ಉಚಿತ ಪುಸ್ತಕ

ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆ

ಅಪ್ರಕಟಿತ ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಲೆ

೧೧

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳು

ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಣುಕಾ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಭಟ್

ಮಿತ್ರಮಾಧ್ಯಮ

ಮುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಪುಟ್ಟ ಹೆಜ್ಜೆ

ಉಚಿತ ಪುಸ್ತಕ

ಡಾ॥ ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆ
ಅಪ್ರಕಟಿತ ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಲೆ

೧೧

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳು

ಸಂಪಾದಿಸಿದವರು

ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಣುಕಾ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಭಟ್ಟ

ಮಿತ್ರಮಾಧ್ಯಮ

ಮುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಪುಟ್ಟ ಹೆಜ್ಜೆ

ಈ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು 'ಮಿತ್ರಮಾಧ್ಯಮ'ದ 'ಉಚಿತ ಪುಸ್ತಕ ಸಂಸ್ಕೃತಿ' ಅಭಿಯಾನದ ಭಾಗವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದು, ಸಾಫ್ಟ್ ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು **freebookculture.riverthoughts.com** ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ಪಡೆಯಬಹುದು.

This book is published as part of `Mitramaadhyama' Trust's campaign FREE BOOK CULTURE; people who wish to have their own copy can download it from freebookculture.riverthoughts.com

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳು

Janapada Vaidya Lekhanagalu

ಸಂಗ್ರಹಕಾರರು
ಡಾ|| ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆ

COLLECTED BY
Dr. L R Hegde

ಸಂಪಾದಕರು
ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಣುಕಾ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಭಟ್ಟ

EDITED BY
Smt. Renuka Ramakrishna Bhat

ಇ - ಪ್ರಕಟಣೆ
ಮಿತ್ರಮಾಧ್ಯಮ
ಬೆಂಗಳೂರು

E-PUBLICATION BY
MITRAMAADHYAMA (TRUST)
Bangalore

ಮೊದಲ ಇ-ಪ್ರಕಟಣೆ : ನವೆಂಬರ್ ೨೦೨೨
ಆಕಾರ: ೧/೮ ಡೆಮಿ
ಪುಟಗಳು: ೧೮೮+೪

First E-Edition: November 2022
Size: 1/8 Demy
Pages: 188+4

ಈ ಪುಸ್ತಕದ ಉಚಿತ ಅಕ್ಷರ ಜೋಡಣೆ ಮಾಡಿ ಸಹಕರಿಸಿದವರು
ಶ್ರೀ ಕಿಶೋರ ಚಂದ್ರ

ಮುಖಪುಟ ರಚನೆ: ಪ್ರಭಾಕರ್
ಪುಸ್ತಕ ವಿನ್ಯಾಸ : ಎಂ ಆರ್ ಗುರುಪ್ರಸಾದ್

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial-NoDerivatives 4.0 International License.

ಈ ಪುಸ್ತಕವು ಕ್ರಿಯೇಟಿವ್ ಕಾಮನ್ಸ್ ಹಕ್ಕುಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ 4.0 ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪರವಾನಗಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಇದನ್ನು ಯಥಾವತ್ತಾಗಿ ವಾಣಿಜ್ಯೇತರ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗೆ ಮರುಮುದ್ರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅನುಮತಿ ಇರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಕಾಶಕರ ಮಾತು

ಸುಮಾರು ನಾಲ್ಕೂವರೆ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಣುಕಾ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಭಟ್ ಅವರು ನನಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ, ತಮ್ಮ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ನಾನು ಭಾರತವಾಣಿ ಬಹುಭಾಷಾ ಜ್ಞಾನಕೋಶ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದ ಅವರು ತಮ್ಮ ತಂದೆ ದಿ. ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆಯವರ ಅಪ್ರಕಟಿತ ಜಾನಪದ ಸಂಗ್ರಹಗಳ ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬಹುದೇ ಎಂದು ಕೇಳಿದರು.

ನಾನು ೧೯೯೦-೯೨ರ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಶಿರಸಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಒಂದೆರಡು ಸಲ ಶ್ರೀ ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆಯವರನ್ನು ಬಸ್ ನಿಲ್ದಾಣದಲ್ಲಿ ಕಂಡಿದ್ದೆ. ಮಾತನಾಡಿಸಲು ಧೈರ್ಯ ಇರದವನಾಗಿದ್ದೆ. ಈಗ ಅವರ ಅಪ್ರಕಟಿತ ಸಂಗ್ರಹವೇ ಇದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದಾಗ ಕುತೂಹಲ ಹೆಚ್ಚಾಯಿತು. ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಣುಕಾ ಭಟ್ ಅವರ ಮನೆಗೇ ಹೋದೆ. ಅಲ್ಲಿರುವ ಅಪಾರ ಸಂಗ್ರಹವನ್ನು ನೋಡಿ ಅಚ್ಚರಿಯಾಯಿತು. ಅದಾಗಲೇ ಶ್ರೀ ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆಯವರು ೮೪ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದವರು. ಆದರೂ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದವು!

ಈಗ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಆಯ್ದ ಸಂಗ್ರಹಗಳನ್ನು ಒಂದು ಸರಣಿಯಾಗಿ, ಮುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಯಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಕ್ರಿಯೇಟಿವ್ ಕಾಮನ್ಸ್ ಹಕ್ಕಿನಡಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಇವುಗಳ ಮುದ್ರಿತ ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಯಾವುದೇ ಆಸಕ್ತರು ಯಾವ ಅನುಮತಿಯೂ ಇಲ್ಲದೆ, ಇದ್ದ ಹಾಗೆಯೇ ಮುದ್ರಿಸಬಹುದು!

ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದ `ಭಾರತವಾಣಿ' ಯೋಜನೆ, ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರದ `ಕಣಜ' ಯೋಜನೆಗೆ, ಇನ್ನಾವುದೇ ಮುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಯ ಜಾಲತಾಣಕ್ಕೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಈ ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಜಾನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಆಗುವ ಮಾತಿರಲಿ, ಇದ್ದುದನ್ನು ಹೇಗಾದರೂ ಮಾಡಿ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಕಾಲ ಈಗ ಎದುರಾಗಿದೆ. ಆಧುನಿಕತೆ, ನಗರೀಕರಣದ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಭಾಷೆ - ಲಿಪಿ - ಪರಂಪರಾಗತ ಅರಿವು ಎಲ್ಲವೂ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತಿವೆ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿದ್ದನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ತರಾತುರಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಓದುಗರು ಗಮನಿಸಬೇಕಿದೆ.

ಈ ಪುಸ್ತಕದ ಅಕ್ಷರಜೋಡಣೆಗೆ ಸಹಕರಿಸಿದ, ಮುಖಪುಟ ರಚಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್ ಮಿತ್ರಲೋಕಕ್ಕೆ ಮಿತ್ರಮಾಧ್ಯಮದ ಅನಂತ ವಂದನೆಗಳು. ಡಿಜಿಟಲ್ ಜನಪದವು ಪರಂಪರಾಗತ ಜನಪದವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮುಂದಾಗಿರುವುದು, ಅದರಲ್ಲೂ ಹಲವು ಯುವ ವಯಸ್ಕರೇ ಈ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿರುವುದು ಕೊಂಚ ಸಮಾಧಾನದ ಸಂಗತಿ. ಇಂತಹ ಜೀವನ್ಮುಖಿ ಯುವಸಮುದಾಯ ವಿಸ್ತಾರವಾಗಲಿ ಎಂದು ಹಾರೈಸುತ್ತೇವೆ.

ಮುಕ್ತಮಾಹಿತಿಗೆ ಪುಟ್ಟ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡುವ ಮಿತ್ರಮಾಧ್ಯಮದ ಘೋಷವಾಕ್ಯವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ವಂದನೆಗಳು.

- ಬೇಳೂರು ಸುದರ್ಶನ

ಸಂಪಾದಕರ ಮಾತು

ನಮ್ಮ ಪೂಜ್ಯ ತಂದೆಯವರಾದ ಡಾ|| ಎಲ್. ಆರ್. ಹೆಗಡೆಯವರ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳು" ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು 'ಡಿಜಿಟಲ್ ಪುಸ್ತಕ'ದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲು ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಖುಷಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಉತ್ತರಕನ್ನಡದ ಜಾನಪದ ಸಂಪತ್ತಿನ ಸಂಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ಹಳ್ಳಿಯ ವೈದ್ಯ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಸ್ಥಾನವಿದೆ. ಹಳ್ಳಿಗಳ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸಾವಿರಾರು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಕಲೆಹಾಕಿ ಸುಮಾರು ಹದಿಮೂರು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ತಂದೆಯವರು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಪಶುವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಎರಡು ಪುಸ್ತಕಗಳೂ ಇವೆ. ಹಳ್ಳಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸಾಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ಅವರಷ್ಟು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದವರು ವಿರಳವೆಂದೇ ನನ್ನ ಭಾವನೆ. ಅವರಿಗೆ ಹಳ್ಳಿಗಳ ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಆಸಕ್ತಿ ಇದ್ದ ಕಾರಣ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಒಂದು ಸಂತೋಷದ ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ಅವರು ಒಗ್ಗೂಡಿಸಿದ ಎಲ್ಲ ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದಿವೆ.

ಗಿಡಮೂಲಿಕೆಗಳ ಮಾಹಿತಿ, ಪ್ರಯೋಗಿಸುವ ರೀತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇರುವವರು ವಿರಳವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ, ಹಿಂದುಳಿದ ಬುಡಕಟ್ಟು ಜನಾಂಗಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಈಗ ಮಾಹಿತಿ ದೊರೆಯುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟ. ನಾನೂ ಸಹ ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಗಂಗಕ್ಕನವರ- ಸಿರ್ಸಿ ತಾಲೂಕಿನಲ್ಲಿ ಅವರ ನೆಂಟರ ಮನೆಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಅವರ ಪರಿಚಯದ ೪-೫ ವೈದ್ಯರುಗಳನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗಿ ಕೆಲವು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಕೊಟ್ಟೆ, ತಂದೆಯವರ ಸಂಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಅಳಿಲು ಕಾಣಿಕೆಗಳು ಸೇರಿವೆ.

ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ತಲೆತಲಾಂತರದಿಂದ ಕೆಲವು ಮನೆತನಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶಿಷ್ಟ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುವ ಪದ್ಧತಿ ಜಾರಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಮನೆಯ ಹಿರಿಯರು ತಮಗೆ ವಯಸ್ಸಾಗುತ್ತ ಬರಲು ಮನೆಯ ಯಾರಾದರೂ ಯೋಗ್ಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಕೇವಲ ಆ ಮನೆತನಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವೇ ಮೀಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಯಾರಿಗೂ ಅದರ ಗುಟ್ಟನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಅದನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮ

ಯೋಗ್ಯ ರೀತಿಯಿಂದ ಆಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂಬ ಭಾವನೆ. ಇಲ್ಲವೇ ಬಹುಶಃ ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ ಎಂಬ ವಿಚಾರವೂ ಅದರ ಹಿಂದೆ ಇದ್ದಿರಲು ಸಾಕು. ಆದರೆ, ನನ್ನ ತಂದೆಯವರ ಮುಗ್ಧ-ಸರಳ ಸ್ವಭಾವಕ್ಕೆ ಮನಸೋತು ಅನೇಕ ಜನರು ತಮ್ಮ ಔಷಧಿಗಳ ಗುಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದರು.

ಹೊಸ ತಲೆಮಾರಿನ ಅನೇಕ ಯುವಕರು ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಪದವೀಧರರಾಗಿ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬಂದು, ಪ್ರಯೋಗಶೀಲ ಮನೋವೃತ್ತಿಯವರಾಗಿ ನೆಲೆಸಿ, ಬೇಸಾಯದೊಟ್ಟಿಗೆ, ಹಳ್ಳಿಯ ಜನಪದ ವೈದ್ಯಕೀಯದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತರಾಗಿ, ಔಷಧಿಯ ಗಿಡ-ಮೂಲಿಕೆಗಳ ಮಾಹಿತಿ ಕಲೆಹಾಕಿ, ಅಲಭ್ಯ ಗಿಡ-ಮೂಲಿಕೆಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರೂ ಸಹ ತಮ್ಮ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸ್ವತಃ ತಯಾರು ಮಾಡಲು ಬೇಕಾದ ಗಿಡ-ಮೂಲಿಕೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಕೆಲವು ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಇಂಥ ವನಗಳು ತಲೆಯೆತ್ತಿವೆ. ಇದು ಒಂದು ಶುಭ ಸೂಚನೆ.

ಹೊನ್ನಾವರ ತಾಲೂಕಿನ ಯಲಗುಪ್ಪಾ ಎಂಬ ಊರಿನಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದದ ಮೂಲಪುರುಷನಾದ ಧನ್ವಂತರಿಯ ದೇವಸ್ಥಾನವಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಧನ್ವಂತರಿ ಯಾಗ ಮತ್ತು ಹಳ್ಳಿಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ, ಆಯುರ್ವೇದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಕೆಲ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳೂ ಆಗುತ್ತವೆ. ನನ್ನ ತಂದೆಯವರೂ ಅಲ್ಲಿಗೆ, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಅನೇಕ ಜನಪದ ಮತ್ತು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರುಗಳ ಪರಿಚಯದೊಂದಿಗೆ ವೈದ್ಯ ಮಾಹಿತಿಗಳೂ ದೊರೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಬರುವಾಗ ಯಾಗದ ಪ್ರಸಾದವನ್ನು ತಂದು ನಮಗೆಲ್ಲಾ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದಲ್ಲದೆ, ಅನೇಕ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳನ್ನೂ ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಬಂದಿದೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಕೈಗೆ ದೊರಕಿದ ಪ್ರಕಟಿತ, ಅಪ್ರಕಟಿತ ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಕಲೆಹಾಕಿ ಶ್ರೀಯುತ ಬೇಳೂರು ಸುದರ್ಶನರ ಸಹಾಯ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳು" ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಡಿಜಿಟಲ್ ಪುಸ್ತಕದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅವರ ಅನೇಕ ಸ್ನೇಹಿತರೂ ಕೈಜೋಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನನ್ನ ಸಹೋದರ ಶ್ರೀಯುತ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಹೆಗಡೆ, ಸೌ. ಶ್ಯಾಮಲಾ ಹೆಗಡೆ (ಇವಳು ಕುಮಟಾ ತಾಲೂಕಿನ ಊರಕೇರಿ ಗ್ರಾಮದ ವೈದ್ಯ ಕುಟುಂಬದಿಂದ ಬಂದ ಸೊಸೆ), ಸಹೋದರಿಯರಾದ ಸೌ. ಸುನಂದಾ ಗೋರೆ ಹಾಗೂ ಸೌ. ಸವಿತಾ ಭಟ್ಟ ಇವರು ಕೈಜೋಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ (ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿ, ಅಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿ) ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನಾವು ಚಿರಋಣಿಗಳು.

ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಣುಕಾ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಭಟ್ಟ

9535192074 / 8660421309

ಡಾ|| ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆ ಕೃತಿಗಳು

ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಧಾರವಾಡ

೧	ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳು	(ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ)
೨	ಜಾನಪದ ಕಥೆಗಳು	(ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ)
೩	ಪುರಾಣ ಜಿಜ್ಞಾಸೆ	(ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ)
೪	ಜನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯದಲ್ಲಿ ಮದುವೆ	(ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ)
೫	ಬತ್ತಲೇಶ್ವರ ರಾಮಾಯಣ	(ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ)
೬	ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ	(ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ)
೭	ಪರಮೇಶ್ವರಿಯ ಪದಗಳು	(ಕಥನ ಗೀತೆಗಳು)
೮	ಗುಮ್ಮನ ಪದಗಳು	(ಕಥನ ಗೀತೆಗಳು)
೯	ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು	(ಪ್ರಚಾರೋಪನ್ಯಾಸ)
೧೦	ಹಾಲಿನ ತೆನೆ	(ಜಾನಪದ ತ್ರಿಪದಿಗಳು)
೧೧	ಕುಮಾರವ್ಯಾಸನ ಪಾತ್ರಸೃಷ್ಟಿ	(ಮಹಾಪ್ರಬಂಧ)
೧೨	ಗಾಮೊಕ್ಕಲ ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)

ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ

೧೩	ತಿಮ್ಮಕ್ಕನ ಪದಗಳು	(ಕಥನ ಗೀತೆಗಳು)
೧೪	ಕೆಲವು ಲಾವಣಿಗಳು	(ಕಥನ ಗೀತೆಗಳು)
೧೫	ನಮ್ಮ ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)
೧೬	ಮಲೆನಾಡಿನ ಸೆರಗಿನ ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)

ಬೆಂಗಳೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ

೧೭	ಹಾಡುಂಟೇ ನನ್ನ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ	(ತ್ರಿಪದಿ ಸಂಕಲನ)
೧೮	ಗುಮಟೆಯ ಪದಗಳು	(ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು)
೧೯	ಮುಕ್ರಿ ಮತ್ತು ಹೊಲೆಯರ ಪದಗಳು	(ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು)

ಗ್ರಾಮಜೀವನ ಕಾರ್ಯಾಲಯ, ಕುಮಟಾ

೨೦	ಬಾಳ ದೀಪಾವಳಿ	(ಕವನ ಸಂಕಲನ)

ವಿವೇಕೋದಯ ಗ್ರಂಥಮಾಲೆ, ಗುಡಿಬಂಡೆ

೨೧	ಜೈನಭಾರತ ಕಥೆಗಳು	(ಜೈನ ಮಹಾಭಾರತ)

ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು, ಬೆಂಗಳೂರು

೨೨	ಜನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯ	(ವಿಮರ್ಶಕ ಗ್ರಂಥ)
೨೩	ಗೊಂಡರ ಪದಗಳು	(ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು)
೨೪	ಮಾಚಿಯ ಕಥನ ಗೀತಗಳು (೨೦೦೨)	(ಕಥನ ಗೀತೆಗಳು)
೨೫	ಕತೆ ಗಾದೆಗಳು (೨೦೦೪)	(ಗಾದೆ ಕತೆಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)

ಸಮಾಜ ಪುಸ್ತಕಾಲಯ, ಧಾರವಾಡ

೨೬	ಕಾವ್ಯ ವ್ಯಾಸಂಗ	(ಕಾವ್ಯ ವಿಮರ್ಶೆ)
೨೭	ಸುವ್ವೀ ಸುವ್ವೀ ಸುವ್ವಾಲೆ	(ಜಾನಪದ ತ್ರಿಪದಿಗಳು)
೨೮	ಬೆಳಿಯಮ್ಮನ ಹಾಡುಗಳು	(ಕಥನ ಗೀತೆಗಳು)
೨೯	ಜನಪದ ಜೀವನ ಮತ್ತು ಕಲೆ	(ಲೇಖನಗಳು)
೩೦	ಗಾಂವಠಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)
೩೧	ಪಾಕರಸಾಯನ	(ಅಡುಗೆ ಗ್ರಂಥ)

ಐ.ಬಿ.ಎಚ್. ಪ್ರಕಾಶನ, ಬೆಂಗಳೂರು

೩೨	ಕರ್ನಾಟಕದ ಕರಾವಳಿಯ ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು	
೩೩	ಕರ್ನಾಟಕ ಕರಾವಳಿಯ ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು	
೩೪	ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡದ ಗೊಂಡರು	
೩೫	ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡದ ಸಿದ್ದಿಯರು	(೨ನೇ ಆವೃತ್ತಿ)
೩೬	ಜನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯ	(ಇತರರೊಡನೆ ಬರೆದುದು)
೩೭	ಗೇಣುಗಡ್ಡದ ಕುಳ್ಳ ಮತ್ತು ಇತರ ಕಥೆಗಳು (೧೯೮೦)	(ಜನಪದ ಮಕ್ಕಳ ಕಥೆಗಳು)

ಸಾಹಿತ್ಯ ಭಂಡಾರ, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ

೩೮	ಲಂಕಾದಹನ	(ಬತ್ತಲೇಶ್ವರ ರಾಮಾಯಣದ ಭಾಗ)
೩೯	ಅನುಭವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)
೪೦	ಆರೋಗ್ಯ ಧರ್ಮ ಪಾಲನೆ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)
೪೧	ದನಗಳ ವೈದ್ಯ	(ಪಶುವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)
೪೨	ರೂಢಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

ವಿಶ್ವ ಪ್ರಕಾಶನ, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ

೪೩	ಸುಲಭ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

ಜ್ಞಾನಸಾಧನ ಗ್ರಂಥಮಾಲೆ ಹೆಗೆಡೆ, ಕುಮಟಾ/ಸಿದ್ದಾಪುರ

೪೪	ಹಕ್ಕಿ ನರಸಣ್ಣ	(ಕಥಾ ಸಂಕಲನ)
೪೫	ಸಿದ್ದಿಯರ ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)
೪೬	ಕರಾವಳಿಯ ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)
೪೭	ಜನಪದ ಭಾರತದ ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)
೪೮	ಕುಮರಿ ಮರಾಟಿಗರ ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)
೪೯	ಜನಪದ ವೈದ್ಯ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)
೫೦	ಹೆಂಗಸರ ಗೀತಗಳು	(ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು)
೫೧	ಕುಮಾರವ್ಯಾಸ	(ವಿಮರ್ಶೆ)
೫೨	ಮಂಗಲ ಗೀತಗಳು	(ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು)
೫೩	ಪೂಜಾ ಗೀತಗಳು	(ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು)
೫೪	ಒಗಟುಗಳು ಮತ್ತು ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)
೫೫	ಅಪೂರ್ವ ಮೃದಂಗ	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)
೫೬	ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	(ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

ಕದಂಬ ಪ್ರಕಾಶನ, ಸಿರ್ಸಿ

೫೭	ಹಾಲಕ್ಕಿ ಹೆಂಗಸರ ಮದುವೆ ಹಾಡುಗಳು	(ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು)

ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿ, ನವದೆಹಲಿ

೫೮	ಜಾನಪದ ಗಿರಿಜನರ ಕಥೆಗಳು	(ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)

ಶ್ರೀ ರಾಜು ಶೆಟ್ಟಿ, ಕುಮಟಾ

೫೯	ಆಹಾರ ಉಪಾಹಾರ	(ಅಡುಗೆ ಪುಸ್ತಕ)
೬೦	ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

ಜ್ಞಾನಜ್ಯೋತಿ ಪ್ರಕಾಶನ, ಸಿದ್ದಾಪುರ (ಉ.ಕ)

೬೧	ಊರೌಷಧಿಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

ಸಾಹಿತ್ಯ ಪ್ರಕಾಶನ, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ

೬೨	ಪಶುವೈದ್ಯ ರತ್ನಾಕರ	(ಪಶುವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

ಜ್ಞಾನಸಾಧನ ಗ್ರಂಥಮಾಲೆ, ಸಿದ್ದಾಪುರ (ಉ.ಕ)

೬೩ ಕನ್ನಡ ಗಾದೆಗಳು (ಗಾದೆಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)

೬೪ ಹಳಗನ್ನಡದ ಕವಿಗಳು

೬೫ When The Indicated Remedy Fails in Homeopathic Practice (ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

೬೬ ಗರ್ಭಿಣಿ, ಬಾಣಂತಿ ಉಪಚಾರ (ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ) ಸಂಗ್ರಾಹಕಿ: ಸೌ. ರೇಣುಕಾ ಭಟ್ಟ

೬೭ ಮಧುರ ಗೀತಗಳು (ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು) ಸಂಗ್ರಾಹಕಿ: ಸೌ. ರೇಣುಕಾ ಭಟ್ಟ

ಡಾ. ಎಲ್. ಆರ್. ಹೆಗಡೆ ಕೃತಿ ಪ್ರಕಾಶನ ಸಮಿತಿ, ಸಿರ್ಸಿ

೬೮ ಡಾ. ಎಲ್. ಆರ್. ಹೆಗಡೆ ಕೃತಿ ಸೂಚಿ

೬೯ ಬಿಂಬ ಪ್ರತಿಬಿಂಬ (ಭಾಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಲೇಖನಗಳು)

೭೦ ಗಾದೆ ಕಥೆಗಳು (ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)

೭೧ ಹೊನ್ನಮ್ಮನ ಮನೆಯ ಕಥೆಗಳು (ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)

೭೨ ಮಾತಿನರಗಿಣಿಯೇ ನುಡಿದಾವೋ (ಜನಪದ ತ್ರಿಪದಿಗಳು ಹಾಗೂ ಗೀತೆಗಳು)

೭೩ ನಾಡ ಮದ್ದು (ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

೭೪ ಜಾನಪದ ಕ್ರೀಡೆ (ಜಾನಪದ ಆಟಗಳ ಮಾಹಿತಿ)

೭೫ ಆರೋಗ್ಯ ದರ್ಶನ (ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

೭೬ ಸಣ್ಣ ಕೂಸ ಹೇಳಿದ ಕಥೆಗಳು (ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)

೭೭ ಪಡುವಣದ ಬೆಡಗು (ವಿದ್ವಾಂಸರ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು)

೭೮ ನಾಮಧಾರಿ ಕತೆಗಳು (ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)
(ಡಾ.ಎಲ್. ಆರ್. ಹೆಗಡೆ ಕೃತಿ ಪ್ರಕಾಶನ ಸಮಿತಿ, ಕುಮಟಾ)

ಕನ್ನಡ ಸಂಘ ಕ್ರೈಸ್ತ ಕಾಲೇಜು, ಬೆಂಗಳೂರು

೭೯ ಅವರಿವರು ಹೇಳಿದ ಕಥೆಗಳು (ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು)

ರಂಗಕಲೆಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ, ಉಡುಪಿ, ೨೦೦೨

೮೦ ಲೋಕಗೀತ ಮಂಜರಿ (ಜನಪದ ಗೀತೆಗಳು)
ರಂಗಕಲೆಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ ಉಡುಪಿ, ೨೦೦೨

೮೧ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಅಡುಗೆಗಳು (ಅಡುಗೆ ಪುಸ್ತಕ) ಸಂಗ್ರಾಹಕಿ: ಸೌ.ರೇಣುಕಾ ಭಟ್ಟ

ಕರ್ನಾಟಕ ಜಾನಪದ ಮತ್ತು ಯಕ್ಷಗಾನ ಅಕಾಡೆಮಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

೮೨	ಡಾ|| ಎಲ್. ಆರ್. ಹೆಗಡೆಯವರ ಕ್ಷೇತ್ರ ಕಾರ್ಯದ ನೆನಪುಗಳು	ಕರ್ನಾಟಕ ಜಾನಪದ ಮತ್ತು ಯಕ್ಷಗಾನ ಅಕಾಡೆಮಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಸಪ್ನ ಬುಕ್ ಹೌಸ್

೮೩	ಆರೋಗ್ಯಕರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	(ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)
೮೪	ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಔಷಧಿ ಗುಣಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಾಸಾರ	(ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ)

ಮಿತ್ರಮಾಧ್ಯಮ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ ಉಚಿತ ಡಿಜಿಟಲ್ ಪುಸ್ತಕಮಾಲೆ

೮೫. ಪುಸ್ತಕ ೧ ನಾಮಧಾರಿಗಳ ಆಡುಭಾಷೆಗಳ ಕಥೆಗಳು
೮೬. ಪುಸ್ತಕ ೨ ಆಯ್ದ ನಾಮಧಾರಿ ಕಥನಗೀತೆಗಳು
೮೭. ಪುಸ್ತಕ ೩ ಹಾಲಕ್ಕಿ ಕಥೆಗಳು
೮೮. ಪುಸ್ತಕ ೪ ಶುದ್ಧ ಭಾಷೆಯ ಕಥೆಗಳು
೮೯. ಪುಸ್ತಕ ೫ ಕೋಲಾಟದ ಪದಗಳು
೯೦. ಪುಸ್ತಕ ೬ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿದ ಜಾನಪದ ಕಥೆಗಳು
೯೧. ಪುಸ್ತಕ ೭ ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆಯವರ ಭಾಷಣಗಳು
೯೨. ಪುಸ್ತಕ ೮ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಂದ ಜನಪದ ಕಥೆಗಳು
೯೩. ಪುಸ್ತಕ ೯ ಸಮ್ಮಿಶ್ರ ಕಥನಗೀತಗಳು
೯೪. ಪುಸ್ತಕ ೧೧ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳು
೯೫. ಪುಸ್ತಕ ೧೨ ಜಾನಪದ ಲೇಖನಗಳು
೯೬. ಪುಸ್ತಕ ೧೩ ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆ ರಚಿಸಿದ ಪದಗಳು,ಹಾಸ್ಯ ಲೇಖನಗಳು,ಕಥೆ,ನಾಟಕ

- ಇವುಗಳಲ್ಲಿ 'ಹಾಲಕ್ಕಿ ಹೆಂಗಸರ ಮದುವೆಯ ಹಾಡುಗಳು' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ೧೯೮೮ನೇ ಸಾಲಿನ 'ಉತ್ತಮ ಜನಪದ ಗೀತ ಸಂಕಲನ' ಎಂದು ಮತ್ತು 'ಜನಪದ ಮತ್ತು ಗಿರಿಜನರ ಕಥೆಗಳು' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ಗದ್ಯ ಪ್ರಕಾರದಲ್ಲಿ ೧೯೯೦ನೇ ಸಾಲಿನ ಉತ್ತಮ ಗ್ರಂಥವೆಂದೂ ಕರ್ನಾಟಕ ಜಾನಪದ ಯಕ್ಷಗಾನ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಪುಸ್ತಕ ಬಹುಮಾನ ದೊರೆತಿವೆ.
- ೧೯೮೬ ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿ- ಹೊಸಪೇಟೆಯಲ್ಲಿ ಹಾ.ಮಾ. ನಾಯ್ಕರಿಂದ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪ್ರದಾನ.
- ೨೦೦೧ ನವಂಬರ್ ೧, ಮಾನ್ಯ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ತ್ರಿ ಎಸ್. ಎಂ. ಕೃಷ್ಣರಿಂದ ರಾಜ್ಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪ್ರದಾನ.

ಪರಿವಿಡಿ

೧. ಲೇಖಕರ ನೆನಪಿನಂಗಳದಿಂದ..೧೫
೨. ಜನಪದ ವೈದ್ಯ (ಒಂದು)..೧೯
೩. ಜನಪದ ವೈದ್ಯ (ಎರಡು).. ೪೦
೪. ಜನಪದ ವೈದ್ಯ – (ಮೂರು).. ೭೮
೫. ಆಯುರ್ವೇದ ಮತ್ತು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ.. ೮೭
೬. ಧೂಮಪಾನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿಕರ ೯೦
೭. ಮಧುಮೇಹ ೯೯
೮. ಆಮಾಂಶ ೧೦೮
೯. ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನ ಮತ್ತು ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ೧೧೦
೧೦. ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ ೧೧೯
೧೧. ನೆಗಡಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಸುಲಭ ಉಪಚಾರ..೧೨೩
೧೨. ಎಲರ್ಜಿ (ರಕ್ತನಂಜು)..೧೨೬
೧೩. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಆರೋಗ್ಯದಾಯಕ ಗುಣಗಳು ೧೩೪
೧೪. ಕಣ್ಣುಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ೧೪೧
೧೫. ರೋಗ ಗುಣ ಮಾಡಲು ಹಲವು ಕ್ರಮಗಳಿವೆ.. ೧೫೦
೧೬. ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧ ಕ್ರಮಗಳು ೧೫೯
೧೭. ಜಿಲ್ಲೆಯ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ೧೬೪
೧೮. ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯ ಶ್ರೀ ಮಹಾದೇವ ಗುಡೇಅಂಗಡಿ..........೧೭೦
೧೯. ಕೆಲವು ತುಣುಕು ಮಾಹಿತಿಗಳು ೧೭೫
೨೦. ವಿಷ ಪ್ರಯೋಗ..೧೭೭
೨೧. ಕೋಡಖಂಡ ಭಟ್ಟರ ವೈದ್ಯ ಮಾಹಿತಿ.. ೧೮೧
೨೨. HERBAL FOLK MEDICINE..೧೮೩
ಪರಿಶಿಷ್ಟ..೧೮೬
ಜಾನಪದ ಭೀಷ್ಮರಿಗೆ ಈಗ ಎಂಬತ್ತು! ೧೮೬

೧. ಲೇಖಕರ ನೆನಪಿನಂಗಳದಿಂದ

ನನ್ನ ಐವತ್ತೈದು ಐವತ್ತಾರು ವರ್ಷಗಳ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಔಷಧಿಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಸಾವಿರಾರು ಅನುಭವಗಳು ಸಂಭವಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಶ್ರಮ ಮಾಡಿದ್ದರೂ ಪ್ರಯೋಜನವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲೂ ಅನುಕೂಲತೆಗಳುಂಟು-ಅನಾನುಕೂಲಗಳೂ ಇರುವುದುಂಟು.

ನನ್ನ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪ ಮಹದೇವ ಹೆಗಡೆಯವರು ನಾನು ಬಾಲಕನಾಗಿದ್ದಾಗಿನಿಂದ 'ಬಾಸೆಲ್ ಮಿಷನ್'ನವರು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದ ದಿ. ಭಾರದ್ವಾಜ ಶಿವರಾಯರ ಕನ್ನಡ ಗ್ರಂಥ 'ಗೃಹೋಪಯೋಗದ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ' ಪ್ರತಿಯನ್ನು ಕೊಂಡು ಅದರ ಸಹಾಯದಿಂದ ನನಗೂ ಬ್ರಾಯೋನಿಯಾ, ನಕ್ಸವೋಮಿಕಾ ಮುಂತಾದ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ವೈದ್ಯ ಪರಂಪರೆ ಉಳ್ಳ ನಮ್ಮ ಮನೆತನದಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ, ಅಲೋಪಥಿ ಅಲ್ಲದೆ, ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಬಲ್ಲ ವೈದ್ಯರಿದ್ದರು.

ನನ್ನ ಪೂಜ್ಯ ತಾಯಿ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ- ಗರ್ಭಕೋಶದ ದೋಷ ಕಾರಣ ಮಕ್ಕಳಾಗದ ಗೃಹಿಣಿಯರಿಗೆ ಗರುಡನ ಚುಂಚನ್ನು ತೇಯ್ದು ಸೇವನೆಗೆ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದರಿಂದ ಹಲವು ಹೆಂಗಸರು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಶೂಲೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಿ ಸಂತಾನ ಭಾಗ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದುಂಟು. ಅವಳ ಆನಂತರದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಹಿರಿ ಅಕ್ಕ ಕಮಲಾ ಭಟ್ಟ ಈ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪ್ರಯೋಗಿಸಿದ್ದಳು. ನನ್ನ ತಾಯಿ ಮುಟ್ಟಿನ ಶೂಲೆಗೆ 'ಹೊಟ್ಟೆ ಕೆರೆತ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಳು. ಈ ಸೇವೆಗೆ ನನ್ನ ತಾಯಿ ಇಲ್ಲವೇ ಹಿರಿ ಅಕ್ಕ ತೆಂಗಿನಕಾಯಾಗಲಿ, ರೊಕ್ಕ ಸಹ ತಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ನನ್ನ ಕುಟುಂಬವರ್ಗದ ಕೆ. ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೆಯವರು ಚವಿ ಅತಿಸಾರಕ್ಕೆ ಬೆಕ್ಕಿನ ಗಿಡದ ಬೇರನ್ನು ಅಕ್ಕಿ ಕಚ್ಚಿನಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನೆರೆಮನೆಯ ನಾರಾಯಣ ದೊಡ್ಡಪ್ಪ

ಕೇರಳದಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಕಲಿತು ಬಂದು ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಡಾಕ್ಟರರ ಕೊರತೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಪರಿಣತಿ ಪಡೆದಿದ್ದರು.

ಕೈ. ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಹೆಗಡೆ ಕಾಫಿ ಮನೆ, ಕೈ ಕುಪ್ಪ ಹೆಗಡೆ ನಿಷ್ಣಾತ ವೈದ್ಯರಾಗಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪ ಮಹದೇವ ಹೆಗಡೆಯವರ ಮಗ ಕೃಷ್ಣ ಅಲೋಪಥಿ ಡಾಕ್ಟರ್. ಇನ್ನೊಂದು ನೆರೆಮನೆಯ ಕೈ. ನಾರಾಯಣ ಹೆಗಡೆ, ದಿ. ನೀಲಕಂಠ ರಾಯರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ೧೦ ವರ್ಷ ಇದ್ದು ಆಯುರ್ವೇದ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆದಿದ್ದರು. ನನ್ನ ದೊಡ್ಡಪ್ಪ ವೈದ್ಯರ ವೈದ್ಯ, ಅನೇಕ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತರಬೇತುಗೊಳಿಸಿದವರು.

ಶ್ರೀ ಮಳಲಿ ವಸಂತಕುಮಾರರ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ" ಎಂಬ ಗ್ರಂಥವು ಬಹುಶಃ ಕನ್ನಡದ ಮೊಟ್ಟಮೊದಲಿನ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥವಾಗಿದೆ. ಇದು ನನಗೆ ಮೊದಲೇ ಪ್ರಿಯವಾಗಿದ್ದ ವೈದ್ಯ ವಿಷಯವಾದ ಗ್ರಂಥ ರಚನೆಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನಿತ್ತಿತು. ಮುಂದೆ ಮಿತ್ರ ಡಾ. ಇಮ್ರಾಪುರರು ತಮ್ಮ ಸಹಧರ್ಮಿಣಿ ರಚಿಸಿದ್ದ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಕಾಣಿಕೆಯಾಗಿ ಕಳಿಸಿದ್ದರು. ಆಗ ಮತ್ತೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ- 'ನಮ್ಮ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದುಗಾರರನ್ನು ಸಾವಿರಾರು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಂಡಿದೆ. ಸಾವಿರಾರು ಪುಟಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡಿ - ಹಲವಾರು ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧ ಮಾಡಬಹುದು' ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಬಂತು.

ನಮ್ಮ ಮನೆತನದಲ್ಲಿ ಪರಂಪರೆಯಾದ ವಿಶಿಷ್ಟ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮದ್ದು ಮಾಡುವವರಿದ್ದರು. ಕೇರಳದಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಕಲಿತು ಬಂದಿದ್ದ ನೆರೆಮನೆಯ ಕೈ. ನಾರಾಯಣ ಹೆಗಡೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದವರಾಗಿ - ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ ಗೋತ್ರದ ನಿಪುತ್ರಿಕರೊಬ್ಬರಿಗೆ ದತ್ತುಮಗನಾಗಿ ಹೋದ ಕೈ. ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಹೆಗಡೆ ಕಾಸೆ ಆ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು. ನನ್ನ ದೊಡ್ಡಪ್ಪ ಕೈ. ಸಣ್ಣ ತಿಮ್ಮಣ್ಣ ಹೆಗಡೆ ಆಯುರ್ವೇದದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಹಲವನ್ನು ಬಲ್ಲವರು.

ಚಿಕ್ಕಂದಿನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಲಿವರ್ ದೋಷಕ್ಕೆ ಕುಂಟ ರಾಮಭಟ್ಟರ ಮನೆಯ ರಾಮ ಭಟ್ಟರಿಂದ ಬಿಳಿ ಹುಡಿಯನ್ನು ಆಗಲೇ ಕರೆದಿದ್ದ ಧಾರೋಷ್ಣ ಆಕಳ ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಕೊಡುವಂತೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದ್ದರು. 'ಇದು ದುಬ್ಬು ಕಾಯಿಲೆಯ ಮದ್ದು' ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ದೊಡ್ಡಪ್ಪನವರೇ ಹಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ನಮಗೆ ಔಷಧಿ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದವರಿಗೆ ಹೊಟ್ಟೆಹುಳುಗಳ ಕಾಟ ಹೆಚ್ಚು ಎಂದು ನಮ್ಮ ಜನರು ನಂಬುತ್ತಿದ್ದರು. ಸಿಹಿ ತಿನ್ನುವ ಚಟವೂ ನನಗೆ ಜಾಸ್ತಿ. ಅದರಿಂದ ನನಗೆ ತಂಗಿನಕಾಯ ಗರಟೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ ಬೇಗನೆ ಅದು ಬರ್ಚಾಗದ ಹಾಗೆ ತೆಂಗಿನ ಕಡ್ಡಿ ಕೊಟ್ಟು, ಅದರಿಂದ ಬೆಲ್ಲವನ್ನು ಅದ್ದಿಸಿ ತಿನ್ನಲು 'ಕಡ್ಡಿ ಬೆಲ್ಲ' ಎಂದು ಕರೆವರು. ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಬೆಲ್ಲ ತಿನ್ನುವ ಏರ್ಪಾಟನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರು.

ಊರೂರು ತಿರುಗಿ- ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದು ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆದು ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಜನರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುವ ಕಾರ್ಯದಿಂದ ನನಗೆ ಅತಿಶಯ ಆನಂದವಾಗಿ ರಾತ್ರಿ ಎಷ್ಟು ದಿನ ನಿದ್ದೆಗೇಡು ಆಗುತ್ತಿತ್ತು. ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಬೃಹತ್ ಗ್ರಂಥ ಪ್ರಕಟಿಸಿ, ೧೨ ರೂಪಾಯಿ ಬೆಲೆ ಇಟ್ಟು ಏಳು ತಿಂಗಳಿಗೆ ಅದರ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರತಿ ಮಾರಾಟವಾಗಿ ಹೋದವು.

ಅದನ್ನು ಮಾರಲು ನಾನು ಪ್ರತಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಊರೂರು ತಿರುಗುತ್ತಿದ್ದೆನು. ಹೆಗಡೆ ಕೈ. ಎನ್. ಕೆ. ಹೆಗಡೆಯವರು ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿದ್ದರು ತಮ್ಮ ಅಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ನಡುಗನ್ನಡ ಕಾವ್ಯದ ಅಚ್ಚುವಿಕೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಈ ಗ್ರಂಥ ಅಚ್ಚು ಮಾಡಿಸಿದರು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ನಾನು ತುಂಬಾ ಕೃತಜ್ಞನು.

ಮೂರೂರಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಮಾರಲು ಹೋದಾಗ ಆಗ ವೈದ್ಯವೃತ್ತಿಯನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ವಿಷ್ಣು ಅಡಕೋಳ ಮಾಸ್ತರರು, "ನೀವು ಇಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆ ಗ್ರಂಥ ತಯಾರು ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ರಾತ್ರಿ ಊಟ ಮಾಡಲೇಬೇಕು" ಎಂದು ಒತ್ತಾಯಿಸಿ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರು. ಮೊಮ್ಮಗಳ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬ ಎಂದು ಹೋಳಿಗೆ ಮಾಡಿದ್ದರು. ನನಗೆ ಹೋಳಿಗೆ ತಿನ್ನಿಸಿ ಈ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥದ ಮೇಲಿನ ಅಭಿಮಾನ ಸೂಚಿಸಿದರು.

ಒಂದು ದಿನ ಅದರ ೧೦ ಪ್ರತಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಕಲ್ಲಬ್ಬಿಗೆ ಹೊರಟಾಗ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಮಿತ್ರರು ಅಲ್ಲಿಯ ವಿ. ಆರ್. ಜೋಶಿ (ಸಂಸ್ಕೃತ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಲೇಖಕರೆಂದು ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾರೆ) ಮತ್ತು ವಿ. ಗೋ. ಭಟ್ಟ ಮೂರೂರು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದರು.

ಕಲ್ಲಬ್ಬಿಯ ಶಂಭು ಮನೆ ತಿಮ್ಮಣ್ಣ ಹೆಗಡೆಯವರು ಒಳ್ಳೆ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯಗಾರರು ಎಂದು ಕೇಳಿ- ಅವರನ್ನು ಅರಸಿ ಹೋದಾಗ ಅವರ ಅಣ್ಣ ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೇರ ಮರಣದ ೧೨ನೇ ದಿನಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿದ್ದರು. ಅಲ್ಲಿ ಹೋದಾಗ ಡಾ. ವಿ. ಜಿ. ಹೆಗಡೆ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರೂ ಬಹಳ ಸಂತೋಷದಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಎರಡು ದಿನ ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡರು. ಡಾ. ವಿ. ಜಿ. ಹೆಗಡೆ ಈಗಲೂ ವೈದ್ಯ ವೃತ್ತಿಜೀವನ ನಡೆಯಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರೂ ಸಹ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಮನಸಾರೆ ಹೊಗಳಿದರು.

ಮೈಸೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಜಾನಪದ ವಿದ್ವಾಂಸರಾಗಿ, ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾಗಿ, ಜನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ಡಾ. ಜಿ. ಶಂ. ಪರಮಶಿವಯ್ಯ ತಮ್ಮ ೬೦ನೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಅಕಾಲಮರಣಕ್ಕೆ ಈಡಾದರು. ಅವರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಬಹಳ ಮೆಚ್ಚಿದರು. ಈ ಗ್ರಂಥವು ಜನಪದ ವೈದ್ಯಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಒಂದು ಮೈಲಿಗಲ್ಲಾಯಿತು.

ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಹವ್ಯಕ ಸಮ್ಮೇಳನ ನಡೆದಿತ್ತು. ನಾನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ನನ್ನ ಈ ಗ್ರಂಥದ ೩೦ ಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಮಾರಲೆಂದು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿದ್ದೆನು. ಅಲ್ಲಿ ಜೇನು

ಸಾಕಾಣಿಕೆಯ ಸಂಘದವರು ನನಗೆ ಒಂದು ಕುರ್ಚಿ ಹಾಕಿ ಕೊಟ್ಟು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಜನರು ಬಂದು ಗ್ರಂಥ ನೋಡಿದರು. ಕೆಲವರು ಕೊಂಡು ಸಮ್ಮೇಳನದ ಸಭೆಗೆ ಪ್ರತಿ ಕೊಂಡೊಯ್ದರು. ನೋಡಿ, ಅದರ ಉಪಯುಕ್ತತೆಯನ್ನು ಅರಿತು ಕೆಲವರು ಬಂದು ಕೊಂಡು ಪುನಃ ಸಭೆಗೆ ಹೋದರು. ೨೦೦ ಪುಟಗಳಿರುವ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ೧೨ ರೂಪಾಯಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದರೂ ನಾಲ್ಕಾರು ಜನರು ಅದನ್ನು ಕೊಳ್ಳದೆ ಮೀನಾ-ಮೇಷ ಮಾಡುತ್ತ ನಿಂತಿದ್ದರು. ನಾನು ಜೇನು ಸಾಕಾಣಿಕೆ ಸಂಘದವರಿಗೆ, 'ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರತಿಗಳು ಖರ್ಚಾದಂತೆಯೇ ಮೂರು ಮಾತ್ರ ಉಳಿದಿವೆ' ಎಂದುದನ್ನು ಕೇಳಿದ ಅವರಲ್ಲಿ ಮೂವರು ೧೨ ರೂಪಾಯಿ ನೀಡಿ ಪ್ರತಿ ಕೊಂಡರು. ಉಳಿದ ಇಬ್ಬರಿಗೆ ಬೇಕೆಂದರೂ ಪ್ರತಿ ಇದ್ದಿರಲಿಲ್ಲ.

ಗ್ರಂಥವು ಹೆಗಡೆಯಲ್ಲಿ ಅಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಅಚ್ಚಾದ ಪುಟಗಳನ್ನು ಮನೆಗೆ ಒಯ್ದು, ಬಹುಶಃ ಅದರಲ್ಲಿದ್ದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ನೋಡಿ ಪುಟ ಹಿಂದಿರುಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಕೆಲವರು. ಹಲವಾರು ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದರೂ ಈ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ಬೇಡಿಕೆ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ಕಾರಣಾಂತರದಿಂದ ಮರು ಅಚ್ಚುವಿಕೆ ಅರ್ಧಕ್ಕೇ ನಿಂತುಹೋಯಿತು.

ಬೆಂಗಳೂರ ಇಂದಿರಾನಗರದ ಒಬ್ಬ ನಿವಾಸಿಯು ಅಲ್ಲಿಯ ಗ್ರಂಥಾಲಯದಲ್ಲಿ 'ಜನಪದ ವೈದ್ಯ' ಓದಿ ಮೆಚ್ಚಿ, ತಾನೂ ಒಂದು ಪ್ರತಿ ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಪತ್ರ ಬರೆದಿದ್ದನು. 'ನಾನು ಇಂಥ ಗ್ರಂಥಾಲಯದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ 'ಜನಪದ ವೈದ್ಯ' ಗ್ರಂಥ ಓದಿದೆ. ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತ ಗ್ರಂಥ. ನಾನು ನಿಮ್ಮ ಎರಡೂ ಪಾದಗಳ ಮೇಲೆ ತಲೆಯಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದ್ದೇನೆ. ದಯವಿಟ್ಟು, ನನಗೆ ಇದರ ಒಂದು ಪ್ರತಿಯನ್ನು ವಿ.ಪಿ. ಮೂಲಕ ನನ್ನ ಕೆಳಗಿನ ಪತ್ತೆಗೆ ಕಳಿಸಿರಿ. ನಾನು ತಮಿಳು ಮಾತಾಡುವವನು. ಕನ್ನಡವನ್ನು ಓದ ಬಲ್ಲೆನು' ಎಂದು ಅವನು ಬರೆದಿದ್ದನು. ವಿ.ಪಿ.ಯಿಂದ ಕಳಿಸಿದ ಯಾವುದೇ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥವೂ ನಿರಾಕರಣವಾಗಿ ಮರಳಿ ಬರಲಿಲ್ಲ.

■

೨. ಜನಪದ ವೈದ್ಯ (ಒಂದು)

"ನಾಡ ಮದ್ದಂ ತಿಂದು ಕೆಡದಿರಬಹುದೇ?" ಎಂದು ಮಹಾಕವಿ ರಾಘವಾಂಕನು ಹರಿಶ್ಚಂದ್ರ ಕಾವ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೇಳಿದ್ದನ್ನು. ಜೀವವುಳ್ಳ ಪ್ರಾಣಿ-ವೃಕ್ಷಾದಿಗಳಿಗೂ ರೋಗಗಳು ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ. ತಮ್ಮಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಉಪಚಾರಗಳನ್ನು ಅವೂ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ತೀರ ಪ್ರಾಚೀನ ಮಾನವನು ಸ್ವಮೂತ್ರ, ಪ್ರಾಣಿ ಮೂತ್ರ, ಮಲ, ಚರ್ಮ ಮುಂತಾದುವನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮಲ-ಮೂತ್ರ, ಅಂಡ- ಕಾಳಿಜ, ಮಾಂಸ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನು ಸವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ತಿನ್ನಲು ನಿಷಿದ್ಧವಾದ ಕಾಗೆಯ ಮಾಂಸದ ಗುಣಾವಗುಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ತೀರಾ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ- ಕಾಡು ಜನರು ಇವನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅವರು ಪಡೆದಿದ್ದ ಅನುಭವಗಳ ಸ್ಮರಣ ಕೋಶದಿಂದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಹೀಗೆ ವಿವರಿಸಿದರೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಷ್ಟೋ ಮದ್ದುಗಳು ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿಯೇ ಶೋಧವಾಗಿ ಚಾಲ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಬಂದವು ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಅನುಮಾನವಿಲ್ಲ. ಸೂರ್ಯನ ಬಿಸಿಲು, ಹರಿವ ನೀರು, ಉಸುಕು ಮುಂತಾದವುಗಳ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪ್ರಾಚೀನರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ಕಂಡುಕೊಂಡರು. ವಿಷಪೂರಿತವಾದ ಕಾಸರಕ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳು- ಅವನ್ನು ಸೇವಿಸಿ ಸತ್ತವರ ಮೂಲಕ ತಿಳಿದುಬಂದು, ಅವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಕ್ರಮಗಳು ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದವು.

ಕಾಕತಾಳಿಯವಾಗಿ ಘಟಿಸಿದ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಕಾರ್ಯ-ಕಾರಣ ಸಂಬಂಧ ಹಚ್ಚಿ, ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಒಂದು ಇನ್ನೊಂದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೆಂದು ಭಾವಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಕೆಲವು ಮಂತ್ರ-ಮಾಟದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೂ, ಔಷಧ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ರೂಢಿಯಲ್ಲಿ ಬಂದಿರಬೇಕು. ದೃಷ್ಟಿದೋಷದ ನಂಬಿಕೆ ಹಾಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಈ ಬಗೆಯವು.

ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ತರದ ಬೆಳೆಗಳೂ ಕಾಡು ಬೆಳೆಗಳೇ ಆಗಿದ್ದವು. ಲವಂಗ, ದಾಲ್ಚಿನ್ನಿ, ಯಾಲಕ್ಕಿ, ಮುಂತಾದ ಮಸಾಲೆ ಗಿಡಗಳೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಭತ್ತ, ಗೋಧಿ ಮುಂತಾದ ಧಾನ್ಯಗಳ ಬೆಳೆಗಳೂ; ಕೇಸರಿ ಗಿಡ, ಚಹಾ, ಕಾಫಿ ಗಿಡಗಳೂ ಎಲ್ಲವೂ ಕೃಷಿ ಬೆಳೆಗಳಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದವು.

ಕಾಡುಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಬೇಟೆಯಾಡುವುದರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾಚೀನ ಮಾನವನು ಅವುಗಳ ಹಾಗೂ ಈ ಕಾಡು ಬೆಳೆಗಳ ವಿವಿಧ ಅಂಗಗಳನ್ನು ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗಾಗಿಯೂ ಬಳಸಲು ಕ್ರಮೇಣ ಕಲಿತನು.

ಎಷ್ಟೋ ಪಿಡುಗುಗಳು ಬಂದರೂ, ನೂರಾರು ಜನರು ಅವುಗಳಿಂದ ಮರಣ ಹೊಂದಿದರೂ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದ ಹಲವರು ಅವುಗಳಿಂದ ಸಾಯದೆ ಉಳಿದು ಮಾನವ ಕುಲವು ನಿರ್ಮೂಲ ಹೊಂದುವುದು ತಪ್ಪುವಂತಾಯಿತು. ಯತ್ನ, ಪ್ರಮಾದ, ಮರಳಿ ಯತ್ನ... ಇವುಗಳಿಂದ ಪರಿಹಾರೋಪಾಯಗಳನ್ನು ಕ್ರಮೇಣ ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಮಟ್ಟಿನ ಯಶಸ್ಸು ದೊರೆವಂತಾಯಿತು. ಇಂಥ ಅನುಭವಗಳು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಲು ನೆರವಾದವು.

ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಔಷಧ ತಿಳಿಯುವ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆ. ದೀರ್ಘಕಾಲದಿಂದ ಆಮಶಂಕೆಯ ಬಾಧೆಯಿಂದ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ಮದ್ದು ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುವ ನನಗೆ, ಒಂದು ದಿನ ನನ್ನ ಸೊಸೆ ಮಾಡಿದ ಕದಂಬ ಬಳ್ಳಿಯ ಹಣ್ಣಿನ (Passion Fruit) ಸಿಪ್ಪೆ ಸಮೇತ ಬೇಯಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಗೊಜ್ಜನ್ನು ಕಲಸಿ ಊಟ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಎಂಟು ದಿನ ಆರಾಮವಾಗಿ ಬೇರೆ ಮದ್ದನ್ನು ತಕ್ಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯ ಕಂಡುಬರಲಿಲ್ಲ. ಬೀಸಿದರೆ ಬಹಳ ಕಹಿರುಚಿಯಾಗುವ ಹಣ್ಣಿನ ರಸದಿಂದ ಪಾನಕ ಮಾಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ರೂಢಿಯಾಗಿತ್ತು. ಇದು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಬಲಕರವೆಂದು ಮಿತ್ರ ಶ್ರೀ ಬಂದೀಸರ ಆನಂದ ಗೌಡರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಈ ಹಣ್ಣು ಆಮಶಂಕೆಯ ಅಮೀಬಾ ಕ್ರಿಮಿಗಳನ್ನು ಸಾಯಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಪಡೆದಿದೆ. ಈ ಕ್ರಮವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ, ರೋಗ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗುವುದೋ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲು ಮುಂದೆ ಅನುಕೂಲವಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಕನ್ನಡ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳು ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ವೈದ್ಯಮನೆತನಗಳ ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದ್ದವು. ಮದ್ರಾಸ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದವರು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದ 'ವಿವಿಧ ವೈದ್ಯಗಳು' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಹಲವು ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳಲ್ಲಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಬಂದಿವೆ. ದ. ಕ. ಪಾಲಾಚೆಯ ಕೈ. ಶಂಕರನಾರಾಯಣ ಭಟ್ಟ ದೈತೋಟ ಇವರ ಮನೆತನದಲ್ಲಿ ತಲೆತಲಾಂತರದಿಂದಲೂ ಬಂದ ವೈದ್ಯವಿಜ್ಞಾನದ ಭಂಡಾರವಿದೆ. ಅವರು ಬರೆದಿದ್ದ ನಾಲ್ಕೈದು ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳು ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದವಂತೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ "ಅಜ್ಜಿ ಮದ್ದು" ಎಂಬ ಗ್ರಂಥವು ಸುಲಭವಾದ ಮನೆಮದ್ದುಗಳ ಸಂಗ್ರಹವೆಂದೂ, ಇನ್ನೂರು ಪುಟಗಳಷ್ಟು

ಇದೆಯೆಂದೂ ಮಿತ್ರ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀನಿವಾಸಮೂರ್ತಿ (ಮೂರ್ತಿ ಮೆಡಿಕಲ್ಸ್, ಸಿದ್ದಾಪುರ) ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಜನಪದ ವೈದ್ಯಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಗ್ರಂಥವಾಗಿದ್ದಿರಬಹುದು.

ಬಿ. ಕೊರಡ್ಕಲ್ ಶ್ರೀನಿವಾಸರಾಯರು ಬರೆದ "ಮನೆ ಮದ್ದು" ಎಂಬ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅವರ ಅಜ್ಜಿ ಹೇಳಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಪಡೆದುದೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಹಿಂದೆ ಈ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಓದಿದ್ದೇನೆ. ಬಹುಶಃ ಐವತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದಿನ ಗ್ರಂಥ.

ಕೈ. ಸೀತಾರಾಮಭಟ್ಟ ಬಡತಿ ಇವರು ಬರೆದು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದ "ಗೃಹ ವೈದ್ಯ" ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಲಾಗಿತ್ತು.

ಸೋಂದಾದ ಕೈ. ರಾಮಭಟ್ಟ ಎಂಬುವರು ಒಂದು ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದರೆಂದು ಸಿರ್ಸಿಯ ಶ್ರೀ ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಬುಳ್ಳ ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದರು. ಆದರೆ, ಇದು ಹಳ್ಳಿಯ ಮದ್ದುಗಳ ಸಂಗ್ರಹವೋ ಏನೆಂಬುದು ಆ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ನೋಡಲಾಗದುದರಿಂದ ತಿಳಿಯಲಿಲ್ಲ.

ಧಾರವಾಡದ ಕರ್ನಾಟಕ ವಿದ್ಯಾವರ್ಧಕ ಸಂಘದ ಮುಖಪತ್ರವಾದ "ವಾಗ್ಭೂಷಣ" ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆಯ ಸಂಚಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ "ಗೃಹ ವೈದ್ಯಕವು" ಎಂಬ ಲೇಖನಮಾಲೆಯು ಪ್ರಕಟವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಆಯುರ್ವೇದದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಕ ವೈದ್ಯರು ಬರೆದ ಸಣ್ಣ ಗ್ರಂಥ.

ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳನ್ನುಳ್ಳ 'ಸಚಿತ್ರ ವಿದ್ಯಾ ಭಂಡಾರ' ಎಂದು ಗದಗದಿಂದ ಪ್ರಕಟವಾದ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯರ ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದು, ಮಂತ್ರ-ತಂತ್ರ-ಯಂತ್ರಗಳ ವಿಷಯಗಳೂ ಇವೆ.

"ಕಾಮಧೇನು", "ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷ" ಹಾಗೂ ಗಣಪತರಾವ್ ಪಟವರ್ಧನ ಅವರ 'ಅನುಭೂತಯೋಗ ಸಂಗ್ರಹ', ಪೂಜ್ಯ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಅವರ "ಸ್ವಯಂವೈದ್ಯ", ಹುಲಿಕುಂತೆ ಮಠದ ಪೂಜ್ಯ ಶಿವಕುಮಾರ ಸ್ವಾಮಿಯವರ "ಆರೋಗ್ಯ ದರ್ಪಣ" ಮುಂತಾದ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೂ ಸೇರಿರುತ್ತವೆ. ಪೂಜ್ಯ ಡಾ. ಎಂ. ಗೋಪಾಲಕೃಷ್ಣರಾಯರ "ಉಪಯುಕ್ತ ಗಿಡಮೂಲಿಕೆಗಳು" ಅನುಭವಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ.

ಶ್ರೀ ಮಳಲಿ ವಸಂತಕುಮಾರ ಅವರು ಜನಪದ ಸಂಗ್ರಾಹಕರ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಶೇಖರಿಸಿ, ೧೯೭೯ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ" ಗ್ರಂಥವು ಕನ್ನಡದ ಈ ದಿಸೆಯ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಗ್ರಂಥವೆಂದು ಮನ್ನಣೆಗೆ ಪಾತ್ರವಾಗಿದೆ. ತಮ್ಮ ವಿಚಾರಪೂರಿತ ಪೀಠಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಮೊಟ್ಟಮೊದಲಿಗೆ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಸ್ವರೂಪ, ಉಪಯುಕ್ತತೆ ಮತ್ತು ಮಿತಿಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇವರು ಹಲವು ಜಿಲ್ಲೆಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿನ ಹಲವು ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಹೆಸರುಗಳು ಬೇರೆಡೆಗಳವರಿಗೆ ತಿಳಿಯುವುದು ಕಷ್ಟ. ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟ ಕಡ್ಲೀರು ಬೇರು ಕಳ್ಳಂಗಡಲೆ (ಬಲಾ).

ಇವರು ತಿಳಿಸುವ ಕೆಲವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು 'ವಿದ್ಯಾ ಸಾಗವಾನಿ ಕುಡಿ ಎಣ್ಣೆಯ ಲೇಪನ' ಮಕ್ಕಳ ನಿದ್ರೆಗೆ; 'ಗರುಗದ ಕುಡಿಕಾಡಿಗೆ' ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದಾಗ ಮದ್ದರಸ ಕೊಡುವುದು; 'ನಂಜುಬಟ್ಟಲು' ಅರೆತಲೆನೋವಿಗೆ ರಾತ್ರಿ ಹೆಪ್ಪಿಟ್ಟು ಅನ್ನ ಸೇವನೆ; ಜಿಗಣೆ ಕಚ್ಚಿದಾಗ ತಿನ್ನುವ ಸುಣ್ಣ-ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪು(ಎರಡು ಇದ್ದಾಗ ಓಕೆ ಸೊಪ್ಪಿಗೇ ಸುಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿ, ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುವುದು ವಿ. ಕ. ಕ್ರಮ.) ಇಂಥ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಬೇರೆಡೆಗಳಲ್ಲೂ ಮಾಡುತ್ತಾ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿದ ಉಪ್ಪಿನ ನೀರನ್ನು ಕಚ್ಚಿದ ಜಿಗಣೆಯ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿದಾಗ ಬೇಗನೆ ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇವರ ಗ್ರಂಥವು ನನ್ನ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳಿಗೆ ಪ್ರೇರಕವಾಗಿದೆ.

ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಣುಕಾ ಭಟ್ಟ ಅವರ "ಊಟ ಬಲ್ಲವನಿಗೆ ರೋಗವಿಲ್ಲ" ಮತ್ತು "ಹಿತ್ತಲ ಗಿಡ ಮದ್ದಲ್ಲ" ಎಂಬ ಗ್ರಂಥಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾದ ಮತ್ತು ರೋಗ ಶಾಮಕವಾದ ಆಹಾರ-ವೈದ್ಯಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಜನಪ್ರಿಯ ಗ್ರಂಥಗಳು. ನಿರೂಪಕರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನಿವರು ತಿಳಿಸಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಡಾ. ಸಿ. ಬಿ. ಪುರಾಣಿಕರ "ಹಿತ್ತಲ ಗಿಡ ಮದ್ದು" ಎಂಬ ಗ್ರಂಥ ಬಂತು.

"ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಅಡಿಗೆ" ಎಂಬ ಶ್ರೀಮತಿ ಶಾಂತಿ ನಾಯಕರ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕವಾದ ಅಡುಗೆಗಳ ಕೆಲವು ವಿವರಗಳಿವೆ.

ಶ್ರೀಮತಿ ಶಾಂತಕುಮಾರಿ ಪಾಟೀಲ ಅವರ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ" ಸಹ ಪರಿಮಿತವಾದ ಪ್ರಯೋಜನವುಳ್ಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಸಂಶಿಯ ಡಾ. ಮುದ್ದೇಬಿಹಾಳ ಅವರು ಎರಡು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ನೀಡಿರುತ್ತಾರೆ.

ಗದುಗಿನ "ಪಶುವೈದ್ಯ ಸಂಜೀವಿನಿ", "ಪಶುವೈದ್ಯ ಚಿಂತಾಮಣಿ" ದ. ಕ. "ಪಶು ವೈದ್ಯ ಸಂಗ್ರಹ" ಮುಂತಾದವು ಈ ವಿಷಯದ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಗ್ರಂಥಗಳು.

ನನ್ನ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ" (೧೯೮೧) ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ೨೨೫ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನರ ಚಿಕಿತ್ಸಾನುಭವಗಳಿವೆ. "ಸುಲಭ ಚಿಕಿತ್ಸೆ", "ರೂಢಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ", "ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ" ಅಲ್ಲದೆ, ಒಬ್ಬರೇ ವೈದ್ಯರು ನೀಡಿದ ಮಾಹಿತಿಯ "ಅನುಭವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ"; ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ನೀಡಿದ ವಿಷಯ ಉಳ್ಳ "ಗಾಂವಠಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ" ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅವರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದ್ದ ಹಲವಾರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ ("ಉದಯವಾಣಿ" ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ಶ್ರೀ ಬನ್ನಂಜೆ ಗೋವಿಂದಾಚಾರ್ಯರೂ ಮತ್ತು ಇಬ್ಬರೂ ಕೂಡಿ ೧೯೮೭ರ ಉತ್ತಮ ಗ್ರಂಥಗಳ ಆಯ್ಕೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ "ಗಾವಂಠಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ" ಸೇರಿದೆ.).

ಪ್ರಕಟವಾದ "ದನಗಳ ವೈದ್ಯ", ಇನ್ನೂ ಪ್ರಕಾಶಕರ ಹತ್ತಿರ ಪ್ರಕಟವಾಗದೆ ಇರುವ "ಪಶುವೈದ್ಯರತ್ನಾಕರ" ಅಲ್ಲದೆ ಸಂಗ್ರಹವಾದ ಮಾಹಿತಿಯೇ ಮೂರು ಗ್ರಂಥ ಸಿದ್ಧತೆಗೆ ಸಾಲುವಷ್ಟಿದೆ.

ಹಲವಾರು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ವನಸ್ಪತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಹೊಸ ಅಂಶಗಳು ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಿದ್ದು, "ವನಿತಾ" ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದ 'ಅಜ್ಜಿಮದ್ದು'ಗಳಂತೆ ಕೆಲವು ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದುಗಳೂ ಅವುಗಳಲ್ಲಿರಬಹುದು.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಮೇಲ್ಮೆ

ಹಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಳಿದು, ಬಹಳ ಹಣ ಖರ್ಚು ಮಾಡಿದರೂ ಗುಣವಾಗದ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ- ವಿಶಿಷ್ಟ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಪಡಿಸಿದ ಹಲವು ನಿದರ್ಶನಗಳು ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ.

ಕೆಲವು ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರು ಅಂಕೋಲಾ ತಾಲೂಕಿನ ಬೆಳಂಬಾರದ ಶ್ರೀ ಬೊಮ್ಮ ಗೌಡರ ಮನೆತನ, ಸಿರ್ಸಿ ತಾಲೂಕು (ಏನಳ್ಳಿ ಸಮೀಪದ), ತೋಟ ಮನೆಯ ಭಟ್ಟರು, ಕೋಣನ ಕಟ್ಟೆಯ (ಸೊರಬ ತಾಲೂಕು-ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಜಿಲ್ಲೆ) ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣರಾಯರು 'ಅರ್ಧಾಂಗ ವಾತ'ಕ್ಕೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧರು.

ಎಲುಬು ಮುರಿತಕ್ಕೆ ಕಾರವಾರದ ತೋಡೂರ ಗೌಡರು; ಎಲುಬು ರೋಗ ತಜ್ಞರು ಜೋಡಿಸಿದ ಎಲುಬು ಸರಿಯಾಗಿ ಹೊಂದದೆ ಅತಿಶಯ ವೇದನೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ತೋಡೂರ ಗೌಡರು ನಡೆಸಿದ ಆಂತರಿಕ ಔಷಧ, ಬಾಹ್ಯ ತೈಲಗಳಿಂದ ನನ್ನ ಮೂರನೇ ಮಗಳ ವೃದ್ಧ ಅತ್ತೆಯವರ ಅತಿಶಯ ವೇದನೆಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿದರು.

ಒಬ್ಬನ ಅಂಗಾಲಿಗೆ ಮುಳ್ಳು ನೆಟ್ಟು ಬೀಗಿ ರಸಿಗೆಯಾಗಿ ಸ್ಥಳೀಕ ಡಾಕ್ಟರರು ತಮ್ಮಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಲಾರದೆ, ದ. ಕ. ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕಳಿಸಿದರು. ಅಲ್ಲಿ ಎರಡು ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿ ವೆಚ್ಚ ಮಾಡಿದರೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ವಿಫಲವಾಗಿತ್ತು. ಕುಮಟಾ ನುಕ್ಕೇರಿಯ ವೃದ್ಧ ವೈದ್ಯ (ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಕಾಲವಶರಾದರು) ದಿ. ನಾರಾಯಣ ಅಂಬಿಗರು ಸಣ್ಣ ಮದ್ದಿನಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದರು.

ಅಡತಾರೆ ವರ್ಗದ ಹಳಚಾರೆ ಎಂಬ ಜಾತಿಯ ಮರವಿದೆ. ಅಡತಾರೆಗೆ ಕರೆ ಹುಲಿಯ ಮರದ ಹಣ್ಣಿನಷ್ಟು ದೊಡ್ಡದಾಗುವ, ಹಣ್ಣಾದಾಗ ಬಿಳಿಯದಾಗುವ ಹಣ್ಣುಗಳಿವೆ. ಆದರೆ, ಹಳಚಾರೆ ಹಣ್ಣು ಅಷ್ಟೇ ದೊಡ್ಡದು. ಹಣ್ಣಾಗುವಾಗ ಜಾಂಬಳಿ (violet) ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿ, ಹಣ್ಣಾದಾಗ ನೀಲಿ ಕಪ್ಪಾಗುತ್ತದೆ. ಟೊಂಗೆಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತು ತಿರುಗಿರುವ ಮೊಗ್ಗುಗಳೂ, ಹೂಗಳೂ ನಸುಗೆಂಪು ನೀಲಿಬಣ್ಣದವು. ಹೂಗಳು ಕಿವಿಯ ಸರಪಳಿಯ ಮುಗುಳುಗಳಂತೆ ಕಾಣುತ್ತವೆ.

ರಾತ್ರಿ ಹಳಚಾರೆ ಸೊಪ್ಪು, ನೆಲ್ಲಿ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಗೂ ಮೆಣಸಿನಕಾಳು ಕೂಡಿಸಿ ಹುರಿದು, ಅರೆದು ಎಲೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಕಟ್ಟಲು, ಮರುದಿನ ಸಣ್ಣ ಮುಳ್ಳುಸಮೇತ ರಸಿಗೆ ಹರಿದುಬಂದು ಗುಣಮುಖವಾಯಿತು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕ್ಷಯರೋಗಕ್ಕೆ ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೇ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪೆಯ ಕಾಲಿನ ಮಟನ್ ಮಾಡಿ ನಲವತ್ತೈದು ದಿನ ತಿನ್ನಿಸಿದ್ದರಿಂದ ಖಾತ್ರಿ ಗುಣವಾಗಿದೆಯೆಂದು ಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವ ಕಿಣಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದು "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ"ದಲ್ಲಿದೆ.

ದೊಡ್ಡಮನೆ ಶ್ರೀ ಪರಮಯ್ಯ ಹೆಗಡೆಯವರ 'ಕಿವಿ ರಸಿಗೆ'ಯ ಭಾದೆ ಹಲವು ದಿನ ಡಾಕ್ಟರರ ಔಷಧಿ ಮಾಡಿದರೂ ಗುಣವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಬಂದೀಸರ ಆನಂದ ಗೌಡರು- ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆ ಸೊಪ್ಪು ಮತ್ತು ಕರಿ ತುಲಸಿ ಎಲೆ ಹಾಕಿ, ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿ ಕಿವಿಗೆ ಹಾಕಲು ಹೇಳಿದರು. ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಯಿತ (ಇದು ನಮ್ಮ "ರೂಢಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಇದ್ದ ಮದ್ದು.).

ಗರ್ಭಿಣಿಯ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಅತಿಶಯವಾಗಿ ಏರಿ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲೇ ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ಉಳಿದು ಹಡೆದರೂ ರಕ್ತದೊತ್ತಡದ ಏರಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಮೃತ ಶಿಶು ಜನನವಾಗಿತ್ತು. ನಮ್ಮ ಬೀಗ ವೆಂ. ಗ. ಭಟ್ಟರು ನನ್ನೊಡನೆ ಊರಕೇರಿ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತ ವೈದ್ಯರ ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ತಿಳಿಸಲು, ಭಾಗವತರು ಗರ್ಭಿಣಿಯ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಪೇಟೆಂಟ್ ಆದ ಕೆಳಗಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಬೀಜ ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದ ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಉತ್ತುತ್ತಿ, ನೇಗಿಲಮುಳ್ಳು, ಕಲ್ಲು ಸಕ್ಕರೆ ಸಮಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಕ್ಕೊಂಡು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರೆದು ಗುಳಿಗೆ ಮಾಡಿ, ಇಲ್ಲವೆ ಪುಡಿಯನ್ನೇ ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಲ, ಸಲಕ್ಕೆ ಎರಡೂವರೆ ಗ್ರಾಂ ಕೊಡಬೇಕು. ಶ್ರೀ ಭಟ್ಟರ ಎರಡನೇ ಮಗಳಿಗೆ ಮತ್ತೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದಾಗ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿದರು. ಶಿಶು ಜನನ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಯಿತು. ಅವರ ಮಗಳು ಚಿ| ಸೌ| ಗೀತಾ ರಮೇಶ ಭಟ್ಟ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ ಇದು ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡಕ್ಕೆ (ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ) ದಿವ್ಯೌಷಧ.

ಒಬ್ಬ ಗೌಡರಿಗೆ ಬಿಕ್ಕಳಿಕೆ ಜೋರಾಗಿ ಡಾಕ್ಟರರ ಮದ್ದು ನಾಟದೆ, ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟರೂ ಗುಣವಾಗದೆ ತಿರುಗಿ ಕರೆತಂದಾಗ- ಸಾಸಿವೆಯನ್ನು ಅರೆದು, ಎದೆಯ ಎರಡೂ ಪಕ್ಕಗಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಲು ಬಿಕ್ಕಳಿಕೆ ಗುಣವಾಯಿತಂತೆ.

ಹಸ್ತಪ್ರತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆದಿಟ್ಟಿದ್ದ ಸುಲಭ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು. ನನ್ನ ಬಳಿ ಕೆಲವು ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳ ಸುಲಭ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ. ಹಲವು ನಷ್ಟವಾಗಿರಬೇಕು. ಕೆಲವು ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳುಳ್ಳ ಜನರು ಅವನ್ನು ತಾವು ಉಪಯೋಗಿಸದಿದ್ದರೂ ಇತರರಿಗೆ ನೋಡಲು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಕೆಲವು ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಹಾಗೂ ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದುಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೂ ಉಂಟು. ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಹಲವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ತುಂಬಾ ಸರಳವಾಗಿವೆ. ಮಹಾವ್ಯಾಧಿಗಳೂ ಇವುಗಳಿಂದ ನಿಜವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುವವೇ ಎಂಬ ಸಂದೇಹ ಬಂದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗದು.

ಉದಾ:- ಸಮುದ್ರ ಫಲದ ಬೀಜವನ್ನು ನರ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಅರೆದು ನಸ್ಯ ಮಾಡಲು ಸಕಲ ತರದ ಹಾವಿನ ವಿಷಹರ; ಇದು ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕವಾಗಿ ವಿಷ ಏರಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆದು, ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಮಯಾವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಜಲೋದರಕ್ಕೆ: "ಕಕ್ಕೆಯ ಮರದ ಕುಡಿಯರೆದು ಹುಣಿಸೇಹಣ್ಣನ್ನು ಮೆಲಲು ಜಲೋದರ ಮಣ್ಣು". ಜಲೋದರವು ಬೇರೆ ರೋಗದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬುವ ರೋಗ. ಇದನ್ನು ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರೂ ಇದರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯ ಮೂಲರೋಗಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಗತ್ಯ.

ಏಡಿ ಹುಣ್ಣಿಗೆ: "ಔಡಲ ಮೊಗ್ಗೆ ಅಂಬಿಲ(ಹುಳಿ ಮಜ್ಜಿಗೆ)ದೊಳಗಣ್ಣ ಅಕ್ಕಿ ಮತ್ತು ಜೀರಿಗೆ ಹಾಕಿ, ಅಂಬಿಲ ಹಲರೆದ ಮತ್ತೆ ಏಡಿ ಹುಣ್ಣು ಮಣ್ಣು" ಇದೆ. ಇದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಎಂಬ ಏಡಿ ಹುಣ್ಣು ಆಗಿರದೆ ಏಡಿ (ಎಸಡಿ) ಬಾವು ಎಂಬ ಕಾಲ್ಬೆರಳ ಊತ.

ರಕ್ತ ಕಾರಾಟ: ಇದಕ್ಕೆ "ಕಿರುಸಾವೆ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ಅಕ್ಕಿ ಗಂಜಿಯಲರೆದು ಕುಡಿಯಬೇಕು" ಎಂದಿದೆ; ರಕ್ತವಮನ ಗಂಭೀರಸ್ವರೂಪದ್ದಾಗಿದ್ದು, ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅದನ್ನು ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕವಾಗಿ ತಡೆಯುತ್ತದೆ. ಮೂಲ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬೇಕು.

ಧನುರ್ವಾತ: ಆಳವಾದ ಗಾಯದಲ್ಲಿ ಟಿಟೇನಸ್ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಸೇರಿ ಆಗುವ ಗಂಭೀರ ರೋಗ. ಜೇನು, ಅಲ್ಲ (ಶುಂಠಿ) ರಸ, ಸೈಂದವ ಲವಣ, ಹಿಪ್ಲಿ (ಸಣ್ಣದು) ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ, ಪಾಂಡುರೋಗ, ಕಾಮಾಲೆ, ಹೊಟ್ಟೆಯುಬ್ಬರ, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯ ಮೊಳೆ, ಅಪಸ್ಮಾರ, ಧನುರ್ವಾಯು ಪರಿಹಾರ ಎಂದಿದೆ.

ಮೆದುಳಿನಿಂದ ದೂರವಾದ ಗಾಯದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದ ಕ್ರಿಮಿಗಳಿಂದ ತಡವಾಗಿ ಕೆರಳಿದ ರೋಗ ಇದರಿಂದ ಗುಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ತೀವ್ರ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಕೆರಳಿದರೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅಗತ್ಯ.

ಸೌಮ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯ ರೋಗದಲ್ಲೂ ರೋಗಿಯನ್ನು ಕತ್ತಲ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿರಬೇಕು, ವಾತನಾಶಕ ತೈಲದ ಬಸಿ ಕೊಡಬೇಕು. ಉಳಿದ ರೋಗಗಳೂ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಪಥ್ಯಕ್ರಮದ ಮೇಲೂ ಉಂಟು.

ಹಳ್ಳಿಯ ಮದ್ದು- ರೋಗ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೂ, ರೋಗ ಸಾಧಾರಣ ತರದಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗಿದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಅನುಭವ. ಆದರೆ,

ಸರಿಯಾದ ಪಥ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದಾಗ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಮಹಾರೋಗಗಳೂ ಗುಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇದ್ದೇ ಇವೆ. ಸೌಮ್ಯರೋಗಕ್ಕೆ ಪಥ್ಯಕ್ರಮವೇ ಗುಣಕಾರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೂ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಉದಾ.: ಒಂದು ಹಸ್ತಪ್ರತಿಯಲ್ಲಿ ಮೂಲದ ಮೊಳೆಗೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದಕೂಡಲೇ ಅರ್ಧ ಪಾವು ಮಜ್ಜಿಗೆಯನ್ನು ೧೫-೨೦ ದಿನ ಕುಡಿಯಲು ಗುಣ ಎಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಮೊಳೆ ಅಡಗಲು ಈ ಅನುಪಾನ ಮತ್ತು ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯ ಮೊಳೆ ಅದೇ ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಸುರುವಾದಾಗ ಮೂಲಂಗಿಯ ಹಲ್ಲೆಯನ್ನುಣ್ಣುವುದೇ ಮೊಳೆ ಕರಗಲು ಸಾಲುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ "ರೂಢಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ" ಮತ್ತು ಇತರ ಗ್ರಂಥಗಳ ತೀರ ಸರಳವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಗೆ ಪಥ್ಯಕ್ರಮ (ಮತ್ತು ಇತರ ಉಪಚಾರ) ತಿಳಿಸಿದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಜೊತೆಯ ಪಥ್ಯೋಪಚಾರದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ.

'ಗೊನೊರಿಯಾ' ಎಂಬ ಗರ್ಮಿರೋಗಕ್ಕೆ ಸುಲಭ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ ಕಠೋರ ಪಥ್ಯ ಮಾಡಿದರೆ ಈ ರೋಗವು ಪುನಃ ಇಡೀ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಬಾಧಿಸಲಾರದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಬಿಳಿ ನೇರಲು ಮರಕ್ಕೆ ಉದ್ದ ಎಲೆಗಳು, ಬಿಳಿ ಛಾಯೆ ಅವಕ್ಕಿದೆ, ಹಣ್ಣು ಹದಾ ಪ್ರಮಾಣದ್ದು; ದೊಡ್ಡವೂ ಅಲ್ಲ; ಸಣ್ಣವೂ ಅಲ್ಲ. ಅದರ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಕಲ್ಲಿನಿಂದ ಜಜ್ಜಿ ತೆಗೆದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕುಟ್ಟಿ, ನುಣ್ಣಗೆ ಮಾಡಿ, ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯ ತುರಿ ಹಿಂಡಿದ ತಂಬಾಲಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೇ ಎಳನೀರು (ಬೋಂಡಾ) ನೀರಿನಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಮೂರು ದಿನ ಕೊಡಬೇಕು.

ಪಥ್ಯ: ಕುಚ್ಚಿಗೆ ಅಕ್ಕಿ ಗಂಜಿ ಮತ್ತು ಹಾಲು. ಕಾಫಿ, ಚಹಾ, ಬೀಡಿ ಸಿಗರೇಟು, ಉಪ್ಪು ಮೂರು ದಿನ ವರ್ಜ್ಯ. ಮತ್ತೇನನ್ನೂ ತಿನ್ನಬಾರದು. ಗುಣವಾದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಅಂಥ ರೋಗಿಯ ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡದಿರಬೇಕು.

ತೊನ್ನು ರೋಗವು ಸಣ್ಣವರಿಗೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆದಾಗ ಅವರ ಮದುವೆಯ ಸಮಸ್ಯೆ ತೀರಾ ಕಠಿಣವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸುವುದು ಬಡವರಿಗಂತೂ ತೀರ ಅಶಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಲಹರಣ ಮಾಡದೆ ಬೇಗನೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿದರೆ ಗುಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗುಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿದೆ. ಕೆಳಗಿನ ಹಸ್ತಪ್ರತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಬಿಲ್ವ ಮರದ ಹಣ್ಣಿಗೆ ರಂದ್ರ ಮಾಡಿ, 'ಮುಗ್ಗು ತುಪ್ಪ' ಅಂದರೆ ತೀರಾ ಹಳೆಯ ದುರ್ವಾಸನೆಯ ಆಕಳ ತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಮೇಲೆ ಅನ್ನವನ್ನು ಸುತ್ತಲು ಕಟ್ಟಿ ಸೋರದಂತೆ ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ರಂಧ್ರವಿರುವಂತೆ ಅಡಿಗೆ ಒಲೆಯ ಬೆಂಬೂದಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಹೊತ್ತು ಇಟ್ಟು,

ಬೆಳಗ್ಗೆ ಒಡೆದು ಒಳಗಿನ ಹಣ್ಣನ್ನು ಕಡಲೆಕಾಳಿನಷ್ಟು ತಿಂದು ಉಳಿದ ಅಂಟನ್ನು ತೊನ್ನಿಗೆ ಲೇಪಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮೂರು ದಿನ ಮಾಡಲು ತೊನ್ನು ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಪಥ್ಯ: ಅತಿ ಹುಳಿ, ಅತಿಕಾರ, ಅತಿ ಉಪ್ಪು, ಬೆಲ್ಲ, ಮೀನು ಮತ್ತು ಹಾಲು ಕೂಡಿಸಿ ಸೇವಿಸುವುದು; ತೆಂಗಿನೆಣ್ಣೆ ಲೇಪನ ಕೂಡದು. ಪಥ್ಯ- ವಿಟಮಿನ್ ಯುಕ್ತ ತಾಜಾ ಆಹಾರ, ಮೊಳಕೆ ಧಾನ್ಯ- ಹಣ್ಣು ಪಥ್ಯ.

ಕಾಮಾಲೆಗೆ ಅಲೋಪಥಿ ಔಷಧಗಳಿಂದ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗಲು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮೂರು ತಿಂಗಳು ಬೇಕು. ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿಸಿದ್ದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಭಂಡಾರದ ಮ. ಅನಂತಮೂರ್ತಿಯವರ ಮೊಮ್ಮಗನನ್ನು ಹಿಂಕರೆಸಿಕೊಂಡು ಬಂದೀಸರ ಆನಂದ ಗೌಡರು ಒಂಬತ್ತು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣ ಮಾಡಿದರು.

ಕೆಲವು ಯಶಸ್ವಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು

'ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದುಗಳಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಕೋಶವು ಕೆಳಗೆ ಸರಿದುದಕ್ಕೂ, ಕಠಿಣ ಪ್ರದರಕ್ಕೂ ಅತಿ ಖಾತ್ರಿಯಾದ ಔಷಧವೆಂದರೆ- ಮಂಜುಗುಣಿಯ ಸಮೀಪದ ಕಲ್ಲಳ್ಳಿ ಶಾಸ್ತ್ರಿ ಎಂದು ಪ್ರಖ್ಯಾತರಾಗಿರುವ ವೃದ್ಧ ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದ ಯಾವುದೇ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿಯೂ ಕಾಣದ ಔಷಧ. ಈ ವನಸ್ಪತಿಯು ನೆಲ (ಕಿರು) ನೆಲ್ಲಿ, ಭ್ರೂಮ್ಯಾಂಕಲಕೀ ಗಿಡದ ಹಾಗೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಅಷ್ಟು ಎತ್ತರವು ಬೆಳೆಯದೆ ಕಿರುಗಿಡವಾಗಿದೆ. ಹಿತ್ತಲುಗಳಲ್ಲೂ, ಗದ್ದೆ ಹಾಳಿಯ ಮೇಲೆಯೂ ಬೆಳೆದ ಗಿಡಕ್ಕೆ ತೊಗರಿಬೇಳೆಯಷ್ಟು ಚಿಕ್ಕ ವರ್ತುಲಾಕಾರದ ಎಲೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಟೊಂಗೆ ಕೆಂಪು ಛಾಯೆಯದು; ಸ್ವಲ್ಪ ಹಸಿರು ರೀತಿಯ ಎಲೆ, ಮೇಲ್ಭಾಗ ಕೆಂಪು ಛಾಯೆಯದು.

ಇದು ಬಳ್ಳಿ ಎಂದರೂ ಗಿಡವೆಂದರೂ ತಪ್ಪಲ್ಲ. ಬೇರನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಇದರ ಸಹ ಮೂಲವನ್ನು ಒಂದು ಸಲಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಬಾಳೆ ಎಲೆಯನ್ನು ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿದು ಬಿಸಿಯಾಗಲು ತಂದು ಅದರಲ್ಲಿ ಈ ವನಸ್ಪತಿಯನ್ನಿಟ್ಟು ಪೊಟ್ಟಣ ಮಾಡಿ, ಮೇಲೆ ಮಣ್ಣನ್ನು ಮೆತ್ತಿ ಬೆಂಬೂದಿಯಲ್ಲಿ ಹದಿನೈದು ಮಿನಿಟು ಹುಗಿಯಬೇಕು, ತೆಗೆದು ಆಕಳ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು, ಹಸಿದಿರುವಾಗ ದಿನ ಒಮ್ಮೆಯಾದರೂ (ಎರಡು ಸಲ ಸಹ) ಕುಡಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ನಲ್ವತ್ತೆಂಟು ದಿನ ಕೊಟ್ಟರೆ ಗರ್ಭಕೋಶ ಸ್ವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಸರಿಯುತ್ತದೆ. ಕೆಂಪು ಪ್ರದರವೂ, ಬಿಳಿ ಸೆರಗೂ ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಏಡಿಗಂತಿ (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್)ಗೆ ಅಲ್ಲ.

ಬೇರನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಉಳಿದ ಭಾಗ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕೆಂದು ಹೇಳಿರುವುದಕ್ಕೆ ಈ ವನಸ್ಪತಿಯನ್ನು ಬೇರುಸಹಿತ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಇದು ದುರ್ಮಿಳವಾಗುವುದೆಂಬುದೇ

ಕಾರಣವಾಗಿರಬೇಕು. ಬೇರು ಮತ್ತು ಬುಡದ ದಂಟನ್ನಿಟ್ಟು ಕತ್ತರಿಸಿದರೆ ಗಿಡ ಮತ್ತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ನೆಲನಲ್ಲಿಯೂ ಇದರಂತೆಯೇ ಶಕ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿದ್ದು, ಧಾತು ಪೌಷ್ಟಿಕವೂ ಬಿಳಿ ಪ್ರದರವನ್ನು ಗುಣ ಮಾಡುವುದೂ ಆಗಿದೆ. ಇದು ಹೆಚ್ಚು ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ವನಸ್ಪತಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ನೋಡಬಹುದು.

