किस-किस रोगों में उपयोगी है? इसका उपयोग पीठ के निचले हिस्से में दर्द, कटिस्नायुशूल, कंपकंपी, पार्किंसंस रोग में किया जाता है।

फेफड़ों : सुखी खांसी और श्वसन कमजोरी के लिए हॉनिक के रूप में इसका उपयोग किया जा सकता है।

सभी प्रकार के बुशार

अनिद्रा

संधिओघ

खांसी और अस्थमा

कमलौरी

दशमूल क्वाथ के फायदे और उपयोग ?

खाँसी में → दशमूल क्वाथ (दशमूल काढ़ा) में "अरुंडी की जड़" अथवा "पोहकरमूल का चूर्ण" डाल कर पीने से श्वास, खाँसी और पसली की पीड़ा शान्त हो जाती है।

सन्निपात ज्वर में → सन्निपात ज्वर, मोह और तन्द्रा होने पर - दशमूल के काढ़े में "पीपर का चूर्ण" मिला कर पीना बहुत ही अच्छा है।

घनुस्तम्भ रोग में → दशमूल का काढ़ा पिलाना और शरीर में कड़वा तेल चालना हितकारी है।

पक्षाघात रोग में → दशमूल का काढ़ा हींग और सेंधा नमक मिलाकर पिलाना हितकर है।

सूतिका रोग में → इस रोग में भी दशमूल के काढ़े में पीपर का चूर्ण मिलाकर पिलाना चाहिये।

हृदयशूल में → हृदयशूल, पीठ के शूल और कमर के शूल

में - देशमुख का कादा खैरे ही पीमा चाहिए ?

प्र बुझार में इस क्वाथ का प्रयोग करने से समस्त प्रकार के वातरूक्षिक ज्वर शीघ्र नष्ट होते हैं।

प्र पात्रशूल में सन्निपात ज्वर, समस्त प्रकार के स्यूतिका रोग, ग्रह, कण्ठ ग्रह, पात्रशूल, तथा वातरोगों की शीघ्र नष्ट करता है। विशेषतया स्यूतिका रोग में अधिक लाभप्रद है।

प्र तनाव दूर करने में तनाव कई अतिरिक्त बीमारियों का मूल कारण है। दिव्य दशमूल क्वाथ एक उत्कृष्ट रचना है जो दिमाग पर से तनाव कम करती है। यह दवा तनाव और इसके संबंधित रोगों के लिए प्राकृतिक इलाज है।

प्र मासिक धर्म विकारों में मासिक धर्म विकारों और गर्भावस्था को प्राप्त करने में संबंधित स्त्री रोग संबंधी विकारों में उपयोगी।

प्र अवसाद में यह प्राकृतिक जड़ी बूटी तनाव और अवसाद को कम करती है और आपके दिमाग को आराम देती है।

रक्तचाप के नियंत्रण में
 में मदद करता है और आपके रक्तचाप को
 नियंत्रण में रखता है। यह नींद विकार से रोकने

गठिया रोग में
 गठिया जैसी पुरानी दशगुल क्वाथ का नियमित उपयोग
 बीमारियों से रोकता है।

थकान दूर करने में
 प्राणायाम को बढ़ावा देने और यह दवा आपकी प्रतिरक्षा
 से बचने में मदद करती है। और सिरदर्द और थकान

दशगुल क्वाथ में निम्नलिखित औषधीय गुण हैं:

शौथहर
 वेदनास्थापन - पीड़ाहर (दर्द निवारक)
 प्रतिउपचायक - एंटीऑक्सीडेंट
 गर्भाशय टॉनिक
 गर्भाशय शौथक

दशमूल क्वाथ के उपयोग

वात एवं कफ विकार

मुठं सुख जाना

चक्कर आना, हाथ - पाँव ठंडे पड़ जाना

कफ, खाँसी

श्वसन

सर्जनी में दर्द, पसली में दर्द, पार्श्वशूल

बुखार

प्रसव के बाद होने वाले रोगों को दूर करने के लिए

थोड़ा प्यास लगना

खून की कमी

वात रोगों को दवाई को लेने के लिए अनुपात

दशमूल काढ़ा बनाने की विधि और मात्रा

10-12 ग्राम मिश्रण को ले कर करीब 200 ML पानी में उबाल ले।

जब घान ले, 60-70 ML पानी रह जाए तो कपड़े से

क्वाथ को रूब लें और दिन भर में जरूरत के अनुसार कई बार लें।

दशमूल क्वाथ निम्नलिखित व्याधियों में लाभकारी है:

अस्थिसंधिशोथ

गाठिया

घुटने के दर्द

पीठ दर्द

मांसपेशियों की ऐंठन

संधिशोथ

पक्षाघात

चेहरे का पक्षाघात

अर्धांगघात

काटिस्नायुशूल

कब्ज

गैस या पेट फूलना

सुदन

खोंसी

अस्थिमा

दशमूल क्वाथ के दुष्प्रभाव

दशमूल क्वाथ पूरी तरह से प्राकृतिक जड़ी - बूटियों से तैयार किया जाये ताकि कोई दुष्प्रभाव नहीं हो।
 दशमूल क्वाथ पूरी तरह से प्राकृतिक जड़ी - बूटियों से तैयार किया जाये ताकि कोई दुष्प्रभाव नहीं हो।
 दशमूल क्वाथ पूरी तरह से प्राकृतिक जड़ी - बूटियों से तैयार किया जाये ताकि कोई दुष्प्रभाव नहीं हो।

औषधीय मात्रा निर्धारण एवं व्यवस्था

दशमूल क्वाथ का सेवन दिन में दो बार करना चाहिए।

सुबह उठ कर थाली पेट।

दोपहर के खाने के चार-पाँच घंटे बाद थाली पेट या फिर डॉक्टर के निर्देशानुसार इसका सेवन करना चाहिए।

गर्भावस्था और स्तनपान

गर्भावस्था के बाद महिलाओं को दशमूल कोढ़ का प्रयोग करना चाहिए। यह गर्भावस्था को सुदृढ़ करने का काम करता है। यह प्रसूति के बाद महिलाओं में होने वाले रोगों जैसे चिड़चिड़ापन, खुन की कमी, कमजोरी, दर्द, चक्कर आना, भ्रूषण लगाना आदि दूर करने में अत्यंत सहायक है।

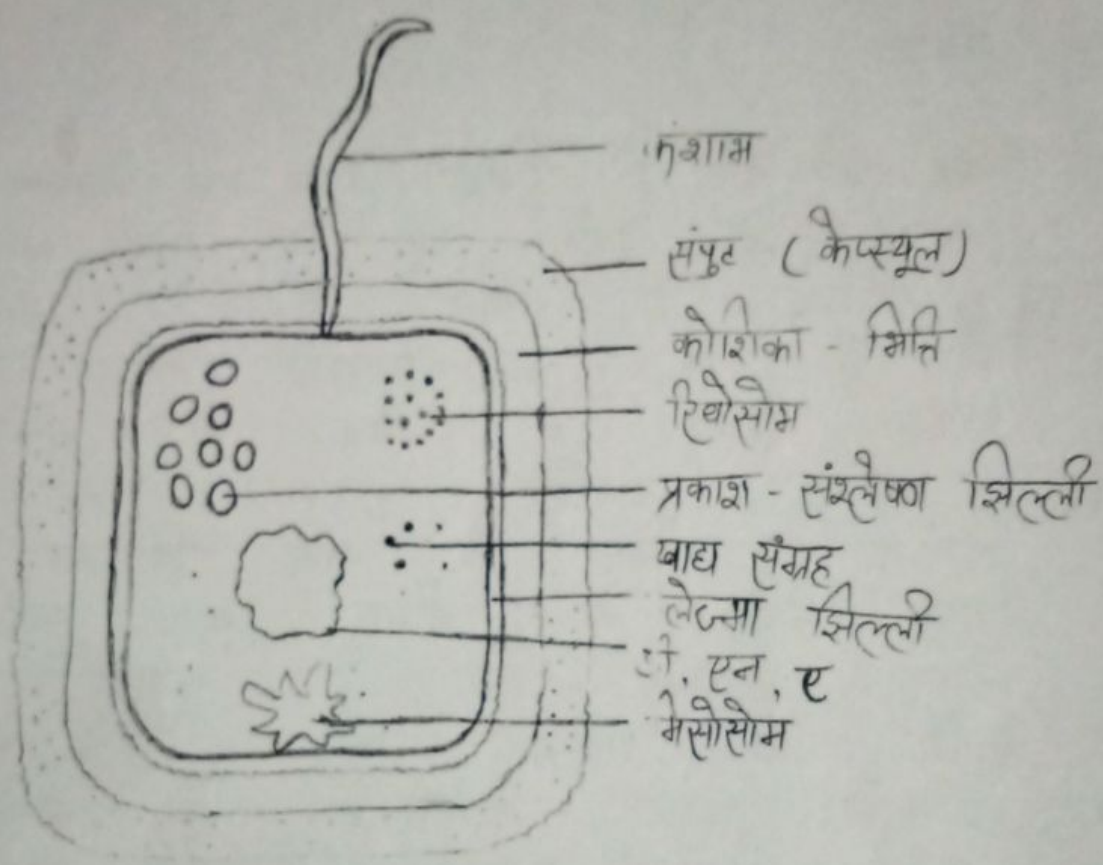
स्तनपान कराने वाली माताओं के लिए यह औषधि बहुत उपयोगी है। इन समय पर खास - तौर पर इसका उपयोग करना चाहिए।

दशमूल कोढ़ के सेवन से माताओं में दुध साफ होता है।

दशमूल क्वाथ पाउडर का प्रयोग निम्नलिखित बीमारियों, स्थितियों और लक्षणों के उपचार नियंत्रण, रोकथाम और सुधार के लिए किया जाता है:

जीवाणु संक्रमण

जीवाणु जीवित प्राणी होते हैं जिनमें केवल एक लैशिका होती है। सूक्ष्मदर्शी से देखने पर ये गोला, लंबे, या घुमावदार दिखाई दे सकते हैं। ये इतने छोटे होते हैं कि 1,000 जीवाणुओं की रेखा एक पेंसिल इरेज़र में फिट हो सकते हैं। ज्यादातर जीवाणु आपको नुकसान नहीं पहुंचाते हैं। लेकिन प्रवेश से कम विभिन्न प्रकार के जीवाणु लोगों को बीमार बना सकते हैं। कई जीवाणु सहायक होते हैं। कुछ जीवाणु खाना पचाने में सहायता करते हैं। बीमारी उत्पन्न करने वाली लैशिकाओं को मारते हैं और शरीर को आवश्यक विटामिन प्रदान करते हैं। दही और चीज़ जैसे पौष्टिक आहार बनाने के लिए भी जीवाणुओं का प्रयोग किया जा सकता है। लेकिन संक्रामक जीवाणु आपको बीमार बना सकते हैं। वे आपके शरीर में तेजी से उत्पन्न होते हैं। उनमें से कई विषाक्त पदार्थ निकालते हैं। जिनकी वजह से अंतकों को क्षति पहुंच सकती है। और आप बीमार हो सकते हैं। संक्रमण उत्पन्न करने वाले जीवाणुओं के उदाहरणों में