ವೈದ್ಯ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತರು ಮೇಲಿನ ಕೆಂಪು ಛಾಯೆಯ ಗಿಡವು 'ತಾಳೀಸಪತ್ರೆ' ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ, ಈ ಕುರಿತು ನನಗೆ ಸಂದೇಹವಿದೆ.

ಸರ್ಪಸುತ್ತು, ಅಲೋಪಥಿ ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ಗುಣವಾದರೂ ಬಹಳ ವೆಚ್ಚದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅದು. ಆದರೆ, ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತಿದ್ದು ಇಂಥ ಹಲವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ:

ರಾಗಿ ಮತ್ತು ಎಳೆ ದಂಟು ಸಹಿತ ಬಸಳೆ ಸೊಪ್ಪು ಜಜ್ಜಿ ಅರೆದು ಹಚ್ಚಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸೂಕ್ಷ್ಮ (ಜಿನುಗು) ಕೆಮ್ಮಣ್ಣನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಯಿಸಿ ರಾತ್ರಿ ಇಟ್ಟು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮೇಲಿನ ಹಣಿ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿದರೆ ಉರಿಮೂತ್ರ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹುಣ್ಣಿನ ಸುತ್ತಲೂ ತಗಣೆಯ ರಕ್ತ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಹುಣ್ಣು ಒಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಜರಡಿ ಹುಣ್ಣು(carbencle) ಒಂದು ರಂಧ್ರ ಇಲ್ಲವೇ ಬಹಳ ರಂಧ್ರಗಳಾಗಿ ಮಾಯದೆ, ಬಹಳ ವೇದನೆ ಕೊಡುವ ರಾಜಗುರು. ಇದಕ್ಕೆ ಹಳ್ಳಿಯ ಮದ್ದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಗರಸತ್ತ (ಸಂ. ಬರಪತ್ರ) ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಕಲ್ಲಿನಿಂದ ಜಜ್ಜಿ ತೆಗೆದು, ಕಲ್ಲಿನಿಂದಲೇ ಅರೆದು ರಸ ತೆಗೆದು ಹಚ್ಚಬೇಕು.

ನಾಡೀವ್ರಣ ಅಂದರೆ ನರನಾಡಿ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಎಲುಬಿನಿಂದ ಕೀವು ಹೊರಟು ಬಂದು ಹರಿಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಉಳಿದ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಗಳಲ್ಲಿ ಗುಣಪಡಿಸಲು ದೀರ್ಘಕಾಲ ಬೇಕಾದೀತು.

ದೊಡ್ಡಮನೆಯ ಶ್ರೀ ಶೇಷಪ್ಪ ಹೆಗಡೆಯವರು ಕೆಸವೆ (ಕೆಸು, ಶಾಂವೀ) ಎಲೆಗಳ ವಡೆ ಮಾಡಿ, ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರೆದುದನ್ನು ದಿನಾ ತಿನ್ನಲು ಕೊಟ್ಟು, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ- ಕೆಸವೆ ದಂಟು- ಮಸಾಲೆ ಸೇರಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಪಲ್ಯವನ್ನು ದಿನವೂ ಊಟದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದರೆ ಒಂದು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಗುಣವಾಗುವುದೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಫಿಸ್ಟುಲಾ (ಭಗಂಧರ) ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂದು ಹೇಳಿ ಇದನ್ನು ತಿಳಿಸಿರುವುದರಿಂದ, ಫಿಸ್ಟುಲಾ ರೋಗಿಗಳು ಹೋಮಿಯೋ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಈ ಆಹಾರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಡ್ಡಿಯಿಲ್ಲ. ಅಲೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಫಿಸ್ಟುಲಾಕ್ಕೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡಕ್ಕೆ ಬಿಳಿ ಮುರುವಿನ (ಮುರುಗಲ) ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆಗಳನ್ನೊಣಗಿಸಿ (ದೊರೆವಾಗ ಹಸಿ ಸಿಪ್ಪೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.) ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮಣ್ಣಿನ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ಸಿಪ್ಪೆ ನೆನೆಯಿಸಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದು, ಮರುದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಹಸಿದಿದ್ದಾಗ ಕಿವುಚಿ ಸೋಸಿ, ಅದಕ್ಕೆ ಹಾಲನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಕುಡಿದರೆ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಪರಿಣಾಮವಾಗುವುದೆಂದು ಮಕ್ಕಳ ತಾಯ್ಮನೆ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀಪಾದ ಹೆಗಡೆಯವರು ನನಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಬಿಳಿಮುರುವಿನ ಸೊಪ್ಪು ಸಿಗುವುದು ಕಷ್ಟ. ಅದರಿಂದ ಕೆಂಪು ಮುರುವನ ಹಣ್ಣು ಸಿಪ್ಪೆಯ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಕೆಲವು ದಿನ ನಡೆಸಿ, ಶ್ರೇಷ್ಠ ಕಲಾವಿದ ಕೆರೆಮನೆ ಶ್ರೀ ಮಹಾಬಲ ಹೆಗಡೆಯವರು ಮುಂದೆ ಅದು ದೊರೆಯದಿರಲು ಗುಳಿಗೆ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರು. ಮುರುವನ ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆ 'ಆಮಸೋಲ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಗ್ರಂಥೆ (ಗ್ರಂಧಿಗೆ) ಅಂಗಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತವೆ.

ವಾಯು ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಹಳೇ ಮೊಗೆಕಾಯನ್ನು ಬೆಂಬೂದಿಯಲ್ಲಿ ಹುಗಿದು, ರಸ ತೆಗೆದು, ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ ಹಸಿದಿದ್ದಾಗ ಕುಡಿಯುವುದು ಭಾರೀ ಪೇಟೆಂಟ್ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ.

ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ರಕ್ತಬಲ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದು, ನಂಜಿನ ಪ್ರಕೃತಿಯುಳ್ಳವರಿಗೆ ಪಾದದಲ್ಲಿ ನಂಜಿನ ಕ್ರಿಮಿಗಳು ಸೇರಿ ತೀರಾ ತುರಿಯಾಗಿ ಆಮೇಲೆ ರಸಿಗೆಯಾಗಿ ಬೀಗುತ್ತದೆ. ಜನರು ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಮುಲಾಂ ಹಚ್ಚಲು ಖರ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಸಾಗುವಾನಿ (ತೇಗ) ಎಲೆಗಳನ್ನು, ಮೆಣಸಿನಕಾಳ ಪುಡಿಯನ್ನೂ, ಅರಿಸಿನ ಪುಡಿಯನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಈ ಬಾಧೆಯು ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಖ ದುರ್ಗಂಧಕ್ಕೆ ಹಲವು ಕಾರಣಗಳಿವೆ. ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕವಾಗಿ ಈ ತೊಂದರೆಯು ಬಡೆಸೋಪನ್ನು ಅಗಿವುದರಿಂದಾಗಲಿ, ಸೈಂದವ ಲವಣದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಬಾಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದಲಾಗಲಿ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ (ಹಲ್ಲು, ಟಾನ್ಸಿಲ್ ಮತ್ತಿತರ ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬೇಕು.).

ಮಾದಲ ಹಣ್ಣಿನ ರಸವನ್ನು ಜೇನುತುಪ್ಪ ಇಲ್ಲವೆ ಸ್ವಲ್ಪ ತುಪ್ಪವನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ ಹಲವು ದಿನ ಹಸಿದಿದ್ದಾಗ ತಿಂದರೆ ಅಜೀರ್ಣವು ಕಾರಣವಾಗಿ ಆದ ದುರ್ಗಂಧ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಮುಖದ ಬಂಗು (ಕಲೆ) ಕಿರು ಕಡಲೆಯನ್ನು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಹರಿದು, ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ಮೂರು ದಿನ ಮೋರೆಗೆ ಹಚ್ಚಿ ತಿಕ್ಕಿದರೆ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ದಿನವೂ ಸಹ ಹಚ್ಚಬಹುದು.

ಮಲ-ಮೂತ್ರ ಕಟ್ಟಿ ಗಂಭೀರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗನಿಗೆ ಗುಣ ಮಾಡಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹಳೇ ಮೊಗೆ ಕಾಯಿ ಬೇಕು. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನಿಟ್ಟು, ಅದರ ಮುಖಕ್ಕೆ ಅರಿವೆಕಟ್ಟಿ ಒಲೆಯ ಬೆಂಕಿ ಮೇಲಿಟ್ಟು, ಅದರ ಮೇಲೆ ಇಡಿ ಮೊಗೆ ಕಾಯನ್ನು ಇಟ್ಟು ಮುಚ್ಚಳ ಹಾಕಿ ಬೇಯಿಸಬೇಕು. ಅದರ ರಸ ತೆಗೆದು ಒಂದೊಂದು ಸೌಟು ಆಗಾಗ ಕುಡಿಸುವುದು.

ಹಳೆಯ ಕಿವಿನೋವು ರಸಿಗೆಗೆ ನಾಯಿ ಮೂತ್ರವನ್ನು ಹಾಕಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಕುರುವಾದರೆ ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ತೆಂಗಿನ ಬೇರನ್ನು, ಒಂದು ಬಿಳಿ (ಬೋಳು) ಮೆಣಸಿನ ಕಾಳನ್ನು ಚಚ್ಚಿ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ, ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿ ಕಿವಿಗೆ ಹಾಕಿದರೆ ಕುರು ಒಡೆದು ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅರೆ ತಲೆನೋವಿಗೆ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆ ಎಲೆಗಳನ್ನರೆದು ಎರಡು ಬಿಂದು ರಸ ತೆಗೆದು ಕಣ್ಣಿಗೆ ತಾಗದಂತೆ ಮೂಗಿಗೆ ಹಾಕಬೇಕು.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಅರಿಸಿನ ಕಾಮಾಲೆ, ಗರ್ಭಿಣಿಯ ಚಿಳಿಜಡ ಎಂಬ ತೀವ್ರ ಅನಿಮಿಯ, ಲೂತಿ, ಇಸಬು, ಗಂಡಮಾಲೆ, ಪಿನಸಿ (ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲವಾಗಿರದಿದ್ದರೆ ಗುಣ), ಮುಟ್ಟುದೋಷ(ರಿಕೆಟ್ಸ್), ಸುಟ್ಟ ಗಾಯ, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ, (ಮೊಳೆ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ, ಗುದಬ್ರಂಶ, ರಕ್ತ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ), ಆಮಶಂಕೆ, ಆಣಿ, ಕಲ್ಲೋತ್ತು, ಸಾಮಾನ್ಯ ಧಾತು ದೌರ್ಬಲ್ಯ, ಕಪ್ಪಡೆ, ಮೂಗು ರಕ್ತ, ಮೊಲೆ ಬೀಗು, ಪಿತ್ತಗಾದರಿ, ಪಿತ್ತ ವಿಕಾರದ ತಲೆತಿರುಗುವಿಕೆ, ಅಗ್ನಿಸರ್ಪ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಉರಿಮೂತ್ರ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಮೂತ್ರ ಕಟ್ಟು, ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳೆಯದ ಅಶ್ಮರೀ (ಮೂತ್ರ ಕಲ್ಲು), ಕೂದಲುದುರುವಿಕೆ (ಇಂದ್ರಲುಪ್ತ), ಅಕಾಲದ ಕೂದಲು ನೆರೆ, ಏಡಿ ಬಾವು, ಇತರ ಹಲವು ತರದ ಬಾವುಗಳು, ಅಗ್ನಿಸರ್ಪ, ಗೋಣಿ ದಡಾರ, ಗೊಬ್ಬರ, ಮಲೇರಿಯಾ, ಉರಿಶೀತಜ್ವರ (ಫ್ಲೂ) ಮತ್ತು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರೆ ಇನ್ನೂ ಹಲವಾರು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಬಲ್ಲದು.

ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಧುಮೇಹ, ಸಾಮಾನ್ಯ ತಲೆನೋವು, ಸಾಮಾನ್ಯ ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ ಮುಂತಾದ ಅವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಹಳ್ಳಿಮದ್ದುಗಳು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಗಳಾಗಿವೆ. ಆದರೆ, ಇವು ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪದ್ದಾಗಿರುವಾಗ ಹಳ್ಳಿಮದ್ದುಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ಮಾಡುತ್ತಿರಬಾರದು. ಆಗಲೂ ಇವು ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ.

ಇನ್ನೊಂದು ವಿಷಯ: ಜನಪದ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಭಾರೀ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಗಳಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ ವೈದ್ಯರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೂ ಅಷ್ಟೇ ಉತ್ತಮವಲ್ಲ.

ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪದ ರೋಗಗಳಾದ ಏಡಿಗಂತಿ, ಕ್ಷಯರೋಗ, ವಿಷಮ ಜ್ವರ,

ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ, ಮೆದುಳಿನ ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಅರ್ಧಾಂಗವಾತ ಅತಿಶಯ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗಿ ರಕ್ತ ಪೂರೈಸದಿದ್ದರೆ ಮರಣ ಬರುವಂತೆ ಅಪಘಾತದ ಸಂದರ್ಭ, ದೊಡ್ಡ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆಳವಾಗಿ ಸುಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಮಣಿವಂಥ ಕೆಲವು ರೋಗ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಸಿಸ್ಟ್, ಟ್ಯೂಮರ್, ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ದೊಡ್ಡ ಕಲ್ಲು, ಗರ್ಭಿಣಿಯ ವಿಶೇಷ ತೊಡಕುಗಳಿಂದ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಲೇಬೇಕಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ; ಶಿಶುವನ್ನಾಗಲಿ, ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಬೀಳದ ಮಾಸನ್ನಾಗಲಿ ನುರಿತ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ತೆಗೆಯಬೇಕಾದ ಸನ್ನಿವೇಶ, ಪುಷ್ಕ ಸಾವರಣ ಶೋಥ (ಪ್ಲೂರಿಸಿ). ಉಂಡಕಪುರ್ಚವಿದ್ರಧಿ ಹುಚ್ಚು ನಾಯಿ ಕಡಿತ... ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬೇಕಾದೀತು.

ರಕ್ತದೊತ್ತಡದ ಪರಿಣಾಮವಾದ ಅರ್ಧಾಂಗವಾತದಲ್ಲಿ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಸಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಂದಿಗೆ ಯೋಗ್ಯ ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದನ್ನೂ ಮಾಡಬೇಕು.

ಅನುಭವಿಕರಿಂದ ತಿಳಿದು, ನನ್ನ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದ ಹಲವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಆಮೇಲೆ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಕಟವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಚಾರ ಪಡೆದವು. ಅವರಿಗೆ ಬೇರೆ ಆಧಾರಗಳು ದೊರಕಿರಬಹುದು.

ಮಧುಮೇಹದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ನಾನು ವನಸ್ಪತಿ "ಗುಡಮಾರಿ" ಎಂದು "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದಾಗ, ನನಗೆ ಕೆರೆಕೊಪ್ಪದ ಶ್ರೀ ಜಾಣ ಮಂಜಪ್ಪನವರ ಅನುಭವ ಮಾತ್ರ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ಆಮೇಲೆ ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಹತ್ತಿದ ಮೇಲೆ ಅದಕ್ಕೆ 'ಮಧುನಾಶಿನೀ' ಎಂಬ ಹೆಸರು ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲೇ ಇರುವುದು ತಿಳಿದುಬಂತು. ಕನ್ನಡ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಹೆಸರಿನಿಂದಲೇ ಈ ವನಸ್ಪತಿ ಪ್ರಚಾರ ಪಡೆಯಿತು.

ಇದರ ಎಲೆಗಳನ್ನು ತಿಂದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಸಕ್ಕರೆ (ಸಿಹಿ) ರುಚಿ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಸಕ್ಕರೆ(ಸಿಹಿ)ಯನ್ನು ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕವಾಗಿ ಜೀರ್ಣಿಸುವುದರಿಂದಲೇ ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಇದು ಔಷಧಿಯಾಗಿದೆ. ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ ಬಹಳ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಇದರ ಎಲೆಗಳ ಕಷಾಯವನ್ನು ಕುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದು, ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾದ ಮೇಲೆ ವಾರಕ್ಕೆ ಎರಡು ದಿನ ಇದರ ಬೇರಿನ ಕಷಾಯ ಕುಡಿದರೆ ಸಾಕು. ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಇದರ ಬೇರನ್ನು ನಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ತೈದು ತಿಕ್ಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಒಬ್ಬರ ಅನುಭವ ಆ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೆನು.

ಮಧುಮೇಹದಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯ ಪುಷ್ಪ ಗಿಡದ ಏಳೆಂಟು ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ, ಅಗಿದು ನುಂಗುವುದು ಪ್ರಯೋಜನಕರವಾಗಿದೆ. ಇದು ಒಬ್ಬ ಮಲಯಾಳಿ ಹೇಳಿದ ಪ್ರಯೋಗವಂತೆ ಎಂದು "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ"(ಪುಟ ೧೫೦)ದಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದುಂಟು.

ನಿತ್ಯ ಪುಷ್ಪ, ಕಾಸಿ ಕಣಗಿಲೆ, ನಿಚ್ಚು ಕಣಗಿಲೆ (No perivinaal) ಎಂದೂ ಹೇಳುವ ಈ ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳು ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡಕ್ಕೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ (ತರಂಗ).

ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶ ಅಧಿಕವಾಗಿದ್ದು, ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶ ಕಾಣದಿದ್ದ ಪ್ರಸಂಗವು ಗಂಡಾಂತರಕಾರಿಯೇ ಆಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಏಕನಾಯಕ ಗಿಡದ ಬೇರು' ಉತ್ತಮವೆಂದು "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ"ದಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ. ಏಕನಾಯಕ, ಸಂಸಪ್ತರಂಗೀ, ಸಪ್ತಕಪೀ, ಮೇಹಾರೀ ಈ ವನಸ್ಪತಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಹಣಚೆ ಎಂದೂ ಹೆಸರಿದೆ. ಇದು ಒಂದೇ ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶವನ್ನು ಇಳಿಸುವುದಾದರೂ ಜತೆಗೆ ನೇರಿಲ ತೊಗಟೆ, ಗುಡಮಾರಿ, ಬಿಲ್ವದೆಲೆ ಸೇರಿಸಿ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಏಕನಾಯಕ ಏರಿದ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ಇಳಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮ್ಮ "ರೂಢಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿದೆ. ತೀರಾ ಅಧಿಕ ತೊಂದರೆ ಇಲ್ಲದ ಈ ಎರಡು ರೋಗಬಾಧೆಯುಳ್ಳವರು ಮೇಲ್ಕಂಡ ಕಷಾಯ ಸೇವಿಸಿ, ಆಗಾಗ ತಪಾಸಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಏಕನಾಯಕ ಮಲಬದ್ಧತೆಯನ್ನೂ, ತಲೆ ತಿರುಗುವಿಕೆಯನ್ನೂ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಲಿಂಬೇರಸದಲ್ಲಿ ತೈದು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ವಿಶೇಷ ಗುಣವನ್ನು ನಮ್ಮ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ"ದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದು ರೋಗಿಗಳು ಪ್ರಯೋಜನ ಹೊಂದಿದ್ದೂ ತಿಳಿದಿದೆ.

"ಜನಪದ ವೈದ್ಯ"ದಲ್ಲಿ ಏರೊತ್ತಡಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಪ್ರಯೋಗವಿದೆ. ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಖಂಡಿತ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ಸಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರುವುದೆಂದು ಆಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರಮಂತ್ರಿ ಒಬ್ಬರು ತಿಳಿಸಿದ್ದು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಂದಿತ್ತು.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ತೊಡಕುಗಳು

ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಪ್ರಚಾರವು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಜನಪದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರು. ಪಥ್ಯ ಕ್ರಮ ಮಾಡುವ ಮನಸ್ಸಿಲ್ಲದುದೂ ಬೇಗನೆ ಗುಣ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಆತುರವೂ ಕಾರಣವಾಗಿ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಹಿಂದೆ ಬಿದ್ದವು. ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಜ್ಞಾನವು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೂ ಇದ್ದುದು ಮರೆಯಾಗ ಹತ್ತಿತು. ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಮಾರುವ ಅಂಗಡಿಗಳವರೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಕಡಿಮೆಯಾದುದರಿಂದ ಕುಗ್ಗಿಹೋದರು. ಅಡವಿಗಳ ನಾಶನದಿಂದಾಗಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತಿದ್ದ ವನಸ್ಪತಿಗಳು ದುರ್ಮಿಳವಾದವು. ದೊರೆವ ವನಸ್ಪತಿಗಳಿಂದ ಔಷಧ ಸಿದ್ಧ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ತಾಳ್ಮೆಯಾಗಲಿ, ಪ್ರಯತ್ನಶೀಲತೆಯಾಗಲಿ, ಕಷ್ಟಸಹಿಷ್ಣುತೆಯಾಗಲಿ ಜನರಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಾದವು.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಗ್ರಂಥಗಳಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಚಾರ ಪಡೆದರೂ ಪ್ರಾದೇಶಿಕವಾದ ಭಿನ್ನ ಭಿನ್ನ ಹೆಸರುಗಳಿಂದಾಗಿ ಗ್ರಂಥೋಕ್ತವಾದ ವನಸ್ಪತಿಗಳು ಇಂಥವೆಂದು ತಿಳಿಯುವುದೂ ದುಸ್ತರವಾಗಿ ತುಂಬಾ ತೊಡಕುಂಟಾಗಿದೆ. ಶ್ರೀ ಮಳಲಿ ವಸಂತಕುಮಾರರು ಕೊಟ್ಟ ವನಸ್ಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅರ್ಧ ವನಸ್ಪತಿಗಳು ಯಾವುವೆಂದು ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲೂ ಕೊಡದಿದ್ದುದರಿಂದ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ ನನಗೂ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ತಿಳಿಯುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ಈ ತೊಡಕು ನನ್ನ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿನ ವನಸ್ಪತಿಗಳಿಗೆ ಇತರ ಹಲವು ಹೆಸರು ಕೊಟ್ಟರೂ 'ಅರಟಾಳ ಕಾಯಿ', 'ಅಣಲೆಕಾಯಿ' ಎಂದು ಬರೆದರೂ ತಿಳಿಯದ ಜನರಿದ್ದಾರೆ. ಅಂತವರಿಗೆ ಸಂಸ್ಕೃತ ಹೆಸರುಗಳು "ನೀರಿಳಿಯದ ಗಂಟಲಲ್ಲಿ ಕಡುಬು ತುರುಕಿದಂತೆ" ಆದೀತು.

'ಅಗಸ್ತ್ಯ' ಎಂಬ ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಹೇಳುವ ಮರಕ್ಕೆ ಉ.ಕ.ದಲ್ಲಿ 'ಅಗಸೆ ನುಗ್ಗಿ ಮರ' ಎಂದು ಕರಾವಳಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಕೋಡು (ಉದ್ದ ಕಾಯಿ) ನುಗ್ಗೆ ಕಾಯನ್ನು ಹೋಲುವುದು ಈ ಹೆಸರಿಗೆ ಕಾರಣ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಅರಸಾನುಗ್ಗಿ', 'ಹುರ್ಸಾನ ಹಕ್ಕಿ ಮರ' ಎಂದೂ ಘಟ್ಟದ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ 'ಮರಚಗಚೆ' ಎನ್ನುವ ಈ ಮರದ ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಹೆಸರು: Sesbonia Grandiflora.

'ಬೋಳತಟ್ಲೆ'ನಾರಗಿಡಮರದಮೇಲೆಬಳ್ಳಿಯಂತಿರುತ್ತದೆ(ಪರೋಪಜೀವಿಯಾಗಿದೆ.). ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಗಿಡ ಮರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ದೂರ ದೂರ ಮುಳ್ಳಿರುವ ಈ ಮರಕ್ಕೆ ಕರೆಹೂಲಿ ಹಣ್ಣಿನ ಹಾಗೆ ಹಸಿರುಕಾಯಿ, ಕಪ್ಪು ಹಣ್ಣು ಇದನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕಾಯಿಯ ರಸದಿಂದ ಹಣೆಗೆ ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಳದಿ ಬಣ್ಣ ಬರುವ ರಕ್ತಚಂದನದ ಹಾಗೆ ಕಾಣುವುದರಿಂದ 'ಶಖಕ ಚಂದನ', 'ಮಂಗಲ ಕಾಯಿಮರ' ಎಂದೂ ಹೆಸರಿದೆ. ಧಾರವಾಡ ಕುಮ್ಮೂರಿನ ಕಡೆಗೆ 'ದುರ್ಗಿ ಗಿಡ' ಎಂಬಂತೆ- ಸಿದ್ದಾಪುರದ ಕಡೆಗೆ 'ಬಿಸಿಲ ಹಣ್ಣಿನ ಗಿಡ'.

ಮುಳ್ಳು ಕಂಟ್ಟಿಯಾದ 'ಕವಳಿ ಗಿಡ'ಕ್ಕೆ ಬಿಳಿಗೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ದುಂಡನ್ನ ಕಾಯಿ ಕಪ್ಪು, ಹುಳಿ-ಸಿಹಿ ಇರುವ ಹಣ್ಣು ಇದಕ್ಕೆ 'ಗರಜಲ ಗಿಡ', 'ಹುಳಿಮಜ್ಜಿಗೆ ಗಿಡ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ 'ಕರಮರ್ಧ'. ಜ್ವರವಿಲ್ಲದವರಿಗೆ ಇದರ ಬೇರನ್ನು ನಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ತೈದು ಸೇವನೆಗೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಮೈಸೂರು ಕಡೆ ಯಾವ ಹೆಸರಿದೆಯೋ ಏನೋ.

ವಿಚಾರವಂತರಿಗೆ ಸವಾಲು

ಈ ವೈದ್ಯದ ಕೆಲವು ನಿಬಂಧನೆಗಳು ವಿಚಾರವಂತರಿಗೆ ಸವಾಲಾಗಿವೆ.

ಉದಾ.: ಹಾವು ಕಡಿಯಿತು ಎಂದು ಆ ಸುದ್ದಿ ತಂದವರು ಹೇಳಿದರೆ, ವನಸ್ಪತಿ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಬಾಯಿಂದ ಕಡಿದೇ ತರಬೇಕು. ಹಾವು ಮುಟ್ಟಿತು ಎಂದರೆ ಕೈಯಿಂದ ಮುಟ್ಟಿ (ಕಲ್ಲಿಂದ ಕುಟ್ಟಿ) ತರಬೇಕು.

ಮಂತ್ರಿಸುವ ಕ್ರಮದೊಡನೆ ಬೀಗಿಗೆ (ಬಾವಿಗೆ) ತುಂಡೆ ಹೊಡೆವುದು ಅಂದರೆ, ವನಸ್ಪತಿಯ ಟೊಂಗೆ ಸಮೇತ ಎಲೆಗಳಿಂದ ಗಾಳಿ ಹಾಕುವುದು. ಬಾವು ನೀರಾಗಿ, ರಸಿಗೆಯಾಗುವ ಮೊದಲು ಅದನ್ನು ಹತ್ತಿಕ್ಕಲು ತುಂಡೆ ಹೊಡೆವಾಗ ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಎಳೆದುಕೊಂಡು ತುಂಡೆ ಬೀಸಬೇಕು. ತುಂಡೆ ಎಂದರೆ ವನಸ್ಪತಿಯ ಟೊಂಗೆ ಎಂದಿದ್ದೀತು. ಬೇಗ ರಸಿಗೆಯಾಗಿ ಒಡೆಯಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೆ, ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಹೊರಗೆ ಬಿಡುತ್ತ ತುಂಡೆ ಬೀಸಬೇಕು.

ಅಂದಾಜಿನಲ್ಲಿ ನೂರು ಕಾಲುಗಳುಳ್ಳ ಚೋರಳೆ (ಶತಪಥೀ) ಎಂಬ ತಣ್ಣ ಜಂತು, ಎರಡು ಇಂಚು, ಆರು ಇಂಚು ಸಹ ಉದ್ದವಾಗಿ ಬೆರಳಿನಷ್ಟು ಗಡುತರವಿರುವ ಹುಳ. ಇದನ್ನು ಸುತ್ತಿ ತಾಯಿತದಂತೆ ಕೊರಳಿಗೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡರೆ ವಾಂತಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಎರಡು ತಾಸುಗಳಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದೊಗೆಯಬಹುದು.

ಹುಟ್ಟುವಾಗ ಕಾಲು ಮುಂದಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿದವರು ತಿಕ್ಕಿದರೆ ಉಳುಕು, ನೋವು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುವುದೆಂಬ ನಂಬಿಕೆಯಿದೆ. ಇದು ಕಾಕತಾಳೀಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿದ್ದೀತು. ಸಂಧಿವಾತ ರೋಗಿಗೆ ಇಂಥವರು ತಿಕ್ಕಿದ್ದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಏಡಿಗಂತಿ ಮತ್ತು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ

ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗವನ್ನು ಇದರಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ವಿಚಾರಿಸೋಣ. ಹಲವು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಫಲಕಾರಿಯಾಗದಿದ್ದಾಗ ಸುಸಜ್ಜಿತವಾದ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು, ಡಾಕ್ಟರರೂ ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗವೆಂದು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ಕಳಿಸುವುದುಂಟು. ಸಾಗರದಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಾಗಿರುವ ಡಾ. ಎನ್. ಆರ್. ಹೆಗಡೆಯವರು ಇಂಥ ರೋಗಿಯೊಬ್ಬನಿಗೆ ರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ಗುಣಪಡಿಸಿರುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಸಿರ್ಸಿ ಮಕ್ಕಳ ತಾಯ್ಮನೆಯ ಕೈ. ಮಂಜುನಾಥ ಹೆಗಡೆಯವರು ಏಡಿಗಂತಿಯ ಪ್ರಥಮಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದರಂತೆ. ಅವರ ಹಿರಿಮಗ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀಪಾದ ಹೆಗಡೆಯವರು ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿಯ ನೇತ್ರರೋಗ ತಜ್ಞರ ಮಾವನವರ ಏಡಿಗಂತಿಯನ್ನು ತಾವು ಗುಣಪಡಿಸಿರುವುದಾಗಿಯೂ, ತಜ್ಞರು ಆಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಬಂದಿದ್ದರೆಂದೂ ಅವರ ಹೆಸರನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದರು.

ಉತ್ತರ ಕೊಡಗಿನ ಬದಗೊಟ್ಟಿಯ (ಸೋಂ. ಕೂಡ್ಲಿಪೇಟ್) ಶ್ರೀ ಬಿ. ಎಂ. ಮೋಹಿಮುದ್ದೀನ ಎಂಬವರು ನೆಲ್ಯಾಡಿ (ದ. ಕ.) ರಕ್ತ ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಕ್ಷಿಪ್ರ ಮರಣವೆಂದು ಹೇಳಿ ಕಳಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ, ಆ ರೋಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬದುಕಿರುವಂತೆ ಮಾಡಿದ್ದರಂತೆ. ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾದುದು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಸಾಲ್ಕೋಡು ಊರಿನ ಉತ್ತಮ ಯಕ್ಷಗಾನ ಕಲಾವಿದರ

ಕಂಠನಾಳದ ಏಡಿಗಂತಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಇವರೇ ಮಾಡಿದ್ದರು. ನೋವು ಬಹಳ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿತ್ತೆಂದು ಆ ರೋಗಿಯೇ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಆದರೆ, ಬಹುಶಃ ಅವರು ಧೂಮಪಾನ ಮತ್ತು ಸಾರಾಯಿ ಕುಡಿತಗಳನ್ನು ಬಿಡಲಾರದೆ ಏಡಿಗಂತಿಗೆ ಬಲಿಯಾದರು.

ಸಿದ್ದಾಪುರ ಕೋಲ ಸಿರ್ಸಿ ಬಂದೀಸರದ ಶ್ರೀ ಆನಂದ ಗೌಡರು ಇಬ್ಬರು ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸ್ತನಗಳ ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಮಾಡಿರುವುದಾಗಿ ನನಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದರು.

ಒಳ್ಳೇ ಅಲೋಪಥಿ ಡಾಕ್ಟರ ಹತ್ತಿರ ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕುರಿತು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದಾಗ ಅವರು ಹೇಳಿದರು, "ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗವನ್ನು ತೀರ ಪ್ರಥಮಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅಲೋಪಥಿ, ಆಯುರ್ವೇದ, ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ, ಮುಂತಾದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿದರೆ ಬಹುಶಃ ಆ ರೋಗಿ ಗುಣಮುಖನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಆ ಭಾಗವನ್ನು ಕಿತ್ತುಹಾಕಿ ಸರಿಪಡಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ, ಐದು ಇಲ್ಲವೆ ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಅದು ಮರುಕಳಿಸಿದರೆ, ಆತನನ್ನು ಈ ರೋಗದ ಸಾವಿನಿಂದ ಪಾರುಮಾಡಲು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಯಾವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದಲೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಾರದು."

ಇದ್ದುದರಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದ ಎಡಿಗಂತಿ ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸುಲಭ ಸಾಧ್ಯವಾದ ರೋಗ.

ಇಂಥ ರೋಗಗಳು ಬಾರದಂತೆ ಮೊದಲೇ ಯುಕ್ತಾಹಾರ, ವಿಹಾರಗಳಿಂದ ತಡೆದು ಆರೋಗ್ಯದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಪಾಲಿಸಿ, ಧೂಮಪಾನ, ಅತಿ ಸೆರೆ ಕುಡಿತ, ಬೀಡ ಸೇವನೆ, ಕೃತ್ರಿಮ ಪೇಯಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದು, ವಿಷಯುಕ್ತ, ಕರಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಅತಿಸೇವನೆ ಮುಂತಾದುವುಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ತಾಳುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ ಈ ಮಾರಕ ರೋಗ ಬಾರದಂತೆ ತಡೆಯಬಹುದು.

ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಇದ್ದು, ಅವನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಜನ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಮನೆಯವರ ಹಾಗೂ ಇತರರ ಮತ್ತು ಪಶುಗಳ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹ ಸುಧಾರಿಸಲು, ರೋಗ ದೂರವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಪಡೆಯಲು ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡು ನೆಮ್ಮದಿ ಪಡೆಯಬಹುದು

ಗೋಣಿ ದಡಾರ, ಸಿಡುಬು ಹಬ್ಬಿದಾಗ, ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಕುಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಾಸಿವೆಯಷ್ಟು ಪುನುಗನ್ನು ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗಿಯೂ ಕೊಟ್ಟು, ರೋಗವಾದಾಗ ಹುಗುಳುಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಹೊರಬರುವಂತೆ ಮಾಡಿ, ಗಂಡಾಂತರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಾಗದಂತೆ ತಡೆದು ಗುಣಕಾರಿಯಾಗುವಂತೆಯೂ ಮಾಡಬಹುದು.

‘ಬೋಳತಟ್ಲೆ’ ನಾರಿನ ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಕುದಿಸಿ, ಅದು ಕುಡಿಯಲು ಬಹಳ ಒಗರು ಎಂದೆನಿಸಿದರೆ, ಆ ನೀರನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ತೆಗೆದು ಹಾಕಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರೆದು, ಹಾಲು-ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸಹ ತ್ರಾಣಿಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಅರ್ಧಾಂಗವಾತ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡವಿರುವವರು ಎಲೆಗಳೊಡನೆ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ಎಲೆಗಳನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆಯನ್ನು ನೀಡಲು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಬಿಲ್ವದೆಲೆಗಳು ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೂ ಶಮನಕಾರಿಯಾಗಿವೆ. ಆದರೆ, ಎರಡೂ ಗಂಭೀರ ರೋಗಗಳುಳ್ಳವರು ಆಹಾರ ವಿಹಾರ ಮತ್ತು ತಪಾಸಣೆಯ ವಿಷಯದ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ತಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಅವಶ್ಯವಿದ್ದರೆ ಬೇರೆ ಔಷಧ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದು ಸಮಾಧಾನ ಮನಸ್ಕರಾಗಿರಬೇಕು.

ಕಾಲರಾದಂಥ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಮರಣವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಪಿಡುಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಾಲರಾ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ತಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲೇ ರೋಗವು ಮಾಡುವ ಹಾವಳಿಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು- ಒಂದು ಚಮಚ ತುಲಸಿರಸ ಕುಡಿಯಬಹುದು. ಇದರೊಡನೆ ಒಂದು ಮೆಣಸಿನಕಾಳಿನ ಪುಡಿಯನ್ನು ಹವಾಮಾನ ಬದಲಾಗುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಆಗ ಆ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾದ ಹವಾಮಾನದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನೆದುರಿಸಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪಶುರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪಶುರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ತಕ್ಕಮಟ್ಟಿಗೆ ಬಲ್ಲ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲಂಥ ಕೆಲವೇ ನಿಷ್ಣಾತರು ವಿರಳವಾಗಿ, ಆದರೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಹೀಗಿದ್ದರೂ ಅವರೂ ಸಹ ಆಧುನಿಕ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ರೀತಿಯತ್ತ ಅಲೋಪಥಿ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ ಬೆಳೆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿನ ರೋಗ ಕಾರಣ- ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಅರಿಯದವರಾದುದರಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯ ರೋಗಗಳನ್ನು ಕೆಲವು ಗಂಭೀರ ರೋಗಗಳನ್ನು (ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕವಾದುವನ್ನು ಸಹ) ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಬಲ್ಲರಲ್ಲದೆ, ಪರಾವಲಂಬಿಗಳಾದ ಸೈಲೇರಿಯ, ಅನಾಪ್ಲಾಸ್ಮೋಸಿಸ್ ಮುಂತಾದ ಮುಂಜೀವಿಗಳಿಂದ ಬರುವ ಜ್ವರ ಮುಂತಾದ ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಕೆಲವು ರೋಗಗಳು ದೊಡ್ಡರೋಗ, ಮಿಂಚಿ ರೋಗ, ಗೊಟಾರ ರೋಗ ಮುಂತಾದವು ಪಶು ಡಾಕ್ಟರರಿಗೂ ಮಣಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರು ಐದಾರು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಮಾಡಿ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಲ್ಲರು. ಹಳ್ಳಿಮದ್ದುಗಳಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡರೋಗ, ಹೆಳವುರೋಗ, ಕಾಲುಬೇನೆ, ಬಾಯಿಬೇನೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಹಾಗೂ ಗುಣಕಾರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳುಂಟು.

ರೇಬಿಸ್ (ಹುಚ್ಚು) ರೋಗಕ್ಕೂ, ಕ್ಷಯರೋಗಕ್ಕೂ ಸರಿಯಾದ ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದು ಇದ್ದಂತಿಲ್ಲ.

ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರು ಪಶುಗಳ ಹಲಗೆರೋಗ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಮೂರು ತರದ ರೋಗಗಳ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಕೈಮೀರಿದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲರು. ಕೆಲವು ಕಡೆ ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ 'ನರಡಿ' ಎಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಪಶು ಡಾಕ್ಟರರು ನರಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುವ ರೋಗವು 'ಎಂತ್ರಾಕ್ಸ್' (Anthrax) ಕ್ರಿಮಿಗಳಿಂದ ಹರಡುವುದಾಗಿದೆ. ಹಲಗೆ ರೋಗದ ಒಣ ಹಲಗೆ, ಕುಂಟ ಒಣ ಹಲಗೆ, ತಂಡಿ ಹಲಗೆ ಮೂರು ವಿಧಗಳಲ್ಲಿ- ಎರಡು ಮೂರು ದಿನ ಪಶುಗಳು ಹುಲ್ಲನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಡಿಯುತ್ತವೆ. ಅದರಿಂದ ಹಲ್ಕ್ ಆಗಿ, ಹಲಗೆ ಎಂದು ರೋಗಕ್ಕೆ ಹೆಸರು ಬಂದಿದೆ.

ಹೊಟ್ಟೆ ಉಬ್ಬರವನ್ನು ಹಳ್ಳಿಯ ಪಶುವೈದ್ಯ ಗುಣ ಮಾಡಬಲ್ಲವನಾದರೂ ಜಠರದಿಂದ ಕೆಲವು ವಸ್ತುಗಳ ಮೂಲಕ ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಆಹಾರ ಮಾರ್ಗ ಮುಚ್ಚಿಹೋದರೆ ಮೇವು ಕಲೆತು ಊತಾಗ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯೇ ಅಗತ್ಯ.

ಎಲುವು ಮುರಿತಕ್ಕೆ, ಸರಿಯಾಗಿ ಎಲುವು ಜೋಡಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಹಳ್ಳಿಮದ್ದುಗಳೇ ಹೆಚ್ಚು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಕುಂದುರೋಗ, ಮರವಿ, ಮುಳವು, ಮೂಗೇರಿ ಮುಂತಾಗಿ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನೂ ಗೊತ್ತು ಮಾಡಿ, ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ಇದೊಂದು ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಊರ್ಜಿತವಾಗಿಟ್ಟು, ಪಶುರೋಗಗಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಅಳಿವಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ, ಪ್ರಯೋಜನಕರವಾದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತ ಬಂದಿರುವ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರ ಉಪಕಾರ ಸಣ್ಣದಲ್ಲ.

ಅಲೋಪಥಿ ಪಶು ವೈದ್ಯಚಿಕಿತ್ಸೆ ಭಾರೀ ದುಬಾರಿಯದಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಸರಕಾರ ಪುಕ್ಕಟ್ಟೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಿಸುವವರ ಸ್ವಾರ್ಥದಿಂದಾಗಿ ಅವು ಜನರಿಗೆ ತುಂಬಾ ಖರ್ಚಿನದಾಗುತ್ತವೆ. ಈಗಲೂ ಮಿತಿಯನ್ನರಿತು ಹಳ್ಳಿಮದ್ದುಗಾರರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಜನರು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಸಂಶೋಧಕರಿಗೆ ಅವಕಾಶ

ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ನೂರಾರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಆಧುನಿಕ ಸಂಶೋಧನಾ ತಂತ್ರಗಳಿಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿ ಅವುಗಳ ಉಪಯುಕ್ತತೆಯನ್ನು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಅಮೆರಿಕದ ಕೆಂಪು ಇಂಡಿಯನ್ನರು ಮಲೇರಿಯಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ಸಿಂಕೋನಾ ಗಿಡಗಳ ತೊಗಟೆಗಳಿಂದ ಕ್ವಿನೈನ್ ಶೋಧವಾದುದು ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ.

ದಿ. ರುಸ್ತುಂ ಜಾಲ ವಕೀಲರು ಪ್ರಾಚೀನ ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥಾಧಾರದಿಂದ 'ಸರ್ಪಗ್ರಂಥ ವನಸ್ಪತಿ'ಯು ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಶಮನಕಾರಿಯೆಂದು ಲಂಡನ್ನಿನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ವೈದ್ಯ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಲೇಖನ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತವಾಗಿ ಇದು ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ ಹಾಗೂ ಉನ್ಮಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲ್ಪಡಹತ್ತಿತ್ತು.

ಬಾಳೆಕಾಯಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಹುಣ್ಣುಗಳು (ಅಲ್ಸರ್) ಶಮನ ಹೊಂದುವವೆಂದು ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದುದು ತೀರ ಹಿಂದೆಯೇ ತಿಳಿದುಬಂದಿದ್ದಿತು. ಡಾ. ಡೇವಿಸ್ ವರ್ನರ್ ಅವರು ತಮ್ಮ "ಡಾಕ್ಟರರಿಲ್ಲದ ಕಡೆ" "Where there is no doctor" ಎಂಬ ಆಂಗ್ಲ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ 'ಬಾಳೆಕಾಯಿಗಳು ಈ ಹುಣ್ಣುಗಳು ಮಾಯುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕ' ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದುದನ್ನು ನಾನು "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ"ದಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದೇನೆ (ಪುಟ ೧೩).

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಬ್ರಿಟನ್ನಿನ ಡಾ. ಡೇವಿಡ್ ಲ್ಯೂವಿಸ್ ಎಂಬ ಬರ್ಮಿಂಗ್ ಹ್ಯಾಮ್ ಏಸ್ಟನ್ ಯೂನಿವರ್ಸಿಟಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ತಮ್ಮ ಸಂಗಡಿಗರೊಡನೆ ಸೇರಿ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸಿ, ಖಚಿತವಾದ ಅನುಭವವನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿದ ಬಾಳೆಕಾಯಿಗಳ ಪುಡಿಯ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಅದರಲ್ಲಿರುವ ಗುಣಕಾರಿಯಾದ ರಾಸಾಯನಿಕವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದರು. (The Hindu, Oct. 87, 'Healing power of Banana') ಬಾಳೆಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಬೇಯಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ಅಂಶ ನಷ್ಟವಾಗುವುದೆಂದೂ ಅವರು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಅನ್ನಕೋಶದ ಆವರಣವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿ, ಹುಣ್ಣಾಗಲು ಸುಮಾರು ಐದು ವಾರ ಇದ್ದಾಗ ಮಧ್ಯಮ ಗಾತ್ರದ ಹಸಿರು ಬಾಳೆಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಕೊರೆದು ತಾಳಿ ಕೆತ್ತಿ, ಐವತ್ತು ಅಂಶ ಉಷ್ಣತೆಯ ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ್ದರು. ರೋಗಿಗೆ ದಿನಾ ಮೂರು ಸಾರಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಟ್ಟು ನಾಲ್ಕು ಗ್ರಾಂ ತಿನ್ನಲು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು.

ಬಾಳೆಹಣ್ಣು, ಕಡೆದ ಮಜ್ಜಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆಲ್ಲ ಸ್ವಲ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ತಿನ್ನಲು ಸಿರ್ಸಿಯ ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ಶೇಟ್ ಎಂಬ ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಮಾಡಿದ ರೋಗಿಯ ಅಲ್ಸರ್ ಹಿಡಿತಕ್ಕೆ ಬಂತು.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಡಾ. ಪುರುಷೋತ್ತಮ ಎಂಬ ಸಂಶೋಧಕರು ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳೊಡನೆ ಸೇರಿ 'ಹಬ್ಬುಸೊಂಡೇ' ಗಿಡ (ಇಲ್ಲವೆ ಬಳ್ಳಿ ಎಂದರೂ ಸರಿ) ಎಂಬ ವನಸ್ಪತಿಯಿಂದ (ಲ್ಯಾಟಿನ್ Solarnem Trilobatuna) ಎಲುವಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ತುಟಿ, ಗರ್ಭಕೋಶ ಮುಖ, ಗದ್ದಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಗಳ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಔಷಧ ಸಿದ್ಧ ಮಾಡಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಲ್ಯಾಟಿನ್‌ನಲ್ಲಿ 'ಕ್ವರ್ಕಸ್ ಇನ್ಫೆಕ್ಟೋರಿಯಾ' (Quercus Inpectoria) ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ 'ಮಾಯಿ ಫಲ'ದಿಂದ ಆ ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಹೆಸರಿನ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ಔಷಧವನ್ನು ಮೂಲ ದ್ರಾವಕ ರೂಪದಲ್ಲಿ, ನೀರಿನೊಡನೆ ಹತ್ತು ಬಿಂದುಗಳಂತೆ ನೀಡಿದರೆ ಕುಡುಕರ ಕುಡಿತದ ಚಟವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬಹುದಂತೆ. ಇದೇ ಉದ್ದೇಶವು ಮಾಯಿ ಫಲವನ್ನು ತೇಯ್ದು ಸೇವನೆಗೆ ಕೊಟ್ಟರೆ, ಕಷಾಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿಕೊಟ್ಟರೆ ನೆರವೇರುವುದೋ ಏನೆಂದು ಜನಪದ ವೈದ್ಯಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಗಿಸಿ ನೋಡಬೇಕು.

ನಿತ್ಯಪುಷ್ಪ ಗಿಡಗಳಿಂದ ಕೆಲವು ತರದ ಏಡಿಗಂತಿಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಮೇಲೆ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ 'ಹಬ್ಬು ಸೊಂಡೇ' ಗಿಡದಿಂದಲೂ, ನಿತ್ಯಪುಷ್ಪ ಗಿಡದಿಂದಲೂ ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೋ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ನಡೆಯಬೇಕು.

ಸರಕಾರದವರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಹಲವು ಯಶಸ್ವೀ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಮಾಣದ, ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಹಾಳಾಗದಿರುವ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಮಾಡಲು ಸಂಸ್ಥೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ, ಶಂಶೋಧಕರಿಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡಬೇಕು. ನಶಿಸಿಹೋಗುತ್ತಿರುವ ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಉದ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಸಂಯೋಜನೆ ಮಾಡಿ, ಔಷಧಿಗಳಿಗಾಗಿ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದೂ ಅಗತ್ಯದ್ದೇ ಆಗಿದೆ.

ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲೇ ತೀರಾ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಜನಪದ ವೈದರು ಮಾನವರ ಹಾಗು ಪಶುಗಳ ರೋಗ ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚದಲ್ಲಿ, ಅತಿ ಸುಲಭವಾದ, ಹೋಲಿಕೆಯಿಂದ ನಿರಪಾಯಕಾರಿಯಾದ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆಯು ಮುಂದೆಯೂ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ಜಪಾನ್, ಅಮೆರಿಕೆಯಂಥ ದೇಶದಲ್ಲೂ ಕೂಡ ಆಯುರ್ವೇದವು ಹೆಚ್ಚು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅಮೆರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿ ತುಂಬಾ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತಿದೆ.

ನಮ್ಮ ನಾಡಿನಲ್ಲಿಯೂ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಕುರಿತಾಗಿದ್ದ ಮಧ್ಯಂತರ ಕಾಲದ ಅನಾದರವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಜನರ ಲಕ್ಷ್ಯವು ಈ ಕಡೆಗೆ ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಎಳೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಿರುವುದು ಶುಭಸೂಚನೆಯಾಗಿದೆ.

ಕಾಡು ಜನರಲ್ಲಿ, ಹಳ್ಳಿಗಳ ಮೂಲೆಮೂಲೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಜನರಲ್ಲೂ ಸಹ ಎಷ್ಟೋ ಮಹತ್ವಪೂರ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಇನ್ನೂ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿವೆ. ಇವು ಬೆಳಕಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಂದಂತೆ ಜನಪದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಮಹತ್ವವು ಹೆಚ್ಚು ಜನರಿಗೆ ಮನವರಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

■ 'ಜನಪದ ಸಂಭಾವನೆ' ಡಾ|| ಜೀಶಂಪ ಅಭಿನಂದನಾ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿತ, ೧೯೯೧

೩. ಜನಪದ ವೈದ್ಯ (ಎರಡು)

ಪ್ರಾಣಿಗಳ ವಿಕಸನದ ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಮೂಲವಿರುವುದು ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ; ತೀರಾ ಕೆಳತರಗತಿಯ ಪ್ರಾಣಿಗಳು, ಕ್ರಿಮಿ-ಕೀಟಗಳೂ ಸಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಬಗೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವನ್ನು ಬಲ್ಲವು. ರಾಣಿಹುಳಗಳ ಜೀವನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಮುಂದುವರಿಸಲು ಕೆಲಸಗಾರ ಜೇನ್ನೊಣಗಳು "ರಾಣಿಜೆಲ್ಲಿ" (Royal Jelly) ಅಂದರೆ ರಾಣಿ ಲೇಹ್ಯವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿಕೊಂಡಿವೆ. ನಾಯಿ, ಬೆಕ್ಕುಗಳು ತಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳ ಮುರಿದ ಎಲುವುಗಳನ್ನು ಬಳ್ಳಿಗಳ, ಕಡ್ಡಿಗಳ ಸಹಾಯದಿಂದ ಕೂಡಿಸಿ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡ ಉದಾಹರಣೆಗಳೂ ದೊರೆಯುತ್ತವೆ.

ತಮ್ಮ ಮೈ ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾಯಿ. ಬೆಕ್ಕು, ನಾಯಿಮರಿ, ಬೆಕ್ಕಿನ ಮರಿಗಳು ಸೂರ್ಯನ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಮಲಗಿರುತ್ತವೆ; ಬೂದಿರಾಶಿಯಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿಕೊಂಡು ಮಲಗಿರುತ್ತವೆ. ಹರಿವ ತಣ್ಣೀರಿನ ಪ್ರವಾಹದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ನೆತ್ತರು ಸುರಿವ, ಗಾಯಗಳಾದ ಅವಯವಗಳನ್ನು ಇರಿಸಿಕೊಂಡು ರಕ್ತಪ್ರವಾಹವನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಬೇಕು.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯವು ತನ್ನ ತೀರಾ ಪ್ರಾರಂಭದ ಹಂತವನ್ನು ಮಾನವನ ಉಗಮದೊಂದಿಗೇ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಬಿಸಿಲು, ನೀರು, ಕೆಸರು ಮಣ್ಣು ತೀರ ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳಾಗಿದ್ದಿರಬೇಕು.

ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ, ತಪ್ಪಿ, ತಿದ್ದಿಕೊಂಡು ಇಲ್ಲವೇ ಬರೇ ಆಕಸ್ಮಿಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಗಿಡ-ಮರಗಳ ಮತ್ತು ಇತರ ವಸ್ತುಗಳ ಹಿತಕರವಾದ, ಅಹಿತಕರವಾದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಿರಬೇಕು.

ಸಹಸ್ರಾರು ವರ್ಷಗಳ ಅನುಭವದಿಂದ ಜನಪದ ವೈದ್ಯವು ವಿಕಾಸ ಹೊಂದಿದ್ದಿತು. ಧೀರ್ಘಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಜಕವೆಂದು ಕಂಡುಬಂದ ಹಲವು ಮದ್ದುಗಳು ನಿಜವಾಗಿಯೂ

ಒಳ್ಳೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಗಳಾಗಿವೆಯೆಂದು ಸಿದ್ಧವಾಗಿವೆ. ಉದಾ.: ಸ್ಪಂಜನ್ನು ಸುಟ್ಟು, ಅದರ ಪುಡಿಯನ್ನು ಗಲಗಂಡ ರೋಗಿಗಳ ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಉಬ್ಬಗಳಿಗೆ ಹಚ್ಚುವ ಪದ್ಧತಿಯ ಗುಣಾಂಶಕ್ಕೆ ಸ್ಪಂಜಿನಲ್ಲಿರುವ ಅಯೋಡಿನ್ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಅಯೋಡಿನ್ ಕೊರತೆಯು ಗಲಗಂಡ ರೋಗವುಂಟಾಗಲು ಕಾರಣವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಸ್ಪಂಜಿನಲ್ಲಿರುವ 'ಅಯೋಡಿನ್'ನಿಂದ ಗಲಗಂಡರೋಗವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಡೀ ಮೈ ಬೀಗಿನ ರೋಗಿಗೆ, ನೆಲದ ಮೇಲೆ ವಾಸಿಸುವ ಕಪ್ಪೆಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ, ಆ ಕಷಾಯವನ್ನು ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡುವ ಕ್ರಮವಿದೆ. ನೆಲದ ಕಪ್ಪೆಯ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಮೂತ್ರಲವಾಗಿರುವಂಥ ಎರಡು ಲವಣಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿ ದೂಷಿತ ವಸ್ತುಗಳೂ ನೀರಿನ ಅತಿಶೇಖರಣೆಯೂ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೊರಹಾಕಲ್ಪಟ್ಟು ಬೀಗು ಇಳಿಯುತ್ತದೆ.

ದೀರ್ಘಕಾಲದಿಂದ ದಮ್ಮಿನ ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುವ ರೋಗಿಗೆ ಜೇಡಹುಳಗಳ ಬಲೆಗಳನ್ನು ಮುದ್ದೆ ಮಾಡಿ ತಿನ್ನಲು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದು ದಮ್ಮಿಗೆ ಒಳ್ಳೇ ಶಮನಕಾರಿಯಾಗಿತ್ತು. ೧೮೮೨ರಲ್ಲಿ ದಮ್ಮನ್ನು ತತ್ಕಾಲಕ್ಕೆ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯುಳ್ಳ 'ಅರಚ್ನಿಡಿನ್' ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕವನ್ನು ಜೇಡಹುಳುಗಳ ಬಲೆಯಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿದರು.

(ಈ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕನ್ನಡ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ 'ಜಾನಪದ ವಿಶ್ವಕೋಶ'ದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ.)

ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಜೇಡರ ಬಲೆಯನ್ನು ರಕ್ತಸುರಿವ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುವ ಪದ್ಧತಿಯಿದೆ; ಇದರಿಂದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಲ್ಲುವುದಲ್ಲದೆ, ಗಾಯವೂ ಬೇಗನೆ ಮಾಯುತ್ತದೆ. ಯಾಕೆಂದರೆ, ಜೇಡನ ಬಲೆಯು ಗಾಯದ ಕ್ರಿಮಿ ಸೋಂಕಿನ ಬಾಧೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ಒಳ್ಳೆಯ ಮದ್ದಾಗಿದೆ.

ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮುನಿ, ಕಾಡಿಗ್ಗರಗ (ಭೃಂಗರಾಜ) ಮುಂತಾದ ಹರಿತವರ್ಣ ತತ್ವ(Chlorophyll)ವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದ ಎಲೆಗಳುಳ್ಳ ಹಲವು ವನಸ್ಪತಿಗಳು ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತವೆ.

ಕಚ್ಚಿದ ಸರ್ಪದ ಬಾಲವನ್ನು ಕಚ್ಚಿ ಅಗಿದು ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಸರ್ಪವಿಷ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಪ್ರಚಲಿತವಾಗಿದೆ. ದಂಶವು ವಿಷಸರ್ಪದ್ದಲ್ಲವಾದರೆ, ಇಲ್ಲವೆ ವಿಷಸರ್ಪವೇ ಕಚ್ಚಿದರೂ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಷವು ಗಾಯದಲ್ಲಿ ಸೇರಿರದಿದ್ದರೆ, ಅದರಿಂದ ದಂಶಿತನು ಸಾಯುವುದಿಲ್ಲ. ಕಚ್ಚಿದ ಸರ್ಪವನ್ನು ಕಚ್ಚಿ ತಿಂದವನು ಬದುಕಿ ಉಳಿದರೆ ಆ ಸರ್ಪವನ್ನು ಕಚ್ಚಿ ತಿಂದುದರಿಂದಲೇ ಸಾಯದೆ ಅವನು ಬದುಕಿ ಉಳಿದನೆಂತ ತಿಳಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗಲೋ ಮೊದಲು ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನೋವಿನಿಂದ ಮುಂಗಾಣದೆಯೋ, ನೋವಿನ ಬಾಧೆಯ ಸಿಟ್ಟಿನಿಂದಲೋ ಸರ್ಪವನ್ನಗಿದು ತಿಂದಿದ್ದಿರಬೇಕು.

ನಾಗರಹಾವು ಕಡಿದ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಕೋಳಿಯ ತಿಕವನ್ನು ಹಚ್ಚಿ, ಅದು ಸಾಯಲು ಮತ್ತೆ ಬೇರೆ ಕೋಳಿಯ ತಿಕವನ್ನು ಹಚ್ಚಿ, ಕೋಳಿ ಬದುಕಿ ಉಳಿವವರೆಗೂ ವಿಷವನ್ನು ಹೀರಿಸಿ ದಂಶಿತನನ್ನು ಬದುಕಿಸುವುದು ತೀರ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಪದ್ಧತಿಯಾಗಿದೆ.

ಬಹಳ ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿವಂತನೊಬ್ಬನು ಕೋಳಿಗಳು ತಮ್ಮ ಮುಕುಳಿಯ ದ್ವಾರದಿಂದಲೇ ಉಸಿರಾಡಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡನು. ಅವನು ಕೋಳಿಯ ತಿಕವನ್ನು ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿದ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಅದರ ತಿಕದಿಂದ ಹವೆಯನ್ನು ಹೀರುವಾಗ ವಿಷವೂ ಹೀರಲ್ಪಡುತ್ತದೆಯೆಂದು ತರ್ಕ ಮಾಡಿ, ಹಾಗೆ ಅದರ ತಿಕವನ್ನು ಹಚ್ಚಿರಬೇಕು. ಮೊದಲು ಹಚ್ಚಿದ ಕೋಳಿ ಸಾಯಲು ಮತ್ತೆ ಇರಬಹುದಾದ ವಿಷ ಹೀರಲು ಬೇರೆ ಕೋಳಿಯನ್ನು ತಂದು ಅದರ ತಿಕವನ್ನು ಆ ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿ, ಕೋಳಿ ಬದುಕಿರುವವರೆಗೂ ಹೊಸ ಕೋಳಿಯ ತಿಕವನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ಕಚ್ಚಲ್ಪಟ್ಟವನು ಬದುಕುವಂತೆ ಮಾಡಿದನು. ಆದರೆ, ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿ ಅರ್ಧ ತಾಸಿನ ಮೇಲೆ, ಅಂದರೆ ವಿಷವು ದಂಶಿತನ ಹೃದಯಕ್ಕೂ ಸೇರಿದ ಮೇಲೆ ಈ ಕೋಳಿಯ ತಿಕದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಪ್ರಯೋಜಕವಲ್ಲವೆಂಬುದು ಅನುಭವದಿಂದ ಮುಂದೆ ತಿಳಿದುಬಂದಿತು.

ಒಮ್ಮೆ ಕಾಡು ಹಂದಿಯನ್ನು ಅಡವಿಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬನು ಕೊಂದನು. ಆತನು ಆ ಹಂದಿಯ ದೇಹವನ್ನು ಕಡಿದು ತುಂಡು ಮಾಡಿ, ಆ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಕೆಲವು ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹರಿದು ಅವುಗಳ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಕಂಬಳಿಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಿ ತನ್ನ ಮನೆಗೆ ತಂದನು. ಕಂಬಳಿಯನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ ನೋಡಿದಾಗ ಆ ಹಂದಿಯ ಮಾಂಸದ ತುಂಡುಗಳೆಲ್ಲ ಕೂಡಿಹೋಗಿದ್ದವು. ಆ ಮರದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರೆದು, ಮುರಿದ ಎಲುವುಗಳನ್ನು ಕೂಡಿಸಿ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಹೊಟ್ಟೆಗೂ ಕೊಟ್ಟು, ಹಚ್ಚಲೂ ಉಪಯೋಗಿಸಿದನು. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಆತನ ವಂಶದವರಿಂದ ಮುಂದುವರಿದು ಬಂದಿತು.

I) ಸಂಜ್ಞಾ ಭಾಷೆ

ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರ ಅಂಗಗಳಿಗೂ, ವನಸ್ಪತಿಗಳಿಗೂ ಆಕಾರ ಇಲ್ಲವೆ, ಬಣ್ಣಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸಾಮ್ಯವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ತೀರ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದ ಆ ಸಾಮ್ಯದ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ಆಯಾ ಅವಯವದ ರೋಗಿಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಕೆ ಮಾಡಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಪ್ರಚಾರದಲ್ಲಿ ತಂದರು.

ಈ ಕ್ರಮದಿಂದ, ಬೇರುಗಳಾಗಲಿ, ಗಡ್ಡೆಗಳಾಗಲಿ, ಹೂ-ಮೊಗ್ಗುಗಳಾಗಲಿ ಫಲಗಳಾಗಲಿ ಶಿಶ್ನದ ಆಕಾರದ ಸಾಮ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದವು. ಅವುಗಳನ್ನು ಶಿಶ್ನದ ಅಂದರೆ, ಪುರುಷ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಅವನ್ನು ಔಷಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕೊಡುತ್ತ ಬಂದರು. ಮಂಗ, ಎತ್ತು, ಮೊಸಳ ಮತ್ತು ಆಡುಕುರಿ ಮುಂತಾದ ಜಾತಿಗಳ ಗಂಡು ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಅಂಡಗಳನ್ನು

ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಆ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ವೀರ್ಯವೃದ್ಧಿ ಮಾಡಿ ಪೌರುಷ ಹೆಚ್ಚಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲು ತಿನ್ನಲು ಕೊಡ ಹತ್ತಿದರು. ಈ ತರದ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಮುಂದೆ ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿಹೋದವು.

ಎರಡು ನೆಲಗುಂಬಳ ಬಳ್ಳಿಗಳ ಗಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಊರಕೇರಿಯ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತ ವೈದ್ಯರು ಒಮ್ಮೆ ನನಗೆ ತೋರಿಸಿದರು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗಡ್ಡೆಯು ಗಂಡಸಿನ ಬೆತ್ತಲೆ ದೇಹವನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಮುಖ್ಯ ವಿವರಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಹೋಲುವಂತೆ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿದ್ದವು. ಅದರಿಂದಾಗಿ ಈ ಬಳ್ಳಿಯ ಗಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರ ಕಾಮಶಕ್ತಿಯ ವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುವ ಔಷಧಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸುವುದು ಅಚ್ಚರಿಯ ವಿಷಯವಾಗದು.

ಅತಿಶಯವಾಗಿ ಹರಿಯುವ ಮುಟ್ಟಿನ ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ದಾಸವಾಳ ಹೂಗಳನ್ನೂ; ಬಿಳಿಸೆರಗಿನ ಅತಿ ಸ್ರಾವದಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ದಾಸವಾಳ ಹೂಗಳನ್ನೂ ಅರೆದು, ಇಲ್ಲವೆ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ.

'ಬೆಳ್ಳಾಟೆ' ಅಂದರೆ, ಹಸಿರು ಎಲೆಗಳೊಡನೆ ಬಿಳಿಯ ಎಲೆಗಳನ್ನೂ ಹೊಂದಿರುವ ಮರದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಿಳಿತೊನ್ನಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಹೊರ ಲೇಪಕ್ಕೂ, ಆಂತರಿಕ ಸೇವನೆಗೂ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು- ಬಿಳಿ ತೊನ್ನ ಮತ್ತು ಈ ಎಲೆಗಳಲ್ಲಿನ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಸಾಮ್ಯದಿಂದಾಗಿಯೇ.

'ಐಸೊಪಥಿ' (Isopathy) ಅಂದರೆ, ಸಮಾನ ಇಲ್ಲವೆ, ಅದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಎಂಬ ಕ್ರಮವು ಅಲೋಪಥಿಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಉಂಟು. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಬರುತ್ತದೆ.

II) ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಪ್ರಕಾರಗಳು

ಅ. ಮಾಟದ Magical ಆಕೃತಿಗಳು:

ಸ್ವಸ್ತಿಕ, ವರ್ತುಲ, ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ನರ ಕುರುಜೆ (Cross) ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಮಾಟದ ಶಕ್ತಿಯಿದೆಯೆಂದು ನಂಬಲಾಗುತ್ತದೆ. ದೇವಾಲಯಗಳ ಕಟ್ಟಡಗಳ ಮುಂಭಾಗದ ಮೇಲ್ಭಾಗವನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸುವ ಹುಲಿಮೊಗದ ರೇಖಾಚಿತ್ರಗಳಾಗಲಿ, ಪ್ರತಿಮೆಗಳಾಗಲಿ ದುಷ್ಟಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ದೂರಮಾಡುವವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಆ. ಮಾಟದ ತಂತ್ರಗಳು

1. ಮಾಟಗಾರನು ಧೋತರವನ್ನಾಗಲಿ, ನೆಲ್ಲಿಮರದ ಟೊಂಗೆಯನ್ನಾಗಲಿ ತಿರುಚಿ, ಅವುಗಳ ತಿರುಪುಗಳನ್ನು ಸಡಲಿಸಲು, ಮನುಷ್ಯರ ಇಲ್ಲವೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಗಾಯಗಳಲ್ಲಿನ

ಕ್ರಿಮಿಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವವೆಂದೂ, ಗಾಯಗಳು ಮಾಯ್ದು ಹೋಗುವವೆಂದೂ ಬಗೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ತರದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಮಾಟಗಾರನಿಗೆ ಯಾವುದೋ ನಿಸರ್ಗಾತೀತಶಕ್ತಿಗಳಿರಬೇಕೆಂಬುದು ಅನಿಸುವಂತಿದೆ. ಅವನು ಏನಾದರೂ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಯಾರಿಗೂ ಕೇಳಿಸದಂತೆ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಅದು ಇತರರಿಗೆ ತಿಳಿಯದಂತೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ.

ಅರೆತಲೆನೋವನ್ನು ಗುಣಮಾಡಲು ಇದೊಂದು ತಂತ್ರ. ಚಚ್ಚೌಕವಾದ ಹಲಿಗೆಯನ್ನೂ, ನಾಲ್ಕು ಇಲ್ಲವೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಬ್ಬಿಣದ ಮೊಳೆಗಳನ್ನೂ, ಉಸುಕನ್ನೂ ಸಂಪಾದಿಸಿ-ಉಸುಕನ್ನು ಹಲಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಹರಡಬೇಕು. ಆ ತಲೆನೋವಿನ ಶಬ್ದದ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಉಸುಕಿನ ಮೇಲೆ ಬರೆಯಬೇಕು. ಒಂದೊಂದು ಅಕ್ಷರದ ಮೇಲೆಯೂ ಒಂದೊಂದು ಮೊಳೆಯನ್ನು ಬಡಿಯಬೇಕು. ರೋಗವು ಇದರಿಂದ ಗುಣವಾಗುವುದೆಂದು ಬಗೆದು ಈ ಮಾಟದ ವಿಧಾನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ.

2. ಕೆಟ್ಟದೃಷ್ಟಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು:

ಇಲ್ಲಿ, ಉ.ಕ. ಜನರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ಎಂದ ಕೂಡಲೇ 'ಕೆಟ್ಟದಿಟ್ಟಿ' ಎಂದೇ ಅರ್ಥವಿದೆ. ಕೆಲವು ಜನರು ದೂಷಿತ ದೃಷ್ಟಿಯುಳ್ಳವರೆಂದು ತಿಳಿದ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಮೂಲಕ ಅವರಿಗೆ ಕುಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಬಂದಿರುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಂದಾಗ ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಏನಾದರೂ ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಅವನ ಬರುವಿಕೆಗೂ, ಈ ಘಟನೆಗೂ ಮೇಳಗೂಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ತೆಂಗಿನ ಮರದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಕಾಯಿಗಳಿರುವ ಗೊನೆಯನ್ನು ಒಬ್ಬಾತ ನೋಡಿದನು, ಕೂಡಲೇ ಕಾಯಿಗೊನೆ ಕೆಳಗೆ ಬಿತ್ತು. ಇದು ಅವನ ಕೆಟ್ಟ ದೃಷ್ಟಿಯದೇ ಪರಿಣಾಮವೆಂದು ತಿಳಿದರು.

ಆತನು ನೋಡಿದ ಶಿಶುವು ಕಾರಾಟ-ಹೇಲಾಟ ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲಬಹುದು; ಆ ಶಿಶು ಬಡಕಲಾಗುವುದೂ ಇಂಥ ಕೆಟ್ಟ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಸಾಧ್ಯ. ಇಂಥ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮ ಇಂತಿದೆ.

ಒಂದು ತಾಮ್ರದ ಇಲ್ಲವೆ ಬೇರೆ ಧಾತುವಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ಅದಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡದಾದ ಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ಅಂದರೆ ಹರಿವಾಣವನ್ನು ಪೀಡಿತನ ಮುಂದೆ ಇಡಬೇಕು. ದೊಡ್ಡದಾದ, ಅಗಲವಾದ ಹರಿವಾಣದಲ್ಲಿ ಕುಂಕುಮ ಕದಡಿದ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಇಡಬೇಕು. ಖಾಲಿಯಾದ ತಂಬಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನಿಗಿನಿಗಿ ಕೆಂಡವನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು. ದೊಡ್ಡ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಈ ತಂಬಿಗೆಯನ್ನು ಕೆಂಡದ ಸಮೇತವಾಗಿ, ಇಲ್ಲವೇ ಕೆಂಡ ತೆಗೆದು ಬೋರಲಾಗಿ ಹಾಕಬೇಕು. ಸಣ್ಣ ಪಾತ್ರೆಯೊಳಗಿರುವ ಹವೆ ಬೆಂಕಿಯ ಸೆಕೆಯಿಂದ ವೀರಲವಾಗುವುದರಿಂದ ಹರಿವಾಣದ ನೀರು ಹೊರಗಿನ ಹವೆಯ ಒತ್ತಡದ ಕಾರಣದಿಂದ ತಂಬಿಗೆಯೊಳಕ್ಕೆ ಸೇರುತ್ತದೆ; ಹರಿವಾಣದಲ್ಲಿ ನೀರು

ಅದೃಶ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ತಂಬಿಗೆಯನ್ನು ಹರಿವಾಣದಿಂದ ತೆಗೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಟ್ಟ ದೃಷ್ಟಿಯ ದೆವ್ವ (ಇಲ್ಲವೇ ಭೂತವು) ಆ ಕೆಂಪು ನೀರನ್ನು ರೋಗಿಯ ರಕ್ತವೆಂದು ತಿಳಿದು ಕುಡಿದು ಅವನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ರೋಗಿಯು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗುವ ಆಸೆಯನ್ನು ಹೊಂದಬಹುದು. ಈ ರೀತಿ ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣ ಮುಂದೆಯೇ ತಂಬಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹರಿವಾಣದ ಕೆನ್ನೀರನ್ನು ನೋಡಿ ಸುತ್ತಲಿನ ಜನರು ಆಶ್ಚರ್ಯಚಕಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಕಾಡಿಗೆ, ಕಪ್ಪು ಚುಕ್ಕಿಯಿಂದ ಶಿಶುವಿನ ಹಣೆಯನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸುವುದರ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶವು ದೃಷ್ಟಿಯ ಪರಿಣಾಮವು ಆಗಬಾರದೆಂಬುದೇ ಆಗಿದೆ. ಕೆಂಪು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಮೋರೆಯ ಪ್ರತಿಬಿಂಬವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಕೆಟ್ಟ ದೃಷ್ಟಿಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅನುಸರಿಸುವ ಇನ್ನೊಂದು ಉಪಾಯವಾಗಿದೆ.

ಬೆಂಕಿಗೆ ಒಂದು ಕಡ್ಡಿಯನ್ನು ಹಿಡಿದು ಅದು ಉರಿಯಲು ಕಡ್ಡಿಯನ್ನು ವರ್ತುಲಾಕಾರವಾಗಿ ಬಾಧಿತನ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ತಿರುಗಿಸಿ (ನಿವಾಳಿಸಿ) ಒಗೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಕ್ರಮದಿಂದ ಕೆಂಪು ಮೆಣಸನ್ನು ಉಪ್ಪನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬನು(ಳು) ಹಸ್ತದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು, ರೋಗಿಯ ತಲೆಗೆ ಸುತ್ತಲೂ ನಿವಾಳಿಸಿ ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಅವನ್ನು ಒಗೆಯುತ್ತಾನೆ(ಳೆ). ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಸುಟ್ಟ ಉಪ್ಪಿನ ಚಟಚಟ ಶಬ್ದದಿಂದಾಗಿ ಆ ರೋಗಿಯ ಕೆಟ್ಟ ದೃಷ್ಟಿಯ ಪರಿಣಾಮ ಸುಟ್ಟುಹೋಗಿ ಆ ರೋಗಿಗೆ ಗುಣವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಕ್ರಮದಿಂದ ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕ ಅವನ ಹಿರಿಯರ ದೃಷ್ಟಿದೋಷ ಕಲ್ಪನೆಯ ಬಾಧೆಯಂತೂ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ.

3. ಮಾಟದ ಮಂತ್ರಗಳು (Charms):

ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಮುಡದೋಷ (Rickets) ಬಾಧೆಯಾದಾಗ ಉ.ಕ. ಯಲ್ಲಾಪುರ ತಾಲೂಕಿನ ಒಬ್ಬ ಭಟ್ಟರ ಹತ್ತಿರ ಹೋದರೆ, ಅವರು ಆಲದ ಎಲೆಯ ಮೇಲೆ ಕೆಲವು ಶಬ್ದ ಬರೆದು ಕೊಡುತ್ತಾರೆಂದೂ, ಆ ಎಲೆಯನ್ನು ಶಿಶುವಿಗೆ ಕಟ್ಟಿದರೆ ರೋಗ ಗುಣವಾಗುವುದೆಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಶಿಶುವಿನ ಮೈಮೇಲೆ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಹಕ್ಕಿಯು ಹಾರಿಹೋದ ಪರಿಣಾಮವಿದೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕರ್ನಾಟಕದ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಹಕ್ಕಿರೋಗ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೇ ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಮೂರು ತೋಲ (ತೊಗಲ ಬಾವುಲಿ) ಹಕ್ಕಿಗಳನ್ನು ನೆಲಗಡಲೆ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ, ಒಂದು ಚಮಚದಷ್ಟು ಈ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಕುಡಿಸಿ, ಮೈಗೆ ಈ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನೇ ಹಚ್ಚುತ್ತಾರೆ.

ದಿವಂಗತ ವೈದ್ಯಗುರು ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಸ್ವಾಮಿ ರಾಯಾಚಾರ್ಯರು ಮಧುಮೇಹಪೀಡಿತರಾದ ನೂರಾರು ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಬರೇ ಮಂತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ

ಗುಣಪಡಿಸಿದುದಾಗಿ 'ಸಂಯುಕ್ತ ಕರ್ನಾಟಕ' ದಿನಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದರು. ಅವರು ಔಷಧಗಳನ್ನೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.

ಮಂತ್ರಾಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಬರೆದು, ಸಣ್ಣದಾದ ಧಾತುವಿನ ಕೊಳವೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಮಾಡಿದ ಯಂತ್ರ ಮಣಿ(ತಾಯತ)ಗಳನ್ನು ದೆವ್ವ-ಭೂತ-ಪಿಶಾಚಿಗಳ ಪೀಡೆಗಳನ್ನೂ, ದುಷ್ಟರು ಮಾಡುವ ಮಾಟದ ಉಪದ್ರವಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು, ಅಪಸ್ಮಾರ ಮುಂತಾದ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲೋಸುಗವಾಗಿಯೂ ಕೆಲವರು ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈ ತಾಯಿತಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಟದ ಆಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕೊರೆದ ತಗಡು ಇರಬಹುದು; ಆ ತಗಡುಗಳ ಮೇಲೆ ಕನ್ನಡ, ಸಂಸ್ಕೃತ ಇಲ್ಲವೇ ಬೇರೆ ಭಾಷೆಯಲ್ಲೂ ಇರುವ ಮಂತ್ರಗಳ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಕೊರೆದಿದ್ದನ್ನು ಸೇರಿಸಿದ್ದಿರಬಹುದು. ಈ ಮಾಟದ ಬರಹಗಳು ತಾಂತ್ರಿಕ ಸ್ವರೂಪದ್ದಾಗಿವೆ.

ತಪಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ, ಮಂತ್ರಗಳ ಪಠಣದಿಂದಲೂ, ಮಾಂತ್ರಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಂದಲೂ (ವಿಧಿ-ಕ್ರಮಗಳಿಂದಲೂ) ಒಳ್ಳೆ ದೇವತೆಗಳನ್ನಾಗಲಿ, ದುಷ್ಟದೇವತೆಗಳನ್ನಾಗಲಿ ಮಾಂತ್ರಿಕನು ಒಲಿಸಿಕೊಂಡು, ದೆವ್ವ-ಭೂತ ಮುಂತಾದ ಶಕ್ತಿಗಳ ಅಸಾಧಾರಣವಾದ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಣವನ್ನು ಸಾಧಿಸುವನೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾಗಮಂಗಲ ತಾಲೂಕಿನಲ್ಲಿ ನರಸಿಂಹ ಗೌಡ ಎಂಬ ಮಹನೀಯರು ವಿಶಿಷ್ಟ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸಿ ಉಳುಕಿನ ಭಾದೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತಾರೆ (ಇವರ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಗ್ರಾಮದೇವತೆಗಳ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ನಾನು ಡಾ. ಜಿ. ಶಂ. ಪರಮಶಿವಯ್ಯನವರಿಗೆ ಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.). ಇವರು ಮಂತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಎಪ್ಪತ್ತು ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವರೆಂದು ಡಾ. ಜಿ. ಶಂ. ಪರಮಶಿವಯ್ಯ ಅವರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ದಿ. ಗೆಣಸಿನ ಕುಳಿ ಹೆಗಡೆಯವರು ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿದವರ ಮೇಲೆ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ, ನೀರನ್ನ ಸುರಿಸಿ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ಸೋದರಿಯ ಮಗ ಈ ಕ್ರಮದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ ('ಸುಧಾ' ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಇಬ್ಬರ ಕುರಿತು ಲೇಖನ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಪ್ರಕಟವಾಗಿತ್ತು.).

4) **ವನಸ್ಪತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಡನೆ ಮಂತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೂ ಸೇರುವ ಕ್ರಮವಿದೆ**. ಕೆಲವು ಮಾಂತ್ರಿಕರು ವನಸ್ಪತಿ ಬೇರುಗಳನ್ನು ತಾಯಿತಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುವುದೂ; ರೋಗಿಯ ತೋಳಿಗೆ ಬೇರು ಕಟ್ಟುವುದೂ ಉಂಟು. ಅವುಗಳ ಉಪಯೋಗ ಮಾಂತ್ರಿಕವೂ, ಔಷಧ ಸ್ವರೂಪದ್ದೂ ಎರಡೂ ಆಗಿರುವಂತಿದೆ (ಕಾಲು ಮುಂದಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿದವರಿಗೆ

ರೋಗಿಯ ಅವಯವವನ್ನು ತಿಕ್ಕಿ ಉಳುಕನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯಿದೆಯೆಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ. ಈ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಮಂತ್ರ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ.). ಈ ರೋಗಗಳು ಸರ್ಪಗಳ ದೋಷದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವುವು ವೆಂಬ ಕಲ್ಪನೆಯಿದೆ. ಅದರಿಂದ "ಗರುಡ ಮಂತ್ರ"ವನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಲ್ಲಿದೆ (ಗರುಡ ಅಂದರೆ ಗರುಡ ಪಕ್ಷಿ ದೇವತೆ, ವಿಷ್ಣುವಿನ ವಾಹನ; ಸರ್ಪಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವ ಹಕ್ಕಿ.).

ಅಗ್ನಿ ಸರ್ಪಕ್ಕೂ, ಸರ್ಪ ಸುತ್ತಿಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಮಾಂತ್ರಿಕರು "ತುಂಡೆ" ಎಂಬ ಕ್ರಮವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ತುಂಡೆ ಅಂದರೆ, ಸ್ಥೂಲವಾಗಿ ಗಾಳಿ ಬೀಸುವುದು ಎಂದು ಅರ್ಥವಿದೆ. ಆ ಚಿಕಿತ್ಸಕನ ಮುಂದೆ ರೋಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಚಿಕಿತ್ಸಕನು ಲಕ್ಕಿ (ಸಂ. ನಿರ್ಗುಂಡೀ) ಗಿಡದ ಸಣ್ಣ ಎಲೆ ಟೊಂಗೆಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಮಂತ್ರ ಹೇಳುತ್ತಾ ರೋಗಿಯ ಬಾಧಿತ ಅವಯವದ ಮುಂದೆ ಬೀಸುತ್ತಾನೆ. ಔಷಧ ಗುಣಯುಕ್ತವಾದ ಅದರ ಗಾಳಿಯಿಂದಲೂ, ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿದ ಲೇಪನದ ಎಣ್ಣೆಯೂ ಸೇರಿ ಬೇಗನೆ ಅಗ್ನಿಸರ್ಪ (Erysipelas) ಸಹ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

5) ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳು.

ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ದಿನ, ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಶೇಖರಿಸಿದ ವನಸ್ಪತಿಗಳಿಗೆ ಮಾಂತ್ರಿಕ ಶಕ್ತಿಯೂ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ.

ಕಾರೇ ಗಿಡದ ಬೇರುಗಳನ್ನು ದೀಪಾವಳಿ ಅಮಾವಾಸ್ಯೆ ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೇ, ಗ್ರಹಣದ ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೇ, ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ (ಗ್ರಹಣ ಹಿಡಿದಿದ್ದಾಗ) ಭೂಮಿಯಿಂದ ಅಗೆದು ತೆಗೆದರೆ ಅದರ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ.

ಕೆಲವು ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಮೌನದಿಂದಲೇ ತರಬೇಕು, ಬತ್ತಲೆಯಾಗಿದ್ದುಕೊಂಡು ಅವನ್ನು ತರುವುದು ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮ; ವನಸ್ಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡುವ ದುಷ್ಟಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬತ್ತಲೆತನವು ಓಡಿಸಿಬಿಡುತ್ತದೆ; ಅವುಗಳಿಗೆ ಈ ಬತ್ತಲೆ ಸ್ವರೂಪ ನೋಡಿ ನಾಚಿಕೆಯಾಗುವುದೇನೋ! ಇಲ್ಲವೆ, ಈ ಬತ್ತಲೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಬೆದರಿಯೇ ಅವು ಓಡಿ ಹೋಗುತ್ತವೇನೋ!

ಕೆಲವು ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಪೂಜಿಸಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವ ಕ್ರಮವಿದೆ. ಮರದ ತೊಗಟೆಗಳನ್ನು ಕಿತ್ತಿ ತೆಗೆದಾಗ ಕಬ್ಬಿಣದ ಆಯುಧಗಳ ಬದಲಿಗೆ ಚೂಪಾದ ಅಂಚುಳ್ಳ ಶಿಲೆಯ ತುಂಡನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಹಿತಕರವಾಗಿದೆ.

ಹಲವು ತರಹದ ರೋಗ ಕ್ರಿಮಿಗಳು (ದಂಡಾಣುಗಳು) ಕಬ್ಬಿಣದ ಸ್ಪರ್ಶದಿಂದ ಬೇಗನೆ ವೃದ್ಧಿಹೊಂದುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಈ ರೀತಿ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು ಯುಕ್ತಾಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

(೬) ದೇವತೆಗಳ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುವ ಕ್ರಮ

ಬಹಳ ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಒಬ್ಬ ದೇವನಾಗಲಿ, ಸ್ತ್ರೀ ದೇವತೆಯಾಗಲಿ ಒಂದೊಂದು ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೆಂಬ ನಂಬಿಕೆಯಿದೆ. ಸ್ಥಳೀಕವಾದ ನಂಬಿಕೆಗಳ ಕೆಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ [ಅಸ್ಸೀರಿಯನ್ ಮತ್ತು ಬಾಬಿಲೋನಿಯನ್ ದೇವತೆಗಳ ಕುರಿತು ಡಾ. ಎಂ. ಬಸವರಾಜ ಅವರ "ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ ದರ್ಶನ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಗಳಿವೆ. (ಕನ್ನಡ ಗ್ರಂಥ, ಬೆಂಗಳೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಪ್ರಕಟಣೆ)].

ತುಮಕೂರು ಜಿಲ್ಲೆಯ ನಾಗಮಂಗಲ ತಾಲೂಕಿನ ಹುಲಿಕೆರೆಯ ಅಮ್ಮನು ನರೋಲಿಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವಳಲ್ಲದೆ, ಆದ ನರೋಲಿಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲಳು.

ತುಮಕೂರು ಜಿಲ್ಲೆಯ ತುರುವೇಕೆರೆಯ ಹತ್ತದ ಸಿದ್ದಪ್ಪ ಎಂಬ ದೇವನು- ತನ್ನ ಸ್ಥಾನದ ಮಣ್ಣನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿದರೆ ಅಂಡದ ಬಾವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಚೌಡಿ ದೇವತೆಯು ಮಲೇರಿಯಾ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಕೆಲವೆಡೆ ಉಂಟು.

ಮಾರಿಯಮ್ಮನ ಕ್ರೋಧದಿಂದಲೇ ಮಾರಿಕಾ (ಕಾಲರ) ರೋಗದ ಪಿಡುಗು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆಂದು ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾರಿಯಮ್ಮನನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಪೂಜಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಬೆಂಗಳೂರು ಜಿಲ್ಲೆಯ ಗಡ್ಡನಾಯಕನ ಹಳ್ಳಿಯ ಸುಗ್ಗಲಮ್ಮ ದೇವತೆಯು ರಕ್ತಾತಿಸಾರವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಅವಳಿಗೆ ಹರಕೆ ಹೇಳಿಕೊಂಡು, ಗುಣವಾದ ಮೇಲೆ ಸೀರೆಯೊಂದನ್ನು, ರವಿಕೆ ಕಣವನ್ನು, ಹಚ್ಚಿದ ದೀಪವನ್ನು, ತಂಬಿಟ್ಟನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಚರ್ಮರೋಗ ನಿವಾರಣೆಗಾಗಿ ಸವದತ್ತಿ ಎಲ್ಲಮ್ಮನ ದೇವಾಲಯದ ಬಳಿಯ ಕೆರೆಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳು ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅನಂತರ, ಎಲ್ಲಮ್ಮ ಜೋಗತಿಯರೆಂಬ ಭಕ್ತೆಯರು ದೇವಿಯ ಪ್ರಸಾದರೂಪವಾಗಿ ಕುಂಕುಮವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಗುಣವಾಗಲು ಇನ್ನಷ್ಟು ಅನುಕೂಲಕರವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಚಿಕ್ಕವರ ಕೋಡುಗಗೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ರಕ್ತಾತಿಸಾರಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಕುಕ್ಕಲಮ್ಮ ದೇವತೆಯನ್ನು ಪೂಜಿಸುತ್ತಾರೆ (ಈ ಮಾಹಿತಿ ಡಾ. ಡಿ ಕೆ ರಾಜೇಂದ್ರ ಹೇಳಿದ್ದು.).

ನಂಜನಗೂಡು ನಂಜುಂಡೇಶ್ವರ ದೇವಾಲಯದ ಕಾರಣದಿಂದ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಮೈಸೂರು ಹುಲಿಯೆಂದು ಖ್ಯಾತನಾಗಿದ್ದ ಟಿಪ್ಪುಸುಲ್ತಾನನ ಸಂಬಂಧಿಕರ ರೋಗಗಳನ್ನು ಈ ದೇವರ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ವಾಸಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ

ಟಿಪ್ಪುಸುಲ್ತಾನನು ಈ ದೇವರಿಗೆ "ಹಕೀಮ್ ನಂಜುಂಡ" ಎಂಬ ಬಿರುದನ್ನು ಕೊಟ್ಟು, ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ದಾನ ಮಾಡಿದನೆಂದು ಲಿಖಿತ ಆಧಾರವಿದೆಯೆನ್ನಲಾಗಿದೆ (ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಲೇಖಕನಿಗೆ ಡಾ. ಜಿ. ಶಂ. ಪರಮಶಿವಯ್ಯನವರು ತಿಳಿಸಿದರು.).