चित्र ⇒ एक प्राकृतिक जीवाणु (शलाका रूपी)

शामिल हैं :
 1. स्ट्रेप्टोकोकस
 इ कोली
 स्टेफिलोकोकस
 एंटीबायोटिक

इसका सामान्य उपचार है।

जीवाण्विक संक्रमण के लक्षण :

निम्नलिखित लक्षणों से जीवाण्विक संक्रमण का संकेत मिलता है

सूजन

धुंधल

दस्त

यह संभव है कि जीवाण्विक संक्रमण कोई शारीरिक लक्षण नहीं दिखाता है।

जीवाण्विक संक्रमण के सामान्य कारण :

निम्नलिखित जीवाण्विक संक्रमण के सबसे सामान्य कारण हैं :

बैक्टीरिया एजेंट

बैक्टीरियल विषाक्त पदार्थों

जीवाण्विक संक्रमण के जैविक कारण :

निम्नलिखित कारणों में जीवाण्विक संक्रमण की संभावना बढ़

सकती है:

कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली
मानव इन्फ्लुएंजा की सिन्सी वायरस संक्रमण

जीवाण्विक संक्रमण से निवारण:

जीवाण्विक संक्रमण को रोकना संभव है निम्न कार्य
करके निवारण संभव हो सकता है:

हाथ अच्छी तरह धो लें

सुरक्षात्मक कपड़ों पहनें

खांसी और छींकने के दौरान मुंह को कवर करें।

संक्रमित रोगियों के साथ सीधे संपर्क से बचें।

जीवाण्विक संक्रमण के निदान के लिए परीक्षण और प्रक्रियाएँ:

जीवाण्विक संक्रमण का पता लगाने निम्न प्रयोगशाला परीक्षण
और प्रक्रियाओं का उपयोग किया जाता है:

एसिड फास्ट बेसिलस स्मीयर एंड कल्चर: साइकोबैक्टीरिया का
पता लगाने के लिए जो संक्रमण पैदा कर सकता है।

ग्राम का दाग: एक जीवाणु संक्रमण के कारण की
पहचान करने के लिए।

वैद्युतकणसंचलन: एंटी बॉडी उपस्थिति के प्रकार की पहचान
करने के लिए।

दर्द

दर्द क्या है ? यह आंशिक संवेदी और भावनात्मक अनुभव है जो वास्तविक या संभावित अतक क्षति से जुड़ा हुआ है या इस तरह के नुकसान के संदर्भ में वर्णित है। परिभाषा का अर्थ है कि दर्द एक व्यक्तिपरक अनुभव है; एक जैसे निष्पक्ष रूप से मापा नहीं जा सकता है और यह व्यक्ति के खुद की रिपोर्ट पर निर्भर करता है।

जैसा कि तीव्र दर्द, ज्यादातर हिस्से के लिए बीमारी, सूजन या अंतर्णों को चोट के परिणामस्वरूप होता है। इस तरह का दर्द आम तौर पर अचानक उभरता है, उदाहरण के लिए आघात या सर्जरी के बाद और चिंता या भावनात्मक संकट के साथ हो सकता है। तीव्र दर्द का कारण अनामतौर पर निदान और इलाज किया जा सकता है। दर्द आत्म-सीमित है जिसका अर्थ है कि यह निश्चित समय और गंभीरता तक सीमित है। यह पुराना हो सकता है।

पुराने दर्द का उसी तरह से पुरानी बीमारी माना जाता है जैसे माधुमेह और रूमा। पुराना दर्द लंबे समय तक होता रहता है। इसकी प्रकृति से पुराना दर्द लंबे समय तक होता है और कई चिकित्सा उपचारों के लिए प्रतिरोधी है। यह और अक्सर गंभीर समस्याएँ पैदा कर सकता है। पुराने दर्द

जाने लोग अक्सर एक से अधिक दर्दनाक स्थिति से पीड़ित होते हैं। आप दर्द को सुझन, झुन झुनी, डंक, जलन या दर्द के रूप में अनुभव कर सकते हैं। आम तौर पर तीव्र दर्द जोट, धीमारी, अति प्रयोग या पर्यावरण तनावों के परिणामस्वरूप ऊतक क्षति के लिए रक्षा करने वाली प्रतिक्रिया है। दर्द को महसूस करने के लिए विशेष संज्ञाहक जो हमारे पूरे शरीर में मौजूद होता है। वह एक पीड़ायुक्त उत्तेजना को प्रतिक्रिया में कार्यों के एक क्रम को शुरू कर देते हैं। यह उत्तेजना के रूपांतरण के साथ एक विद्युत आवेग के रूप में शुरू होती है, जो जोट या लेग प्रक्रिया के निर्माण स्थान से नसों के माध्यम से रीढ़ की हड्डी तक जाती है। उन संकेतों को रीढ़ की हड्डी के विशेष हिस्सों में प्रेषित किया जाता है जिसे पृष्ठीय सीमा कहा जाता है। जहाँ मस्तिष्क से संबंधित होने से पहले उन्हें गीला या प्रवर्धित किया जा सकता है।

दर्द का शारीरिक विज्ञान

सिर और चेहरे से दर्द के संकेत सीधे मस्तिष्क स्तंभ में जाते हैं जहाँ वे दर्द के रास्ते से जुड़ते हैं जो रीढ़ की हड्डी से दिनांक तक जाते हैं। एक केंद्रीय स्थान जो

इन संकेतों से जाते हैं वह थेलेमस है। चेतक (दिमाग) प्रसारण स्थिति है जो पूर्वकाल सिगुलैट कार्टेक्स सहित कई अन्य दिमाग के क्षेत्रों में संवेदी को वितरित करता है।

कार्टिकल दिमाग के क्षेत्र शरीर से नोसिसेप्टिव को प्रक्रिया करते हैं और दर्द कठिन अनुभव को उत्पन्न करते हैं।

संवेदी - विशेषक स्वरूप जो हमें स्थानीय बनाने में मदद करता है जहाँ हमारे शरीर पर जोर लगती है।

भावनात्मक - प्रेरक स्वरूप जो धाता है कि अनुभव कितना अप्रिय है।

संज्ञानात्मक - मूल्यांकन जिसमें दर्द से दूर होने के लिए क्या करना है, इस पर विचारशील योजना शामिल है। दर्द की इन विशेषताओं में से कई विशिष्ट दिमाग की प्रणालियों से जुड़ी हुई हैं। हालांकि बहुत कुछ सीखा जाना चाहिए है। इसके अतिरिक्त शोधकर्तियों ने पाया है कि दिमाग की कई प्रणालियों बुनियादी भावनाओं के अनुभव के साथ शामिल हैं। दर्द के अनुभव के साथ शामिल हैं।

इसके फलस्वरूप, जब लोग घुरी भावनाओं जैसे \Rightarrow (उत्तर चिंता, क्रोध) का अनुभव करते हैं, तो इन भावनाओं के लिए

उत्तरदायी दिमाग की प्रणालियों भी दर्द के अनुभव को बढ़ाती हैं।

शाग्यवश से दिमाग में ऐसी प्रणालियाँ हैं जो दर्द को कम करने में मदद करती हैं। दिमाग से उतरते हुए संकेतों को रीढ़ की हड्डी में लापस भेजा जाता है। और और वाले नोसिसेप्टिव संकेतों को तीव्रता को रोक सकता है, जिससे दर्द का अनुभव कम हो सकता है।

सूजन और दर्द

तंत्रिका और प्रतिरक्षा प्रणाली के बीच का संपर्क भी महत्वपूर्ण है। साइटोकिनस, तंत्रिका तंत्र में पाए जाने वाले प्रोटीन का एक समूह भी प्रतिरक्षा प्रणाली का हिस्सा है। जो बीमारि से स लड़ने और कुलक को चोट का जवाब देने के लिए शरीर को टाल है। साइटोकिनस चोट या क्षति को अनुपास्थिति में भी सूजन को बढ़ावा देकर दर्द को शुरू कर सकते हैं। आघात के बाद, दिमाग और रीढ़ की हड्डी में साइटोकिन का स्तर बढ़ जाता है जहाँ चोट लगी थी। दर्द पैदा करने में साइटोकिनस को भूमिका के बारे में हमारी समझ से दवाइयों को नए वर्ग हो सकते हैं जो दर्द का अभाव उत्पन्न करने के लिए हैं।

गठिया

“गठिया” का शाब्दिक अर्थ है जोड़ों की सूजन। हालांकि जोड़ों की सूजन एक विशिष्ट निदान के लक्षण है, गठिया शब्द अक्सर एक लक्षण या संकेत है, गठिया शब्द अक्सर किसी भी विकार को संदर्भित करने के लिए उपयोग किया जाता है जो जोड़ों को प्रभावित करता है। जोड़ों जैसे स्थानों में जहाँ दो हड्डियाँ मिलती हैं, जैसे कि किसी की कोहनी या घुटने को जोड़ने वाले।

गठिया के विभिन्न प्रकार हैं। कुछ बीमारियों में जिनमें अन्य अंगों में गठिया होता है, जैसे आपकी आँखें, हृदय या त्वचा भी प्रभावित हो सकती है।

गठिया के प्रकार

ऑब्जलेसिंग स्पॉन्डिलाइटिस

यह गठिया रीढ़ को प्रभावित करता है। इसमें अक्सर लाली गर्मी और सूजन के साथ रीढ़ में दर्द होता है या जोड़ों में जहाँ रीढ़ की हड्डी नीचे की हड्डी से जुड़ती है।

अस्थिसंधि शोध

आमतौर पर उम्र के साथ आता है और सबसे अधिक बार अंगुलियों, घुटनों और शूलों के प्रभावित करता है। कभी-कभी अस्थिसंधि शोध जोड़ों की चोट लगने से भी होता है।
 उदाहरण के लिए: युवा होने पर आप अपने घुटने के जोड़ों में और बाद में आपके घुटने के जोड़ों में गठिया हो सकता है।