ಸಿಡುಬು (ಕಟ್ಟೆ) ಗೋಣಿ ದಡಾರ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಯಾವುದೇ ಪಿಡುಗು ಹಬ್ಬುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯ ದೇವತೆಯ ಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಪಲ್ಲಕ್ಕಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಊರಿನ ಮನೆಗಳಗುಂಟ ಮೆರವಣಿಗೆ ಹೊರಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ, ಹೂ, ಬಾಳೆಹಣ್ಣು, ಕಡ್ಡಿ ಕರ್ಪೂರ ಇವನ್ನು ತಂದು ಸ್ಥಳೀಕ ಜನರು ಭಟ್ಟರಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಭಟ್ಟರು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ಒಡೆದು ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡಿ, ಹೂಗಳಿಂದ ಮೂರ್ತಿಯನ್ನಲಂಕರಿಸಿ, ಕಡ್ಡಿ-ಕರ್ಪೂರ ಹಚ್ಚಿ ಆರತಿ ಬೆಳಗಿ ಪೂಜೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ದೇವರು ಪ್ರಸನ್ನಗೊಂಡು ಪಿಡುಗುಗಳ ಹಬ್ಬುಗೆಯನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಹಾಯವಾಗಿ ಜನರಿಗೆ ಒಳಿತಾಗುವುದೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಬೀದಿ, ರಸ್ತೆಗಳನ್ನು ಸಾರಿಸಿ, ಕಾರಣೆ ಮಾಡಿ ದೇವರ ಮೆರವಣಿಗೆಯನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸುವ ಕ್ರಮದಿಂದ ಶುಚಿತ್ವ ಉಂಟಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ದೊರೆಯಲು ಅದರಿಂದ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

'ಶೀತಲಾ' ಎಂಬ ಹೆಣ್ಣು ದೇವತೆಯ ಕೋಪದಿಂದ ಸಿಡುಬು ಉಂಟಾಗುವುದೆಂದು ಬಗೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅವಳ ಕೋಪವನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಲು ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿದ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಗೋಮಯ ಸೇರಿಸಿದ ನೀರಿನಿಂದ ನೆಲವನ್ನು ಸಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ನೀರಲ್ಲಿ ಜೇಡಿಮಣ್ಣು ಕದಡಿ, ರಂಗವಲ್ಲಿಯನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಮರದ ಹಲಗೆಯ ಮೇಲೆ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ತುಂಬಿ ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಎದುರುಗಡೆ ಮಣೆಯ ಮೇಲೆ ರೋಗಿಯನ್ನು ಕುಳ್ಳಿರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಸಿಹಿ ಸೇರಿಸಿದ ನೀರೊಡನೆ ಅನ್ನವನ್ನು ಕಲಸಿ ದೇವತೆಗೆ ನೈವೇದ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಪಾತ್ರೆಯ ಮೇಲೆ ಕಹಿಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಇಡುತ್ತಾರೆ.

ಕುಂಕುಮ ಹಚ್ಚಿದ ಎರಡು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟು, ಎಲೆಗಳನ್ನು, ಅಡಿಕೆಗಳನ್ನು, ಹೂಗಳನ್ನು ಕಾಯಿಗಳ ಎದುರು ಇಡುತ್ತಾರೆ. ದೇವತೆಯನ್ನು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪೂಜಿಸುತ್ತಾರೆ.

ರೋಗಿಗೆ ಕಹಿಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ತೊಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪೂಜೆಯಾದ ಅನಂತರ, ಸೇರಿದ ಜನರಿಗೆ ಪ್ರಸಾದ ವಿತರಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಮಾಟಗಾರನು "ಬುಡು ಬುಡು" ಎಂದು ರೋಗಕಾರೀ ದೇವತೆ ಬಿಟ್ಟುಹೋಯಿತು ಎಂಬ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಕೂಗುತ್ತಾನೆ. ರೋಗಿಯು ಗುಣಪಡೆವ ಸಂಭವವೂ ಇದರಿಂದ

ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇವಿನೆಲೆ ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಗುಣಕಾರಿಯಾದ ತತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಔಷಧದ ಪರಿಣಾಮ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ತಮ್ಮ ರೋಗ ಗುಣವಾದ ಮೇಲೆ, ತಾವು ಮೊದಲು ಮಾಡಿದ್ದ ಹರಕೆಯ ಪ್ರತಿಜ್ಞೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಲು ದೇವಾಲಯಗಳ ಮೈಲ ಸುತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಉರುಳು ಸೇವೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ದೀಪವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ದೇವಾಲಯದ ಸುತ್ತಲೂ ಸುತ್ತುತ್ತಾರೆ.

ತಮ್ಮ ತಲೆ ಕೂದಲುಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಕೆಲವರು ದೇವಾಲಯದ ಬಾಗಿಲಲ್ಲಿ ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ತುಟಿಗೆ ಕಬ್ಬಿಣದ ಕಡ್ಡಿ ಚುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಬಾಯಿಗೆ ಬೀಗ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಮೈ ತೂಕಕ್ಕೆ ಸರಿಹೋಗುವಷ್ಟು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ, ಅಕ್ಕಿ ಹಾಕಿ ತಕ್ಕಡಿಯಲ್ಲಿ ತೂಗಿಸಿಕೊಂಡು ತುಲಾಭಾರ ಹರಕೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹಳೆಯ ಪೊರಕೆ, ಮೊರ, ಬುಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಕೂಡಿಸಿ ರಾಶಿ ಹೊರೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹಳ್ಳಿಯ ಜನರು ಬೇರೆ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಸಾಗಿಸಿ ಅಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟುಬರುತ್ತಾರೆ. ಕಟ್ಟಿಗೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಹೆಣ್ಣು ಗೊಂಬೆಯನ್ನು (ಮೂರ್ತಿ) ಅದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಂಡೊಯ್ದು ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಉಡುಗಲಜ್ಜಿ' ಅಂದರೆ ಹಳೆಯ, ನಿರುಪಯುಕ್ತ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳ ಪ್ರತೀಕವಾದ ಮುದುಕಿಯೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 'ಉಡುಗು' ಅಂದರೆ 'ಕಸ ಗುಡಿಸು' ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಮುಂದಿನ ಹಳ್ಳಿಯವರು ಈ ಹೊರೆಗಳನ್ನು ಮುಂದಿನ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಸಾಗಿಸಿ ರಸ್ತೆಯ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಕೊನೆಗೆ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಒಗೆಯುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ಜನರು ಇದನ್ನು 'ಮಾರಿ ಹೊರೆ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

III) ಮಾಟದ ತರ್ಕ ಸೂತ್ರ

ಜನರ ಅನುಭವದ ಸುತ್ತ ಜನಪದ ವೈದ್ಯವು ಬೆಳೆದಿದೆ. ಅದರಿಂದಾಗಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಜನರ ನಂಬಿಕೆಗಳೂ, ರೂಢಿಯ ಆಚರಣೆಗಳೂ, ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಉಗಮ ಹೊಂದಿದವೂ ಇರುತ್ತವೆ.

ಜನರು ಹಿಂದೆಯೂ ಇಂದೂ ಬಹಳ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯುಳ್ಳವರು. ಪರಂಪರಾಗತವಾಗಿ ಅವರು ಭೂತ, ದೆವ್ವ ಮೊದಲಾದ ಅದೃಶ್ಯವಾದ, ನಿಸರ್ಗಾತೀತವಾದ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನಂಬಿಕೊಂಡವರು. ಆ ಶಕ್ತಿಗಳು ಒಳಿತು-ಕೆಡುಕುಗಳನ್ನು ಸಹ ಮಾಡಬಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಶಕುನಗಳು, ನಿಮಿತ್ತಗಳು ಭವಿಷ್ಯ ದರ್ಶಕ ಶಕ್ತಿ, ಭೂತ-ದೆವ್ವಗಳ ಆವೇಶ ಬರುವ ಪಾತ್ರಗಳು, ತಾಯಿತಗಳು, ತೀರ್ಥ, ಪ್ರಸಾದ, ವಿಭೂತಿ, ಶ್ರೀಗಂಧ ಮುಂತಾದುವನ್ನು ನೀಡುವ ಸ್ವಾಮಿಗಳು, ಸಾಧುಸಂತರಾದ ಗಂಡಸರು, ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಮುಂತಾದವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಉಪದೇಶ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಈ ಆಳವಾಗಿ ಬೇರೂರಿರುವ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಮಾನಸಿಕ ಆಘಾತಗಳು, ಭೀತಿಗಳು, ಆಕಸ್ಮಿಕ ಮರಣವನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ, ನವೆದು-ನವೆದು ಸಾಯುವ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ತರಬಲ್ಲವು.

ಭಯ-ಭೀತಿಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ನಿಸರ್ಗಾತೀತ ಶಕ್ತಿಗಳು ಇರಬಹುದು, ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ, ಭೀತಿಯೂ ಅದರ ಪರಿಣಾಮವಾದ ದೈಹಿಕ-ಮಾನಸಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳು ನೈಜವಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಕಾಣಬರುತ್ತವೆ. ನಂಬಿಕೆಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವ ಕಷ್ಟಗಳು ತುಂಬಾ ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿವೆ.

ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ವಿಜ್ಞಾನ-ಧರ್ಮಗಳು ಮಾಟವೆಂಬುದಾಗಿ ಒಂದಾಗಿದ್ದವು. ವಿಜ್ಞಾನವು ಬಾಲ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿತು; ಧಾರ್ಮಿಕ ಆಚರಣೆಗಳು ಮಾಟದ ಒಂದು ಭಾಗವೇ ಆಗಿದ್ದವು.

ಮಾಟದ ಆಚರಣೆಗಳು ಪ್ರಾಚೀನ ಮಾನವರ ಜೀವನಕ್ರಮದಲ್ಲೇ ಸೇರಿದ್ದವು. ಕೆಲವು ಜನರಿಗೆ ರೋಗಗಳು ಬಾರದಿರುವುದರಿಂದ ರೋಗಗಳು ಅನ್ಯೆಸರ್ಗಿಕ, ಅಸ್ವಾಭಾವಿಕವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿದ್ದರು.

ಮಾಟಗಾರರಮಾಟಗಳಿಂದಲಾಗಲಿನಿಸರ್ಗಾತೀತವಾದಶಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿಯಾವುದರದೋ ಅಸಂತೋಷದ ಮೂಲಕ ರೋಗಗಳುಂಟಾಗುತ್ತವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಮಾಟದ ಆಚರಣೆ ಮಾಡಿ ಮಾಟಗಾರನು ನೈಸರ್ಗಿಕವಾದ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ, ನಿಸರ್ಗಾತೀತ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನೂ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಡಬಹುದೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದರು. ಮಾಟಗಾರನೇ ವೈದ್ಯನೂ ಆಗಿದ್ದನು. ಬಹಳ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಇಂಥ ವೈದ್ಯನನ್ನೇ ರಾಜನನ್ನಾಗಿ, ಪಂಗಡದ ಮುಖ್ಯನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. (ಜೇಮ್ಸ್ ಫ್ರೇಸರ್, 'ಚಿನ್ನದ ಟೊಂಗೆ'- The Golden Bough).

ವೈದ್ಯನೂ ಭೂತಪಾತ್ರಿಯೂ ಆದ ಮಾಟಗಾರನು ಮಾಟದ ತಂತ್ರಗಳನ್ನೂ ವಿಧಾನಗಳನ್ನೂ, ಅಲ್ಲದೆ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನೂ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಕೆಲವು ಅವಯವಗಳನ್ನೂ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಉಪಚರಿಸುವಾಗ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದನು. ಕೆಲವು ಸಾರೆ ಬರೆ ಮಾಂತ್ರಿಕ ಆಚರಣೆಗಳು ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಗುಣಮಾಡಲು ಸಾಲುತ್ತಿದ್ದವು. ಈ ರೀತಿಗಳು ಈಗಲೂ ಇವೆ.

ಮನಸ್ಸು ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಮಾಡುತ್ತದೆ; ಶರೀರದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಸ್ವಸೂಚನೆ, ಪರಸೂಚನೆಗಳು ಸಹ ತಮ್ಮ ಪಾತ್ರ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೆಯ ಕ್ರಮವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಮಾನಸಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿದ್ದು ಭೀತಿಯ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ದೂರಗೊಳಿಸುವವಾಗಿದೆ.

ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೆಗೆ ಮಾಡುವ ಮಾಟಗಾರನ ತಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಭೂತ(ಇಲ್ಲವೆ, ದೆವ್ವ-ಪಿಶಾಚಿ)ಗಳನ್ನು ಕಾಣುವ ಕ್ರಮ ಮೊದಲಿನದು. ಆಮೇಲೆ ಉಚ್ಚಾಟನೆಯ ಕ್ರಮ. ಈ ತಂತ್ರಕ್ಕೆ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಒಂದು ಹೆಸರು “ನೋಟ” ಎಂದು ಇದೆ. ಕಾಡುವ ದೆವ್ವದ ನೋಟ, ಕಾಡುವ ಭೂತ, ಇಲ್ಲವೇ ಬೇರೆ ಅದೃಶ್ಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಾಣುವುದು- ಅದರ ಕಾಟವನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕುವುದು ಎರಡೂ ಈ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿವೆ.

ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೆ ಮಾಡಲು ಈ ‘ನೋಟ’ಗಾರನನ್ನು ಬಾಧಿತನ ಸಂಬಂಧಿಕರು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅವನ ಮನೆಗೂ ಹೋಗಿ ಈ ಕ್ರಮವನ್ನು ಮಾಡಿಸಬಹುದು. ತನ್ನ ಮುಂಗಡೆ ಹಲಗೆಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಅಕ್ಕಿಕಾಳನ್ನು ಅದರ ಮೇಲೆ ಹರಡಿ ತನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದ ಚಾಕುವಿನಿಂದ ಅವನು ಈ ಅಕ್ಕಿಕಾಳುಗಳನ್ನು ಗುಂಪುಗಳಾಗುವಂತೆ ಸರಿಸಿ ಇಡುತ್ತಾನೆ. ಅವನಿಗೆ ಇದರಿಂದ ಅಕ್ಕಿಕಾಳು ಲೆಕ್ಕ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಯಾವ ದೆವ್ವ, ಪಿಶಾಚಿ, ಇಲ್ಲವೇ ಭೂತ, ಮಾಸ್ತಿ, ಚೌಡಿ ಬಾಧಿತನಿಗೆ ಕಾಡುತ್ತವೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದೆ ಆ ಭೂತ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಓಡಿಸುವ ತಂತ್ರ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಬಾಧೆ ಕೊಡುವ ಎಲ್ಲಾ ಅದೃಶ್ಯ ಶಕ್ತಿಗಳ ತನಗೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತ ಕೂಗಾಡುತ್ತಾನೆ. ಮಣೆಯ ಮೇಲೆ ಬಾಗಿ, ಕೂತಲ್ಲಿಂದಲೇ ತನ್ನ ದೇಹವನ್ನು ಸುತ್ತಲೂ ತಿರುಗಿಸುತ್ತ ಕೂಗಾಡುತ್ತಾ, ಆಗಾಗ “ಹಂ...” “ಹಂ...” ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ, ವಿಶಿಷ್ಟ ಸ್ವರ ಬರುವಂತೆ ತನ್ನ ಉಸಿರನ್ನೆಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಕಾಡುವ ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಾಧಿತನಿಂದ ತೊಲಗುವಂತೆ ಮೊದಲು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅನಂತರ ಆಮಿಷಗಳನ್ನೂ, ಕೋಳಿ ಬಲಿಯ ಹರಕೆ ಹೇಳುತ್ತ-ಸೂಚಿಸುತ್ತ ಬಾಧಿತನನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಹೋಗುವಂತೆ ಬೆದರಿಕೆಯನ್ನೂ ಒಡ್ಡುತ್ತಾನೆ.

ಈ ಪರಿಶ್ರಮಕ್ಕಾಗಿ ಅವನಿಗೆ ಸಂಭಾವನೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡಗಳ ಹಳ್ಳಿಗಳ ಸಣ್ಣ – ದೊಡ್ಡ ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ ವಾಸಿಸುವ ಜನರು ಇಂಥ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನರು ಈ ಮಾಟ ವೈದ್ಯನ ಸಹಾಯವನ್ನೂ ವೈದ್ಯ (ಡಾಕ್ಟರ್) ಸಹಾಯವನ್ನೂ ಎರಡನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

IV) ಮೂಢನಂಬಿಕೆಯ ಅಜ್ಞಾನವೋ? ಪರಾ ವಿಜ್ಞಾನವೋ?

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ತಮ್ಮ ಮೆದುಳಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಹತ್ತರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಲ್ಲ, ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರರು. ಯೋಗ ಶಕ್ತಿಯ ವಿಕಾಸದಿಂದಲೂ,

ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಶಕ್ತಿಯಿಂದಲೂ ಕೆಲವು ಜನರು ಅಸಾಧಾರಣವಾದ ಶಾರೀರಿಕ-ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ದೂರದಿಂದಲೇ ವಿಚಾರವನ್ನೂ, ಭಾವನೆಯನ್ನೂ ಪ್ರಸರಣಗೊಳಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದೂರಪ್ರಸಾರ (Telepathy) ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಬರೇ ಮೂಢನಂಬಿಕೆ ಎಂದು ಬದಿಗೊತ್ತಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಪರಾಮಾನಸಶಾಸ್ತ್ರ ಶೋಧಕರು- ಭವಿಷ್ಯಸೂಚಕ ಸ್ವಪ್ನಗಳ, ಮೃತರೊಡನೆಯ ಸಂಭಾಷಣೆಗಳ, ಮೃತರ ದರ್ಶನದ ಹಾಗೂ ಪುನರ್ಜನ್ಮದ ಕುರಿತಾಗಿ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಲೇ ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ತಿಳಿದು ಪ್ರಚಾರಗೊಳಿಸುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರೂ ಭೌತವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಇಂಥ ಘಟನೆಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ಇವು ಸತ್ಯವೆಂದು ನಂಬುವುದಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧರಾಗಿಲ್ಲ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಮೃತ ಹೊಂದಿದ ಅಮೆರಿಕದ ಜೀನ್ ಡಿಕ್ಸನ್ ಎಂಬ ಮಹಿಳೆಯು ಗಾಜಿನ ಹರಳ (crystal) ಮೂಲಕ ನೋಡಿ, ಭವಿಷ್ಯದ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಮೊದಲೇ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವು ಭವಿಷ್ಯಗಳು ಸತ್ಯವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿವೆ; ವಿಚಾರವಾದಿಗಳೂ ಇವನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅಲ್ಲಗಳೆಯಲಾರರು. ಈ ಕುರಿತು ಸರಿಯಾದ ವಿವರಣೆಯೂ ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿಯದು.

ದೂರದಿಂದಲೇ ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ದೃಷ್ಟಿಸಿ ಕಬ್ಬಿಣದ ಸರಳುಗಳನ್ನು (ವಸ್ತುಗಳನ್ನು) ಬಾಗಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ದೃಷ್ಟಿಶಕ್ತಿ ಮೂಲಕ ಸಂಚಲನ (Kinesthesis) ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿ ಈ ವಿಷಯವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಈ ಶಕ್ತಿಯೂ ಇರುವುದೆಂಬುದನ್ನು ರಶಿಯನ್ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ನೋಡಿ ಒಪ್ಪಿದ್ದಾರೆ.

ಅದರಂತೆಯೇ ಸಮ್ಮೋಹಿನಿ ಶಕ್ತಿ (hypnotism) ಸಹ ಸತ್ಯವೆಂದು ಒಪ್ಪಿದ ವಿಷಯ; ಲಂಡನ್ನಿನ ಕೆಲವು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸಿಸುವಲ್ಲಿ- ಉದಾ.: ಸುಟ್ಟುಕೊಂಡ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಇದರಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಗಣನೀಯ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಜನರು ಈ ಸಮ್ಮೋಹಿನಿ ಶಕ್ತಿಯುಳ್ಳವರ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಈ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ (ಕೆಲವರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅಸಾಧಾರಣವಾದ ಅಯಸ್ಕಾಂತ ಶಕ್ತಿಯು ಇರುತ್ತದೆ. ಇವರ ನೋಟದಿಂದಲೇ ಎದುರಿದ್ದವರು ನಿದ್ರೆಗೊಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ.).

ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು; ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ಅವರ ಹಸ್ತದಲ್ಲಿ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ತಮ್ಮ ದೇವರ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಇಂಥ ಹಸ್ತ ಗುಣ ತಮ್ಮಲ್ಲಿದೆಯೆಂದು

ನಂಬುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ತಮ್ಮ ಪೂರ್ವಜರ ಪುಣ್ಯ ವಿಶೇಷ ಮೂಲಕವೆಂದೂ, ಇನ್ನಿತರರು ತಮ್ಮ ಗುರುಗಳ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ಈ ಶಕ್ತಿ ಬಂದಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ.

ಪುಣ್ಯ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ, ನಿಸ್ವಾರ್ಥ ಸೇವೆಯನ್ನು ಮನುಷ್ಯರಿಗೂ, ದನಗಳಿಗೂ, ಇತರ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೂ, ಮರಗಿಡಬಳ್ಳಿಗಳಿಗೂ ಸಲ್ಲಿಸಿದುದರಿಂದಾಗಿ ಇಂಥ ಶಕ್ತಿ ಬಂದಿದೆಯೆಂದು ನಂಬುವುದುಂಟು.

ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಆಕರ್ಷಣ ಶಕ್ತಿ ವಿರಳವಾಗಿ ಕೆಲವು ಜನರಲ್ಲಿರುವುದು ಸಹ ಲಕ್ಷಿಸಬೇಕಾದ ವಿಷಯ.

ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಂತರಾದ ವಿವೇಕಾನಂದರೂ ಮಾಟದ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ನಂಬಿಗೆಯನ್ನಿಟ್ಟಿದ್ದರು. ಕಾಶ್ಮೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಅತಿಸಾರ ರೋಗವಾದಾಗ ಇದು ಒಬ್ಬ ಮುಸ್ಲಿಮ್ ಮಾಟಗಾರನ ಕೇಡು ಮಾಟ(black magic)ದಿಂದ ಆದುದೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಇಂಥ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಒಳ್ಳೆಯ, ಇಲ್ಲವೇ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಮೂಡನಂಬಿಕೆಗಳ ಹಿಂದೆ ಅಸಮಂಜಸವಾದ ತರ್ಕವಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಇಂದಿಗೂ ವಿಜ್ಞಾನವು ವಿವರಿಸಲಾರದ ವಿಶೇಷ ಘಟನೆಗಳು (phenomena) ಇವೆಯೆಂಬುದನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಶಕ್ತಿಯು ಇಂಥ ಒಂದು ಪರಿಣಾಮ. ಫ್ರಾನ್ಸ್ ಮತ್ತು ಸ್ಪೇನ್ ದೇಶಗಳ ಮೇರೆಯಲ್ಲಿನ ಪಿರನೀಸ್ ಪರ್ವತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕ್ರೈಸ್ತ ಮಿಷನರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯುಂಟು. ಅಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮುಂತಾದ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಿದ ಹಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳುಂಟು.

ಅಮೆರಿಕದ ಒಂದು ರೆಸ್ಟೋರೆಂಟಿನ ಒಬ್ಬ ಸೇವಕನಿಗೆ ಮೀರಿಹೋದ ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗವು ಅವನ ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಆಗಿತ್ತು. ಆತನ ತಲೆಯ ಎಲುವು, ಚರ್ಮ ಒಂದು ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹಾಳಾಗಿ ಹೋಗಿ ರೋಗಗ್ರಸ್ಥವಾದ ಒಳಗಿನ ಮೆದುಳು ಕಾಣಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಇಂಥ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ತಂದ ತೀರ್ಥ ಸೇವನೆಯಿಂದಲೂ, ಮೆದುಳಿಗೆ ಅದನ್ನು ಸೇಚಿಸಿದುದರಿಂದಲೂ ಒಂದು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಆತ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣ ಹೊಂದಿದನು. "ಇಂಥ ಘಟನೆಗಳು ಪವಾಡಗಳೇ? ಪವಾಡಗಳಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಇನ್ನೇನು?" ಎಂಬ ತಲೆಬರಹದಲ್ಲಿ ಈ ಸಂಗತಿಯನ್ನು 'ರೀಡರ್ಸ್ ಡೈಜೆಸ್ಟ್' ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆಯ ಒಂದು ಹಿಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಲೇಖನವನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಈ ತರಹದಿಂದ ರೋಗಿಗಳು ಗುಣವಾಗಿದ್ದು ಪವಾಡದಿಂದಲೋ ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಗುಣವಾದವೋ?

ಜೀವವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ನೋಬೆಲ್ ಬಹುಮಾನವನ್ನು ಪಡೆದು ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾದ ಡಾ. ಅಲೆಕ್ಸಿ ಕೆರೆಲ್ ಅವರು ತಮ್ಮ "ಅಜ್ಞಾತ ಮಾನವ" (Plan the Unknown – 'ಅವ್ಯಕ್ತ ಮಾನವ' ಎಂಬ ತಲೆಬರಹದಿಂದ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಈ ಗ್ರಂಥ ಅನುವಾದಗೊಂಡು ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿದೆ.)

ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಇವನ್ನು ಬರಿಯ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳೆಂದು ಬದಿಗೆ ಸರಿಸಕೂಡದೆಂದು ಕಳಕಳಿಯಿಂದ ಕೇಳಿಕೊಂಡಿದ್ದರು.

ಸಾವಿರಾರು ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಸತ್ಯ ದೂರವೆಂದು ಕಡೆಗಣಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಪರೀಕ್ಷಣ ಹೊರತಾಗಿ ವಿಜೃಂಭಿಸುವ ಪರಾ ವಿಜ್ಞಾನವು ಉಂಟು.

V) ಚವಿ (ಛವಿ) ಸಿದ್ಧಾಂತ ಮತ್ತು ಈ ಮೂಲಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿನ 'ಛವಿ' ಅಂದರೆ, ಪ್ರಕಾಶ ಎಂಬ ಶಬ್ದವು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ತದ್ಭವಗೊಂಡು 'ಚವಿ' ಎಂದು (ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ) ರೂಢಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಕಾಶವು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಪ್ರಕಾಶ. ಇದು ರೂಢಿಯಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರದ ಕೊರತೆಯ ಪರಿಣಾಮವೆಂದು- ಗರ್ಭಿಣಿಯರ, ಬಾಣಂತಿಯರ ಮತ್ತು ಶಿಶುಗಳ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಚವಿದೋಷವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಅಶುದ್ಧವಾದರೆ, ನೀರಾಗಿ ಬಹಳವಾದರೆ, ಚವಿಯ ಕೊರತೆ ಕಾರಣವೆನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪದೇಪದೇ ಗರ್ಭಪಾತವಾಗುವುದು, ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ರಿಕೆಟ್ಸ್ (ಮುಡ ದೋಷ) ರೋಗವು, ಸತ್ತ ಶಿಶು ಜನನವು ಚವಿದೋಷದ ಮೂಲಕವೇ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಈ ತರಹದ ರೋಗಗಳನ್ನು ಚವಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ತಡೆದು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಉಪದಂಶ (ಸಿಫಿಲಿಸ್) ರೋಗ ಮೂಲಕವಾದ, ಪ್ರಮೇಹ (ಗೊನೊರಿಯಾ) ಮೂಲಕವಾದ ಶಿಶು ಜನನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಫಲಕಾರಿಯಾಗುವುದೆಂದು ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಹೇಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಚವಿಗೆ 'ಗಂಗುಂಗೆ ಬಳ್ಳಿ'ಯ ಬೇರನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೈದು ಗರ್ಭಿಣಿಗೂ ಬಾಣಂತಿಗೂ ಕುಡಿಯಗೊಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಔಷಧದ ಕೆಲವು ಬಿಂದುಗಳನ್ನು ಶಿಶುವಿಗೂ ಕುಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಗರ್ಭಪಾತವಾಗುವ ಹೆಂಗಸಿಗೂ, ಮೃತ ಶಿಶು ಜನನವಾಗುವ ಗರ್ಭಿಣಿಗೂ 'ಪುತ್ರಂಜೀವಿ' (Child Life Tree) ವೃಕ್ಷದ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ತೈದು ದಿನಾಲು ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದಲೂ ಹಡೆವ ಪರ್ಯಂತವೂ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ತುಪ್ಪ ದೇವದಾರು ತೊಗಟೆಯನ್ನು (Indian Cedar) ಸಹ ಈ ರೀತಿ ಕೊಡುವುದುಂಟು.

VI) ಆಹಾರ-ಪಥ್ಯ

ವಿಶಿಷ್ಟ ರೋಗಗಳಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟ ಪಥ್ಯ ಕ್ರಮವನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದಿದೆ. ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪರಿಯಂತವೂ ಈ ಪಥ್ಯ ಪಾಲನೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹಲವಾರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಪರಿಣಾಮಕ್ಕೆ ಮಹತ್ವದ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅರ್ಧಾಂಗವಾತದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಸರು ಪಡೆದ ಅಂಕೋಲಾದ ಬೆಳಂಬಾರದ ಗೌಡರು ಕೊಡುವ ವನಸ್ಪತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೀತಿ ಹೀಗೆಯೇ ವರ್ತಿಸಬೇಕು, ಹೀಗೆ ವರ್ತಿಸಬಾರದು ಎಂಬಂತಹ ಸೂಚನೆ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಔಷಧಗಳನ್ನು ತರುವಾಗ ಮೌನದಿಂದ ತರಬೇಕು. ಅದನ್ನುನೆಲದ ಮೇಲಿಡಬಾರದು. ಬಳೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿದ ಹೆಂಗಸು ಆ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಒರಳಿನಲ್ಲಿ ಬೀಸಿ ಇಲ್ಲವೇ ರುಬ್ಬಿ ಔಷಧ ತಯಾರಿಸಬಾರದು.

ಆಹಾರ ಪಥ್ಯವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಈ ರೀತಿಯ ವಿಧಿ-ನಿಷೇಧಗಳು ಔಷಧದ ಮೇಲಿನ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಮುಂಚೆ, ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೈಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಎಲ್ಲಾ ಔಷಧ ಸೇವನೆ ನಿಷಿದ್ಧವಾಗಿತ್ತು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಡಾಕ್ಟರರು ನ್ಯೂರೋಬಿಯನ್ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಕೊಟ್ಟು ಜೊತೆಗೆ ಈ ಮೇಲಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೂ ಕೈಕೊಳ್ಳಲು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ದೀರ್ಘಕಾಲದ್ದಲ್ಲದ ಅರ್ಧಾಂಗವಾತದ ರೋಗದಲ್ಲಿಯೂ ರೋಗಿಯು ತೀರಾ ಮುಪ್ಪಿನವನಾಗಿರದ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ರಕ್ತದೊತ್ತಡದ ಸಮಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡರೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮೆದುಳಿನ ಗಡ್ಡೆಯ ಬಾಧೆಯ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಆದ ಅರ್ಧಾಂಗವಾತಕ್ಕೂ ಮೆದುಳಿನ ಅತಿ ರಕ್ತಪ್ರಾಸದಿಂದ ಸಂಭವಿಸುವ ಬಹು ಗಂಭೀರ ರೋಗಕ್ಕೂ ಇದು ಗುಣಕಾರಿಯಾಗಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.

ಲೂತಿ (ರುತ್ತಿ, Eczema) ರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪನ್ನು ಸಸಾರಜನಕವು ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಇರುವ ಆಹಾರವನ್ನು ಅಪಥ್ಯವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ರೋಗಿಗೆ ರಕ್ತ ನಂಜನ್ನು ಅಂದರೆ ಅಲರ್ಜಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಬಹಳ ಆಹಾರವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಔಷಧ ಸೇವನೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಮುಂದೆ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಪರ್ಯಂತವೂ ಪಾಲಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಬೇಕು. ಅನ್ನ, ಎಳನೀರು ಇಲ್ಲವೇ ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯ ಹಾಲು, ಇಲ್ಲವೇ ಆಕಳ ಹಾಲನ್ನು ಸೇವಿಸಬಹುದು.

ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ನಂಜು ಎಂದು ಗುರುತಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಂಜು ಅಂದರೆ ವಿಷ, ಕೆಲವು ನಂಜಿನ ವಸ್ತುಗಳ ಉದಾಹರಣೆಯೆಂದರೆ- ಅವಲಕ್ಕಿ, ಬೂದುಗುಂಬಳಕಾಯಿ, ಬದನೆಕಾಯಿ, ಹಲಸಿನಕಾಯಿ, ಹಲಸಿನ ಹಣ್ಣು ಮುಂತಾದವು. ಚರ್ಮರೋಗಿಗಳೂ, ಗಾಯದಲ್ಲಿ ರಸಿಗೆಯಾದವರು ಇವನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು. ಇವುಗಳಿಂದ ಈ ರೋಗಗಳು ಉಲ್ಬಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಇಂಥ ಹಲವು ಆಹಾರ ವಸ್ತುಗಳು ಜೀರ್ಣಿಸಲು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಈ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಹಳ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ನಿಷೇಧಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕರಿದ ಆಹಾರ ವಸ್ತುಗಳೂ ಜೀರ್ಣಕ್ಕೆ ಕಷ್ಟವಾಗಿರುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಬೇರೆ ರೀತಿಗಳಿಂದಲೂ ಸಹ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿಕರವಾಗಿವೆ. ಮೊದಲೇ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿರುವ ರೋಗಿಗೆ ಇವು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ತೊಂದರೆ ಕೊಡುತ್ತವೆ.

VII) ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

"ಪ್ರತಿಬಂಧವು ಗುಣಪಡಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲು" ಎಂಬ ಹಳೆಯ ಲೋಕೋಕ್ತಿಯು ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಿರುವ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಸ್ಥಾನವಿದೆ.

ಚವಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಮತ್ತು ಗುಣಕಾರಿ ಎರಡೂ ತರಹದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಕೈಮಸಕಿನ ವಿಷದ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ್ಕೆ- ಪುತ್ರಂಜೀವಿ ಮರದ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಅರೆದು ಕುಡಿಸಿದರೆ, ಯಾರೊಬ್ಬರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಷ ಹಾಕುವದಾದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿ ಊಟ ಮಾಡಿದರೆ ವಿಷ ಹಾಕಿದ್ದು ಹಾರಿಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಕೋಡಗ ಕೆಮ್ಮಿನ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ್ಕೆ- ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ದಾರದಲ್ಲಿ ಸುರಿದು ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಹಾರದಂತೆ ಧರಿಸಬೇಕು; ಇರಿವೆ ತಿನ್ನುವ ಚಿಪ್ಪುಳ್ಳ ಪ್ರಾಣಿಯ ಚಿಪ್ಪುಗಳ ಹಾರ ಧರಿಸಿದರೂ ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಳ್ಳು ಬಿದಿರಿನ ಎಳೆ ಕಳಿಲೆಯನ್ನು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಾರು ಹುಣ್ಣಿನ ರೋಗಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಾರೆ ಮರದ ಟೊಂಗೆಯ ತುಂಡನ್ನು ಮೈಮೇಲೆ ಧರಿಸಿದರೆ ಮಂಗಬಾವಿಗೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ತೀರಾ ಪ್ರಾರಂಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮೋತಿಬಿಂದುವಾದ ಕಣ್ಣಿಗೆ 'ಹುಲಿ ಗೌರಿ ಬಳ್ಳಿಯ ಎಲೆ'ಗಳ ರಸವನ್ನು ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದರೆ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಮೋತಿಬಿಂದುವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಈ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿ ನೋಡುವುದು ಉಪಯುಕ್ತವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿದಿನ ಬೀಟ್ ಗಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತದೊತ್ತಡಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದೆನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ, ಜೀವನಕ್ರಮದಲ್ಲೂ, ಆಹಾರದಲ್ಲೂ, ಚಟಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿಯೂ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿರಬೇಕು.

ಶ್ರೀಗಂಧದ ಕಟ್ಟಿಗೆಯನ್ನು ನೀರಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು ಮೂರು ಗ್ರಾಮ್ ಅಂದರೆ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ವಾಂತಿ-ಭೇದಿಗೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಏಳನೆಯ ಇಲ್ಲವೇ ಎಂಟನೆಯ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಕೇಸರಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕೊಟ್ಟರೆ, ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶಿಶುವಿಗೆ ಕೆಂಪಿರೋಗಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಸ್ತೂರಿ ಇಲ್ಲವೇ ಪುನುಗನ್ನೂ ಮೈಲಿಗೂ ಸಿಡುಬಿಗೂ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುವಂತೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ.

ವಾಯುವಿಳಂಗದ ಪಂಚಾಂಗಗಳಾನ್ನಾಗಲಿ ಇಲ್ಲವೇ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ಎಲೆ, ತೊಗಟೆ, ಹೂಗಳು, ಹಣ್ಣುಗಳು ಮತ್ತು ಬೀಜಗಳನ್ನು ಸಾಸಿವೆ ಸೇರಿಸ- ಅರೆದು ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ, ನಾಲ್ಕರಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅಂಶಕ್ಕೆ ಇಳಿಸಿ, ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಸಾರೆ ಕುಡಿಸಿದರೆ- ಧನುರ್ವಾತಕ್ಕೂ, ದೊಡ್ಡವರ ಅರ್ಧಾಂಗವಾತಕ್ಕೂ, ಚಿಕ್ಕವರ ಪೋಲಿಯೋ ರೋಗಕ್ಕೂ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ನರಿಯನ್ನು ಕೊಂದು ಅದರ ನಾಲಿಗೆಯನ್ನೊಣಗಿಸಿ ಹಿಟ್ಟು ಮಾಡಿ, ಅರ್ಧ ಗ್ರೇನ್ ಇಲ್ಲವೇ, ಒಂದು ಗ್ರೇನ್ ನಷ್ಟು ಜೇನಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಕೊಟ್ಟರೆ ಧನುರ್ವಾತಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗಿ, ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಧನುರ್ವಾತವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಹಸಿ ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ದಿನಾಲು ತಿಂದರೆ ಸೂರ್ಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮೆದುಳಿನ ರಕ್ತಸ್ರಾವಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ- ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ಒಂದೆಲಗ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅಷ್ಟೇ ಕಸಕಸೆ ಸೇರಿಸಿ ಮುಷ್ಟಿ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ, ಕೆಂಡದ ಒಲೆ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ, ಲೇಹ್ಯದಂತಾಗಲು ಇಳಿಸಿ ತಣಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ಚಮಚ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಸಾರೆ ತಿನ್ನಲು ಕೊಡಬೇಕು.

ಉರಿ ಶೀತ ಜ್ವರ (ಫ್ಲೂ) ಪ್ರತಿಬಂಧಕವೆಂದು ಮೆಣಸಿನಕಾಳನ್ನೂ, ಶುಂಠಿಯನ್ನೂ ಹಾಕಿ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು.

VIII) ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಪ್ರಕಾರಗಳು

೧) ಗಂಡಸರಿಗೆ, ಹೆಂಗಸರಿಗೆ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮದ್ದುಗಳು

೨) ದನಗಳಿಗೂ, ಕೋಳಿಗಳಿಗೂ, ಕುದುರೆಗಳಿಗೂ, ನಾಯಿಗಳಿಗೂ ಔಷಧಗಳು

೩) ವೃಕ್ಷ ಗಳಿಗೂ ಗಿಡಬಳ್ಳಿ ಗಳಿಗೂ ಮದ್ದುಗಳು

ಅ) ಗಂಡಸರು, ಹೆಂಗಸರು ಮತ್ತು ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕಗಳಿಗೂ ಹಲವು ಔಷಧಗಳು ಒಂದೇ ಬಗೆಯವು. ಆದರೆ ಗಂಡಸರ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿವೆ. ಶೀಘ್ರ ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನ ಮತ್ತು ನಪುಂಸಕತ್ವ ಹಾಗೂ ಪ್ರಸ್ಥಿತ ಗ್ರಂಥಿಯ ಊದುವಿಕೆಗಳು ಗಂಡಸರಿಗೇ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿವೆ.

ತಾರುಣ್ಯದಲ್ಲಿ ಹುಡುಗರಿಗೆ ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನ ಉಂಟಾಗುವುದು ಸಹಜ. ಆದರೆ, ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನದ ಸ್ವಪ್ನಗಳು ತಿಂಗಳಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಸಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಅಶಕ್ತಿ

ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೋಗಿಗಳು ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವ ಹಸಿಮೆಣಸು, ಗೇರುಬೀಜಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು. ಆಹಾರವನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ತಿನ್ನಬಾರದು.

ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ಬಿಳಿ ಎಳ್ಳನ್ನು ಹುರಿದು ದಿನಾಲು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಇಲ್ಲವೇ ಎಳ್ಳು ಹಾಗೂ ಕಸಕಸೆ ಇವನ್ನು ಅರೆದು ಹಾಲಿನೊಡನೆ ದಿನಾಲು ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಎರಡು ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆಗಳ ರಸ ಹಾಗೂ ಅಷ್ಟೇ ಪ್ರಮಾಣದ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಹಾಗೂ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ತಣಿಸಿದ ನೀರಿನ ಸಂಗಡ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಎರಡು ಬಾಳೆಹಣ್ಣು- ರಸಬಾಳೆ ಹಣ್ಣುಗಳು ದೊರೆತರೆ ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮ. ಜೊತೆಗೆ ತುಪ್ಪ ಹತ್ತು ಗ್ರಾಂ (ಅಂದಾಜು ಎರಡು ಔನ್ಸ್) ಹಾಗೂ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಆರು ಬಿಂದು ಸೇರಿಸಿ ೨೧ ದಿನ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಅದು ಶೀಘ್ರಪತನವನ್ನು ತಡೆದು ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನದಿಂದಾದ ಅಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಸ್ಥಿತ ಗ್ರಂಥಿಯ ಬೀಗಿಗೆ, ತೀರ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ನೆಗ್ಗಿಲ ಮುಳ್ಳನ್ನು ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಅರೆದು ಎಳನೀರ (ಸೀಯಾಳ) ಕಾಯಿಯ ರಂಧ್ರದಲ್ಲಿ ಈ ಮಡಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಜೋರಾಗಿ ಅಗಳಾಡಿಸಿ ಅದನ್ನು ಹಸಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಮೂತ್ರಾವಯವಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದ ಕಲ್ಲು ಸಹ ಇದರಿಂದ ಕರಗುತ್ತದೆ.

ಬ) ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ರೋಗಗಳು. ಗರ್ಭಕೋಶಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ. ಋತುಮತಿಯಾಗದೇ ಇರುವುದು ಮತ್ತು ಇತರ ಮುಟ್ಟಿನ ದೋಷಗಳು ಬಂಜೆತನ ಮುಂತಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಗರ್ಭಿಣಿಯ ಹಲವು ರೋಗಗಳು ಹಡೆಯುವಿಕೆ, ಬಾಣಂತಿತನ ಇವು ವಿಶೇಷ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಅಗತ್ಯ ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ.

ತಾರುಣ್ಯದಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗದಿದ್ದರೆ ಎಕ್ಕೆಗಿಡದ ಹಾಲನ್ನು ಬೂದಿಯೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ, ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ತಿನ್ನಲು ಕೊಡಬೇಕು.

ಅತಿಶಯ ಮುಟ್ಟಿನ ಸ್ರಾವವಾಗುವ ತರುಣಿಯರಿಗೆ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿದ ಒಂದು ಗ್ರೇನ್ ಹಿಂಗನ್ನು ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಈ ರೀತಿ ಮೂರು ದಿನ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಮುಟ್ಟಿನ ಶೂಲೆಯನ್ನು ಸಹ ಅದು ಶಮನಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಉದಾ.: ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳಿಗೇ ಮುಟ್ಟಾಗುವವರಿಗೂ, ಮುಟ್ಟಿಗೆ ಅತಿಸ್ರಾವವಾಗುವವರಿಗೂ ಏಳು ಇಲ್ಲವೇ ಹೆಚ್ಚು windkiller ಕಿರು ಬೂತ, ಇಲ್ಲವೇ ನೇರಿಲ (ನರವಲ) ಕುದಿಸಿ ಈ ಕಷಾಯವನ್ನು ಹಾಲಿನ ಸಂಗಡ ಕುಡಿಯಗೊಡಬೇಕು.

ಬಿಳಿಸೆರಗಿಗೆ ಇಡೀ ಕಿರುನೆಲ್ಲಿ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಹಾಲಿನ ಸಂಗಡ ಅರೆದು ಸೋಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಇದು ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರಿಬ್ಬರಿಗೂ ಕಾಮಶಕ್ತಿವರ್ಧಕವಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲವೇ ಅಶ್ವಗಂಧಿ ಬೇರಿನ ಪುಡಿಯನ್ನು ಒಂದು ಚಮಚದಂತೆ ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಗರ್ಭಿಣಿಯ ಹಾಗು ಬೇರೆಯವರ ಕಾರಾಟ ಸಹ ಇಪ್ಪೆ ಹೂಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಮಾಡಿದ ಕಷಾಯದಿಂದ ಗುಣಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ; ಇಲ್ಲವೇ, ಒಣಗಿಸಿದ ಇಪ್ಪೆ ಹೂಗಳನ್ನು ೩ ಗ್ರಾಂ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕೊಡಬಹುದು.

ಗರ್ಭಪಾತವಾಗುವ ಸೂಚನೆಗಳು ಕಂಡಕೂಡಲೇ ಸಣ್ಣ ನೇರಿಲ ಮರದ ಚಿಗುರುಗಳನ್ನು ಹಾಲು ಇಲ್ಲವೇ ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ತೊಳೆದ ನೀರಿನೊಡನೆ ಅರೆದು ಸೋಸಿ ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದಾಗಿನ ಅರಿಸಿನ ಕಾಮಾಲೆಗೆ ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ಮದರಂಗಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಎರಡು ಲೀಟರ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ತೆಗೆದು, ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಾರೆ ಒಟ್ಟು ಮೂರು ದಿನ ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಹಡೆದ ಅನಂತರದಲ್ಲಿ ಅತಿಶಯ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾದರೆ, ಬೂದುಗುಂಬಳಕಾಯಿಯ ನಾಲ್ಕು ಔನ್ಸ್ ರಸವನ್ನು ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿಗಳ ಪುಡಿಯೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ, ಹಾಲನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಬಾರಿ ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಹಡೆದ ಹೆಂಗಸಿಗೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಅಶಕ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಹಡೆದು ಹನ್ನೆರಡು ದಿನಗಳಾದ ಮೇಲೆ ಅಳವಿ ಬೀಜ(ಕೊಳವಳಿಕೆ ಬೀಜ)ಗಳನ್ನು ಹಾಲು, ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಕುದಿಸಿ, ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ "ಖೀರ" ಪಾಯಸದ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿ ಕುಡಿಯಗೊಡುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ, ಅದು ಗಂಡಸರಿಗೂ ಕಾಮಶಕ್ತಿವರ್ಧಕವಾಗಿದೆ. ಅದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಚಳಕು ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಎದೆಹಾಲಿನ ಕೊರತೆಗೆ, ಮೂರು ಶತಾವರಿ ಗಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ನೀರಲ್ಲಿ ಅರೆದು, ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ, ಹಾಲು-ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯಗೊಡಬೇಕು.

ಕ) ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ರೋಗಗಳು:

ಚಿಕ್ಕವರಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಕೊಡಗು ಗೆಮ್ಮು, ಪೋಲಿಯೋ, ಮೂಡ ದೋಷ (ಕೆಟ್ಸ್) ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಲಕ್ಷ್ಯ ಹಾಕಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಔಷಧ ಪ್ರಮಾಣ ದೊಡ್ಡವರ ಔಷಧ ಪ್ರಮಾಣದ ನಾಲ್ಕರಲ್ಲೊಂದು ಭಾಗ, ಇಲ್ಲವೇ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇರಬೇಕಾದೀತು. ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ವಿಷ ಪರಿಣಾಮ ಮಾಡುವ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಕೊಡದಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಶಿಶುವಿನ ಅಂಡವು ಬೀಗಿದರೆ ವಿಷಮುಂಗಲಿ ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳ ರಸವನ್ನು ಕುಂಕುಮ ಕೇಸರಿಯೊಡನೆ ಅರೆದು ಬಿಗಿದ ಅಂಡಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿದರೆ ಬೀಗು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಇಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಕಿವಿನೋವಿನಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಿದ್ದರೆ, ಕಿವುಡುತನಕ್ಕೂ, ಮುದುಕರ ಕಿವುಡುತನಕ್ಕೂ- ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ದಾಸವಾಳ ಹೂವುಗಳನ್ನು ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನ ಒಣಗಿಸಿ, ಅಕ್ಕಿಯನ್ನು ತೊಳೆದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು, ಒಂದು ಅರಿವೆಯನ್ನು ಅದರಲ್ಲಿ ಹಿಂಡಿ, ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಗಂಟಲಿನಲ್ಲಿಯೂ, ಶ್ವಾಸನಾಳದಲ್ಲಿಯೂ ಕಫವು ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ, ಹಿಪ್ಲಿ ಮತ್ತು ಗಜ್ಜುಗ ಕಾಯಿ ತಿರುಳನ್ನು ಲಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ಅರೆದು, ಶಿಶುವಿನ ಬಾಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಗ್ರೇನಿನಷ್ಟನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಕಫವು ಸಡಿಲವಾಗಿ ಆರಾಮವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಿಶುವಿನ ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಬಂದರೆ, ಆಲದ ಮರದ ಎಳೆ ಬಿಳಲಿನ ತುದಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಆಕಳ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು, ಸೋಸಿ ಶಿಶುವಿನ ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಈ ಬಿಂದುಗಳನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು.

ಡ) ಪಶು ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

ಕೆಲವು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಪಶುಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಣತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ದನಗಳ ರೋಗಗಳನ್ನಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ಪಶುಗಳ ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವವರೂ ಅವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಿದ್ದಾರೆ.

ಮುರಿದ ಎಲುವು, ಕಾಲುಬೇನೆ, ಬಾಯಿಬೇನೆ, ಅತಿಸಾರ, ಮಲಬದ್ಧತೆ, ಅಜೀರ್ಣ, ಹೊಟ್ಟೆ ಉಬ್ಬರ, ಹಿರೇ ಬೇನೆ (Rinder Pest) ಮುಂತಾದ ಹಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಇವರಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳುಂಟು.

ಪಶು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಹಳ್ಳಿಗಳ ಜನರಿಗೆ ಪಶು ಡಾಕ್ಟರರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದಾಗಿ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಜನಪದ ಪಶು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅಗತ್ಯ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಮುರಿದ ಎಲುವುಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಹೊಂದಿಸಿ ಇಟ್ಟು, ಕಟ್ಟಣ ಹಾಕಿದ ಮೇಲೆ, ಶಿವನ್ನಿ ಮರದ ಎಲೆಗಳನ್ನು, ಮೆಣಸಿನ ಕಾಳುಗಳನ್ನು, ಅಜವಾನದ ಎರಡು ಚಮಚಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ. ಎಮ್ಮೆ ಮೊಸರಿನೊಡನೆ ಅರೆದು ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಕೊಡಬೇಕು. ಕೆಲವರು ಇದಕ್ಕೆ ಪತ್ತಿಗಳ ಬಿಳಿ ರಸವನ್ನು ಸೇರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕಟ್ಟು ಹಾಕಲು ಬಿದಿರಿನ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

ದನಗಳ ಅರ್ಧಾಂಗವಾತಕ್ಕೆ, ನೀಲಗಿರಿ ಮರದ ಎಲೆಗಳನ್ನು, ಗಾಳಿಮರದ ಎಲೆಗಳನ್ನು, ಹುಣಸೆ ಮರದ ಎಲೆಗಳನ್ನು, ಲಕ್ಕಿ ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ತಣಿಸಿದ

ನೀರಲ್ಲರೆದು ಹಿಂಡಿ, ೫ ಔನ್ಸಿನಷ್ಟು (೧೪೦ ಗ್ರಾಂ) ಅಂದಾಜಿಗೆ ಕುಡಿಸಬೇಕು. ಲಕ್ಕಿ ಗಿಡದ ಎಲೆಗೊಂಚಲಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ, ಅದರಿಂದ ಉಳಿದ ಮದ್ದನ್ನು ಲೇಪಿಸಬೇಕು. ಥಂಡಿ ವಸ್ತು ಯಾವುದನ್ನೂ ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು.

ಪಿಡುಗಿನ ರೂಪದ ಗಂಟಲಿನ ಗಳಲಿ (Anthrax) ಬೇನೆಗೆ ತಣಿಸಿದ ನೀರಿನೊಡನೆ ಅರೆದು ಹಿಂಡಿದ ರಸ ಐದು ಔನ್ಸ್ ನಷ್ಟನ್ನು ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಥಂಡಿ ಮತ್ತು ಜ್ವರಕ್ಕೆ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ Aclanth ಎಂಬ ಔಷಧವನ್ನು ಜೊತೆ ಕೊಡಬಹುದು. ಎಳ್ಳು, ಮೆಣಸಿನಕಾಳು, ಓಮಕಾಳು ಕೊಡಬಹುದು.

ದಮ್ಮಿನ ರೋಗಕ್ಕೆ, ತೊಗಲ ಬಾವುಲಿಯನ್ನು ನೀರಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಅದನ್ನು ಕುದಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಕಷಾಯವನ್ನು ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಹಾಲನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಲು ಹಲವು ಮದ್ದುಗಳಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮದ್ದು-ಶತಾವರಿ ಬೇರು. ಇವನ್ನು ಅರೆದು ನೀರಲ್ಲಿ ಕದಡಿ ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಅಲೋಪಥಿಯ ಪಶುಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬಹಳ ವೆಚ್ಚದ್ದಾದುದರಿಂದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯೂ, ಅಗ್ಗವೂ ಆಗಿರುವ ಜನಪದ ಪಶು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಔಷಧಗಳ ಅಗತ್ಯವು ಇನ್ನೂ ಇದೆ. ಹಿರೇಬೇನೆಗೆ ಅಲೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರರಷ್ಟು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಲ್ಲ. ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಮದ್ದಿಲ್ಲ. ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ರೋಗಿ ಪಶುಗಳನ್ನು ಬದುಕಿಸುವ ಮದ್ದಿದೆ.

೬) ಗಿಡ-ಮರಗಳ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ:

ಹನ್ನೊಂದನೆಯ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ಚಾವುಂಡರಾಯನು ಬರೆದ "ಲೋಕೋಪಕಾರ" ಎಂಬ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ವೃಕ್ಷರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪ್ರಕರಣ ಒಂದಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ "ವೃಕ್ಷಾಯುರ್ವೇದ" ಎಂಬ ಹೆಸರಿರುವುದರಿಂದ ಅದು ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಕಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಸಿಗಳ ಕೆಲವು ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅವಕ್ಕೆ "ಬೆಂಕಿರೋಗ", 'ಕಣೆರೋಗ' ಮುಂತಾಗಿ ಹೆಸರು ನೀಡಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಿಲ್ಲ.

ಗಿಡಗಳು ಬಾಡಿ ಮುದುಡುವುದಕ್ಕೆ ಕೆಟ್ಟ ದೃಷ್ಟಿ ಕಾರಣವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವು ಸಾರೆ ಅವುಗಳ ಪರಿಣಾಮ ತೆಗೆಯಲು ಮಾಳಗಳ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೆಲವರು ಸತ್ತ ದನಗಳ ಕೋಡು ಸಮೇತ ತಲೆ-ಎಲುಬುಗಳನ್ನು ಮರಗಳಿಗೆ ಕಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ಪರಿಪಾಠವು ಈಗಲೂ ಉಂಟು.

ಬೂದಿಯನ್ನು ಗಿಡಗಳ, ಸಸಿಗಳ ಮೇಲೆ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕವೆಂದು ತೂರುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರು ತಂಬಾಕಿನೆಲೆಗಳನ್ನು ನೀರಲ್ಲಿ ಕಿವುಚಿ ಆ ನೀರನ್ನು ಗಿಡಗಳ ಮೇಲೆ ಚಿಮುಕಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪದ್ಧತಿಯಿಂದ ಕೆಲವು ಸಸ್ಯರೋಗಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ದೇವರನ್ನು ಪೂಜಿಸುವುದು, ಹರಕೆ ಪೂರೈಸುವೆವೆಂದು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದಲೂ ಸಸ್ಯರೋಗಗಳು ದೂರವಾಗಿ, ಹೆಚ್ಚು ಫಸಲು ಬರುವುದೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಾರೆ. ಹಸಿರು ಗೊಬ್ಬರ ಹಾಗೂ ಇತರ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಗೊಬ್ಬರ- ಉದಾ.: ಭತ್ತದ ಹೊಟ್ಟು, ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆ ಹಿಂಡಿದ ಅನಂತರ ಉಳಿದ ಹಿಂಡಿ (ಚರಟ) ಮುಂತಾದುವನ್ನು ಹಾಕುತ್ತಾರೆ.

IX) ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಅನುಕೂಲಕರ ಸಂಗತಿಗಳು

ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಔಷಧಗಳು ಬಹಳ ಅಗ್ಗದವು. ಔಷಧಗಳನ್ನು ವಿಶಿಷ್ಟ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪರಂಪರಾಗತವಾಗಿ ಕೊಡುತ್ತಾ ಬಂದ ಮನೆತನಗಳವರು ಔಷಧಗಳನ್ನು ಪುಕ್ಕಟೆಯಾಗಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ, ಇಲ್ಲವೇ ಒಂದು ಸಲದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಂದೇ ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ತಕ್ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ವಾರದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ದಿನಗಳನ್ನು- ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಗುರುವಾರ ಮತ್ತು ರವಿವಾರಗಳನ್ನು ಔಷಧ ನೀಡುವ ದಿನಗಳೆಂದು ಗೊತ್ತು ಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಲವು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ತಮ್ಮ ಔಷಧಗಳಿಗೆ ಹಣವನ್ನು ತಕ್ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಡಾಕ್ಟರರು ತಕ್ಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರತಿಫಲಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಇದು ತೀರಾ ಕಡಿಮೆ. ಅವರು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ವನಸ್ಪತಿಗಳಲ್ಲಿರುವ ಜೈವಿಕ ಸಂಯುಕ್ತಗಳು (Organic Compounds) ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಅಪಾಯವನ್ನುಂಟಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

- ಅರಿಶಿನ(ಹಳದಿ)ವನ್ನು ನೀರಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಬಿಂದುಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೇ, ಮಲಂ ರೂಪದಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿ, ಇಲ್ಲವೇ ಸುಟ್ಟು ಕಾಡಿಗೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣುಗಳ ಕೆಲವು ಉರಿ ಬೇನೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಹ್ಯ ಲೇಪನವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದು ಒಳ್ಳೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಆದರೆ, ಕಾರ್ಟಿಸೋನನ್ನು ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಸೇವಿಸುವುದು ಮಲಂ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಚ್ಚುವುದೂ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ಸರಿಯಾದ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಇಲ್ಲದೆ ಬಳಸಿದರೆ ಅದರಿಂದ ಗಾಜುಗಣ್ಣು (Gloucoma) ಎಂಬ ಭಯಂಕರವಾದ, ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹಾಳು ಮಾಡಬಹುದಾದ ಕಣ್ಣಿನ ರೋಗವು ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.
- ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಸರ್ಪಗಂಧದ ಸತ್ವದಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ 'ಸರ್ಪಿನಾ' ಮುಂತಾದ ಗುಳಿಗೆಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ, ಅಷ್ಟೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ

ಸರ್ಪಗಂಧ ಗಿಡದ ಬೇರುಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ದೀರ್ಘಕಾಲ ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೂ ಅದರ ಸತ್ವದ ಗುಳಿಗೆಗಳಂತೆ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಲ್ಲ. ಪುಡಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಔಷಧ ಪ್ರಮಾಣ- ಒಂದು ಚಮಚೆಯಷ್ಟು; ರಕ್ತ ಭಾರ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣ ಸಾಕು. ಈ ಬೇರನ್ನು ನೀರಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು ಹಣೆಗೆ ಲೇಪಿಸುವುದರಿಂದ ಸಹ ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತಭಾರ ಇಳಿಯುತ್ತದೆ.

- ಬಿಳಿ ಹೂವುಗಳಾಗುವ ಹಾಲಿವಾಣ (ಹಗಳಾರ, ಹವಳಾರ) ಮರದ ತೊಗಟೆಯನ್ನು, ಅತ್ತಿ ಮರದ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ನೀರಲ್ಲಿ, ಇಲ್ಲವೇ ಹಾಲಿನೊಡನೆ ತೇಯ್ದು ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಒಳ್ಳೆ ನಿದ್ರೆ ಬರುವುದಲ್ಲದೆ, ಶಕ್ತಿದಾಯಕವೂ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಔಷಧ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಎರಡು ಚಮಚಗಳಿಗೇರಿಸಿದರೂ ಅಲೋಪಥಿಯ ನಿದ್ರೆಯ ಗುಳಿಗೆಗಳ ಹಾಗೆ ಕೆಡಕನ್ನು ಮಾಡದು; ಅವುಗಳ ಸೇವನೆ ಚಟವಾದಂತೆ ಇದರ ಸೇವನೆ ಚಟವಾಗದು.

ವನಸ್ಪತಿಗಳು ಬಹಳ ವಿಷಯುಕ್ತವಾಗಿದ್ದು, ತಿಳಿಸಿದ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಮೀರಿ ತಕ್ಕೊಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಮದ್ದುಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಬಾಧಕವಾಗಬಹುದಲ್ಲದೆ, ಅನ್ಯತಾ ಸುರಕ್ಷಿತವೇ ಆಗಿವೆ.

ಬಾವು, ಕುರುಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವರೋಧಕ (ಎಂಟಿ ಬಯೋಟಿಕ್) ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು, ಇಲ್ಲವೇ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಅಲೋಪಥಿ ಡಾಕ್ಟರರು ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ರಸಿಗೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ವೆಚ್ಚವು ಇದರಿಂದ ಆಗುವುದಲ್ಲದೆ, ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುಕಡಿಮೆ ವೇದನೆಯೂ ಆಗುತ್ತದೆ; ಕೆಲವು ಸಲ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೆಂಗಸರ ಮೊಲೆ ಬೀಗಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಿರೂಪವೂ ಆಗಬಹುದು. ಆದರೆ, ಜನಪದ ಚಿಕಿತ್ಸಕನು ಚೂರಿಯನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಿಸದೆಯೇ ವನಸ್ಪತಿ ಮತ್ತು ತುಪ್ಪ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಅವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾನೆ. ರಸಿಗೆಯಾಗುವುದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ತಡೆದು, ರೋಗವನ್ನು ನಿರ್ಮೂಲ ಮಾಡಬಹುದು. ಇಲ್ಲವೇ, ನೀರಾಗಿ ರಸಿಗೆಯಾಗುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಬೇಗನೆ ರಸಿಗೆಯಾಗುವಂತೆ ಲೇಪ ಮಾಡಿ ಬಾವು ತಾನಾಗಿ ಒಡೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ, ರಸಿಗೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿ ತೆಗೆದು, ಗಾಯ ಮಾಯಲು ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಮದ್ದನ್ನು ಹಚ್ಚುತ್ತಾನೆ.

ಕೆಲವು ಸಾರೆ ಆತನು ತುಪ್ಪದಿಂದ ಗೆರೆಯೆಳೆದು ಅನುಕೂಲವಾದ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಬೀಗನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ ಅಲ್ಲಿ ಅದು ಒಡೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ.

ಕಾಲು (ಕೈ) ಪಾದಗಳ ಹಿಮ್ಮಡಿಯ ಮೇಲಾಗಲಿ, ಬೆರಳುಗಳ ಬದಿಯಲ್ಲಾಗಲಿ ಆಗುವ ಆಣಿ(ಮೀನ ಕಣ್ಣು)ಗಳಿಗೆ ಬಹು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಮದ್ದುಗಳುಂಟು.

ಆರು ಗ್ರಾಂ (ಅರ್ಧ ತೊಲೆ) ಗಂಧಕ ಮತ್ತು ಇಪ್ಪತ್ತು ಜಾಪಾಳ (ಹಿಂ. ಜಮಲ್ಗೋಟಾ)

ಬೀಜಗಳಿಂದ ತೆಗೆದ ಎಣ್ಣೆ, (ಬೀಜಗಳನ್ನು ದಬಣ್ಣದಿಂದ ಚುಚ್ಚಿ ಬೆಂಕಿಗೆ ಹಿಡಿದು, ಒಸರುವ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಚಮಚದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು ಕುಡಿಸಬಹುದು.) ಮತ್ತು ಮೈಲುತುತ್ತೆ(ತುಥ್ಥ)ಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಎಮ್ಮೆ ಮೊಸರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಸ್ವಲ್ಪ ಶೇಂಗಾ ಎಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ, ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲೆ ಕುದಿಸಿ, ಅಗಲವಾದ ಕರಡಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಮಲಮನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕಟ್ಟಿಗೆಯ ಕಡ್ಡಿಯಿಂದ ತೆಗೆದು ಆಣಿಗಳ ಮೇಲೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಸಲ ಹೀಗೆ ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಂದಾಜು ಒಂದು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಆಣಿಗಳು ಮಾಯವಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಜಾಪಾಳ ಬೀಜಗಳು ಬಹಳ ಹಳೆಯದಾಗಿರಬಾರದು.

ಆಣಿಗಳ ನೂರಾರು ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ವೃದ್ಧನು ತಾನು ಸಾಯುವ ಮೊದಲು ೧೯೮೬ರಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಅದ್ಭುತ ಯಶಸ್ಸಿನ ಔಷಧ ತಯಾರಿಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬೇಕಾದ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದನು.

ಕೆಂಪು ಜಾಜಿ (Thorny nail dye red) ಗಿಡಗಳ ಎಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಕತ್ತೆಕಿರುಬನ ಗಿಡದ (ಬೀಡಿ ಕಟ್ಟುವ ತೂಬರೆ ಎಲೆ ಗಿಡ) ಎಲೆಗಳನ್ನು ಸೈಂಧವ ಲವಣದೊಡನೆ ಅರೆದು ಪೋಲ್ಟೀಸಿನಂತೆ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಆಣಿಗಳು ಖಂಡಿತ ಗುಣ ಹೊಂದುತ್ತವೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದನು. ಈ ಔಷಧಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಗುಟ್ಟನ್ನು ಬಿಡಿಸಿ ಹೇಳಿದ್ದು ಅವನು ಮಾಡಿದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಉಪಕಾರವಾಗಿದೆ. ತಮ್ಮ ಬಲ್ಲ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಔಷಧಗಳ ತಯಾರಿಯ ಗುಟ್ಟನ್ನು ಕೊಡದೆ ಹಲವಾರು ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರು ಮೃತಿಯನ್ನೈದಿದ ಹಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ.

ಕಾನಗೋಡಿನ ಕೈ. ಕೃಷ್ಣಪ್ಪ ಹೆಗಡೆಯೆಂಬವರಿಗೆ ಕಂಠರೋಹಿಣಿ ಎಂಬ (ಡಿಫ್ತೀರಿಯಾ) ಭಯಂಕರ ರೋಗವನ್ನು ಮತ್ತು ಅಸಾಧ್ಯ ಗಂಟಲ ಮೊಳೆ ಬೀಗನ್ನು (ನಾಣ ಸಂಕೋಲೆ ರೋಗ) ಡಾಕ್ಟರರು ಅಸಾಧ್ಯವೆಂದು ಕೈಬಿಟ್ಟ ಮೇಲೆಯೂ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಗಡ್ಡೆಯೊಂದರ ಔಷಧವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು, ಗುಣ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಗೊತ್ತಿತ್ತಂತೆ. ಆದರೆ, ಔಷಧವನ್ನು ಅವರು ತನ್ನ ಮಗನಿಗೂ ತಿಳಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಅಕಸ್ಮಾತ್ ಮೃತರಾದರು.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಅರಿಶಿನ ಕಾಮಾಲೆಗೆ ಹಲವಾರು ತರಹದ ಔಷಧಗಳಿವೆ; ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಪಿಡುಗಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಹರಡುವ ಕಾಮಾಲೆ (Epidemic Hepatitis) ಸಹ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

- ಕೇದಿಗೆ ಗಿಡದ ತೊಗಟೆ ಹನ್ನೆರಡು ಗ್ರಾಂ (೧ ತೊಲೆ), ೩೬ ಗ್ರಾಂ ಕಿರುನೆಲ್ಲಿ ಸಹ ಮೂಲ ಗಿಡ, ಬಗಿನೆಯ ಬೇರುಗಳು ೭೬ ಗ್ರಾಂ- ಇವನ್ನು ಎರಡು ಲೀಟರ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ ಅರ್ಧಾಂಶ ಇರುವಾಗ ಇಳಿಸಿ, ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಸಲ, ಸಲಕ್ಕೆ ಮೂರು ಔನ್ಸ್‌ನಷ್ಟು ಕುಡಿಯಬೇಕು.

- ಶಿಲಾಜಿತು, ರಸಾಂಜನ ಇವನ್ನು ಪುಡಿಮಾಡಿ ದೊಡ್ಡವರಿಗೆ ೬-೨೦ (ಆರರಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಗ್ರೇನ್ ವರೆಗೆ) ಗ್ರೇನ್ ಕೊಡುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ.
- ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ಕರಿಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಆಕಳ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು, ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ದಿನಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಕೊಡಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಡಾ. ಜಿ. ಶಂ. ಪರಮಶಿವಯ್ಯ ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಜಾನಪದ ತಜ್ಞರಿಗೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಕೂಡ ಒಬ್ಬ ಮುದುಕಿಯು ಕೊಟ್ಟು ಎಲ್ಲರೂ ಗುಣ ಹೊಂದಿದರು.

ಪಥ್ಯಾಹಾರ: ಒಂದು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಉಪ್ಪನ್ನು, ಎಣ್ಣೆ ಮುಂತಾದ ಸ್ನಿಗ್ಧ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ವರ್ಜಿಸಬೇಕು. ಅಕ್ಕಿ ಗಂಜಿ, ಇಲ್ಲವೇ ಅನ್ನ ಮತ್ತು ಹಾಲು ಪಥ್ಯ. ಹಾಲನ್ನು ಕಾಯಿಸಿ ಅದರ ಕೆನೆ ತೆಗೆದು ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಆಹಾರ ಕಡಿಮೆಯೆಂದರೆ ಹದಿನಾಲ್ಕು ದಿನ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಸ್ವತಂತ್ರ ಭಾರತದ ಪ್ರಥಮ ವಿಮಾನ ದಲ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಏರ್ ಮಾರ್ಷಲ್ ಸುಬ್ರತೋ ಮುಖರ್ಜಿಯವರು ಊಟ ಮಾಡುವಾಗ ಮೀನಿನ ಮುಳ್ಳು ಅನ್ನನಾಳದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕುದರಿಂದಾಗಿ ಮೃತಿಯನ್ನೈದಿದ್ದರು. ಇಂಥ ಗಂಡಾಂತರಕ್ಕೆ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಸರಳವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿದೆ. ಜೀವಂತ ಬಾತುಕೋಳಿಯನ್ನು ತಂದು, ತಲೆ ಕೆಳಗೆ ಮಾಡಿ ನೇತುಹಾಕಿ, ಅದರ ಬಾಯಿಂದ ಬೀಳುವ ಜೊಲ್ಲನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟು, ಮೀನಿನ ಮುಳ್ಳು ಗಂಟಲಲ್ಲಿ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕುಬಿದ್ದಿದ್ದವನಿಗೆ ನೆಕ್ಕಿಸಿದರೆ ಆ ಮೀನಿನೆಲುಬು ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಪಿತ್ತಗಾದರಿಯ ದಡಿಕೆಗಳು ಬಹಳ ತುರಿಕೆಯಾಗುವ ಮೂಲಕ ಬಹುಶಃ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅದನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ರೋಗಿಗೆ ಇದರಿಂದ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ವೆಚ್ಚ ತಗಲುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಇಡಿಯ ಪಚ್ಚೆಸರು ಕಾಳುಗಳ ಕಷಾಯವನ್ನು ಕುಡಿವುದರಿಂದ ರೋಗ ಬೇಗನೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ತುರಿಕೆಯನ್ನು ಶಮನಗೊಳಿಸಲು ತಾಮ್ರದ ಪಾತ್ರೆಯಿಂದ ತುರಿಸುವ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜಬಹುದು.

ಬಿಳಿ ತೊನ್ನಿಗೆ, ಬೇಗನೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬೇಗ ರೋಗ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆನೆಯ ಲದ್ದಿಯನ್ನು ಸುಟ್ಟು, ಈ ಕರಿಯನ್ನು ಆಡಿನ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ, ತೊನ್ನಾದ ಚರ್ಮದ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸುವುದರಿಂದ ಅದು ಗುಣಹೊಂದುತ್ತದೆ.

ಕ್ಷಯರೋಗದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಕಪ್ಪೆಯ ಹಿಂಗಾಲುಗಳ ಮಟನ್ ತಯಾರಿಸಿ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಸಾರೆ ತಿನ್ನಲು ೪೫ ದಿನ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಕ್ಷಯರೋಗ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಲೂತಿಯನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಪಡಿಸುವುದು ಬಹಳ ಕಷ್ಟ. ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಹಲವು ಒಳ್ಳೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿದ್ದು ಗುಣಕಾರಿಯಾಗಿವೆ.

- ಅಮೃತಬಳ್ಳಿಯ ಕಷಾಯವನ್ನು ರಕ್ತಶುದ್ಧಿಗಾಗಿ ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ತಕ್ಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ. ಒಂದು ತೊಲೆ ಅಮೃತಬಳ್ಳಿಯ ತುಂಡು ಒಂದು ದಿನಕ್ಕೆ (ಎರಡು ಸಲ ಕುಡಿವ) ಕಷಾಯಕ್ಕೆ ಸಾಕು.
- ಚದುರಂಗಿ (ಲಂಟಾನಾ) ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳನ್ನೂ, ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿಯನ್ನೂ ಅರೆದು ಲೂತಿಗೆ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಹರಿವ ಮತ್ತು ಕೊಳೆ ಲೂತಿಗೆ ಒಣಗಿಸಿದ ಚದುರಂಗಿ ಎಲೆಗಳ ಪುಡಿಯನ್ನು ಮೊದಲು ಉದುರಿಸಿ, ಆಮೇಲೆ ಮೇಲಿನ ಅರೆದ ಮದ್ದನ್ನು ಲೇಪಿಸಬೇಕು.
- ಕಾಸರಕ (ಸಂ. ಕಾರಸ್ಕರ) ಅಂದರೆ, 'ವಿಷಮುಷ್ಟಿ' ಮರದ ತೊಗಟೆ ಮತ್ತು ಪರ್ಣಬೀಜ (ಎಲೆ ಚಿಗುರಿ) ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಾಣಲೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ಒಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು, ಎಣ್ಣೆಯೊಡನೆ ಇವನ್ನು ಹುರಿದು ಕರಿಕಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿ. ಈ ಕರಿಯನ್ನು ಅನ್ನದೊಡನೆ ಅರೆದು ಲೂತಿಗೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಲೂತಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಸರಕ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ನೀರಲ್ಲರೆದು ಹಚ್ಚಿದರೆ ಹಲವು ತರದ ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳು ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ.
- ರಕ್ತ ನಂಜಿನ (ಅಲರ್ಜಿ) ಚರ್ಮರೋಗ ಬಾಧೆಯಲ್ಲಿ ಮರದರಿಸಿನದ ತೊಗಟೆಯ ಹುಡಿ ಅಥವಾ ಅದರ ಕಷಾಯವನ್ನು ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಸೇವಿಸಿ ಇದರ ಹುಡಿಯನ್ನು ನಿಂಬೆರಸದೊಡನೆ ಕಲಸಿ ಚರ್ಮಬಾಧೆಯಿರುವಲ್ಲಿ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಇಲ್ಲವೇ, ಕಹಿಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಬೇಕು; ಆರು ಗ್ರೇನ್ ಗಳನ್ನು ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದರ ಎಲೆಗಳ ರಸವನ್ನು ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿಯೊಡನೆ ಕಲಸಿ ಹಚ್ಚಬೇಕು.
- ಈಶ್ವರೀ ಬಳ್ಳಿಯ ಬೇರನ್ನು ಲಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ತೈದು, ಒಂದು ಚಮಚ ಮದ್ದನ್ನು ತಿನ್ನಲು ಕೊಟ್ಟು, ಉಳಿದ ಮದ್ದನ್ನು ಅಗ್ನಿಸರ್ಪವಾದ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಇಲ್ಲವೇ, ಕಪ್ಪು ಅಗ್ನಿಸರ್ಪಕ್ಕೆ ಅಶ್ವತ್ಥ ಮರದ ತೊಗಟೆ ಮತ್ತು ಜೇಷ್ಠಮಧುಗಳನ್ನು ನೀರಲ್ಲರೆದು, ತಿನ್ನಲೂ ಕೊಟ್ಟು ಆ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಲೂ ಬೇಕು.

ಕರ್ನಾಟಕದ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳಾಗಿದ್ದ ದಿ. ದೇವರಾಜ ಅರಸರ ಗದ್ದದ ಮೇಲೆ ಉಂಟಾದ ಅಗ್ನಿಸರ್ಪದ ಬಾಧೆಯನ್ನು ಒಬ್ಬ ಮುದುಕಿ ವನಸ್ಪತಿ ಔಷಧದಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಿದುದು ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ.

ಅಣಲೆ ಕಾಯಿಯೊಳಗಿನ ಬೀಜದೊಳಗಿನ ತಿರುಳನ್ನು ಅರೆದು ಅಪಸ್ಮಾರ ರೋಗಿಗೆ ಎಚ್ಚರ ತಪ್ಪಿದಾಗ ಬಾಯಲ್ಲಿಟ್ಟರೆ, ಮೂರ್ಚೆ ಶಮನವಾಗಿ ರೋಗಿ ಎಚ್ಚೆತ್ತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. 'ಲಾಂಗಲೀ'- ಅಂದರೆ 'ಶಿವಶಕ್ತಿ ಬಳ್ಳಿ'ಯ ಬೇರು, ಎಲೆ ಮತ್ತು ದೇಟುಗಳನ್ನು ಅರೆದು, ಹಲ್ಲುನೋವಾದ ಭಾಗದ ವಿರುದ್ಧ ಬದಿಯ ಪಾದದ ಹೆಬ್ಬೆರಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಹಲ್ಲುನೋವು ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೋಳ್ತಲೆಗೆ, ಕರೇ ಬಣ್ಣದ ಆಕಳ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ದಾಸವಾಳ ಹೂಗಳನ್ನು ಅರೆದು ದಿನಾಲು ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಒಂದು ತಾಸು ಬಿಟ್ಟು ತೊಳೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಕೂದಲು ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಸಾಬೂನನ್ನು ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚಬಾರದು. ಇಲ್ಲವೇ, ಹಣ್ಣಾದ ಆಲದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರೆದು, ತೆಂಗಿನ ಎಣ್ಣೆಯೊಡನೆ ಲೇಪಿಸಬೇಕು.

ಬೆಳೆದ ಮಾವಿನಕಾಯಿಯ, ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿನ ಓಟೆಯೊಳಗಿನ ತಿರುಳನ್ನು, ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಅರೆದು, ಅದನ್ನು ಎಣ್ಣೆ- ನೀರು ಸೇರಿಸಿ, ಕಲಸಿ ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರೆ ಕೂದಲುದುರುವುದು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ; ಹೊಸದಾಗಿ ಕೂದಲು ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ.

ದಿನಾಲು ನಾಲ್ಕು ತಾಜಾ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿಗಳನ್ನಾಗಲಿ, ಒಣಗಿದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿಗಳ ಪುಡಿಯನ್ನಾಗಲಿ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದರೆ ಬೇಗನೆ ಕೂದಲುದುರುವುದು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ಗಂಟಲ ಮೂಳೆಯುರಿಯೂತದ ಬಾಧೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನರು ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬಹಳ ಹಣ ಖರ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಹೊರತು ತೃಪ್ತಿಕರವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುವುದು ಅಪೂರ್ವ. ಆದರೆ, ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಬಹಳ ರಸಿಗೆಯಾಗಿ ಗಂಟಲ ಮೂಳೆ ಹಾಳಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಾಡಲೇಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದರಿಂದಲೂ ಗುಣವಾಗದಿದ್ದರೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಿಸಬಹುದು.

ಬಿಲ್ವ ಮರದ ಬೇರು ಮತ್ತ ಮೂರು ಸೂಜಿ ಮೆಣಸುಗಳನ್ನು ಲಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ತೈದು (ಅರೆದು), ಕೈ ಬೆರಳ ತುದಿಗೆ ತಕ್ಕೊಂಡು ರೋಗಬಾಧೆಯಿರುವ ಗಂಟಲ ಮೂಳೆಗೆ ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಾರೆ ಹಚ್ಚಿ - ತಿಕ್ಕಿ ಲೋಳೆ ಹರಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಬಾಧೆ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣ (ಸೂಜಿ) ಮೆಣಸಿನ ಖಾರದ ಮೂಲಕ ಹೀಗೆ ತಿಕ್ಕುವಾಗ ತ್ರಾಸಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಇದರಿಂದ ಗುಣವಾದುದು ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ಬಾಧೆ ಇಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಸಲ ಸುಮಾರು ಇಪ್ಪತ್ತು ಮಿನಿಟು ಹೀಗೆ ತಿಕ್ಕಿ ಲೋಳೆ ತೆಗೆಯಬೇಕು.

ಉಮ್ಮತ್ತ (ದತ್ತೂರ, ಕನಕ) ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರೆದು, ರಸತೆಗೆದು, ಅದಕ್ಕೆ ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ, ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಕೆಪ್ಪಡೆ(ಮಂಗ ಬಾವು)ಗೆ ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ರಸಿಗೆ, ಬಹಳ ದುರ್ನಾತ ಮತ್ತು ಹುಣ್ಣಾಗುವ 'ಪಿನಸಿ' ಎಂಬ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಸೈಂಧವ ಲವಣ, ಬಿಳೇ ಹಳಕು ಬೆಲ್ಲ, ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳ ಮೂರು ಬಿಂದು ಮತ್ತು ಆಲದ ಮರದ ಹಾಲು ಮೂರು ಬಿಂದು ಸೇರಿಸಿ, ಆಕಳ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ಹೊರಳೆಗಳಿಗೆ ಬಿಡಬೇಕು.

ಕಿವಿ ರಸಿಗೆಗೆ, ಸಹ ಮೂಲ ದೂರ್ವೆ ಗಿಡ, ಬಿಲ್ವ ಮರದೆಲೆ, ತುಳಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ, ತೈಲ ಮಾಡಿ ಕಿವಿಗೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಬಹಳ ಹಣ ಖರ್ಚು ಮಾಡಿ

ಹೊಟ್ಟೆಗೂ ಗುಳಿಗೆ ತಕ್ಕೊಂಡು, ಕಿವಿಗೆ ಔಷಧ ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದರೂ ಗುಣವಾಗದುದು ಈ ತೈಲ ಹಾಕಿ ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಮುದುಕರಿಗೆ ಗುಣವಾಯಿತು.

ಬಾಯಿ ಬಸಳೆಗೆ (ಬಾಯಿಯ ಅಗ್ರ ಎಂಬ ಬಾಯಿ ರೋಗಕ್ಕೆ) ಪಾರಿಜಾತ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಅಕ್ಕಿ ತೊಳೆದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೈದು, ದಿನಾ ಒಂದು ಚಮಚದಂತೆ ಎರಡು ಸಲ ಈ ಮದ್ದನ್ನು ಮೂರು ದಿನ ನೆಕ್ಕ ಬೇಕು, ಇಲ್ಲವೇ ಬಿಲ್ವದೆಲೆಗಳನ್ನು ಅಗಿಯಬೇಕು. ಬಾಯಿಯ ದುರ್ವಾಸನೆಯೂ ಇದರಿಂದ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮೂಗಿನ ನೆಗಡಿಗೆ, ಕರ್ಪೂರ ತುಳಸಿಯ ಎಲೆಗಳನ್ನುತಿಕ್ಕಿ ಮೂಸಿದರೆ, ಕೂಡಲೇ ಆರಾಮವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಚಮಚ ತುಳಸಿ ರಸವನ್ನು ಜೇನಿನೊಡನೆ ತಕ್ಕೊಂಡು, ತುಳಸಿ ಎಲೆ ರಸವನ್ನೇ ತಲೆ, ಕತ್ತು, ಬೆನ್ನು ಮತ್ತು ಎದೆಗೂ ಲೇಪಿಸಬೇಕು.

ಭೃಂಗರಾಜ ಇಲ್ಲವೇ ಬಂಗಿ ಗಿಡದೆಲೆಯನ್ನು ಗೋಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ತೈದು ಮೊಡವೆಗಳಿಗೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಕರಿದ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಚಾಕಲೇಟ್‌ಗಳಂಥ ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು.

ಬೂರು (ಕರುಳು) ಅಂಡದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದ ನಳ ವ್ಯಾಧಿಯವನಿಗೆ ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮುನಿ ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಗಜ್ಜುಗದ ಬಳ್ಳಿಯ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರೆದು, ಅರಿಶಿನ ಪುಡಿ ಹಾಗೂ ಸಾಸಿವೆ ಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಕಲಸಿ, ಅಂಡದ ಮೇಲೆ ಹಚ್ಚಿ ಮೇಲೆ ಎಲೆ ಇಟ್ಟು ಬಟ್ಟೆ ಬಿಗಿದು ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಕರುಳು ಬಹುತರವಾಗಿ ಚಿರುಟಿ (shrink) ಮೇಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಇರಬೇಕಾದಲ್ಲೇ ಇರಬಹುದು. ಇಳಿದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಚಲನೆಗೆ ತಡೆಯಾಗಿ ಅತಿಶಯ ನೋವು ಪ್ರಾರಂಭವಾದರೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಬೇಗನೆ ಕೈಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಕಷಾಯ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಅಂಡದಲ್ಲಿ ನೀರು ತುಂಬಿ, ಬೀಗುವ ತೊಂದರೆಗೆ ತಂಬಾಕಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅಂಡದ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಕಾಚ ಉಡಬೇಕು.

ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮುನಿ ಗಿಡ ಇಲ್ಲವೇ ಗಿಡದೆಲೆಗಳನ್ನು ಎಣ್ಣೆಯ ಸಂಗಡ ಅರೆದು, ಚರಟವನ್ನು ತೆಗೆದೊಗೆದು, ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿನ ಒಳಗಿನ ಕರುಳ ಆವರಣ ಹರಿಯದೆ ಬರೆ ವಾಯುನಳ ಉಬ್ಬಿದ್ದರೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಡಾ. ಪಿತಾಂಬರ ಶತ್ಪಥಿ M.S.M.Ch. Faes ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಹೃದಯ ಕವಾಟ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು, ಕಸ್ತೂರಬಾ ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜು, ಮಣಿಪಾಲ, ಕರ್ನಾಟಕ- ಇವರ ದಮ್ಮು ಮತ್ತು ಸತತವಾಗಿ ಸೀನು ಬರುತ್ತಿದ್ದ ನೆಗಡಿಯನ್ನು ಒಬ್ಬ ದನಕಾಯುವ ಹುಡುಗನು ಎಲೆ ಚೂರ್ಣವನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ತಿನ್ನಲು ಕೊಟ್ಟು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಪಡಿಸಿದನು (ಉಡುಪಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಕಾಲೇಜಿನ ಬೆಳ್ಳಿಹಬ್ಬ ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆ, ೧೯೮೪.).

ಎಲುಬಿನಲ್ಲಿ ರಸಿಗೆಯಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಟ ರಸಿಗೆಯಿಂದ ಗಾಯವು ಮಾಯದೆ, ರಸಿಗೆ ಹರಿಯುತ್ತಿರುವ ನರನಾಳಿ ಅಂದರೆ ನಾಡೀವ್ರಣ ಎಂಬ ಕಠಿಣ ಕಾಯಿಲೆಯು ಏಡಿಗಂತಿಯಂಥ ಭಯಂಕರ ರೋಗವಾಗಿರದಿದ್ದರೂ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಸಂಬಂಧಿಕರೊಬ್ಬರು ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಕ್ಷಯರೋಗದ ಧಾಮದಲ್ಲಿ ಎಂಟು ತಿಂಗಳು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತಕ್ಕೊಂಡರೂ ಗುಣವಾಗದೆ, ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡದ ಅಗ್ರಹಾರ ಎಂಬ ಊರಿನ ಒಬ್ಬ ಗೌಡನಿಂದ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಗುಣವಾಯಿತು.

ಈ ರೋಗ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಒಂದು ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೆಳಗಿನಂತಿದೆ.

- ಉದ್ದ ಎಲೆಗಳುಳ್ಳ 'ಹಕ್ಕಿರಟ್ಟೆ ಬಂದಳಿಕ' ಎಂಬ ಮರದ ಮೇಲೆ ಬೆಳೆವ ಪರಾವಲಂಬಿ ಸಸ್ಯವಿದೆ. ಹಕ್ಕಿಯ ರೆಕ್ಕೆಯನ್ನು ಹೋಲುವ ಹಸ್ತಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡದಾದ ಮತ್ತೊಂದು ತರಹದ ಎಲೆಗಳಿಂದ ಇದರ ಗಡ್ಡೆ ಆವೃತ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮಾವಿನ ಮರದ ಮೇಲೆ ಬೆಳೆದ ಈ ಹಕ್ಕಿ ರೆಕ್ಕಿಯ ಬಂದಳಿಕವನ್ನು ಎರಡು ತೊಲೆ (೨೪ ಗ್ರಾಂ) ತಕ್ಕೊಂಡು, ಕಾಡು ಜೀರಿಗೆ, ಕಂಕೋಷ್ಠ, ಅರಿಶಿನ ಗಿಡದ ಬೇರು, ಇವನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಒಂದೊಂದು ಗ್ರಾಮ್ ತಕ್ಕೊಂಡು, ಜಾಕಾಯಿಯ ಎಂಟನೇ ಒಂದು ಭಾಗ (೧/೮) ಮತ್ತು ಮೆಂತ್ಯದ ಮೂರು ಗ್ರಾಮ್, ಒಂದು ಚಮಚ ಜೀರಿಗೆ, ಹವೀಜ (ಕೊತ್ತಂಬರಿ) ಎರಡು ಗ್ರಾಂ, ಅಲ್ಲದೆ ಎರಡು ಲವಂಗ ಸಹ ಸೇರಿಸಿ, ಅಕ್ಕಿ ತೊಳೆದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ದಿನಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ಕೊಡಬೇಕು ಮತ್ತು
- ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಸರ ಗಂಡಮಾಲೆ ಆದ ಒಬ್ಬ ಹೆಂಗಸಿನ ರೋಗವನ್ನು ಜಲವಳ್ಳಿ(ಉ.ಕ.)ಯ ಒಬ್ಬ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯನು ಗುಣ ಮಾಡಿದುದನ್ನು ಬಲ್ಲೆನು. ಅವನು ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಗಂಡ(ಗಂಟು)ವನ್ನು ಸುಟ್ಟು ತೆಗೆದು ಹೊಟ್ಟೆಗೂ ಮದ್ದುಕೊಟ್ಟು ಒಂದು ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಪಡಿಸಿದನು. [ಸ್ಕ್ರೊಫುಲಾ ಇದಕ್ಕೆ ಈಗಿನ ಡಾಕ್ಟರರು lymphadenitis ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಎರಡು ಬಗೆಯದು ೧) ರಸಿಗೆ ಹುಣ್ಣಾದುದು, ೨) ಕ್ಷಯ ರೋಗವು ಕಾರಣವಾದುದು; ರಸಿಗೆ ಹುಣ್ಣಾದ ಈ ರೋಗವೂ ಕಡೆಗೆ ಕ್ಷಯರೋಗ ರೂಪ ಹೊಂದುತ್ತದೆ.].
- ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಮತ್ತು ಮುಪ್ಪಿನವರ ದಮ್ಮು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಬಹಳ ಕಷ್ಟಕರವಾದುದು. ಸಂಜೆ ಐದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಈ ರೋಗಿಗಳು ಊಟ ಮಾಡಬೇಕು. ರಕ್ತ ನಂಜಿಗೆ (ಅಲರ್ಜಿ) ಕಾರಣವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅವರು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು.

ದೀರ್ಘಕಾಲದ ದಮ್ಮಿಗೆ:

- ಮೂರು ತೊಲೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡದ ಹಾಗೂ ಅಷ್ಟೇ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಅಜವಾನ ತಕ್ಕೊಂಡು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ, ರಾತ್ರಿ ಕಾರೆ ಮರದ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಯಿಸಿ ಇಡಬೇಕು. ಈ ಪುಡಿಯನ್ನು

ಮರುದಿನ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ, ಕಾಲು ತೊಲೆ ಪುಡಿಯನ್ನು ಎರಡು ಔನ್ಸ್ ತೂಕದ ಶಿಶು ಮೂತ್ರದೊಡನೆ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೂತ್ರ ಕಲ್ಲು ಅಥವಾ ಗಂಡಸರ ಪ್ರಸ್ಥಿತ ಗ್ರಂಥಿಯ ಊದು ಇಲ್ಲವೆ ಮೂತ್ರ ಕಟ್ಟಿದಾಗ ಹನ್ನೆರಡು ಔನ್ಸ್ ಆಕಳ ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಅರೆದು, ಸೋಸಿ ಕುಡಿದರೆ ಸರಾಗವಾಗಿ ಮೂತ್ರವಾಗುತ್ತದೆ.

- ಅಶ್ಮರಿ (ಮೂತ್ರ ಕಲ್ಲು) ಕಾರಣವಾದರೆ, ಕರೇ ತುಳಸಿಯ ಎಲೆಗಳ ಒಂದು ತೊಲೆ ರಸವನ್ನು ದಿನಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಒಂದು ವಾರ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕಲ್ಲಿನ ಆಕಾರ ಸಣ್ಣದಾಗುತ್ತ ಬಂದು ಮೂತ್ರದೊಡನೆ ಹೊರಬೀಳುತ್ತದೆ.
- ಮೂತ್ರಕೋಶದ ಅರ್ಧಾಂಗವಾತದ ಸಂದೇಹದಲ್ಲಿ- ವಾಯುವಿಳಂಗದ ಬೇರುಗಳನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದ ದಶಮೂಲಾರಿಷ್ಟದೊಡನೆ ಅರೆದು, ಆದಷ್ಟು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ತಿನ್ನಗೊಟ್ಟು, ಈ ಭಯಂಕರ ರೋಗದ ಮುಂದಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಒಬ್ಬ ಚಿಕಿತ್ಸಕನನ್ನು ಗೊತ್ತು ಮಾಡಬೇಕು.
- ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಮೂತ್ರ ಕಟ್ಟಿರುವುದಾದರೆ, ಯುರೇಮಿಯಾ ವಿಷವು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಹಬ್ಬುತ್ತದೆ. ಈ ಗಂಡಾಂತರದ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಬಾಳೆಯ ಗಿಡದ ಒಳಗಿನ ತಿರುಳಿನ ರಸವನ್ನು ಇಲ್ಲವೇ ಅದರ ಗಡ್ಡೆಯ ರಸವನ್ನು ತೆಗೆದು ಆಗಾಗ ಕುಡಿಸಿದರೆ ವಿಷ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸಲು ಅವಕಾಶ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.
- ಅತಿಯಾಗಿ ರಕ್ತ ಹರಿವ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಎಮ್ಮೆ ಕೋಡನ್ನು ತೆಳ್ಳಗೆ ಕೆತ್ತಿ ತೆಗೆಯಬೇಕು. ಬಿಳಿಗಲ್ಲನ್ನು ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಯಿಸಿ ಕೆಂಪಗಾದ ಆ ಕಲ್ಲನ್ನು ಇಟ್ಟು, ಮೇಲೆ ಈ ಕೆತ್ತಿ ತೆಳ್ಳನೆ ಮಾಡಿದ ಕೋಡಿನ ಚೂರುಗಳನ್ನು ಒಗೆಯಬೇಕು. ಪುಕಳಿಯ ಬಟ್ಟೆ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ, ಬತ್ತಲೆ ಪುಕಳಿಗೆ ಬಿಳಿಗಲ್ಲಿನ ಬೆಂಕಿಯಂಥ ಬಿಸಿಯಿಂದ ಹೊರಟ ಕೋಡಿನ ಸುಟ್ಟ ಚೂರುಗಳ ಹೊಗೆ ತಾಗುವಂತೆ ಕೆಲವು ಸಮಯ ಕೂತರೆ ರಕ್ತಸ್ರಾವವು ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.
- ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮುನಿ ಗಿಡಗಳ ಎಲೆಗಳ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗುವವರೆಗೆ ಕುಡಿಯಬೇಕು.
- ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಅಕ್ರೋಡ ತೈಲ ಹೆಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯ ಮೊಳಕೆಗಳು ನಾಶವಾಗುತ್ತವೆ.
- ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮುನಿ ಗಿಡಗಳ ಎಳೇ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಬುಡದ ಎಳೆ ದಂಟುಗಳನ್ನು ಅರೆದು ಈ ಕಲ್ಕವನ್ನು ಆಡುಸೋಗೆ ಎಲೆಯ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿ, ಅದನ್ನು ಮೂಲ ಮೊಳಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ತಾಗುವಂತೆ ಇಟ್ಟು ಕಾಚಾ ಉಡಬೇಕು. ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮುನಿ ಎಲೆಗಳ ಕಷಾಯ ಕುಡಿಯಬೇಕು.

- ಅಣಲೆ ಮರದ ಅರ್ಧ ತೊಲೆ ಬೇರನ್ನು ಎಳ್ಳು, ಅರಿಸಿನ ಮತ್ತು ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ ಸೇರಿಸಿ ಅರೆದುದನ್ನು ಹಸಿದಿದ್ದಾಗ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಎಳ್ಳು, ಅರಿಸಿನ ಮತ್ತು ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ ಸೇರಿಸಿ ಅರೆದುದನ್ನು ಮೊಳಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪೋಲ್ಟೀಸಿನಂತೆ ಕಟ್ಟಬೇಕು.
- ಒಂದು ಕೇರು ಬೀಜವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಎರಡು ತುಂಡು ಮಾಡಿ, ಅರ್ಧ ಕಪ್ ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಕುದಿಸಿ ಅದನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದು ಪಿಡುಗಿನ ಕಾಲರಾದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕರವಾಗಿದೆ.

  ಇಲ್ಲವೇ, ಹುಣಸೆಹಣ್ಣನ್ನೂ, ಒಂದು ಕೇರು ಹಣ್ಣನ್ನೂ ಅರೆದು ಕಡಲೆ ಕಾಳು ಗಾತ್ರದ ಗುಳಿಗೆ ಮಾಡಿ, ಆಗಾಗ ಒಂದೊಂದನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಕು. ನೀರಡಿಕೆಯನ್ನು ತಣಿಸಲು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗುವವರೆಗೆ ಬರೇ ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ ರಸವನ್ನೇ ಕುಡಿಸಬೇಕು.
- ಮದ್ದಾಲೆ ಮರದ ತೊಗಟೆಯ ಕಷಾಯವು ಮಲೇರಿಯಾಕ್ಕೂ ವಿಷಮಜ್ವರ ಮತ್ತು ಶ್ವಸನಕ- ಸನ್ನಿಪಾತ (ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ) ಗಳ ಅಶಕ್ತಿಗೂ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿದೆ.
- ಉರಿಶೀತ ಜ್ವರ(ಫ್ಲೂ)ಕ್ಕೂ, ಕಫವು ಕಟ್ಟಿದುದಕ್ಕೂ ಮೆಣಸಿನಕಾಳು ಮತ್ತು ವಾಯುವಿಳಂಗದ ತೊಗಟೆ, ಶುಂಠಿ ಇವನ್ನು ಜಜ್ಜಿ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಕುಡಿಸಬೇಕು.

ಹೆಚ್ಚಿನ, ಇಲ್ಲವೇ ಕಡಿಮೆ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡಕ್ಕೂ, ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೂ ಒಳ್ಳೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಪಥ್ಯಾಹಾರ ಮತ್ತು ವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿ, ರೋಗ ಉಲ್ಬಣವಾಗಿರುವಾಗ, ಬೇರೆ ಔಷಧಗಳೊಡನೆ ಸೇವಿಸಿ, ರೋಗಿ ಸೌಮ್ಯವಿರುವಾಗ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಮದ್ದುಗಳನ್ನೇ ತಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ರೋಗಿಗಳು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಬಹುದು.

ಎಂಟು ನಿತ್ಯಪುಷ್ಪ ಅಂದರೆ 'ಕಾಸಿಕಣಗಿಲೆ ಗಿಡ'ದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲವೇ ಅದರ ಬೇರನ್ನು ಮುಕ್ಕಾಲು ತೊಲೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅರೆದಾಗಲಿ, ಕಷಾಯ ಮಾಡಿಯಾಗಲಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಸೌಮ್ಯ ರೀತಿಯ ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವೂ, ಮಧುಮೇಹವೂ ಶಮನ ಹೊಂದುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ದೀರ್ಘಕಾಲ ತಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರಬೇಕು.

ಮೆಂತ್ಯದ ಎರಡು ಚಹಾ ಚಮಚ ಪ್ರಮಾಣ ಪುಡಿ, ಇಲ್ಲವೇ ಒಂದು ಚಮಚ ತಮಾಲ ಪತ್ರದ ಪುಡಿಯನ್ನಾಗಲಿ, ಇಲ್ಲವೇ ಅಷ್ಟೇ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ರಸ, ಇಲ್ಲವೇ ಒಣಗಿಸಿದ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರೆ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಶೇಖರಿಸಿದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣವು ತಗ್ಗಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ಔಷಧ ಮತ್ತು ಪಥ್ಯಾಹಾರ ವಿಹಾರದ ಜೊತೆಗೆ ಈ ಶಮನಕಾರೀ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿದ ಕೂಡಲೇ ದಂಶಿತನಿಗೆ ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಅಗಿದು ತಿನ್ನಲು ಹೇಳಬೇಕು.

ಗಾಯಕ್ಕೆ ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ ರಸ ಹಾಕಬೇಕು. ಉಳಿದ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕು.

ಕೂಡಲೇ ಸರಿಯಾಗಿ ಕಟ್ಟಣ ಕಟ್ಟಿ ಗಾಯದಿಂದ ರಕ್ತಮೋಕ್ಷಣ ಮಾಡಿ, ದಂಶಿತನನ್ನು ನಿದ್ರಿಸಗೊಡದೆ, ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಲ್ಲೇ ಇಡುವುದಾದರೆ, ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿದವನನ್ನು ಸಾವಿನಿಂದ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಮದ್ದು ಪಾರು ಮಾಡಬಲ್ಲುದು.

ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ದೂರ್ವಾ ಸಹ ಮೂಲವನ್ನಾಗಲಿ, ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ತುಳಸಿಯ ಬೇರುಗಳನ್ನಾಗಲಿ ನೀರಿನೊಡನೆ ಅರೆದು ಸೋಸಿ, ಅರ್ಧ ತಾಸಿಗೊಮ್ಮೆ ಸರ್ಪ ದಂಶಿತನಿಗೆ ಕೊಡುವುದು ಗುಣಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಇಲ್ಲವೇ ಬಂಜೆ ಮಡಹಾಗಲ ಬಳ್ಳಿಯ ಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಕೊಡಬೇಕು, ಇಲ್ಲವೇ ನವಿಲಿನ ಒಂದು ಗರಿಯನ್ನು ನೀರಿನೊಡನೆ ಅರೆದು ಆ ನೀರನ್ನು ಸೋಸಿ ಕುಡಿಸಿದರೆ ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿದವನಿಗೆ ಖಂಡಿತ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಚ್ಚಿದ್ದು ವಿಷಸರ್ಪವೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು, ಗಾಯವನ್ನು ಲಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡಬೇಕು. ಎರಡು ಕೋರೆಹಲ್ಲುಗಳ ಗಾಯವು ಮಾತ್ರ ಕಂಡರೆ ಅದು ವಿಷಸರ್ಪ (ನಾಗರಹಾವು) ಕಚ್ಚಿದ್ದು ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ಇಲ್ಲವೇ ಒಂದು ಕೋಳಿಯ ತಿಕವನ್ನು ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಅದು ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸತ್ತುಹೋದರೆ ಗಾಯದಲ್ಲಿ ವಿಷವಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದು, ಬೇರೆ ಕೋಳಿ ಇಲ್ಲವೇ ಕೋಳಿಮರಿ ತರಿಸಿ, ಕೊನೆಯ ಕೋಳಿ ಸಾಯದಿರುವ ಪರ್ಯಂತವೂ ಈ ರೀತಿ ಕೋಳಿಗಳನ್ನು ಹಚ್ಚಬಹುದು.

X) ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಮತ್ತು ಆಯುರ್ವೇದ

ಆಯುರ್ವೇದದ ವಿಕಾಸವಾಗುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ರೂಡಿಯಾಗಿತ್ತು. ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಬಹು ಪುರಾತನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಪಡೆದ ಅನುಭವವನ್ನು ತಮ್ಮ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು.

ರಕ್ತಾತಿಸಾರಕ್ಕೆ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಕೊಡಸಿಗ (ಕುಟಜ) ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಮೊದಲಿಂದ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಆದರೆ, 'ಕುಟಜಾರಿಷ್ಟ'ವೆಂಬ ತಯಾರಿ ಔಷಧವು ಆಯುರ್ವೇದದ ಕೊಡುಗೆ.

ಧಾತುಗಳನ್ನು - ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸುವ ಪದ್ಧತಿಯೂ, ಭಸ್ಮಗಳ ತಯಾರಿಕೆಯ ಅದ್ಭುತ ಶೋಧನೆಯೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಬಳಕೆಯೂ ಆಯುರ್ವೇದಕ್ಕೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿವೆ.

ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಕಷಾಯದ ಕ್ರಮವು ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ಮೊದಲಿಂದ ದೃಢವಾಗಿರುವುದಾದರೂ ಆಸವ, ಅರಿಷ್ಟಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾದ ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ (ಮದ್ಯಾರ್ಕ) ಸಿದ್ಧವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಸ್ಯಾರಪ್, ಲೇಹ್ಯ ರೂಪದಲ್ಲಿಯೂ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಕೆಡದಂತೆ ಮಾಡುವ ಕ್ರಮಗಳೂ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ರೂಪಿಸಿದ್ದಾಗಿವೆ.

ಆಯುರ್ವೇದದ ಔಷಧಿಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಮದ್ದುಗಳು ಬೇಗನೆ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಆಯುರ್ವೇದದ ಔಷಧಗಳು ಸಾವಕಾಶ ಪರಿಣಾಮ ಮಾಡುತ್ತವೆ; ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಅವನ್ನು ತಕ್ಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಬೇಕು.

ಸಂಧಿವಾತವನ್ನೂ, ರಕ್ತವಾತ(Rheumatoid Arthritis)ವನ್ನು ಸಂಧಿಗಳು ವಿರೂಪ(crippling)ಗೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲಾದರೆ ಒಂದೇ ದಿನ ಔಷಧ ಕೊಟ್ಟು ಗುಣ ಮಾಡುವ ಒಬ್ಬ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರನ್ನು ನಾನು ಬಲ್ಲೆನು. ಲೂತಿಗೂ ಅನೇಕ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಔಷಧ ಕೊಡುವುದು ಮೂರೇ ದಿನಗಳ ಸಲುವಾಗಿ ಮಾತ್ರ; ಪಥ್ಯದ ಕುರಿತಾಗಿ ಹೇಳುವುದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಆ ರೋಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಅಗ್ನಿಸರ್ಪ ಗುಣವಾಗದುದೆಂದು ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ; ಆದರೆ, ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಅದನ್ನು ಬಹುಬೇಗ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲದು.

ಆಯುರ್ವೇದವು ಕೆಲವು ಪ್ರಕಾರದ ಏಡಿಗಂತಿಯನ್ನು ತೀರ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರೆ ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲುದು. ಆದರೆ, ವನಸ್ಪತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದಲೇ ಹಲವಾರು ಜನರನ್ನು ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗದಿಂದ ಒಬ್ಬ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಗುಣಪಡಿಸಿದುದನ್ನು ಬಲ್ಲೆನು. ರಕ್ತದ ಏಡಿಗಂತಿಯಾದ ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಮಣಿಪಾಲ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಆರೇ ದಿನ ಬದುಕಿರುವ ಸಂಭವವಿದೆಯೆಂದು ಹೇಳಿ ಹೊರಗೆ ಕಳಿಸಲಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ, ಆತನು ಉತ್ತರ ಕೊಡಗಿನ ಕೊಡ್ಲಿಪೇಟೆಯ ಬಡಗೊಟ್ಟಿಯ ಬಿ. ಎಂ. ಮೊಹಿಯುದ್ದಿನ್ ಎಂಬುವರ ವನಸ್ಪತಿ ಎಲೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಕ್ರಮೇಣ ಗುಣಮುಖನಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಬಳಕೆಯಾಗುವ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನೇ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿಯೂ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಜನಪದ ವೈದ್ಯವು ಬಹಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಭಾಗಗಳನ್ನು, ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದದ ತೀರ ಬೇರೆ ಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತ ಬಂದಿದೆ. ಹಿಂದಿನ ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಓದಿದವರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಅರಿಯಬಲ್ಲರು.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಮತ್ತು ಆಯುರ್ವೇದಗಳ ಪರಸ್ಪರ ಕೊಳು-ಕೊಡೆ ಬಹಳವಾಗಿದೆ.

XI) ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಕುಂದುಕೊರತೆಗಳು

ಯಾವುದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪದ್ಧತಿಗೂ ಅದರದೇ ಆದ ಅನುಕೂಲಗಳು-ಅನಾನುಕೂಲತೆಗಳು ಉಂಟು.

ಶರೀರದ ರಚನಾ ಶಾಸ್ತ್ರ ಮತ್ತು ರೋಗ ವಿಧಾನ ಹಾಗೂ ರೋಗಗಳ ಗುಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಕುರಿತು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಜ್ಞಾನ-ವ್ಯಾಸಂಗ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಗಂಭೀರ ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಇದು ಮುಖ್ಯ ಕೊರತೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ತಜ್ಞರು ಸರಿಯಾಗಿ ರೋಗಿಯ ರೋಗ ನಿದಾನ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಸಾಧ್ಯವೆನಿಸಿದರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಲು ಹವಣಿಸಬೇಕು. ಬಹಳ ಜನ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ತಮಗೆ ಪರಂಪರೆಯಿಂದ ಕೆಲವು ವಿಶಿಷ್ಟ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಔಷಧ ಮಾಡಲು ಕಲಿಸಿದಂತೆ ಅಷ್ಟೇ ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯ ಕ್ರಮವಾಗಿದೆ.

ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯಜನರಿಗೂ ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಜ್ಞಾನವಿರುತ್ತಿತ್ತು. ತಮ್ಮ ಮನೆಯ ಸಮೀಪದಲ್ಲೇ ಇರುವ ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಿತರಲ್ಲೂ ತಿಳುವಳಿಕೆಯಿಲ್ಲದುದು ಈಗಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಕೂಡಿಸುವುದು ಅವರಿಗೆ ಕಠಿಣವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನಾಶಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ವನಸ್ಪತಿಗಳು ಮೊದಲಿನಂತೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಆಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಷ್ಟಪಡದ, ಸುಖಜೀವನವನ್ನು ಬಯಸುವ ಆಧುನಿಕ ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರು ತಾವೇ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ತ್ರಾಸನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಇಚ್ಛಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಟ್ಯೂಮರ್‌ಗಳನ್ನೂ, ಸಿಸ್ಟ್‌ಗಳನ್ನೂ, ಕುಷ್ಟರೋಗವನ್ನೂ, ಕ್ಷಯರೋಗವನ್ನೂ, ಬಹಳ ತೀವ್ರಸ್ವರೂಪದ ವಿಷಮಜ್ವರವನ್ನೂ, ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾದ ಎರಡನೆಯ ಮತ್ತು ಮೂರನೆಯ ಅವಸ್ಥೆಗಳನ್ನೂ, ಹೃದಯ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಜಟಿಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನೂ, ಗಂಭೀರ ರಕ್ತದ ಅಧಿಕ ಒತ್ತಡದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನೂ, ಮಧುಮೇಹದ ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನೂ, ಮಿದುಳಿನ ಮೆನಿಂಜೈಟಿಸ್ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳನ್ನೂ ವಿಶಾಲ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮೂರನೇ ಅಂಶ ಅಂದರೆ, ಆಳವಾಗಿ ಸುಟ್ಟ ದೇಹ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ಗುಣಪಡಿಸಲಾರರು. ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲೇ ಆಧುನಿಕ ಸೌಕರ್ಯವಿರುವಲ್ಲೇ ಇವನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಅನೇಕ ಅವಯವ ವಿಕಾಸಗೊಳ್ಳದ ದೇಹ ನ್ಯೂನ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಚೋದನಿಗಳ ಸ್ರಾವದ ಕೊರತೆಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನೂ, ಏಡಿಗಂತಿ, ಕಂಠರೋಹಿಣಿ, ಮತ್ತು ಇತರ ಜೀವಕಂಟಕ

ರೋಗ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಲಾರರು. ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯೇ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅವರು ಕೈಕೊಳ್ಳಲಾರರು.

XII) ಮುಕ್ತಾಯ

ಅಲೋಪಥಿ ಮತ್ತು ಇತರ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಗಳು ಹೊಸ ಔಷಧ ಸಂಶೋಧಿಸಿ, ಹೊಸ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸಲು ಹಲವು ಬಾರಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯವೂ ಪ್ರೇರಣೆ ನೀಡಿರುತ್ತದೆ.

ಬಿಳಿ ತೊನ್ನಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಲೇಪನಕ್ಕೆ ಬಳಸುವ 'ಸೊರಾಲಿನ್' ಎಂಬ ಸತ್ವವನ್ನು ಬಾವಂಚಿ ಬೀಜಗಳಿಂದ ತೆಗೆದು ಹಲವಾರು ಕಂಪನಿಗಳು ತಯಾರಿಸುವ ಮಲಂಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಮತ್ತು ಆಯುರ್ವೇದಗಳಿಂದ ಸೂಚನೆ ಪಡೆದು ಲಕ್ನೋದ ಕಿಂಗ್ ಜಾರ್ಜ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜಿನ ಸಂಶೋಧಕರು 'ಮುಸ್ತಕ'(ಭದ್ರಮುಷ್ಟಿ)ದಿಂದ ಗುಣಕಾರಿಯಾದ ಸತ್ವವನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ಅದರಿಂದ ರಕ್ತವಾತವನ್ನು ಆರು ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣ ಮಾಡಬಲ್ಲ ಔಷಧ ತಯಾರಿಸಿರುವರೆಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ತಮಗೆ ಗರ್ಭಧರಿಸುವುದು ಬೇಡವೆಂದಿರುವಾಗ- ತಮ್ಮ ಟೊಂಕಗಳಿಗೆ ಕರಿಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳುಳ್ಳ ಗೊಂಚಲುಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ಪುರುಷರೊಂದಿಗೆ ಕೂಡುವ ಆದಿವಾಸಿ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದ ಕಾಶ್ಮೀರದಲ್ಲಿನ ಸಂಶೋಧಕರು ಸ್ತ್ರೀಯ ಯೋನಿಗೆ ಕಹಿ ಬೇವಿನೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸಂಭೋಗಕ್ಕೆ ಒಂದು ತಾಸು ಮೊದಲು ಲೇಪಿಸಿ, ಅನಂತರ ಸಂಭೋಗಿಸಿದರೆ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳನ್ನು ಅದು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ನಾಶಪಡಿಸುವುದೆಂದೂ, ಅದರಿಂದ ದಂಪತಿಗಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆಂದೂ ಕಂಡಹಿಡಿದರು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದಲ್ಲಿ ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇವೆ.

ಆದಿವಾಸಿ ಜನರಲ್ಲಿ ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲ ಅದ್ಭುತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ.

ಬಹಳ ಜನರಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಅರಿವಿಲ್ಲದಂಥ ಬಹಳ ತರಹದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಗೊತ್ತು ಹಚ್ಚಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ, ಅರಿಶಿನ ಕಾಮಾಲೆ, ಅಗ್ನಿಸರ್ಪ, ಲೂತಿ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಗರ್ಮಿ ರೋಗಗಳ ಜನರೂ ದೂರ ದೂರದಿಂದಲೂ ಸಹ ಕೆಲವು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ಬಂದು ಅವರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಗುಣಮುಖರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಕುರಿತು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಜನರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅಭಿರುಚಿ ಮೂಡುತ್ತಿದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳು ಬಹು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತಿವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಬಹಳ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ, ರೋಗಿಗಳಾಗದಿರುವವರಿಗೂ ಪ್ರಯೋಜನ ನೀಡಿರುತ್ತವೆ.

ಈ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಕ್ಯಾಪ್ಸುಲ್ ಮತ್ತು ಇತರ ರೀತಿಗಳ ಆಕರ್ಷಕವಾದ ಹಾಗೂ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಕೆಡದಿರುವಂಥ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿ ಸಿರಿವಂತರ ಉಪಯೋಗಕ್ಕಾಗಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯ ಬಹಳವಾಗಿದೆ.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯಕ್ಕೆ ಉಜ್ವಲ ಭವಿಷ್ಯ ಕಾದಿರುತ್ತದೆ. ಶ್ರೀ ಟಿ. ಎಂ. ಹೆಗಡೆ, ಕಾಗಾಲ (ಉ.ಕ) ಜನತಾ ಹೈಸ್ಕೂಲಿನ ನಿವೃತ್ತ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು ಈ ಲೇಖನದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಭಾಗವನ್ನು ತಿದ್ದಿರುತ್ತಾರೆ.

■

೪. ಜನಪದ ವೈದ್ಯ - (ಮೂರು)

ಆಧುನಿಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ವಿಕಾಸಗೊಂಡು ಪ್ರಚಾರವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಶಾಸ್ತ್ರವು ಅನೇಕ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸುವ ಹಾಗೂ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಸಂಶೋಧಿಸಿ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿ ತಂದು ಮಾನವ ಕೋಟಿಗೂ, ಪ್ರಾಣಿ ವರ್ಗಕ್ಕೂ ಬಹಳ ಸಹಾಯವನ್ನು ಮಾಡಿದೆ. ರೋಗಗಳನ್ನು ಗೊತ್ತು ಹಚ್ಚಲು ಹಲವು ಯಾಂತ್ರಿಕ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಶೋಧಿಸಲಾಗಿದೆ. ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲೂ ಅದ್ಭುತ ಪ್ರಗತಿಯಾಗಿದೆ.

ದಮ್ಮು, ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಮಧುಮೇಹ, ಸಂಧಿವಾತ, ಲೂತಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳು ವೈರಸ್ ಮೂಲಕ, ಫಂಗಸ್ ಮೂಲಕ ಬರುವ ರೋಗಗಳು ಮುಂತಾದುವಕ್ಕೆ ಶಮನಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆಯೇ ಹೊರತು ಆಧುನಿಕ ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಇವುಗಳ ಮೂಲೋಚ್ಚಾಟನೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ. ಸ್ನಾಯು ಕುಸಿತ (Myosthenia Gravis - ಸ್ನಾಯು ಹೆಬ್ಬಳಲಿಕೆ) ಕಂಪವಾತ ಮೊದಲಾದ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ. ಶೋಧನೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಲೇ ಇವೆ.

ಕಡು ಬಡವರೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವ ನಮ್ಮ ರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಅಧಿಕ ಖರ್ಚು ಬರುವ ಕಾರಣ ಇದು ಬಹಳ ಜನರ ಕಷ್ಟ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆ.

ಅಲೋಪಥಿಯ ವಿಷಪೂರಿತ ರಾಸಾಯನಿಕ ಔಷಧಗಳು ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ತಜ್ಞ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ ಕಣ್ಣರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಅನುಕೂಲ ಉಪಕರಣ ಪರೀಕ್ಷೆ ಹಾಗೂ ಪರಿಹಾರ ಸಾಧನಗಳ ಪರಿಜ್ಞಾನಪೂರ್ವಕವಾದ ಉಪಯೋಗದ ಕಾರಣವಾಗಿ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಬಹುಸಂಖ್ಯೆಯ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ ಹತ್ತಿರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದ ಜನರು ಹೊಸ ರೋಗಗಳಿಂದ ಬಳಲುವ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಬಹಳ ಜನರ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿರುತ್ತವೆ.

ಶರೀರಶಾಸ್ತ್ರ ಹಾಗೂ ವೈದ್ಯಕೀಯದ ಚೆನ್ನಾದ ತರಬೇತಿ ಸಹ ಪಡೆಯದವರೂ, ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ಅವರೂ ಅಲೋಪಥಿ ಔಷಧ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅಪಾಯ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಅಲೋಪಥಿಯ ಎಂ.ಬಿ.ಬಿ.ಎಸ್. ಪದವಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ಒಬ್ಬ ಡಾಕ್ಟರರು ಹೇಳಿದರು- "We have got license to kill" - 'ನಾವು ಕೊಲ್ಲಲು ಸನ್ನದು ಪಡೆದಿದ್ದೇವೆ. ಕೊಲ್ಲಲೂ ಸಹ' (even to kill) ಎಂದೂ ಸಹ ಅವರು ಹೇಳಲಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಅವರು ಈ ಮಾತನ್ನು ಒಬ್ಬ ಹೃದ್ರೋಗಿಯು ತೀವ್ರ ಯಾತನೆ ಪಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಎರಡು ಸಲ ಮೋರ್ಫಿಯಾ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ನೀಡಿ ತಮ್ಮ ಮಾತನ್ನು ಕೃತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಸತ್ಯ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿದರು. ಈ ತರಹದ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ನೀಡದಿದ್ದರೂ ಆ ಬಡಪಾಯಿ ಹೃದ್ರೋಗಿ ಮರಣ ಹೊಂದಬಹುದಾಗಿತ್ತೇನೋ. ಆದರೆ, ಎರಡು ಸಲ ಕೊಟ್ಟ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದೇ ಅವನನ್ನು ಯಮಲೋಕಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಲು ಸಾಕಾಗಿತ್ತು.

ಇದೇ ಡಾಕ್ಟರರು ರಾಜಕಾರಣದ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನರಾಗಿ ರೋಗಿಗೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ನೀಡಲು ಎತ್ತಿದ ಕೊಳಿವೆ- ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ರೋಗಿಯ ರಟ್ಟೆಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ತೋಳಿಗೆ ಚುಚ್ಚಿದರು ಎಂಬ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದ್ದರೂ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಹೀಗೆ ನಡೆಯಿತೇ ಎಂದು ಸಂದೇಹ ಬಂದರೆ ಅದು ಅಸಹಜವೇನಲ್ಲ. ಯಾಕೆಂದರೆ, ಸುದ್ದಿಗೆ ರೆಕ್ಕೆ-ಪುಕ್ಕ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಸುತ್ತಲೂ ಹಾರುವುದುಂಟು.

ಆದರೆ, ಒಬ್ಬ ವೃದ್ಧ ದಂತ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ದೃಷ್ಟಿ ಸರಿಯಾಗಿದ್ದಿರಲಿಲ್ಲ. ರೋಗಿಯ ಹುಳ ಹಿಡಿದ ಹಲ್ಲನ್ನು ಕೀಳುವ ಬದಲು ಅದರ ಸಮೀಪವಿದ್ದ ಒಳ್ಳೆಯ ಹಲ್ಲನ್ನೇ ತಮ್ಮ ಇಕ್ಕುಳದಂಥ ಆಯುಧದಿಂದ ಕೀಳಲು ಉದ್ಯುಕ್ತರಾದಾಗ ರೋಗಿಯು 'ಅದಲ್ಲ ಹಾಳಾದ ಹಲ್ಲು' ಎಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ- "ಹೂಂ ಹೂಂ" ಎಂದು ತನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆಯೆಂದು ತಲೆಯನ್ನು ಅಲ್ಲಾಡಿಸಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ಹಲ್ಲನ್ನು ಕಿತ್ತು ತೆಗೆಯುವಲ್ಲಿ ಅಂತೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾದರು. ತಮ್ಮ ತಪ್ಪು ತಿಳಿದು ಬಂದಮೇಲೆ ದಂತವೈದ್ಯರು 'ಈಗ ನೋಡು, ಹಲ್ಲು ಕಿತ್ತುದರಿಂದ ಹಾಳು ಹಲ್ಲನ್ನು ಕಿತ್ತು ತೆಗೆಯಲು ಅನುಕೂಲವಾಯಿತು' ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದು ನಡೆದ ಘಟನೆಯೆಂದು ನಾನು ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುವಾಗ ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುದುಂಟು.

ಒಂದು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಡಾಕ್ಟರರು ಒಬ್ಬ ದಾಯ(Nurse)ಗೆ ಒಬ್ಬ ರೋಗಿಯ ಮೂತ್ರವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ ಶೇಖರಿಸಿ ಇಡಲು ಹೇಳಿ ಹೋಗಿದ್ದರು. ಅವಳು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದ ರೋಗಿಯ ಮೂತ್ರವುಳ್ಳ ಗ್ಲಾಸು ಅಕಸ್ಮಾತ್ ಅವನ ಕೈತಪ್ಪಿ ಬಿದ್ದು ಒಡೆದು ಮೂತ್ರವೆಲ್ಲಾ ಚೆಲ್ಲಿಹೋಯಿತು. ಆ ದಾಯಿಯೂ ಬೇರೊಂದು ಗ್ಲಾಸಿನಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಮೂತ್ರವನ್ನೇ ಶೇಖರಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು, ರೋಗಿಯ ಮೂತ್ರವೆಂದು ಡಾಕ್ಟರರಿಗೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಲು ಹೇಳಿದಳು.

ಡಾಕ್ಟರರ ಔಷಧ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗದಾಗ ಸಂದೇಹ ಬಂದು ಮತ್ತೆ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸಿರಬಹುದು. ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗದಿಂದ ಪೀಡಿತವಾಗಿದ್ದ ಮುದ್ದು ಮಗು ಹುಸ್ನಾ ಬಾನುವಿನ ಪೀಡಿತ ಕಣ್ಣನ್ನು ಕೀಳುವ ಬದಲು ಅವಳ ಒಳ್ಳೆಯ ಕಣ್ಣನ್ನು ಕಿತ್ತು ಅತಿ ಅಲಕ್ಷ್ಯದಂಥ ಅಪರಾಧ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ ಇರುತ್ತಾರೆ.

ಹೀಗಿದ್ದರೂ ಡಾ. ಹೆಚ್. ನರಸಿಂಹಯ್ಯನವರಂಥ ವಿಜ್ಞಾನ ಪುರಸ್ಕೃತರು 'ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೊಂದೇ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾದದ್ದು, ಉಳಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸರ್ಕಾರವು ಕಾಯಿದೆಯಿಂದ ನಿಷೇಧಿಸಬೇಕು' ಎಂಬ ಪ್ರತಿಪಾದನೆ ಅಸಮಂಜಸ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಿಂದ ಕೂಡಿದುದು. ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾಗಿರುವ ಮುಂಬಯಿಯ ಡಾಕ್ಟರ್ ರಶೀದ್ ವಾಡಿಯಾರವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ- "ಆಯುರ್ವೇದ, ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ, ಯುನಾನಿ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ಇತರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ ವಿಶಿಷ್ಟ ಅನುಕೂಲತೆಯೂ ಪರಿಮಿತಿಯೂ ಉಂಟು."

ತೀರ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೇ ಇರದಿದ್ದಾಗಲೂ ಜನರಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನ ನೀಡುತ್ತಾ ಬಂದಿದೆ. ಪ್ರಾರಂಭ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಯಿಂದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾಗಿ, ಅದರಲ್ಲೂ ಸುಧಾರಣೆಯಾಗುತ್ತಾ ಬಂದಿರಬೇಕು. ಇದರಲ್ಲಿ ಆಹಾರದ ಪಥ್ಯ, ಅನುಪಾನ ಕ್ರಮಗಳಿರುವುದು ಇಂದಿಗೂ ಗ್ರಾಹ್ಯವಾಗಿದೆ; ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಲವು ಪಿಡುಗುಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಗುಣಪಡಿಸಲಾರದೆ ಸಾವಿರಾರು ಜನರ ಮರಣ ಸಂಭವಿಸಿದ್ದುಂಟು. ಕ್ಷಯರೋಗ, ಕುಷ್ಠರೋಗದಂಥ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಹಲವು ಮಾರಕರೋಗಗಳಿಗೂ ಸಹ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಮದ್ದುಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಲ್ಲ.

ಕೆಲವೇ ಜನರು ತಾವು ಪಡೆದಿದ್ದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೇರೆ ಜನರಿಗೆ ಕಲಿಸದೆ ಮೃತರಾದುದರಿಂದ ಬಹಳ ಗಂಭೀರ ರೋಗಗಳ ಉತ್ತಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ನಷ್ಟವಾಗಿ ಹೋದವು. ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆ: ಕಾನಗೋಡಿನಲ್ಲಿ ದಿ. ಕೃಷ್ಣಪ್ಪ ಹೆಗಡೆಯವರು ಗಂಟಲಿನ ಟಾನ್ಸಿಲ್ಸ್‌ಗಳು ಬಹಳ ಬೀಗಿದ್ದುದ್ದಕ್ಕೂ ಕಂಠರೋಹಿಣಿಗೂ (ಡಿಫ್ತೇರಿಯಾ) ಬಹು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಒಂದು ಬಿಳಿಯ ಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ತೇಯ್ದುಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತನ್ನ ಮಗನಿಗೂ ಹೇಳದೆ ಅಕಸ್ಮಾತಾಗಿ ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ನಿಧನರಾದರು. ಆ ಕಾಲದ ಡಾಕ್ಟರರು ಆಸೆ ಬಿಟ್ಟ ರೋಗಿಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ.

ಹಣದ ಆಸೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿಲ್ಲದೆ, ಇದೊಂದು ಪುಣ್ಯದ ಕೆಲಸವೆಂದು ತಿಳಿದು, ಕೇವಲ ಒಂದು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿಯನ್ನು ತಕ್ಕೊಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ, ಹಲವರನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಿರುವ

ವೈದ್ಯ ಮನೆತನಗಳು ಈಗಲೂ ಹಲವು ಇವೆ. ಅವರಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಪರಿಮಿತಿಯ ಅರಿವಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರು ಕೇವಲ ಲೂತಿಗೆ ಬೇರನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಬೇರೆ ರೋಗಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವರು ಕೇವಲ ಸಂಧಿವಾತದ ಮದ್ದನ್ನು ಪಥ್ಯಕ್ರಮದೊಡನೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಾರಂಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಾದರೆ ಈ ಮದ್ದು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಾಲುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರಾಗಿರುವ ಬಂದೀಸರದ ಲಿಂ. ಆನಂದ ಗೌಡರು (ಕೋಲಸಿರ್ಸಿ ಸಮೀಪ, ತಾ: ಸಿದ್ದಾಪುರ) ಬಹಳಷ್ಟು ರೋಗಗಳಿಗೆ (ದಮ್ಮು, ಮಧುಮೇಹ, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ.... ಮುಂ.) ಔಷಧ ಕೊಡುವರಾದರೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜ್ವರಕ್ಕೆ ಔಷಧ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಅರಿಸಿನ ಕಾಮಾಲೆಯನ್ನು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ ಸಾಹಿತ್ಯ ಭಂಡಾರದ ಶ್ರೀ ಮ. ಅನಂತಮೂರ್ತಿಯವರ ಮೊಮ್ಮಗನಿಗೆ ಅಲ್ಲಿಯ ಕೆ. ಎಂ. ಸಿ.ಯಲ್ಲಿ ಅರಿಶಿನ ಕಾಮಾಲೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಆತನನ್ನು ಅಲ್ಲಿಂದ ಕರೆಸಲು ಹೇಳಿ ತಾವೇ ಔಷಧ ಕೊಟ್ಟು, ಗುಣಮಾಡಿದ್ದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದ ವಿಷಯ. ರೋಗ ಮೀರಿದ ಲಕ್ಷಣ ಕಂಡುಬಂದ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಬೇರೆಡೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಹೋಗಿ ಎಂದು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಬಲ್ಲೆನು.

ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ವೈದ್ಯ ಮನೆತನದ ವೈದ್ಯರಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ ವಿ. ಜಿ. ಹೆಗಡೆ ಭಾಗವತ್ ಕಲ್ಲಕೈ (ಸಿರ್ಸಿ) ಇವರು ರವಿವಾರ ಹಾಗೂ ಗುರುವಾರ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಬರುವ ಹಲವು ತರಹದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕೈಮಸಕು (ವಿಷ) ಪ್ರಯೋಗವಾದ ರೋಗಿಗಳೆಂದು ಬರುವ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಲಕ್ಷ್ಯಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನೋಡಿ, ವನಸ್ಪತಿ (ಬೇರು) ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯ ಪಿತ್ತಾಶಯ ರೋಗಿಗಳನ್ನೂ ಅದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಥೈರಾಯಿಡ್ (ಗುರಾಣಿಕ) ಗ್ರಂಥಿಯಿಂದ ಸ್ರವಣವಾಗಿರುವ ಚೋದನಿಯ ಕೊರತೆಯಾಗಿ ಬಹಳ ಬವಣಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಬಿದಿರುಕಾನಿನ ಸೋದರಿ ಸೌ: ಸಾವಿತ್ರಿ ವೆಂ. ಹೆಗಡೆಯವರ ರೋಗವನ್ನು ಅವರು ಗುಣಪಡಿಸಿದುದು ಒಂದು ಅಪೂರ್ವ ವಿಷಯವೇ ಸರಿ.

ಯಾವ ಯಾವುದೋ ರೋಗದಿಂದ ಬವಣೆ ಪಟ್ಟು ಬರುವ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಔಷಧ ನೀಡಿ, "ಇದರಿಂದ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ, ಗುಣವಾಗದಿದ್ದರೆ ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳುವುದನ್ನು ನಾನು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ.

ಕುಮಟಾ ತಾಲೂಕು ಊರಕೇರಿಯ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತರು ಆಯುರ್ವೇದವನ್ನು ಗುರುಮುಖೇನ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಪರಿಣತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೂ ತಮ್ಮ ದಿ. ತಂದೆ(ವಿಷ್ಣು ಭಾಗವತ)ಯಿಂದಲೂ, ಇದು ಇತರ ಹಲವರಿಂದಲೂ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ತುಂಬ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ದಮ್ಮು, ಕಾಮಾಲೆ, ಸ್ತ್ರೀಯರ ಪದರ

ಮುಂತಾದ ಹಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಗುಣವಾಗದ ಹಲವು ರೋಗಿಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಕಡೆಗೆ ತಂದ ಹಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳುಂಟು ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಹಲವು ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಪಡಿಸಿದ ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ. ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆ: ನಮ್ಮ ಬೀಗರಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ ವಿ. ಜಿ. ಭಟ್ಟ, ಗೋರೆ ಇವರ ಮಗಳು ಚಿ. ಸೌ. ಗೀತಾ ರಮೇಶ ಹೆಗಡೆ ಇವರು ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದಾಗ ಏರುವ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಗುಣವಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕೂ ಹಿಂದಿನ ಸಲ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದಾಗ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಅತಿಶಯ ಏರಿ ಬೆಂಗಳೂರು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿದ್ದು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದು ಸಾವಿರಾರು ರೂಪಾಯಿ ಖರ್ಚಾಯಿತು. ಶಿಶು ಬದುಕಿ ಉಳಿಯಲಿಲ್ಲ.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಪರಿಚಯವಿರುವುದಾದರೆ ಬಹಳ ಸುಲಭವೂ, ಅಲ್ಪವೆಚ್ಚದವೂ ಆಗಿರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ವನಸ್ಪತಿಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಗೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಒಂದು ಉದಾ.: ಅಶ್ವತ್ಥ, ಪೇರಲ ಗಿಡ, ತುಳಸಿ ಗಿಡ ಮುಂತಾದವು.

ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿದ ಕೂಡಲೇ ಕಚ್ಚಿದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹತ್ತು ಅಂಗುಲ ಮೇಲೆ ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಇಲ್ಲವೇ ಕಟ್ಟಿಗೆಯ ತುಂಡನ್ನು ತಿರುಚೊತ್ತು ಹಾಕಿ, ಸುತ್ತಿದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಕಟ್ಟಣ ಹಾಕಿದ ಮೇಲೆ ಗಾಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ತೆಗೆದು, ಗಾಯವನ್ನು ಪೊಟ್ಯಾಶಿಯಂ ಪರಮಾಂಗನೇಟ್ ದೊರೆತರೆ ಅದನ್ನು ಹಾಕಿ ಸುಟ್ಟು, ಇಲ್ಲವೇ ಅರಿಶಿನ ಕೊಂಬಿನಿಂದ ಸುಟ್ಟು, ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ತುಲಸಿ ಬೇರನ್ನು ಅರೆದು ಕದಡಿದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಸಿದರೆ ನಾಗರಹಾವು ಕಚ್ಚಿದವನನ್ನು ಬದುಕಿಸಬಹುದು. (೧) ಅಷ್ಟೇ ಬೇರನ್ನು ಬೆಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಹರಿದು ಲೇಪಿಸಿ ಲೇಪ ಕಪ್ಪಾಗುತ್ತಲೇ ತೆಗೆದು ಬೇರೆ ಲೇಪವನ್ನು ಇದೇ ರೀತಿ ಹಚ್ಚುತ್ತಿರಬೇಕು. ಲೇಪ ಕಪ್ಪಾಗುವುದು ನಿಂತಮೇಲೆ ವಿಷ ಪೂರ್ತಿ ಹೋಯಿತೆಂದು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಿಲ್ಲಿಸಬಹುದು. (೨) ಮಂಡಲ ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದರೆ ಬಿಳಿ ಎಕ್ಕೆಯ ಬೇರನ್ನು ನೀರಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು ಕುಡಿಸಿ, ಅದನ್ನೇ ಗಂಧದಂತೆ ತೇಯ್ದು ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಮಾಣ ಒಂದು ಚಮಚ. ಎಕ್ಕೆ ಬೇರು ನಾಗರಹಾವಿನ ವಿಷಕ್ಕೆ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ದ.ಕ. ಹಾವಿನ ವಿಷ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಶ್ರೀ ರವಿ ಐತಾಳರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಗರ್ಭಕೋಶದಿಂದ ಅತಿಯಾಗಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾದರೆ, ಅಶ್ವತ್ಥದ ಹಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರೆದು ಎರಡು ಚಮಚ ರಸ ತೆಗೆದು ಕುಡಿಸಿದರೆ ಏಡಗಂತಿ ಇಲ್ಲವೇ, ಬೇರೆ ಗಡ್ಡೆ ಕಾರಣವಾಗಿ ಆಗುವ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ (ನಿವೃತ್ತ ತಹಸಿಲ್ದಾರ ಶ್ರೀ ಎಸ್. ಎನ್. ಭಾಗವತ, ಶಿರಸಿ). ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಹುಳಿ ಹಣ್ಣಾಗುವ ಮಾವಿನ ಮರದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ, ಮೂರು ತೊಲೆ ಒಣಗಿದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಕುಡ್ತೆ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಕಾಯಿಸಿ, ಅಷ್ಟಾಂಶ ಉಳಿದಾಗ ಇಳಿಸಿ, ಹಿಸುಕಿ ಹಿಂಡಿ ತೆಗೆದು ಸೋಸಿ, ಅರ್ಧ

ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಾರಿ ಕುಡಿಸಿದರೆ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣ (ಕಾಸರಗೋಡು ಜಿಲ್ಲೆಯ ಕಾಟುಕುಕ್ಕೆ ಗಣಪತಿ ಭಟ್ಟರ 'ಸುಲಭ ಸರಲ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ').

ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಅನುಭವದಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿಯೇ ಪ್ರಚಾರಕ್ಕೆ ಬಂದವುಗಳಾದರೂ ಅವು ರೋಗಿಯ ಎಲ್ಲಾ ಅವಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅಷ್ಟೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಗಳಾಗುವವೆಂದು ತಿಳಿಯುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೇಲ್ಕಂಡ ಮಧುಮೇಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಮಧುಮೇಹ ಪೀಡಿತರಾದ ಎಲ್ಲ ರೋಗಿಗಳಿಗೂ ಅಷ್ಟೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುವುದೋ ಏನೆಂದು ಹಲವು ರೋಗಿಗಳ ಮೇಲಿನ ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಇತರ ಇನ್ನೂ ಹಲವು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಯಾವ ಯಾವ ಪ್ರಕೃತಿಯುಳ್ಳವರಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಬಹುದೆಂಬುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಹಳಿಯಾಳ ತಾಲೂಕಿನ ತಟ್ಟಿಹಳ್ಳದಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಔಷಧೀಯ ಗಿಡಗಳ ಕುರಿತು ಕಾರ್ಯಾಗಾರವು ನಾಲ್ಕು ದಿನ ನಡೆದಿತ್ತು. ಹಲವಾರು ವಿದ್ವಾಂಸರು ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನೂ, ಅವುಗಳ ಉಪಯೋಗವನ್ನೂ ಕುರಿತು ಉಪನ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರು (೧೯೮೯ ನವಂಬರ ೩೦ ರವರೆಗೆ ನಡೆಯಿತು.). ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಡಾ. ಶ್ರೀಧರ ಎಂಬುವರ ಉಪನ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ನೆತ್ತರ ಹೊನ್ನೆ (ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಆಸನ) ತೊಗಟೆಯು ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಉತ್ತಮವೆಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅದರ ಬೊಡ್ಡೆಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಲೋಟಾದಲ್ಲಿ ೨೪ ತಾಸು ನೀರನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮಧುಮೇಹ ವಾಸಿಯಾಗುವುದೆಂದು ಪ್ರಚಾರ ಪಡೆದಿದೆ. ಆದರೆ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಬುಕ್ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ದಿಲ್ಲಿ) ಅವರು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ "ಔಷಧೀಯ ಗಿಡಗಳು" ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ನೂರಕ್ಕೆ ಏಳು ಜನರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಅದರಿಂದ ಗುಣವಾಗುವುದೆಂದೂ, ಈ ಕುರಿತು ಇನ್ನೂ ಸಂಶೋಧನೆ ನಡೆಸುವುದು ಅವಶ್ಯವೆಂದೂ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಅನುಭವಿಕ ವೈದ್ಯ ಊರಕೇರಿ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತರು ಹೇಳಿದ ಮಧುಮೇಹ ಕಷಾಯದಲ್ಲಿ 'ಏಕನಾಯಕ ತೊಗಟೆ' (ಸಪ್ತರಂಗೀ), ಖದಿರ ಕೆಂಚು, ನೇರಿಲ ತೊಗಟೆ, ನೇತ್ರ ಹೊನ್ನೆ (ಆಸನ) ತೊಗಟೆಗಳನ್ನು ಬೀಸಿ ಕಲ್ಕ ಮಾಡಿ, ಆ ಕಲ್ಕದ ೩೨ ಪಟ್ಟು ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ ಇಳಿಸಿ, ಸ್ವಚ್ಛ ಅರಿವೆಯಲ್ಲಿ ಸೋಸಿ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಿದಾಗ, ಪಾರದರ್ಶಕ ಕಷಾಯವಾಗಬೇಕು. ಇದು ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಪಥ್ಯದೊಡನೆ ಸೌಮ್ಯ ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಬಿಲ್ವದೆಲೆ ರಸ ಒಂದು ಚಮಚ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬಿಲ್ವದೆಲೆಗಳನ್ನು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ, ಹಿಟ್ಟು ಮಾಡಿಯೂ ಸಹ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಕೇವಲ ಬಿಲ್ವದೆಲೆಗಳಿಂದಲೇ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿಕೊಂಡವರುಂಟು. ಕೇವಲ ನೇರಿಲೆ ತೊಗಟೆಯ ಕಷಾಯದಿಂದ ಉಪ್ಪೋಣಿಯ ಡಾ. ಪದ್ಮನಾಭಯ್ಯ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ತಂದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡದಲ್ಲಿಯೂ, ಮಧುಮೇಹದಲ್ಲಿಯೂ ನಿತ್ಯಪುಷ್ಪದ ಎಲೆಗಳ (೭-೧೦) ಕಷಾಯ ಪ್ರಯೋಜಕವೆಂದು ಇದು ಮಲಯಾಳಿಗಳ ಪ್ರಯೋಗವೆಂದು ನನ್ನ 'ಜನಪದ ವೈದ್ಯ'(೧೯೮೧)ದಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ. ಆಮೇಲೆ ಈ ವಿಷಯ 'ತರಂಗ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತದೊತ್ತಡಕ್ಕೆ ಸಹ ಗುಣಕಾರಿ ಎಂದು ಬಂತು.

ಕಕ್ಕಳ್ಳಿಯ ಒಬ್ಬ ಹೆಂಗಸು ನನ್ನ ಸೂಚನೆಯಂತೆ ಎಲೆಗಳ ಕಷಾಯ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ತಾನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ ಆಕೆಯ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಸಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದಿತ್ತು ಎಂದು ವಾನಳ್ಳಿಯ ಡಾಕ್ಟರ್ ಎಸ್. ಜಿ. ಹೆಗಡೆ ನನಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ತೀವ್ರಸ್ವರೂಪದ ಏರು ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟೇ ಸಾಲಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.

ತೀರ ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತದೊತ್ತಡಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಶೀಘ್ರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಔಷಧ ಬೇಕಾದೀತು. ಆದರೆ, ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಅನುಪಾನ ರೂಪವಾಗಿ ಸಹ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ದಿನಾಲು ಎಲೂರಿ ಚಿಗುರಿನ ತುಂಬುಳಿಯನ್ನು ಉಣ್ಣುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಒಂದು ವರ್ಷದ ಮೇಲೆ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಸಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬರಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡದ ಕುರಿತು ಆಗಾಗ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಗುಣಪಡಿಸಲು ಕಠಿಣವಾದ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ರೋಗ ದಮ್ಮು. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ದಮ್ಮು ಹಳೆಯದಾದಂತೆ ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಕಠಿಣ ಸ್ವರೂಪ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ದಮ್ಮಿನಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ವಿಧ: ಹೃದಯದ ದಮ್ಮು- ಹೃದಯ ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಪರಿಣಾಮ. ಅದನ್ನು ಶಮನಕಾರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದಲೇ ಉಪಚರಿಸಬೇಕು. ಉಳಿದ ದಮ್ಮನ್ನು ಗುಣಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಹಳೆಯ ಹಸ್ತ ಪ್ರತಿಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಹಳೆ ದಮ್ಮಿಗೆ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿದೆ. ಹೊಸ ದಮ್ಮಿನವರಿಗೂ ಕೊಡಬಹುದು.

ಮೂರು ತೊಲೆ ಹಸಿ ಓಮ (ಅಜವಾನ), ಮೂರು ತೊಲೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಓಮ- ಇವನ್ನು ಎಕ್ಕೆ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ರಾತ್ರಿ ನೆನೆಯಿಸಿ ಇಟ್ಟು, ಬೆಳಗ್ಗೆ ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಅರೆದು ಒಣಗಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಮೂರು ಬೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಬರುವಷ್ಟನ್ನು ಮೂರು ತೊಲೆ ಚಿಕ್ಕ ಹುಡುಗರ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು (ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನನ್ನ 'ಆರೋಗ್ಯಕರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ' ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ೧೨೫ನೆಯ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ.).

ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳ ದಮ್ಮಿನಲ್ಲಿ ಇದರ ಮೂರರಲ್ಲೊಂದು ಪಾಲು ತಕ್ಕೊಂಡು ಈ ಕ್ರಮದಿಂದ ನೆನೆಸಿ ಅರೆದು, ಅವರದೇ ಎರಡು ತೊಲೆ ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಿ ಅವರ ಮೂರು ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ ಬರುವಷ್ಟು ಹುಡಿಯನ್ನು ತಿನ್ನಿಸಬೇಕು.

ಎಳೆಯರ ಗೂರಿನಂಥ ಎಳೆತದ ಕಫದಲ್ಲಿ ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ ಜನಪದ ಸಂಶೋಧಕರಾಗಿರುವ

ಮಿತ್ರ ಶ್ರೀ ಮತಿಘಟ್ಟ ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿಯವರ ಪೂಜ್ಯ ತಂದೆ ದಿ. ಲಿಂಗಣ್ಣಯ್ಯನವರು- ಸೊಗದೆ (ಸುಗಂಧಿ) ಬೇರು ಹಾಗೂ ಸೊಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ ಅರೆದು, ಸೋಸಿ ಕೊಟ್ಟು ಕಫ ವಾಂತಿಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು ಎಂದು ಶ್ರೀ ಮತಿಘಟ್ಟ ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾದ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಗುಣಕಾರಿಯಾದೀತು.

ಪೀನಸಿ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಮೂಗಿನಿಂದ ದುರ್ನಾತದ ರಸಿಕೆ ಸುರಿಯುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಶ್ರೀ ಮತಿಘಟ್ಟ ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿಯವರ ರೈತ ಶ್ರೀ ಈರಪ್ಪ ನಾಯಕರು ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ಸಣ್ಣ ತರಹದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಗಡ್ಡೆಯ ತೊಳೆಗಳನ್ನು ಕುಟ್ಟಿ, ನಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ಅರೆದು, ಮಲಂ ಮಾಡಿ ಮೂಗಿಗೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಖ ಸುಗಂಧವಾಲು, ಕಂಕೋಷ್ಟ (ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯ), ಕೊಳವಳಿಕೆ (ಕೊಳ ಮುಳ್ಳಿ) ಬೀಜ ಅರೆದು, ಜೇನನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಒಂದು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಗುಣ (ಹಸ್ತಪ್ರತಿ).

ಪದೇಪದೇ ನೆಗಡಿಯಾಗುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಹಲವರಿಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮೂಗಿನ ಒಂದು ಹೊರಳೆಯಿಂದ ತಣ್ಣೀರನ್ನು ಸೇದಿ ಇನ್ನೊಂದು ಹೊರಳೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ಬಿಡುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಅನುಕರಿಸಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದವರು ಡಾ. ಅರವಿಂದ ಪಟವರ್ಧನ (ಸಿರ್ಸಿ) ಅವರು ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ನಲವತ್ತೆಂಟು ದಿನ ಮೋಗೆ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಬೀಸಿ, ಸೋಸಿದ್ದನ್ನು ಹಸಿದಿದ್ದಾಗ ಕುಡಿದು, ಅರ್ಧತಾಸಿನ ಮೇಲೆ ಬೇಕಾದರೆ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯರ ಹಲವು ಔಷಧಿಗಳು ಪರಿಣಾಮ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವು ತಾಜಾ ವನಸ್ಪತಿಗಳಿಂದಲೇ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವುದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಉದಾ.: ರಾಮಚಂದ್ರ ಭಟ್ಟರೆಂಬುವರು ಉಳುಕಿನಿಂದಾಗಿ ಮೂರು ತಿಂಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಉಪಚಾರ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಡೆಯಲಾರದವರು, ಬಾಳೆಗಿಡದ ಅಂಟನ್ನು ಹಚ್ಚಿದ್ದರಿಂದ ಗುಣ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು (ಈ ಅಂಟನ್ನು ಒಣಗಿಸಿ ಇಟ್ಟು ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆಯ ಅನಂತರ ನೀರಿನೊಡನೆ ಕದಡಿ ಹಚ್ಚಿ ಆ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಸಹ ತಿಳಿಯಬೇಕು.).

ಮಿತ್ರ ಡಾ. ಜಿ. ಶಂ. ಪರಮಶಿವಯ್ಯ ಹಾಗೂ ಅವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬಂದ ಪಿಡುಗಿನ ಅರಸಿನ ಕಾಮಾಲೆ ರೋಗವು, ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ ಕರಿಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಆಕಳ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಬೀಸಿ, ಸೋಸಿ ಹಸಿದಿದ್ದಾಗ ಮೂರು ದಿನ ಕೊಟ್ಟು ಒಬ್ಬ ಮುದುಕಿ ಗುಣ ಪಡಿಸಿದಳು.

ಡಾಕ್ಟರರಿಂದ ಗುಣಮಾಡಲಾಗದ ರೋಗಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು ಗುಣ ಮಾಡಿದ ಉದಾಹರಣೆಗಳುಂಟು (ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ್ದೇನೆ). ಆದರೆ, ಸಿರ್ಸಿಯ ನಿಪುಣ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾಗಿರುವ ಡಾ. ಜಿ. ಎಸ್. ಶಾಸ್ತ್ರಿಯವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ, 'ರೋಗ ಮೂಲಕವಾಗಿ ಅಂಗದಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯವಾದ, ಮುಖ್ಯವಾದ ವಿಕೃತ ರೂಪ(ಹೀನಯಿಕೆ)

ಯಾದಾಗ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಗುಣವಾಗಲಾರದು. ಯಾವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾದರೂ ಶಮನಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. (ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಗುಣವಾದೀತು. ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆವ ಗಡ್ಡೆ ಇದಕ್ಕೊಂದು ಉದಾಹರಣೆ) ಅನಿವಾರ್ಯವಾದಾಗ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಶರಣು ಹೋಗಲೇಬೇಕು.'

ರೋಗ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರೆ ಹಲವು ರೋಗಗಳನ್ನು ಮೂಲ ಸಹಿತ ಕೀಳಬಹುದು. ಉದಾ.: ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತ ವೈದ್ಯರ ಮತದಂತೆ ಪ್ರಸ್ಥಿತ ಗ್ರಂಥಿಯ ಊದುವಿಕೆಯ ತೀರ ಪ್ರಾರಂಭದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ದಿನಾಲೂ ದಾಸಾಳ ಸೊಪ್ಪಿನ ದೋಸೆಯನ್ನು ಇಲ್ಲವೇ, ಗೋಳಿ ಸೊಪ್ಪಿನ ಪಲ್ಯವನ್ನು ಉಣ್ಣುತ್ತಿದ್ದರೆ ಈ ಊದುವಿಕೆಯನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು. ನೇಗಿಲಮುಳ್ಳು ಕಷಾಯ ಪ್ರಾರಂಭಕ್ಕೆ ಗುಣಮಾಡಲು ಸಾಕು.

ರೋಗದ ಉಪಚಾರ, ಪಥ್ಯ, ಔಷಧ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸುವ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಆರೋಗ್ಯ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯುವುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸೇರಿದ್ದು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುತ್ತದೆ. ರೋಗ ತಪಾಸಣೆಯ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದು ಅವಶ್ಯವಾದಾಗ ತಜ್ಞ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ ನೆರವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ವಿವೇಚನೆ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕಂಠ ರೋಹಿಣಿಯಂಥ ಬಹಳ ಗಂಭೀರ ರೋಗವನ್ನೂ ಕಣ್ಣಿನ ಗಾಜು ಗಣ್ಣು ಮುಂತಾದ ಭಯಂಕರ ರೋಗವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೂ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಗುಣಪಡಿಸುವ ಆಶಯವನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. ಇದು ಸದ್ಯದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ.

(೧೯೯೦ ಶ್ರೀನಿಧಿ ವಜ್ರ ಸಂಪುಟ, ಸಿದ್ದಾಪುರ ಅರ್ಬನ್ ಬ್ಯಾಂಕ್ ವಜ್ರಮಹೋತ್ಸವ ಸ್ಮರಣ ಸಂಚಿಕೆ. ಸಂ.: ಕೆ.ಎ. ಭಟ್ಟ)

■

೫. ಆಯುರ್ವೇದ ಮತ್ತು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ

ಆಯುರ್ವೇದಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲೇ ಆಯುರ್ವೇದ + ನಾಡ ಮದ್ದು ರೂಢಿಯಲ್ಲಿತ್ತು. ಪುರಾಣ ಕಥೆಯ ಪ್ರಕಾರ- ಪರಮಾತ್ಮನು ಧನ್ವಂತರಿಯ ಅವತಾರ ತಾಳಿ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ ಪಿತಾಮಹನಾದನು. ಆಯುರ್ವೇದ ಐದನೇ ವೇದ. ತಂತ್ರವೈದ್ಯ, ಮಂತ್ರವೈದ್ಯ, ಶಸ್ತ್ರವೈದ್ಯ ಇವುಗಳ ಪೂರ್ಣ ವಿಕಸನ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿದೆ. ಮ್ಯಾಜಿಕ್ ತಂತ್ರ ವೈದ್ಯವು ತೀರ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದ್ದಾಗಿದ್ದು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಮಾಟಗಾರಿಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಮನೋಬಲ ಉಳ್ಳವರು ವಾತಾವರಣದ ತರಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಟಗಾರಿಕೆಯ ವಾಹಕಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡ ಉದ್ದಿಷ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇಲ್ಲವೆ ವಸ್ತುವಿನ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಮಾಡಿ, ಒಳಿತು ಅಥವಾ ಕೆಡಕು ಫಲ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಪ್ರಾಣಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ರೈಕಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಲ್ಲಿ ದೂರದಲ್ಲಿದ್ದವರಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪರಿಣಾಮ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಈ ತಂತ್ರಗಾರಿಕೆಯ ವಿಕಾಸವನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಇದಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ಪುನರುಚ್ಚರಿಸಿ ಪಡೆದ ಮಂತ್ರಶಕ್ತಿ ಸಹಾಯಕವಾಗಬಹುದು. ಮಂತ್ರಶಕ್ತಿಯ ಪರಿಣಾಮ ಬಹಳ ಗೂಢವಾಗಿದೆ. ವಿವರಿಸಲು ಕಷ್ಟ.

ಅಥರ್ವವೇದದಲ್ಲಿ ಜ್ವರ ನಿವಾರಕ ಮಂತ್ರವೂ, ಹಲ್ಲು ಬೇನೆಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವ ಹಾಗೂ ಇತರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಮಂತ್ರಗಳು ಇದೆಯೆಂದು ಕೇಳಿದ್ದೇನೆ. ಇಲ್ಲಿ ಯೋಗಪದ್ಧತಿಗಳ ವಿಚಾರವು ಸಹ ಬರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಪತಂಜಲಿ ಸೂತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ಅಣಿಮಾ, ಲಘಿಮಾ, ಗರಿಮಾ, ಮಹಿಮಾ, ಪ್ರಾಪ್ತಿ, ಪ್ರಾಕಾರ್ಯ, ಈಶಿತ, ವಶಿತ್ವ ಮುಂತಾದ ಅಷ್ಟಸಿದ್ಧಿಗಳು ಬಹಳ ಕಠಿಣ ಸಾಧನೆಗಳ ಮೂಲಕವಾಗಿ ಸಾಧಿತವಾಗುವ ಮಾರ್ಗಗಳ ಅನುಸರಣೆಯಿಂದ ಸಿದ್ಧಿಗಳು ಲಭಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾನವರಿಗೆ ದುರೂಹ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಶರೀರವನ್ನೂ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕವಾದ ಆಸನಗಳ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಗುರುಮುಖದಿಂದ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಿಂದ ಕಲಿತು ಆಚರಿಸುವವರಿಗೆ ಇವುಗಳಿಂದ ಲಭಿಸುವ ಮಾನಸಿಕ, ದೈಹಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳು ವೇದ್ಯವಾಗುವಂತಿರುತ್ತದೆ.

ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವು ಪುಪ್ಪುಸದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಶುದ್ಧಿಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ರಕ್ತ ಕಲ್ಮಶಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ; ದೀರ್ಘಾಯುಷ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಕೆಟ್ಟ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ದೂರ ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಿಂದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿರದಿದ್ದರೆ ಅದು ಪ್ರಾಣಕ್ಕೆ ಯಮ ಆಗಿ ಆಯುಷ್ಯ ಹ್ರಾಸಕ್ಕೂ, ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾದವಾದೀತು. ಸಮರ್ಥರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡಲು ಕಲಿಯಬೇಕು.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಪ್ರಾದುರ್ಭಾವವು ಜಲೋಪಚಾರ, ಬಿಸಿಯಾದ ಉಸುಕಿನ ಉಪಚಾರ, ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾದ ಗಡ್ಡೆ-ಗೆಣಸುಗಳ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಚೀನ ಮಾನವ ಕೊಂದ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ರಕ್ತ, ಮಾಂಸ ಮೂಲಕವಾದ ಉಪಚಾರಗಳಿಂದ ಆಗಿದ್ದಿರಬೇಕು.

ಜಲೋಪಚಾರದಲ್ಲಿ ಉಷ್ಣ ನೀರು ಬುಗ್ಗೆಗಳು, ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಜಲಪಾತಗಳ ನೀರು, ಆಂತರಿಕ ಹಾಗೂ ಬಾಹ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಅನುಭವದಿಂದ ಪ್ರಾಚೀನ ಮಾನವನು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿಯೂ ವನಸ್ಪತಿಗಳ, ಬೇರುಗಳ, ಗಡ್ಡೆಗಳ, ಎಲೆಗಳ ಉಪಯೋಗ ಮಾಡಿ ಅವುಗಳ ಸತ್ಪರಿಣಾಮ, ವಿಷ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿದಿದ್ದ ಮಾನವರಲ್ಲಿ ವಿಷದಿಂದ ಮೃತರಾಗಿದ್ದವರೂ ಹಲವರಾಗಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಪ್ರಯೋಗ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾದಗಳಿಂದಾಗಿ ಮೂಲ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮಗಳು ಬೇರೆ ಬೇರೆಡೆ ರೂಢವಾಗಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಧನ್ವಂತರಿಯು ಕ್ಷೀರಸಾಗರ ಮರ್ದನದಲ್ಲಿ ಅಮೃತ ಕುಂಭ ಹೊತ್ತು ಎದ್ದು ಬಂದು ಪುರಾಣ ಕಥೆಯಿದೆ. ಅಥವಾ ವೇದದ ಅನಂತರದಲ್ಲಿ ಲಿಪಿಶೋಧನೆ ಆದಮೇಲೆ ಚರಕಾಚಾರ್ಯರಿಗಿಂತಲೂ ಮೊದಲು ಹಲವಾರು ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥಗಳು ರಚಿತವಾಗಿದ್ದಿರಬೇಕು. 'ಅಶ್ವಿನಿ ಸಂಹಿತೆ' ಎಂಬ ಕೃತಿ ಮದ್ರಾಸ್ ಓರಿಯಂಟಲ್ ಲೈಬ್ರರಿಯಲ್ಲಿದೆಯಂತೆ. ಅದು ಆಮೇಲೆ ದೊರೆಯದಿದ್ದರೂ 'ಚರಕ ಸಂಹಿತೆ'ಯಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಮಹತ್ವದ ಭಾಗಗಳು ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಲಕ್ಷ ಶ್ಲೋಕ, ಒಂದು ಸಾವಿರ ಅಧ್ಯಾಯ ಇರುವ 'ಬ್ರಹ್ಮಸಂಹಿತೆ' ಎಂಬುದು ಇತ್ತೇ ಎಂಬುದು ಪುರಾಣೋಕ್ತವಾಗಿ ಉಳಿದಿದೆ. ಆಚಾರ್ಯ ಅಗ್ನಿವೇಶ ಋಷಿಗಳು ಶಿಷ್ಯ ಚರಕಾಚಾರ್ಯರಿಗೆ ವಿವಿಧ ವಿಷಯಗಳ ರೋಗಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೇಳಿ, ಚರಕಾಚಾರ್ಯರು ಅವನ್ನು ಲಿಖಿತ ರೂಪದಲ್ಲಿ

ತಂದರೆಂಬ ‘ಚರಕ ಸಂಹಿತೆ’ಯು ‘ಅಗ್ನಿವೇಶ ಸಂಹಿತೆ’ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಮೊದಲು ಇದ್ದು ಚರಕಾಚಾರ್ಯರಿಂದ ಸಂಸ್ಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಗ್ರಂಥವಾಗಿದೆಯಂತೆ. ಚರಕಾಚಾರ್ಯರ ಕಾಲವು ಕ್ರಿ.ಪೂ.೩೨೦ರಲ್ಲಿನದೆಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಧನ್ವಂತರಿಯ ಅಪರಾವತಾರ ದೀವೋದಾಸ ಶಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಶುಶೃತರೇ ಶ್ರೇಷ್ಠರು.

“ನಿಧಾನೇ ಮಾಧವ ಶ್ರೇಷ್ಠ
ಭಾವ ಲಕ್ಷ್ಮಣ ಭಾವ ಪ್ರಕಾಶ ಶ್ರೇಷ್ಠ”

ರಸ ವೈದ್ಯವು ನಾಗಾರ್ಜುನ ಪಂಥದ ಮೂಲಕ ಪ್ರಚಾರಕ್ಕೆ ಬಂದುವೆಂದು ಮಾನ್ಯ ರಾಘವೇಂದ್ರ ಸ್ವಾಮೀಜಿ ಬರೆದದ್ದುಂಟು. “ನಾಗಾರ್ಜುನ ಕಕ್ಷಪುಟ” ಎಂಬ ಮಹದ್ ಗ್ರಂಥವು ಹಸ್ತಪ್ರತಿ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅಭ್ರಕ, ಬೆಳ್ಳಿ, ಬಂಗಾರ, ಪಾದರಸ, ಗಂಧಕ ಮುಂತಾದ ಔಷಧ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾರಣ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಭಸ್ಮ ಸಿಂಧೂರ ರೂಪಗಳಿಗೆ ಪರಿವರ್ತಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸಿದ್ದೆ ಸಿದ್ಧ ವೈದ್ಯ ಅಥವಾ ರಸವೈದ್ಯ. ತಮಿಳಿನಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಯು ಉದ್ಭವವಾಗಿ ಆ ಕುರಿತ ಗ್ರಂಥವು ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಲ್ಲೇ ರಚಿತವಾಗಿ ಅದು ಈಗಲೂ ಲಭ್ಯ ವೆಂಬುದಾಗಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

‘ಸುಶ್ರುತ ಸಂಹಿತೆ’ಯು ಪೂರ್ಣವಾದ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮ ಸಹ ಒಳಗೊಂಡು ಆಯುರ್ವೇದದ ಮಹಾ ಗ್ರಂಥವಾಗಿದೆ. ಚರಕಾಚಾರ್ಯರ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಕಾಯಕಲ್ಪ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿಧಾನಗಳು ತಿಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ ಎಂದು ನಿಘಂಟು ರತ್ನಾಕರದಲ್ಲಿದೆ.

■

೬. ಧೂಮಪಾನ' ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿಕರ

ಧೂಮಪಾನದ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ತಜ್ಞರು ಹೀಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಸಿಗರೇಟ[ಬೀಡಿ]ನಲ್ಲಿ ನಿಕೋಟಿನ್, ಪೆರಿಡಿನ್ ಮುಂತಾದ ಸಂಯುಕ್ತ ವಸ್ತುಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಪೊಲೋನಿಯಂ ಮತ್ತು ನಿಕೆಲ್ ಪುಪ್ಪುಸದ ಏಡಿಗಂತಿ[ಕ್ಯಾನ್ಸರ್] ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣಗಳಾಗಿವೆ.

ಸಿಗರೇಟ್ ಹೊಗೆಯಲ್ಲಿನ ನಿಕೋಟಿನ್ ವಿಷ ಆಡ್ರಿನಾಲಿನ್ ದ್ರವದ ಹರಿವಿಕೆಯನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಹೃದಯದ ಬಡಿತವು ಇಪ್ಪತ್ತು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಣವಾಯುವಿನ ಅಗತ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಿಗರೇಟ್ ಹೊಗೆಯಲ್ಲಿನ ಕಾರ್ಬನ್ ಮಾನಾಕ್ಸೈಡ್ ವಿಷವು ರಕ್ತದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಾಣವಾಯುವನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ನಿಕೋಟಿನ್ ವಿಷವು ರಕ್ತವಾಹಿನಿಗಳನ್ನು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹತ್ತರಿಂದ ಇಪ್ಪತ್ತು ಅಂಶಗಳವರೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಹೃದಯವು ಹೆಚ್ಚಿನ ತಡೆಯ ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತವನ್ನು ರಕ್ತವಾಹಿನಿಗಳಲ್ಲಿ ನೂಕಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ತುಂಬ ದಣಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಝುರಿಕೆಯಿಂದಲೂ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶ್ರಮವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿಕೋಟಿನ್ ವಿಷವು ಕೊಬ್ಬಿನ ಆಮ್ಲಗಳನ್ನು ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ರಕ್ತ ಕಣಗಳು ಸೇರಿ ಗುಳಿಗೆ [elot] ಆಗಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತ ಕಣಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಜಿಗುಟಾಗುತ್ತವೆ.

ಹತ್ತು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಒಳಹೊರಗಿನ ಹುಡುಗರು ಸೇದುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಈ ಅಪಾಯದ ನಾಂದಿಯು ಇನ್ನಿಷ್ಟು ಮೊದಲಿಗೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರು ಬೇಗನೆ ಸಾವು ಅಪಾಯ ತಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಹೃದಯಾಘಾತ ಹೊಂದುವ ಗಂಡಾಂತರವು ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಸಹಜಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವವರಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಇರುವವರಿಗೆ ಐದು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಹೃದಯದಿಂದ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೊರತಳ್ಳುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಇರುವ ರಕ್ತದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹೃದಯ ತೊಂದರೆಯಿಲ್ಲದೆ ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲುದು. ಆದರೆ, ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಹೃದಯದ ರಕ್ತವಾಹಿನಿಗಳಲ್ಲಿ ಧಕ್ಕೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಧಕ್ಕೆಗೊಂಡ ರಕ್ತವಾಹಿನಿಯ ಭಾಗವು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ರಕ್ತವಾಹಿನಿಯ ಭಾಗದಂತೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಆಕುಂಚನ ಪ್ರಸರಣವನ್ನು ಹೊಂದದಿರುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ರಕ್ತವಾಹಿನಿಗಳು ಧಕ್ಕೆಗೊಂಡಿರುವಲ್ಲಿ ಅವು ಗಡುಸಾಗುವ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲ್ ಶೇಖರವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ರಕ್ತವನ್ನು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಪೂರೈಸುವ ರಕ್ತವಾಹಿನಿಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗಶಃ ತಡೆಯಾದರೂ ಒತ್ತಡ (Stress) ವನ್ನು ಸಹಿಸುವ ಹೃದಯದ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಶಾರೀರಿಕ ಶ್ರಮ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವು ಇಂಥ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೃದಯಘಾತದ ತೀವ್ರವೇದನೆಯನ್ನು ತರಬಲ್ಲುದು. ರಕ್ತವಾಹಿನಿಗಳಲ್ಲಿ ತಡೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಾದ ಮೇಲೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಿಂದಿರುವಾಗಲೂ ರೋಗಿಯ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಕಠಿಣ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಂಟಾಗಬಹುದು. ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಈ ನೋವು ಪ್ರಾರಂಭದ ಸೂಚನೆಯಾಗಬಹುದು.

ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಗಂಡಾಂತರ ಇದೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡದ ನಿವಾರಣೆಗಾಗಿ ಹಲವು ದಶಕಗಳ ಕಾಲ ಅಲೋಪಥಿಯ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ, ಅತಿಸಾರ, ನಪುಂಸಕತೆ, ಮಧುಮೇಹ, ಮಾನಸಿಕ ಗ್ಲಾನಿ (Deppresion) ಮುಂತಾದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಒಂದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ಯಾಕ್ ಸಿಗರೆಟ್ ಸೇದುವ ಗಂಡಸಿಗಾಗಲಿ, ಹೆಂಗಸಿಗಾಗಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಗಂಡಾಂತರವೂ, ಮೆದುಳಿನ ರಕ್ತವಾಹಿನಿ ಒಡೆವ ಗಂಡಾಂತರವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸೇದುವುದರಿಂದ ಕಫ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುವುದಲ್ಲದೆ ಬಹಳ ಕೆಮ್ಮಿನಿಂದಲೂ ತ್ರಾಸಾಗುತ್ತದೆ. ಪುನಃ ಪುನಃ ಸೇದುವುದರಿಂದಾಗಿಯೂ ಕೆಮ್ಮುವುದರಿಂದಾಗಿ ಸಹ ಪುಪ್ಪುಸದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅದರ ಅವಯವ ಸ್ವರೂಪದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸೇದುವವರಲ್ಲಿ ಪುಪ್ಪುಸದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹಾಗೂ ಬಾಯಿಯ (ತುಟಿಯ) ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ (ಏಡಿಗಂತಿ) ಆಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸೇದುವದರಿಂದ ಬಹುಶಃ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ವ್ರಣ (Ulcer) ಆಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ವರ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಅತಿಶಯ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವ ಈ ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ನಿಕೋಟಿನ್ ವಿಷವು ಅವರು ಹಡೆದ ಅನಂತರ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಕುಡಿಸುವ ಮೊಲೆ ಹಾಲಿನ ಮೂಲಕ ಶಿಶುಗಳ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತವೆ. ಸೇದುವ ತಾಯಂದಿರ ಶಿಶುಗಳ ತೂಕ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂಥ ಶಿಶುಗಳು ಮರಣಹೊಂದುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಹಳ ಸೇದುವವರು ದುರ್ದೈವವಶಾತ್ ಕ್ಷಯರೋಗಪೀಡಿತರಾದರೆ, ಅವರು ಸೇದುವ ಚಟವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ಆಧುನಿಕ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಔಷಧಗಳಿಂದ ಗುಣ ಹೊಂದುವುದು ಕಷ್ಟ. ಯಾಕಂದರೆ, ರಕ್ತಕ್ಕೆ ಸೇರಿ, ರಕ್ತ ಶುದ್ಧ ಮಾಡಿ, ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಮಿನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಪ್ರಾಣವಾಯುವಿನ ಪ್ರಮಾಣವು ಸೇದುವವರಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದು.

ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಏಡಿಗಂತಿ ಹೇಗೆ ಪ್ರಾಣಘಾತಕವೋ ಹಾಗೆಯೇ ಅತಿ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವವರ ಪುಪ್ಪುಸಕ್ಕೆ ನಿಕೊಟಿನ್ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಬನ್ ಮೊನಾಕ್ಸೈಡ್ ಮುಂತಾದ ವಿಷಗಳ ಕಿಟ್ಟ ಹಿಡಿದು, ಪುಪ್ಪುಸದ ಎಂಫಿಫಿಮಾ ಎಂಬ ಗುಣಪಡಿಸಲಾಗದ ಕಾಹಿಲೆಯಿಂದ ಮರಣ ಬರಬಹುದು.

ಹೆಚ್ಚು ಧೂಮಪಾನದಿಂದ ತಲೆನೋವು, ಅಜೀರ್ಣ, ಚಂಚಲತೆ ಸುಸ್ತು ಇತ್ಯಾದಿ ದೈಹಿಕ ಉಪದ್ರವಗಳಾಗುತ್ತವೆ (ಡಾ॥ ಸಿ. ಆರ್. ಚಂದ್ರಶೇಖರ).

ಧೂಮಪಾನದ ಚಟ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳಲು, ಅನುಕರಣೆ ಒಂದು ಕಾರಣ ಎಂದು ಡಾ॥ ಚಂದ್ರಶೇಖರರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. 'ನಮ್ಮ ಅಜ್ಜಿ, ಅಮ್ಮ, ಅಕ್ಕಂದಿರು ಅದನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಅವರು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಧೂಮಪಾನದ ಚಟ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಪಡೆದ ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಉದಾ.: ಐರೋಪ್ಯ ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಗೋವಾದ ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿಯೂ ಈ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಬೆಳೆದ ಚಟ, ಕಾರವಾರದ ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿಯೂ ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಬಂಧುವರ್ಗದ (ಕಾರವಾರದಲ್ಲಿರುವ) ವಕೀಲ ಶ್ರೀ ಆರ್. ಎಸ್. ಹೆಗಡೆಯವರು ಈ ಚಟ ಅಂಟಿಸಿ ಹೆಂಗಸರು ಒಂದರ ಹಿಂದೊಂದು ಸಿಗರೆಟ್ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆಯೆಂದೂ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

ಐವತ್ತು ವರ್ಷದ ಹಿಂದೆ ಸಹ ವಿರಳವಾಗಿ, ಕುತೂಹಲ ಕಾರಣವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಸೇದುವಂತೆ, ಬೀಡಿ ಸೇವನೆಯ ಚಟವನ್ನು ಅಂಟಿಸಿಕೊಂಡು ಸೇದುವ ಹೆಂಗಸರು ಇದ್ದರು. ಆದರೂ ಸುದೈವದಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಈ ಚಟ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕವಾಗಿಲ್ಲ.

[ಇಂಗ್ಲೆಂಡದ ಧೂಮಪಾನಿಗಳಾದ ಗಂಡಸರು ಮತ್ತು ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ಮೂರರಲ್ಲೊಂದು ಪಾಲು ಜನರು ಈ ಚಟವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದ್ದಾರೆ.].

ನಮ್ಮ ಸರ್ಕಾರಿ ಬಸ್ಸುಗಳಲ್ಲಿ ಧೂಮಪಾನಕ್ಕೆ ನಿಷೇಧವಿದೆಯೆಂಬ ಬರಹ ಹಿಂದೆ ಇತ್ತು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಆ ಫಲಕ ಬರಹವೂ ಸಹ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ, ಬಸ್ ಡ್ರೈವರರೇ ಹಲವರು ಈ ಚಟದ ದಾಸರಾಗಿರುವುದೊಂದು ಕಾರಣವಿರಬಹುದು. ಆದರೂ ಬಸ್ ಚಾಲಕರು ಈ ಚಟದ ಕಟ್ಟಾ ವಿರೋಧಿಯಾಗಿರುವರೆಂದು ತಿಳಿಸಲು ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣಿಕರು ಯಾರಾದರೂ ಸೇದಲು ಹತ್ತಿದರೆ ಕೂಡಲೇ ಅವರು ಪ್ರತಿಭಟಿಸಿ, ಒಗೆದ ಹೊರತು ಬಸ್ ಚಾಲನೆ ಮಾಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ.

ಉಳಿದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಗಂಡಸರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ನಿರಾತಂಕವಾಗಿ ಬೀಡಿ, ಸಿಗರೇಟುಗಳನ್ನು ಸೇದುತ್ತಾರೆ. ಈ ಹೊಗೆಯ ವಾಸನೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಸೇರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅಂಥವರು ಸೇದಬೇಡಿರೆಂದರೆ, ಇವರು ಅಲ್ಲೇ ತಂಟೆಯನ್ನು ಶುರುಮಾಡಬಹುದು. ಬಸ್ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡುವ ಹೆಂಗಸರು ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರೂ ಸಹ ಬೀಡಿ, ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದಹತ್ತಿದರೆ, ಪ್ರಯಾಣ ಇನ್ನಷ್ಟು ಕಷ್ಟಕರವಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ಮಲೇಶಿಯಾ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಲಾಗಿದೆಯಲ್ಲದೆ, ಧೂಮಪಾನಿಗಳಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಮೊತ್ತದ ಹಣವನ್ನು ದಂಡವಾಗಿ ವಿಧಿಸಿ ವಸೂಲು ಮಾಡುವ ಕಾಯಿದೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬಂದಿದೆ.

ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದಿಲ್ಲ. ಧೂಮಪಾನಿಗಳ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಇರುವವರು ಅವರು ಬಿಡುವ ವಿಷದ ಹೊಗೆಯನ್ನು ಆಘ್ರಾಣಿಸಬೇಕಾಗುವುದರಿಂದ ಸೇದದೆಯೇ ಅದರ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಗಂಡಾಂತರಕ್ಕೆ ಈಡಾಗುತ್ತಾರೆ. ಸೇದುವವರಿಗಿಂತ ಈ ಸಮೀಪವರ್ತಿಗಳಿಗೆ ಈ ಧೂಮವಿಷ ಎರಡು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಸೇರುವುದೆಂದು ಒಂದು ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ.

ಧೂಮಪಾನಕ್ಕೆ ಇರುವ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಯಿಯ ಚಪಲ, ಅನುಕರಣೆ, ಬಂಡಾಯ ಪ್ರತಿಭಟನೆ [ಹಿರಿಯರು ತಾವೇ ಸೇದಿ ಚಿಕ್ಕವರಿಗೆ ಬೇಡವೆನ್ನುವರೆಂದು], ಕುತೂಹಲ ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕಾರಣವೆಂದರೆ, ಧೂಮಪಾನಿಗಳು ಒಡನಾಡಿಗಳಿಗೆ ಈ ಚಟವನ್ನು ಅಂಟಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ, ಇದರಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಮೋಜಿದೆಯೆಂದು ಸೂಚನೆ ಕೊಟ್ಟು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವುದು.

ಹಿಂದೆ ಯಕ್ಷಗಾನದ ಹಾಸ್ಯಗಾರ ವೇಷ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ರಂಗದ ಮೇಲೆ ಬಂದವರು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪದ್ಯ ಹೇಳಿ ಕುಣಿಯುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ಚಿಕ್ಕಂದಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ನೋಡಿದುದುಂಟು.

ಬಲ್ ಮಜಾ ಐತೆ ತಂಬಾಽಽಽಕೂ

ಬೀಡಿ ಸೇದಿದವನು ನಾಪಾಸು

- ಎಂದು ಹಾಡಿ, 'ನಾಪಾಸು, ನಾಪಾಸು, ನಾಪಾಸು' ಈ ಶಬ್ದವನ್ನೇ ಹೇಳುತ್ತ ಕುಣಿಯುತ್ತಿದ್ದರು.

ಇದೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ ಸೇದದಿದ್ದರೆ- ಜೀವನದಲ್ಲಿನ ಒಂದು 'ಮಜಾ'ವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಂತೆ ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಮೊದಲು ಪುಕ್ಕಟೆಯಾಗಿ ಬೀಡಿ, ಸಿಗರೇಟು ಸೇದಲು ಕೊಟ್ಟು; ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡಿ, ಕಡ್ಡಿ ಗೀರಿ ಅದನ್ನು ಹೊತ್ತಿಸಿ; "ಸೇದು" ಎಂದು ತುಟಿಗೆ ಹಚ್ಚಿ ಬಲಾತ್ಕರಿಸುವವರೂ ಉಂಟು. ನಾಟಕ, ಸಿನಿಮಾ, ಜಾಹೀರಾತುದಾರರು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುವಾಗ, "ಒಮ್ಮೆ ನೋಡಿದರೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ, ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ, ಮಗದೊಮ್ಮೆ, ಪುನಃ ಪುನಃ, ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ನೋಡಬೇಕೆಂದೆನಿಸುವ" ಎಂದು ಕೂಗುವ ಹಾಗೆ, "ಒಮ್ಮೆ ಸೇದಿದರೆ...." ಎಂದು ಭಾವನೆ ತಾನಾಗಿಯೇ ಆ ಬಡಪಾಯಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಬೀಡಿ ಕಂಪನಿಯ ಪ್ರಚಾರಕರು ವ್ಯಾನಿನಲ್ಲಿ ಬಂದು, ಬೀಡಿ ಕಟ್ಟುಗಳನ್ನೇ ಬಿಡಿಸಿ, ಬೀಡಿಗಳನ್ನು ಬೀದಿಗಳಲ್ಲಿ ಚೆಲ್ಲುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಸೇದುಗರಲ್ಲದೆ, ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳು ಓಡಿಬಂದು, ಬೀಡಿಗಳನ್ನು ಹೆಕ್ಕಿ ಅವನ್ನು ಸೇದಿ, ಸದುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಚಟಕ್ಕೆ ಬಲಿ ಬೀಳುತ್ತಾರೆ.

ಸಿನೆಮಾ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ಮೊದಲು ಸಿಗರೇಟು ಕಂಪನಿಯ ಜಾಹೀರಾತು ಬರುವ ಮೊದಲು 'ಧೂಮಪಾನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ' ಎಂಬ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ತೋರಿಸಿದ ಒಡನೆಯೇ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಬೀಡಿ, ಸಿಗರೇಟ್ ಕಂಪನಿಗಳವರ ಆಕರ್ಷಕ ಜಾಹೀರಾತು ಬರುವುದು ಕ್ರಮಪ್ರಾಪ್ತಿಯೇ ಆಗಿದೆ.

ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಆಕರ್ಷಕ ತರುಣಿಯು ಸೇದಲು ನಲ್ಲನ ತುಟಿಗೆ ಹಚ್ಚಿದ ಸಿಗರೇಟನ್ನು ಹೊತ್ತಿಸುವ ಚಿತ್ರ ಅಥವಾ ಫೋಟೋ ನೋಡಿದವರು- 'ಸೇದುವುದರಿಂದ ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ಯುವಕರು ಹೆಚ್ಚು ಮೋಹಕವಾಗಿ ಕಾಣಿಸುವರು' ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಸೂಚನೆಯಂತೆ- ಗ್ರಹಿಸುವಂತೆ ಜಾಹೀರಾತು ಇರುತ್ತದೆ.

ಜರ್ದಾ ತಂಬಾಕಿನ ಸುವಾಸನೆಯಿಂದ ಆಕರ್ಷಕರಾಗಿ ಅದರ ಬೆಲೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನೇ ತಿನ್ನುವ ಚಟಕ್ಕೆ ನಾಲಿಗೆಯನ್ನು ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೆರುವವರಂತೆಯೇ ಸಿಗರೇಟಿನ ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಅಂದಕ್ಕೂ, ಹೊಗೆಯ ಸುಗಂಧಕ್ಕೂ ಮೋಹ ಹೊಂದಿ, ಸಿಗರೇಟ್ ದೇವಿಯ ಪ್ರಿಯರಾಗುವವರಿಗೇನೂ ಕಡಿಮೆಯಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅಗ್ಗವಾದ ಬೀಡಿಯ ನಾತಕ್ಕೆ ಒಗ್ಗಿಕೊಂಡವರ ಸಂಖ್ಯೆಯೇನೂ ಕಡಿಮೆಯಿಲ್ಲ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಧೂಮಪಾನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಹಾನಿಕರವೆಂಬ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯ ಮೂಲಕ

ಧೂಮಪಾನದ ವಿರುದ್ಧ ಎದ್ದಿರುವ ಆಂದೋಲನದಿಂದ ಭೀತಿ ಹೊಂದಿದ ಸಿಗರೇಟ್ ಕಂಪನಿಗಳವರು ಸೌಮ್ಯ ಸಿಗರೇಟ್, ಫಿಲ್ಟರ್ ಸಿಗರೇಟ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಸಿಗರೇಟುಗಳ ಜಾಹೀರಾತನ್ನು ಪ್ರಚಾರಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ, ತಂಬಾಕಿನ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಹಾಕಿದರೆ ಸೇದುವವರಿಗೆ ತೃಪ್ತಿಯೆನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅಷ್ಟೇ ತಂಬಾಕನ್ನು ಸೇರಿಸಿದರೆ, ಸುರಕ್ಷಿತ ಸಿಗರೇಟ್ ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವೇ ಇಲ್ಲ. ಯಾಕಂದರೆ, "ಸಿಗರೇಟಿನಲ್ಲಿನ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಪಾಯವು ಅದು ಸುಡಲ್ಪಡುವಾಗ ಹೊರಡುವ ಕಾರ್ಬನ್ ಮೊನಾಕ್ಸೈಡ್ ಎಂಬ ಭಯಂಕರ ವಿಷದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ" ಎಂದು ತಜ್ಞರು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದರಿಂದಲೇ ತಂಬಾಕನ್ನು ತಿನ್ನುವ ಚಟಕ್ಕಿಂತಲೂ ಸೇದುವ ಚಟ ಹೆಚ್ಚು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಎನ್ನುವುದು. ತಂಬಾಕನ್ನು ತಿನ್ನುವಾಗ ವೀಳ್ಯವನ್ನು ಉಗುಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೂ ತಂಬಾಕು ಮತ್ತು ಸುಣ್ಣ ಸೇರುವುದರಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ ಸುಟ್ಟಂಥ ತೀವ್ರ ಧಕ್ಕೆಯಾಗಿ ಬಾಯಿ-ನಾಲಗೆ, ಅಥವಾ ಗಲ್ಲದ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗವಾಗುವುದುಂಟು.

ತಮ್ಮ ನೆಚ್ಚಿನ ನಟನು ಸಿನೆಮಾದಲ್ಲಿ ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವನೆಂದು ಅವನನ್ನು ಅನುಕರಿಸಲು ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇವನೆಯನ್ನು ತಾವೂ ಮಾಡುವರೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಸಿನೆಮಾ ನಟ-ನಟಿಯರು ಧರಿಸಿದ ಉಡುಪುಗಳು ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿ ಅಂಥವನ್ನು ಜನರು ಮಾಡಿಸಿ ಬಳಸುವಂತೆ ಸಿಗರೆಟ್ ಸೇವನೆ ಮಾಡುವ ನಟನ ಫ್ಯಾಶನ್ ಅನುಕರಣಯೋಗ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಸೇದಿ ಹೊಗೆ ಬಿಡುವುದೇ ಮೋಜೆನಿಸಿ ಸಹ ಸೇದುವ ಚಟವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದಿದಾಗ, ಹೊಗೆ ಉಂಗುರ ಉಂಗುರವಾಗಿ ಮೇಲೇರುವಾಗ ಸುತ್ತು ಬಿಚ್ಚುತ್ತ ಸುರುಳಿ ಸುರುಳಿಯಾಗಿ ಮೇಲೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ನೋಡುವಲ್ಲಿಯೇ ಕೆಲವರು ಖುಷಿಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಮಾನಸಿಕ ಉದ್ವೇಗ, ಚಿಂತೆ ಅಥವಾ ಒಂಟಿತನದ ಬೇಸರ ನೀಗಲೂ ಕೆಲವರು ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿಯೇ ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆಲಸಿಗಳಿಗೆ ಹೊತ್ತು ಕಳೆಯಲು ಉತ್ತಮ ಉಪಾಯವೆಂಬ ಗ್ರಹಿಕೆಯೂ ಉಂಟು.

ಡಾ|| ಚಂದ್ರಶೇಖರ ಅವರು- 'ಉದ್ವೇಗ ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಲು 'ನಿಕೋಟಿನ್'ನಲ್ಲಿ ಆ ಶಕ್ತಿ ಇಲ್ಲ. ಸೇದುವುದರಿಂದ ಸಿಗುವ ತೃಪ್ತಿ ಕೇವಲ ಮಾನಸಿಕ' ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡುತ್ತಾರೆ.

ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ವಕೀಲರಾದ ಶ್ರೀ ಟಿ.ಎಸ್. ಹೆಗಡೆ [ನಗರೆ] ವಕೀಲರು ಸಿಗರೇಟು ಸೇವನೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿಯೇ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೆಚ್ಚು ಸೇದಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಅನಂದವೆಂದು ತರ್ಕಮಾಡಿ, ಅವರು ಒಂದೇ ಸಮನೆ ಸಿಗರೇಟು ಸೇದುತ್ತ, ಒಂದಾದ ಮೇಲೊಂದರಂತೆ ಮುನ್ನೂರು ಸಿಗರೇಟು ಸೇದಿದರು. ಆದರೆ, ಹೆಚ್ಚು ಆನಂದವಾಗುವ

ಬದಲಿಗೆ ಅವರಿಗೆ ತಲೆ ತಿರುಗುವಿಕೆ, ಸುಸ್ತು ಮೊದಲಾದ ತ್ರಾಸುಗಳ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಇದರಿಂದ ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇವನೆಯ ಕುರಿತು ಜಿಗುಪ್ಸೆ ಹೊಂದಿ, ಆ ಚಟವನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಬಿಟ್ಟುಬಿಟ್ಟರು.

ಆದರೆ, ಸೇದುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡವರಿಗೆ, ಸೇದದಿದ್ದರೆ ಆಗುವ ತ್ರಾಸು ಕೇವಲ ಮಾನಸಿಕವೆಂದು ಹೇಳುವ ಹಾಗಿಲ್ಲ. ಸೇದುವುದರಿಂದ ಅವರಲ್ಲಿ ಒಂದು ತರಹದ ಮಾದಕ ಗುಂಗು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿದ್ದೀತು. ಸೇದದಿದ್ದರೆ ಒಂದು ತರಹದ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ತಬ್ಧತೆ, ನಿರುತ್ಸಾಹ, ತ್ರಾಸು. ಅವರಿಗೆ ಆಗುವುದು ಕೇವಲ ಕಾಲ್ಪನಿಕವೆನ್ನಲಾಗದು. ತಲೆಯಲ್ಲಿ ವಿಚಾರ ಸೂಚಿಸದಂತೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಬಗೆಯ ಮರೆವು; ಬುದ್ಧಿಶೂನ್ಯತೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಸೇದುವುದರಿಂದ ಶ್ವಾಸಕೋಶದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಪ್ರಸರಣವಾದಂತಾಗಿ ಆರಾಮವೆನಿಸುವುದೆಂದೂ ಬರೆದುದನ್ನು ಓದಿದ್ದೇನೆ.

ನಿಕೋಟಿನ್ ಸೇವನೆಯ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಪೂರೈಸದಿದ್ದರೆ ಶಾರೀರಕ ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಪೂರೈಸದಿರುವ ಕೊರತೆಯಿಂದ ತ್ರಾಸಾಗುತ್ತದೆ. ಚಟದ ಅವಲಂಬನೆಯ ಅಗತ್ಯದ ರಹಸ್ಯ ಈ ಅವಶ್ಯಕತೆಗೆ ದೇಹ ಈಡಾಗುವುದರಲ್ಲಿದೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸವಾದ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ನಿಕೋಟಿನ್ ಪೂರೈಕೆ ಅಗತ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಾನಸಿಕ ಉದ್ವೇಗ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ ನಿಕೋಟಿನ್ ಹೊರಟು ಹೋಗಿ, ಅದರ ಕೊರತೆಯನ್ನು ತುಂಬಲು ಹೆಚ್ಚು ಧೂಮಪಾನ ಅಗತ್ಯವೆನಿಸುವುದೆಂದು ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ.

ಮಾನಸಿಕ ಆಘಾತವಾದವರು ಆ ದುಃಖದಿಂದ ಅನ್ಯಮನಸ್ಕತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಿಗರೇಟ್ ಅಥವಾ ಬೀಡಿ ಸೇವನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ತನ್ನ ಪ್ರಿಯ ಜನರನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡು, ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದರಂತೆ ಒಂದೇ ಸಮನೆ ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಸರಕಾರಿ ವರಿಷ್ಠಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಹೃದಯಾಘಾತ ಹೊಂದಿ ಕಷ್ಟಪಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ದುಃಶ್ಚಟವು ದೇಹಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಬಾಧಕವಾಗಿರದಿದ್ದರೆ ತೀರ ಬಡವರು ತಮ್ಮ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಕಷ್ಟಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹಗುರುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಶ್ರಯಿಸುವ, ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಯಾರದೇ ಆಕ್ಷೇಪವಿರಲು ಕಾರಣವಿರಲಿಲ್ಲ. ಜಾಗತಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯವರು 'ಧೂಮಪಾನ ಅಥವಾ ಆರೋಗ್ಯ ಆಯ್ಕೆ ನಿಮ್ಮದು' ಎಂಬ ಘೋಷಣೆಯನ್ನು ಹೊರಡಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಹೆಚ್ಚು ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಗಂಡಸರಿಗೆ ವೈವಾಹಿಕ ಜೀವನದ ಸುಖದಲ್ಲೂ ವ್ಯತ್ಯಯ ಬರುವುದೆಂದೂ, ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತ್ಯಜಿಸಿ ಸಂಸಾರಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕೆಂದೂ ಸಾರಿ, ಖ್ಯಾತ ಸಿನಿಮಾ ನಟ ಶತ್ರುಘ್ನ

ಸಿನ್ಹಾ ಅವರು ಹೋದಹೋದಲ್ಲಿ ಭಾಷಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇಂಥ ಯಾವುದೇ ಚಟವನ್ನು ಹಿಡಿಯುವುದು ಸುಲಭ; ಬಿಡುವುದು ಕಷ್ಟ. ಅಂಥ ಚಟವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿರುವುದೇ ಜಾಣತನ.

ಧೂಮಪಾನದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಅಮೇರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಮೂರು ಲಕ್ಷ ಅರವತ್ತು ಸಾವಿರದ ಆರು ನೂರು ಜನರು ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಮರಣಹೊಂದುವರೆಂದು, ಬ್ರಿಟನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಐವತ್ತು ಸಾವಿರ ಜನರು ಸಾಯುವರೆಂದು ಲೆಕ್ಕ ಹಾಕಿದ್ದಾರೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಈ ಸಂಖ್ಯೆ ತುಂಬಾ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರಬೇಕು.

ಈ ದುಃಶ್ಚಟವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕೆಂಬುದು ಸುಲಭ. ಆದರೆ, ಬಿಡುವುದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಉಪಾಯವಿರುವುದೇ ಎಂದೂ ಸಹ ಶೋಧಿಸಿದವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ನೋಡೋಣ. ಅವರು ಒಮ್ಮೆಲೇ ಧೂಮಪಾನವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದರೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಆಗುವ ತೊಂದರೆಗಳ ವಿಚಾರಮಾಡಿ, ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಮಾಡುತ್ತಾ ಬರಬೇಕೆಂದು ಸಲಹೆ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಕಷ್ಟಮಯವಾದ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಇದು ವ್ಯಾವಹಾರಿಕವಾಗಲು ತೊಂದರೆಗಳಿವೆ.

ಮರಣಭೀತಿಯ ರೋಗ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಈ ಚಟವನ್ನು ಜೀವ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಿಟ್ಟುದುಂಟು. ಆದರೆ, ಬಿಡಲು ಸಹಾಯಕವಾದ ಉಪಾಯಗಳಿವೆ. ರಷ್ಯಾ ದೇಶದಲ್ಲಿ ರಾಸಾಯನಿಕವಾಗಿ ನಿಕೋಟಿನ್ ಘಟಕ(molecules)ಗಳನ್ನು ಹೋಲುವ ವಸ್ತುವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಔಷಧ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಆ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರೆ ನಿಕೋಟಿನ್ ಸೇವಿಸಬೇಕೆಂಬ ಪಿಪಾಸೆ ನಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ ಧೂಮಪಾನದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು (ಆ ವಿಷ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ವಿಷವನ್ನು) ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಕೆಲವು ದಿನ ಕ್ಸರ್ಕಸ್ (xerxus) 3X ಎಂಬ ಔಷಧವನ್ನು ದಿನಾ ಎರಡು ಮೂರು ಸಲ ಸೇವನೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದಿದೆ. ನಿಕೋಟಿನ್ ಸೇವನೆಯ ಅತ್ಯಾಶೆಯನ್ನು ಟಬಾಕಮ್ (Tabacum) 200X ಔಷಧವನ್ನು ವಾರಕ್ಕೆ ಒಂದು ಡೋಸ್ ಸೇವಿಸಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ಅಕ್ಯುಪಂಕ್ಚರ್ (ಸೂಚಿಬೇಧನ) ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದಲೂ ಅಥವಾ ಆಯಸ್ಕಾಂತ (magnet) ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದಲೂ ಈ ಚಟವನ್ನು ದೂರಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ತಜ್ಞರಿಂದ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಅಂತೂ ಧೂಮಪಾನವೆಂದರೆ ವಿಷಪಾನವೆಂದು ಅದನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಜನಪ್ರಿಯ ವಿಜ್ಞಾನ (ಜನವರಿ 83) Science Reporter June 82, ಮತ್ತು New Scientist ಮುಂತಾದ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಂದ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಲೇಖನ ಬರೆದಾದ ಮೇಲೆ "ಸಿಗರೇಟ್ ತ್ಯಜಿಸಿ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಿಸಿ" ಎಂಬ ಶ್ರೀ ಕೆ. ಆರ್. ಕೆ. ಮೂರ್ತಿಯವರ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಕೊಂಡೆ [ಜನಪ್ರಿಯ ಪ್ರಕಾಶನ, ಬೆಂಗಳೂರು]. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧವಾಗುವ ಬೀಡಿ ಸಿಗರೇಟ್ ಗಳಲ್ಲಿ ಟಾರ್ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆಯೆಂದೂ [ಇದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕಾರಣ] ಟಾಟಾ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಉದ್ಧರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ರೋಗಕ್ಕೆ ಮೂಲ ಕಾರಣ ಎಂದೂ ಉಂಟು.

- ಸಿದ್ಧಗಂಗಾ ಪತ್ರಿಕೆ, ಡಿಸೆಂಬರ್ ೧೯೮೪ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿತ

■

೭. ಮಧುಮೇಹ

ಮಧುಮೇಹವು ತೀರಾ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಇರುವ ರೋಗವಾಗಿದ್ದು, ಆಧುನಿಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರನ್ನು ಕಾಡುವ ರೋಗವಾಗಿದೆ. ಅಲಕ್ಷ್ಯ ಮಾಡಿದರೆ ಹಲವಾರು ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿ, ಪ್ರಾಣಘಾತಕವಾಗುವ ಮಧುಮೇಹದ ಕಾರಣಗಳನ್ನು, ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ತಿಳಿದಿರಬೇಕಾದುದು ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ.

ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಸೇರುವ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಜೀರ್ಣಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಂಸಲಿ ಅಂದರೆ, ಮೇದೋಜೀರಕ ಗ್ರಂಥಿ, (ಪೇನ್ ಕ್ರಿಯಾ) ಎಂಬ ಅವಯವದಲ್ಲಿ ಉತ್ಪನ್ನವಾಗುವ "ಇನ್ ಶುಲಿನ್' ಎಂಬ ದ್ರವ್ಯವು ನೆರವೇರಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಾಂಸಲಿಗೆ ಪೆಟ್ಟಾಗುವುದರಿಂದ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಉತ್ಪತ್ತಿಗೆ ತಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾಂಸಲಿಯು ರೋಗಗ್ರಸ್ತವಾದರೂ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಕೊರತೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಡೀ ಮೈ, ಮೆದುಳು, ಬೆನ್ನುಹುರಿಗಳಿಗೆ ಆದ ಪೆಟ್ಟು ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಗಡ್ಡೆ ಬೆಳೆಯುವುದು ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳು. ಅತಿ ಭೀತಿ, ಅತಿ ಕ್ರೋಧ, ಉತ್ಕಂಠತೆ ಹಾಗೂ ಕೂತಲ್ಲೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಶ್ರಮ ಮಾಡುವಿಕೆಯಿಂದಲೂ, ಅತಿಯಾಗಿ ಶಾರೀರಕ ಶ್ರಮ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದಲೂ ಆದ ನರದೌರ್ಬಲ್ಯವೂ ಕಾರಣವಾದೀತು. ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರ ಅತಿ ದೇಹ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದಾದ ದೌರ್ಬಲ್ಯವೂ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಶ್ರೀಮಂತಿಕೆಯ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡದೆ ಬೊಜ್ಜು ಬೆಳೆದವರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಕೊರತೆಯಾಗುವುದು ಮುಖ್ಯವಾದ ಒಂದು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಅನುವಂಶಿಕತೆಯಿಂದ ಮಧುಮೇಹ ಪೀಳಿಗೆಯಿಂದ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಹಬ್ಬುತ್ತಿರುವುದು ರೋಗಪ್ರಸಾರಕ್ಕೆ ನಿಮಿತ್ತವಾಗುವುದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.

ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕಗಳೆಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳೂ, ರಾಸಾಯನಿಕ ಗೊಬ್ಬರಗಳೂ, ವಿಷಪೂರಿತ ವಾತಾವರಣವೂ ಉಂಟುಮಾಡುವ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹವೂ

ಒಂದಾಗಿರಬಹುದು. ಆದರೆ, ಟರ್ಪೆಂಟೈನ್, ಸ್ಪ್ರಿಚ್ ನಿಸ್ ಮುಂತಾದ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳ ಬಳಕೆ ಹಾಗೂ ವ್ಯಾಸೊಲಿನ್ ಮುಂತಾದ ಅಲೋಪಥಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚುಕಾಲ ಸೇವಿಸುವುದೂ ಕಾರಣಗಳಾಗಿರುವುದು ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ.

ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು :

ಅತಿಯಾಗಿ ಹಸಿವೆಯಾಗುತ್ತಿರುವುದು, ಅತಿ ನೀರಡಿಕೆ, ಪದೇ ಪದೇ ಮೂತ್ರ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದ್ದು, ಮೂತ್ರ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು, ಶರೀರದ ತೂಕವು ಬೇರೆ ಕಾರಣ ಇಲ್ಲದೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ದೃಷ್ಟಿ ಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ಹಸ್ತ-ಪಾದಗಳಲ್ಲಿ ಗುಂಡುಸೂಜಿಯಿಂದ ಚುಚ್ಚಿದಂತಾಗುವುದು. ಗಾಯವು ಬೇಗನೆ ಮಾಯದಿರುವುದು, ಆಗಾಗ ಕುರುಗಳಾಗುವುದು, ವೃದ್ಧಾವಸ್ಥೆ ಬಾರದಿದ್ದರೂ ಮೋತಿಬಿಂದುವಾಗುವುದು, ಕಣ್ಣಿನ ಮಸೂರ[ಲೆನ್ಸ್]ದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಹಾಗೂ ದೌರ್ಬಲ್ಯವಾಗಿ ಕನ್ನಡಕ ಧರಿಸಬೇಕಾಗುವುದು ಸೂಚಕಗಳಾಗಬಹುದು.

ಪ್ರಾಯದ ಗಂಡಸಿನಲ್ಲಿ ಕಾಮಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು; ಜನನೇಂದ್ರಿಯದ ಗಾಯ, ಫಂಗಸ್ ಸೋಂಕು, ಚರ್ಮ ಕೆಂಪಗಾಗುವುದು, ಎದೆಯ ಕೆಳಗೆ, ಕಂಕುಳಲ್ಲಿ, ಬೆರಳುಗಳಲ್ಲಿ ಬೀಗುಂಟಾಗುವುದು, ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ನೋವಿಲ್ಲದ ಕಂದುಬಣ್ಣದ ವರ್ತುಲಾಕಾರದ ಕಲೆಗಳಾಗುವುದು ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲೂ ಕಂಡುಬರಬಹುದು. ಯೋನಿನಾಳ, ಮುಂಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಕುರು ಹಾಗು ಫಂಗಸ್ ಸೋಂಕಾಗಬಹುದು. ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ಮಧುಮೇಹವಾದರೆ ಹಡೆದಾಗ ಸೆಳವು ಉಂಟಾಗುವುದು; ಗರ್ಭಪಾತವಾಗುವುದೂ ಸಹ ಮಧುಮೇಹದ ಸೂಚಕವಾಗಬಹುದು.

ಮೂತ್ರಾವಯವಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಮಿಸೋಂಕುಂಟಾಗುವುದು ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ವೃಷ್ಣ [ಮೂತ್ರಪಿಂಡ] ರೋಗವು ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮ ಮಾಡಿ ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡಕ್ಕೂ, ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಸೋಲಿನ ಗಂಡಾಂತರಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗಿ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೆ ಗಂಡಾಂತರವಾಗಬಹುದು.

ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ದೇಹ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಯಿಸುವಾಗ ಏರೊತ್ತಡದ ಹಾಗೂ ಮಧುಮೇಹದ ಸಾಧ್ಯತೆ ಕುರಿತು ಪರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ ರೋಗದ ಪತ್ತೆಯಾಗುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮೂತ್ರ ಮಾಡಿದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಇರುವೆಗಳು ಮುತ್ತುವುದು ರೋಗವು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಬಲವಾದುದರ ಸೂಚಕವಷ್ಟೇ.

ತೀರ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೇ ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ ರೋಗವಾಗಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡೂ ಗಂಭೀರ

ರೋಗಗಳಿಂದ ಬಳಲುವವರು ಬಹು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ. ಮೊದಲೇ ಗೊತ್ತಾದರೆ ಈ ರೋಗಗಳು ಹೃದಯ, ಕಣ್ಣು ಮುಂತಾದವುಗಳಿಗೆ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದಾದ ಹಾನಿಯನ್ನು ಯೋಗ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ತಡೆಯಬಹುದು.

ಆನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಚಿಕ್ಕವರಿಗೆ ಬರುವ ಈ ರೋಗಗಳು ಹೆಚ್ಚು ದುಃಖಕಾರಕವಾಗುತ್ತವೆ. ಸದ್ಯದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅಲೋಪಥಿ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ನೀಡಿದರೆ ಪುರುಷತ್ವದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಮಾಡುವವೆಂದು ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ. ಅಂಥವರಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದ ಇಲ್ಲವೆ, ಹೋಮಿಯೊಪಥಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಲ್ಲವರಿಂದ ಮಾಡಿಸುವುದು ಸಮಂಜಸವೆಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರವೇ ಔಷಧವಾಗುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ಮಧುಮೇಹ ರೋಗವಾಗಲು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಕ್ರೋಮಿಯಂ ಕೊರತೆಯಾಗುವುದು ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವೆಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ. ಕಿರೀಟಕ ಹೃದಯ ರೋಗಕ್ಕೆ (ಕೊರೊನರಿ ಹಾರ್ಟ್ ಡಿಸೀಸ್) ಸಹ ಈ ಕೊರತೆ ಒಂದು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಗೋವಿನಿ ಜೋಳದ ಎಣ್ಣೆ(ಕೊರ್ನ್ ಒಯ್ಲ್)ಯಲ್ಲಿ ಕ್ರೋಮಿಯಂ ಅಗತ್ಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಧಾನ್ಯದ ಇಡೀ ಕಾಳುಗಳಲ್ಲೂ, ತತ್ತಿಯ ಹಳದಿ ದ್ರವ್ಯದಲ್ಲೂ ಕ್ರೋಮಿಯಂ ಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

ಗೋವಿನ ಜೋಳದ ಹಿಟ್ಟನ್ನು (ಕಾರ್ನ್ ಫ್ಲೋರ್) ಒಂದು ಗ್ರಾಂ ತಕ್ಕೊಂಡು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಹಸಿದಿರುವಾಗ ನೀರಿನೊಡನೆ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಅನುಭವಿಕರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾಗಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಜರ್ಮನ್ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾದ ಡಾ. ಅನ್ ಶುಟ್ಸ್ ಬರೆದುದುಂಟು. ಅರೆ ಹಣ್ಣಾಗಿದ್ದ ಟೊಮೆಟೊ ಹಣ್ಣಿನ ರಸವನ್ನು (ಬರೇ ರಸ ಬೀಜ ತೆಗೆದದ್ದು) ನೀರಿನಂತೆ ೧೫ ದಿನ ಕುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮಧುಮೇಹ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಬರೆದುದನ್ನು ಓದಿದ್ದೇನೆ.

ಹಾಗಲಕಾಯಿಗಳಲ್ಲಿ ನೀಲಿ-ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಮಧುಮೇಹದವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆ ಹಿತಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ನಂಥ ದ್ರವ್ಯವಿರುತ್ತದೆ ಎಂದೂ, ಅದರ ಮೇಲಿನ ಮುಳ್ಳಿನಂಥ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಇದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದೆಂದೂ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ರಕ್ತದಲ್ಲಿರುವ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಐದು ಗ್ರಾಂ ಹಾಗಲಕಾಯಿಯ ರಸವನ್ನು ದಿನಾಲು ಎರಡು ಸಾರೆ- ಮೂರು ಸಾರೆ ಸೇವಿಸಿ, ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಮೇಲೋಗರವನ್ನು ಉಣ್ಣುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮಧುಮೇಹವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದೆಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಮೆಂತ್ಯದ ಕಾಳುಗಳನ್ನು ಹುರಿದು ಒಟ್ಟು ಮಾಡಿ ದಿನಾಲು ಊಟದ ಮೊದಲು ಇಲ್ಲವೆ, ಊಟದೊಡನೆ, ಒಂದು, ಎರಡು ಚಮಚ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು ನಿಶ್ಚಿತ

ಫಲನೀಡುತ್ತದೆ. ಮೆಂತ್ಯದ ಸೊಪ್ಪಿನ ಪಲ್ಯವನ್ನು ಊಟದಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಮೆಂತ್ಯವನ್ನು ರಾತ್ರಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಯಿಸಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದು, ಮರುದಿನ ಸೋಸುವ ಜಾಳಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ ಹರಡಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಚಿಮುಕಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮೊಳಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಮೊಳಕೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಅದು ಕಹಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲವಂತೆ ಅದನ್ನು ತಿನ್ನಬಹುದು. ಕಹಿಬೇವಿನೆಲೆಗಳ ಗೊಜ್ಜನ್ನು, ಕೊಡಸಿಗದ ತೊಗಟೆಯ ಹೂವುಗಳ ಮೇಲೋಗರವನ್ನೂ ಸಹ ಉಣ್ಣಬಹುದು.

ನಿತ್ಯಪುಷ್ಪ (ಕಾಸಿಕಣಗಿಲೆ)- ನಿಚ್ಚ ಕಣಗಿಲೆ ಎಲೆಗಳನ್ನು ದಿನಾಲು ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದಾಗಲಿ, ಕಷಾಯ ಮಾಡಿಯಾಗಲಿ (ಅಗತ್ಯದ ಮೇಲೆ ಆರೇಳು, ಇಲ್ಲವೆ ಕಡಿಮೆ ಎಲೆ) ಸೇವಿಸುವುದು. ಅದು ತುಂಬಾ ಕಹಿ ಹಾಗೂ ಸೊಗಡಾಗಿರುವುದರಿಂದ ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟವೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಮಿತ್ರ ಶ್ರೀ ಪಿ. ಹೆಚ್. ನಾಯ್ಕರು ಕುಮಟಾ ಡಾ. ಬಾಳಿಗಾ ಕಾಲೇಜಿನ ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು, ಇದರ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ತಿಕ್ಕಿ ಗುಳಿಗೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಾಲಿಗೆಗೆ ತಾಕಿಸದೆ ನುಂಗುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ನನ್ನ ಬೀಗರಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ ವಿ.ಜಿ. ಭಟ್ಟ ಗೋರೆ ಇವರು ನಿತ್ಯಪುಷ್ಪದ ಎಲೆಗಳೊಡನೆ ಎರಡು ತುಲಸಿ ಎಲೆ ಸೇರಿಸಿ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಈ ಎಲೆಗಳ ಸೊಗಡು ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಂತೆ. ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ ಹಾಗೂ ಮಧುಮೇಹ ಈ ಎರಡೂ ರೋಗಗಳಿಗೆ ನಿತ್ಯಪುಷ್ಪ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯೆಂದು ನನ್ನ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ, ೧೯೮೧ರಲ್ಲಿಯೇ ಬಂದಿದೆ. ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ನಿತ್ಯಪುಷ್ಪದ ಮೂರು ಎಲೆ ಹಾಗೂ ತುಲಸಿಯ ಮೂರು ಎಲೆ ಸೇರಿಸಿ ತಿನ್ನಬಹುದಾಗಿದೆ

ತಿಂದ ಆಹಾರವು ಜೀರ್ಣವಾದ ಮೇಲೆ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಕೆಲಸವು- ರಕ್ತವನ್ನು, ಮೂತ್ರವನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ಮೂತ್ರವನ್ನು ಸಿದ್ಧಮಾಡಿ ಮೂತ್ರಾಶಯಕ್ಕೆ ಕಳಿಸುವ ಮಹತ್ವದ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕವಾದ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಎಳನೀರು, ಕೊತ್ತಂಬರಿ (ಹವೀಜ), ಕರಿಕುಂಬಳ ಕಾಯಿರಸ ಹಾಗೂ ಬಾಳೆಗಿಡದ ಒಳ ತಿರುಳು (ದಿಂಡು) ಅದರ ರಸ, ಇಲ್ಲವೆ ಮೇಲೋಗರ ಸೇವಿಸುವುದು ಹಿತಕರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೊಮ್ಮೆ ಗಿಡ (ಪುನರ್ನವದ) ಎಲೆಗಳ ಮೇಲೋಗರವು ಮೂತ್ರಪಿಂಡ, ಹೃದಯ ಹಾಗೂ ಕಣ್ಣುಗಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಬಹಳ ಹಿತಕರವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ ಇಲ್ಲವೆ, ತರಿಸಿಕೊಂಡು ಮದುಮೇಹಿಗಳು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ತಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಬಳಸಬೇಕು.

ಕರಿಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಪರಿಮಳಕ್ಕಾಗಿಯೂ (ಒಗ್ಗರಣೆಯಲ್ಲೂ), ಮೇಲೋಗರದಂತೆಯೂ (ತಂಬುಳಿ, ಗೊಜ್ಜು) ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಬಳಸಿದರೆ ಹುರಿದ ಇವನ್ನು ಅಗಿದು ತಿನ್ನಬೇಕು.

ಕಹಿ ಬೇವಿನ (ಕಹಿನಿಂಬ) ಎಲೆಗಳು ಮೇಲೋಗರಕ್ಕೆ ದೊರೆಯದಿದ್ದವರು, ಐದು ಬಿಂದು ಕಹಿಬೇವಿನ ಶುದ್ಧ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಾಲಿನ ಸಂಗಡ ಸೇವಿಸಬಹುದು. ದೊಡ್ಡವರ ಪ್ರಮಾಣ ಇದು.

ನುಗ್ಗೆ ಎಲೆಗಳ ಹಾಗೂ ನುಗ್ಗೆ ಹೂವುಗಳ ಪಲ್ಯದ ರುಚಿಯನ್ನು ಬಲ್ಲವರಿಗೆ ಇದು ಈ ಎರಡೂ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪಥ್ಯಕಾರಕ ಆಹಾರ ಎಂದು ತಿಳಿಸ ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ತೊಂಡೇಕಾಯಿ, ತೊಂಡೆ ಎಲೆಯ ಮೇಲೋಗರ ಉತ್ತಮ. ಒಳ್ಳೇ ಜೀರಿಗೆ ವಾಸನೆಯ ಮಾವಿನಕಾಯಿ, ಮಾವಿನ ಹೂವುಗಳ ಮೇಲೋಗರ ಉಂಡವರು ಅದರ ರುಚಿಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಮರೆಯಲಾರರು.

ಮಧುಮೇಹದವರಿಗೆ ಗೋಧಿಯ ಅನ್ನ, ರೊಟ್ಟಿ ಇವನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುವ ಪದ್ಧತಿಯಿದೆ. ಗೋಧಿಯ ರೊಟ್ಟಿಯನ್ನು ತುಪ್ಪ ಬಳಸದೆಯೇ ಶೋಧಿತ (ರಿಫೈನ್ಡ್) ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ತಯಾರಿಸಿದುದನ್ನು ತಿನ್ನಬಹುದು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಗೋಧಿ, ಹಾಗೂ ಅಕ್ಕಿಯ ಅನ್ನ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಬರೆದುದನ್ನು ಓದಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ ಜೋಳ, ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ರಾಗಿ, ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಸೋಯಬೀನ್ ಹಿಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮ. ಸೋಯಬೀನಿನ ಸೊಗಡು ಹಲವರಿಗೆ ಸೇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರಿಂದ ಮೂರು ಪಾಲು ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು (ಎರಡು ಪಾಲು ಗೋಧಿಹಿಟ್ಟು) ಹಾಗೂ ಒಂದು ಪಾಲು ಸೋಯಾಬೀನಿನ ಹಿಟ್ಟು ಸೇರಿಸಿ ರೊಟ್ಟಿ ಮಾಡಿದುದನ್ನು ತಿನ್ನುವುದು ಉತ್ತಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಸೋಯಾ ಅವರೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಹಾಲೂ ಹಾಗೂ ಎಣ್ಣೆ, ಹಿಟ್ಟೂ, ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಕೆಟ್ಟ ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲ್ (ಘನಪಿತ್ತ) ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ಒಳ್ಳೇ ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲ್ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ.

ನೂರಕ್ಕೆ ೨೨ರಷ್ಟು ಸಾರಜನಕ (ಪ್ರೋಟೀನ್) ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ಅವಶ್ಯವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿದೆ. ನೂರಕ್ಕೆ ಮೂರಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕೊಬ್ಬಿನ ಆಹಾರವನ್ನು ದಿನದಲ್ಲಿ ತಕೊಳ್ಳಬಾರದೆಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ (ಪಿಷ್ಟ ಶರ್ಕರೆ) ಪ್ರತಿ ಶತ ೫೦ ಮೀರಬಾರದೆಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಬೊಜ್ಜನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಸ್ನಿಗ್ಧವಸ್ತು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು. ತುಪ್ಪ, ಬೆಣ್ಣೆ, ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ, ಪಾಮಲಿನ್ ಇವನ್ನು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಬಳಸದಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು, ಸೂರ್ಯಕಾಂತಿ ಎಣ್ಣೆ ದಿನಕ್ಕೆ ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ಮೀರಿದರೆ ಬೊಜ್ಜನ್ನು ಮಾಡವುದಂತೆ, ನೆಲಗಡಲೆ (ಶೇಂಗಾ) ಎಣ್ಣೆ, ಗೋವಿನ ಜೋಳದೆಣ್ಣೆ, ಕುಸುಬಿ ಎಣ್ಣೆ ಇವನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು.

ಉಪ್ಪಿನ ಬದಲಿಗೆ ಸೈಂಧವ ಲವಣ (ಇಂದುಪ್ಪು) ಪುಡಿ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮಧುಮೇಹದವರು ಸಕ್ಕರೆಯು ಕಹಿ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಬಹಳ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗಿಗಳು ಚಹಾ-ಕಾಫಿಗಳನ್ನು ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸದೆಯೇ ಕುಡಿವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಜೇನುತುಪ್ಪ ಮಧುಮೇಹದವರಿಗೆ ಹಿತಕರವೆಂದು ಡಾ||

ಧನ್ಯಕುಮಾರ ಈಜಾರಿಯವರು ಬರೆದಿರುವರಾದರೂ, ಅಂಟಾಳ ಹೂವುಗಳಿಂದಾದ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಹಿತಕರವೆಂದು ಪ್ರತೀತಿಯಿರುವುದಾದರೂ ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನು ಮಿತಿಯಲ್ಲಿ (ಅಂದಾಜು ಅರ್ಧ ಚಮಚ) ಸೇವಿಸಿ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ತಿಳಿದು, ಅಗತ್ಯದಂತೆ ಮುಂದುವರಿಸಬಹುದು. ಯಲ್ಲಾಪುರದ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾಗಿರುವ ಡಾ|| ಜಿ.ಪಿ. ಭಟ್ಟರು ಮಧುಮೇಹಿಗಳಿಗಾಗಿ "ನಿಂಬಮಧು" ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನು ಸಿದ್ಧಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ.

ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಎರಡರಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಖರ್ಜೂರ, ಉತ್ತುತ್ತೆ ತಿನ್ನಬಹುದು ಎಂದು ಇದೆ. ಆಯುರ್ವೇದ ಪಂಡಿತರಾಗಿದ್ದ ಪೂಜ್ಯ ಮಲ್ಲಾಡಿಹಳ್ಳಿ ರಾಘವೇಂದ್ರಸ್ವಾಮಿಗಳು "ವನಸ್ಪತಿ ಗುಣಧರ್ಮ" ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದುದುಂಟು. ಇದರಿಂದ ತೀವ್ರವಾದ ಅಲೋಪಥಿ ಔಷಧಿ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರಕ್ತಶರ್ಕರೆ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಎಚ್ಚರ ತಪ್ಪುವ (ಕೋಮಾ ಎಂಬ) ಗಂಡಾಂತರವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂಥ ಸಂದರ್ಭ ತಪ್ಪಿಸಲು, ಸಂದೇಹ ಬಂದ ಕೂಡಲೆಯೇ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದ ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಕು ಎಂದು ನಮ್ಮ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದುದುಂಟು.

ಅವಶ್ಯ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿ, ಯೋಗ್ಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಗುಳಿಗೆ (ಹಾಗೂ ಇನ್ಸುಲಿನ್) ಯೋಜಿಸುವ ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಅವಲಂಬಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಔಷಧಿ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚು ತಕ್ಕೊಂಡು, ಸಿಹಿ ತಿನ್ನುವ ರುಚಿಯನ್ನೇ ಬಯಸುವ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಲಕ್ಷ್ಯವಿಲ್ಲದೆ ಕೋಮಾ ಆಗುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.

ಆಗ ತಡಮಾಡದೆಯೇ ವಿನಿಗರ್ ಸೇರಿಸಿದ ನೀರಿನ ಎನಿಮಾ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ರೋಗಿಗೆ ಎಚ್ಚರವಾಗುವುದು. ಸಿಹಿ ತಿನ್ನುವ ಆಸೆಯಿಂದ ಸಕ್ಕರೆಯ ಬದಲಿಗೆ ಕ್ರಮವಾದ ಸಾಕರಿನ್ ಮುಂತಾದ ಸಕ್ಕರೆಯ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖಂಡಿತ ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು. ಈ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳಿಂದ ಏಡಿಗಂತಿ (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್) ಆಗಬಹುದು.

ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನ ಹಾಗೂ ಇತರ ಮಾದಕ ಜೂಸ್ ಮುಂತಾದ ವಸ್ತುಗಳ ಸೇವನೆ ಹಾಗೂ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಇವುಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು.

ಮದ್ಯಪಾನಿಗಳ ಸಿರೋಸಿಸ್ (ನಾರುಗಟ್ಟು) ಎಂಬ ಲಿವರ್ ಕಾಹಿಲೆಗೆ ಎಲೊಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಲ್ಲ.

ಧೂಮಪಾನವಂತೂ ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ, ಹಾಗೂ ಹೃದಯದ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಆಯುಷ್ಯವನ್ನು ಕ್ಷೀಣಿಸುವುದು. ಅತಿ ಧೂಮಪಾನದಿಂದ ಗಂಡಸರು ಪುಂಸ್ತ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಮರಿಜು ಪಾನದಂಥ ಮಾದಕವಸ್ತುಗಳು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮರೆಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಮರಣವನ್ನು ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ತರುವವು.

ಆರೋಗ್ಯವಂತರೇ ನಿಜವಾದ ಸುಖಿಗಳಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಹಾರ-ವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅನುಸರಿಸುವುದಾದರೆ ಲೋಕದ ಅರ್ಧಪಾಲು ರೋಗಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ಮನಸ್ಸು ಹಾಗೂ ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿತ ಸಾಧಿಸಲು ಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯ ವ್ಯಾಯಾಮ ಹಾಗೂ ಆಸನಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೇ, ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಣಮಾಡಲು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ವ್ಯಾಯಮ ಮಾಡುವ ಆಸನಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸಿರುತ್ತಾರೆ.

ನಿಸರ್ಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಬೇರೆ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ರೋಗನಿಯಂತ್ರಣ ಹಾಗೂ ಗುಣಮಾಡಿ ಆರೋಗ್ಯ ನೀಡುವ ಕ್ರಮಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಣತರಾದವರು ನಡೆಯಿಸುವ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸುವವರಿಗೆ ಇವುಗಳ ಪ್ರಯೋಜನ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿಶ್ವಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವ “ರೈಕಿ” ಎಂಬ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪರಿಣತರಾದವರು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ, ಈ ಅಸಾಧ್ಯ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಕೇಳಿದ್ದುಂಟು. ಕೈಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭ ಸಾಧ್ಯವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನಮೂದಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಾವಿನ ಮರಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕಸಿ ಮಾಡಿ ಬೆಳೆಸಿದ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಮರಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹಳ್ಳಿ ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ ಇರುವ ಹುಳಿಮಾವಿನ ಮರಗಳ ಎಲೆಗಳೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಶಸ್ತವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿದೆ. ದೊರೆತ ಮಾವಿನೆಲೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಬಳಸಿ ನೋಡಬಹುದು.

ಮರದ ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದು, ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ (ವಸ್ತ್ರಗಲಿತ ಮಾಡಿ), ಒಂದು ಕಾಲು ಗ್ರಾಂ ತೂಕದಷ್ಟನ್ನು ತಕ್ಕೊಂಡು (ಬೆಳಗ್ಗೆ ಒಮ್ಮೆ, ಸಂಜೆ ಒಮ್ಮೆ ನೀರಿನೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ) ೧೫ ದಿನ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಎಲ್ಲಾ ಪಥ್ಯವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದನ್ನೇ ಇನ್ನೊಂದು ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ- ಒಂದು ಚಮಚ ಪುಡಿ ಹಾಕಿ ಒಂದು ಲೋಟಾ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕುದಿಸಿ, ಅರ್ಧಾಂಶ ಕಷಾಯ ಉಳಿದಿದ್ದಾಗ (ಇಲ್ಲವೆ ಚತುರ್ಥಾಂಶ ಉಳಿದಾಗ) ಇಳಿಸಿಕೊಂಡು, ಬೆಳಗ್ಗೆ ಬಿಸಿಯಿರುವಾಗಲೇ ಮೋರೆ ತೊಳೆಯದೆ ೪೫ ದಿನ ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಇಲ್ಲವೆ, ನೇರಲ ಮರದ ೨೫ ತಾಜಾ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ, ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ತಂದು ಚೂರ್ಣಿಸಿ ಲೋಟಾ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ (ನಾಲ್ಕನೆ ಒಂದಂಶ ಕುಡಿಯಬೇಕು.)

ಬಿಲ್ವವೃಕ್ಷದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳೂ ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿವೆ. ಬಿಲ್ವದ ಹಣ್ಣು ದೊರೆತಾಗ ಒಳಗಿನ ಗುಳ (ತಿರುಳು) ಒಣಗಿಸಿ ಇಟ್ಟು ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ ಕುಡಿಯಬಹುದು. ಕಾಲು ತೊಲೆ, ಅರ್ಧ ತೊಲೆ ಇದು ದೊಡ್ಡವರ ಪ್ರಮಾಣ. ಇದರ ಶರಬತ್ತು ಮಾಡಲು ಅರ್ಧ ಚಮಚ-ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಇಲ್ಲವೆ ಉತ್ತುತ್ತೆ (ಖರ್ಜೂರ) ಅರೆದು ಸೇರಿಸಿದ್ದನ್ನು ಕುಡಿಯಬಹುದು (ಇದು ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕೆ ಸೂಚನೆ.).

ಸನ್ಮಾನ್ಯ ಪಂಡಿತ್ ಚನ್ನಪ್ಪ ಎರೆಸೀಮೆ ಇವರು ಇಷ್ಟಲಿಂಗವನ್ನು ಪೂಜಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಗಳನ್ನು ಮೊದಲು ಸೇವಿಸಿ ಆನಂತರ ಊಟ ಮಾಡುವ ಪದ್ಧತಿಯಿದೆ. ಅವರು ಎರಡು ಹೊತ್ತು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಐದೈದು ಹಸಿ ಬೇಳೆಗಳನ್ನು ಊಟದ ಮೊದಲು ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಒಗ್ಗುವದಿಲ್ಲ. ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ ಮತ್ತು ಮದುಮೇಹಕ್ಕೂ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗಿರುವ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಘನಪಿತ್ತವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ಹೃದಯ ರಕ್ಷಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹನ್ನೊಂದು ಸಂಯುಕ್ತ ಬಿಲ್ವದೆಲೆಗಳನ್ನು ಎರಡು ಕರೆಮೆಣಸಿನೊಡನೆ ಒಂದು ಔನ್ಸ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಒಂದು ತೊಲೆ ಬಿಲ್ವಪತ್ರದ ಎಲೆಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ ಕಷಾಯವನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದು ಸಹ ಹಿತಕರವಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತುತ್ತೆ, ಖರ್ಜೂರ ತಿನ್ನುವುದು ಅವಶ್ಯಕವಾದೀತು. ಬೇಲದ ಹಣ್ಣಿನ ಶರಬತ್ತು ಸಹ ಒಳ್ಳೇದು.

ನೇರಿಲ ಬೀಜಗಳನ್ನು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ ಹಿಟ್ಟು ಮಾಡಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು, ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶ ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ೫ ರಿಂದ ೧೦ ಗ್ರಾಂವರೆಗೆ ದಿನಾ ಮೂರು ಸಾರೆ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಎರಡು ಔನ್ಸ್ (N ತೊಲೆ, ೫೬ ಗ್ರಾಂ) ಬೇಯಿಸಿದ ನುಗ್ಗೆ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಊಟಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು, ಊಟ ಮಾಡುವಾಗ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಾಲ್ಕು ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಹಾಗೂ ಮಧುಮೇಹ ಗುಣವಾಗುತ್ತವೆ (ಡಾ. ದರ್ಬಾರಿ).

ನೇರಿಲ ತೊಗಟೆಯ ಕಷಾಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದವರು ಆಯುರ್ವೇದದ 'ಜಂಬ್ವಾಸಕ'ವನ್ನು ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

'ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾವಟಿ' ಏರೊತ್ತಡ ಹಾಗೂ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಚಮಚ ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆ ರಸದ ಸಂಗಡ ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಾರೆ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಉತ್ತಮ ವೈದ್ಯರು ಶಾಸ್ತ್ರೋಕ್ತವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿದ "ಚಂದ್ರಪ್ರಭಾ" ಒಳ್ಳೇದು.

ರಕ್ತ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೂ, ಮಧುಮೇಹ ರೋಗಿಗಳು ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಗಾಯಗಳಾಗದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು. ಗಡ್ಡ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಬ್ಲೇಡಿನಿಂದ ಸಣ್ಣ ಗಾಯವಾದರೆ ಕೂಡಲೇ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ "ಕಾಲಿಮೂರ್ 3X"

ಪುಡಿಯನ್ನು ಗಾಯಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಬೇಕು. ರಸಿಗೆ ಆಗದೆ ಬೇಗ ಒಣಗುತ್ತದೆ. ರಸಿಗೆ ಆದಲ್ಲಿ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ಕೆಲಂಡುಲಾ ಮಲಂ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಹೊರಗೆ ನಡೆವಾಗ ಬರಿಗಾಲಿನಿಂದ ನಡೆಯದೆ ಸವೆಯದ ಪಾದರಕ್ಷೆ ಧರಿಸಬೇಕು.

ಎರಡೂ ಕೈಗಳನ್ನು ಬೆನ್ನ ಹಿಂದೆ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದು ಈ ರೋಗದವರಿಗೆ ಹಿತಕರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಊಟಮಾಡುವಾಗ ಅವಸರದಲ್ಲಿ ತುತ್ತು ನುಂಗದೆಯೇ, ಒಂದೊಂದು ತುತ್ತನ್ನೂ ದಿ. ಗೋಪಾಲರಾಯ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಮೂವತ್ತೆರಡು ಸಲ ನುರಿಸಿ(ಅಗಿದು) ತಿನ್ನಬೇಕು.

ಆಯುರ್ವೇದ ಕಂಪನಿಗಳವರು ವಿಶಿಷ್ಟ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಪ್ರಚಾರ ಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅನುಭವಿಕರಿಂದ ತಿಳಿದು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಔಷಧಿ ಸೇವಿಸಬಹುದು.

(ವಿವಿಧ ಗ್ರಂಥ ಹಾಗೂ ಲೇಖನಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದು)
ಸಿದ್ಧಗಂಗಾ ಪತ್ರಿಕೆ ಜೂನ್ ೧೯೯೭ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿತ

■

೮. ಆಮಾಂಶ

ರಕ್ತಾತಿಸಾರವಾದ ಅನಂತರ ಅಥವಾ ಅದರ ಸಂಗಡಲೇ ಮಲದಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಯಂಥ ಅಥವಾ ಸಿಂಬಳದಂಥ ದ್ರವವು ಹೊರಬೀಳುತ್ತದೆ. ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿಯೂ ಬರಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ 'ಆಮಾಂಶ' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಇದರಿಂದ ಅಶಕ್ತತೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ರಕ್ತ ಕ್ಷೀಣತೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆಲಕ್ಷಿಸಿದರೆ, ಮೈಕೈಯಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ, ಸಂದುಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು ಸಹ ಆಗುತ್ತದೆ. ಉಷ್ಣ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಾಧಿಸುವ ಈ ರೋಗವು ಹಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮೂಲವಾಗಿದೆಯೆಂದು ಕೆಲವು ಡಾಕ್ಟರರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿದೆ. ಪ್ರಾರಂಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಉಪಚಾರವಾಗದಿದ್ದರೆ ಮುಂದೆ ಅನ್ನಕೋಶದಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣಾಗಿ ರೋಗವನ್ನು ವಾಸಿಮಾಡುವುದೇ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಗುರವಾದ ಆಹಾರ ಇದಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯ. ಮೆಣಸು, ಹಸಿಮೆಣಸು, ಹಸಿ ಶುಂಠಿ ಇವನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಶುಂಠಿಯು ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟುಮಟ್ಟಿಗೆ ರೋಗಕ್ಕೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಮಾಣ ಮೀರಿದರೆ ವಿರುದ್ಧ ಪರಿಣಾಮ ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಹಗುರವಾದ ಹೆಚ್ಚು ಆಹಾರ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಲೂಬಾರದು; ಉಪವಾಸ ಮಾಡಲೂಬಾರದು. ಇದಕ್ಕೆ ಕಡೆದ ಮಜ್ಜಿಗೆಯು ಬಹಳ ಹಿತಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಹಾಲನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸೇವಿಸುವುದು, ಬೆಂಡೇಕಾಯಿ, ಕೆಂಪು ಹರಿವೆ ಸೊಪ್ಪು, ತೊಗರಿಬೇಳೆ, ಕಡಲೆ ಹಿಟ್ಟಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ತಿಂಡಿ, ಹೆಸರುಕಾಳು, ಕಡಲೆಕಾಳು, ಕಾಡು ಕೆಸುವಿನ ಮೇಲೋಗರ, ಗೋಧಿಯ ಹಿಟ್ಟಿನ ಚಪಾತಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸೇವಿಸುವುದು, ಕೆಂಜೋಳ, ಮೊಗೆ ಕಾಯಿ ಮೇಲೋಗರ ಇವು ಇದಕ್ಕೆ ಹಿತಕರವಲ್ಲ.

ದಾಳಿಂಬದ ಹಣ್ಣಿನ ಕವಚ, ಹಣ್ಣಿನ ಸೇವನೆ, ದಾಳಿಂಬದ ಗಿಡದ ಕುಡಿ, ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆಯ ಕುಡಿ, ಬಿಲ್ವದ ಹಣ್ಣಿನ ತಿರುಳು, ಎಳೇ ಕರಿ ಬಾಳೆಕಾಯಿ, ಎಳೇ ಬದನೇಕಾಯಿ, ಹನೆಮರದ

ಕಾಯಿಯ ತಿರುಳು ಮತ್ತು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ ಇವು ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗಿವೆ.

ದಾಳಿಂಬದ ಹಣ್ಣಿನ ಕವಚವನ್ನು ಮಜ್ಜಿಗೆಯಲ್ಲಿ ತೇದು ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಕೊಡಸಿಗದ ಬೇರನ್ನು ಮಜ್ಜಿಗೆಯಲ್ಲಿ ತೇದು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ವರ್ಲೆ ಹುತ್ತಿನ ಮಣ್ಣನ್ನು ಅಥವಾ ಮಿದುವಾದ ಬೇರೆ ನುಣುಪು ಮಣ್ಣನ್ನು ನೀರಿನೊಡನೆ ಕಲಸಿ, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಲೇಪ ಮಾಡುವದು ಲಾಭಕರವಾಗಿದೆ.

ಅತಿವಿಷ (ಇದು ವಿಷವಲ್ಲ) ವನಸ್ಪತಿಯು ವನಸ್ಪತಿ ಔಷಧ ಮಾರಾಟಗಾರರಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಲಿಂಬೆ ರಸದೊಡನೆ ತೇದು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಚಹಾದ ಅರ್ಕವನ್ನು (ಕಣ್ಣನ್ನು) ಹಾಲನ್ನೂ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನೂ ಸೇರಿಸದೆ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಅನೇಕ ವನಸ್ಪತಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೊಂದನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ತಂಬುಳಿ (ತುಸು ಹುಳಿ) ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಮೊದಲು ಅನ್ನದೊಡನೆ ಉಣ್ಣಬೇಕು. ತೆಂಗಿನ ಕಾಯಿ ತುರಿ, ಮಜ್ಜಿಗೆ ಈ ತಂಬುಳಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತವೆ. ದಾಳಿಂಬದ ಕುಡಿಗಳನ್ನು ಕೆಲವನ್ನು ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಜೀರಿಗೆ ಮತ್ತು ಕಾಳು ಮೆಣಸು ಹಾಕಿ ಹುರಿದು, ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ತುರಿಯೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ, ಒರಳು ಕಲ್ಲಿನಲ್ಲಿ ಬೀಸಿ, ಮಜ್ಜಿಗೆ ಸೇರಿಸಿದರೆ ದಾಳಿಂಬದ ಕುಡಿ ತಂಬುಳಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಂತೆಯೇ ಕೌಲ ಮರದ ಮೇಲೆ ಬೆಳೆದ ಬಂದಳಿಕೆಯನ್ನು ಅಥವಾ ನೆಲನೆಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಭೃಂಗರಾಜ (ಕಾಡಿಗ್ಗರಗ) ಕುಡಿಯನ್ನೂ ಅಥವಾ ಅತ್ತಿ ಗಿಡದ ಚಿಗುರುಗಳನ್ನೂ ಇಲ್ಲವೆ ತೀರ ಎಳೆಯ ಕಾಯಿಗಳನ್ನೂ ಗಜ್ಜುಗದ ಗಿಡದ ಚಿಗುರೆಲೆಗಳನ್ನೂ ಇದರಂತೆ ತಂಬಳಿಗೆ ಬಳಸಬಹುದು.

ಮೆಂತ್ಯದ ಹಿಟ್ಟನ್ನೂ ಒಂದು ಟೇಬಲ್ ಚಮಚೆ, ಓಮದ ಹಿಟ್ಟನ್ನೂ ಒಂದು ಚಮಚೆಯಷ್ಟು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಬೆಣ್ಣೆಯ ಸಂಗಡ ಸೇರಿಸಿ, ಮೊದಲಿಗೆ ಅನ್ನ ಕಲಸಿ ಉಣ್ಣಬೇಕು ಅಥವಾ ಮುರಗಲ ಬೀಜದಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ತುಪ್ಪವನ್ನು ಬೆಣ್ಣೆಯ ಸಂಗಡ ಸೇರಿಸಿ ಅನ್ನದೊಡನೆ ಕಲಸಿ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಊಟ ಮಾಡಬೇಕು.

ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಮೇಧಿಯೋದಕ, ದಾಡಿಮಾಷ್ಟಕ ಚೂರ್ಣ ಇವೂ, ಸೌಭಾಗ್ಯಶುಂಠಿ(ಶುಂಠಿಯ ಲೇಹ್ಯ)ಯೂ, ಚ್ಯವನಪ್ರಾಶಾವ ಲೇಹ್ಯವೂ ಅಪಾಯದ ಭೀತಿಯಿಲ್ಲದೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಔಷಧಗಳಾಗಿವೆ. ಹೀಗೆಯೇ ಮಾದಲ ಕಂಚಿ ಹಣ್ಣಿನ ಲೇಹವೂ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ನಿದ್ರೆಗೆಡದಿರುವುದು, ಅತಿಯಾಗಿ ಕಾಫಿ ಸೇವನೆ ಮಾಡದಿರುವುದು ಈ ರೋಗದ ಹತ್ತೋಟಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ಊಟ ಮಾಡಿದ ಕೂಡಲೆ ವೇಗವಾಗಿ ನಡೆಯುವುದಾಗಲಿ, ಕಠಿಣ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಾಗಲಿ ಕೂಡದು.

■ ಜಾನಪದ ಜಗತ್ತು, ನವೆಂಬರ್ ೧೯೮೦, ಸಂ.: ಶ್ರೀ ನಾಗೇಗೌಡರು

೯. ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನ ಮತ್ತು ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಮನ್ಮಥನಿಗೆ ಮಕರಧ್ವಜ, ಮೀನಕೇತನ ಮುಂತಾದ ಪರ್ಯಾಯನಾಮಗಳಿವೆ. ಸ್ತ್ರೀಜನನೇಂದ್ರಿಯ "ಟೆಂಪಲ್ ಆಫ್ ಲವ್" - 'ಪ್ರಣಯದ ದೇಗುಲ ಎಂದೆನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಪುರುಷ ಜನನೇಂದ್ರಿಯವು 'ಮನ್ಮಥಧ್ವಜ' ಎಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿದೆ. ಅದು ಕ್ಲುಪ್ತಕಾಲದವರೆಗೆ ಧ್ವಜಗಂಬದಂತೆ ಗಡುಸಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ಪಂಜದಂತ ಈ ಲಿಂಗವು ಉದ್ರೇಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ರಕ್ತವಾಹಿನಿಗಳಿಂದ ಹರಿವ ರಕ್ತದಿಂದ ಉಬ್ಬಿ ಗಡುಸಾಗುವುದು, ನಿಜವಾಗಿಯು ಒಂದು ಅಚ್ಚರಿಯ ವಿಷಯವೇ ಸರಿ. ರಕ್ತವೇ ಜೀವ 'Blood is life'. ಅದರಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಹಾರ-ವಿಹಾರಗಳಿಂದ ತರುಣನು ಆರೋಗ್ಯ ದೃಢಕಾಯವುಳ್ಳವನಾಗಿ ಸರಿಯಾಗಿ ರಕ್ತಸಂಪನ್ನನಾದರೆ ಅವಶ್ಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತನ್ನ 'ಅಸಲು-ಬಡ್ಡಿ (ವೃದ್ಧಿ) ಪಡೆಯುವಂತೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಪಡೆಯಬಲ್ಲನು. 'ತಾಳಿದವನು ಬಾಳಿಯಾನು'- ತಾರುಣ್ಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ದುಡುಕಿ ತನ್ನ ವೀರ್ಯವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ, ಮಿತಿಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದಿದ್ದರೆ ಆತನ ಬಾಳುವೆ ಸುಸೂತ್ರವಾಗಿ ನಡೆಯಲು ಅನುವಾಗಬಲ್ಲನು.

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಜನನಾಂಗಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಆದರೆ, ಇಷ್ಟೇ ಉದ್ದವಾಗಿ ಶಿಶ್ನವಿರಬೇಕೆಂಬುದು ತೀರ ಅವಶ್ಯಕವಲ್ಲ. ನನ್ನ ಕಾಲೇಜು ಮಿತ್ರರೊಬ್ಬರು ಜನನಾಂಗ ಕೇವಲ ಒಂದು ಇಂಚು ಉದ್ದವಿರುವ ತರುಣನು ಪರಸ್ತ್ರೀಯ ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಸಿ ಅವಳಿಗೆ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದನು. ಕಾರಣವೇನೆಂದರೆ, ಸ್ತ್ರೀಜನನಾಂಗದ ಮುಂಭಾಗದ ಒಂದು ಇಂಚು ಭಾಗ (ಬಗೋಷ್ಪೃಗಳ ಸಮೇತವಾಗಿ) ಮಾತ್ರ ಕಾಮಸಂವೇದನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು. ಆದರೆ, ಉದ್ರಿಕ್ತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮೂರು, ಇಲ್ಲವೆ ಎರಡು ಮಿನಿಟುಗಳವರೆಗು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪುರುಷಾಂಗವು ಗಡುಸಾಗಿರುವುದು ಅವಶ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಶೀಘ್ರವೀರ್ಯಪತನವಾಗುವುದಾದರೆ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಸ್ತ್ರೀಯ ಮರ್ಮಾಂಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲೂ ಆಗದ ಪುರುಷ ಮರ್ಮಾಂಗದ ದೋಷವನ್ನು 'ಧ್ವಜಭಂಗ' ಎಂದೆನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಿಂದೆ ತಜ್ಞಚಿಕಿತ್ಸಕರು 'ಗಂಡ-ಹೆಂಡತಿ' ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಧ್ವಜಭಂಗದ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಧೂಮಪಾನ ಮತ್ತು ಅರೆ ಮದ್ಯಪಾನ ಇವನ್ನು ಮಾಡದೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನಸಿಕ ನಪುಂಸಕತ್ವಕ್ಕೆ ಹೆದರಿಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸರಿಯಾದ ಲೈಂಗಿಕ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದ ಯುವಕರು ಪ್ರಸ್ಥಿತ ಗ್ರಂಥಿಯಿಂದ ಸ್ರವಿಸುವ ಕಾಮರಸವನ್ನೇ ವೀರ್ಯವೆಂದು ತಪ್ಪಾಗಿ ಭಾವಿಸಿ, ತನ್ನ ವೀರ್ಯಪತನ ಶೀಘ್ರವಾಯಿತೆಂದು ತಿಳಿದು ಅಧೀರರಾದರೆ- ಶೀಘ್ರವಿರ್ಯಪತನವಾಗಬಹುದು.

ಅಲ್ಲದೆ, ಮಿತಿಮೀರಿದ ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನವೂ, ಮಿತಿಮೀರಿದ ಮುಷ್ಟಿಮೈಥುನವೂ ವೀರ್ಯನಾಶ ಮಾಡಿ, ಶಿಶ್ನದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಮಾಡುವುವು ಎಂಬುದನ್ನು ಯುವಕರು ಮರೆಯಬಹುದು, ಅತಿ ಸಂಭೋಗದಿಂದಲೂ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿ ವೀರ್ಯ ದೌರ್ಬಲ್ಯವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ, ಇಂಥ ದೋಷಗಳಿಂದ ಯುವಕರು ಧೈರ್ಯ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳದೆ ತಾರುಣ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇವಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ತರುಣಿಯ ಯೋನಿಯಿಂದ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು-ನಾಲ್ಕುದಿನ ಬಿಳಿಯ ದ್ರವವು ಹರಿಯುವುದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದುದು- ಅದು ಬಿಳಿ ಸೆರಗು ರೋಗವಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಮೂರು-ನಾಲ್ಕು ಸಾರಿ ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನವಾಗುವುದು ಆರೋಗ್ಯದ ಲಕ್ಷಣವೆ ಹೊರತು ರೋಗ ಲಕ್ಷಣವಲ್ಲ.

ಮೊದಲಿಗೆ ಅತಿ ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

- ಯಾವುದೇ ತರಹದ ಲೈಂಗಿಕ ದೌರ್ಬಲ್ಯವುಳ್ಳವರು ಅತಿ ಖಾರ, ಅತಿ ಉಪ್ಪು, ಅತಿ ಹುಳಿ ಆಹಾರ ತಕ್ಕೊಳ್ಳದೆಯೇ ಮಧುರಾಹಾರವನ್ನೇ ಉಣ್ಣಬೇಕು ಮತ್ತು ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನ ದೋಷವುಳ್ಳವರು ರಾತ್ರಿ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದಾದರೆ, ಊಟಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಮತ್ತು ಊಟದ ನಂತರ ಹೆಚ್ಚು ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬಾರದು, ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರವಿಸರ್ಜನೆಯನ್ನು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿರಬೇಕು. ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಊಟವನ್ನು ಬೇಗನೆ ಮುಗಿಸಿ, ಉಂಡ ಮೂರು ತಾಸುಗಳ ಅನಂತರ ನಿದ್ರಿಸಬೇಕು. ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಗೇರುಬೀಜಗಳನ್ನು ರಾತ್ರಿ ತಿನ್ನಬಾರದು. ಮತ್ತು ಒಂದೆರಡು ಗೇರುಬೀಜ ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಸುಲಿದ ಗೇರುಬೀಜಗಳನ್ನು ಹುರಬುರಕ ಇಟ್ಟಂಗಿಯ ಮೇಲೆ ಹತ್ತು ಮೀನಿಟು ತಿಕ್ಕಿ ಅನಂತರ ತಿಂದರೆ ಬೀಜದೋಷ ಕಳೆದು ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ರಾತ್ರಿ ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ತಿನ್ನಬಾರದು. ಅಶ್ವಗಂಧಿಯು ವೀರ್ಯವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಮಾಡುವುದಾದರೂ

ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನವು ಹೆಚ್ಚು ಸಲ ಆಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯು ಇದರಿಂದಾಗುವುದು. ಮಲಬದ್ಧತೆಯಾಗುವುದಕ್ಕೆ ರಾತ್ರಿ ಗುಲಕಂದವನ್ನು ನೀರಿನೊಡನೆ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಮುಖ್ಯ ಕಾಮೋತ್ತೇಜಕ ಟಿ.ವಿ, ಸಿನಿಮಾ, ಕಾದಂಬರಿ ಹಾಗೂ ನಗ್ನಚಿತ್ರ ವೀಕ್ಷಣೆ ಬೇಡ. ನೇರಿಲ ಬೀಜ ಹಿಟ್ಟುಮಾಡಿ, ಮೂರು ಮಾಸಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ- ಮುಕ್ಕಾಲು ತೊಲೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹತ್ತು ದಿನ ನೀರಿನೊಡನೆ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದನ್ನೇ ಮೂರು ವಿಭಾಗ ಮಾಡಿ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಸಂಜೆ ಅರ್ಧ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು.

- ನರಗಳ ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಕ್ಷೋಭೆಯ ಸ್ವಪ್ನಾವಸ್ಥೆಗೆ ಅಶ್ವಗಂಧಿ ಅದ್ಭುತ ಗುಣಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ವೀರ್ಯಬಲ ಕಡಿಮೆ ಇರುವವರು ಅಶ್ವಗಂಧಿ ಪುಡಿಯನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ, ಒಂದು ತೊಲೆ ಅಶ್ವಗಂಧಿ ಹಾಕಿ ಮಾಡಿದ ಕಷಾಯವನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಸಾರೆ ಕುಡಿಯಬಹುದು. ಅನುಪಾನ, ಸ್ವಲ್ಪ ಹಾಲು ಮತ್ತು ಸ್ವಲ್ಪ ಸಕ್ಕರೆ ಅತಿ ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನದಿಂದಾಗಲಿ, ಅತಿ ಮುಷ್ಟಿ ಮೈಥುನದಿಂದಾಗಲಿ, ಅತಿ ಸಂಭೋಗದಿಂದ ಸಹ ವೀರ್ಯ ತೆಳ್ಳಗಾಗಿ ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವುದು. ವೀರ್ಯ ದಪ್ಪ ಸಿಂಬಳಿನಂತೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರಬೇಕು.
- ತುಳಸಿ ಬೀಜ ೪ ಗ್ರಾಂ ಮತ್ತು ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ರಾತ್ರಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿಟ್ಟು ದಿನಾ ಎರಡು ಸಾರಿ ಎರಡೆರಡು ಗ್ರಾಂ ಬೀಜಗಳನ್ನು ನೀರಿನೊಡನೆ (ಅಗಿದಾಗಲಿ, ಅರೆದಾಗಲಿ) ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ತಿನ್ನಬೇಕು.
- ಇದರಂತೆ ವನತುಲಸೀ ಅಂದರೆ, ಸಬ್ಜಾ, ಸದಾಪು ಬೀಜಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಗ್ರಾಂನಂತೆ ತಕ್ಕೊಂಡು ನೀರಿನ ಸಂಗಡ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಬೀಜಗಳು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಯಿಸಿದಾಗ ಉಬ್ಬಿ ಲೋಳೆ ರೀತಿ ಪಡೆಯುತ್ತವೆ. ಸಬ್ಜಾದಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ಹೂವುಗಳ ಜಾತಿ, ಕಪ್ಪು ಹೂವುಗಳ ಜಾತಿ, ಹಾಗೆ ಆಲದೆಲೆಯ ಆಕಾರದ ಆದರೆ ಸಣ್ಣ ಎಲೆಗಳುಳ್ಳ ಜಾತಿ... ಹೀಗೆ ಮೂರು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ. ಕಪ್ಪು ಬೀಜಗಳು ಕಾಮಕಸ್ತೂರಿ ಎಂದು ನಮ್ಮ ವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲಿ ಈ ತುಲಸಿಗೆ ಹೆಸರಿದೆ. ಇದನ್ನು ಒಂದು ವಾರ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಒಂದು ನೂರ ಇಪ್ಪತ್ತೈದು ಗ್ರಾಂ ಹುಳಸೆ ಬೀಜಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕುನೂರು ಗ್ರಾಂ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ ಸಿಪ್ಪೆತೆಗೆದು ಹಾಕಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ನೀರಿನೊಡನೆ ದಿನಾ ಎರಡು ಸಾರಿ ಆರು ಗ್ರಾಮಿನಂತೆ ಸೇವಿಸಬೇಕು.
- ಇಲ್ಲವೆ ಎರಡು ಪೌಂಡ್ (೮೦೦ ಗ್ರಾಂ) ಹುಳಸೆ ಬೀಜ ತಂದು ನಾಲ್ಕು ದಿನ ನೆನೆಯಿಸಿ ಇಟ್ಟು, ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿದು ತೆಗೆದು, ಹುರಿದು ಬೀಸಿ, ವಸ್ತ್ರಗಳಿತ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ, ಸಮಭಾಗ ಸಕ್ಕರೆ ಕೂಡಿಸಿ ಇಟ್ಟು- ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಮೂರು ಗ್ರಾಂನಂತೆ ತಕ್ಕೊಂಡು, ಕಾಲು ತೊಲೆ ತುಪ್ಪ ಮತ್ತು ಅದರ ಅರ್ಧ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ವೀರ್ಯ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

- ಜಾಲಿಮರದ ಎಳೇಬೇರು ನೆರಳಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಆರು ಗ್ರಾಂ ಮತ್ತು ಕಚ್ಚಾಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ತಿನ್ನುವುದು. ಜಾಲಿ ಮರದ ಹಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ ಅರೆದು, ಅಷ್ಟೇ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ, ಆರು ಗ್ರಾಂ ಪ್ರಮಾಣದಂತೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ರಾತ್ರಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು.
- ಐವತ್ತು ಗ್ರಾಂ ದಾಳಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ಮತ್ತು ಐವತ್ತು ಗ್ರಾಂ ಜ್ಯೇಷ್ಠಮಧು (ಅತಿಮಧುರ) ವಸ್ತ್ರಗಲಿತ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಮೂರು ಗ್ರಾಂ ಚೂರ್ಣಕ್ಕೆ ಆರು ಗ್ರಾಂ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ತಿಂದರೆ ಗುಣ. ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನ ಮತ್ತು ಶೀಘ್ರವೀರ್ಯಪತನ ದೋಷಗಳಿಗೆ- ಸಾಲಾಮಿಸ್ರಿ, ಬಿಳಿ ಮುಸಲೀ (ನೇಗಿಲಗಡ್ಡೆ) ಹಾಗೂ ಶತಾವರೀ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನು ಮೂರು ಗ್ರಾಂ ತಕ್ಕೊಂಡು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ, 400 ಗ್ರಾಂ ಹಾಲನ್ನು ಮೊದಲು ಸಣ್ಣ ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲಿರಿಸಿ ಕಾಯಲು- ಆರು ಗ್ರಾಂ ಮೇಲಿನ ಈ ಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ, ಚಮಚ ಇಲ್ಲವೆ ಸೌಟಿನಿಂದ ತಿರುವುತ್ತಿರಬೇಕು. ಅದು ದಪ್ಪವಾಗಲು ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ಇಳಿಸಿ 21 ದಿನ ತಿನ್ನಬೇಕು.
- ಸ್ತಂಭನವಾಗಲು ಗಸಗಸೆ ಒಂದು ತೊಲೆ, ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆ, ಜಾಕಾಯಿ ಕಾಲು ತೊಲೆ ಅರೆದು, ಆಕಳುಹಾಲು ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಸ್ತಂಭನಕ್ಕೆ ನೇಗಿಲ ಮುಳ್ಳು, ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಸಿಪ್ಪೆ, ಅಮೃತಬಳ್ಳಿ ಸಮಪ್ರಮಾಣ ತಕ್ಕೊಂಡು ಚೂರ್ಣಿಸಿ, ಶೋಧಿಸಿ, ಸಮತೂಕ ಎಳ್ಳು ಹಾಕಿ ನುಣ್ಣಗೆ ಅರೆದು ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ, ರಾತ್ರಿ ಅರ್ಧತೊಲೆ ತಿಂದು ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಬಾಹ್ಯ ಉಪಚಾರ:- ಉದ್ದಿನ ಕಾಳಿನ ಮೇಲಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ತಕ್ಕೊಂಡು ಅರೆದು, ದಿನಾಲು ಶಿಶ್ನಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮೂರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಪುಂಸಕತ್ವ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಏಡಿಯ ಮಾಂಸವನ್ನು ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಹುರಿದು, ಶಿಶ್ನದ ಮೇಲೆ ಲೇಪಿಸಿದರೆ ನಪುಂಸಕತ್ವ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿತ್ತದೆ.
- ಕುಸುಬಿ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಎಕ್ಕೆ ಬೇರಿನ ಚೂರ್ಣ ಹಾಕಿ, ಪಾದಕ್ಕೆ ಲೇಪಿಸಿದರೆ ವೀರ್ಯವು ಬೇಗ ಪತನವಾಗದು. ಇಲಿ ಹಿಕ್ಕೆಯನ್ನು ಜೇನಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಮೇಲಿಂದ ಲೇಪಿಸಿ, ವೀಳ್ಯದೆಲೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಶಿಶ್ನವು ದೃಢತೆ ಪಡೆಯುವುದು. ಜನನೇಂದ್ರಿಯ ತುದಿಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛ ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಮೈಥುನಕ್ಕಿಂತ ಎರಡು ತಾಸು ಮೊದಲು ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಚ್ಚಿ ತಿಕ್ಕಿ ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಮೈಥುನದ ಆನಂತರ ಶಿಶ್ನವನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಬಾರದು, ತೊಳೆದರೆ ದೌರ್ಬಲ್ಯವಾದೀತು. ಸ್ವಚ್ಛ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ಉಜ್ಜಿಕೊಂಡರೆ ಸಾಕು. ಆಮೇಲೆ ಒಂದು ಲೋಟ ಬೆಚ್ಚನೆ ಹಾಲು ಮತ್ತು ಬೆಲ್ಲ ಸ್ವಲ್ಪ ತಿಂದರೆ ದೌರ್ಬಲ್ಯವಾಗದು. ಬಹಳ ದಿನ ಮೈಥುನ ಮಾಡಿರದಿದ್ದರೆ ಮುಂದೆ ಒಮ್ಮೆ ಮೈಥುನ ಮಾಡುವಾಗ ಬೇಗನೆ ವೀರ್ಯ ಬಿದ್ದರೆ ಗಾಬರಿಯಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.
- ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಪೌಂಡ್ (800 ಗ್ರಾಂ) ಹುಳಸೆ ಬೀಜ ತಂದು, ನಾಲ್ಕು ದಿನ ನೆನೆಯಿಸಿ ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿದು, ಹುರಿದು, ಬೀಸಿ ವಸ್ತ್ರಗಳಿತ ಮಾಡಿ, ಸಮಭಾಗ

ಸಕ್ಕರೆ ಕೂಡಿಸಿಟ್ಟು- ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ರಾತ್ರಿ ಕಾಲು ತೊಲೆ ಮೂರು ಗ್ರಾಂ ಹಾಗೂ ಅಷ್ಟೇ ತುಪ್ಪ ಮತ್ತು ಅದರ ಅರ್ಧ ಜೇನುತುಪ್ಪ (ಒಂದೂವರೆ ಗ್ರಾಂ) ಸೇರಿಸಿ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ವೀರ್ಯ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನಷ್ಟೇಂದ್ರಿಯ

- ರಸಬಾಳೆ ಗಿಡದ ಸುಳಿಯನ್ನು ಎಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ ಅರೆದು, ಗುಳಿಗೆ ಮಾಡಿ- ದಿನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಗುಳಿಗೆ ಪ್ರಕಾರ ಮೂರು ದಿನ, ಏಳು ದಿನ ತಿಂದು, ತುಪ್ಪಅನ್ನ ಉಣ್ಣಬೇಕು. ಜಾಜಿಸೊಪ್ಪು ಒಂದು ಮುಷ್ಟಿ, ಮೆಂತ್ಯಸೊಪ್ಪು ಒಂಜು ಮುಷ್ಟಿ, ಜ್ಯೇಷ್ಠಮಧು ನಾಲ್ಕು ತೊಲೆ, ಅಶ್ವಗಂಧಿ ಒಂದು ತೊಲೆ, ಬಿಳಿ ಗೊಂದು ಒಂದು ತೊಲೆ ಸಹಿತ ನೀರಲ್ಲಿ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಹಸ್ತಪ್ರತಿಯ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ತಾಮ್ರ ಮರದ ಒಂದು ತೊಲೆ ಸೇರಿಸುವುದಿದೆ. ಇದು ಟೆಂಬ್ರೆಮರವೋ ಏನೋ ಅನುಮಾನದಿಂದ ಸೇರಿಸಲಿಲ್ಲ. ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನಕ್ಕೆ ಗೇರುಬೀಜ ಹಾಕಿದ ಪಾಯಸ ಇಲ್ಲವೆ, ಹಲವಾ ಸೇವಿಸುವುದು ಲಾಭಕರವಾಗಿದೆ. ಮೈಥುನಕ್ಕಿಂತ ಎರಡು ತಾಸು ಮೊದಲು ಇದನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದು. ಸಿಹಿ ಬದಾಂ ಬೀಜ ಐದು, ಕರಿಮೆಣಸಿನಕಾಳು ಐದು, ಶುಂಠಿ ಎರಡು ಗ್ರಾಂ, ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆ (ರುಚಿಯಾಗುವಷ್ಟು) ಅರೆದು ತಿಂದ ಮೇಲೆ ಬೆಚ್ಚಗಿನ ಹಾಲನ್ನು ಸಾವಕಾಶ ಕುಡಿಯಬೇಕು.
- ಹುರಿದ ಕಡಲೆ ಬೇಳೆ (ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದುಹಾಕಿದ್ದು) ಹಾಗೂ ಬದಾಂ ಬೀಜ ಸೇರಿಸಿ ತಿಂದು, ಹಾಲು ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಪ್ರಮಾಣ ಯೋಜಿಸಿರಿ. ಬದಾಂ ಬೀಜ ಎಂಟರವರೆಗೆ ತಿನ್ನಬಹುದು. 50 ಗ್ರಾಂ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಹಾಗೂ ಅಂಬೆಹಳದಿ (ಅಂಬೆ ಕೊಂಬು) 50 ಗ್ರಾಂ ತಕ್ಕೊಂಡು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ, ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ, ಆರು ಗ್ರಾಂ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಕ್ಕೊಂಡು ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿದರೆ ಶೀಘ್ರಸ್ಖಲನ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಷ್ಟಿಮೈಥುನ

ಮುಷ್ಟಿಮೈಥುನದ ಚಟವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ಕೆಳಗಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಯಿಸಬೇಕು.

- ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಈ ಚಟ ಬಿಡಲು ಸಹಾಯಕವಾದ ಔಷದಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಣ್ಣ ನೆಗ್ಗಿಲಮುಳ್ಳು ಚೂರ್ಣ ಒಂದು ತೊಲೆ, ಒಂದೂಕಾಲು ತೊಲೆ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಕಲಸಿ ಸೇವಿಸಿ, ಮೇಲೆ ಆ ದಿನ ಹಾಲನ್ನು ಸಕ್ಕರೆ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಒಂದು ಮಂಡಲ ಪರ್ಯಂತ ಅಂದರೆ ನಲ್ವತ್ತೆರಡು ದಿನ ಹೀಗೆ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಅರ್ಧಮಂಡಲ ಕಾಲ ಸೇವಿಸಿ ಪೂರ್ತಿ ನಪುಂಸಕತ್ವ ನಿವಾರಣೆಯಾದರೆ ಔಷಧಿ ನಿಲ್ಲಿಸಬಹುದು.

- ಅತಿಮಧುರ, ಹಿಪ್ಲಿ, ತವಕ್ಷೀರ, ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಸಿಪ್ಪೆ, ತಾರಿಕಾಯಿ ಸಿಪ್ಪೆ, ಅಣಲೆಕಾಯಿ ಸಿಪ್ಪೆ, ಎಲ್ಲಾ ಸಮಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತಕ್ಕೊಂಡು ಚೂರ್ಣ ಮಾಡಿ, ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಲದಂತೆ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ವೀರ್ಯವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ, ಬುದ್ಧಿಬಲ, ಆರೋಗ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿ ಶರೀರ ಪುಷ್ಠವಾಗುತ್ತದೆ. ಹತ್ತು ಹನ್ನೆರೆಡು ಔನ್ಸ್ (Ounce) ಉದ್ದನ್ನು ಮೂರು ಔನ್ಸ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ (12 ಚಮಚ ನೀರು) ರಾತ್ರಿ ನೆನೆಯಿಸಿ ಇಟ್ಟು, ಬೆಳಗ್ಗೆ ಆ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿದು, ಉದ್ದನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಕು. ಇದು ಬಹಳ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.
- ಶಿಶ್ನದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಹದಿನೈದು ಬಿಲ್ವದೆಲೆ, 2 ಬಾದಾಂ ಬೀಜ, 250 ಗ್ರಾಂ ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆ ಅರೆದು, ನೀರಿಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಸಣ್ಣ ಬೆಂಕಿಯ ಒಲೆ ಮೇಲಿರಿಸಿ ಕುದಿದು, ಶರಬತ್ತಿನಂತೆ ಆಗಲು ಇಳಿಸಿ. ದಿನಾ ಎರಡು ಹೊತ್ತು ಕುಡಿದರೆ ನಪುಂಸಕತೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ ಪ್ರಮಾಣದ ಸಣ್ಣ ಕೆಂಪು ನೀರುಳ್ಳಿ ಒಂದು ಕೆ.ಜಿ. ತಕ್ಕೊಂಡು ಮೇಲಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಜಜ್ಜಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕೆ.ಜಿ. ಜೇನುತುಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಕಾಯಿಸಿ, ಇಳಿಸಿ. ತಣಿದ ಮೇಲೆ ಕಂಚಿನ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ, ಇಲ್ಲವೆ ಜಾರ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಇಟ್ಟು, ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ಒಂದು ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡಿ ತೆಗೆದು ತಿಂದು, ಮೇಲೆ ಆಕಳ ಹಾಲು ಇಲ್ಲವೆ ಎಮ್ಮೆಯ ಹಾಲನ್ನು ಒಂದು ಲೋಟಾ ಕುಡಿವುದು.
- ಬಡಿಸೋಪು, ನಸುಗುನ್ನಿ ಬೀಜ, ನುಗ್ಗೆಬೇರು ಸಮಭಾಗ ತಕ್ಕೊಂಡು ಚೂರ್ಣಿಸಿ, ಅದರ ಎರಡು ಪಟ್ಟು ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ- ಸಾಯಂಕಾಲ ಎರಡು ತೊಲೆ ಈ ಮಿಶ್ರಣ ತಿಂದ ಮೇಲೆ, ಆಕಳ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು.
- ಎಂಟು ಗುಂಜಿ ಕೊಳವಳಿಕೆ ಬೀಜಗಳನ್ನು (ತಾಲಮಬಾನ) ಅರ್ಧ ಸೇರು ಆಕಳ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು, ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ 23 ದಿನ ತಕ್ಕೊಂಡರೆ ಧಾತುಸ್ರಾವ ಗುಣವಾಗಿ, ಅಶಕ್ತಿ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಯಂಕಾಲ ಎರಡು ತೊಲೆ ಈ ಮಿಶ್ರಣ ತಿಂದು, ಮೇಲೆ ಆಕಳ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು.
- ಇಪ್ಪತ್ತೊಂದು ಬಿಳಿ ದಾಸವಾಳ ಹೂವುಗಳ ಪಕಳೆ ತಕ್ಕೊಂಡು ತುಪ್ಪ ಹಚ್ಚಿ, ಬೆಚ್ಚಗೆ ಮಾಡಿ ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆ ಸಂಗಡ ದಿನಾ ಎರಡು ಸಾರಿ ತಿಂದ ಮೇಲೆ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು.
- ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿದ ಉದ್ದಿನಬೇಳೆಯನ್ನು ಆಕಳ ಹಾಲಲ್ಲಿ ಬೇರೆಸಿ, ಆಕಳ ತುಪ್ಪ ಒಂದು ತೊಲೆ ಸೇರಿಸಿ ಬಿಸಿಯಾಗಿರುವಾಗ ಏಳು ದಿನ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಸಮಪ್ರಮಾಣ ಜಾಲಿಮರದ ಸಹಮೂಲ (ತೊಗಟೆ, ಹೂವು, ಕಾಯಿ, ಬೇರಿನ ತೊಗಟೆ, ಬೀಜ ತಕ್ಕೊಂಡು) ಚೂರ್ಣಿಸಿ, ಎರಡು ತೊಲೆವರೆಗೂ ತಕ್ಕೊಂಡು ಜೇನುತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಸ್ತಂಭಕ ಮತ್ತು ರಕ್ತವೃದ್ಧಿಕರವಾಗಿದೆ.

- ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ರಸಬಾಳೆ, ಅದು ದೊರೆಯದಿದ್ದರೆ ಸಾದಾಬಾಳೆ ಹಣ್ಣನ್ನು ಅರ್ಧ ತೊಲೆ, ಇಲ್ಲವೆ ಒಂದು ತೊಲೆ ತುಪ್ಪದೊಡನೆ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ 21 ದಿನ ತಕ್ಕೊಂಡರೆ ವೀರ್ಯಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅರ್ಧ ತೊಲೆ ಅತಿಮಧುರಚೂರ್ಣ ಮತ್ತು ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ 14 ದಿನ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಸಣ್ಣ ಜಾತಿಯ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ 100 ಗ್ರಾಂ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಸಣ್ಣ ಚೂರು ಮಾಡಿ, 600 ಗ್ರಾಂ ಜೇನಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ, ಬಾಟ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಳ ಹಾಕಿ. ಗೋಧಿಯ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ 21, ಇಲ್ಲವೆ 31 ದಿನ ಇಟ್ಟು ತೆಗೆದು ದಿನಾಲು ಎರಡು ಸಾರಿ 10 ಗ್ರಾಂನಂತೆ ತಿಂದು, ಮೇಲೆ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿದರೆ ಒಂದು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರ ಪರಿಣಾಮ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.
- ನಾಲ್ಕು ಚಮಚ ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ (ನೀರುಳ್ಳಿ) ರಸ ಮತ್ತು ಎರಡು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಬೆಳಗ್ಗೆ-ಸಾಯಂಕಾಲ ಕಾಲು ಸೇರು ಹಾಲಿಗೆ ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ 14 ದಿನ ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾಲ್ಕು ಆಕ್ರೋಡ ಹಿಟ್ಟು ಮಾಡಿ, ಅರ್ಧ ಲೀಟರ್ ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಹಾಕಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊಟಾಯಿಸಿ (ಅಳಗಾಡಿಸಿ) ಸಂಗಡ ಎರಡು ಗ್ರೇನ್ ಪಕ್ಕಾ ಕೇಸರಿ ಹಾಗೂ ಚೀನಿ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು.
- ಉದ್ದು, ಹಾಲು, ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಒಂದು ಚಮಚ ಅನುಪಾನ ಆಹಾರ, ನಾಚಿಕೆ (ಮುಟ್ಟಿದರೆ ಮುನಿ) ಗಿಡದ ಬೀಜ ಮತ್ತು ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಒಂದು ಗ್ರಾಂ ತಕ್ಕೊಂಡು ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ವೀರ್ಯದ ಶೀಘ್ರಪತನ ದೋಷ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಶೀತಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಕ್ಕಾ ಕೇಸರಿಯನ್ನು ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಒಂದು ವಾರದಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಅತಿರೇಕದ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಧಾತುದೌರ್ಬಲ್ಯವಾಗಿರುವುದನ್ನು ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೂ, ಮನಸ್ಸಿಗೂ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಸುಧಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಬರೇ ಔಷಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡುದರಿಂದಲೇ ಗುಣವಾಗುವುದು ಎಂದು ನಂಬಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡುವುದನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಲೇಬಾರದು. ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಶಬ್ದವುಂಟು. ಅದರ ವಿಶೇಷಾರ್ಥವನ್ನು ಮರೆಯದೆಯೇ ನಡೆಸಬೇಕು. ಅದೆಂದರೆ, ಹಾಸಿಗೆ ಪಥ್ಯ. ಮೈಥುನವನ್ನೂ, ಮುಷ್ಟಿಮೈಥುನವನ್ನೂ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಇರಬೇಕು. ಅಲ್ಲದೆ, ತನ್ನ ಮಡದಿಯ ಸಂಗಡ ಒಂದೇ ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಗಲಿನಲ್ಲಿಯಾಗಲಿ, ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿಯಾಗಲಿ ಮಲಗಿಕೊಂಡಿರಬಾರದು. ಇದನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗುವ ತನಕ ಬಹುಶಃ ಒಂದು ತಿಂಗಳು, ಒಂದೂವರೆ ತಿಂಗಳು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಾಗಿ ಪಾಲಿಸಿದರೆ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿ ಔಷಧಿ ಮತ್ತು ಪಥ್ಯಾಹಾರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನೀಡುವವು.

ಅಶ್ವಮೇಧ ಯಾಗವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಹಿಂದಣ ಕಾಲದ ರಾಜನು ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ಪಾಲನೆಗಾಗಿ ಆರು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಮಲಗಿಕೊಂಡಿರುವಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಮತ್ತು ಪತ್ನಿಯ ನಡುವೆ ಕತ್ತಿಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುತ್ತಿದ್ದನು. ಇದೇ 'ಅಸಿಧಾರಾವ್ರತ' ಅಂದರೆ ಬಹಳ ಕಠಿಣವಾದ ವ್ರತ ಎಂಬ ಅರ್ಥ ಇದಕ್ಕಿದೆ.

ಮೈಥುನಕ್ರಿಯೆ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆಯೂ ತನ್ನ ಪುರುಷನ ದೇಹವನ್ನು ತಬ್ಬಿಕೊಂಡು ಮಲಗಿರುವ ನಲ್ಲೆಯು- ಅವನ ಬಳಿಯಲ್ಲಿ ಮಲಗಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಅವನ ಹಾಸಿಗೆಗೆ ಬಂದು ಅವನನ್ನು ತಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಸಕ್ತಿಯೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಿಸಿಗೆ ಬೆಣ್ಣೆ ಕರಗುವಂತೆ ಅವನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕೆಂದಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದೇ ಹೆಚ್ಚು. ಅದರಿಂದ ಮದುವೆಯಾಗಿ ಧಾತುದೌರ್ಬಲ್ಯವಿದ್ದು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆವ ಗಂಡಸರಿಗೆ ಮಡದಿಯನ್ನು ಅಷ್ಟು ಕಾಲ ತವರುಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ ಕಳಿಸಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದ್ದುಂಟು. ತಣ್ಣೀರಿನ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದರೆ ಈ ತಣ್ಣೀರ ಸ್ನಾನವು ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಬಿಸಿಯಾದ ನೀರನ್ನು ಮೀಯಬಾರದು.

ತರುಣ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗಿಯಾಗಲಿ, ಎಳೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಂದ ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡವಿರುವ ರೋಗಿಯಾಗಲಿ ಅಲೋಪಥಿಯ ಪ್ರಚಾರದಲ್ಲಿರುವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನೇ ಸತತ ಹತ್ತು ವರ್ಷ ಸೇವನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದರಿಂದಲೇ ನಪುಂಸಕತ್ವವುಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯುಂಟು. ಅಂಥವರು ಈ ರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಆಯುರ್ವೇದ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಮುಂತಾದ ಬದಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮ ಅನುಸರಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಮಧುಮೇಹ ಕಾರಣವಾಗಿ ನಪುಂಸಕತ್ವ ಉಂಟಾದವರಿಗೆ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ಏಸಿಡ್ ಪಾಸ್ 1x ಹಾಗೂ ಕೋಕಾ 3x, 6x ಔಷಧಿಗಳು ಲಕ್ಷಣಾನುಸಾರ ಲ್ಯಾಕೊಪೊಡಿಯಂ, ಹೆಲೊನಿಯಾಸ್, ಕೂಪ್ರಂ ಮೋಸ್ಕೈಸ್ ಮುಂತಾದವನ್ನು ಒಳ್ಳೇ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಿಂದ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಗುಣ ಪಡೆಯಬಹುದು.ಮೈಥುನ ಮಾಡುವ ಬಗೆ ಬಗೆಯ ಆಸನಗಳ ವಿಷಯವನ್ನು ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಮಶಾಸ್ತ್ರ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿದುದನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿಯೂ 'ಪೇಮಕಲಾ' ಮುಂತಾದ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವನ್ನು ಒದಬಹುದು.

ಪುರುಷನು ಬೆನ್ನಡಿ ಮಾಡಿ ಮಲಗಿದ್ದು ಸ್ತ್ರೀಯೇ ಮೇಲೆ ಬಂದು ರತಿಕ್ರೀಡೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವ ಪುರುಷಾಯತ ಆಸನವು ಕಾಮಶಕ್ತಿಯ ದುರ್ಬಲವಾದ ಪುರುಷನು ಅವಲಂಬಿಸಲು ಯೋಗ್ಯವಾದುದೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ, ಪೂರ್ವ ಕ್ರೀಡೆಯನ್ನು ಸ್ತ್ರೀಯೇ ನಡೆಸಲು ಅನುವಾಗುವ ಈ ಆಸನದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವ ಕ್ರೀಡೆಯ ಮಟ್ಟಿಗಂತೂ ಸ್ತ್ರೀಗೆ ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುವುದು ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅನುಕೂಲಕರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಹಳೇ ಕಾವ್ಯದ ಪದ್ಯದಲ್ಲಿ ಪುರುಷಾಯತ ರತಿಕ್ರೀಡೆ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಸ್ತ್ರೀ ಶೂಲವನ್ನೇರಿದಂತೆ

ಕಂಡಳು ಎಂದು ವರ್ಣನೆಯಿದ್ದದ್ದನ್ನು ಓದಿದ್ದುಂಟು. ಆದರೆ, ಒಮ್ಮೆಲೆ ಈ ಆಸನದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಲು ಸ್ತ್ರೀಗೆ ಚಾತುರ್ಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೂ ಇದು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾಗಿರದು.ರೂಢಿಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಒಂದೇ ಆಸನವು ಅನುಕೂಲದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಉದ್ರೇಕಕ್ಕೆ ಎಡೆಗೊಡದೆ, ಮಧ್ಯೆ ಬೇರೆ ವಿಷಯವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ವಿಚಾರ ಮಾಡುತ್ತ ರತಿಕ್ರೀಡೆ ನಡೆಸುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಈ ಕ್ರೀಡೆಯನ್ನು ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆಂದು ಅನುಭವಿಕರ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿದೆ. ಅತ್ಯುದ್ರೇಕವು ಪತನ ಹೇತುವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದೇನು ಸುಳ್ಳಲ್ಲ.

ವೀರ್ಯಸ್ಖಲನವಾದ ಮೇಲೆ ಒಮ್ಮೆಲೇ ಹಿಂದೆಗೆಯದೆ ಪುರುಷನು ಸ್ತ್ರೀಯನ್ನು ತಬ್ಬಿಕೊಂಡೇ ಮಲಗಿರುವುದು ಆಕೆಯ ದೇಹ ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸುಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದುದಾಗಿದೆ. ಪುರುಷನು ಜ್ವರ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗ್ರಸ್ತನಾಗಿರುವಾಗ ರತಿಕ್ರೀಡೆಯನ್ನು ಮಾಡದೆ, ವಿಶ್ರಾಂತಿಯಿಂದಿದ್ದು ಉಪಚಾರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದವು ಆನಂದಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಅತಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ, ಅದ್ವಿತೀಯವಾದುದು ಎಂದು ಮಹಾಯೋಗಿಗಳ ಅನುಭವವಿರುವಂತೆ ವರ್ಣನೆಯಿದೆ. ಆದರೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಮರ್ತ್ಯರಿಗೆ ಈ ಅಮೃತಾನುಭವವು ಗಗನ ಕುಸುಮವೇ ಅಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಕಡಿಮೆ ತರಗತಿಯ ವಿಷಯಾನಂದದಿಂದ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುವುದು. ಮರ್ತ್ಯರ ಪಾಲಿಗಿರುತ್ತದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿಯ ಸಾಯುಜ್ಯವನ್ನು ಮಹಾ ಶಿವಶರಣೆಯು ಲೌಕಿಕ ಅನುಭವದಿಂದ ವಿವರಿಸುವಾಗ ಮೋಳಿಗೆಯ ಮಾರಯ್ಯನಿಗೆ (ಪತಿಗೆ) 'ಎನ್ನ ನಿನ್ನ ಕೂಟದಿಂದ ಲಿಂಗೈಕ್ಯವು' ಎಂದು ಬಹು ಸುಂದರವಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಿದಳು ಮೋಳಿಗೆಯ ಮಹಾದೇವಿ. ಮಿಲನವೂ ಸಮ್ಮಿಲನವಾಗುವಂತೆ ನಲ್ಲ-ನಲ್ಲೆಯರು ತಮ್ಮ ದೇಹಾರೋಗ್ಯದ ಕುರಿತು ಕಾಳಜಿವಹಿಸಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಲು ಈ ಲೇಖನವು ಒಂದು ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ.

■

೧೦. ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ

ಹೃದಯಕ್ಕೆ ರಕ್ತಾಶಯವೆಂದೂ ಹೆಸರುಂಟು. ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ವಿಭಾಗಗಳುಳ್ಳ ಈ ಅವಯವವು ಆಕುಂಚನ ಪ್ರಸರಣ ಹೊಂದುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದು ಮಿನಿಟಿಗೆ 72 ರಿಂದ 80ರ ವರೆಗೆ ಬಡಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆಕುಂಚನ ಹೊಂದಿದಾಗ ರಕ್ತವು ಧಮನಿಗಳಲ್ಲಿ ಒತ್ತಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಸರಣವಾದಾಗ ರಕ್ತವನ್ನು ಪುನಃ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಶೇಖರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರ ಮೊದಲ ಬಡಿತ 'ರಬ್'. ಅದಕ್ಕೆ ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ 'ಸಿಸ್ಟೋಲಿಕ್ ಪ್ರೆಶರ್' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. 'ರಬ್'ನ ಆನಂತರ 'ಡಬ್'- ಇದು 'ಡಾಯಸ್ಟೋಲಿಕ್' ಒತ್ತಡ ಸೂಚಕ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಿಸ್ಟೋಲಿಕ್ ಒತ್ತಡವು 160ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಏರೊತ್ತಡ; ಡಾಯಸ್ಟೋಲಿಕ್ ಒತ್ತಡ 80-85 ಇರುವುದು 90 ಮೀರಿದರೆ ಏರೊತ್ತಡ. ಈ ಒತ್ತಡ ವಯೋಮಾನದ ಮೂಲಕವೂ ವ್ಯತ್ಯಸ್ಥವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ಆ ಕುರಿತು ಪಟ್ಟಿ (ಚಾರ್ಟ್) ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಧಮನಿಗಳಲ್ಲಿ ದೋಷಗಳ ಮೂಲಕ ಏರೊತ್ತಡವಾಗುವುದು. ಒಂದು ಉದಾ.: ಧಮನಿ ಪೆಡೆಸಣೆ (ಬಿರುಸಾಗುವುದು) ಕೋಪ, ಶೋಕ, ಅಧಿಕ ಶ್ರಮ ಮೂಲಕವಾಗಿ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಏರೊತ್ತಡವಾದೀತು. ಮೂತ್ರಪಿಂಡ (ಈಲಿ) ದೋಷ ಕಾರಣವಾಗಿ- ಉದಾ.: ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಉರಿತ, ಗಂಟು, ಕಲ್ಲುಗಳ ಮೂಲಕ ಮೂತ್ರವು ಸಲೀಸಾಗಿ ಹೋಗದಿರುವುದರ ಕಾರಣ, ಇಲ್ಲವೆ, ಮಧುಮೇಹ ಕಾರಣವಾಗಿ ಏರೊತ್ತಡವಾಗಬಹುದು. ಆಗ ಈ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ಪಥ್ಯ ಅವಶ್ಯ.

ಲಕ್ಷಣಗಳು:

ಏರೊತ್ತಡವಾದಾಗ ತಲೆ ಸಿಡಿತ, ಕಿವಿಗಳಲ್ಲಿ ಶಬ್ದವೂ, ತಲೆ ತಿರುಗುವಿಕೆಯೂ, ಬೇರೆ ಕಾರಣ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ನಿಃಶಕ್ತಿ, ಆಯಾಸ ಆಗಬಹುದು. ನಿದ್ರೆ ಸರಿಯಾಗಿ

ಬಾರದಿರುತ್ತದೆ. ಕ್ಷುಲ್ಲಕ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಕೋಪೋದ್ರೇಕವಾಗಬಹುದು. ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ಮುಂದಲೆನೋವು, ಇಲ್ಲವೆ ಹಿಂದಲೆನೋವು ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಹಾಗೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗದ ಏರೊತ್ತಡದಿಂದ ದೃಷ್ಟಿಮಾಂದ್ಯ, ಮೋತಿಬಿಂದು, ಕುರುಡು ಸಹ ಉಂಟಾಗಬಹುದು. ಮಿದುಳಿನಲ್ಲಿ ಅತಿ ಒತ್ತಡದಿಂದ ರಕ್ತಗರಣೆ (ಕ್ಲಾಟ್), ಇಲ್ಲವೆ ಗಂಟು (ಟ್ಯೂಮರ್) ಬೆಳೆದ ಕಾರಣದಿಂದ ರಕ್ತನಾಳವು ಒಡೆದು ಪಕ್ಷಘಾತವೂ, ಸಾವೂ ಆಗಬಹುದು.

ಆಗಾಗ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಕಷ್ಮಲವು ಶೇಖರಿಸಿ ಗಂಟು ಆಗುವುದು ತಪ್ಪುವುದು. ಆದರೆ, ಒಮ್ಮೆಲೇ ಹೆಚ್ಚು ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬಾರದು. ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ತಲೆಗೆ ಬಂಡಿ ಟೊಪ್ಪಿ(ಹ್ಯಾಟ್), ಗಾಂಧೀ ಟೋಪಿ, ಇಲ್ಲವೆ ಬಿಳಿ ಬಟ್ಟೆಯ ರುಮಾಲು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು. ಹೆಂಗಸರು ಬಿಳಿಸೆರಗು (ಆ ರೋಗವು ಪ್ರಸ್ತುತವಲ್ಲ) ತಲೆಯ ಮೇಲುದುವಾಗಿ ಧರಿಸಿರಲಿ; ಸೂರ್ಯಾಘಾತವಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿದು ಹೊರಡಬೇಕು.ತಲೆ ತೊಡುಗೆಗೆ ಕೆಂಪುದಾರದ ಪಟ್ಟಿ ಸುತ್ತಿಕೊಂಡರೆ ಈ ಆಘಾತವು ತಪ್ಪಬಹುದಂತೆ.

'ಬಲ್ ಮಜಾ ಐತೆ ತಂಬಾಕು, ಬೀಡಿ ಸೇದಿದವನು ನಾ ಪಾಸು,ನಾ ಪಾಸು,ನಾ ಪಾಸು,ನಾ ಪಾಸು' ಎಂದು ಕುಣಿಯುತ್ತಿದ್ದ ಯಕ್ಷಗಾನದ ಸುಬ್ಬದಾರೇಶ್ವರದ ಹಾಸ್ಯಗಾರನು (ಅಕಾಡೆಮಿ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ವಿಜೇತರು) ಗುಪ್ಪ ಹಾಕಿ, ಹಾರಿ ಹಾರಿ ಕುಣಿಯುತ್ತಿದ್ದುದು ಮಜಾ ಕಂಡರೂ, ಆ ತಂಬಾಕಿನ ಮಜಾದಿಂದ ಹೃದಯಘಾತದ ಏರೊತ್ತಡದ ಸಜಾ ಆದೀತು. ಹೆಂಗಸರೂ ನೀರನ್ನು ಸೇದಿದರೂ ಬೀಡಿ-ಸಿಗರೇಟು ಸೇದದೆ ಇರಲಿ.

ಏರೊತ್ತಡದವರು ಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆಯಬೇಕು. ಪ್ರಿಯ ಜನರ ಮರಣವು ಅತಿ ದುಃಖದಾಯಕವಾದದ್ದು- "ತಾಳಿದವನು ಬಾಳಿಯಾನು" ಗಾದೆ. ತಾಳುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ತಪವು ಬೇರಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಹೇಳುವುದು ಸುಲಭ ತಾಳುವುದು, ಕಷ್ಟ. ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವಿಲ್ಲವೋ ಅದನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದು ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯ ಗಾದೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಚಿಂತೆಯು ಚಿತೆಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಬಹುದು. ಕೋಪದ ತಾಪವಾದವನು ತಣ್ಣೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು. "ತನ್ನ ಕೋಪ ತನ್ನ ತನುವಿನ ಕೇಡು, ಮನದ ಕೋಪ ಅರುಹಿನ ಕೇಡು." (ಮಹಾಮಾನವ ಬಸವಣ್ಣನ ಅಮೃತವಾಣಿ ಇದು.) ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವು ಆರೋಗ್ಯದಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸಹಾಯಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಅನುಪಾನ

ಸಪ್ಪೆ ಊಟವನ್ನು ಇಲ್ಲವೆ ಕಡಿಮೆ ಉಪ್ಪಿನ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮುರುಗನ (ಮುರುಗಲ) ಹಣ್ಣಿನ ಪಾನಕ(ಶರಬತ)ದಲ್ಲಿ ಕಾಮಕಸ್ತೂರಿ

ಬೀಜ (ಲಭ್ಯ) ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಕೊಬ್ಬಿನಂಶದ ಆಹಾರವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಕೈಗಳನ್ನು ಬೆನ್ನ ಹಿಂದೆ, ಎರಡೂ ಅಂಗೈ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ನಡೆಯಬೇಕು. ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮುನ್ನ ಬಿಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಪಾದ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು (5-10 ಮಿನಿಟು) ತೆಗೆದು ಉಜ್ಜಿಕೊಂಡು ಮಲಗಬೇಕು. ದಿನಾ ಒಮ್ಮೆ ತಾಮ್ರದ ತಟ್ಟೆ (ಲೋಟ) ಯಿಂದ ಮಿಂದ ಎರಡೂ ಅಡಿಪಾದಗಳನ್ನೂ 5-5 ಮಿನಿಟು ಒಮ್ಮೆ ತಿಕ್ಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಲವರು ತಾಮ್ರದ ಲೋಟದಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಇಟ್ಟು 24 ತಾಸು ಆದ ಮೇಲೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಆ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುತ್ತಾರೆ. 'ಚಹಾ ಪಾನ ಮಾಡುತ್ತಲೆ ಇದ್ದು ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಮ್ಯಾಚ್ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಏರೊತ್ತಡ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.' (ಡಾ|| ಕೃಷ್ಣಕಾಂತ).

ಜೀವಸತ್ವವುಳ್ಳ ಲಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆ, ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆ ಶೇಖರಿಸಿಕೊಂಡು ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಬಾಟ್ಲಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಪ್ರಮಾಣ- ಏರೊತ್ತಡದ ಪ್ರಮಾಣದಂತೆ ಒಂದೋ, ಎರಡೋ ಚಮಚ ಪುಡಿಯನ್ನು ಮಜ್ಜಿಗೆಯೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯುವುದು ಹಿತಕರ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸೈಂದವ ಲವಣ (ಕಲ್ಲುಪ್ಪು) ಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದರೂ ಆಗಬಹುದು. ನನ್ನ ಮಿತ್ರ ಶ್ರೀ ಪಿ. ನಾಯ್ಕರು (ನಿವೃತ್ತ, ಭೌತಶಾಸ್ತ್ರ, ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು) ಊಟದಲ್ಲಿ ಹಿಂಡಿದ್ದ ಲಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಅಗಿದು ನುಂಗುತ್ತಾರೆ.

ದಾಳಿಂಬೆ, ದಾಳಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸಿಪ್ಪೆ, ಅನಾನಸು ಹಣ್ಣು ದೊರೆತಾಗ, ಕರಬೂಜದ ಹಣ್ಣು ಶೇಖರಿಸಿದ್ದ ಅದರ ಬೀಜ, ಕಾಡಿಗ್ಗರಗ ಸಹಮೂಲ ರಸ ಮತ್ತು ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಬೀನ್ಸ್, ಪಡುವಲಕಾಯಿ, ಹೀರೇಕಾಯಿ, ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿ (ಸಲಕ್ಕೆ ನಾಲ್ಕು, ಒಣಗಿಸಿದ್ದಾದರೂ ಆಗಬಹುದು), ಬೀಟೆಗಡ್ಡೆ, ಸೊಪ್ಪು, ಎಲೂರಿ ಚಿಗುರು ಸೊಪ್ಪು, ಅದನ್ನು ಹೋಲುವ ಹೆಚ್ಚು ಕಪ್ಪು ಬಣ್ಣದ ಎಲೆ ಇರುವ ಚಕ್ರಮುನಿ ಸೊಪ್ಪು ಚಿಗರು, ಮೇಲೋಗರ ಊಟ ಹಿತಕರ. ತಿಳವಳ್ಳಿಯ ಕಡೆಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಉದ್ದಿನ ಬದಲಿಗೆ ಅಕ್ಕಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಇಡ್ಲಿ-ದೋಸೆ ತಿನ್ನುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನನ್ನ ಮಿತ್ರ ಶ್ರೀ ವೀರಪ್ಪ ಒಡೆಯರ್ (ವೀರಶೈವ ಪ್ರವಚನಕಾರರು, ಮುಂದಾಳು) ತಿಳಿಸಿದ್ದರು.

ಬಾಳದ ಬೇರಿನ ಶರಬತ್ ಪಾನ ಹಿತಕರ. ಆಮ್ಲತೆ (ಎಸಿಡಿಟ್) ಇಲ್ಲದವರು ಹಸಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಏಳೆಂಟು ಹಾಕಿ ಮಾಡಿದ ಚಟ್ನಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸಲಿ, ಅರೆದು ಮಜ್ಜಿಗೆಯೊಡನೆ ಕುಡಿದರೆ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಬಿಸಿ ಅನ್ನದೊಳಗೆ ಸೇರಿಸಿಟ್ಟು ತಿನ್ನುವುದೂ ಉತ್ತಮ.

ಆಯುರ್ವೇದದ ತಯಾರಿ ಔಷಧಿಗಳು

ಅಬಾನಾ ಮಾತ್ರೆ ನನ್ನ ಮಿತ್ರ ಶ್ರೀ ದತ್ತಾತ್ರೇಯ ಭಟ್ಟರ ಪತ್ನಿಗೆ ಏರೊತ್ತಡವು ಪಿತ್ರಾರ್ಜಿತವಾದ ಬಳುವಳಿ, ಅಬಾನಾ ಮಾತ್ರೆಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಕಡಿಮೆ ಒತ್ತಡವಾಯಿತು. ಎಲಾರ್ಸಿನ್ ಕಂಪನಿಯ ಅರ್ಜಿನ್ ಮಾತ್ರೆಗಳೂ, ಉತ್ತಮ ವೈದ್ಯರ

ಸಲಹೆಯಂತೆ- ಬೃಹತ್ ವಾತಚಿಂತಾಮಣಿ, ಲಶೂನಾದಿವಟಿ ಮುಂತಾದ್ದನ್ನು ತಕ್ಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಏರೊತ್ತಡವು ಸಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ ದ್ವಿಮುಖಿ, ಚರ್ತುಮುಖಿ, ಷಣ್ಮುಖಿ, ದ್ವಾದಶಮುಖಿ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಕ್ಕಾ ರುದ್ರಾಕ್ಷಿ ಜಾತಿಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿ ಚಿಕ್ಕದಾದರೆ 27, ಇಲ್ಲವೆ 54, ದೊಡ್ಡದಾದರೆ 21 ರುದ್ರಾಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ತಾಮ್ರದ ಸರಿಗೆಯಲ್ಲಿ, ಇಲ್ಲವೆ ಬೆಳ್ಳಿಯ ಸರಪಣಿಯಲ್ಲಿ ಪೋಣಿಸಿದುದನ್ನು ಸರದಂತೆ ಧರಿಸಬೇಕು. ಸ್ನಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿಡಬೇಕು.

ತಮ್ಮ ಸಂಬಂಧಿಕರಿಗೆ ಅಜ್ಜಿ-ಅಜ್ಜ, ತಂದೆ-ತಾಯಿ, ಅಕ್ಕ-ತಂಗಿ, ಅಣ್ಣ-ತಮ್ಮ, ಮುಂತಾದವರಿಗೆ ಏರೊತ್ತಡವಿದ್ದರೆ ಮೊದಲೇ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ, ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗುವ ಮೊದಲೇ ಬೇಗನೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಗುಣವಾಯಿತೆಂದು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸಲೇಬಾರದು. ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗಿ ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಎಲೂರಿ ಎಲೆ ಚಿಗುರು, ಚಕ್ರಮುನಿ ಎಲೆ ಚಿಗುರು, ಇಲ್ಲವೆ ಬೀಟ್ಗಡ್ಡೆ (ಬೀಟೆಗಡ್ಡೆ) ಹಾಗೂ ಅದರ ಎಲೆಗಳ ಮೇಲೋಗರವನ್ನು ದಿನದ ಊಟದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

■

೧೧. ನೆಗಡಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಸುಲಭ ಉಪಚಾರ

ನೆಗಡಿಯು ಒಂದು ತರಹ ವೈರಸ್ ಮೂಲಕವಾಗಿ ಆಗುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಅಲೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾಗಿಲ್ಲ. "ಮೂಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ನೆಗಡಿಯಿದೆ" ಎಂಬ ಗಾದೆಯು ನೆಗಡಿಯು ಪ್ರಕಟವಾಗುವ ದ್ವಾರವಾದ ಮೂಗನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆಯಾದರೂ, ನೆಗಡಿಯ ಹಲವು ಕಾರಣಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಗಿನ ಮೂಲಕ ಇತರರು ಸೀನಿದಾಗ ಹೊರಬರುವ ವೈರಸ್‌ಗಳು ಸೇರುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರಿಗೆ ವರ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ನೆಗಡಿಯೇ ಆಗದ ಪ್ರಕೃತಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಇನ್ನು ಕೆಲವರಿಗೆ ಇಡೀ ವರ್ಷ ನೆಗಡಿಯು ಬಾಧಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ನೆಗಡಿಗೆ ಇರುವ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುವ ಗೋಜಿಗೆ ಹೋಗದೇ ಅದರ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪರಿಹಾರ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಹೇಳಿಕೆ ಇದೆ. 'ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ನೆಗಡಿ ಏಳು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಅದು ಗುಣವಾಗಲು ಒಂದು ವಾರವೇ ಬೇಕು.' ಈ ಮಾತನ್ನು ಹಾಸ್ಯದ ಮಾತು ಎಂದಷ್ಟೇ ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡದೇ ನೆಗಡಿಯನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಕೂಡದು. ಮುಂದೆ ಕಫ, ಜ್ವರ, ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ ಮುಂತಾದ ವಿಶೇಷ ಕಾಯಿಲೆಗಳಾಗಿ ಆಗಲೂ ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ ಆಗುವ ಅಶಕ್ತಿಯಿಂದ, ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಕ್ಷಯರೋಗ ಸಹ ಬಾಧಿಸಲೂಬಹುದು.

ಹವಾಮಾನದ ತೀವ್ರ ಬದಲಾವಣೆಯಿಂದ ಶರೀರವು ಘಾಸಿಯಾಗಿ, ಆ ದೌರ್ಬಲ್ಯದಿಂದ ಪ್ರತಿಬಂಧಕಶಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ನೆಗಡಿ, ಫ್ಲೂ, ಇತರ ಜ್ವರಗಳು ಆಕ್ರಮಿಸಬಹುದು. ಈ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ದಿನಾ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಮೂರು-ನಾಲ್ಕು ತುಲಸೀ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅಗಿದು, ರಸ ನುಂಗುವುದರಿಂದ ನೆಗಡಿಯ ಪ್ರತಿಬಂಧಕಶಕ್ತಿ ಜಾಗೃತವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಮಳೆಯಲ್ಲಿ ನೆನೆದರೆ, ತಣ್ಣೀರು ರೂಢಿಯಿಲ್ಲದವರು ಅದನ್ನು ಮಿಂದರೆ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಮೈಯಲ್ಲಿ ನೀರಿನ ಶೇಖರಣೆಯಾಗಿ ನೆಗಡಿಯಾದರೆ, ಜ್ವರ ಬಂದರೂ ಸಹ ನಿಸರ್ಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯವರು ಮೈಯನ್ನು ಬೆವರಿಸಿ ಗುಣ ಮಾಡಲು ಕೋಣೆಯಂಥ ವಿಶಿಷ್ಟ ಪಂಜರದಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಕೂಡ್ರಿಸಿ ಬೆವರಿಸುವರು.

ಇನ್ನೊಂದು ಕ್ರಮ: ಕತ್ತರಿ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆತ್ತ ಜೋಡಿಸಿ, ಸೀಟ್ ಮಾಡಿದ ಕುರ್ಚಿಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಕುಳ್ಳಿರಿಸಬೇಕು.ಕುರ್ಚಿಯ ಕೆಳಗೆ ಕುದಿದು ಆವಿ ಮೇಲೇಳುವ ನೀರುಳ್ಳ ಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ಇಡುವುದು. ಅದಕ್ಕೂ ಮೊದಲೇ ರೋಗಿಯು ಕಂಬಳಿಯನ್ನು ಹೊದೆದು ಉಗಿಯು ಕೆಳಗಿನಿಂದ ತಾಗುವಂತೆ ಕುಳಿತಿರಬೇಕು. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆವರು ಬಂದ ಮೇಲೆ ಇಳಿದು, ಮೈ ಬೆವರನ್ನು ಒರೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನೀಲಗಿರಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಆಗಾಗ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ನಾಲ್ಕು ತೊಟ್ಟು ನೀಲಗಿರಿ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಬಿಸಿನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಅದರ ಉಗಿಯನ್ನು ಮೂಗು, ಬಾಯಿಯಿಂದ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವುದು- ಮತ್ತೊಂದು ಕ್ರಮ. ಕರವಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ನೀಲಗಿರಿ ಎಣ್ಣೆ ಹಾಕಿ ವಾಸನೇ ತಕ್ಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಳೇ ಪದ್ಧತಿ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ವಿಕ್ಸ್ ಮುಂತಾದ ಔಷಧಿಗಳ ಪ್ರಚಾರ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಅರಿಶಿಣ ಗಡ್ಡೆ, ಹಿಟ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗದ ವೈರಸ್‌ಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತದೆ ಎಂದು ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಗಾಯವನ್ನು ವಾಸಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಕಂಡುಹಿಡಿದ ಮೇಲೆ ಅಮೇರಿಕದ ಕಂಪನಿಯೊಂದು ತನ್ನದೇ ಶೋಧ ಇದು ಎಂದು ಅಮೇರಿಕ ಸರಕಾರದಿಂದ ಪೇಟೆಂಟ್ ಪಡೆದಿದೆಯಂತೆ. ಇಲ್ಲಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು 'ತಮ್ಮ ಶೋಧ ಇದು' ಎಂದು, 'ಆ ಕಂಪನಿಯ ಪೇಟೆಂಟನ್ನು ರದ್ದು ಮಾಡಿ ತಮಗೇ ಆ ಪೇಟೆಂಟ್ ಕೊಡಬೇಕು' ಎಂದು ಅರ್ಜಿ ನೀಡಿದರಂತೆ. ಏಡಿಗಂತಿ (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್) ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾದ ಅರಿಶಿಣಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಕೃತಿಮವಾದ ರಾಸಾಯನಿಕ ಬಣ್ಣ ಸೇರಿಸಿ ಮಾರುವುದುಂಟು ಎಂದೂ, ಇದರಿಂದ ಆ ರೋಗ ಇಲ್ಲದವರಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತಗಲುವುದೆಂದೂ ಸುರಕ್ಷಿತ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಶುದ್ಧ ಅರಿಶಿಣ ಗಡ್ಡೆಗಳ ಹಿಟ್ಟನ್ನೇ ಬಳಸಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸಿದೆ.

ಅರಿಶಿಣ ಪುಡಿಯನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ತಲೆಗೆ ಹಚ್ಚಿ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗಿಕೊಂಡರೆ ತಲೆ ಹಗುರವಾಗಿ ನೆಗಡಿ ಹಣ್ಣಾಗುತ್ತದೆ, ಇಲ್ಲವೇ ಒಣಗುತ್ತದೆ.

ಮೂಗು ಕಟ್ಟಿದರೆ ಅರಿಶಿಣ ಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ಬೆಂಕಿಗೆ ಹಿಡಿದು, ಅದರ ಒಂದು ಬದಿ ಕೆಂಡದಂತಾದಾಗ ಮೂಗಿಗೆ ಹಿಡಿದರೆ ನೆಗಡಿಯ ಸಿಂಬಳ ಇಳಿದುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಈ ಕ್ರಮ ಬಹಳ ತ್ರಾಸಿನದು.

ಮೆಚ್ಚಿನ ನಮ್ಮ ನೆಗಡಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ- ಅರಿಶಿಣ ಪುಡಿಯನ್ನು ಒಂದೆರೆಡು ಚಮಚ ಹಾಲಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಕುದಿಸಿ, ಸಕ್ಕರೆ, ಕಲ್ಲುಸಕ್ಕರೆ, ಇಲ್ಲವೇ ಬತ್ತಾಸನ್ನು ಹಾಕಿ ಸಿಹಿ ಆಗುವಂತೆ ಮಾಡಿ

ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಲ ಬೆಳಗ್ಗೆ-ರಾತ್ರಿ ಕುಡಿದರೆ ನೆಗಡಿ ಹಣ್ಣಾಗಿ ದಪ್ಪ ಸಿಂಬಳ ಇಳಿದು, ಮೂರು ದಿನದಲ್ಲಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ- ಅರಿಶಿಣ ಕಷಾಯ ಕುಡಿದರೆ ಆರು ತಾಸುಗಳಲ್ಲಿ ಫ್ಲೂ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಅರಿಶಿಣ ಕಷಾಯಕ್ಕೆ ಕಾಳುಮೆಣಸು ಸೇರಿಸುವುದುಂಟು. ನೆಗಡಿ ಕೂಡಲೇ ಹತ್ತಿಕ್ಕದಿದ್ದರೆ ತಲೆಸಿಡಿತ ಹಾಗೂ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಉಪದ್ರವಗಳಾಗುತ್ತವೆ.

ನೆಗಡಿ ಅಲಕ್ಷಿತವಾದರೆ ಗಂಟಲಿನಲ್ಲಿ ಕಫ ಇಳಿದು ಎದೆಯಲ್ಲೂ ಕಫ ಉಂಟಾಗಿ ಕೆಮ್ಮು, ದಮ್ಮು, ಜ್ವರ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ.

■ **'ಆರೋಗ್ಯ ಅನುರಾಗ' ಪತ್ರಿಕೆ, ೧೯೯೯ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿತ**

೧೨. ಎಲರ್ಜಿ (ರಕ್ತನಂಜು)

ಹಲವು ರೀತಿಯ ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳಿಗೂ, ಥಂಡಿ, ಗಂಟಲನೋವು, ಕೆಮ್ಮು, ದಮ್ಮು, ಹೊಟ್ಟೆಶೂಲೆ, ಅತಿಸಾರ ಮುಂತಾದ ವ್ಯಾಧಿಗಳಿಗೂ ತಳಹದಿಯಾಗಿಯೂ ಇನ್ನು ಹಲವು ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು ಕೆರಳಿಸುವಂಥದ್ದಾಗಿಯೂ- ಉದಾ.: ಸಂಧಿವಾತ (ರಕ್ತನಂಜಾಗುವ ವಸ್ತುಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಉಲ್ಬಣವಾಗುವುದು.). ಕೆಲವು ಔಷಧಗಳ ಉಪಯೋಗ ಮಾತ್ರದಿಂದ ಮರಣವನ್ನು ತರುವಂಥ ಸಾಧ್ಯತೆಯುಳ್ಳದಾಗಿಯೂ ಇರುವ ಈ ರಕ್ತನಂಜು, ಆಧುನಿಕ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬಹು ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ರಕ್ತನಂಜು ಒಂದು ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ ಬಗೆಯಾದ ಪರಿಣಾಮವಲ್ಲ. ವಿಶಿಷ್ಟ ವಸ್ತುವು, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕೆಲವರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ವಿಪರೀತ ಪರಿಣಾಮ ಮಾಡುವುದೇ ರಕ್ತನಂಜು. 'ಒಬ್ಬನ ಆಹಾರ ಇನ್ನೊಬ್ಬನ ವಿಷವಾಗಬಹುದು' ಎಂಥರ್ಥವುಳ್ಳ ಆಂಗ್ಲ ಗಾದೆ ಇಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಸತ್ಯವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಹಲವರಿಗೆ ರಕ್ತನಂಜನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುವುದು. ರಕ್ತನಂಜು ಉಂಟಾದರೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದೇ ಬಗೆಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ರಕ್ತನಂಜಿನ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಮಾತ್ರ ಆಗಿ ತುರಿಕೆಯಿಂದ ತ್ರಾಸಾದರೆ, ಕೆಲವರು ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಟ್ಟ ಎರಡು- ಮೂರು ನಿಮಿಷಗಳಿಗೆ ಮರಣ ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ (ಎರಡನೇ ಸಲ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮ ಕೈಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಮಹಾಘಾತ ಸಂಭವ. ಅನಾನಸ್ ತಿಂದರೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಮೋರೆ, ಮೈಕೈ ಬಾತುಕೊಂಡರೆ, ಬಹುಸಂಖ್ಯೆಯ ಜನರಿಗೆ ಹೀಗೆನಾಗದು.).

ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಹಾರಸತ್ವವಾದ ಜೇನುತುಪ್ಪವು ಅದರಲ್ಲಿನ "ಬಿ" ಅನ್ನಾಂಗದ ಮೂಲಕ ರಕ್ತನಂಜಿಗೆ ಗುಣಕಾರಿಯೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ, ಕೆಲವರಿಗೆ ಜೇನುತುಪ್ಪದಿಂದ ರಕ್ತನಂಜು ಕೆಣಕಿ ರಕ್ತನಂಜಿನ ಚರ್ಮರೋಗ ಹೆಚ್ಚಾಗಬಹುದು. ಜೇನು ಅಂಬು ಬಿಟ್ಟು, ಜೇನು ವಿಷ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಪರಿಣಾಮದಲ್ಲಿಯೂ ತುಂಬ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆ. ಚುಚ್ಚಿದ

ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ತೀರ ನೋವು ಬೀಗು ಬರಬಹುದು. ಚುಚ್ಚಿದ್ದು ಪುನಃ ಪುನಃ ರೂಢಿಯಾದರೆ, ಆಮೇಲೆ ಜೇನು ವಿಷದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಿರೋಧಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ಬರುತ್ತದೆ.

ನಳವಾಯು (Colie) ಉಪದ್ರವದಿಂದ ಬಳಲುವ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಕುಚ್ಚಿಗೆ ಅಕ್ಕಿಯ ಅನ್ನ ಹೊಟ್ಟೆ ಸೇರಿದರೆ, ಭಯಂಕರ ಶೂಲೆ ಬಂದು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದು ಹೊರಳಾಡುತ್ತ ತಡೆಯಲಾರದ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಕುಚ್ಚಿಗೆ ಅಕ್ಕಿಯು ಜೀರ್ಣಕ್ಕೆ ಹಗುರವಾಗಿದ್ದು, ಬೇನೆಯವರ ಆಹಾರವೆಂದು ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಪಡೆದಿದೆ. ಈ ದುರ್ದೈವಿಯ ಹೊಟ್ಟೆಯ ನರಗಳಿಗೆ ಅದು ವಿಷಪರಿಣಾಮಿಯಾಯಿತು.

ಗಂಟಲು ಮೊಳೆ, ಟಾನ್ಸಿಲ್ಸ್ ಉಲಿಯೂತವನ್ನು ಕರಿದ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ತಿನ್ನೋಣವು ಕೆಣಕಿ ಈ ಶೀಕು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದರೂ ಉಲ್ಬಣವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕರಿಬಾಳೆ ಹಣ್ಣು ತಿಂದರೆ ಗಂಟಲುನೋವು ಮರುಕಳಿಸಬಹುದು. ಥಂಡಿ, ಕಫ, ಕರಿದ ವಾಸನೆ ಬಂದರೂ ಸಾಕು ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು- ಬಹಳ ಜನರಿಗೆ ಅನುಭವದಲ್ಲಿರುವ ವಿಷಯ. ಆದರೆ, ಮುಂಬಾಯಿಯಲ್ಲಿನ, ನನ್ನ ಹಿರಿಯ ಅಳಿಯನ ಮಿತ್ರನೊಬ್ಬನು ಥಂಡಿ, ಕಫ ಆದಾಗ ಚಹದಂಗಡಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಎರಡು ಭಜಿ ಪ್ಲೇಟ್‌ಗಳಿಗೆ ಆರ್ಡರ್ ಕೊಡುತ್ತಾನೆ. ಎರಡು ಪ್ಲೇಟ್ ಭಜಿ ತಿಂದ ಮೇಲೆ, ಅವನ ಥಂಡಿ ಮಂಗಮಾಯ. ಅವನಿಗೆ ಅದೇ ಔಷಧ. ಥಂಡಿಗೆ ಅದೇ ರಾಮಬಾಣ. ಚಹದಂಗಡಿಯೇ ಅವನ ಆಸ್ಪತ್ರೆ (ಈ ರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ.).

ಕಡೆದ ಮಜ್ಜಿಗೆಯೂ, ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಆಕಳ ಮಜ್ಜಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅನಂತ ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಭೂಲೋಕದ ಅಮೃತವೆಂದು ಹೊಗಳುತ್ತಾರೆ. ಮಿತಿಮೀರಿದ ತುಪ್ಪ ತಿಂದು ಅಜೀರ್ಣವಾದವರಿಗೆ (ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸದಿಂದ, ಕಾಲ ಮಹಿಮೆಯಿಂದ ಈಗ ಅಂಥವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾದುದು ಒಳ್ಳೆಯದಾಯಿತು. ಯಾಕೆಂದರೆ, ಈಗ ಈ ಭೂಲೋಕದ ಅಮೃತವು ಬೆರಿಕೆ ವಸ್ತುಗಳ ಸಹಯೋಗದಿಂದಲೂ ಕಾಫಿ ಕುಡಿವವರು ಹೆಚ್ಚಾದುದರಿಂದೂ ದುರ್ಲಬವಾಗಿದೆ. ಜ್ವರಗೆಡ್ಡೆಯನ್ನು ಕರಗಿಸುವ ಮಜ್ಜಿಗೆ ದುರ್ಮಿಳವಾಗುತ್ತಿದ್ದರೂ- ಒಂದು ರೀತಿಯಿಂದ ಚಿಂತೆ ಪರಿಹಾರ. ಯಾಕಂದರೆ, ಗಂಡಸರಿಗೆ ಎಂಟೋ-ಒಂಬತ್ತೋ ತಿಂಗಳು ತುಂಬಿದ ಹಾಗೆ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಮಲೇರಿಯಾ ಜ್ವರಗಡ್ಡೆಯು ಮಲೇರಿಯಾದ ಜೊತೆಗೆ ಕಾಲು ಕಿತ್ತಿದೆ.) ಕೆಲವು ದಿನ ಮಜ್ಜಿಗೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಗುಣವಂತೆ. ('ಆರೋಗ್ಯ ದರ್ಪಣ', ಪುಟ. ೨೧೯)

ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕೊಬ್ಬು ಬೆಳೆದು ಊದಿಕೊಂಡಿದ್ದು, ಕಡೆದ ಮಜ್ಜಿಗೆಯ ಪಾನದಿಂದ ತೆಳ್ಳಗಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮಾತ್ರ ಅನುಮಾನಾಸ್ಪದ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕೊಬ್ಬನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡ ಮಹೋದಯ [ಮಹೋದಯರ] ಮಹೋದರವು ನಮ್ಮ ದೇಶದ [ಬಾ.ರ.ಪ] ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಂತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅವರಿಗೆ ಬಹುಶಃ ನಮ್ಮ ಖಾನಾವಳಿ ಮತ್ತು ಹೋಟೆಲುಗಳಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಅಗ್ಗವಲ್ಲದ ತಿಳಿಮಜ್ಜಗೆಯ ರುಚಿ ಗೊತ್ತಾಗಿಲ್ಲದುದೇ

ಕಾರಣ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಬಹುಜನರಿಗೆ ಕಡೆದ ಮಜ್ಜಿಗೆ ಕುಡಿವ ಅಭ್ಯಾಸವಿಲ್ಲ. ಅದರೆ, ಇಂಥ ಮಜ್ಜಿಗೆ ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸೇರಿದರೆ ಚಡಪಡಿಸಿ ಒದ್ದಾಡುವ ಶೂಲೆರೋಗಪೀಡಿತರೂ ಇರುವರೆಂದರೆ, ಪ್ರಕೃತಿಯ ವಿಕೃತಿಯನ್ನು ಏನೆಂದು ಕೊಂಡಾಡೋಣ?

ಆದರೆ, ಇದಕ್ಕೆಲ್ಲ, ಬುದ್ಧಿವಂತರಾದ ಆಂಗ್ಲರು 'ಡೆಮಾಕ್ರಟಿ' ಎಂಬ ದೊಡ್ಡ ಶಬ್ದಕ್ಕಿಂತಲೂ 'ಈಡಿಯೋಸಿಂಕ್ರಸಿ' (ವಿಶಿಷ್ಟ, ವಿಚಿತ್ರ ಪ್ರಕೃತಿ) ಎಂಬ ಇನ್ನು ದೊಡ್ಡ ಹೆಸರನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಕೆಲವರಿಗೆ ಅವರು ಸಾಕಿದ ನಾಯಿ, ಬೆಕ್ಕು, ಮುಂತಾದ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಸಾನಿಧ್ಯ ಸಾಹಚರ್ಯ ಅಲರ್ಜಿಯಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ದಮ್ಮಿನ ಸಂಕಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಮುದುಕಿಯ ಅನುಭವ ಇನ್ನೂ ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿದೆ. ಅವಳ ಮದುವೆಯಾದ ಮೇಲೆ, ಅವಳಿಗೆ ಮೊದಲು ಇಲ್ಲದ ದಮ್ಮಿನ ರೋಗ ಪೀಡೆ ಕೊಡಹತ್ತಿತು. ಗಂಡನು ತೀರಿ, ಅವನ ಹೆಣವನ್ನು ಮನೆಯಿಂದ ಸಾಗಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ಅಂದಿನಿಂದಲೇ ಅವಳ ದಮ್ಮು ಪೂರ್ಣ ಗುಣವಾಯಿತು. ಯಾವ ಔಷಧದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಆರಾಮವಾಯಿತು. ಅವಳಿಗೆ ಅವಳ ಗಂಡನೇ ಅಲರ್ಜಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಲು ಕಾರಣ. (ಆರೋಗ್ಯದರ್ಪಣ, ಪುಟ೩೧೯)

ಯಾರಿಗೆ ಯಾವುದರಿಂದ, ಯಾರಿಂದ, ಅಲರ್ಜಿ ಆಗುವುದೆಂದು ಮೊದಲೇ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಬಾಳೆಹಣ್ಣು, ಟೊಮೆಟೊ (ಕಾಯಿ, ಹಣ್ಣು), ತತ್ತಿ, ಮೀನೂ (ಒಯಿಸ್ಟರ್ ಮೀನು), ಏಡಿ ಮುಂತಾದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಲರ್ಜಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವವೆಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿದೆ [ಆದರೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅಲ್ಲ].

ಇನ್ನು ಕೆಲವು ವಸ್ತುಗಳು ಕೆಲವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ವಿಪರೀತ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುತ್ತವೆ. ಗೋಧಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಇಸುಬು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಕೊಬ್ಬು ಅಥವಾ ಎಣ್ಣೆ ತಿಂದರೆ ಪಿತ್ತವಿಕಾರವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ತಿಂದರೆ ವಿಷ ತಿಂದಂತಾಗಿ ಒದ್ದಾಡಿಕೊಳ್ಳುವವರನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಸಕ್ಕರೆಯಿಂದ ಅಲರ್ಜಿಯಾಗಿ ಕಷ್ಟ. ಧೂಳಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಣ್ಣ ಹುಳು(dustmite)ಗಳಿಂದಲೇ ಹಲವರಿಗೆ ದಮ್ಮು, ಕೆಮ್ಮು, ಸೀನು, ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಅಲರ್ಜಿ ಚರ್ಮರೋಗ ಆಗಬಹುದು.

ಕೃತಕ ನೂಲು ಕೂದಲಿಗೆ ಹಚ್ಚುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ಬಣ್ಣ, ಮತ್ತು ಇತರ ಅಲಂಕಾರ (Cosmetics) ಸಾಧನಗಳು, ಡಬ್ಬಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಬರುವ ಆಹಾರ ಸಾಮಗ್ರಿ, ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದ (ಅಲೋಪಥಿಯ) ಸಿದ್ಧೌಷಧಗಳು, ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕಗಳು ಅಲರ್ಜಿಯ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯವನ್ನು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳಿಸಿರುತ್ತವೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಿರುಪದ್ರವಿಯಾದ ಬಿ ಅನ್ನಾಂಗ(ವಿಟಮಿನ್)ದ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಕೊಟ್ಟಮೇಲೆ, ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ರೋಗಿ ಮರಣ ಹೊಂದಿದನೆಂದು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸುದ್ದಿ ಬಂದುದುಂಟು. ಇದರ ನಿಜವಾದ ಕಾರಣ ಏನೆಂದೂ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಿಲ್ಲ.

ಆ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಅವನಿಗೆ ಅಲರ್ಜಿಯಾಯಿತೆಂದು ನಾನು ಊಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ಲಿಂಬೆಹಣ್ಣಿನ ರಸವನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಕುಡಿದು (ಹತ್ತೋ-ಹನ್ನೆರಡೋ ಔನ್ಸ್ ಕುಡಿದ) ಮೇಲೆ ಒಬ್ಬನು ಪ್ರಾಣಬಿಟ್ಟನು- ಎಂದು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಂದ ಸುದ್ದಿ ತುಂಬಾ ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿದೆ.

ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಎಂಟಿಹಿಸ್ಟಮೈನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಅಲರ್ಜಿಯ ತಾತ್ಪೂರ್ವಿಕ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಅಲರ್ಜಿಗೆ ಕಾರಣವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಒಂದೊಂದನ್ನೇ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಿ, ಮಾಡುವ ತಪಾಸಣೆಯಿಂದ ಕ್ರಮೇಣ ಆ ದೋಷಿಯು (Culprit) ಯಾವ ವಸ್ತು ಎಂದು ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಅದನ್ನು ಬಿಡಲು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿದರೂ ಆ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಅನೇಕ ಸಲ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನೆಯ ಧೂಳಿನ ಹುಳಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದಕ್ಕೆ ಫಿನಾಯಿಲ್ ಮುಂತಾದುವನ್ನು ನೀರಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ನೆಲವನ್ನು ಉಜ್ಜಬಹುದು.(ಅವೇ ಅಲರ್ಜಿಯಾದರೆ?)

ಆದರೆ, ವಾತಾವರಣದ ಕಶ್ಮಲಗಳನ್ನು ತೆಗೆವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಹವೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ದೂರದ ಅನುಕೂಲಕರ ಹವೆಯ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ನೆಲಸುವುದರಿಂದಲೇ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವುದುಂಟು. ಅದರೆ, ಇದು ಎಷ್ಟು ವ್ಯಾವಹಾರಿಕವಾಗಬಹುದು? ಮೋಡ ತುಂಬಿದ ವಾತಾವರಣವೇ ಕೆಲವರ ದಮ್ಮು ಕೆರಳಲು ಕಾರಣ. ಮೋಡಗಳು ಇಲ್ಲದ ಆಕಾಶವನ್ನು ಪೃಥ್ವಿಯಲ್ಲಿ ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು ಕಷ್ಟ.

ಹವೆಯಿಂದ ಹಬ್ಬುವ (AIRBOARNE) ಚರ್ಮರೋಗವು ಅಲರ್ಜಿಯ ಮೂಲಕವೇ ತ್ರಾಸು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಈ ಹಬ್ಬು ಅಲರ್ಜಿಗೆ ಪಾರ್ಥೇನಿಯಂ ಎಂಬ ಸಸ್ಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಸಹ ಕಾರಣವೆಂದು ಡಾ|| ಪಾಲ್ ನೀಲಂಕ್ವಿಲ್ ಎಂಬುವರು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ (ಪತ್ರ: ಡೆಕ್ಕನ್ ಹೆರಾಲ್ಡ್, 4-11-82)

ಈ ಸಸ್ಯಕ್ಕೆ 'ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಹುಲ್ಲು' ಎಂದು ಹೆಸರು ಬಿದ್ದು ಹೋಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನೋ ತಿಳಿಯದು. ಇದು ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಹುಲ್ಲಾದರೆ, ಜನತಾ, ಬಿ ಜೆ ಪಿ, ಕಾಂತಿರಂಗ ಮುಂತಾದ ಪಕ್ಷಗಳವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಅಲರ್ಜಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು.ಅದರೆ, ವಸ್ತುಸ್ಥಿತಿ ಇರುವಂತೆ ಕಾಣದು ಎಂದು ನಮ್ಮ ಅನುಮಾನ (ಅನುಮಾನ ಎಂದು ಬರೆದುದೇಕೆಂದರೆ, ಕೆಲವು ಕಟ್ಟಾ ವಿರೋಧಪಕ್ಷಗಳ ಧುರೀಣರಿಗೆ ಸಹ ಇದರಿಂದ ಅಲರ್ಜಿಯಾಗಿದ್ದಿರಲೇ ಬೇಕು.). ಈ ಪಾರ್ಥೇನಿಯಂ ಕಳೆಯನ್ನು ಸಮೂಲವಾಗಿ ತೆಗೆದು ನಿರ್ಮೂಲಗೊಳಿಸಲು ವಿರೋಧಪಕ್ಷಗಳವರೆಲ್ಲರೂ ಒಗ್ಗಟ್ಟಾಗಿ ಒಂದು ಕಡೆಗಾದರೂ ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತರಾಗುವ ಚಿಹ್ನೆ ಸದ್ಯಕ್ಕಂತೂ ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪಾರ್ಥೇನಿಯಂ ಸಸ್ಯಗಳ ಹಾವಳಿಯಿಲ್ಲದ ಜಾಗಕ್ಕೆ ರಜಾದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೋಗಿ, ಉಳಿದ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಅಷ್ಟು ದಿನ ಈ ಶನೀಶ್ವರನ ಕಾಟ ತಪ್ಪಿ ಆರಾಮಾಗಿ ಕಾಲ ಕಳೆದು ಬಂದ ಅನುಭವವಿದೆಯಂತೆ.

ಹೆದರಿಕೆ, ಅಲ್ಲದೆ ಮಾನಸಿಕವಾದ ಚಿಂತೆಯ ಒತ್ತಡಗಳು ಕಾರಣವಾಗಿ ಉಬ್ಬಸ ಉಂಟಾಗುವುದೆಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷವಯಸ್ಸಿನ ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗನಿಗೆ ಅವನ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ಹತ್ತಿರ ಇಲ್ಲದೆ ಹೋದರೆ ಭಯ-ಭೀತಿಯುಂಟಾಗಿ ಉಬ್ಬಸದ ಪೀಡೆಯಾಗುತ್ತಿತ್ತಂತೆ; ಅದೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ರಾತ್ರಿ ಕಾಲದಲ್ಲಿ. ಇದನ್ನು ತಿಳಿದ ಅವನ ತಂದೆ-ತಾಯಿಗಳು ಅವನನ್ನು ರಾತ್ರಿ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅಗಲದೆ, ಅವನ ಬಳಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದ ಮಾತ್ರದಿಂದಲೇ ಅವನ ಉಬ್ಬಸ ಗುಣವಾಯಿತೆಂದು ದಿಲ್ಲಿಯ ಡಾ|| ಮುಕೇಶ ಬಾಟ್ರಾ ಎಂಬ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ತಜ್ಞರು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಕಫವು ಗಟ್ಟಿಯಾಗುವುದರಿಂದಾಗಲಿ, ಶ್ವಾಸನಾಳದ ನಳಿಕೆಗಳ ಅಲರ್ಜಿಯಿಂದಾಗಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ದಮ್ಮಿಗೆ ನಮ್ಮ ಅಲೋಪಥಿ ಡಾಕ್ಟರ್ ಮಹಾಶಯರು ಮಕ್ಕಳ ಆಟಿಗೆಯಂಥ ವರ್ತುಲಾಕಾರದ ಪಂಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಔಷಧದ ಗ್ಯಾಸ್ ತುಂಬಿ ಅದನ್ನು ಹಿಡಿದು, ಮೂಗಿನ ಹತ್ತಿರ ಹಿಚುಕುತ್ತಿದ್ದು ಅದರ ಗ್ಯಾಸ್ ಮೂಗಿನೊಳಕ್ಕೆ ಹೋದ ಮಾತ್ರದಿಂದಲೇ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಆ ಉಬ್ಬಸದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವಂಥ ಉಪಾಯವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದು, ಅದು ಕೆಲವರಿಗೆ ಉಪಯುಕ್ತವೆಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ.

ಇದರಂತೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಶಮನಕ್ಕೆ ಹಳ್ಳಿಮದ್ದು- ಉಮ್ಮತ್ತದ ಒಣ ಎಲೆಗಳ ಬೀಡಿ ಪ್ರಯೋಗ. ಈ ಎಲೆಗಳನ್ನು ದಂಟುಸಮೇತ ಒಣಗಿಸಿ, ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪಿನಂತೆ ಕೊಳವೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಸೇದುವುದರಿಂದ ಉಬ್ಬಸ ಅನೇಕ ಸಾರಿ ಶಮನುವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಆ ಪ್ರಕಾರ ಸೇದಿದ ಕೂಡಲೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇರೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಅದರಿಂದ ಪರಿಣಾಮವಾಗದಿರುವುದೂ ಉಂಟು. ಎಲೆಗಳಿಂದ ಗುಣ ಬಾರದಿದ್ದರೆ, ಬೀಜಗಳನ್ನು ಜಜ್ಜಿ ಕೊಳವೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸೇದುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ (ಇದು 'ಊರೌಷಧಿಗಳ ಪ್ರಯೋಗ' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದು.). ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಎಲೆ, ಬೀಜಗಳ ಒಣಗಿದ ಚೂರುಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿಪ್ಪತ್ತು ಗ್ರೇನ್ ಹಾಕಿ ಸೇದುವುದು, ಕ್ರಮೇಣ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ-ಮೂವತ್ತು ಗ್ರೇನ್ ವರೆಗೆ ಹಾಕಿ ಸೇದುವುದು. ವಾಕರಿಕೆ ಮುಂತಾದ ತೊಂದರೆಗಳಾದರೆ ಸೇದುವುದನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಬಿಡಬೇಕು.

ಅಲೋಪಥಿಯ ಸಂಶೋಧಕರು ತುಂಬಾ ಬುದ್ಧಿವಂತರು. ಅವರು ರೋಗದ ಉರುಬೆಯನ್ನು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಶಮನ ಮಾಡುವ ಹಲವು ಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದು, ಪುನಃ ರೋಗಿ ತಮ್ಮ ಬಳಿಗೇ ಬರುವಂತೆ ಉಪಾಯದಿಂದ ಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜನೆ ಮಾಡವಲ್ಲಿ ನಿಪುಣರು. ಇದರಿಂದ ರೋಗಿಗೂ, ಡಾಕ್ಟರರಿಗೂ ಅವಿನಾಭಾವಿಯಾದ ಸಾಹಚರ್ಯ ಏರ್ಪಡಲು ಅನುಕೂಲ.

ಇದರಿಂದಾಗಿ ದಮ್ಮಿನ ರೋಗಿಗಳು ಯಾವಜ್ಜೀವ ಪುನಃ ಪುನಃ ದಿನದಿನಕ್ಕೆ ಗುಣದ ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ

ಪ್ರಕಾರ- ರೋಗದ ಮೂಲವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಔಷಧ ಸಂಯೋಜನೆ ಮಾಡುವ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಶಮನ ದೊರಕದೆ, ಪೀಡೆ ಅತಿಶಯವಾಗಿ ರೋಗಿ ಈ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ತಜ್ಞ ಡಾಕ್ಟರರು ಸರಿಯಾಗಿ ಔಷಧಗಳನ್ನು ಅಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದರೆ. ರೋಗ ಸಮೂಲವಾಗಿ ನಾಶಹೊಂದುತ್ತದೆ ಇದು ನಿಶ್ಚಯ.

ಹಲವು ಔಷಧಗಳ ಗುಣ-ಪರಿಚಯವಿದ್ದರೂ ಇಲ್ಲಿ ಹಾಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸಿ ಹೇಳುವುದು ರೋಗಿ ಸ್ವಂತ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, ಕೆಲವು ಸಲ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಾರಣವಾಗುವುದರಿಂದ ತಿಳಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ. ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಕಾರಗಳ ದಮ್ಮಿನಲ್ಲಿ- ಕಫದ ದಮ್ಮು (BRONCHIAL ASTHMA), ನರ ಸಂಬಂಧ ದಮ್ಮು (NERVOUS ASTHMA), ಅಜೀರ್ಣ ಸಂಬಂಧವಾದ ಸಂಬಂಧವಾದ ಉದರಶ್ವಾಸ (STOMACH ASTHMA) ಮತ್ತು ಹೃದಯದ ದಮ್ಮು (CARDIAC ASTHMA) ಎಂಬುವು ಇವೆ. ಇವನ್ನು ತಿಳಿಯದಿರುವವರು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟ. ಕಫದ ದಮ್ಮಿಗೆ ಔಷಧ ಸೇವಿಸಿದರೆ (ಅಥವಾ ಕೊಟ್ಟರೆ) ಹೃದಯದ ದಮ್ಮಾದರೆ ರೋಗ ಉಲ್ಬಣವಾಗುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚು.

ಯಾವುದೇ ರೋಗದಲ್ಲಿಯಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಇತರ ಮಾನಸಿಕ ಚಿಂತೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿಯಾಗಲಿ ಯೋಗಸಾಧನೆಯಿಂದ ತುಂಬ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಪದ್ಧತಿಯ ಪ್ರಕಾರ- ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದು, ಧ್ಯಾನಯೋಗ ಸಹ ಸೇರಿವೆ. ಇಂಥ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಣ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಸಂಸ್ಥೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿದೆ. ಋಷಿ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ವಿದ್ಯಾಕೇಂದ್ರ, 1763, ಮೊದಲನೆ ಕ್ರಾಸ್, ಎರಡನೇ ಮೆಯಿನ್, ನಾಲ್ಕನೇ ಬ್ಲಾಕ್ (ಪೂರ್ವ) ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು ಇಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ, ದಮ್ಮು ಮೊದಲಾದ ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ರೋಗಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ತಜ್ಞ ಡಾಕ್ಟರರ ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಹಿತ ಕೊಡಿಸಿ, ಯೋಗಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ (ಪತ್ರ ಬರೆದು ಅವರೊಡನೆ ಇತರ ವಿವರ ಪಡೆಯಬಹುದು.).

ಆಯುರ್ವೇದ ಮತ್ತು ಯುನಾನಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಮೂಲಕವೂ ರಕ್ತನಂಜಿನ ಮೂಲಕವಾದ ಚರ್ಮರೋಗ ಮತ್ತು ದಮ್ಮುಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು. ದಮ್ಮು ಹೊಸದಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದ್ದರೆ, ಮತ್ತು ಎಳೆಯ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಗಾದರೆ, ಗುಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಗುಣಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಹನ್ನೆರೆಡು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗನ ತೀವ್ರವಾದ ದಮ್ಮಿನ ರೋಗವನ್ನು ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಹತೋಟಿಗೆ ತರಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಶಮನಕಾರಿ ಮಾತ್ರ. ಆತನ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಒಂದು ವಿಚಿತ್ರ ಲಕ್ಷಣವೆಂದರೆ, ಬಟ್ಟೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡ ಭಾಗದ ಮೈ ಒಣಗಿದ್ದು, ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳದ ಮೈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬೆವರು ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣದ

ಮೇಲೆ ಥೂಜಾ (Thuja) 3x ಎಂಬ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಔಷಧವನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ಒಂದು ಮಿನಿಟಿಗೆ ತ್ರಾಸು ಇಲ್ಲದಂತಾಗಿ, ಆತನು ಅತ್ಯಾನಂದದಿಂದ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಕೈಯೂರಿ, ಆಚೀಚೆ ಹಾರುತ್ತ, 'ನನ್ನ ದಮ್ಮು ಗುಣವಾಯಿತು' ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದನು. ಆಮೇಲೆ, ಅವನು ತಂದೆಯ ಸಂಗಡ ಮುಂಬೈಗೆ ಹೋದ ಮೇಲೆ, ಅಲ್ಲಿ ದಮ್ಮು ಬಂದಾಗ, ಆ ಲಕ್ಷಣವಿರಲಿಲ್ಲವೆಂದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಥೂಜಾ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ, ಆಮೇಲೆ ಅವನ ತಂದೆಯವರು ಒಬ್ಬ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಲು ದಮ್ಮು ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣವಾಯಿತು.

ಹಳ್ಳಿಯ ಮದ್ದುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ರಕ್ತ, ಕೊಬ್ಬು ಮುಂತಾದವನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವುದುಂಟು. ಆ ಪ್ರಕಾರ ದಮ್ಮಿನ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಹುಲಿಯ ರಕ್ತವನ್ನಾಗಲಿ, ಕೊಬ್ಬನ್ನಾಗಲಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ಬಂದರೆ, ದಮ್ಮು, ಹೃದಯದ ದಮ್ಮು ಸಹ ಪೂರ್ಣ ಗುಣವಾಗುವುದೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹುಲಿಯನ್ನು ಕೊಲ್ಲುವುದು ಕಾಯಿದೆಯಿಂದ ಅಪರಾಧವಾಗುವುದೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ತಿನ್ನುವ ಹುಲಿಯ ಮಾತು ಬೇರೆ. ಅದರಿಂದ ದಮ್ಮಿನ ರೋಗಗಳು ಕತ್ತೆಯ ಹಾಲನ್ನು ನಿತ್ಯವೂ ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗಬಹುದು. ಕ್ಷಯರೋಗದಲ್ಲಿಯೂ ಕತ್ತೆಯ ಹಾಲು ಗುಣಕಾರಿ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ.

ತಾಜಾ ಗೋಮೂತ್ರವನ್ನು ಮೂರು ಮಡಿಕೆಯ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ಸಲ ಶೋಧಿಸಿ ತೆಗೆದು, ದಿನಾ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಹಸಿದ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಔನ್ಸ್ ಗೋಮೂತ್ರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದರೆ, ದಮ್ಮಿನ ತ್ರಾಸು ಶಮನವಾಗುವುದಂತೆ.

ಹೃದಯದ ದಮ್ಮಿನವರು ಪಥ್ಯಾಹಾರವನ್ನು (ಲಘು, ಹಗುರಾಹಾರವನ್ನು) ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಅಶ್ವಗಂಧಿ ಮತ್ತು ಬಿಳಿ ಮತ್ತಿಪುಡಿ (ವಸ್ತ್ರಗಲಿತ) ಹತ್ತು, ಹತ್ತು ಗ್ರೇನ್ (ಗ್ರೇನ್ ಅಂದರೆ ಅಕ್ಕಿಕಾಳಿನಷ್ಟು) ಸೇವಿಸಿದರೆ (ನಿಯಮಿತವಾಗಿ) ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಬಹುದು. ಅಥವಾ 'ಅರ್ಜುನಾರಿಷ್ಟ' ಮತ್ತು 'ಅಮೃತಾರಿಷ್ಟ' ಇವೆರಡನ್ನೂ ಎರಡೆರಡು ಚಮಚಗಳಂತೆ ಸೇರಿಸಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಿತಕರವೆಂದು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರು ತಿಳಿಸಿರುತ್ತಾರೆ.

ಅಲರ್ಜಿ ಚರ್ಮರೋಗಗಳು ಅಲೋಪಥಿ ಔಷಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣವಾಗುವುದು ಕಷ್ಟ. ತುರಿಕೆ ಬಾಹ್ಯಲಕ್ಷಣಗಳು ತಾತ್ಪೂರ್ವಿಕವಾಗಿ ಶಮನವಾಗುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ಮೂಲ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ದೂರೀಕರಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರೆ (ಟೆರಲಿನ್ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸುವುದನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ, ಹತ್ತಿ ಬಟ್ಟೆ ಉಡುಪು ಇತ್ಯಾದಿ ಕ್ರಮ) ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗುಣವಾಗಬಹುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಜನನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೇಲೆ (ಮತ್ತು ಹೆಂಗಸರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ, ಒಳಗೆ) ಅಗುವ ಇಸುಬು (Exzeema) ಮುಂತಾದ ಫಂಗಸ್ (ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಾವಸೆ) ಮೂಲಕವಾದ ಚರ್ಮರೋಗಗಳು ತುಂಬಾ ತುರಿಕೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಿ ಬಹಳ ಕಷ್ಟ ಕೊಡುತ್ತವೆ.

ತೀರಾ ತುರಿಕೆಯಾಗಿ, ತುರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು

ಹೆಂಗಸರು ತುರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿ, ಅವರು ಅತಿಯಾಗಿ ಉದ್ರಿಕ್ತರಾಗಿ ನಾಚಿಕೆಗೆಟ್ಟು ಅನೀತಿಯ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದುಂಟು. ನಾರೀಕಾಮೋನ್ಮಾದ (nymphomania) ಎಂದು ಹೆಸರಿಸುವ ಈ ವ್ಯಾಧಿಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಜನನೇಂದ್ರಿಯದೊಳಗಿನ ಇಸಬು ಅಪರಾಧಿ(culprit)ಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆ ಇಸಬನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿದರೆ, ಅವರು ಇತರ ನಿರೋಗಿ ಹೆಂಗಸರ ಹಾಗೆ ಸಹಜವಾದ (normal) ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜೀವನ ಮಾಡಲು ಶಕ್ತರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಇಸಬಿನ (ಹಾಗೂ ಇತರ ಅಲರ್ಜಿ ಚರ್ಮರೋಗಗಳಲ್ಲಿಯೂ) ಕಾರಣದ ಮೇಲೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸುವಾಗ, ಅಂತರ-ಬಾಹ್ಯ ಎರಡೂ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಔಷಧ ಸಂಯೋಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಳ್ಳಿಮದ್ದುಗಳಲ್ಲಿ ಕಹಿಬೇವು ಬಹಳ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಹಸಿದಿದ್ದಾಗ ಒಂದು ಚಮಚ ಬೇವಿನೆಲೆಗಳ ರಸವನ್ನು (ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ಜಜ್ಜಿ, ರಸ ತೆಗೆಯಬಹುದು) ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ಬಂದರೆ, ಮೂರು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತನಂಜಿನ ಯಾವುದೇ ಚರ್ಮರೋಗ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತ (ಊರಕೇರಿ) ಇವರ ಅನುಭವ. ಒಣಗಿಸಿದ ಬೇವಿನೆಲೆಗಳ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಅರಿಶಿಣ, ಕಾಡು ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಬಾಹ್ಯಲೇಪನಕ್ಕೆ ಬಳಸಬಹುದು. ವೃದ್ಧ ವೈದ್ಯ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣ ಅಂಬಿಗ (ಲುಕ್ಕೇರಿ) ಇವರು ನಾಲ್ಕು ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಒಂದು ಚಮಚ ಬೇವಿನೆಲೆರಸ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಾಕು ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಡಾ|| ಜಿ.ಆರ್. ಭಟ್ ಅಗ್ಸೂರ್ ಎಂಬುವರು ವಿಜಾಪುರದ ವಿನೂತನ ಆಯುರ್ವೇದ ಕಂಪನಿಯವರ "ಪ್ರವಾಗ" ಎಂಬ ಸಂಯುಕ್ತ ಔಷಧಿ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಮೂರು ತಿಂಗಳು ಕೊಟ್ಟು, ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆಯ ಇಸಬನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿರುವುದಾಗಿ ನನಗೆ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಪದೇ ಪದೇ ನೆಗಡಿಯ ತೊಂದರೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವವರು ತಜ್ಞ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ಡಾಕ್ಟರರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಆ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಅಲರ್ಜಿಯ ಚರ್ಮರೋಗಿಗಳು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳೂ ಸಹ ಕರಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಚಹಾ, ಕಾಫಿ, ಮದ್ಯ ಮುಂತಾದ ಪೇಯಗಳನ್ನು (ಧೂಮಪಾನವೂ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ "ಪೇಯ"ಗಳಲ್ಲಿ ಸೇರುತ್ತದೆ) ವರ್ಜಿಸುವುದು ಅಥವಾ ತೀರ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ.

■

೧೩. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಆರೋಗ್ಯದಾಯಕ ಗುಣಗಳು

ಬಡವರ ಕಸ್ತೂರಿ ಎಂದು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಕಸ್ತೂರಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು, ಅದನ್ನು ತಿಂದು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಅಗಿದರೆ ಕಸ್ತೂರಿಯ ವಾಸನೆಯನ್ನು ಮಾಯ ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದರ ಬದಲಿಗೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ತಿಂದು, ಪಕ್ಕಾ ಕಸ್ತೂರಿಯನ್ನು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಚಪ್ಪರಿಸಿದರೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ದುರ್ಗಂಧ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಮೃಗಮದವೆಂದೂ ಹೆಸರಾದ ಕಸ್ತೂರಿಯ ವಾಸನೆಯ ಹೋಲಿಕೆಯು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಗೆ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಕಸ್ತೂರಿಯು ಕುಸಿಯುತ್ತಿರುವ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಬಲವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಕಸ್ತೂರಿಯ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯೆಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ 'ಪುನುಗು' ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಕಸ್ತೂರಿಯನ್ನೇ ಹೋಲುವುದಾದರೂ ಹೃದಯದ ಮೇಲೆ ಕೆಲಸ ಕೊಡುವ ಕಸ್ತೂರಿಯ ಗುಣವಿಶೇಷವು ಪುನುಗಿಗೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಕಸ್ತೂರಿಯಂತೆಯೇ ಹೃದಯದೋಷಗಳನ್ನು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ನಿವಾರಿಸಬಲ್ಲದು. ಹೃದಯದ ಆರ್ಟೀರಿಯಾ ಸ್ಕ್ಲೋರೋಸಿಸ್ (ಧಮನಿ ಪೆಡಸಣೆ) ಮತ್ತು ಎಥೆರೋಸ್ಕ್ಲೋರೋಸಿಸ್ (ಧಮನಿಭಿತ್ತಿ ಹೈಸ್ವೀಕರಣ) ಈ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ದೋಷಗಳನ್ನು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಸೇವನೆಯು ನಿವಾರಿಸಬಲ್ಲದು. ಕಸ್ತೂರಿಯಷ್ಟು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಪರಿಣಾಮ ನೀಡಲಾರದು. ಆದರೆ, ನಿಧಾನವಾಗಿಯಾದರೂ ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಈ ದೋಷಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಏರು ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ಸಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರಬಲ್ಲುದು ಮತ್ತು ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲ್ (ಘನಪಿತ್ತ, ಮಂದ ಕೊಬ್ಬು) ಇದರಿಂದ ಕರಗುವುದು. ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಸೇವನೆಯು ದೂರಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ಸಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರುತ್ತದೆ.

ವಾಯು ಉಬ್ಬರವಾಗಿ ಅದು ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತ್ರಾಸನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಕರುಳಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿರುವ ರೋಗಕಾರಕವಾದ

ಸೂಕ್ಷ್ಮಜೀವಿಗಳನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸಿ ಅದು ಕರುಳನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಆಯುರ್ವೇದಶಾಸ್ತ್ರದ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಹಾಲಿನೊಡನೆ ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಆಮಶಂಕೆಯ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಹಾಲು ಪಥ್ಯಕರವಲ್ಲ- ಅದರಿಂದ ಆಮಶಂಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಅಮೀಬಾ ಎಂಬ ಏಕಕಣ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ನಾಶಗೊಳಸುವ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಶಕ್ತಿಯು ಹಾಲಿನಿಂದ ಕುಗ್ಗುವುದೆಂಬಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವಿರಲಾರದು. ಯೋಗವಾಹಿ ಅಂದರೆ ಬೇಗ ಔಷಧಿ ದ್ರವ್ಯಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಸಹಾಯಕವಾಗುವ ಜೇನುತುಪ್ಪವು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯೊಡನೆ ಸಮಂಜಸವಾಗಿ ಹೊಂದಲಾರದು ಎಂದು ಓದಿದ್ದುಂಟು. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಸೇವಿಸುವವರು ಮಲ್ಲಕಂಬ ಮುಂತಾದ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಬಿಸಿಲ ಸಂಚಾರ, ಬೆಲ್ಲ ತಿನ್ನುವುದು ಇವನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು.

ಎಪ್ಪತ್ತೆರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅಮೀಬಾ ಕಾರಣವಾದ ಆಮಶಂಕೆಯ ಬಾಧೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕ ಉಪಚಾರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ನನಗೆ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ 'ಥೂಜಾ' ಎಂಬ ಔಷಧಿಯ ಮೂಲದ್ರಾವಕದ ಬಿಂದುಗಳನ್ನು ಎನಿಮಾದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಸಿದ್ಧನಲ್ಲ. ನಾನು ನನ್ನ ಮೇಲೆಯೇ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಹಲವು ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸದೆಯೇ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಮಾತ್ರ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ನಾನು ಯಾವುದೋ ಪತ್ರಿಕೆಯಿಂದಲೋ, ಗ್ರಂಥದಿಂದಲೋ ತಿಳಿದಿರಬಹುದು.

ಶುದ್ಧ ಅರಿಶಿನ (ಮುಕ್ಕಾಲು ಚಹಾ ಚಮಚ ಪ್ರಮಾಣ), ಶುಂಠಿ ಪುಡಿ (ಹಸಿ ಶುಂಠಿಯನ್ನು ನಾನು ಬಳಸಿದ್ದಿದೆ) ಇದರ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಮಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಯೋಜಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮೂತ್ರಪಿಂಡ (ವೃಕ್ಕ) ಹಾಳಾಗಿ ಗಂಭೀರ ಪರಿಣಾಮವಾಗುವುದು ಸಾಧ್ಯ. ದೊಡ್ಡವರು ಮೂರನೇ ಒಂದಂಶ ಚಮಚ ಶುಂಠಿ ಪುಡಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ. ಹಸಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಬೇಳೆ ಮೂರು-ನಾಲ್ಕು ಮತ್ತು ಒಂದು ಚಮಚ ಶುದ್ಧ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಹಸಿದಿರುವಾಗ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿವುದಾದರೆ ಒಂದು ತಾಸಿನ ಅನಂತರ. ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳು ಈ ಮದ್ದನ್ನು ತಿನ್ನುವಾಗ ಆಮಶಂಕೆಯ ಬಾಧೆಯು ನನಗಿರಲೇ ಇಲ್ಲ. ತೊಗರಿಬೇಳೆ ಹಾಕಿ ಮಾಡಿದ ತೊವ್ವೆ, ಸಾರು, ಸಾಂಬಾರು ಉಂಡರೂ ತೋದರೆ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ವಾಸನೆಯ ದೋಷವೇ ಅಲ್ಲದೆ, ವಾತ ಕಫದೋಷ ಕಡಿಮೆಯಾದರೂ ಪಿತ್ತದೋಷ ಹೆಚ್ಚಾದ ಕಾರಣದಿಂದಲೂ ನಾನು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟೇ ಉಳಿದ ಮದ್ದು ಮಾತ್ರ ಸೇರಿಸಿ ತಿನ್ನುತ್ತ ಬಂದೆನು.

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಏನೂ ತೊಂದರೆಯಾಗಲಾರದೆಂದು ಒಂದು ಹಿಂದೀ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದೆನು. ಆದರೆ, ಪಿತ್ತದೋಷವುಳ್ಳವರು, ಆಮ್ಲತೆಯಿಂದ ಬಳಲುವವರು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿದೆ. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಿ ತಿನ್ನುವ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಬಹುದು. ಆದರೆ, ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ

ಸೇವಿಸಿದ ಕೂಡಲೇ ಹೆಚ್ಚು ಹಾಲನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ನೀರನ್ನೂ ಕುಡಿಯದಿದ್ದರೆ ಲೇಸು. ಬೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿನ್ನಬಾರದು ಎಂದು ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಸಲಹೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳಿಗೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಸೇವನೆಯು ಅತಿ ಹಿತಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳು ತಮ್ಮ ಆಹಾರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮೇಲೋಗರದಲ್ಲೂ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಊಟ ಮಾಡುವುದು ರೂಢಿಯಲ್ಲಿದೆ.

ಸಾತ್ವಿಕಾಹಾರಿಗಳಾಗಿರುವವರು ಸನ್ಯಾಸಿಗಳು, ವಿಧವೆಯರು ಮತ್ತು ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವವರು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು, ನೀರುಳ್ಳಿಯನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿಯಮವಿರುವುದಕ್ಕೆ– ಇವು ತಾಮಸಗುಣವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವಯೆಂಬುದೂ, ಕಾಮವಿವರ್ಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವವೆಂಬುದೂ ಕಾರಣಗಳಾಗಿರಬಹುದು. ಸ್ವಪ್ನಸ್ಖಲನ ದೋಷವುಳ್ಳ ತರುಣರು ರಾತ್ರಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು (ಊಟವಾದ ಅನಂತರ ಹಾಲನ್ನು, ಹೆಚ್ಚು ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬಾರದು ಎಂದೂ ಇದೆ.) ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಇದು ಉಷ್ಣವೀರ್ಯಗುಣವುಳ್ಳದ್ದಾಗಿ ವೀರ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುವುದು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆಯು ಕಾರಣವಾಗಿರಬಹುದು.

ನಾನು ಓದಿದ್ದ ಹಿಂದೀ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ (ಹೆಸರು ನೆನಪಿಲ್ಲ) ಪ್ರತಿದಿನದಲ್ಲೂ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ತಿನ್ನುತ್ತಿರುವ ಹೆಂಗಸರು ಯಾರೂ ಕುರೂಪಿಗಳಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಓದಿದ್ದೆನು. ಇದರ ವಿವರಣೆಯನ್ನು ಆ ಲೇಖಕರು ಕೊಟ್ಟಿರುವುದು ಹೀಗೆ– ಆ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸ್ತನಗಳು ಸದೃಢವಾಗಿರುತ್ತವೆ, ಜೋಲುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಮುದುಕಿಯರಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಮಾಡಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಸಡಿಲು ಸ್ತನಗಳುಳ್ಳ ತರುಣಿಯರೂ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹಡೆದ ಹರೆಯದ ಹೆಂಗಳೆಯರೂ ಈ ಸೂಚನೆಯ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಮುಟ್ಟಾಗದ ಸ್ತ್ರೀಯರು, ಕಡಿಮೆ ಮುಟ್ಟಿನ ಸ್ರಾವ ಹೋಗುವ ಹೆಂಗಸರು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು (ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದೆಂದು ಕಾಣುತ್ತದೆ.) ಸೇವಿಸಿದರೆ ಮುಟ್ಟಿನ ಸ್ರಾವ ಹೊರಹೋಗಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಸೇವನೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ದೊಡ್ಡವರಿಗೆ ಒಂದೂವರೆ ಮಾಸಿಯಿಂದ ಆರು ಮಾಸಿವರೆಗೆ, ಅಂದಾಜು ಒಂದು ತೊಲೆಯ ಆರನೇ ಭಾಗದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಅರ್ಧ ತೊಲೆವರೆಗೆ ಒಮ್ಮೆ ಸೇವಿಸುವ ಪ್ರಮಾಣ. 2 ಗ್ರಾಂ - 6 ಗ್ರಾಂ ವರೆಗೆ ಇದರ ಎಣ್ಣೆ ಒಂದರಿಂದ ಎರಡು ಬಿಂದುವರೆಗೆ ಮತ್ತು ಪಿತ್ತ ವಿಕಾರ ಉಳ್ಳವರು ಸಕ್ಕರೆಯೊಡನೆ ಕಫದ ತೊಂದರೆಯವರು ಜೇನುತುಪ್ಪದೊಡನೆ ಮತ್ತು ವಾತದೋಷ ಉಳ್ಳವರು ಆಕಳು ತುಪ್ಪದೊಡನೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಅಹಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಹಿತಕರವಲ್ಲ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿದೆ. ಗರ್ಭಿಣಿಯರು ವಾಯುಶಮನಕಾರವಾದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ತೀರ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ,

ಒಂದು-ಒಂದೂವರೆ ಗ್ರಾಂ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪದೊಡನೆ ಸೇವಿಸಬಹುದೆಂದು ಸೂಚಿಸುವೆನು. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಸೇವನೆಯು ಮಧುಮೇಹ ರೋಗಕ್ಕೆ ರಾಮಬಾಣವಾಗಿದೆ. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ನೀರುಳ್ಳಿ(ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ) ಹಾಗಲಕಾಯಿ ನೆರಳಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ; ಹಾಗಲ ಬೀಜ, ಮಾವಿನ ಮರದ ಚಿಗುರು, ಕಹಿ ಬೇವಿನ ಹೂವುಗಳು ಮತ್ತು (ಎಲೆ ಮುಂತಾದ ಅದರ ಪಂಚಾಂಗ), ಸೇರಿಲಬೀಜ, ನೇರಿಲ ಹಣ್ಣು ಇವು ರಕ್ತಶರ್ಕರೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಏರುರಕ್ತದೊತ್ತಡವನ್ನು ಶಮನಿಸುವ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಮಾಡುವ ಸುಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನೀರುಳ್ಳಿ ಮಾಡಲು ಅದರ ಎರಡು ಪಟ್ಟು ನೀರುಳ್ಳಿ ತಿನ್ನಬೇಕು.