गठिया के रूप

यह चर्मरुधिर, फाइब्रोमाइलिया, लवचा रोग या कुछ संक्रमण जैसे रोगों से जुड़ा हो सकता है। इसके अलावा, अन्य बीमारियाँ जोड़ों के आस-पास की हड्डियों या मांसपेशियों को प्रभावित कर सकती हैं, जिससे उस जोड़ में समस्या हो सकती है।

स्वस्थ आहार खाएं

दूध, पनीर और दही जैसे फल, सब्जियाँ, साबुत अनाज, और वसा रहित या कम वसा वाले डेयरी उत्पादों का सेवन करें।

अपने खाने में प्रोटीन लीन्स अंडों को भी शामिल करें।

संतृप्त वसा, कैलेस्ट्रॉल, नमक (सोडियम), शक्कर वाली चीज़ें और परिष्कृत अनाज में ठोस वसा कम होती है।

गठिया विभिन्न प्रकार के होते हैं

शरीर (ऑस्टियो) गठिया

गोनोकोकल गठिया

गाउट

संक्रामक गठिया

किशोर संघिशोथ

किशोर इडियोपैथिक गठिया

किशोर संघिशोथ गठिया

सेनिंगोकोकल गठिया

गडगड़ाहट गठिया

प्राथमिक सामान्यीकृत (ऑस्टियो) गठिया

सोरियाटिक गठिया

प्रतिक्रियाशील गठिया

संघिशोथ

रूबेला गठिया

माल्मोनेला गठिया

साध्यमिक एकाधिक गठिया

सेप्टिक गठिया

टाइफाइड गठिया

मौच

आस्य - बंध के खिंचाव या टूटने को मौच कहते हैं। आस्य - बंध के अतक होते हैं जो जोड़ा पर हड्डियों को जोड़ते हैं। गिरने, पर पैर मुड़ने या चोट लगने से मौच आ सकती है। रखने और कलाई की मौच सामान्य हैं। लहंगों में दर्द, सूजन, नीबू पड़ना और अपने जोड़ हिलाने में असमर्थ होना शामिल है। चोट लगने पर आपको कड़कने या टूटने जैसा अनुभव हो सकता है।

खिंचाव मांसपेशी या टेंडन का खिंचना या टूटना होता है। टेंडन के अतक होते हैं जो मांसपेशी को हड्डी से जोड़ते हैं। इन अतकों के मुड़ने या खिंचने को तजह से खिंचाव अचानक या समय के साथ हो सकता है। पीठ और घुटने के पीछे की मांसपेशी में खिंचाव होना सामान्य है। कई लोगों को खिंचने के दौरान सूजन हो सकती है। इसके लक्षणों में दर्द, सूजन और मांसपेशीयों को हिलाने में समस्या शामिल है।

मौच के लक्षण

दर्द
सूजन
चोट
संयुक्त स्थानांतरित करने या उपयोग करने में सक्षम नहीं
है।
मांसपेशियों की ऐंठन
मांसपेशी में कमजोरी
ऐंठन

मौच के कारण

कमजोर मांसपेशियाँ
अतिरिक्त थकान
अनुचित गर्म काम
फिसलकर
खलत समय धर मुड़ने से भी मौच आ सकती है।

मौच से निवारण

दर्द में कसरत नहीं करनी चाहिए।
स्वस्थ वजन बनाए रखना।
गिरने से बचें।
सुरक्षात्मक उपकरण पहनकर खेलें।
फिट फूटें वा पहनें।

पेटिक घाला

पेटिक अल्सर आपके पेट या आपके ग्रहणी, आपकी छोटी आंत के पहले भाग की परत में एक पीड़ादायक है। एक जलता हुआ पेट दर्द सबसे आम लक्षण है।

शोचन शुरू करने के दौरान होता है या रक्त लीच में संश्लेष में लंद हो जाता है।
आप अपने के लिए या एंटासिड लेते हैं।

घंटे मिनट के लिए दर्द रहता है।

हफ्तों के लिए आता है और कई दिनों में चला जाता है। पेटिक अल्सर हो सकता है जब एसिड होता है जो पेट या ग्रहणी की दीवारों को नुकसान पहुंचा आपकी मदद खाना पचाने में करता है। सबसे आम कारण एक जीवाणु संक्रमण के साथ है। हेलिकोबैक्टर कहा जाता है। एक अन्य कारण ऐसे एस्पिरिन और के रूप में Nonsteroidal विरोधी Iduprofen अड़त्ताऊ दवाओं NSAIDs इस्तेमाल होता है। तनाव और मासालदार शोचन अल्सर का कारण नहीं है। लेकिन वे और भी खराब हो सकते हैं।

पेटिक छात्रा के लक्षण

पेट का दर्द जल रहा है
पूर्णता की भावना, सूजन
जैसी मौजन असाहे श्रुता
नाराजगी
की मिचलाना

पेटिक छात्रा के निदान के लिए परीक्षण और प्रक्रियाएं

शारीरिक परीक्षा : पेटिक अल्सर का निदान करने और
आपके पेट में सूजन का पता लगाने के लिए।

एकल परीक्षण : यह निर्धारित करने के लिए कि परिणाम
अलग-अलग वितरों या संक्रमणों के लिए सामान्य
श्रेणी में आते हैं।

यूरिया सांस परीक्षण आपके पेट या छोटी आंत में कार्बन
डाइऑक्साइड के स्तर की जांच के लिए।

स्टूल टेस्ट : हेलिकोबैक्टर पाइलोरी संक्रमण की उपस्थिति का
पता लगाने के लिए।

ऊपरी जठरांत्र संबंधी श्रृंखला : अपने ऊपरी जठरांत्र संबंधी
सर्ज के आकार को देखने के लिए

ऊपरी गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल (जी आई) एन्डोस्कोपी और वायोप्सी :
आपके ऊपरी जठरांत्र संबंधी सर्ज को देखने के लिए।

बुखार

बुखार एक शरीर का तापमान सामान्य से अधिक है। यह एक विमारी नहीं है। यह संक्रमण के खिलाफ अपने शरीर की रक्षा का हिस्सा है। अधिकांश बैक्टीरिया और वायरस के संक्रमण का कारण यह है कि शरीर को सामान्य तापमान (98.6 F) में अच्छी तरह से करते हैं। एक मामूली बुखार यह उन्हें जीवित रहने के लिए कठिन बना सकता है। बुखार भी अपने शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को सक्रिय करता है।

संक्रमण बुखार के कारण। वह कई अन्य कारणों से हो सकता है।

- गर्मी
- थकावट
- कॉमर्स
- ऑटोइम्यून रोगों

उपचार अपने बुखार के कारणों पर निर्भर करता है। अपने स्वास्थ्य की देखभाल प्रदाता एक बहुत तेज बुखार कम करने के लिए इस तरह के एसिटामिनोफेन या Ibuprofen के रूप में ओवर-द-काउंटर दवाओं का उपयोग सिफारिश कर सकते हैं। न्यस्क भी एसिरीन ले जा सकते हैं। लेकिन बुखार के साथ बच्चों को एसिरीन नहीं लेना चाहिए। यह भी निर्जलीकरण रोकने के लिए पर्याप्त तरल पदार्थ पीने के लिए महत्वपूर्ण है।

बुखार के लक्षण

पसीना आना
कंपकंपी
सरदर्द
मांसपेशियों का दर्द
मुख में कमी
निर्जलीकरण
सामान्य कमजोरी
दुः स्वप्न
उलझन
चिडचिडापन

बुखार के लिए स्वयं की देखभाल

बहुत सारे तरल पदार्थों को पीने से: दूब की हानि और निर्जलीकरण से बचा जा सकता है।

खासी या छींकने के दौरान मुंह और नाक को कवर करने की कोशिश करें।

उचित आराम करें: बुखार से आपको ठीक करने में मदद करता है।

गुनगुने स्नान या स्पंज स्नान करें: बुखार को कम करने में मदद करता है।

कैंसर

कैंसर आपकी कोशिकाओं में शुरू होता है जो आपके शरीर का मुख्य हिस्सा है। सामान्य तौर पर, आपका शरीर पुरानी सत कोशिकाओं बनाता है। कभी-कभी यह प्रक्रिया गलत हो जाती है। आपको जल्दबाजी में होने पर भी नयी कोशिकाएँ विकसित होती रहती हैं और पुरानी कोशिकाएँ समय पर नाश नहीं होती हैं। ये अतिरिक्त कोशिकाएँ एकत्रित होकर ट्यूमर का रूप ले लेती हैं। ट्यूमर सुरु और घातक हो सकते हैं। सुरु ट्यूमर कैंसर नहीं होता जबकि घातक ट्यूमर कैंसर होता है। घातक ट्यूमर को कोशिकाएँ आसपास के ऊतकों में प्रवेश कर सकती हैं। ये विशालित होकर शरीर के अन्य भागों में भी फैल सकते हैं। कैंसर कोई एक बीमारी नहीं बल्कि कई बीमारियाँ हैं। कैंसर के 100 से अधिक प्रकार हैं। ज्यादातर कैंसर का नाम उस स्थान के आधार पर रखा जाता है जहाँ वे शुरू होते हैं। उदाहरण के लिए फेफड़े का कैंसर फेफड़े में शुरू होता है, और स्तन कैंसर स्तन में शुरू होता है। शरीर के एक हिस्से से दूसरे हिस्से में कैंसर के प्रसार को मेटास्टेसिस कहते हैं। उपचार की जो धरेपी व हार्मोन थेरेपी, बायोलाजिक थेरेपी या स्टेम सेल प्रत्यारोपण को शामिल किया जा सकता है।