ವಾಯು ಉಬ್ಬರವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು, ರೊಂಡಿ ನರಬೇನೆ (ಸಾಯಟಿಕಾ) ಪಕ್ಷಾಘಾತ, ತೊಡೆಹಿಡಿಕು (ಊರುಸ್ತಂಭ) ಅಲ್ಲದೆ, ಸಂಧಿವಾತದ ಎಲ್ಲಾ ವಿಕಾರಗಳನ್ನೂ ಶಮನಿಸಿ ಸುಪರಿಣಾಮ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಂಧಿವಾತಕ್ಕೆ ಸೆಲೇನಿಯಂ ಕೊರತೆಯು ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವಾದುದರಿಂದ ಸೆಲೇನಿಯಂವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಸಂಧಿವಾತ, ಪಕ್ಷಾಘಾತ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವೂ, ಗುಣಕಾರಿಯು ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಎರಡೂವರೆ ತೊಲೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ರಸ ಹಾಗೂ ಎರಡೂವರೆ ತೊಲೆ ಆಕಳ ತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ, ಹೊತ್ತಿಗೆ ಇದರ ಅರ್ಧಪಾಲನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಆಮವಾತ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಮೆದುಳಿಗೆ ಬಲವನ್ನು ನೀಡಿ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಕೂದಲು ಕಾಂತಿಯುತವಾಗುತ್ತದೆ. ದೃಷ್ಟಿದೋಷ ಪರಿಹರಿಸಿ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಹಿತಕರವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಎಣ್ಣೆಯೊಡನೆ ಕುದಿಸಿ ಇಳಿಸಿ, ಹದಾ ಬಿಸಿಯಿರುವಾಗ ಕಿವಿಗೆ ಹಾಕಿದರೆ ಕರ್ಣಶೂಲವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಗಂಟಲ ಮೊಳೆ ರೋಗಕ್ಕೂ ಶಮನಕಾರಿಯಾಗಿ ಸ್ವರಭಂಗವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿ ಉತ್ತಮ ಸ್ವರವನ್ನು ಮರಳಿಸುತ್ತದೆ. ಶ್ವಾಸಕಟ್ಟನ್ನು (ಕಟ್ಟುಸೀರನ್ನು) ನಿವಾರಿಸಿ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ಅನಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುತ್ತದೆ. ವಿಘಟಿತವಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಪುಪ್ಪುಸದ ತಂತುಗಳನ್ನು ಜೋಡಣೆಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ, ಕಠಿಣವಾದ ಎಂಫಿಸಿಮಾ- ಅಂದರೆ ಗಾಳಿಯುಬ್ಬಟೆ ರೋಗವನ್ನು ಶಮನಿಸುತ್ತದೆ. ಕಫವನ್ನು ಹೊರಹಾಕಿ ಕೆಮ್ಮನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಬೇಳೆಗಳನ್ನು ಕೊಚ್ಚಿ, ಜೇನಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಇಟ್ಟು ಸೇವಿಸಿದರೆ ಕಫ, ಕೆಮ್ಮು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರಿನೊಡನೆ ಕುದಿಸಿ ಇಳಿಸಿ ಕುಡಿದರೆ ಉದರಶೂಲೆಯನ್ನು, ಹರಿಣಿ(ಹರ್ನಿಯಾ)ಯನ್ನು ಶಮನಿಸುತ್ತದೆ. ಉದರದ ಗುಲ್ಮ (ಗಡ್ಡೆ) ರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಗೆ ಶಮನಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೃದ್ರೋಗವನ್ನೂ, ಅದರಿಂದ ಆದ ನೀರು ಬೀಗನ್ನೂ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೃದಯದ ಧಮನಿಯ ದೋಷವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಾತದಿಂದ ಮೂತ್ರಕಟ್ಟಿದರೆ ಅದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ಮೂತ್ರವೂ ಸರಾಗವಾಗಿ ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇದು ಕ್ಷಯರೋಗದ ಕೀಟಾಣುಗಳನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಇಟಲಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ಕ್ಷಯರೋಗಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಿ ಕ್ಷಯರೋಗ ಗುಣವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ತೈಲದಲ್ಲಿ ಗಂಧಕವಿರುತ್ತಿದ್ದು ಅದು ಕ್ಷಯರೋಗ ನಿವಾರಕವಾಗಿದೆ. ಮುರಿದ ಎಲುವು ಕೂಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದರ ನೋವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕುಷ್ಠ ಹಾಗೂ ಹಲವು ಚರ್ಮರೋಗಗಳ ಮೇಲೆ ಇದನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ವೀರ್ಯೋತ್ಪತ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದ್ದೂ, ಶಕ್ತಿ ದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನೂ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇದು ಜ್ವರ ನಿವಾರಕವಾಗಿದೆ ಇದರಲ್ಲಿ ಕಬ್ಬಿಣದ ಅಂಶವಿರುವುದರಿಂದ ರಕ್ತ ಹೆಚ್ಚಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಿ ರಕ್ತಕ್ಷೀಣತೆಯು ಕ್ರಮೇಣ ನಿವಾರಣೆ ಹೊಂದುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಿಷಮಜ್ವರ, ಕಂಠರೋಹಿಣಿ (ಡಿಫ್ಥೀರಿಯಾ) ಹಾಗೂ ಹಿಸ್ಟೀರಿಯಾ (ಗರ್ಭೋನ್ಮಾದ)ವನ್ನು ಸಹ ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರ ಕ್ರಮವಾದ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಅಶಕ್ತಿಯ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ; ಹಳೇಜ್ವರಕ್ಕೂ ಉಪಯೋಗವಾಗುತ್ತದೆ.

ಜೂನ್ ತಿಂಗಳ 20ನೇ ದಿನಾಂಕದ ('ಟೈಮ್ಸ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ' ಬೆಂಗಳೂರು) ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ "ಕಾರ್ಗೊಸಾಟ್ ಟೀ" ಬಾಯೋಟೀ ಕುರಿತು ಒಂದು ಸುದ್ದಿಯು ಪ್ರಕಟಿತವಾಗಿದೆ. ಸಿರ್ಸಿಯ ಶ್ರೀ ಎಸ್ ವಿ ಹೆಗಡೆ- ಯುನಿವರ್ಸಿಟಿ ಆಫ್ ಎಗ್ರಿ ಕಲ್ಚರಲ್ ಸಾಯಿನ್ಸಿಸ್(ಯುಎಎಸ್)ದಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಎಸೆಟಿಬೇಕ್ಟರ್ ಮತ್ತು ಯೀಸ್ಟ್ ಸೇರಿಸಿದ ಚಹಾದ ಶೋಧನೆ ಮಾಡಿದ್ದು, ಇದನ್ನು ನಿತ್ಯದ ಚಹಾದೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ ಚಹಾ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಏರುರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಮತ್ತು ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಸಂಶೋಧಕರು ಎರಡು ವರ್ಷ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿ ಖಾತರಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಿಕೆ ನೀಡಿದ್ದುಂಟು. ಇದರಲ್ಲಿ ಪೊಟ್ಯಾಸಿಯಂ, ಝಿಂಕ್ (ಸತುವು), ಮೆಂಗನೀಸ್, ಪೆಪ್ಪರ್ಮೆಂಟ್, ಕೆಫೀನ್ ಮುಂತಾದವು ಇರುವುದೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದುಂಟು.

ಈ ಔಷಧಿದ್ರವ್ಯದ ತಯಾರಿಕೆಯನ್ನು ಸದ್ಯದಲ್ಲಿಯೇ ಕೈಕೊಳ್ಳಲಿರುವರೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಶತ ಔಷಧಿದ್ರವ್ಯದಲ್ಲಿ ಹತ್ತು ಭಾಗ ಸಕ್ಕರೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಬಹುದೆಂಬುದು ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿದೆ.

"ಕರ್ಮವೀರ" ಪತ್ರಿಕೆಯ 99ನೇ ಇಸ್ವಿ -23ರ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ "ಸರ್ವರೋಗಕ್ಕೆ ಈರುಳ್ಳಿ ಮದ್ದು" ಎಂಬ ಶೀರ್ಷಿಕೆ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಲೇಖಕರು ಡಾ|| ಕೆ.ಎನ್. ವೆಂಕಟೇಶ ಮೂರ್ತಿ.

ಒಂದು ಸಾಧಾರಣ ಗಾತ್ರದ ಈರುಳ್ಳಿಗಡ್ಡೆ, ಸಣ್ಣ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಗಡ್ಡೆ, ಒಂದು ಟೊಮೆಟೊ ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. 10 ಗ್ರಾಂ ಹಸಿಶುಂಠಿಯನ್ನು ಮಿಕ್ಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ರಸ

ತೆಗೆದು- ಹಿಂಡಿ ಮೇಲಿನ ರಸಕ್ಕೆ ಸೇರಿಸಬೇಕು. ಜತೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಚಮಚ ಸಕ್ಕರೆ, ಒಂದು ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಒಂದು ಚಮಚ ತುಪ್ಪ ಇವನ್ನು ಮಿಶ್ರಿಸಿ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಸಿ ಬೆಳಗಿನ ಜಾವದಲ್ಲಿ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಪ್ರತಿದಿನ ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಆಗಲೇ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿರಬೇಕು. ಇದು ಮಾದಕ ಕಾಮವರ್ಧಕ, ಹೃದ್ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಸಿದ್ಧೌಷಧ. ಇದರ ಕ್ರಮವಾದ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಸಂಪೂರ್ಣ ಹತೋಟಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಸಕ್ಕರೆ ಕಮ್ಮಿಯಾಗಿ ಮಧುಮೇಹ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತನಾಳ ಶುದ್ಧವಾಗಿ ರಕ್ತವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಸ್ತಮಾ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ; ಕಫ ಹೊರಬೀಳುತ್ತದೆ. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಲಕ್ಷಣ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ- ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದುಂಟು. ಇಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪ ಹಸುವಿನ ತುಪ್ಪವೇ ಎಂದು ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ರೋಗಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಅರಿಶಿಣದಂತೆಯೇ ಏಡಿಗಂತಿ (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್) ರೋಗಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುವುದೆಂದು ಪ್ರಯೋಗಗಳಿಂದ ಕಂಡುಹಿಡಿದುದುಂಟು. ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಉಷ್ಣವೀರ್ಯವುಳ್ಳದಾದುದರಿಂದ ಇದರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ನೆಗಡಿ, ಕಫ, ಕೆಮ್ಮುಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸಬಹುದು.ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ ವೈದ್ಯರಾಗಿದ್ದ ಕೈ. ಊರಕೇರಿ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತರು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಥಂಡಿರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ್ಕಾಗಿ ತಿನ್ನುವಾಗ ಕರಿದ ತಿಂಡಿ ಮತ್ತು ಮೊಸರನ್ನು ಸಹ ವರ್ಜಿಸಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದರು. ನನ್ನ ಸಂಗ್ರಹದ "ದನಗಳ ವೈದ್ಯ" ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ದನಕ್ಕೆ ದೊಡ್ಡ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಗಡ್ಡೆಯನ್ನು, ಸಣ್ಣದನಕ್ಕೆ ಸಣ್ಣಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ತಿನ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ (ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ) ಅದಕ್ಕೆ ಥಂಡಿ ಹವೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ನರಡಿ, ಹಲಗೆರೋಗ ಮುಂತಾದವು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ- ಎಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿತ್ತು.

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಬೇಳೆಗಳ ಸರವನ್ನು ಕುತ್ತಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿದರೆ ಹಲವು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ತಿನ್ನುವವರು ಶರೀರದಲ್ಲಿ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಕೊಬ್ಬಿನ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದು ಎಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಹೆರಿಗೆಯಾಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹಸಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಸೇವನೆಯು ರಕ್ತಹೀನತೆ ಉಂಟುಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನ ದೃಢಪಡಿಸಿದೆ. ಹುರಿದು ಸುವಾಸನೆ ಬರಿಸಿದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಸೇವಿಸಿ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದು ಡಾ|| ಕೆ.ಎನ್.ಪ್ರಸಾದ್, ಎಂ.ಡಿ., ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಕ್ಲಿನಿಕ್, ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಪುರ ರೋಡ್, ಕದಿರೇನ ಹಳ್ಳಿ, ಬಿ.ಎಸ್.ಕೆ. ೨ನೇ ಸ್ಟೇಜ್, ಬೆಂಗಳೂರು 70 ಇವರು "ಗಂಡಹೆಂಡತಿ" ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆಯ ನವೆಂಬರ್ 1999ರ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದರು.

ಆದರೆ, ಹುರಿದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಮೇಲೋಗರದಲ್ಲಿಯಾಗಲಿ, ಅನ್ನಕ್ಕೆಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೆಯೇ ಕಲಸಿಕೊಂಡು ತಿನ್ನುವುದಾಗಲಿ ತುಂಬಾ ರುಚಿಕರವಾದರೂ ಇದನ್ನು ತಿಂದ, ಉಂಡ ಬಾಯ ವಾಸನೆ, ಬೆವರಿನ ವಾಸನೆ, ಮೂತ್ರವಾಸನೆ ಸಹ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ವಾಸನೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ಇತರ ಜನರ ಸಂಗಡೊಡನಾಡುವುದು ಅವರಿಗೆ ಸಹಿಸಲು

ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು. ಅದರಿಂದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಔಷಧೀಯ ಗುಣವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡದೆ ವಾಸನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಅನುಭವಿಕರು ಅದರ ಶುದ್ಧಿಕ್ರಮವನ್ನು ತಿಳಿಸಿದುದುಂಟು. ಪರಮಪೂಜ್ಯ ಹುಲಿಕುಂಟೆ ಮಠದ ಸ್ವಾಮೀಜಿ 'ಆರೋಗ್ಯ ದರ್ಪಣ' ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ ಕ್ರಮ ಹೀಗೆ:-

ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಬೇಳೆ ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿದು, ದಿನಾಲು ಹೊಸ ಮಜ್ಜಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನೆನೆಯಿಸಿ ಇಟ್ಟು ಏಳು ದಿನ ಆದಮೇಲೆ ತೆಗೆದು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಇನ್ನೊಂದು ಕ್ರಮ- ಒಂದು ದಿನ ಹುಳಿಮಜ್ಜಿಗೆಯಲ್ಲಿ ನೆನೆಯಿಸಿ ಇಟ್ಟು ತೆಗೆದು, ಐದಾರು ಬಾರಿ ಬಿಸಿನೀರು ಹಾಕಿ ತಿಕ್ಕಿ ತೊಳೆಯುವುದು. ಇದರಿಂದ ಅದರ ವಾಸನೆ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು. ಮತ್ತೊಂದು ಕ್ರಮ- ಬಹಳ ಬಿಸಿ ಅನ್ನದಲ್ಲಿ ಸುಲಿದ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಬೇಳೆ ಹಾಕಿದ ಹತ್ತು ಮಿನಿಟು ಅದ ಮೇಲೆ ಅದರೊಡನೆ ಅನ್ನ ಉಣ್ಣುವುದು. ಹಸಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಚಟ್ನಿ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಉಂಡರೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯ ಕೆಟ್ಟವಾಸನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಬಾಹ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಹಲವು ಥರಗಳಿಂದ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನಂಜು ನಿವಾರಕವಾಗಿದ್ದು ವಿಷವನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುವುದಾದುದರಿಂದ ಕ್ಷುದ್ರವಿಷಪ್ರಾಣಿಗಳು ಕಚ್ಚಿದುದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೈಲಿ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚುಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು ರಸಿಗೆಯಾಗಿ ಉಬ್ಬಿದ್ದ ದಾಕು ಹುಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ನೊಣಗಳು ಎರಗಿ ಕುಳ್ಳಿರಬಾರದು ಎಂದು ಕರ್ಪೂರ ಮತ್ತು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ ಇಳಿಸಿಟ್ಟ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರು. ಕುರ ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಅರೆದು ಹಚ್ಚಿದರೆ ಅವು ಅಲ್ಲಿಯೇ ತಗ್ಗಿ ಅಣಗಿಹೋಗುತ್ತವೆ.

ತದ್ದು ಮುಂತಾದ ಚರ್ಮರೋಗಗಳ ಮೇಲೆ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ಅರೆದು ತಿಕ್ಕಿದರೆ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವುದು. ವೇದನೆಯನ್ನು ಶಮನಮಾಡುತ್ತದೆ, ಬೀಗನ್ನು ಇಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪಾರ್ಶ್ವ ಶೂಲದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನರೆದು ಹಚ್ಚುವುದು, ಇಲ್ಲವೆ ಇದರ ರಸವನ್ನು ಹಚ್ಚುವುದು.

ಪಕ್ಷಾಘಾತ ಮತ್ತು ಇತರ ವಾತಗಳಲ್ಲಿ ಲೇಪಿಸುವ ಲಶುನಾದಿ ತೈಲ, ಬೆಳ್ಳಂಬಾರದ ಗೌಡರ ಪಕ್ಷಾಘಾತ ತೈಲ ದ.ಕ. ಬಿರ್ತಿತೈಲ, ಕಂಡಂಜತೈಲ ಮುಂತಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯು ಮುಖ್ಯವಾದೊಂದು ಔಷಧಿದ್ರವ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ರಸೋನವಟೀ, ಲಶುನಾದಿ ತೈಲ ಮುಂತಾದ ಔಷಧಿಗಳು ಚಾಲ್ತಿಯಲ್ಲಿವೆ.

ಆರು ರಸಗಳಲ್ಲಿ ಹುಳಿರಸವಿಲ್ಲದ ಈ ರಸೋನವು ರಸಾಯನವೂ ಆಗಿ ಶಾರೀರಕ -ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡುತ್ತದೆ.

■

೧೪. ಕಣ್ಣುಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆ

ವಿಕಾಸವಾದದ ಪ್ರವರ್ತಕನಾದ ಚಾರ್ಲಸ್ ಡಾರ್ವಿನ್ನನು ಪ್ರಕೃತಿಯಿಂದ ಎಲ್ಲ ವಸ್ತುಗಳೂ ಸಹಜವಾಗಿ ಉತ್ಪನ್ನವಾಗಿ ವಿಕಾಸವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತವೆ ಎಂದ ಅವನಿಗೆ, ಸೃಷ್ಟಿಯ ಉಗಮಕ್ಕೆ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನ ಅಗತ್ಯ ಅನಿಸಲೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಕಣ್ಣುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವಾಗ ದೃಷ್ಟಿಶಕ್ತಿ ಅದ್ಭುತದ ಕಲ್ಪನೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಅವನು ದಂಗಾಗಿಬಿಟ್ಟನು. ದೃಷ್ಟಿಶಕ್ತಿಯು ಸೃಷ್ಟಿಯ ಅದ್ಭುತ ಸೃಷ್ಟಿ ಎಂದು ಅವನಿಗೆ ಅನಿಸಿತು. ಕಣ್ಣುಗಳು ರತ್ನಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಲೆಯುಳ್ಳವು, ಕಳೆದುಹೋದ ರತ್ನಗಳನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ, ಕಳೆದುಹೋದ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಮರಳಿ ಪಡೆಯುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರುವಂಥದ್ದು.

ಊಟದಿಂದ ಬಂತು ರೋಗ, ಮಾತಿನಿಂದ ಬಂತು ಜಗಳ- ಈ ಗಾದೆಯು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪರಿಚಿತವೇ ಆಗಿದೆ. ಕಣ್ಣುಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲೂ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಮಹತ್ವ ಅತಿಶಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಲಕ್ಷಾಂತರ ಶಿಶುಗಳ 'ಏ' ಜೀವಸತ್ವದ ಪೂರೈಕೆಯಾಗದ ಕಾರಣದಿಂದ ಕುರುಡುತನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಬಡವರು ಸಹ ನುಗ್ಗೆ ಎಲೆರಸವನ್ನು ಮಿತವಾದ ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ ಶಿಶುಗಳ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಈ ಕಾರಣದಿಂದಾಗುವ ಅಂಧತ್ವವುಂಟಾಗದು. ಗರ್ಭಿಣಿಯ ಕುರಿತು, ಅವಳ ಆಹಾರ-ವಿಹಾರ ಕುರಿತು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ವಹಿಸುವುದರಿಂದ ಮುಂದೆ ಹುಟ್ಟುವ ಶಿಶುವಿಗೂ ಅದರಿಂದ ಹಿತಕರವಾಗುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭಿಣಿಯ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಶುವಿರುವ ಕಾರಣದಿಂದ ಎರಡುಪಟ್ಟು ಆಹಾರ ಬೇಕಿಲ್ಲ, ಸ್ವಲ್ಪ ಆಹಾರ, ಸತ್ವವುಳ್ಳದ್ದು ಹೆಚ್ಚು ಬೇಕು. ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಾ ಅನ್ನವನ್ನು ತಿಂದರೆ, ಇಲ್ಲವೆ ಬಕ್ಕರಿಯನ್ನು ಬಕ್ಕರಿಸಿದರೆ ಶರೀರ ಪೋಷಣ ಹೆಚ್ಚಾಗದು. ಮಿತಾಹಾರ ಸತ್ತ್ವಪೂರಿತವಾದುದ್ದಾಗಿದ್ದರೆ ಸಾಕು. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಹಾರವನ್ನು ನುರಿಸಿ ತಿನ್ನುವುದೂ ಸಹ ಅಷ್ಟೇ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ.

ಮೊಳಕೆ ತರಿಸಿದ ಹಸಿಯಾದ ಆಹಾರ ಉತ್ತಮ, ಉಳಿದ ಹಸಿರು ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣು, ಹಾಲು, ಬೆಣ್ಣೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಿತಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ ಕಾಯಿಪಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ "ಏ" ವಿಟಾಮಿನ್ ವಿಶೇಷವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಬೀಜ ಮತ್ತು ಮೇಲಾವರಣ ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದ ಟೊಮೆಟೊ ಹಣ್ಣು ಅಥವಾ ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಅತ್ಯುತ್ತಮ (ಒಂದು ವರ್ಷದೊಳಗೆ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಟೊಮೆಟೊ ತಿನ್ನಿಸುವುದು ಬೇಡ). ಹಸಿ ಗಜ್ಜರಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ (ಆಮಶಂಕೆಯವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ).

ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಆಹಾರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು ಉತ್ತಮ. ವರ್ಜ್ಯ ಆಹಾರ, ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್ ಹೆಚ್ಚು ಮಸಾಲೆ, ಅತಿ ಉಷ್ಣ ನೀರು, ತಣ್ಣನೆ ಪೇಯ, ಬಿಳಿ ಅಕ್ಕಿಯಲ್ಲಿ 'ಬಿ' ವಿಟಾಮಿನ್ ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಕೃತ್ರಿಮ ಪೇಯ, ಕೃತ್ರಿಮ ಆಹಾರ ಹಾಗೂ ಲಸ್ಸಿ ಬೇಡ. ಚಹಾ, ಕಾಫಿ ತೀರ ಮಿತಿಯಿಂದ ಕುಡಿಯಬೇಕು. ಪಾಲಿಷ್ ಮಾಡಿದ ತಂಬಾಕು ಸೇವನೆ ಹಾಗೂ ಮದ್ಯಪಾನ ಈ ಚಟಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಶರೀರವು ನಿರೋಗಿಯಾಗಿರುವಂತೆ ಮಿತಾಹಾರ ವಾರಕ್ಕೆ ಒಂದು ಹೊತ್ತು ಉಪವಾಸ, ಹಾಗೂ ನಿಯಮಿತ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಹದಿಮೂರು ತಾಸು ಆಹಾರ ತಕ್ಕೊಳ್ಳದಿರುವುದು ನಿಜವಾದ ಉಪವಾಸ. ಯೋಗವರ್ಗಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಕರು ನಡೆಸುವಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಯೋಗಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣು

ಕುರುಡರಲ್ಲಿ ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂಬ ಗಾದೆಯಿದ್ದರೂ, ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣು ಕಣ್ಣುಗಳ ಮೇಲೆ ಬಹಳ ಆಯಾಸದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಶಿಶು ತೀರ ಚಿಕ್ಕದಿರುವಾಗ, ಆರು ತಿಂಗಳ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲೂ ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಬಹುದು. ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಇದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಎರಡೂ ಕಣ್ಣುಗಳು ನೋಡುವಲ್ಲಿ ಫೋಕಸ್ ಇರದು, ನೋಟದ ಕ್ಷೇತ್ರದ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿರುವುದು ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣಿನ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣ. ಕಣ್ಣು ಮೇಲೆ ನೋಡಿದರೆ ಮೇಗಣ್ಣು; ಕೆಳಗೆ ನೋಡಿದರೆ ಕೆಳ್ಗಣ್ಣು. ಶಿಶು ಮಲಗಿದ್ದಾಗ ಅದರ ಒಂದು ಕಣ್ಣು ಬೇರೆಡೆ ನೋಡುತ್ತಿರುವುದು ಮುಂದುವರಿದರೆ ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣಾಗುವುದು ಸಾಧ್ಯ. ಆಗ ಅಡ್ಡ ನೋಡುವ ಕಣ್ಣನ್ನು ಸಹಜಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರಲು ಸಹಜ ನೋಟ ನೋಡುವ ಕಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಪಟ್ಟಿ ಕಟ್ಟಿ ಇಡಬೇಕು. ಆಗ ಅಡ್ಡ ಕಣ್ಣನ್ನ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ತಿರುಗಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ದೋಷವು ವಾಸಿಯಾಗಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಶಿಶುವಿನ ಸುತ್ತಲೂ ಥಟ್ಟನೆ ಚಲನೆ ಮಾಡಬಾರದು. ಶಿಶುವಿನ ಹತ್ತಿರ ವಸ್ತುವನ್ನು ಒಮ್ಮೆಲೆ ನೂಕಿ ಹಿಡಿಯಬಾರದು.

ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣಿಗೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ದೃಷ್ಟಿ ಪುನಃ ಉಂಟಾಗಲಾರದು. ಓರೆನೋಟ ಕಾಣುವುದು ಮಾತ್ರ ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು. ಅದರಿಂದ, ಈ ಕುರಿತು ತೀರ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೇ ಮುಂಜಾಗ್ರತೆಯ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ರೋಗ ಕಾರಣವಾಗಿ ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣಾಗಬಹುದು. ಹೊಟ್ಟೆಹುಳುಗಳು, ಸೆಳವು, ಗೋಣಿದದಾರ, ಅಪಸ್ಮಾರ, ಜಲಮಸ್ತಕರೋಗ, ಕಣ್ಣ ನರಗಳ ಪಕ್ಷಾಘಾತ, ಮೆದುಳಿನ (ಗಡ್ಡೆ ಮುಂತಾದ) ರೋಗಗಳು, ಸೂರ್ಯಾಘಾತ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಮೆಳ್ಳಗಣ್ಣಾದರೆ. ಆಯಾ ರೋಗಕ್ಕೆ ಲಕ್ಷಣಾನುಸಾರ ಔಷಧ ಮಾಡಿ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಗುಣಮಾಡಬಹುದು. ಕಣ್ಣುಗಳ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಅನಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಇಲ್ಲವೆ ಮುಟ್ಟಿನ ಅಕ್ರಮಗಳಿಂದಲೂ ಈ ದೋಷವಾಗಬಹುದು.

ಸಮೀಪ ದೃಷ್ಟಿದೋಷಕ್ಕೂ, ಇತರ ದೃಷ್ಟಿ ಸುಧಾರಣೆಗೂ ಲಂಬ ವಕ್ರಚಲನೆ(long swing)ಯ ವ್ಯಾಯಾಮ ಬಹಳ ಉತ್ತಮ. ಆರು ಇಂಚು ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಪಾದ ಇಟ್ಟು ನಿಲ್ಲಬೇಕು. ಬಲಕ್ಕೆ ಶರೀರ ತಿರುಗುವಾಗಲೇ ಎಡಪಾದದ ಹಿಮ್ಮಡವನ್ನೆತ್ತಬೇಕು. ತಲೆ, ಕಣ್ಣು, ತೋಳು ಇವು ಶರೀರದ ಚಲನೆಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವಂತೆ ಆರಾಮವಾಗಿ ಇರಲಿ. ಮುಂದೆ ಎಡಹಿಮ್ಮಡಿಯನ್ನು ನೆಲದ ಮೇಲಿಡಿರಿ. ಶರೀರವನ್ನು ಎಡಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸುವಾಗ ಬಲ ಹಿಮ್ಮಡವನ್ನು ಎತ್ತಿರಿ. ಹೀಗೆ ಪಾದಗಳನ್ನು ಬಲ, ಎಡ- ಹೀಗೆ ಎತ್ತುವ ಸಮಯ 180 ಅಂಶಗಳ ಕಮಾನಿನಲ್ಲಿ ಶರೀರ ಹಾಗೂ ತಲೆ ತಿರುಗಿಸಿರಿ. ಈ ಚಲನೆ ಏನೂ ಒತ್ತಡ ಇಲ್ಲದೆ ಸರಾಗವಾಗಿ ಸಾಗಲಿ. ಮಿನಿಟಿಗೆ 16 ಕಮಾನು ಚಲನ ಮಾಡುವ ಕ್ರಮ ಬಹಳ ಹಿತಕರವಾದುದು. ಓರೆಗಣ್ಣನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ನೇತ್ರದರ್ಶಕ (eye scope) ವ್ಯಾಯಾಮ ಕ್ರಮವಿದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ತಜ್ಞರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬೇಕು ಮುಂಬಾಯಿಯ ಡಾ, ಗಾಲಾ ಗಾಲಾ ಪಬ್ಲಿಷರ್ಸ್, ನವನೀತಭವನ, ಭವಾನಿ ಶಂಕರ ರೋಡ್, ದಾದರ, ಮುಂಬಾಯಿ-400028. ಇಂಥ ತಜ್ಞರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಬೇಕು.

ತಲೆಯನ್ನು ತಣ್ಣಗೆ, ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಮೆತ್ತಗೆ, ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ತಲೆ ತಣ್ಣಗಿರಬೇಕು- ಎಂದರೆ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಬರ್ಫ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳವುದಲ್ಲ. ಮಿದುಳು ತಣ್ಣಗಿರಬೇಕು- ಅಂದರೆ ದುಃಖ, ಚಿಂತೆ, ಕೋಪತಾಪಗಳನ್ನು ಆದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ತಲೆಗೆ ಬಿಸಿನೀರನ್ನು ಹಾಕಬಾರದು. ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚನೆಯ ನೀರಿನ ಸ್ನಾನ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹಿತಕರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೊಟ್ಟೆ ಮೆತ್ತಗಿರಬೇಕು ಎಂದರೆ- ಅಧಿಕ ಆಹಾರ, ಕೊಬ್ಬಿನ ಆಹಾರ, ವ್ಯಾಯಾಮ(ಕೆಲಸ)ವಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಚರ್ಮ ಹಾಗೂ ಹೊಟ್ಟೆ ದಪ್ಪವಾಗಿರಬಾರದು. ಅಪಚನ ಮಲಬದ್ಧತೆ ದೂರಮಾಡಬೇಕು. ಮಲ-ಮೂತ್ರ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯುವುದರಿಂದ ದೋಷ ಸಂಚಯವಾಗುತ್ತದೆ. ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ಪಾದ

ತೊಳೆದುಕೊಂಡರೂ ಒಣವಸ್ತ್ರದಿಂದ ಕಾಲು ಒರಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿಯಮಿತವಾದ ನಡೆವ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕು.

ಮೂಗಿನ ಒಳಗಿರುವ ಕೂದಲುಗಳಿಗೂ, ಕಣ್ಣುಗಳ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧವಿರುವಂತಿದೆ. ಮೂಗಿನೊಳಗಿರುವ ಕೂದಲುಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುವುದರಿಂದ ದೃಷ್ಟಿಮಾಂದ್ಯವಾಗುವುದೆಂದು ಹಳ್ಳಿವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದ್ದುಂಟು.

ಕಣ್ಣುಗಳು ಉರಿಯುವುದಕ್ಕೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಹುಡುಗರು ಹಿಪ್ಪಿಗಳಂತೆ ಉದ್ದಕೂದಲನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಂದು ಕಾರಣವೆಂದು ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆಯುರ್ವೇದ ನೇತ್ರತಜ್ಞರಾದ ಡಾ|| ಗಾಲಾ ಎಂಬವರು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ, ಭಾರತೀಯ ನಾರಿಯರು ಉದ್ದ ಕೂದಲನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಈ ಬಾಧೆಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ಯಾರೂ ತಿಳಿಸಲಿಲ್ಲ.

ಅಂಗಾಲುಗಳಿಗೂ, ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೂ ನೇರ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ತೀಕ್ಷ್ಣ ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ಕಣ್ಣುರಿ, ಅಂಗಾಲುರಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಚಪ್ಪಲಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದರಿಂದಲೂ ಈ ಬಾಧೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಪಾಸ್ಟಿಕ್, ಇಲ್ಲವೆ ರಬ್ಬರನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಹಿತಕರವಾಗದು.

ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೋತಿಬಿಂದು ರೋಗವಾಗುತ್ತದೆ. ಪಾದಗಳಿಗೆ ಶುದ್ಧ ಹರಳೆಣ್ಣೆ ಲೇಪಿಸಿಕೊಂಡು ಮಲಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಮೋತಿಬಿಂದು ಆಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಪ್ರತಿಬಂಧಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಡಾ|| ದರ್ಬಾರಿ ಎಂಬ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ತಣ್ಣೀರಿನಿಂದ ಆಗಾಗ ಕಣ್ಣು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಿತಕರವಾದುದು. ಪಿಂಗಾಣಿ ಬಸಿಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಕಣ್ಣು ಅದ್ದಿಸಿ, ಕಣ್ಣುಗೊಂಬೆ ತಿರುಗಿಸಿಕೊಂಡು ಕಣ್ಣು ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಿತಕರ. ಆದರೆ, ಕೆಂಗಣ್ಣು ಬೇನೆ ಬಂದಾಗ ಹದಾ ಬಿಸಿನೀರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಶಾಕ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳವುದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಉಪದಂಶದ ಕರಿಯಾಲಿ ಮುರಿತದಲ್ಲೂ ತಣ್ಣೀರು ಬೇಡ. ಕೆಲವು ದಿನ ಸ್ವಚ್ಛ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟ ಸ್ವಮೂತ್ರದ ಬಿಂದುಗಳನ್ನು ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಕೆಂಗಣ್ಣರೋಗ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ; ದೃಷ್ಟಿಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ಬಿಸಿನೀರಿಗೆ ಉಪ್ಪನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಉಗುರು ಬೆಚ್ಚಗಾದಾಗ ಅದರಿಂದ ಕಣ್ಣು ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಅರ್ಧಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನು ಅರ್ಧ ಪಿಂಟ್ ನೀರಿಗೆ ಹಾಕಿ 10 ಮಿನಿಟು ಕುದಿಸಿ ತೆಗೆದಿಟ್ಟು, ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ದಿನಾ ಮೂರುಸಾರೆ ತೊಳೆಯುತ್ತಿರಬೇಕು.

ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನು ನೀರಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗಿದಾಗ ಸ್ವಚ್ಛ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಮುಚ್ಚಿದ ಕಣ್ಣುಗಳ ಮೇಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ. ಎಡಗಣ್ಣಿಗೆ ದಕ್ಷಿಣ, ಬಲಗಣ್ಣಿಗೆ

ಉತ್ತರ ಇರುವ ಸಣ್ಣ ಅಯಸ್ಕಾಂತಗಳನ್ನು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಕಣ್ಣುನರಗಳ ಆಯಾಸ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಲಿಂಬೆರಸ ಸೇರಿಸಲೂಬಹುದು. ದೊರೆತರೆ ಅದಲನ್ನು (Clay) ಸ್ವಚ್ಛ ಬಟ್ಟೆಯ ಮೇಲೆ ಹರವಿಕೊಂಡು, ಆ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಕಣ್ಣುಗಳ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟು ಮಲಗಿರುವುದು ಉತ್ತಮ. ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಆಯಾಸವಾಗುವಂತೆ ಅವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಕಣ್ಣುಗಳ ಹಲವು ರೋಗಗಳು ಆಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಓದು-ಬರಹ ಇಲ್ಲದ ಹಾಗೂ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಅಲಾಸ್ಕಾ ಎಸ್ಕಿಮೋ ಜನರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿದೋಷ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಅಮೆರಿಕ ಸರಕಾರವೂ ಸಕ್ತಿ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ರಮ ರೂಢಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಮುಕ್ಕಾಲು ಸಂಖ್ಯೆಯ ಹುಡುಗರಿಗೆ ಲಘುದೃಷ್ಟಿ (ಸಮೀಪ ದೃಷ್ಟಿ)ದೋಷವುಂಟಾಯಿತು. ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿರ ಇಟ್ಟು ನೋಡುತ್ತಿರುವುದು ಈ ದೋಷಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. ಕೆಲವು ನೇತ್ರರೋಗತಜ್ಞರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಆನುವಂಶಿಕ ದೋಷವೇ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. ಎರಡೂ ಕಾರಣ ಇರಬಹುದು.

ಅತಿಯಾಗಿ ಚಲನಚಿತ್ರ ನೋಡುವುದೂ; ಟಿವಿ ನೋಡುವುದೂ ದೊಡ್ಡವರ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೂ ಹಿತಕರವಲ್ಲ. ಟಿವಿ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತಿರುವ ಅಂತರ 14 ಅಡಿ ಇರಬೇಕು. 10 ಅಡಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಟಿವಿ ನೋಡಕೂಡದು. ತೀರ ದೂರದಿಂದಲೂ ಟಿವಿ ನೋಡಬಾರದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹದಿನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೆ ಇದರಿಂದ ದೃಷ್ಟಿಶಕ್ತಿಗೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗುವುದು. ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗೆ ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಟಿವಿ ನೋಡಿ ದೃಷ್ಟಿಮಾಂದ್ಯಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ಪರಿಹಾರವಿಲ್ಲವೆಂದು ಟೈಮ್ಸ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದಿತ್ತು.

ಅತಿಶಯ ಪ್ರಖರವಾದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ರಕ್ತದ ಏಡಿಗಂತಿ(ಕ್ಯಾನ್ಸರ್) ರೋಗಕ್ಕೂ ಇದು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಿತವಾದರೂ ನೇರವಾಗಿ ಸೂರ್ಯನನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ. ಗ್ರಹಣ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ನೇರವಾಗಿ ಸೂರ್ಯಬಿಂಬ ನೋಡಲೇಬಾರದು. ಮೀನಗಳಂತೆ ದೇವತೆಗಳೂ ಅನಿಮಿಷರಂತೆ. ಆದರೆ, ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಕಣ್ಣುರೆಪ್ಪೆ ಇರುವುದು- ರೆಪ್ಪೆ ಮುಚ್ಚಿ ತೆರೆಯುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ. ರೆಪ್ಪೆ ಮುಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದು ಆಯಾಸ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯ. ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕೆಕ್ಕರಿಸಿ ನೋಡುತ್ತಲೇ ಇರಬಾರದು.

ಅರ್ಧತಾಸು ಓದಿದ ಮೇಲೆಮಾಳಿಗೆ ಇರುವ ಮನೆಯ ಎತ್ತರದ ಮೇಲೆ ದೃಷ್ಟಿ ಇಟ್ಟು ತಗ್ಗಿಸಬೇಕು. ಒಮ್ಮೆ ದೂರ, ಒಮ್ಮೆ ಸಮೀಪ... ಹೀಗೆ ದೃಷ್ಟಿಯ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ಕಣ್ಣುಗೊಂಬೆಗಳನ್ನು ವರ್ತುಲ ರೀತಿ ತಿರುಗಿಸಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಕಣ್ಣಿನ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಿಗೂ ವ್ಯಾಯಾಮ ಆದಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಂಗೈಮುಚ್ಚಿಕೆ: ಒಂದು ಕೈಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಕಣ್ಣಮೇಲೆ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ತಾಗದ ಹಾಗೆ, ಮತ್ತೊಂದರ ಕೈಬೆರಳುಗಳ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬೆಳಕು ಅಂಗೈ ಒಳಗೆ ಬಾರದಂತೆ ಅಂಗೈ ಮುಚ್ಚಿರಬೇಕು. ಎರಡರಿಂದ ಹತ್ತು ಮಿನುಟುಗಳವರೆಗೆ ಅನುಕೂಲಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಹೀಗೆ ತಾಸಿಗೊಮ್ಮೆ ಅಂಗೈಮುಚ್ಚಿಕೆ ಇರಲಿ. ಮೋತಿ ಬಿಂದು ರೋಗವಾದವನು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ತಾಸಿಗೊಮ್ಮೆ ಈ ಅಂಗೈಮುಚ್ಚಿಕೆಯಿಂದ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡಬೇಕು.

ಕೆಂಗಣ್ಣು ಬೇನೆ

ಇದರಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣು ಕೆಂಪಗಾಗುತ್ತವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ದ್ರವರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀರಾಗಲಿ ರಸಿಗೆಯಾಗಲಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಕ್ರಿಮಿ ಸೋಂಕಿನಿಂದಾದರೆ ಬೇಗನೆ ಮತ್ತೊಂದು ಕಣ್ಣಿಗೂ ರೋಗ ಹಬ್ಬುತ್ತದೆ. ರಾಸಾಯನಿಕ ಇಲ್ಲವೆ ಬೇರೆ ವಸ್ತುವಿನಿಂದ ಕೆರಳಿ, ಇಲ್ಲವೆ ಅಲರ್ಜಿಯಿಂದಲೂ ಈ ರೋಗವಾಗಬಹುದು. ಶುದ್ಧ ಅರಿಶಿಣ ಕದಡಿದ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಂದಿಬಟ್ಟಲ(ನಂಜಟ್ಲೆ) ಐದೆಸೆಳಿನ ಬಿಳಿಹೂವುಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛ ಕೈಯಿಂದ ಹಿಂಡಿ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಹಾಕಿದರೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಡಾ|| ಸಿ.ಜಿ. ನವಲಿಯವರು 'ಪಥ್ಯದ ಆಹಾರಗಳು' ಎಂಬ ಚಿಕ್ಕ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ- ಚವಳಿಕಾಯಿ ರಸದ ಅಂಜನ ಹಚ್ಚಲು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಲಕ್ಷಿಸಿದರೆ ರವೆಗಣ್ಣು ಎಂಬ ಗಂಭೀರ ರೋಗವಾಗಬಹುದು.

ರವೆಗಣ್ಣು (ಟ್ರಾಕೊಮಾ)

ಇದಕ್ಕೆ ಟೆಟ್ರಾಸೈಕ್ಲಿನ್ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಎಂದು ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣುಗಳು ಕೆಂಪು ದಾಸವಾಳ ಹೂವಿನಂತೆ ಕೆಂಪಾಗುತ್ತವೆ. ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಅತಿಶಯ ಉರಿ ಹಾಗೂ ನೋವು ಇರುತ್ತಿದ್ದು, ರೆಪ್ಪೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಸುಕು ಇರುವಂತೆ ಅಡೆತಡೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಮೋತಿಬಿಂದು

ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನವರ ದೃಷ್ಟಿದೋಷ. ಆದರೆ, ಕಣ್ಣಿಗೆ ಪೆಟ್ಟಾದ ಕಾರಣದಿಂದ ಎಳೆಯರಿಗೂ ಈ ರೋಗವಾದೀತು. ಚರ್ಮರೋಗವನ್ನು ತೀಕ್ಷ್ಣ ಮಲಂ ಹಚ್ಚಿ ಹತ್ತಿಕ್ಕಿದುದರಿಂದ ಮೋತಿಬಿಂದು ರೋಗ ಆದರೆ, ಸರಿಯಾದ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಔಷಧಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಚರ್ಮರೋಗ ಹೊರಗೆ ಬಂದು ಮೋತಿಬಿಂದು ಗುಣವಾಗುವುದು.

'ಡಿ' ಜೀವಸತ್ವ ಕೊರತೆ ಮೋತಿಬಿಂದುವಿಗೆ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ. ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಕೊಡುವುದು ಪ್ರಖರವಾದ ಸೂರ್ಯನ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಿರುಗಾಟ

ಮಾಡುವುದು ಸಹ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿ ಮಂದವಾಗಿ ರಾತ್ರಿ ದೀಪದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದು ಮೋತಿಬಿಂದುವಿನ ಒಂದು ಲಕ್ಷಣ. ಉತ್ತಮ ದರ್ಜೆಯ ಕಪ್ಪು ಕನ್ನಡಕವನ್ನು ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಧರಿಸಬೇಕು.

ಅಯಸ್ಕಾಂತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಯೋಗ್ಯ ರೀತಿಯಿಂದ, ತೀರ ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದ ಕೈಕೊಂಡರೆ ಮೋತಿಬಿಂದು ಗುಣವಾಗಬಹುದು. ಮತ್ತು ಅಯಸ್ಕಾಂತ ಕನ್ನಡಕ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ; ಅದನ್ನು ಧರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮೋತಿಬಿಂದು ಪೂರ್ತಿ ಬೆಳೆದ ಮೇಲೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನೂರು ಹತ್ತು ದಿನ ಲಂಘನ ಮಾಡಿ ಮೋತಿಬಿಂದು ಗುಣವಾಗಿದೆಯಂತೆ. ಆದರೆ, ಇದು ವ್ಯಾವಹಾರಿಕವೆನಿಸದು.

ಮೋತಿಬಿಂದುವಿನ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತ ಪ್ರಗತಿಯಾಗಿದೆ. ಲೇಸರ್ ಕಿರಣಗಳಿಂದ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದ ದಿನವೇ ಮನೆಗೆ ಮರಳಬಹುದು. ಆದರೆ, ತಗಲುವ ವೆಚ್ಚ ಬಹಳ. ಹಲವು ತಿಂಗಳ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬೇಕು. ಆದರೂ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಅನಂತರ ಮೊದಲಿನ ಶಕ್ತಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಾರದು. ತೀರ ವಯಸ್ಸಾದವರಿಗೆ ತೀರಾ ನರದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಮೂಲಕ ದೃಷ್ಟಿ ಮರಳದಿರಬಹುದು.

ಕಾಚಬಿಂದು

ಹತ್ತಗಣ್ಣು, ಗಾಜುಗಣ್ಣು (glaucoma)- ಈ ಭಯಂಕರ ಕಣ್ಣುಗಳ ರೋಗವು ಕಣ್ಣು ಕುರುಡು ಮಾಡುವ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ರೋಗವಾಗಿದೆ.

ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿರುವ ದ್ರವವಸ್ತುವಿನ ಒತ್ತಡವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದರಿಂದ ದೃಷ್ಟಿಶಕ್ತಿಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಇಳಿತವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಈ ಒತ್ತಡವು ಅಕ್ಷಿಪಟಲ(ರೆಟೀನಾ)ಕ್ಕೆ ಹರಿಯುವ ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ರಕ್ತಚಲನೆಯನ್ನು ತಡೆಯುವುದು ಕಾರಣ. ಕ್ರಮೇಣ ದೃಷ್ಟಿಯ ಕುಂದುವಿಕೆಯಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಗೆ ತಾರದಿದ್ದರೆ ಅಕ್ಷಿಪಟಲದ ನಾಶವಾಗಿ ಪೂರ್ತಿ ಕಣ್ಣುಕುರುಡಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದರಲ್ಲಿ ತೀವ್ರತರವಾದ ಹಾಗೂ ಮಂದಗಾಮಿಯಾದ 'ಕಾಚಬಿಂದು' ಎಂಬ ಎರಡು ಪ್ರಕಾರಗಳಿರುತ್ತವೆ. ನೇತ್ರಗೋಲದ ನೋವಿನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ತೀವ್ರತರ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಜೋರಾಗಿ ತಲೆಸಿಡಿತವಿರುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ದ್ರವವು ಸೋರಿ ಆರಿಹೋಗಿ ಕಣ್ಣುಗೊಂಬೆಯ ಸ್ಥಿತಿಸ್ಥಾಪಕತ್ವವು ನಷ್ಟವಾಗಿ ಅಂಧತ್ವ ಬರುತ್ತದೆ. ತೀವ್ರತರ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳ ಪಾಪೆ(Pupils, ತಾರಕೆ)ಗಳಲ್ಲಿ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಅಂತರ ಕಂಡಲ್ಲಿ ಒಂದು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಈ ರೋಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಸೂಚನೆಯಾಗಿದೆ, ಮತ್ತು ಬೆಳಗ್ಗೆ ವಸ್ತುವನ್ನು ನೋಡುವಾಗ ಬಣ್ಣದ ವರ್ತುಲ ಕಾಣುವುದು ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣ. ನೋಟದಲ್ಲಿ ವಸ್ತುಗಳು ಎರಡೆರಡಾಗಿ

ಕಾಣುವುದು ಇನ್ನೊಂದು ಸೂಚಕವಾಗಿದೆ. ದೀಪದ ಸುತ್ತಲೂ ಏಳು ಬಣ್ಣದ ವರ್ತುಲ ಕಾಣಿಸಬಹುದು. ತಪ್ಪು ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ- ಎಂದು ತಿಳಿಸಿ ನಿಸರ್ಗೋಪಚಾರ, ದೀರ್ಘಲಂಘನ, ಶವಾಸನ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನಗಳಿಂದ ಈ ರೋಗವನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದೆಂದು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಡುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ, ಒಳ್ಳೇ ನೇತ್ರರೋಗ ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಬೇಗನೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮೇಲು ಎಂದು ನಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ. ತಡಮಾಡಿದಂತೆ ಕಣ್ಣುಗಳ ಶಕ್ತಿ ದುರ್ಬಲವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರೋಗದಲ್ಲಿ ಎಂದೂ ಸ್ವತಃ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ರೋಗವು ಮತ್ತೊಂದು ಕಣ್ಣಿಗೂ ಹಬ್ಬುವುದನ್ನು ಯೋಗ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೇ ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ದೀರ್ಘಕಾಲದ ರೋಗವು ಬೇಗನೆ ರೋಗದ ಸುಳುಹನ್ನು ನೀಡದಂತೆ ಕ್ರಮೇಣ ದೃಷ್ಟಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತಾ ಬಂದು ಪೂರ್ತಿ ಅಂಧತ್ವವನ್ನು ನೀಡುವ ಘಾತಕರೋಗವಾಗಿದೆ.

ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣುಗಳ ಅತ್ಯಾಯಾಸ, ಅಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದಾದಂತೆ, ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಔಷಧಿಯ ದುರುಪಯೋಗವೂ ಸಹ ಕಾರಣವಾದೀತು, ನನ್ನ ಸಂಬಂಧಿಕ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲಾ ಮುಖ್ಯಾಧ್ಯಾಪಕರು ಪಾದದ ದಪ್ಪ ಚರ್ಮರೋಗದ ಶಮನಕ್ಕಾಗಿ ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಮಲಮನ್ನು ದಪ್ಪವಾಗಿ ಹಚ್ಚಿ ಈ ಕಾಜುಕಣ್ಣು ತಂದುಕೊಂಡರು.

ದೃಷ್ಟಿಮಾಂದ್ಯ

ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ರೋಗಗಳಲ್ಲದೆ, ದೃಷ್ಟಿಮಾಂದ್ಯಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಕಾರಣ ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಮಧುಮೇಹರೋಗಿಗಳಿಗೆ ರಕ್ತಶರ್ಕರೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅದು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹೋಗುವ ರಕ್ತಚಲನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಸತ್ವವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ, ನರದೌರ್ಬಲ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಿ ದೃಷ್ಟಿಮಾಂದ್ಯಮವನ್ನು ತರಬಹುದು. ಮೈಲಿರೋಗ ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ನಾಮಶೇಷವಾಗಿದೆ. ಈಗಲೂ ಗೋಚಿದದಾರು ಕೆಂಪಿರೋಗ(scarlatina) ಮೂತ್ರಪಿಂಡರೋಗ, ಉಪದಂಶರೋಗ, ಅರಿಶಿಣ ಕಾಮಾಲೆ, ಹಾಗೂ ಪ್ರಮೇಹ (ಗೊನೊರಿಯ) ರೋಗದ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಅದೇ ಹುಟ್ಟಿದ ಶಿಶುವಿನ ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ರಕ್ಷಣೆಯ ಔಷಧ ಹಾಕದಿರುವುದು, ಮೆದುಳಿನ ಕೆಲವು ರೋಗ ಮುಂತಾದವುಗಳೂ ದೃಷ್ಟಿಶಕ್ತಿ ಹಾಳಾಗಲು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ಅಕ್ಷಿಪಟಲ(ರೆಟಿನಾ) ಕಿತ್ತು ಬರುವದು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಗಂಡಾಂತರಕಾರಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಕೂಡಲೇ ದೃಷ್ಟಿನಾಶ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ರೋಗಿಯನ್ನು ಮಲಗಿಸಿ ನೇತ್ರರೋಗ ತಜ್ಞರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಮಾಡಿಸಬೇಕು.

ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡದಿದ್ದರೆ ಶರೀರದಲ್ಲಿನ ಕಶ್ಮಲವು ಹೊರಟುಹೋಗದೆ ಕಣ್ಕುರುಡು ಸಂಭವಿಸಿದ ಒಂದು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೈ. ಡಾ||ಎಸ್. ಕೆ. ಭಟ್ ಹಳಕಾರ ಎಂಬ ಆಯುರ್ವೇದದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಪುನರ್ನವ ಬೇರಿನ ಕಷಾಯ ಕೊಟ್ಟು, ರೋಗಿಯ ದೃಷ್ಟಿ ಮರಳಿ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಿದರು. ಕಾರಣ ನಿಧಾನ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಯಾರೋ ಹೇಳಿದರೆಂದು ಯಾವಯಾವುದೋ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಾಕಬಾರದು.

ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ದುರ್ಮಾಂಸ ಬೆಳೆವುದು (pterygium)

ಇದರಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಂಚಿನಿಂದ ಕೆಂಪುತರದ ದುರ್ಮಾಂಸವು ಹಬ್ಬುತ್ತ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೂ ಹಬ್ಬಿದಾಗ ಕಣ್ಣು ಕಾಣದಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದಕ್ಕೆ ಒಬ್ಬ ಹಳ್ಳಿವೈದ್ಯರು- ನುಗ್ಗೆ ಎಲೆರಸದಲ್ಲಿ ಕಲ್ಸಕ್ಕರೆಯ ಜಿನುಗು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ಸೇರಿಸಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಾಕಿದರೆ ದುರ್ಮಾಂಸ ಕತ್ತರಿಸುತ್ತಾ ಬಂದು ಕಣ್ಣು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದಿರುವರು. ಇದರಲ್ಲಿ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದ ತೀವ್ರ ವಿಷವೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ನೋಡಿಲ್ಲ. ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಿ ದುರ್ಮಾಂಸವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದರೂ ಪುನಃ ಅದು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಒಬ್ಬ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಸರ್ಜರಿ ನಿಪುಣ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಉಂಟು. ಅದು ಪರಿಣಾಮ ನೀಡದಿರುವಾಗ ದಿಲ್ಲಿಯ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಕ್ ಹೆರಿಟೇಜ್ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟ ಫ್ಲವರ್ ಔಷಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಗುಣಕಾರಿಯಾದೀತು.

ಕ್ರೇಬ್ ಏಪಲ್ (crab apple) ಹತ್ತು ಬಿಂದು ಔಷಧಿಯನ್ನು ತಣಿಸಿದ ನೀರಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ, ಅದನ್ನು ನಾಲ್ಕು ವಿಭಾಗ ಮಾಡಿ ದಿನಕ್ಕೆ ನಾಲ್ಕು ಸಲ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಕ್ರೇಬ್ ಏಪಲ್ ಹೋಲ್ಲಿ (holly) ಹಾಗೂ ಮಿಮ್ಯುಲಸ್ (mimulus) ಮೂರು ಫ್ಲವರ್ ಔಷಧಿಗಳ ಒಟ್ಟು 10 ಬಿಂದುಗಳನ್ನು ಅರ್ಧ ಲೋಟ ತಣಿಸಿದ ನೀರಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗಿದಾಗ ಚಮಚದಿಂದ ತೆಗೆದು ಕಣ್ಣು ತೊಳೆಯುತ್ತಿರಬೇಕು. ಕಣ್ಣುಗಳ ರಕ್ಷಣೆಯ ಮುಖ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಹಲವಾರು ಕಣ್ಣಿನ ರೋಗಗಳಿಗೆ ನೇತ್ರತಜ್ಞರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

■

೧೫. ರೋಗ ಗುಣ ಮಾಡಲು ಹಲವು ಕ್ರಮಗಳಿವೆ

ಅಲೋಪಥಿ ವೈದ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನವು ಈ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಹಳ್ಳಿಯ ಮೂಲೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರಚಾರವನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ರೋಗ ನಿಧಾನದಲ್ಲಿಯಂತೂ, ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಂತೂ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದೆ.ಹೀಗಿದ್ದರೂ, ಒಬ್ಬ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ- ಮಾನವನನ್ನು ಕಾಡುವ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ನೂರಕ್ಕೆ ಇಪ್ಪತ್ತರಷ್ಟು ರೋಗಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಯಿಂದ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಪಡಿಸಲು (ಸದ್ಯಕ್ಕೆ) ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಿರುವಾಗ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಶಿಕ್ಷಣ ತಜ್ಞರಾಗಿರುವ ಡಾ|| ಎಚ್.ನರಸಿಂಹಯ್ಯನವರು ಈ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಯೊಂದೇ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವೆಂದೂ, ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಗಳನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಬೇಕು ಎಂದೂ ಹೇಳಿದಂತೆ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವರದಿಯಾಗಿತ್ತು. (ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಬಂದ ವರದಿ ಸರಿಯಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದೂ ಕಷ್ಟವೇ?)

ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಹೃದಯರೋಗ ತಜ್ಞರಾದ ಡಾ|| ಸತ್ತಥಿಯವರು ತಮ್ಮ ಒಂದು ಲೇಖನದಲ್ಲಿ, “ಯಾವುದು ಗುಣ ಮಾಡುತ್ತದೆಯೋ ಅದೇ ಔಷಧಿ” ಎಂದು ಬರೆದು, ತಮ್ಮ ಅನೇಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಉದಾಹರಿಸಿದ್ದರು.

ಅವರ ಇಪ್ಪತ್ತನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅವರು ದಮ್ಮಿನ ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಒಬ್ಬ ದನಕಾಯುವ ಹುಡುಗನು ವನಸ್ಪತಿಯ ಹಸಿರು ಪುಡಿಯನ್ನು ಒಂದು ಸಲ ಮಾತ್ರ ಕೊಟ್ಟನು. ಅದರಿಂದ ಅವರ ದಮ್ಮು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗಿತ್ತು. ಹಲವು ತರಹದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಗುಣವಾಗದ ಪಾದಗಳ ಬಿರುಕು ಆಯುರ್ವೇದದ ಇತ್ಯಾದಿ ತೈಲ ಹಚ್ಚಿದಾಗ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಯಿತು. ಅಲೋಪಥಿ, ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ, ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಗುಣವಾಗದ ಒಬ್ಬರ ಸಂಧಿವಾತವು ನಿಸರ್ಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಉಪವಾಸ ಕ್ರಮ ಮತ್ತು ವಸ್ತಿ (ಎನಿಮಾ) ಕ್ರಮಗಳಿಂದ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಯಿತು. ಆದರೆ, ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಸಂಧಿವಾತ ರೋಗಿಗೆ ಇದೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸಿದುದು ಫಲಕಾರಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದರು. ಅಲೋಪಥಿಯ

ಸುಸಜ್ಜಿತವಾದ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಫಲಕಾರಿಯಾಗದಿದ್ದಾಗ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ, ಇಲ್ಲವೆ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾದ ಹಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ.

ಅರಿಶಿಣ ಕಾಮಾಲೆ ರೋಗವನ್ನು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ. ಅದರಂತೆಯೇ ಸರ್ಪಸುತ್ತು (ಹರ್ಪಿಸ್) ರೋಗವನ್ನು ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ, ಲಕ್ಕಿಸೊಪ್ಪಿನ ಗಾಳಿ ಹಾಕಿ (ಇದಕ್ಕೆ ತುಂಡೆ ಹೊಡೆಯುವುದು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ), ಮಂತ್ರಿಸಿದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಚ್ಚಲು ಕೊಟ್ಟು ಗುಣಮಾಡುವುದನ್ನು ಪರಂಪರೆಯಿಂದ ಅನುಸರಿಸುವ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರೂ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಚಿಕ್ಕಂದಿನಲ್ಲಿ ನನಗೇ ಸರ್ಪಸುತ್ತು ಆಗಿ ಉರಿಯನ್ನು ತಡೆಯಲಾಗದಿದ್ದಾಗ ಕೈ. ನಾಗೇಶ ಭಟ್ಟರು (ಕೈ. ಪ.ಸು.ಭಟ್ಟರ ಆಜ್ಜ) ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಮಂತ್ರಿಸಿ ಹಚ್ಚಲು ಕೊಟ್ಟರು. ಎಣ್ಣೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಉರಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದೇ ಸರ್ಪಸುತ್ತಿನ ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷಾ ವಿಧಾನ. ಆದರೆ, ಈ ಮಂತ್ರಿಸಿ ಕೊಟ್ಟ ಎಣ್ಣೆಯಿಂದ ನನ್ನ ಈ ಉರಿ ನಿಂತಿತು. ಅವರು ತೈಲ ಹಚ್ಚಲು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದ (ಬಹುಶಃ ಸೋಮಾರಿ) ಬೇರಿನಿಂದ ನನಗೆ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಯಿತು.

ಸಿರ್ಸಿ ನಾನಳ್ಳಿಯ ನಮ್ಮ ನೆಂಟರ ಪೈಕಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಅರ್ಧಾಂಗವಾತ ಎರಡು ಮೂರು ಸಲ ಆದಾಗ, ಅದೇ ತಾಲೂಕಿನ ತೋಟ ಮನೆಯ ಭಟ್ಟರು ವನಸ್ಪತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದರು. ಕಳೆದ ಕೆಲವು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ ಮತ್ತೆ ಅವರಿಗೆ ಪಕ್ಷಾಘಾತವಾಗಿ ಗುಣವಾದುದು ತಿಳಿದುದು, ನಾನು ನಮ್ಮ ನೆಂಟ ಶ್ರೀ ಕೆ.ಆರ್. ಭಟ್ಟ ಕೋಟೆಮನೆ ಇವರ ಮನೆಗೆ ಹೋದಾಗ ನಾನು (ಅಲ್ಲೇ ಇರುವ ಶ್ರೀ ವೆಂಕಣ್ಣ ಹೆಬ್ಬಾರ ಎಂಬುವರೇ ಆ ರೋಗಿ), 'ಯಾವ ಔಷಧಿಯಿಂದ ಗುಣವಾಯಿತು?' ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯ ಕಾದಿತ್ತು.

ಅವರು ಯಾವ ಔಷಧಿಯನ್ನೂ ಸೇವಿಸದೆ ಗುಣವಾಗಿತ್ತು. ಯಲ್ಲಾಪುರ ತಾಲೂಕಿನ ಗೇರೆಕುಂಟೆ ಎಂಬ ಊರಿನ ಭಟ್ಟರೊಬ್ಬರು ಮಂತ್ರಿಸಿದ ಚೀಟಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು. ಅದನ್ನು ಇವರು ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡರು, ಗುಣವಾಯಿತು. ರವಿವಾರ, ಇಲ್ಲವೇ ಬುಧವಾರ ಯಾರಾದರೂ ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಹೋಗಿ ಮೂರು ಸಲ ಆ ಮಂತ್ರಿಸಿದ ಚೀಟಿ ತಂದು ಕೊರಳಿಗೆ ಕಟ್ಟುವುದು ಕ್ರಮ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ತಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮನಸ್ಸಿನ ಸೂಚನೆಯಿಂದ ಗುಣವಾಯಿತೋ ಹೇಗೆ ಎಂದು ಆಸಕ್ತರು ಇಂಥ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸ್ವತಃ ಹೋಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಬಹುದು.

'ಅವ್ಯಕ್ತ ಮಾನವ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಶ್ರೀ ಕುಣಿ ಹರಿದಾಸಭಟ್ಟರು ನೊಬೆಲ್ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆದಿದ್ದ ಅಲೆಕ್ಸಿ ಕೆರೆಲ್ ಬರೆದಿದ್ದ "ಮ್ಯಾನ್ ದಿ ಅನ್ನೌನ್" ಎಂಬ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಅನುವಾದಿಸಿ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದರು. ಈ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಅವರು ಸ್ಪೇನ್ ಮತ್ತು ಫ್ರಾನ್ಸ್ ದೇಶಗಳ ಗಡಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪರೆನೀಸ್ ಪರ್ವತಾವಳಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದೆಡೆ ಇರುವ ಕ್ರೈಸ್ತ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಏಡಿಗಂತಿಯಂಥ ಅಸಾಧ್ಯ ರೋಗ ಗುಣವಾದ ಉದಾಹರಣೆ ನೀಡಿದ್ದರು.

ಒಂದು ಹೋಟೆಲ್ನಲ್ಲಿ ಗಿರಾಕಿಗಳಿಗೆ ತಿಂಡಿ ತಿನ್ನಿಸುವ ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಮೆದುಳಿನ ಏಡಿಗಂತಿಯಾಗಿ, ಅವನ ತಲೆಯ ಹಿಂಬದಿಯ ಎಲುವೂ ರೋಗದಿಂದ ನಾಶವಾಗಿ ಒಳ ಮೆದುಳು ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಅವರು ಟೊಪ್ಪಿಗೆ ಧರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವನ ರೋಗ ಔಷಧಿಯಿಂದ ಗುಣವಾಗಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿತ್ತು. ಇದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ನೋಡಿದ ಒಬ್ಬ ಯುರೋಪಿಯನ್ ಲೇಖಕರು ('ರೀಡರ್ಸ್ ಡೈಜೆಸ್ಟ್' ಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಅವರ ಹೆಸರಿತ್ತು ಮರೆತಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಬಂದ ಲೇಖನದ ಹೆಸರು 'ಮಿರಾಕಲ್ಸ್ ಆರ್ ವಾಟ್?'- 'ಪವಾಡವೊ ಏನು?' ಎಂದಿದ್ದುದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೆನಪಿದೆ.) ಮುಂದಿನ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಹೋದಾಗ ಆ ಹೋಟೆಲ್ ನೌಕರ ಇವರ ನಿರೀಕ್ಷೆಗೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾಗಿ ಇವರನ್ನು ನಗುಮೊಗದಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸಿದ. ಲೇಖಕರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳಿದಾಗ, "ಪೆರೆನೀಜ್ ಪರ್ವತದ ಕ್ರೈಸ್ತ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿ ಜಲವನ್ನು ತಂದುಕೊಟ್ಟರು. ಅದನ್ನು ಹಚ್ಚಿದ್ದರಿಂದ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಯಿತು" ಎಂದು ಹೇಳಿದನು. ಇಂಥ ಪವಾಡ ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತೋ ಇಂಥ ರೋಗವನ್ನು ಮಾಡಿದ ಆ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನೇ ಬಲ್ಲ. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಇಂಥ ಪವಾಡಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅಲ್ಲಗಳೆಯಬಾರದೆಂದು ಅಲೆಕ್ಸಿ ಕೆರೆಲ್ ಅವರೇ ತಮ್ಮ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಸೂಚನೆ ನೀಡಿದ್ದರು.

ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳ ಮಹಾತ್ಮರಿಂದಲೂ ಅಘಟಿತ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆದ ಉಲ್ಲೇಖಗಳಿವೆ. ನಡೆದು ಆಮೇಲೆ ತಮಗೆ ಇಂಥ ವಿಷಯ ತಿಳಿಯಿತೆಂದು ಹೇಳಿದ್ದು ಅವರ ಚರಿತ್ರೆಯ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ನಮೂದಿತವಾಗಿದೆ.

'ಮಂತ್ರದಿಂದ ಮಾವಿನಕಾಯಿ ಉದುರೀತೇ?' ಎಂಬ ಒಂದು ಗಾದೆಯು ಮಂತ್ರ-ತಂತ್ರಗಳೆಲ್ಲಾ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳು ಎಂದು ಹೇಳಲು ರಚಿತವಾದಂತಿದೆ. ಭಾನಾಮತಿ, ಪೂರ್ವಜನ್ಮ, ಮರುಜನ್ಮ, ಪುನರ್ಜನ್ಮ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಘಟನೆಗಳಿಗೆ ವಿಜ್ಞಾನ ಮನೋವೃತ್ತಿಯ ಜನರು ತಮ್ಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಮಹಾವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನ ಇರವನ್ನು ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ವಿವರಿಸಲಾಗದ ಘಟನೆಗಳಿಂದ ಒಪ್ಪುವಂಥ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ (ಸಿದ್ಧಗಂಗಾ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಮಾರ್ಚ್ 95ರ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಈ ವಿಷಯ ಇದೆ.).

ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದಕ್ಕೆ ಈ ವಿಚಾರಗಳು ಕಾರಣವಾಗಬೇಕಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ವಿಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಕೊನೆಯ ತೀರ್ಮಾನ ಮಾಡಿ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಮಾಡುವಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ 'ಇದಮಿತ್ಥಂ' ಎಂದು ನಿರ್ಣಯ ಮಾಡುವುದು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ನಮ್ಮ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಭೂತ-ಪ್ರೇತ-ಪಿಶಾಚಿ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ರೋಗರುಜಿನಗಳಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆಯು ಇನ್ನೂ ದಟ್ಟವಾಗಿಯೇ ಇದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಜನರು ದೆವ್ವಪೀಡೆಯ ಶೋಧ ಮಾಡಿ, ಪರಿಹಾರ ಹೇಳುವ ನೋಟಗಾರರ ಹತ್ತಿರ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮೊರೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ನೋಟ ನೋಡಿ, ಇಂಥ ದೆವ್ವದ

ಕಾಟದಿಂದ ಹೀಗಾಗಿದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರೂ, ಇಂಥ ಡಾಕ್ಟರ್ ಔಷಧವನ್ನೂ ಮಾಡಿ ಎಂದು ಸಲಹೆ ಕೊಡುವುದೂ ಉಂಟು. ಮಾನಸಿಕ ಭ್ರಮೆಯಿರುವವರಿಗೆ, ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿ ದೊರೆತು ಇದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಮೆರಿಕದಂಥ ಮುಂದುವರಿದ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ವ್ಯಾಕುಲತೆ ಹೊಂದಿದವರು ಬಂದು, ಬರೇ ತಮ್ಮ ವ್ಯಾಕುಲತೆಯ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಹೇಳಲು ಕೆಲವು ವಿಶಿಷ್ಟ ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಅಲ್ಲಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಿಗೆ ಹಣ ಕೊಟ್ಟು ಮನಸ್ಸು ಹಗುರ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬರುವರಂತೆ. ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಔಷಧ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಜನರ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳ ದುರುಪಯೋಗ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಜನರನ್ನು ಪೀಡಿಸುವ ಹಾಗೂ ಚಿತ್ರಹಿಂಸೆ ಮಾಡುವ ದುಷ್ಟರ ಆಟಗಳನ್ನು ಖಂಡಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿ ಜನರಲ್ಲಿ ಅರಿವನ್ನು ಮೂಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣದ ಹಾಗೂ ಗ್ರಂಥಗಳ ಪಾತ್ರ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ.

ರೋಗವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವುದು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿದ ವಿಷಯವೇ ಆಗಿದೆ.ಇದಕ್ಕೆ ದೊಡ್ಡ ಸುಸಜ್ಜಿತ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇರುತ್ತದೆ. ರೋಗ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಲು ಬಗೆಬಗೆಯ ಆಧುನಿಕ ಯಂತ್ರೋಪಕರಣಗಳು ಈ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಿಂದ ಇಂಥ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಲಿ, ವಿವಿಧ ರೋಗಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ತಜ್ಞತೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಲಿ ಸಾಧ್ಯವಾಗದು.

ವಯಸ್ಸಾದ ಒಬ್ಬ ನನ್ನ ಮಿತ್ರರಿಗೆ ಬಾಯಿ, ತುಟಿ, ನಾಲಿಗೆ ಬಿರುಕು, ಹಾಗೂ ಇತರ ದೈಹಿಕ ಬಾಧೆಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ ಉಪಚಾರ ಫಲ ನೀಡದಿದ್ದಾಗ, ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಅವರಿಗೆ ಮಣಿಪಾಲದ ಕಸ್ತೂರುಬಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದರು. ಅವರು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾದರು. ಆಮೇಲೆ ಅವರ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದಲ್ಲಿ ಸಿಸ್ಟ್ (ಜಿಟ್ಟೆ) ಬೆಳೆದಿರುವುದು ಪತ್ತೆಯಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ತಜ್ಞ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಅದಕ್ಕೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಿ ಅವರಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಿದರು. ಐದಾರು ವರ್ಷಗಳಾದರೂ ಒಳ್ಳೇ ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಈಗಲೂ 76ನೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೂ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ತರುಣರು, ಇವರ ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ರಸಿಗೆಯಾಗಿ ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸಿದರೂ ಗುಣವಾಗದೆ ಅವರು ಮಣಿಪಾಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿದು ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡರು. ಅಲ್ಲಿ ಕಿವಿ ರಸಿಗೆಯಾದ ಈ ತರುಣರನ್ನು ರಕ್ತಪರೀಕ್ಷೆ, ಮೂತ್ರ ತಪಾಸಣೆ, ಮುಂತಾದ ಎಂಟು-ಹತ್ತು ತರದ ತಪಾಸಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ಗುಣಪಡಿಸಲಾಯಿತು. ಸಾವಿರಾರು ರೂಪಾಯಿ ಅವರಿಗೆ ಖರ್ಚಾಯಿತು. ಅಲಕ್ಷಿಸಿದ್ದರೆ 'ಮಸ್ತಕ ಚೂಚುಕ ರೋಗ' ಎಂಬ ಗಂಭೀರ ಸ್ವರೂಪದ ರೋಗವಾಗಿ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಬಹುದಾದ ಸಂದರ್ಭವಾಗುತ್ತಿತ್ತೋ ಏನೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯದು.

ಆದರೆ ಏಡಿಗಂತಿ ರೋಗ ಸಂದರ್ಭವನ್ನುಳಿದು, ಉಳಿದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಕಿವಿ ರಸಿಗೆಯನ್ನು ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ಒಳ್ಳೇ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಗುಣ ಮಾಡಲು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಸಾಧ್ಯವಿತ್ತು. ಹೀಗಿದ್ದರೂ ಮಣಿಪಾಲಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಹಣ ಹೆಚ್ಚು ವೆಚ್ಚವಾದರೂ ಗುಣ ಮಾಡಿಕೊಂಡುದೇ ಮುಖ್ಯವೆಂದು ನಾನು ತಿಳಿಯುತ್ತೇನೆ.

ನಮ್ಮ ಊರಿನ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಕರ ಹೆಂಡತಿಗೆ ನಡು ಬೆನ್ನನೋವಿನ ಬಾಧೆಯನ್ನು ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಗುಣಪಡಿಸಲಾಗದಿದ್ದಾಗ, ಅವರು ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಮಣಿಪಾಲಕ್ಕೆ ಹೋದರು. ಅಲ್ಲಿ ಹಲವು ತರಹದ ತಪಾಸಣೆ, ಔಷಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆದರೂ ರೋಗ ಹಿಮ್ಮೆಟ್ಟದೆ ಮರಳಿ ಕರೆತಂದರು. ನನ್ನ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ವಿಷಯ ತಿಳಿಸಿ, ಇನ್ನೂ ಗುಣವಾಗಿಲ್ಲವೆಂದು ಔಷಧಿ ಕೊಡಬೇಕೆಂದು ಅವರೇ ಹೇಳಿದರು. ಅಲ್ಲಿಯೇ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಂದುವರೆಸಿದ್ದರೆ ಗುಣವಾಗಬಹುದಾಗಿತ್ತೇನೋ.

ನಾನು 12 ದಿನ ತಕ್ಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ಜೀವರಸಾಯನಿಯ (ಬಯೊಕೆಮಿಕ್) ಸಿಲಿಸಿಯಾ ಕೊಟ್ಟು ಕಳಿಸಿದನು. ಇದು ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಬೆನ್ನಿಗೆ ಬಂದ ನೋವು ಎಂದು ನಾನು ಅಂದಾಜು ಮಾಡಿ ಔಷಧಿ ನೀಡಿದ್ದೆನು. ಮುಕ್ಕಾಲು ಪಾಲು ಗುಣವಾಯಿತೆಂದು ಅವರು ಬಂದು ಮತ್ತೆ ಎಂಟು ದಿನ ಸಾಲುವಷ್ಟು ಔಷಧಿ ಪಡೆದು ಹೋದರು.

ಮತ್ತೆ ದಾರಿಯ ಮೇಲೆ ನೋಡಿದರೂ ಅವರು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಯಿತೆಂದು ಹೇಳುವ ಸೌಜನ್ಯವನ್ನೂ ತೋರಿಸಲಿಲ್ಲ. ಆರು ವರ್ಷಗಳ ಆನಂತರ- "ನಿನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯ ಶೀಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹೀಗೆ ಔಷಧಿ ತಕ್ಕೊಂಡು ಹೋದವನು ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾದರೂ ಹೇಳಲಿಲ್ಲ, ಯಾಕೆ?" ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ, "ಪೂರಾ ಗುಣವಾಯಿತು ಅಂತ... ಏನನ್ನೂ ಹೇಳಿಲ್ಲ" ಎಂದನು. ಪುಕ್ಕಟೆ ಔಷಧಿ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಮಹತ್ವವೇ ನಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದವರು ಹೇಳಿದ್ದು ನಿಜ.

ಹಲವು ವೈದ್ಯರಿಂದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಸ್ವತಃ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ, ಆಯುರ್ವೇದ ಹಾಗೂ ನಿಸರ್ಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಹಲವು ವೈದ್ಯಗ್ರಂಥ ಬರೆದು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದ ನನ್ನ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಪದವಿ ಪಡೆದ, ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ ಪದವಿ ಪಡೆದ, ಅಲೋಪಥಿ ಪದವಿ ಪಡೆದ ಡಾಕ್ಟರರು ಸಹ ಇದ್ದಾರೆ.

ನನ್ನ ಸಲಹೆ ಕೇಳಲು ಬಂದವರಿಗೆ ಅವಶ್ಯಕತೆಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ನಾನು ಸುಸಜ್ಜಿತವಾದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆಗ ತಪಾಸಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದವರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವರದಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಸಲಹೆ ನೀಡುವುದುಂಟು.

ಸಿದ್ದಾಪುರದ ಒಬ್ಬ ಅಂಗಡಿಕಾರರ ಹೆಂಡತಿಯ ಕಣ್ಣುಗಳು ಭಯಂಕರ ಉರಿಯಿಂದ ಬಾಧೆಗೊಳಗಾಗಿದ್ದವು. ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದ ಟೆಟ್ರಾಸೈಕ್ಲಿನ್ ಮಲಂ ಹಚ್ಚಿದ್ದರಿಂದ ಕೆಂಪು

ಬಣ್ಣ ಹೋಯಿತೇ ಹೊರತು- ಕಣ್ಣುನೋವು, ಉರಿ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆಕೆಯ ಪತಿಗೆ ಕಣ್ಣಿನ ದುರ್ಮಾಂಸ ಬಾಧೆ. "ನಾನು ಮಣಿಪಾಲಕ್ಕೆ ಹೋಗುವೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿದ. ಅವರಿಗೆ, "ಅವಶ್ಯ ಹೋಗಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದೆನು ಮತ್ತು ಆ ಹೆಂಗಸಿಗೆ ಕೆಂಪು ದಾಸವಾಳ ಹೂವಿನಂತೆ ಕಣ್ಣು ಕೆಂಪಾಗಾಗಿದ್ದವು. ಮಲಂನಿಂದ ಆ ಕೆಂಪು ನಿವಾರಣೆಯಾದರೂ ರೆಪ್ಪೆಯೊಳಗೆ ಉರಿತ ಇರುವ ಕಾರಣ ರವೆಗಣ್ಣು (ಟ್ರೊಕೊಮಾ) ಎಂದು ತಿಳಿದು, ರೋಗದ ಹೆಸರನ್ನು ಬರೆದುಕೊಟ್ಟೆನು.

ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಣಿಪಾಲದಲ್ಲಿ, "ನಮ್ಮ ಡಾಕ್ಟರರು ಈ ರೋಗವೆಂದು ಬರೆದು ನಮ್ಮನ್ನು ಕಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ರೋಗವೇ ಆದರೆ ಅವರು ಔಷಧಿ ಕೊಟ್ಟು ಗುಣ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಔಷಧಿ ಕೊಡುವುದು ಬೇಡ" ಎಂದು ಅಲ್ಲಿಯ ನೇತ್ರರೋಗ ತಜ್ಞರಿಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಆ ತಜ್ಞರ ಸೌಜನ್ಯವನ್ನು ನಾನು ಶ್ಲಾಘಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರು ರವೆಗಣ್ಣೇ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲಿಲ್ಲ.

ಹೀಗೆ ಹೇಳಿ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಗುಣ ಮಾಡುವ ಹೊಣೆ ನನ್ನದಾಯಿತು. ದೈವಾನುಗ್ರಹ, ನನ್ನ ಅಭ್ಯಾಸ ಎರಡೂ ಸೇರಿ ನಾನು ಔಷಧಿ ನೀಡಿ ಆಕೆಗೆ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗಿ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಮೇಲಾಯಿತು. ಬಾಧೆ ಮರುಕಳಿಸಲಿಲ್ಲ.

ಸಿದ್ದಾಪುರ ಕಾಲೇಜಿನ ರಸಾಯನಶಾಸ್ತ್ರದ ಅಧ್ಯಾಪಕ ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ಅವರ ರೆಪ್ಪೆಯ ಜಿಟ್ಟೆ (ಸಿಸ್ಟ್) ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದ ಅನುಭವ ನನಗಿತ್ತು. ಪ್ರಖ್ಯಾತ ನೇತ್ರರೋಗ ತಜ್ಞರಾದ ಡಾ|| ಎಚ್.ಎಸ್.ಮೋಹನ ಅವರು- "ನಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೆಂದರೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯೊಂದೇ. ನೂರುಗಟ್ಟಲೆ ಟನ್ ಎಂಟಿಬಾಯೊಟಿಕ್ಸ್ ಕೊಟ್ಟರೂ ಗುಣ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಔಷಧಿ ನೀಡಿ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ" ಎಂದು ನನ್ನ ಬಳಿ ಕಳಿಸಿದ್ದರಿಂದ ಇವರು ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದಿದ್ದರು. ನಾಲ್ಕು ತಿಂಗಳು ಔಷಧಿ ನೀಡಿದೆ, ಅವರಿಗೆ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗಿ ಎರಡು ವರ್ಷ ಕಳೆದಿರಬೇಕು.

ಹಲವು ತರಹದ ಕಣ್ಣುಗಳ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಓದಿ ಕೆಲವು ಮಟ್ಟಿಗೆ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ನೇತ್ರತಜ್ಞರು ಮಾಡುವ ತಪಾಸಣೆಗೆ ವಿಶೇಷ ಮಹತ್ವ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ಬಲ್ಲೆನು. ಹತ್ತಗಣ್ಣು, ಗಾಜುಗಣ್ಣು (ಗ್ಲೊಕೊಮಾ) ಎಂಬ ಭಯಂಕರ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಇಂಥ ತಜ್ಞರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೇ ಪಡೆಯಲು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದ್ದುಂಟು.

ಐವತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯಿಲ್ಲದ ನಾನು ಮುಂಬಯಿಯ ಚರ್ಮರೋಗ ತಜ್ಞರು ಬರೆದು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಅವರು ತಿಳಿಸುದುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಲ ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಚು ತಕ್ಕೊಂಡು ಆದ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ಬವಣೆ ಹೊಂದಿ ಅದರ ಒಗ್ಗದಿಕೆ(ಎಲರ್ಜಿ)ಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಇಂದಿಗೂ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಕೆಲವು ತಜ್ಞರು ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರಮಾದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಪತ್ರಿಕೆಗಳ ವರದಿಗಳಲ್ಲಿ ಓದಿ ಹಲವರು ಬಲ್ಲರು. ನನ್ನ ಚರ್ಮರೋಗ

ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅತಿನೇರಳೆ (ಅಲ್ಟ್ರಾವಯೊಲೆಟ್) ಕಿರಣಗಳನ್ನು ಮೈಗೆ ಬಿಟ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಕೊಡಲೇಬಾರದ ಸಲ್ಫಾ ಔಷಧಿ ನೀಡಿದ್ದರು ಪೂನಾ ತಜ್ಞರು. ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಮೊಳಕಾಲು, ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಸುಟ್ಟ ಗುಳ್ಳೆಗಳಂಥ ಗುಳ್ಳೆಗಳೆದ್ದು ಉರಿ ತಡೆಯಲು ಕಷ್ಟವಾಯಿತು.

ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಪರಿವಾರದ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯ ಕೈ. ಕುಪ್ಪ ಹೆಗಡೆ ಅವರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ಈ ವಿಷಯ ಹೇಳಿದಾಗ, ಅವರು ಕಹಿಬೇವಿನ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ, ಕುದಿ ನೀರಲ್ಲಿ ಅದ್ದಿ ಅದರ ಉಗಿಯನ್ನು ಈ ಗುಳ್ಳೆಗಳಿಗೆ ಹಿಡಿಯಲು ಹೇಳಿದರು. ಬೇಗನೆ ಈ ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಒಡೆದು ಹುಣ್ಣು ಮಾಯ್ದುವು.

'ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಗೂ ಆದರದೇ ಆದ ಗುಣ-ವಿಶೇಷಗಳೂ ಇವೆ; ಪರಿಮಿತಿಗಳೂ ಇವೆ' ಎಂದು ಕುಲಾಬಾದ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾದ ಡಾ|| ರಶೀದ್ ವಾಡಿಯಾರವರು ಬರೆದುದು ನಿಜವಾದದ್ದು.

ಸುಸಜ್ಜಿತವಾದ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಗುಣ ಮಾಡಲಾಗದ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರು, ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರು ಗುಣ ಮಾಡಿದ ಹಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ. ಅಂಥವರಲ್ಲಿ ಸಿದ್ದಾಪುರದ ಬಂದೀಸರದ ಆನಂದ ಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನ ಗೌಡರೊಬ್ಬರು. ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ 'ಸಾಹಿತ್ಯ ಭಂಡಾರ'ದ ನನ್ನ ಮಿತ್ರ ಶ್ರೀ ಆನಂದಮೂರ್ತಿಯವರ ಮೊಮ್ಮಗನಿಗೆ ಅರಿಶಿನ ಕಾಮಾಲೆಯಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹಾಕಿ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಾಗಿದ್ದವು. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ವಾಪಸ್ಸು ಕರೆಸಿ, ಆ ಹುಡುಗನನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದರು.

ಕುಮಟಾದ ಎಂ.ಬಿ.ಬಿ.ಎಸ್. ಡಾಕ್ಟರ್‌ರೊಬ್ಬರು ಊರಕೇರಿಯ ಅಬ್ಬಿ ಗಜಾನನ ಭಟ್ಟ ಎಂಬುವರ ಗದ್ದದ ಮೇಲಿನ ಹುಣ್ಣು ಇವರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಮಾಯದಿದ್ದಾಗ, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಹೋಗುವಂತೆ ಪತ್ರ ಬರೆದು ಕೊಟ್ಟರು. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗದೆ ನಮ್ಮ 'ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥ'ದಲ್ಲಿ ಹಳ್ಳಿಮದ್ದುಗಾರ ಒಬ್ಬ ನನಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದಂತೆ, ನಾನು ಬರೆದಿದ್ದ- ಹಕ್ಕಿರೆಕ್ಕೆ, ಬದನಿಕೆ ಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ತೇಯ್ದು ಹಚ್ಚಿ ಬೇಗನೆ ಅದನ್ನು ಗುಣ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ನಮ್ಮ (ಹಾಗೂ ಇತರ ಕೆಲವರ) ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಗುಣವಾದವರು ಬಹಳ ಜನ.