कैंसर के लक्षण

अनजाने वजन घटना

पुश्पार

अत्यधिक

खाने

त्वचा

में

परिवर्तन

निमोनिया

निगलने

में

कठिनाई

आँसू

में

संकुचन

युनी

वांसी

कैंसर के कारण

बढ़ती

उम्र

शैतिक

निष्क्रियता

जीवाणु

संक्रमण

निष्क्रिय

धूम्रपान

पर्यावरणीय

कारण

बी आरसीए

1

और

बी आरसीए

2

जीनों

में

उत्परिवर्तन

उत्परिवर्तन

हार्मोन

असंतुलन

रसायनों

के

संपर्क

में

विकिरण

के

संपर्क

में

आनुवंशिकता

गैर

=

आयनित पराबैंगनी

विकिरण

के लिए

जोखिम

कैंसर के निदान के लिए परीक्षण और प्रक्रियाएँ

एक परीक्षण : शारीरिक और जैव रासायनिक राख्यों की जाँच ।

सीटी स्कैन : शरीर के अंदर के क्षेत्रों की विस्तृत चित्र बनाने के लिए ।

एंडोस्कोपी : एक बौखले अंग के इंटीरियर की जाँच करना ।

सिटो जेनेटिक्स : आणविक परिवर्तनों के बारे में जानकारी की पहचान करने के लिए ।

आणविक परिवर्तनों के बारे में जानकारी का विश्लेषण करने के लिए ।

कैंसर से निवारण

तम्बाकू का प्रयोग न करें ।

अतिरिक्त वजन को नियंत्रित करें ।

शारीरिक रूप से सक्रिय रहें ।

एल्कोहॉल ना पीएँ

अपने आप को यौन संचारित संक्रमण से

रोकें ।

प्रदूषित वातावरण के संपर्क से बचें ।

कैंसर के उपचार के लिए प्रक्रियाएँ

सर्जरी : दूसरे भाग में कैंसर फैल जाने से पहले प्रभावित अंग को हटा देना चाहिए।

इम्यूनोथेरेपी : कैंसर से लड़ने के लिए शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली का उपयोग करता है।

हार्मोन थेरेपी : शरीर से कुछ हार्मोन हटाने से कैंसर को बढ़ाने से रोकना पड़ सकता है।

लिकिरण चिकित्सा : कैंसर कोशिकाओं को नुकसान पहुंचाता है।

कीमोथेरेपी : कैंसर को बिलकास को धाद्यत करने में मदद करती है।

स्टेम सेल प्रत्यारोपण : आस्थि मज्जा को जगह !

मधुमेह

मधुमेह एक ऐसी बीमारी है जिसमें आपके रक्त में शर्करा की मात्रा बढ़ जाने से होता है। रक्त में ग्लूकोज की मात्रा मुख्य स्रोत है। जिसे आप अपने मोटापे से प्राप्त करते हैं। अगन्याशय ग्रंथि (एक प्रकार की पाचक ग्रंथि) द्वारा बनाया गया हार्मोन इंसुलिन, आपके शरीर में मोटापे से ग्लूकोज को कोशिकाओं में अंदर पहुंचाता है, जिससे कोशिकाएँ ऊर्जा प्राप्त करती हैं। लक्ष्मी नहीं बना पाता या इंसुलिन का उचित उपयोग नहीं कर पाता तो इस स्थिति में ग्लूकोज आपकी कोशिकाओं में नहीं पहुँचकर आपके रक्त में ही रहता है। लंबे समय तक, आपके रक्त में बहुत अधिक ग्लूकोज होने से स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ पैदा हो सकती हैं। हालांकि मधुमेह का कोई इलाज नहीं है; लेकिन आप उचित कदम उठाकर मधुमेह को नियंत्रित करके स्वस्थ रह सकते हैं। शर्करा लोगों के रक्त में ग्लूकोज के अत्यधिक उच्च स्तर नहीं होते लेकिन फिर भी इनमें मधुमेह होने का संभावना होती है।

मधुमेह कितने प्रकार की होती है ?

मधुमेह तीन प्रकार की होती है

इस प्रकार के मधुमेह में आपका प्रतिरक्षा तंत्र आपके अग्न्याशय में इंसुलिन बनाने वाली कोशिकाओं पर हमला कर उसे नष्ट कर देता है। यह आमतौर पर बच्चों और युवा वयस्कों में पाया जाता है, हालांकि यह किसी भी उम्र में हो सकता है। इस मधुमेह में आपका शरीर इंसुलिन नहीं बना पाता है। मधुमेह से ग्रस्त लोगों को नियमित रूप से मधुमेह के लिए हर दिन इंसुलिन लेना पड़ता है।

इस प्रकार के मधुमेह में आपका शरीर पर्याप्त इंसुलिन नहीं बना पाता या इंसुलिन का उचित उपयोग नहीं कर पाता। आपके जीवन की किसी भी उम्र में, यहाँ तक की वचपन में भी आपका यह मधुमेह हो सकता है। हालांकि इस प्रकार के मधुमेह अक्सर मध्यम आयु वर्ग और धृष्ट लोगों में होती है। इस लिए इसे मधुमेह का सबसे आम प्रकार कहा जाता है।

गर्भावस्था के दौरान होने वाला मधुमेह कुछ होने
 माहिलाओं को गर्भावस्था के दौरान होने
 वाला मधुमेह है। जात है।
 ज्यादातर पारिवारिकों में यह बच्चे के
 जन्म के बाद ठीक हो जाती
 है। हालांकि, अगर आपको लक्ष्मी
 गर्भावस्था के दौरान होने वाला
 मधुमेह हुआ है। तो आपको
 बाद में जीवन में मधुमेह
 होने की संभावना बढ़ सकती है।
 और दौरान में लक्ष्मी = लक्ष्मी
 के वास्तव
 में मधुमेह होता है।

मधुमेह वाले लोगों में लौन = लौन से अन्य
 स्वास्थ्य समस्याएँ पैदा हो सकती हैं।

लंबे समय तक, एक में उच्च ग्लूकोज रहने
 से निम्नलिखित समस्याएँ हो सकती हैं।

- दिल की बीमारी
- दिल का दौरा
- गुर्दे की बीमारी
- आँसू की समस्याएँ
- दाँतों की बीमारी
- नसों में दाँत
- पैरों की समस्याएँ

मधुमेह के लक्षण क्या हैं ?

थी हुई प्यास और बार-बार पेशाब आना।
 लदी हुई मुख।
 थकावट।
 दृष्टि में धुंधलापन।
 ठीक न होने वाले घाव।
 बिना किसी कारण के अजन घटना।
 हाथों या पैरों का सुन्न होना या
 अनसनाहट होना।

मधुमेह कितना आम है ?

मधुमेह वर्तमान में करोड़ों से अधिक
 भारतीयों को प्रभावित कर रहा
 है, जो अत्यन्त आवादी का 7.1%
 से भी अधिक है।
 लोगो में इस बीमारी की
 शुरुआत की औसत आयु 42
 साल है। हर साल मधुमेह
 के कारण करीब 10 लाख
 भारतीय मर जाते हैं।

हृदय रोग

हृदय रोग का सबसे आम कारण संकुचन
 या कोरोनरी धमनियों, रक्त वाहिकाओं
 है। रक्त को आपूर्ति की रक्तवाहक है।
 हृदय को कोरोनरी आर्टरी डिजीज कहा जाता
 है। और समय के साथ धीरे-
 धीरे होता है। यह प्रमुख कारण
 है। लोगों को दिल का दौरा पड़ने
 का। जल्द उच्च प्रकार के हृदय की
 समस्याओं को हो सकती है। या दिल
 अच्छी तरह पंप नहीं कर पाता और
 दिल को निष्कलता कारण बनता है।
 कुछ लोग दिल को भीमारी को
 साथ पैदा होते हैं।

दिल के रोग के लक्षण

छाती में दर्द।
 सांस को लगी।
 दर्द।
 सुन्न होना।
 पैरों या बाहों में कमजोरी या ठंड लगना।
 गर्दन को जंघा गले, उपरी पेट या
 पीठ में दर्द।

दिल के रोग के कारण

जन्मजात हृदय दोष
कोरोनरी धमनी की बीमारी

उच्च रक्त चाप

मधुमेह

धूम्रपान

शराब या कोफ़ीन का अत्यधिक उपयोग

दवाई का दुरुपयोग

तनाव

ओवर - द - लाउंडर दवाओं का उपयोग

वाल्गुलर हृदय रोग

लड़ती उम्र

शराब स्पन्दता

तनाव

भौतिक निष्क्रियता

मोटापा

उच्च रक्त कोलेस्ट्रॉल का स्तर

अल्प श्रम

धूम्रपान करने से

परिवार का इतिहास

पुरुष होने के नाते

आहार की श्रम सेवन

हथेल उपचार का उपयोग

तम्बाकू

व्यायाम न करने से

दिल के रोग के निदान के लिए परीक्षण और प्रक्रियाएँ

इलेक्ट्रोकार्डियोग्राम : दिल से उत्पन्न विद्युत आवेशों को देखने के लिए।

रक्त परीक्षण : कुछ एंजाइमों को उपस्थिति को परीक्षण करने के लिए।

धार्ती एक्स-रे : हृदय और उसके रक्त वाहिकाओं को आकार को जांच करने के लिए।

इकोकार्डियोग्राम : दिल को लीडियों हतवियों प्रदान करें।

दिल के रोग के लिए स्वयं को देखभाल

रक्तचाप और कोलेस्ट्रॉल को स्तर को नियंत्रित करें : दिल के दौरे को संभावना कम कर देता है।

नियमित रूप से व्यायाम करें : दिल के दौरे को बाद दिल को मांसपेशियों के कार्य में सुधार लाने में मदद करता है।

स्वस्थ वजन बनाए रखें : अत्यधिक वजन दिल को प्रभावित करता है और अन्य बीमारियों में योगदान दे सकता है।

दशमूल काढ़े के सेवन से शरीर में वात और कफ दोनो ही के विकारों में लाभ होता है तथा प्रसूति के बाद महिलाओं के शरीर में कई बार बहुत तरह के रोग उत्पन्न हो जाते हैं उन रोगों में यह काढ़ा बहुत उपयोगी होता है।

दशमूल कषाय, आयुर्वेद के सुप्रसिद्ध दशमूल से बने काढ़े को कहते हैं। दशमूल के सूखे, कूटे हुए निम्बू को पानी में उबाल कर काढ़े को बनाया जाता है। दशमूल काढ़े के सेवन से शरीर में वात और कफ दोनो ही के विकारों में लाभ होता है। दशमूल का सेवन आयुर्वेद में शरीर में किसी भी कारण होने वाली सूजन को दूर करने के लिए किया जाता है। यह वात व्याधि को बहुत अच्छी दवाई है। प्रसूति के बाद महिलाओं के शरीर में कई बार बहुत तरह के रोग उत्पन्न हो जाते हैं जैसे की बुखार, चिड़चिड़ापन, खून की कमी, शरीर में सादिक गमी, जलन, चक्कर आना, कमजोरी, भूख न लगना, शरीर में सूजन, दर्द, आदि। इन रोगों को दूर करने के लिए इस काढ़े का प्रयोग करना चाहिए।

अष्टपंचमूल और बृहत् पंचमूल को मिलाकर दशमूल कहते हैं। यह त्रिदोषनाशक, कफ, खोंसी, सिर के रोगों, अस्थमा, सूजन, बुखार, गैस, पसले के दर्द, और आँसू को गन्ध करता है।