40 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ನನ್ನ ಮೋರೆಯ ಮೇಲೆ ನಾಲ್ಕು ಕುರ ಎದ್ದಿದ್ದವು. ಡಾಕ್ಟರರ ನಾಲ್ಕು ಪೆನಿಸಿಲಿನ್ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ಗಳು ಸಾಲಲಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬ ಹಳ್ಳಿವ್ಯಕ್ತಿ- ಕುರ ಆದಲ್ಲಿ ಎಮ್ಮೆ ತುಪ್ಪ ಹಚ್ಚುವಂತೆ ಹೇಳಿದರು. ಅದರಂತೆ ಹಚ್ಚಿದ್ದರಿಂದ ಅವು ಒಡೆದು ಗುಣವಾಯಿತು. ಮೊದಲೇ ತುಪ್ಪ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಕುರ ಅಲ್ಲೇ ಮಾಯಾವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲವೇ, ತೀರ ಸಣ್ಣದಾಗಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಲಕ್ಷಿಸಿದರೆ ಗಂಭೀರವಾಗುವಂಥ ಸಂಧಿವಾತ ಜ್ವರ, ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ, ವಿಷಮಜ್ವರ

(ಟೈಫಾಯ್ಡ್) ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಳ್ಳಿವೈದ್ಯರು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ನೂರಾರು ಜನರು ತಾವು ಬಲ್ಲ ಒಂದೋ ಎರಡೋ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾತ್ರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಉದಾ.: ಕಾಮಾಲೆ, ಅರಿಶಿನ ಕಾಮಾಲೆ, ಸರ್ಪಸುತ್ತು ಹಾಗೂ ಬಾವುಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಉಪದ್ರವ ಮಾಡದ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೋ ಕ್ರಮದಿಂದ ತುಪ್ಪ ಹಚ್ಚಿ, ರೇಖೆ ಮಾಡಿದಂತೆ ಎಳೆದು-ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಾವನ್ನು ಸ್ಥಳಾಂತರಿಸಿ ಗುಣ ಮಾಡುವ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರಿದ್ದಾರೆ.

ಮಹಾಕವಿ ಕುವೆಂಪು ಅವರು 'ವಾಲ್ಮೀಕಿಗಳೆನಿತಿಹರೊ ಮಲೆಯ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ' ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದರು. 'ವಾಗ್ಭಟರೆನಿತಿಹರೊ ಮಲೆಯ ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ' ಎಂದೂ ಹೇಳಬಹುದು. ಈ ವಾಗ್ಭಟರು ಗ್ರಂಥ ಬರೆಯದ, ಆದರೆ ಗ್ರಂಥಗಳಿಗೆ ಆಧಾರವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಬಲ್ಲವರು. ಇವರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ "ಜನಪದ ವೈದ್ಯ" ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹೇಳಿ ಪ್ರಖ್ಯಾತರಾದ ಕುಮಟಾ ತಾಲೂಕು, ಯಲವಳ್ಳಿಯ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಭಂಡಾರಿ ಎಂಬುವವರು ಮಧುಮೇಹದಂಥ ಗಂಭೀರ ಕಾಯಿಲೆಯನ್ನು ಬೇರು ಕೊಟ್ಟು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಇವರ ಕೀರ್ತಿಯಿಂದಾಗಿ ದೂರದ ಊರುಗಳಿಂದಲೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಇವರಲ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ. ನೂರಾರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರ ಹೆಸರು, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ರೀತಿ ನಮ್ಮ 'ಜನಪದ ವೈದ್ಯ' ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಬಂದಿವೆ. ಮತ್ತು 'ಕರಾವಳಿ ಉತ್ಸವ 94' ಎಂಬ ನೆನಪಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹಲವರ ಪ್ರಸ್ತಾಪ ಮಾಡಿದ್ದೂ ಇದೆ. ನಾನು ಮಾಹಿತಿ ತಕ್ಕೊಳ್ಳದೆ ಇರುವ ನೂರಾರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರ ಪರಂಪರೆ ನಮ್ಮ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪಟ್ಟಣಗಳಲ್ಲಿರುವ ಪದವೀಧರ ಡಾಕ್ಟರ್ ಬಳಿ ಬರುವ ರೋಗಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಅತಿಶಯವಾಗುವುದರಿಂದಾಗಿ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ದುಡಿತ ಅವರದಾಗುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಅವಸರದಿಂದ ರೋಗಿಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ, ಔಷಧ ನೀಡಿ ಕಳಿಸುವ ಹಾಗೂ ಇದರಿಂದ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಗುಣವಾಗದೆ ಅವರು ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸಕರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವ ಸಂದರ್ಭಗಳೂ ಎಷ್ಟೋ ಇರುತ್ತದೆ.

ಬಡಜನರಿಗೆ ಇವರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ದುಬಾರಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಎಷ್ಟೋ ಸಲ ಇಂಥವರು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಹಣ ಖರ್ಚಾಗಿ, ಇನ್ನೇನು ಗುಣ ಕಂಡುಬರುವ ಸಂಭರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ರೋಗ ಅಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾಗಿರದಿದ್ದರೆ ಗುಣ ಪಡೆಯುವುದುಂಟು. ಮತ್ತು ಬಹಳ ಹಳ್ಳಿ (ಜನಪದ) ವೈದ್ಯರು ಒಂದು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ಪ್ರತಿಫಲ ತಕ್ಕೊಳ್ಳುವವರು ಈಗಲೂ ಸಹ ಇದ್ದಾರೆ.

ಆಮಶಂಕೆ ರೋಗವು ಅಮೀಬಾಗಳಿಂದ ಚಿರಕಾಲಿಕ ವ್ಯಾಧಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುವುದು ಉಷ್ಣ ಹವೆಯ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ. ತೀರ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯ ಕರುಳು ತೊಳೆವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ (ಫ್ಲಶಿಂಗ್ ಔಟ್) ಗುಣವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುವುದೆಂದು ಕೇಳಿ ಬಲ್ಲೆನು. ಆದರೆ, ಅಜೀರ್ಣಕರ, ಆಪಥ್ಯಕರ ಆಹಾರದ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಈ ರೋಗವು ಮರುಕಳಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಇದು ಸಂಧಿವಾತ

ಮತ್ತು ರಕ್ತಕ್ಷೀಣತೆ ಹಾಗೂ ಹಲವಾರು ಇತರ ರೋಗಗಳಿಗೆ ತಾಯಿಯಾಗಬಲ್ಲುದು. ಅಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ, ಅಮೀಬಾಗಳು ಮೆದುಳನ್ನು ಸೇರಿದರೆ ಭೀಕರ ಪರಿಣಾಮಗಳಾಗಬಹುದು. ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕವಾಗಿ ಜಾಸ್ತಿಯಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತಹಬಂದಿಗೆ ತರುವ ಔಷಧಿಗಳು ಅಲೋಪಥಿಯಲ್ಲಿರುವವಲ್ಲದೆ, ಪೂರ್ತಿ ಗುಣ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇಲ್ಲ. ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲೂ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ದಶವಾರ್ಷಿಕ ವೈದ್ಯ ಸಮ್ಮೇಳನದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಬಂದುದನ್ನು ಮೈಸೂರಿನ "ವೈದ್ಯವಾರ್ತೆ" ಎಂಬ ಪತ್ರಿಕೆ ವರದಿ ಮಾಡಿತ್ತು. ಮತ್ತು ಫ್ಲಾಜಿಲ್ಲಾದಂಥ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ದಿನ ತಕ್ಕೊಂಡರೆ ಪಿತ್ತಾಶಯ ಹಾಳಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಡಾ|| ವೆರಿಯರ್ ಎಂಬುವರು, "ದೇರ್ ಈಜ್ ಸಮ್ ಸಸ್ಪಿಯನ್ ದಟ್ ಈಟ್ ಮೆ ಕಾಸ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್"- ಇದು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಕೆಲವು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸಂದೇಹವಿದೆ ಎಂದು "ವೆರ್ ದೇರ್ ಈಜ್ ನೋ ಡಾಕ್ಟರ್" ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಬರೆದುದುಂಟು.

ಹೀಗಿರುವಾಗ ಒಗ್ಗುವ ಆಹಾರದ ಜೊತೆಗೆ ಓಮ (ಅಜವಾನ) ಹುರಿದು ಮಾಡಿದ ಪುಡಿ ಮತ್ತು ಬೆಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ ಮೊದಲ ತುತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಕಲಸಿ ಉಣ್ಣುವುದು; ದಾಳಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಮೊಸರಲ್ಲಿ ತೇಯ್ದು, ಇಲ್ಲವೆ ತಂಬಳಿ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ಉಣ್ಣುವುದು; ಕೊಡನಿಗ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಹೀಗೆ ತೇಯ್ದು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಂತಾದ ಅಲ್ಪವೆಚ್ಚದ ಉಪಚಾರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ತಯಾರಿಯ ಔಷಧಿ 'ಕುಟಜಾರಿಷ್ಟ' ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಮಾಣ ಮೀರದಂತೆ ತಕ್ಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇದ್ದರೆ ಇವುಗಳಿಂದ ಅಪಾಯವೇನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಕೀಲುರಿವಾತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅಲೋಪಥಿಯ ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್, ಇರ್ಗಾ ಫ್ಯಾರಿನ್, ಇಂಡೋಮೆಥಾಸಿನ್ ಮುಂತಾದ ಔಷಧಿಗಳ ಅತಿ ಬಳಕೆ ಅಪಾಯಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾರ್ಟಿಸೋನ್ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಅಂಗವಿಕಲತೆಯಾದ ಮೇಲೆ ಕೊಟ್ಟರೆ ಅಂಗವಿಕಲತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ ಶಮನಕಾರಿಯೂ ಆಗದು.

ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತುಂಬ ಕಷ್ಟಕರದ್ದಾಗಿದ್ದರೂ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ರೋಗ ಯಾವುದೆಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕುದಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಯೋಜಿಸುವುದು ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ಸಾಧಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ರೋಗ ಸಂದರ್ಭಕ್ಕೆ ಮುಂಜಾಗರೂಕತೆಯು ಬಹಳ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

■

೧೬. ರೋಗ ಪ್ರತಿಬಂಧ ಕ್ರಮಗಳು

'ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ರೋಗ ಬಾರದೆ ಮರಗಳಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆಯೋ?' ಎಂಬುದೊಂದು ಗಾದೆ ನಾನು ಚಿಕ್ಕಂದಿನಲ್ಲಿ ಕೇಳಿದ್ದು. ಆದರೆ, ಈ ಗಾದೆಯು- 'ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ರೋಗ ಬರುವುದು ಸಹಜವೇ' ಎಂದು ಸೂಚಿಸಲು ಬಳಕೆಯಾಗುವುದಲ್ಲದೆ, ಗಿಡ-ಬಳ್ಳಿ-ಮರಗಳಿಗೆ ರೋಗ ಬರುವುದೇ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಹಿಂದಿನ ಜನರು ತಿಳಿಯುತ್ತಿದ್ದರೆಂದು ಭಾವಿಸಬಾರದು. ಕ್ರಿಮಿ-ಕೀಟಗಳಿಂದ ಪೈರಿಗೆ ರೋಗವಾಗುವುದನ್ನು ಹಳೆಯ ಜನರು ತಿಳಿದೇ ಇದ್ದರು ಗಿಡ-ಬಳ್ಳಿ-ಮರಗಳ ರೋಗಗಳಿಗೂ ತಂಬಾಕಿನ ನೀರು, ಬೂದಿ ಸಹ ಚೆಲ್ಲುತ್ತಿದ್ದರು. 'ರೋಗ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿ ಗುಣಮಾಡುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ರೋಗವು ಬಾರದಿರುವಂತೆಯೇ ಮೊದಲೇ ಕ್ರಮ ಯೋಜಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ'ವೆಂದು ಆಂಗ್ಲ ಗಾದೆಯು ಇರುವುದನ್ನು ಬಹಳ ಜನರು ಬಲ್ಲರು. ಆದರೆ, ಬೇನೆ ಬರುವ ಮೊದಲೇ ಮುಂಜಾಗರೂಕತೆಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಕಾಲರಾ, ಮೈಲಿಬೇನೆ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳ ಪಿಡುಗುಗಳಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಾಣಹಾನಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸಂಯೋಜಿಸುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಜನರು ತಿಳಿಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

'Cleanliness is akin to goldliness'- ಸ್ವಚ್ಛತೆಯು ದಿವ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೋಲುತ್ತದೆ - ಎಂಬ ಅರ್ಥ ಬರುವ ಆಂಗ್ಲ ಗಾದೆಯ ಅಭಿಪ್ರಾಯವು ಬಹಳ ಹುರುಳುಳ್ಳದ್ದಾಗಿದೆ. ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಭಾರತದ ಅತ್ಯಂತ ಗಲೀಜು ಪಟ್ಟಣವೆಂದು ಕುಖ್ಯಾತವಾದ ಗುಜರಾತಿನ ಸುರತ್ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಭಯಂಕರವಾದ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಪ್ಲೇಗ್ ಪಿಡುಗಿನ ಸ್ವರೂಪ ತಳೆದು, ಹಬ್ಬಿ ನೂರಾರು ಜನರನ್ನು ಬಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಮಹಾಮಾರಿ ರೋಗದ ಹಬ್ಬುಗೆಯಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮಹತ್ವವು ಸಿದ್ಧವಾದಂತಾಯಿತು. ನಗರ ನೈರ್ಮಲ್ಯೀಕರಣ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ ನಗರಸಭೆಗಳ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ ಇರುವಂತೆಯೇ ನಾಗರಿಕರ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ.

ವಾಹನಗಳು ಕಾರಖಾನೆಗಳು ಉಗುಳುವ ಹೊಗೆ, ಹರಿಬಿಡುವ ಕಲುಷಿತ ನೀರು ಮುಂತಾದವುಗಳ ಮೂಲಕವಾಗಿಯೂ ರೋಗಗಳು ಹಬ್ಬುತ್ತವೆ. ಆಕಾಶದ ಓಝೋನ್ ವಲಯದ ಛಿದ್ರತೆಯ ದೀರ್ಘಕಾಲಿಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ತಡೆಯಲೂ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸುವ ವಿಚಾರ ನಡೆಸಿರುತ್ತಾರೆ. ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದಾಗುವ ಅಪಾಯಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿತ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಯೋಜಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಆ ಕುರಿತ ವಿವರ ಇಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯದ ನಿಯಮಗಳ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಅದಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ಆಹಾರ-ವಿಹಾರಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಅಗತ್ಯವನ್ನು ಮನದಟ್ಟುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಕ್ರಮವಾಗಿದೆ. ಇದು ಹೇಳುವಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವಂತಿದೆ.

'ಚುಟ್ಟ ಸೇದುವವನು ಬೇಗ ಚಟ್ಟ ಏರುವನು' ಎಂದು ತಿಳಿದವರು ಹೇಳಿದರೂ, ಚಟದ ದಾಸನಾದವನಿಗೆ ಅದನ್ನು ಬಿಡುವುದು ಸುಲಭಸಾಧ್ಯವಾಗದು. ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ, ಹೃದಯದೌರ್ಬಲ್ಯ, ಹೃದಯಾಘಾತ ಆಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ, ಇಲ್ಲವೆ ಏಡಿಗಂತಿಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯೂ ಇದ್ದರೂ ರಕ್ತಕ್ಕೆ ತಮಾಖುಪಿಪಾಸೆ ಆದ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ತೊರೆಯುವುದು ದುಸ್ಸಾಧ್ಯವೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ತೊರೆಯಲು ನಿಕೋಟಿನ್‌ನ ಹೋಲಿಕೆಯ ಘಟಕದ ಔಷಧಿಯನ್ನು ರಶಿಯಾದಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿರುವರೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಮದ್ಯಪಾನದ ಚಟವನ್ನು ಸಹ ಬಿಡಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಕ್ರಮವಿರುತ್ತದೆ. ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿದಿರಬೇಕು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಲ್ಲಿಯೂ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಹಬ್ಬುತ್ತಿರುವ ಚರಸ್, ಹಾಶಿಶ್ ಮುಂತಾದ ಮಾದಕದ್ರವ್ಯಗಳ ಚಟದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಾನು 'ಮಾದಕ ಮೋಹಿನಿ ತರುವ ವಿಷಾಮೃತದ ಬಟ್ಟಲು' ಎಂಬ ಲೇಖನವನ್ನು ಬರೆದುದುಂಟು. ಈ ದುಶ್ಚಟವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಸಹ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಔಷಧಿಯುಂಟು. ಇಂಥ ದುಶ್ಚಟಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಕ್ರಮವಾಗಿದೆ.

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬರುವಂಥ ಪಿಡುಗು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಅಲೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿರುವಂತೆಯೇ ಅಲಕ್ಷಿಸಿ ಕ್ರಮ ತಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ, ದೊಡ್ಡವರಿಗೆ ಆಗುವ ಧನುರ್ವಾತ ಹಾಗೂ ಜಲಸಂತ್ರಾಸ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿರುವುದಾದರೂ ಹಳ್ಳಿಯ ಅಶಿಕ್ಷಿತ ಜನರು ಇಂಥ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗುವಂತೆಯೇ ಶಿಕ್ಷಿತ ಜನರೂ ಪ್ರಾಣ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು ಸಹಾ ತುಂಬಾ ದುಃಖದ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಕಾಲಿಗೆ ಕಬ್ಬಿಣದ ಮೊಳೆ ನೆಟ್ಟಿದ್ದರೂ ಅಲಕ್ಷಿಸಿದ್ದ ನನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯ ಮಿತ್ರರು, ತರುಣರು ಧನುರ್ವಾತರೋಗ ಪೀಡಿತರಾದ ಮೇಲೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸೇರಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಅಲ್ಲೇ ಅಸುನೀಗಿದ ಅತಿ ದುಃಖಕರವಾದ ಘಟನೆ ನಡೆಯಿತು.

ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯ ಪಶುವೈದ್ಯದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದ್ದ, ಹೆಗಡೆ ಗ್ರಾಮದ ಒಬ್ಬ ಹಾಲಕ್ಕಿ ಗೌಡರ ಅತಿಶಯ ಪರೋಪಕಾರಿಗಳ, ಆರು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಒಬ್ಬನೇ ಒಬ್ಬ ಮಗನು ಗಜನಿಯಲ್ಲಿ ಗಾಯವಾದುದ್ದನ್ನು ಯಾರಿಗೂ ತಿಳಿಸದೆಯೇ ಧನುರ್ವಾತದ ಭೀಕರ ಸೆಳವುಗಳಿಗೆ ಪಕ್ಕಾಗಿ ಮರಣಪಟ್ಟ ಅತಿ ದುಃಖಕರವಾದ ಘಟನೆ ಸಹ ನನ್ನ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಮಾಸದೆ ಇದೆ.

ಎಷ್ಟೋ ಜನರು ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, ಅದಕ್ಕೂ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಸಹಾ ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕೆ ಪಕ್ಕಾಗುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತು ಇದರಿಂದ ಮೃತರಾಗುವವರ ಸಂಖ್ಯೆಯೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ತಮ್ಮ ಎಳೆವೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಧಿವಾತಜ್ವರದಿಂದ ಪೀಡಿತರಾಗಿ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗಿ ಹೃದಯ ದೌರ್ಬಲ್ಯದಿಂದ ಪೀಡಿತರಾಗುವವರ ಸಂಖ್ಯೆಯೂ ಸಾಕಷ್ಟಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹಿರಿಯರ ಅಜ್ಞಾನ, ಅಲಕ್ಷ್ಯದಿಂದಾಗ ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪಚಾರ ಮಾಡಿಸದೆ ಮಕ್ಕಳು ಮರಣ ಹೊಂದಿದ್ದುದ್ದೂ, ಬದುಕಿದ್ದರೆ ಕಷ್ಟದಿಂದ ಕಾಲ ಕಳೆವುದೂ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಅಲೋಪಥಿ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದ ಪ್ರಗತಿಯಿಂದಾಗಿ ಬದುಕಿರುವ ಇಂಥವರಿಗೂ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮುಂತಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ. ಮೊದಲೇ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಇಂಥ ಅಕಾಲ ಮರಣ ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವುಂಟು. ಹಾಳು ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲ್ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಶೀತದಿಂದ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವ ಎಣ್ಣೆ, ತುಪ್ಪ(ಬೆಣ್ಣೆ) ಇವುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನದಿರುವ ಕ್ರಮ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಏರ್ಪಾಟು ಹಾಗೂ ನನ್ನ ತಿಳಿವಳಿಕೆಯಂತೆ ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿದ ಗುಗ್ಗುಳವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿದ 'ಯೋಗರಾಜ ಗುಗ್ಗುಳ' ಮುಂತಾದ ಯಾವುದೇ ಆಯುರ್ವೇದ ಔಷಧಿಯನ್ನು ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ತಕ್ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹಾಳು ಘನಪಿತ್ತದಿಂದಾಗುವ ಪೀಡೆ ತಪ್ಪಬಹುದು. ಈ ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲ್ ತತ್ತಿಯಲ್ಲಿಯ ಹಳದಿ ಭಾಗದಿಂದಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದೆಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಯಮದೂತ-ಜೀವಿತವನ್ನೇ ಕ್ಯಾನ್ಸಲ್ ಮಾಡುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಇಂದಿಗೂ ಇದು ಬಾರದೆಂತೆ ತಡೆಯಲು ಯುಕ್ತ ಆಹಾರ-ವಿಹಾರ ಯೋಜಿಸುವುದೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಉಪಾಯ. ವಿಷಪದಾರ್ಥ ಸೇವಿಸದಿರುವುದು, ಶುದ್ಧ ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಹಸಿ ಗಜ್ಜರಿ, ಕ್ಯಾಬೆಜ್ ರಸ (ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಬಳಸದೆ ಬೆಳೆದ ಇವು ಮತ್ತು), ಇತರ ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ, ಕುಂಬಳ ವರ್ಗದ ಕಾಯಿಪಲ್ಲೆ, ಶುದ್ಧ ಅರಿಶಿಣ ಗೆಡ್ಡೆ(ಹಳದಿ) ಇವನ್ನೂ; ನಾರುಳ್ಳ ಇತರ ಕಾಯಿಪಲ್ಲೆ ಸಹಾ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ತಿನ್ನುವುದು ಪ್ರತಿಬಂಧಕಗಳೆಂದು ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಜೀವತಂತ್ರವಿಜ್ಞಾನ (ಬಯೋಟೆಕ್ನಾಲಜಿ)ದಲ್ಲಿ ಹೆಸರನ್ನು ಗಳಿಸಿರುವ ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿರುವ ಭಾರತೀಯ ವಿಜ್ಞಾನಿಯೊಬ್ಬರು ಪ್ರಯೋಗಗಳಿಂದ ಚಹಾದಲ್ಲಿ ಏಡಿಗಂತಿ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಿದೆಯೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದುಂಟು. ಇಟಾಲಿಯನ್ ಚಿಕಿತ್ಸಕರೊಬ್ಬರೂ ಚ್ಯವನಪ್ರಾಶ ಲೇಹ್ಯವನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಗಂತಿ(ಟ್ಯೂಮರ್) ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾಗುವುದೆಂದು ತಿಳಿಸಿದ್ದರೆಂದು ಓದಿದ್ದೆನು. ಇದೂ ಹಾಗೂ ದೀರ್ಘಾಯುಷ್ಯಕಾರಿಯಾದ ಉತ್ತಮ ದಾಳಿಂಬ

ಹಣ್ಣು, ಅದರ ಸಿಪ್ಪೆ, ಇಲ್ಲವೆ ಬೆಟ್ಟದ ನೆಲ್ಲಿಕಾಯಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಪ್ರಮಾಣಬದ್ಧವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ನಿಯಮ ಪಾಲನೆ ಮಾಡಿ ಈ ಭೀಕರ ರೋಗದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಮಧುಮೇಹ ಎಂಬ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಹಿಲೆಯಿಂದ ಪೀಡಿತರಾಗುತ್ತಿರುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಆನುವಂಶಿಕವಾಗಿಯೂ ಬರುವ ಈ ಕಾಹಿಲೆಯು ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಬರುತ್ತಿರುವುದು ಬಹಳ ಖೇದಕರವಾಗಿದೆ. ಹೋಮಿಯೋಪಥಿ, ಇಲ್ಲವೆ ಆಯುರ್ವೇದ (ಯುನಾನಿ ವೈದ್ಯದ ಕುರಿತು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಲ್ಲ) ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೇ ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮ ಎಂದು ಹೇಳಬಲ್ಲೆನು. ಸದ್ಯದ ಅಲೋಪಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಜೀವ ಉಳಿದರೂ ಹತ್ತು ವರ್ಷ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿದರೆ ಪುರುಷತ್ವ ನಷ್ಟವಾಗಬಹುದಾದುದರಿಂದ ಈ ಚಿಕತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸದಿರುವುದೇ ಮೇಲು (ಸ್ಥೂಲತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದದಿರುವಂತೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಬೇಕು.).

ಇದು ರಕ್ತದ ಏರೊತ್ತಡ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಎರಡೂ ತರದ ರಕ್ತದೊತ್ತಡದಿಂದ ಪಕ್ಷಾಘಾತವಾಗಬಹುದಾದ ಅಪಾಯವನ್ನು ಲಕ್ಷಿಸಿ ಇವನ್ನು ಸಮಸ್ಥಿತಿಗೆ ತರುವ ಕ್ರಮಗಳೇ ಪಕ್ಷಾಘಾತ ತಪ್ಪಿಸುತ್ತವೆ. ಅಲಕ್ಷ್ಯ ಸಲ್ಲದು ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಒಳ್ಳೇ ಚಿಕಿತ್ಸಕರ ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆ ಅತ್ಯವಶ್ಯ.

ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳ ಪೋಲಿಯೊ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿರುವಂತೆ ದೊಡ್ಡವರ ಪಕ್ಷಾಘಾತದ ಇಂಥ ಪ್ರತಿಬಂಧಕಗಳು ಇಲ್ಲ. ಗಂತಿ(ಟ್ಯೂಮರ್) ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ನಾಶಮಾಡುವ ಔಷಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಶೋಧವಾದರೆ ಅದರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಬಹಳ ಪಕ್ಷಾಘಾತ ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಮೊದಲೇ ತಿಳಿದರೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ರಕ್ತದ ತೀರಾ ಕೊರತೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವಶ್ಯ ರಕ್ತದ ಪೂರೈಕೆಯನ್ನು ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾಗುವುದು. ಬಳ್ಳಾರಿ ದಿ. ಬೀಚಿಯವರು ಹಾಸ್ಯದ ಬರವಣಿಗೆಗೆ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಒಂದೆಡೆಯಲ್ಲಿ - “ನೆಗಡಿಯನ್ನು ನ್ಯುಮೋನಿಯ ಮಾಡುವ ಚತುರ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಿರುವರು” ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದರು. ನ್ಯುಮೋನಿಯ ರೋಗವು ‘ನ್ಯುಮೋಕೋಕಸ್’ ಎಂದು ಕರೆವ ರೋಗಜಂತುಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವುದಲ್ಲದೆ, ಬೇರೆ ತರಹದಿಂದ ವೈರಲ್ (ವೈರಸ್‌ಗಳಿಂದ ಆಗುವ) ನ್ಯುಮೋನಿಯ ಸಹ ಆಗುವುದಲ್ಲದೆ, ನ್ಯುಮೋನಿಕ್ ಪ್ಲೇಗ್ ಪಿಡುಗೂ ಸಹ ಆಗಿದ್ದುದರಿಂದ ಆಯಾ ರೋಗಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕಗಳು ಗುಣಕಾರಿಯಾದವೇ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ನ್ಯುಮೋನಿಕ್ ಪ್ಲೇಗಿಗೆ ಟೆಟ್ರಾಸೈಕ್ಲಿನ್ ಮಾತ್ರೆಗಳೇ ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಎಂದು ತಿಳಿಯಲಾಗಿದೆ. ‘ಮೂಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ನೆಗಡಿಯಿದೆ’ ಎಂಬ ಗಾದೆಯಿದೆ. ಆದರೆ, ನೆಗಡಿಯಾಗಲು ಮೂಗು ಕಾರಣವಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ. ‘ಔಷಧ ತಕ್ಕೊಂಡರೆ ನೆಗಡಿ ಒಂದು ವಾರದಲ್ಲಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ತಕ್ಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಏಳು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ’ ಎಂಬ ನುಡಿ ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿದೆ. ನೆಗಡಿಯಿಂದ ರೋಗಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಶಕ್ತಿ ದುರ್ಬಲವಾದರೆ

ಫ್ಲೂ ನ್ಯುಮೋನಿಯ ಅಲ್ಲದೆ ಕ್ಷಯರೋಗ ಸಹ ಮುಂದೆ ಆಗಬಹುದಾದರಿಂದ ಇದನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸಬಾರದು. ಇದಕ್ಕೆ ಅಲೋಪಥಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಔಷಧಿ ತಲೆಭಾರವಾದ ನೆಗಡಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಇದೆ. ನನ್ನ ಹಿರಿಯ ಅಳಿಯ (ಶ್ರೀ ಆರ್.ವಿ.ಭಟ್ಟ) ಅವರ ಮಿತ್ರನೊಬ್ಬ ಮುಂಬಯಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ ಅವನಿಗೆ ನೆಗಡಿಯಾದ ಕೂಡಲೆ ಹೋಟೆಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ ಎರಡು ಪ್ಲೇಟ್ ಭಜ್ಜಿ ಆರ್ಡರ್ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ತಿಂದರೆ ನೆಗಡಿ ಗುಣವಾಗುವುದಂತೆ. ಆದರೆ, 'ಒಬ್ಬನ ಮಾಂಸಾಹಾರ (ಆಹಾರ) ಮತ್ತೊಬ್ಬನಿಗೆ ವಿಷವಾಗುತ್ತದೆ' ಎಂಬ ಒಂದು ಆಂಗ್ಲ ಗಾದೆ ಇರುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು.

ತಣ್ಣೀರನ್ನು ಮೂಗಿನ ಒಂದು ಹೊರಳೆಯಿಂದ ಸೇದಿ, ಇನ್ನೊಂದು ಹೊರಳೆಯ ಮುಖಾಂತರ ಹೊರಗೆ ಹಾಕುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದು, ಪದೇ ಪದೇ ನೆಗಡಿಯಾಗುವುದನ್ನು ಗುಣಮಾಡಿಕೊಂಡವರಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ, ಅನುಭವ ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಯಮದೂತರು ಏಡ್ಸ್ ಭೂತ, ಆಫ್ರಿಕದಲ್ಲಿ ಹಾವಳಿ ನಡೆಸಿದ ಎಬೋಲ ಪಿಶಾಚಿ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಜನರ ಪ್ರಾಣಹರಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಕ್ಕೆ ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಲಕ್ಷಣಾನುಸಾರಿಯಾಗಿ ಔಷಧಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಸಿದ್ಧವೈದ್ಯ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇದೆಯಂತೆ. 'ಹಲಸಿನ ಹಣ್ಣು ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಕ್ಕೆ ಮದ್ದು'- ಎಂದೂ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವರದಿಯಾಗಿತ್ತು. ಈ ರೋಗದ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಕುರಿತು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ, ಭಾಷಣಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಣೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಬೇರೆಯವರ ರಕ್ತದ ಪೂರೈಕೆ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಏಡ್ಸ್ ವೈರಸ್ ಇದೆಯೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಯೇ ರಕ್ತವನ್ನು ಪೂರೈಸಬೇಕು ಎಂಬುದು ಸುರಕ್ಷಿತತೆಯ ಕ್ರಮವಾಗಿದೆ. ಯಾರೂ ರೋಗಮನಸ್ಕರಾಗಿ, ಭೀತಿಯಿಂದ ಜೀವನ ಮಾಡಬಾರದು. ರೋಗದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರಬೇಕು. 'ಕಾಳಜಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಕಾಳಜಿ ಹಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.' ಸಂದರ್ಭ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ ತಿಳಿಸುವ ಮಾತಿದು.

■

೧೭. ಜಿಲ್ಲೆಯ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು

ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಾಗಿದ್ದು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದವರು, ಬರೇ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರಾಗಿದ್ದು ಪರಂಪರೆಯಿಂದಲೂ ಔಷಧಿ ನೀಡುತ್ತ ಬಂದ ಮನೆತನಗಳವರು ಹಾಗೂ ಹವ್ಯಾಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾಗಿದ್ದು, ವೈದ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆದವರು... ಹೀಗೆ ನಮ್ಮ ವೈದ್ಯರು ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದ್ದು, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರಿಗೆ ಇವರಿಂದ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಿದೆ.

ಇವರಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜನರು ಪ್ರತಿಫಲವಾಗಿ ಬರೇ ಒಂದು ತೆಂಗಿನಕಾಯಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನೂ ತಕೊಳ್ಳದೆ ಜನಸೇವೆ ಮಾಡುವವರೂ ಉಂಟು. ಸಿದ್ದಾಪುರದ ಶ್ರೀ ಮಧುಕರ ಭಟ್ಟ "ಆಶೀರ್ವಾದ" ಇವರೂ, ಸಿದ್ದಾಪುರ ಕ್ಯಾದಗಿ ಮುಳುಗೋಳ, ಕೈ. ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೆಯವರೂ, ಕೈ. ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣ ಹೆಗಡೆಯವರೂ ಶ್ರೇಷ್ಠರಾಗಿದು ಹಲವು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರು. ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೆಯವರ ಮಗ ಶ್ರೀ ವೆಂಕಪ್ಪ ಹೆಗಡೆ ಈಗ ಸರ್ಪ ಕಚ್ಚಿದ್ದಕ್ಕೂ, ಸರ್ಪಸುತ್ತಿಗೂ ಮಾತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕ್ಯಾದಗಿ ಹೊಸಮನೆ ಶ್ರೀ ತಮ್ಮಪ್ಪ ಹೆಗಡೆ ಹಾಗೂ ಸಂಧಿವಾತ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಶ್ರೀ ರಾಮಪ್ಪ ಹೆಗಡೆ.

ದಿ. ಬಿಳಗಿ ರಂಗಪ್ಪ ಮತ್ತು ಮಡಗಾಂವಕರ ಮನೆತನದ ಹಲವರು ಬಂದೀಸರದ ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆನಂದ ಗೌಡರು ಈಗ ಔಷಧಿ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಶ್ರೀ ಅರುಣ ಆನಂದಗೌಡರು, ದೊಡ್ಮನೆಯ ಕೈ. ದೇವರು ವೆಂಕಪ್ಪ ಹೆಗಡೆ ಹಾಗೂ ಅವರ ಮಗ, ಜಿಗಳೆ ಮನೆಯ ಗಣಪತಿ ಎನ್ ಶೇಟ್ ಅಣವೇಕರ, ಮೊಗೆಗಾರಿನ ಶ್ರೀ ವೆಂಕಪ್ಪ (ಸಣ್ಣಪ್ಪ) ಹೆಗಡೆ, ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರ ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೆ, ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ವಿ.ಜಿ.ಹೆಗಡೆ, ಹಾಳದಕಟ್ಟಾದ ಶ್ರೀನಾಗಾಚೂರ ನಾಯ್ಕ, ಚನ್ನಮಾಂವ ಕನ್ನ ಹಂಬಜ ನಾಯ್ಕ, ಕೋಲ ಸಿರ್ಸಿಯ ಶ್ರೀತಿಮ್ಮಾ ಮೈಲಾಶುಂಠಿ, ಕಾಲ ಕೊಪ್ಪದ ಡಾ|| ಆರ್.ವಿ.ಹೆಗಡೆ, ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರ ತಮ್ಮ ದಿವಾಕರ ಹೆಗಡೆ, ಅಗ್ಗೆರೆಯ ವಿಘ್ನೇಶ್ವರ ಗಣಪತಿ ಭಟ್ಟ, ಇಟಗಿಯ ಮಾಬಲ ಹೆಗಡೆ, ಕೃಷ್ಣಭಂಡಾರಿ, ಗೊಡ್ನಬಿಳವೀನ ಜಿ.ಎನ್.ಹೆಗಡೆ (ಹೊನ್ನಮಾಂವದಾರಿ),

ಗೋಳಗೋಡಿನ ಪಿ.ಕೆ.ಶ್ಯಾನಭಾಗರು, ಬೆದ್ರಕಾನ ಎಸ್.ಆರ್. ಹೆಗಡೆ, ತುಪ್ಪದಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯ ಬಲ್ಲವರು, ಕಾನಗೋಡಿನ ಹರಗಿ ನಾಯ್ಕರು ಸರ್ಪದಂಶ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಬೇರನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿಯ ಹಯಾಸಾಬ ವೈದ್ಯರು ದನಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲೂ ಬಲ್ಲಿದರು. ಬೀರಲಮಕ್ಕಿಯ ಮುಸ್ಲಿಂ ಎಂ.ಡಿ.ಬಾಬು ಹೂವಿನ ಮನೆಯ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ವೈದ್ಯ ಮನೆತನದ ಕೈ. ಸುಬ್ರಾಯ ಹೆಗಡೆಯವರ ಮಗ ಸೀತಾರಾಮ ಹೆಗಡೆಯವರು ಮಧುಮೇಹ ಗುಣಮಾಡುವರು ಹಾಗೂ ಕೈ. ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೆಯವರ ಮನೆತನದಲ್ಲಿ ಹಳ್ಳಿ ಮದ್ದಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯೂ ಇದೆ. ಬೆಣ್ಣಳ್ಳಿ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ಹೆಗಡೆ ಹಲವು ರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅಸ್ಸಿಗುಳಿ(ಬಾಳೆಸರದಿಂದ) ಸಮೀಪದ ಕಬ್ಬಗಾರ ಗೌಡರು, ಅರ್ಧಾಂಗವಾತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರವೀಣರು. ಮೊದ್ಲಮನೆ ಗೌಡರ ಹಳ್ಳಿಮದ್ದಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿವೆ. ಬಾಳೆಸರ ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಹೆಗಡೆ, ತಟ್ಟಿ ಕೈ ದಿ.ಗೌಡರು ಸಂಧಿವಾತ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ನಿಪುಣರಿದ್ದರು.

ಕಾನಸೂರ ಸಮೀಪದ ಬಾಳಗಾರಿನ ವೆಂಕಟರಮಣ ಹೆಗಡೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಸ್ಸಿಗುಳಿ ಬಾಳೆಸರದ ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಹೆಗಡೆ ಮಕ್ಕಳು ಶ್ರೀ ಜಿ.ಎಮ್.ಹೆಗಡೆ, ಎಂ.ಎಂ. ಹೆಗಡೆ ಹಳ್ಳಿಮದ್ದು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಹೊನ್ನಾವರ ಖರ್ಗಾ ಕೊಳಗದ್ದೆಯ ಸಿಂಧೂರತಯಾಜಿಯವರು ಹೊನ್ನಾವರದಲ್ಲಿ ಮೂತ್ರ ಕಲ್ಲಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಇಡಗುಂಜಿ ನಾರಾಯಣ ನಾಯ್ಕರು ಸಂಧಿವಾತ ಮತ್ತು ಇತರ ಕಾಹಿಲೆಗೆ ಮದ್ದು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಐವತ್ತು ವರ್ಷ ಹಿಂದೆ ಜಲವಳ್ಳಿಯ ಒಬ್ಬ ನಾಯ್ಕರು ಹೊನ್ನಾವರದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬಳಿಗೆ ಗಂಡಮಾಲೆ ಗಂಟುಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಔಷಧಿ ನೀಡಿ ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದರು. ಕರ್ಕಿಯಲ್ಲಿ ಬೂದಿ ಪುಟ್ಟ ಭಟ್ಟರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸರ್ಪಸುತ್ತಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನೀಲ ಕೋಡಿನ ಗಂಗಕ್ಕ ತಿಮ್ಮಯ್ಯ ಹೆಗಡೆಯವರು ಮದ್ದು ಬಿದ್ದುದಕ್ಕೆ ಮದ್ದು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಉಪ್ಪೋಣಿಯ ಡಾ. ಪದ್ಮನಾಭಯ್ಯ ಉಲ್ಬಣಿಸಿರದ ಮಂಗನ ಕಾಯಿಲೆ ಗುಣಮಾಡಿದ್ದರು. ಮೂಲತಃ ಕರ್ಕಿಯವರಾಗಿದ್ದು ಬೈಂದೂರ ಬಾಡದಲ್ಲಿ ನೆಲಸಿದ್ದ ಕೈ. ಚೆನ್ನಕೇಶವ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯವರು ಮಂಗನ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಔಷಧಿ ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದರು. ಅವರ ಮಗ ಶ್ರೀ ಬಿ.ಎಸ್.ಭಟ್ಟರು ವೈದ್ಯಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದರು. ಅಕಾಲಮರಣಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾದರು. ಡಾ. ಕುಸುಮಾ ಸೊರಬ ಮತ್ತು ಸಂಗಡಿಗರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾರರ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಭಟ್ಕಳ ಜಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಭಟ್ಟರು ಶ್ರೀ ಮಾಸ್ತಿಗೊಂಡ (ಎಲುಬು ಮರಿದುದಕ್ಕೆ) ಗೊಂಡರ ಮದ್ದು ತಿಳಿಸಿದವರು, ಶ್ರೀ ಸಣ್ಣು ಗೋಯ್ದು ಗೊಂಡ, ದೇವ ಬೊಡ್ಡಗೊಂಡ ಮದ್ದುಗಾರರು.

ಬೈಲೂರಿನಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ಚವಿಮದ್ದು ಹಾಗೂ ಬೇರೆ ಮದ್ದು ನೀಡುವ ಭಟ್ಟರ ಮನೆತನವಿದೆ. ಮಾರುಕೇರಿ ಸಮೀಪದ ಕಾಶೀಮನೆ ರಾಮಚಂದ್ರ ಗುಬ್ಬಿ ಶೆಟ್ಟಿ

(ಪಶುವೈದ್ಯರು) ಕಾಯ್ಕಿಣಿಯ ಶ್ರೀ ದಿನಕರ ಕಾಯ್ಕಿಣಿ, ಹಡೀಲ್ನ ಭಾಗೀರಥಿ ಶಂಕರ ಅವಭೃತ ಮದ್ದುಗಾರರು. ಶಿರಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಹನಿಗಯಾಕ್ಕೆ ಕಿವಿಯನ್ನು ಚುಚ್ಚಿ, ಕೊಸ್ತು ಹಾಕಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಸುವ ಮನೆತನವಿದೆ. ಆಂಕೋಲಾದ ಬೆಳೆಂಬಾರದ ಬೊಮ್ಮು ಶಿವುಗೌಡರ ಮನೆತನದ (ದಾಯಾದಿಗಳೂ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ) ಅರ್ಧಾಂಗವಾತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ದೇಶ-ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲೂ ಹೆಸರು ಪಡೆದಿದೆ. ಅಂಕೋಲಾದಿಂದ ಒಂದು ಮೈಲು ದೂರದಲ್ಲಿ ಮಾರುತಿ ದೇವಾಲಯದ ಗೌಡ ಸಾರಸ್ವತ ಪೂಜಾರಿಗಳು ಕಷಾಯ ನೀಡಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಅಂಕೋಲಾದ ಸಮೀಪದ ಊರಿನ (ಹಟ್ಟಿಕೇರಿ) ಒಬ್ಬ ಗೌಡರು ಸಂಧಿವಾತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಹೆಸರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಡಾ.ಎನ್.ಆರ್.ನಾಯ್ಕ, ಶ್ರೀಮತಿ ಶಾಂತಿ ನಾಯಕರು ಹಲವು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಮಾಹಿತಿ ತಕ್ಕೊಂಡಿದ್ದಿರಬಹುದು.(ಶಾಂತಿ ನಾಯಕರ) 'ವೈದ್ಯಕೀಯ ಅಡುಗೆಗಳು' ಪ್ರಕಟವಾಗಿದೆ.

ಅಂಕೋಲಾ ಜೂಗದ ಸಣ್ಣಪ್ಪ ಗಾಂವಕಾರರು ತೊನ್ನಿನ ಯಶಸ್ವೀ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಹಲವಾರು ಕಠಿಣ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಗುಣಮಾಡಿದ್ದವರಾಗಿದ್ದು, ಧಾರವಾಡ ಕಲ್ಯಾಣ ನಗರದಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ.

ಯಲ್ಲಾಪುರ ಕಡೆ ಊರೂರಿನಲ್ಲಿ ಎರಡು-ಮೂರು ಹಳ್ಳಿಮದ್ದು ಬಲ್ಲವರು ಹಲವರಿರುವಂತೆ. ಹೊರ್ಲಗದ್ದೆ ಶ್ರೀ ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಹೆಗಡೆ ಯಂತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ಹಲವು ಮದ್ದು ಬಲ್ಲರು (ಹಾಸಣಗಿ ಸಮೀಪ ಸದ್ಯ ಅವರು ಇದ್ದಾರೆ.).

ಚವತ್ತಿ ಹೊನ್ನೆಕಟ್ಟಿನ ದಿ. ಗಿರ್ಯಾ ಮಾರ್ಯಾ ಕರೆವಕ್ಕಲ ಪಶು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಅವರ ಮೂವರು ಮಕ್ಕಳು ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಚಿಕ್ಕತ್ತಿ ಶ್ರೀ ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೆ, ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣ ಹೆಗಡೆ, ಹಿತ್ಲಹಳ್ಳಿಯ ಶ್ರೀ ವೇ। ನಾಗೇಂದ್ರ ಭಟ್ಟರು, ಕೈ ಗಡಿಯ (ಬಹುಶಃ ಮರಣಿಸಿದ) ಕುಂಚಾ ಸಿದ್ದಿ ಅವರ ಮಗ ಬಾಬು ಹಾಗೂ ಹೆಗಡೆ ಮನೆತನದ ಹಲವರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು 'ರೂಢಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ' ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ್ದೆನು.

ಮಂಚಿಕೇರಿ ಕೈ. ಗಣಪತಿ ಭಟ್ಟರ ಯಶಸ್ವೀ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ಅವರ ಮಗ ಚಿ. ವಿನಾಯಕ ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ರಸಿದ್ಧ ವೈದ್ಯರಾಗಿದ್ದ ಅಮೇನಳ್ಳಿಯ ಹಣಗಾರ ಕೈ. ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೆಯವರ ಸಂಬಂಧಿಕರಾಗಿದ್ದ ಕೈ. ಕಾಶಿ ಅಕ್ಕ ಹಾಗೂ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯ ಕೈ. ಅಬ್ರಿಮನೆ ಗಣಪತಿ ಹೆಗಡೆಯವರ ಮಗ 'ಸಿರಸಿ ಸಮಾಚಾರ'ದಲ್ಲಿ ಲೇಖನ ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಮಕ್ಕಳ ತಾಯಮ್ಮನೆಯ ಕೈ. ಮಂಜುನಾಥ ಹೆಗಡೆ ವೈದ್ಯರ ಮಕ್ಕಳು ಶ್ರೀಪಾದ ಹೆಗಡೆ, ಶ್ರೀ ಸುಬ್ಬ ಹೆಗಡೆ, ಕಲ್ಲಕೈಯ ಶ್ರೀ ವಿ.ಜಿ.ಹೆಗಡೆ ಭಾಗ್ವತ ಕೈಮುಸಕು ಹಾಗೂ ಇತರ

ಚಿಕಿತ್ಸಾ ನಿಪುಣರು. ಗಣೇಶ ಹೆಗಡೆ ಸಿರ್ಸಿ ವೈದ್ಯ, ದಿ.ಮಹಾದೇವ ಗುಡೆ ಅಂಗಡಿಯವರ ಪುತ್ರರು; ಸುಗಾವಿಯ ಕೈ. ಪಾರ್ವತಿ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರ ಭಟ್ಟರ ಮನೆಯ ಪಾರ್ವತಿ ನಾರಾಯಣ ಭಟ್ಟ, ತುಪ್ಪ ಜಡ್ಡಿಯ ವಯೋವೃದ್ಧ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಅಂತು ಕುಮರಿ ಮರಾಠಿ, ಶ್ರೀ ಶಿರಗಣಿ ಸುಬ್ರಾಯ ಭಟ್ಟರು (ಎಲುವು ಮುರಿತ ಚಿಕಿತ್ಸಕ) ಯಲ್ಯಾ ಉಮಾ ಸಿದ್ದಿ, ಹಲಸಿನ ಹಳ್ಳಿ ಶ್ರೀ ತಿಮ್ಮಗೌಡ ಹಾಗೂ ನಾರಾಯಣ ತಿಮ್ಮಗೌಡ, ಕುಳವೆಯ ಶ್ರೀ ಹನುಮಂತ ಗೌಡ, ಹನುಮತಿಯ ಗೌಡರು, ವಾನಳ್ಳಿ ಶ್ರೀರಾಮಯ್ಯ ಹೆಗಡೆ, ತೋಟಿ ಮನೆಯ ಭಟ್ಟರ ಮನೆತನದವರು (ಇವರು ಅರ್ಧಾಂಗವಾತಕ್ಕೆ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.), ಹಂದಿ ಮನೆಯ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಭಟ್ಟರು, ವೆಂಕಟ್ರಮಣ ಭಟ್ಟರು (ಪಶುವೈದ್ಯರೂ ಹೌದು), ಕಗ್ಗುಂಡಿ ಸಮೀಪದ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಪರಮ ಕುಮರಿ ಮರಾಠಿ, ಬಕ್ಕಳದ ಶ್ರೀ ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ ಹೆಗಡೆ, ಶೀಗಳ್ಳಿಯ ಸೀತಾರಾಮ ಹೆಗಡೆ, ರಂಗನಾಥ ಟಿ. ಹೆಗಡೆ, ಶಿಂಗನಳ್ಳಿಯ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ವೆಂ. ಭಟ್ಟರು, ಸಾಲ್ಕಣಿ ನೈಗಾರ ಡಾ.ಆರ್.ವಿ.ಹೆಗಡೆ, ಪಂಚಲಿಂಗ ಹುಲಿಮನೆಯ ಪಶುವೈದ್ಯ ಗೌಡರು. ಮಂಜಗುಣಿ ಸಮೀಪದ ಕಲ್ಲಳ್ಳಿ ಶ್ರೀ ಜಗನ್ನಾಥ ಶಾಸ್ತ್ರಿ, ಸರ್ನಗದ್ದೆಯ ಶ್ರೀ ತಿಮ್ಮ ಯಂಕ ಗೌಡ, ಹುಲೇಕಲ್ ಹಾಣಜಿ ಮನೆಯ ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣ ಭಟ್ಟರು, ಅಲ್ಲಿನ ದಿ. ಸೀತಾಬಾಯಿ ನಾಗೇಶ ಪಡಕೋದೆ (ಎಲ್ಲಾ ನನಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಹೇಳಿದ್ದರು.), ಎಲುವು ಮುರಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾದ ದೊಡ್ನಳ್ಳಿ ಹೆಗಡೆಯವರು, ಸೊಂದಾದ ಶ್ರೀ ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಕೃಷ್ಣ ಭಂಡಾರಿ (ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ಗ್ರಂಥ ಬರೆದು ಪ್ರಕಟಿಸಲಿದ್ದಾರೆ.), ಸಿರ್ಸಿ ನಿಲೇಕಣಿಯ ವೈದ್ಯ ಶ್ರೀ ಗಜಾನನ ಹೆಗಡೆ, ಮೋಟಿನಸರ ಶಾಸ್ತ್ರಿ ವೈದ್ಯರು, ವೃದ್ಧ ಶ್ರೀ ಚನ್ನಬಸಪ್ಪ ಬೆಲ್ಲದ, "ಆಯುರ್ವೇದದ ರತ್ನ" ದಿ.ನಿಲಕಂಠರಾವ್ ಪಟವರ್ಧನರು ಮೂಲತಃ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು.

ಶ್ರೀ ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಗಣಪಯ್ಯ ಹೆಗಡೆಯ ತಟ್ಟಸರ, ಶ್ರೀ ಮಹಾದೇವ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರ ಹೆಗಡೆ ಹೊಳೆಕೆಸಿನ ಮನೆ, ಮೇಲಿನ ಓಣಕೇರಿ, ಶ್ರೀ ಪರಮೆಶ್ವರ ಗಣಪತಿ ಭಟ್ಟ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಹೆಗಡೆ (ಹೂಡ್ಲಮನೆ), ಸೌಭದ್ರೆ ದೇವರು ಹೆಗಡೆ (೯೦ ವರ್ಷ) ಹೊರಾಲೆ, ಶರಾವತಿ ಆರ್.ಹೆಗಡೆ ಔಗನಳ್ಳಿ ಇವರ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನನ್ನ ಮಗಳು ಸೌ.ರೇಣುಕಾ ಭಟ್ಟ ತಕ್ಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಸಹಸ್ರಲಿಂಗದ ಗೌಡರು ಡಾ. ಶ್ರೀಧರ ಭಟ್ಟ ಹೊಸ್ತೋಟ ಇವರು ಕಠಿಣವಾದ ಗಂಟಲಿನ (ಕಪೊಲಸಹ) ಬಾವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದರು.

ಬನವಾಸಿಯಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವ ವೈದ್ಯರ ಕುರಿತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿ ಇಲ್ಲ. ಅಲ್ಲಿಯ ಒಬ್ಬ ಮುಸ್ಲಿಂ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ, ಅರ್ಧಾಂಗವಾತ ಸಹ ಗುಣಮಾಡುವರೆಂದು ಕೇಳಿ ಹೋಗಿದ್ದೆನು. ಆದರೆ, ಆ ವೈದ್ಯರು ಎಲ್ಲಿಗೋ ಹೋಗಿದ್ದರು. ಶ್ರೀ ಶಿವಾನಂದ ಕಳವೆಯವರು ಹಳ್ಳಿಮದ್ದುಗಾರರ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಮಾಹಿತಿ ಇಲ್ಲಿ ಪಡೆದಿಲ್ಲ.

ಕುಮಟಾ ತಾಲೂಕಿನ ಊರಕೇರಿಯ ಕೈ. ಸುಬ್ರಾಯ ಭಾಗವತರು ಆಯುರ್ವೇದ, ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಎರಡರಲ್ಲೂ ಬಹುಪರಿಣಿತರಾಗಿ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಗುಣಮಾಡಲಾರದ ಹಲವರ ರೋಗ ಗುಣಮಾಡಿದ್ದರು.

ಅಬ್ಬಿ ಕೈ. ಗಣಪತಿ ಭಟ್ಟರ ಮನೆಯಲ್ಲಿನ ನರನಾಡಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು. ಅಬ್ಬಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಭಟ್ಟರೂ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರು.

ಬೆತ್ತಗೇರಿಯ ಪದ್ಮ, ಕೈ. ಈಶ್ವರ ಭಟ್ಟ ಬಹಳ ಜಾಣೆ. ಶಿಗೆಲ್ಲಾ ರಕ್ತ ಅತಿಸಾರದಿಂದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳು ಮೃತರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಇವರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದವರೆಲ್ಲರೂ ಬದುಕಿಕೊಂಡರು.

ನಮ್ಮ ಹೊಲನಗದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಹಲವು ವೈದ್ಯ ಕುಟುಂಬಗಳಿದ್ದವು. ರಾಚು ದಿ.ಹರಿಯಪ್ಪ ನಾಯ್ಕರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ, ದಿ. ಹರಿಯಪ್ಪ ನಾಯ್ಕರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮದ್ದುಗಾರರಿಲ್ಲ. ವಿಷಮ ಜ್ವರದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಕುಪ್ಪಣ್ಣನಿಗೆ ಕರ್ಣ ಬಾವಾದಾಗ ಡಾಕ್ಟರರು ಗುಣ ಮಾಡಲಾಗದೆ ಹರಿಯಪ್ಪ ನಾಯ್ಕರು ಬೇರು ಹಚ್ಚಿ ಗುಣಪಡಿಸಿದ್ದರು. ಈಗಲೂ ದಿ. ಹನುಮಂತ ನಾಯ್ಕರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹರಿಣಿ (ಹರ್ನಿಯಾ) ಔಷಧಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಭಟ್ಕಳ ಮನೆಯ ಶ್ರೀ ಗೋವಿಂದ ನಾಯ್ಕರು ಘಟ್ಟದ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ತಿರುಗಿ ಔಷಧ ನೀಡುತ್ತಾರೆ, ಕದುರೂರ ಶಿವರಾಮ ಹೆಗಡೆ ನಮ್ಮವರು.

ನನ್ನ ಕೈ. ತಾಯಿ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಅಕ್ಕ ಕೈ. ಕಮಲಾ ನಾರಾಯಣ ಭಟ್ಟ ಅತಿ ಪ್ರದರಶೂಲೆಯಿಂದ ಬಂಜೆ ಆದವರಿಗೆ ಮದ್ದು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಕೈ. ನಾಗೇಶ ಭಟ್ಟರ ಮಗ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಭಟ್ಟರು ಸರ್ಪಸುತ್ತು, ಲೂತಿಗೆ ಹಿಂಗಣ ಮದ್ದನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಕೈ. ಕಾಸೆಕುಪ್ಪ ಹೆಗಡೆಯವರ ಮಗ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕೈ. ತಮ್ಮಣ ಭಟ್ಟರ ಪಶುವೈದ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಗಜಾನನ ವಿಶ್ವನಾಥ ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಹೆಗಡೆ ಮಗ್ಗದ ಮನೆ ಗಣಪತಿ ಶ್ಯಾನಭಾಗರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಾಯಿ ಕಚ್ಚಿದ್ದಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ಪಾಂಡುರಂಗ ಪೈ ಜಾಂಡಿಸ್‌ಗೆ ಮದ್ದು ನೀಡುತ್ತಾರೆ (ಕಂಗಾಲಿನ ಒಬ್ಬ ಪಟಗಾರರು ಜಾಂಡಿಸ್ ಮದ್ದು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.).

ಮದ್ಗಣಿ ಕೈ. ನರಸಿಂಹ ಭಟ್ಟರ ಪರಂಪರೆಯ ಮದ್ದು ಕೈ. ಡಾ. ಎಸ್.ಕೆ. ಭಟ್ಟ ಹಾಗೂ ಕೆ. ಶಂಭು ಭಟ್ಟ ಹಳ್ಳಾರ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೆಗಡೆಯ ಶ್ರೀ ಬೈರಗೌಡರು ಒಳ್ಳೇ ಪಶುವೈದ್ಯರು; ವೈದ್ಯ ದಿ.ಕುಪ್ಪಗೌಡರ ಮನೆಯವರು.

ಕುಮಟಾ ಶ್ರೀ ಮೊಹಮ್ಮದ್ ಮಿರಾನ್ ಸಾಬ್ ಹಲವು ಮದ್ದು ಬಲ್ಲವರು. ಪುಡಿಸಾಬರು ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದ್ದಕ್ಕೆ ಮದ್ದನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಕೊಳಗದ್ದೆಯ ಶ್ರೀ ಅಬ್ದುಲ್ ಸತ್ತಾರ್ ಸಾಬ್ ಒಳ್ಳೇ ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರು.

ಹೆಗಡೆಯ ಶ್ರೀ ಕೈ. ಗೋಪಾಲ ಭಟ್ಟರು ಮಂತ್ರ ಹಾಗೂ ಸರ್ಪಸುತ್ತಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಗ ಕೆ.ಜಿ. ಭಟ್ಟ ಎಸ್.ಜಿ. ಭಟ್ಟ ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದಾರೆ. ದಿ. ಪರಮೇಶ್ವರ ಗುನಗರ ಸರ್ಪಸುತ್ತಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಶ್ರೀ ಗೋಪಾಲ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಗೋಕರ್ಣದ ಕೈ. ಸುಬ್ಬಣ್ಣ ವೈದ್ಯರು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಕೈ. ಗಜಾನನ ಉಗ್ರು, ಕೈ. ಗಾಯತ್ರಿ ಸಾಂಬ ಭಟ್ಟರು ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದರು. ಗುಡ್ಡದಿಂದ ವನಸ್ಪತಿ ಬೇರು ತಂದು ಪುಕ್ಕಟೆಯಾಗಿ ಸಾಂಬ ಭಟ್ಟರು ಜನರಿಗೆ ಕೊಟ್ಟು ಔಷಧಿ ಕ್ರಮ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾರಾಯಣ ಭಟ್ಟರೊಬ್ಬರೇ ಸದ್ಯ ಮದ್ದುಗಾರರು. ಗೋಕರ್ಣದ ಶ್ರೀ ಸುಬ್ರಾಯ ವೆಂ. ಭಟ್ಟ ಸಿದ್ದೇಶ್ವರ ಒಳ್ಳೇ ಪಶುವೈದ್ಯರು. ಗೋಕರ್ಣದ ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಸಭಾಹಿತ (ಗುಡ್ಡೆ ಅಕ್ಕ), ಆಘನಾಶಿನಿ ಪಾರ್ವತಿ ಭಂಡಾರಿ ಹಳ್ಳಿವೈದ್ಯರು.

ಬಂಕಿಕೊಡ್ಲಿನ ಉಮಾಬಾಯಿ ಲಕ್ಷ್ಮಣ ನಾಡಕರ್ಣಿ ಬಹು ನಿಪುಣ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು. ಮೊರಬದ ಪಟಗಾರರ ಮನೆಯ ಧಾತು ಪೌಷ್ಟಿಕ (ಮತ್ತು ಗರ್ಮಿ ರೋಗದ) ಕಷಾಯ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದದ್ದು.

ಗುಡ್ಡ ಕಂರಿಗಾಲಿನ ಶ್ರೀ ಗ.ವೆಂ. ಪಂಡಿತರು 'ಗಾಂವಠಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ' ಗ್ರಂಥದಿಂದ ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಬಡ್ನ ಗದ್ದೆಯ ಗೌಡರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ - ದನಗಳ ವೈದ್ಯ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿದೆ. ಕಂಡ್ಳೀರಿನಲ್ಲಿ ರಿಕೆಟ್ಸ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಮದ್ದು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಅಲ್ಲಿನ ಒಬ್ಬ ದೇಶಭಂಡಾರಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದ್ದಕ್ಕೆ ಅವರ ಮನೆಯ ತುಲಸಿ ಕಟ್ಟೆಯ ಮಣ್ಣನ್ನೇ ನೀಡುತ್ತಾರಂತೆ. ಕಲ್ಲಮನೆಯ ಶಂಭುಮನೆ ತಿಮ್ಮಣ್ಣ ಹೆಗಡೆ ಒಳ್ಳೇ ಪಶು ವೈದ್ಯರು.

ಮೂರೂರಿನಲ್ಲಿ ಸರ್ಪದಂಶಕ್ಕೆ ಆಳವಳ್ಳಿ ನಾರಾಯಣ ಭಟ್ಟರ ಮನೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇದೆ. ಸಿದ್ರ ಮಠದ ಸಮೀಪದ ಮನೆಯವರು. ಮದ್ದು ಬಿದ್ದುದ್ದಕ್ಕೆ ಮದ್ದು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಅಗಸೂರ ಕೈ. ಜಿ.ಆರ್. ಭಟ್ಟ ವೈದ್ಯರು ಸಿದ್ರ ಮಠದವರು. ಗುಬ್ಬಗೊಂಡ ಗಣಪತಿ ಭಟ್ಟರು ಪಶು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೆಲವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. 15 ವರ್ಷ ಮಿಕ್ಕಿದ ಕಂಟ್ರಕೋಣ ಕುಪ್ಪ ಗೌಡರು ಹಳ್ಳಿ ವೈದ್ಯರು.

ನುಕ್ಕೆರೆಯ ದಿ. ನಾರಾಯಣ ಅಂಬಿಗರು ಕೆ.ಎಂ.ಸಿ.ಯಲ್ಲಿ ಗುಣ ಮಾಡಲಾಗದ ಮುಳ್ಳು ಸೇರಿದ ಪಾದದ ಬೀಗನ್ನು ಗುಣ ಮಾಡಿದ್ದ ಹಿರಿಯ ಮದ್ದುಗಾರರು. ಹನೇಹಳ್ಳಿಯ ದಿ. ವಿ.ಪಿ.ಎನ್. ಮಳಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಪರಿಣತರು ಜನಪದ ವೈದ್ಯರು.

ಕಾರವಾರದ ತೋಡೂರು ಗೌಡರ ಎಲುವು ಮುರಿತ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಇವೆ. ಕಾರವಾರ ಭಾಗದ ಹಳಿಯಾಳ, ಸುಪಾ ಭಾಗಗಳ ಜನಪದ ವೈದ್ಯರ ಕುರಿತು ನಾನು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಸಮೃದ್ಧವಾದ ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಇನ್ನೂ ನೂರಾರು ಜನರ ಹೆಸರು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರಬೇಕಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಗ್ರಹಗಳಲ್ಲಿ ಬಂದ ಹೆಸರುಗಳು ನಾಲ್ಕೂನೂರಕ್ಕೂಹೆಚ್ಚಾಗಿವೆ. ■

೧೮. ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯ ಶ್ರೀ ಮಹಾದೇವ ಗುಡೇಅಂಗಡಿ

ಸಿರ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಮಹಾದೇವ ಗುಡೇ ಅಂಗಡಿ ಎಂಬವರು ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ ರೋಗದ ಮೇಲೆ ತುಂಬಾ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಔಷಧ ಕೊಟ್ಟು ನೂರಾರು ಜನರನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಿರುವರೆಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಹಲವರಿಂದ ಕೇಳಿದ್ದೆನು. ಇದನ್ನು ಇವರನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ಬಲ್ಲ ಸಿರ್ಸಿಯ ಭಾರತ ಭವನದ ಮಾಲಕರೂ ದೃಢಪಡಿಸಿದರು.

ಇವರ ಭೇಟಿಯಾದ ಮೇಲೆ ಇವರು ನನ್ನ ಬಾಲ್ಯದ ಪರಿಚಿತವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಒಬ್ಬರೆಂದು ತಿಳಿಯಿತು. ಇವರು ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಸಿರ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಆನುವಂಶಿಕ ವೃತ್ತಿಯಾದ ಕ್ಷೌರಿಕ ವೃತ್ತಿಯನ್ನೂ, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೂ ಜತೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಕೂಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆನು.

ಇವರಿಗೆ ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಸರಕಾರದಿಂದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ರಜಿಸ್ಟ್ರೇಶನ್ ಸಹ ದೊರೆತಿರುತ್ತದೆ.

ಜನಪದ ವೈದ್ಯದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಇವರಿಂದ ಹಲವು ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆದ ಮೇಲೆ ಇವರೊಂದಿಗೆ ನಡೆಸಿದ ಸಂದರ್ಶನವಿದು.

ಶ್ರೀ ಮಹಾದೇವ ಗುಡೆ ಅಂಗಡಿ ಅವರ ಸಂದರ್ಶನ :

ಪ್ರ.1 :ಆಯುರ್ವೇದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಉಂಟಾದ ಪ್ರೇರಣೆ ಯಾವುದು? ಯಾರಾರಿಂದ ನೀವು ಮಾರ್ಗ ದರ್ಶನವನ್ನು ಪಡೆದಿರಿ?

ಉ: ಆನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಕೆಲವು ಕಾಹಿಲೆಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತ ಬಂದಿದ್ದರು. ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಫಲವಾಗಿ ಒಂದು ಸಲ ಕೊಟ್ಟ ಔಷಧಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು

ತೆಂಗಿನಕಾಯನ್ನು ತಂದುಕೊಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ನನ್ನ ತಂದೆಯವರಾದ ದಿ. ಮಂಜಪ್ಪ ಅವರಿಂದ ಕೆಲವು ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಪರಿಚಯವನ್ನು, ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದೆನು. ಅದರಿಂದ ಇದೇ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಇನ್ನಷ್ಟು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು, ವಿಕಾಸಗೊಳಸಿಕೊಂಡು ಜನರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಕೆಲವು ಅನುಭವಿಕ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿದೆನು. ಪರಸ್ಪರ ಪ್ರಯೋಜನ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ತಂದುಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೆನು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ಅವರಿಂದ ಅನೇಕ ವನಸ್ಪತಿಗಳ ಪರಿಚಯವಾಯಿತು.

ಹೊಲನಗದ್ದೆಯ ಹೊಸಮನೆ ಕೈ, ಗಣಪತಿ ಭಟ್ಟ ವೈದ್ಯರು ನನಗೆ ಈ ದಿಸೆಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಆನುವಂಶಿಕವಾಗಿ, ವಿಶಿಷ್ಟ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಊರುಗಳಲ್ಲಿ ನೀಡುತ್ತ ಬಂದಿರುವ ಪರಂಪರೆಯ ಔಷಧಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ತಿರುಗಿ ಆ ಮಹನೀಯರಿಂದ ಪಡೆದುಕೊಂಡೆನು. ಸಿರ್ಸಿಯ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರಾಗಿದ್ದ ದಿ. ನೀಲಕಂಠರಾಯರ ಹಿರಿಯ ಪುತ್ರರಾದ ದಿ. ಗಣಪತರಾವ್ ಪಟವರ್ಧನ ಅವರು ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, ಉಪಯುಕ್ತವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ನೀಡಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು, ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ ಗ್ರಂಥರಚನೆಯ ಸಲುವಾಗಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದ ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡದ ದಿ. ಶೆಣೈ ಎಂಬವರು ನನಗೆ ಬಹಳ ವನಸ್ಪತಿಗಳ ನಿಖರವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡಿದರು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದನೆಯಿಂದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಲು ನನಗೆ ಸಹಾಯವಾಯಿತು. ಮತ್ತು ಗುಡೇ ಅಂಗಡಿ ಊರಿನ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಅಮ್ಮನವರೆಂದು ದೂರದೂರದಲ್ಲೂ ಮಹಿಮೆಯನ್ನು ಬಿತ್ತರಿಸಿರುವ ಕಾಂಜಿಕಾಂಬಾ ಮಹಾದೇವಿಯ ಅತಿಶಯ ಭಕ್ತನಾಗಿರುವ ನಾನು ನೀಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಫಲಪ್ರದವಾಗಲು ಆ ದೇವಿಯ ಅನುಗ್ರಹವು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ನೀಡಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರ.2 :ನಿಮ್ಮ ಔಷಧಪ್ರಯೋಗ ಹೇಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು ?

ಉ: ಮನೆಯವರು ನೀಡುತ್ತ ಬಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಮೊದಲು ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ತಂದೆನು, ಹುಚ್ಚನಾಯಿ ಕಡಿತ, ಸರ್ಪ ಮೊದಲಾದ ವಿಷಪ್ರಾಣಿಗಳ ದಂಶ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮುಂತಾದವನ್ನು ನಾನೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪ್ರಯೋಗಿಸಿದೆನು. ಹುಚ್ಚುನಾಯಿ ಕಡಿತ ಶರೀರದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಆದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿ ಒಂದೇ ದಿನದ್ದು, ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣಕಾರಿಯಾದುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಪಥ್ಯವೆಂದರೆ ಆರು ತಿಂಗಳವರೆಗೆ ಹಲಸಿನಕಾಯಿ ಮತ್ತು ಹಣ್ಣು, ಕುಂಬಳಕಾಯಿ, ಕರಿಯ ಹಣ್ಣು, ಕರಿ(ಬೂದು)ಗುಂಬಳಕಾಯಿ ಮುಂತಾದ ನಂಜಿನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ವರ್ಜಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರ.3 : ಡಾಕ್ಟರರಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಗುಣವಾಗದಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಹಲವು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಗುಣಮಾಡಿರುವಿರೆಂದು ಕೇಳಿರುತ್ತೇನೆ. ಅಂಥ ರೋಗಿಗಳ ಕೆಲವು ವಿವರಗಳನ್ನು ಕೊಡುವಿರಾ ?

ಉ: ಅಂಕೋಲಾ ಯಲ್ಲಾಪುರ ಮತದಾರ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯಾಗಿರುವ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀಪಾದ ಹೆಗಡೆ ಕಡವೆ ಅವರ ಮನೆಯ ಹುಡುಗರಿಗೆ ಬಾಧಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಕಾಡುಕೆಮ್ಮನ್ನು (ನಾಯಿಕೆಮ್ಮು) ನಾನು ಅತಿ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸಿದೆನು. ಇದರಿಂದ ಅವರು ಇನ್ನೂ ಹಲವು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಕಳಿಸಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆಲ್ಲ ಗುಣಪಡಿಸಿದೆನು.

ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯ ಐದೂ ಪ್ರಕಾರಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ನಾನು ಇಷ್ಟರವರೆಗೆ ಐದಾರುನೂರು ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಗುಣಪಡಿಸಿರುತ್ತೇನೆ. ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯ ರೋಗಿಗಳೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ ಮತ್ತು ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶಗಳ ರೋಗಿಗಳೂ ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಗುಣಮುಖರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಕಾಮಿಣಿ (ಜಾಂಡೀಸ್), ವಾಯುಗುಲ್ಮ, ಸಂಧಿವಾತ, ಗುಪ್ತರೋಗ, ಸಣ್ಣ ಮಕ್ಕಳ ದಮ್ಮು, ಹಲ್ಲುನೋವು, ಆಮಶಂಕೆ, ರಕ್ತಾತಿಸಾರ, ಹೆಂಗಸರ ಪ್ರದರರೋಗ (ಗರ್ಭಶೂಲೆ, ಕೆಂಪು, ಬಿಳಿಸ್ರಾವ) ಮುಂತಾದ ಕಠಿಣ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ ಅನುಭವ ನನಗಿದೆ.

ಇದೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಡಾಕ್ಟರರು ಗುಣಪಡಿಸುವಂಥ ಗಂಟಲಿನ ಟಾನ್ಸಿಲ್ ವ್ಯಾಧಿ (ಮೊಳೆ ಉರಿಯೂತ) ಗಳನ್ನು ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದಲೇ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಗುಣಮಾಡಿದ ಹಲವು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಉಂಟು.

ಹರಿಣೀ (ಹರ್ನಿಯಾ) ಮತ್ತು ಗಂಡಸರ ಗೆಜ್ಜಿಗುಲ್ಮವೆಂಬ ವಿಶಿಷ್ಟ ಹರಿಣೀ ವ್ಯಾಧಿಯನ್ನು ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದಲೇ ಗುಣಮಾಡಿರುತ್ತೇನೆ. ಎಲುವು ಮುರಿದ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಡಾಕ್ಟರರು ಪ್ಲಾಸ್ಟರ್ ಹಾಕಿ, ಎಲುವು ಕೂಡಿದರೂ ಉಳಿಯುವ ನೋವಿಗೆ ನಾನು ಆಮೇಲೆ ಬಹು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ತೈಲ ಹಚ್ಚಿಯೇ ನೋವನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಗುಣಮಾಡಿದ ಕಾರಣವಾಗಿ ಅಂಥ ರೋಗಿಗಳು ನನ್ನ ಬಳಿ ಈ ತೈಲವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬರುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಎಲುವು ಮುರಿಯದಿದ್ದರೂ ಕೆಲವು ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಡಾಕ್ಟರರು ತಮಗೆ ಗುಣಪಡಿಸಲು ಕಷ್ಟವಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಕಳಿಸಿದ ಹಲವು ರೋಗಿಗಳನ್ನು ನಾನು ಗುಣಪಡಿಸಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಜನಜನಿತವಾಗಿದೆ.

ಇಲ್ಲಿನ (ಸಿರ್ಸಿಯ) ಕೆಲವು ಕಾಲೇಜ್ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರೂ; ಬಾಡ ಗುಡೇ ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿಯೂ, ಕಾರವಾರದಲ್ಲಿಯೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕರ್ಕಿಯ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ

ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಕರೂ; ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಊರುಗಳ ವ್ಯಾಪಾರಿಗಳೂ, ಸಿರ್ಸಿಯ ನಗರ ಸಭೆಯ ಹಿಂದಿನ ಒಬ್ಬ ಆಡಳಿತಗಾರರೂ, ಅಧ್ಯಕ್ಷರೂ ಗುಣಮುಖರಾದ ಇಂಥ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಎಲುವು ಮುರಿಯದಿದ್ದರೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲುವಿಗೆ ಜಖಂ ಆದಾಗಲೂ ಈ ತೈಲವನ್ನು ಹಚ್ಚುತ್ತಿದ್ದರೆ ಪೂರ್ತಿ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಬರೇ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಸಾಕು ತಿಕ್ಕಬಾರದು.

ಪ್ರ. 4 : ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಡಾಕ್ಟರರು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಕಠಿಣವಾದ ಚರ್ಮರೋಗಗಳನ್ನು ನೀವು ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲಿರಾ?

ಉ : ಪಾದಗಳ ಆಣಿ ,ಲೂತಿ(ಮೀನಕಣ್ಣು), ಇಸಬು, ಗಜಕರ್ಣ, ಅಗ್ನಿಸರ್ಪ (ಹಾರ್ಪಿಸ್), ಶಾಲೆಯ ಮಕ್ಕಳ ಕಜ್ಜಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಸಹ ಗುಣಪಡಿಸಿರುವ ಸಾವಿರಾರು ರೋಗಿಗಳು ಈ ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತುಂಬಾ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ರ. 5 : ನಾರು ಹುಣ್ಣು, ಆನೆಕಾಲು, ಮಂಗನಕಾಯಿಲೆ, ಮುಂತಾದ ಬಹಳ ಕಠಿಣ ವ್ಯಾಧಿಗಳಿಗೆ ಗುಣಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿಯಲ್ಲಿ ಉಂಟೋ ಹೇಗೆ?

ಉ : ವ್ಯಾಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಆನೆಕಾಲು, ಮತ್ತು ಮಂಗನಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ನನ್ನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅನುಭವವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ನಾರುಹುಣ್ಣು ವ್ಯಾಧಿಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ನನ್ನ ಬಳಿಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳುಂಟು. ಇದನ್ನು ಕೇವಲ ಹತ್ತು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಗುಣಮಾಡಿದ್ದು ಉಂಟು. ಬಳ್ಳಾರಿ, ಹೊಸಪೇಟೆ ಭಾಗಗಳಿಂದ ನನ್ನ ಬಳಿಗೆ ಬಂದ ಎಲ್ಲಾ ರೋಗಿಗಳೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರ. 6 : ನಿಮ್ಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಯಶಸ್ಸಿಗೆ ಕಠಿಣ ಪಥ್ಯದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯೂ ಇದ್ದರೆ, ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪಥ್ಯ ಅಗತ್ಯ ?

ಉ : ಕಾಮಿಣಿ ರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಕಠಿಣ ಪಥ್ಯ ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹನ್ನೆರಡು ದಿನ ಬರೇ ಮಜ್ಜಿಗೆ ಅನ್ನವನ್ನು ಉಂಡು ಪಥ್ಯ ಮಾಡಬೇಕು. ಕುಡಿಯಲು ಬರೇ ಮಜ್ಜಿಗೆಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು. ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಖಾರ, ಚಹಾ, ಕಾಫಿ ಮುಂತಾದ ಯಾವುದೇ ಪೇಯವೂ ಹನ್ನೆರಡು ದಿನ ನಿಷಿದ್ಧ. ಚಪಾತಿ ,ರೊಟ್ಟಿ ಮುಂತಾದವನ್ನೂ ಅಷ್ಟು ದಿನ ತಿನ್ನಬಾರದು.

ಬೇರೆ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ವಿಧಿಸಿರುವ ಸಾಧಾರಣ ಪಥ್ಯಪಾಲನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕು ಚರ್ಮರೋಗಿಗಳು ಲೈಫ್‌ಬಾಯ್ ಸಾಬೂನನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಅಭ್ಯಂತರವಿಲ್ಲ.

ಪ್ರ. 7 : ನಿಮ್ಮ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ನೀವೇ ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುವಿರಾ ?

ಉ : ದೂರದ ಊರುಗಳಿಂದಲೂ ನಾನೇ ವನಸ್ಪತಿಗಳನ್ನು ತರಿಸಿಕೊಂಡು, ನಾನು ಕೊಡುವವುಗಳನ್ನು ನಾನೇ ಸ್ವಂತ ತಯಾರಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವುಗಳಿಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ಆನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಕೊಡುತ್ತಾ ಬಂದಿರುವ ಬೇರು-ನಾರಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಹಿಂದಿನ ಪದ್ಧತಿಯಂತೆ ಒಂದು ತೆಂಗಿನಕಾಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ಔಷಧ ನೀಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ.

ಪ್ರ. 8 : ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಬಹಳವಾಗಿ ಪ್ರಚಾರದಲ್ಲಿರುವ ರಕ್ತದ (ಹೆಚ್ಚಿನ ಅಥವಾ ಕಡಿಮೆ) ಒತ್ತಡ ಹಾಗೂ ಮಧುಮೇಹ ಇವುಗಳ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಬಲ್ಲಿರಾ ?

ಉ : ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ನಾನು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಮಧುಮೇಹ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ನಾನು ಕೊಡುವ ವನಸ್ಪತಿ ಔಷಧಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವಾಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಇವರಲ್ಲಿ ಎಳೇವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗರಿಗೂ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿದೆ. ಈ ರೋಗದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ.

■ **ಸಂಯುಕ್ತ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿತ.**

೧೯. ಕೆಲವು ತುಣುಕು ಮಾಹಿತಿಗಳು

- **ನೆಗಡಿ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ :** ಒಣಗಿದ ತುಲಸಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಿ ಆಘ್ರಾಣಿಸಬೇಕು. ತುಲಸಿಯ ಹಸಿ ಎಲೆಗಳ ರಸವನ್ನು ಜೇನಿನೊಡನೆ ತಿನ್ನಬೇಕು.
- **ಡಾಯಬಿಟಿಸ್ :** ಫೇಶನ್ ಫ್ರುಟ್ ರಸ.
- **ಜಾಂಡಿಸ್ :** ಡಾ. ಸತ್ಪಥಿಯವರ ಮಗನಿಗೆ ಪೇರಲ (ಸೀಬೆ) ಎಲೆಗಳಿಂದ ರಸ ತೆಗೆದು ಕೊಟ್ಟು ಬೇಗನೆ ಗುಣವಾಯಿತು.
- **ಗುಂಗಾಡು :** ಸಾಸಿವೆ ಎಣ್ಣೆ ಒಂದು ಭಾಗ, ತುಲಸಿ ಎಲೆ ರಸ ಐದು ಭಾಗ, ಬೆಂಕಿಯ ಮೇಲಿಟ್ಟು ತಯಾರಿಸಬೇಕು. ನುಸಿಗಳು ಈ ವಾಸನೆಗೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ಹಚ್ಚಿದರೆ ವಾತನೋವು ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಬಿಲ್ವಕಾಯ ಒಣಗಿಸಿ ಪುಡಿಮಾಡಿ ಕೆಂಡದ ಹೊಗೆಯಲ್ಲೆಬ್ಬಿಸಿದರೆ ನುಸಿಗಳು ಓಡಿಹೋಗುತ್ತವೆ.
- **ಬಾಯಿ ದುರ್ಗಂಧಕ್ಕೆ :** ದಿನಾಲು 2-3 ಸಾರೆ ಬಿಲ್ವಪತ್ರ ತಿನ್ನಬೇಕು ಜತೆಗೆ ಕರ್ಪೂರ, ಇಲ್ಲವೆ ಪಚ್ಚಕರ್ಪೂರ ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಹೆಚ್ಚು ಗುಣ.
- **ಸಣ್ಣ ಕ್ರಿಮಿಗೆ:** ಕಿರಾತ ಕಡ್ಡಿ ಕಷಾಯ, ಸೋನಾಮುಖಿ ಕಷಾಯ.
- **ಜಿರಲೆ :** ಸೌತೆಕಾಯಿ ಹೋಳು ಮತ್ತು ದಾಲಚಿನ್ನಿ ಎಲೆಗಳಿಗೆ ಜಿರಲೆಗಳು ಓಡಿಹೊಗುತ್ತವೆ.
- **ಲ್ಯುಕೆಮಿಯಾ :** ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆ ಸತ್ತ್ವ ಲ್ಯುಕೇಮಿಯಾ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ, ರಕ್ತಗುಳಿಗೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ. ಬಿ.ಪಿ. ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಸರಿಪಡಿಸುತ್ತದೆ.
- **ಕೊಡಗಕೆಮ್ಮು :** ಗಂಧಕದ ಹೊಗೆ ಈ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ.
- **ಅರಿಸಿನ ಕಾಮಾಲೆ :** ಜೇನುತುಪ್ಪ ಅರಿಸಿನ ಕಾಮಾಲೆಗೆ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ.

- **ಪ್ಲುರಿಸಿ :** ಆದಾಗ ಸಾಸಿವೆ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಬೇಕು. ಒಂದು ದಿನ ಹಾಕಿದ ಒತ್ತಡ ತೆಗೆದು ಬೇರೆ ಒತ್ತಡ ಹಾಕಬೇಕು.
- **ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ :** ಒಬ್ಬ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ನ್ಯೂಮೊನಿಯಾ ರೋಗದಲ್ಲಿ ಉಳ್ಳಾಗಡ್ಡೆಯನ್ನು ಬೇಯಿಸಿ, ಎರಡು ಬಟ್ಟೆಗಳ ನಡುವೆ ಇಟ್ಟು ಎದೆಗೆ ಕಟ್ಟಿದ್ದರಿಂದ ಯಾವ ರೋಗಿಯೂ ಈ ರೋಗದಿಂದ ಸಾಯಲಿಲ್ಲ.
- **ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ ತಡೆಗೆ :** ಸಾಮೆ ಅಕ್ಕಿಯ ಕಷಾಯ ಮಾಡಿ ಕುಡಿದರೆ ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ ಆಗದು.
- **ಎಡಿಗಂತಿ ಟ್ಯೂಮರ್‌ಗೆ :** ಸಸಿಗಳ ಟ್ಯೂಬರಗಳಿಂದ ಏಡಿಗಂತಿ ಟ್ಯೂಮರ್ ಬೆಳೆವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬ ವಿಷಯ ಶೋಧವಾಗಿದೆ.
- **ಮೆಂಡಿಕೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ನಿಷೇಧ :** ದಮ್ಮು ಇರುವವರಿಗೆ, ಎಲರ್ಜಿ ಇರುವವರಿಗೆ ಸಹಾ ಮೆಂಡಿಕೆಯ (ಗಂಟಲು ಮೋಳೆ) ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಬಾರದು. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ ಬ್ರಾಂಕೈಟಿಸ್- ಪಂಗುಸಿರ್ನಾಳ ಉರಿತ(ಉರಿಯೂತ)ವಾದೀತು.
- **ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಉರಿಯೂತಕ್ಕೆ**: ಒಂದನೇ ದಿನ 350 ಗ್ರಾಂ ಕಿತ್ತಳೆರಸ

  ಎರಡನೇ ದಿನ 450 ಗ್ರಾಂ ಕಿತ್ತಳೆರಸ

  ಮೂರನೇ ದಿನ 550 ಗ್ರಾಂ ಕಿತ್ತಳೆರಸ

  ಪ್ರತಿ ದಿನ 100 ಗ್ರಾಂ ಕಿತ್ತಳೆ ರಸ ಹೆಚ್ಚು ಕೊಟ್ಟರೆ ಮೂರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಗುಣ.
- **ಬ್ರಾಂಕೈಟಿಸ್ (ಪಂಗುಸಿರ್ನಾಳ ಉರಿತ):** ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿ ನೀರಲ್ಲಿ ಕಾಲಿಟ್ಟು ಬೆವರು ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

  ಎದೆಗೆ ದೊಡ್ಡ ಬೆಚ್ಚನ್ನ ಪೋಲ್ಟಿಸ್ ಕಟ್ಟಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಸಾಸಿವೆ ಪಟ್ಟಿಯ ಒತ್ತಡ ಉತ್ತಮ.
- **ಅಗಸೆ ಬೀಜಗಳ ಪೋಲ್ಟಿಸ್ :** ಅಗಸೆ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರೆದು, ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಬೀಜಗಳನ್ನು ದಪ್ಪ ಹಾಕಿ ಎರಡು ಬಟ್ಟೆಗಳ ಚೀಲದಲ್ಲಿ ಒಳಗೆ ಮೆತ್ತುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಎದೆಗೆ ಕಟ್ಟುವದು.
- **ಗೋಧಿ ಪೋಲ್ಟಿಸ್ :** ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು, ಹರಳೆಣ್ಣೆ ಸೇರಿಸಿ ಹದಾ ಮಾಡಿ ಕಟ್ಟುವುದು.

■

೨೦. ವಿಷ ಪ್ರಯೋಗ

(ಈ ಲೇಖನದ ಪ್ರಾರಂಭದ ಭಾಗ ದೊರೆತಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದು ಅದರ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗ)

ಬೆಂಕಿ ತಕ್ಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಬಂದವರಿಗೆ ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ ಸಹ ಹಾಕಿ ಕೊಡುವರೆಂದು– ಉಸಿರಿನಲ್ಲಿ ವಿಷ ಹೋಗಿ ಪರಿಣಾಮವಾಗಲಿ ಎಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಯುಗಾದಿಗೆ ಮೂರು ದಿನ ಇರುವಾಗ ವಿಷ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ವಿಷ ಹಾಕುವವರು ಬಾಳೆಯಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪು ಹಾಕುವುದಿಲ್ಲ. ಉಪ್ಪು ವಿಷದ ಪರಿಣಾಮ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬಾಳೆಯಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪು ಹಾಕದಿದ್ದರೆ ವಿಷ ಹಾಕಿದ ಸಂಶಯಪಡಬಹುದು ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ವಿಷದ ಊಟ ಉಂಡು ಎದ್ದು ಹೋದ ಮೇಲೆ, ಆ ಬಾಳೆಯನ್ನು ತೆಗೆವಾಗ ಅದನ್ನು ಕಮಚಿ (ಬೋರಲಾಗಿ ಹಾಕಿ) ಬಾಳೆಯನ್ನು ಕಾಲಿನಿಂದ ಮೆಟ್ಟಿದರೆ ವಿಷ ಉಂಡವರು ಬದುಕುವುದಿಲ್ಲ.

ಮಧ್ಯೆ ನಾನು ಪ್ರಶ್ನೆ ಮಾಡಿದೆನು, "ಅಂಥವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮನೆಯಾಳಾಗಿ ಹೋಗುವವರಿಗೆ ಜೀವದ ಗಂಡಾಂತರ ಮನೆಯಾಳಾಗಿ ಇರಲು ಯಾಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ?"

"ಆಗ ಅವರು ಮನೆಯಾಳಿಗೆ ವಿಷ ಹಾಕುವುದಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮ ಗುಟ್ಟು ಬಯಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಕಾರಣ (ಮನೆಯಾಳಿನ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಯಾರೂ ಬರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಕಾರಣವೂ ಇರಬಹುದು)" ಎಂದರು.

ಒಂದು ಕಡೆ ಮನೆಯಾಳಿನ ಅಣ್ಣ ಹೋದಾಗ ಗಣೇಶ ಚತುರ್ಥಿಯ ಪಂಚಕಜ್ಜಾಯ ಕೊಟ್ಟರು. ಅವನು ವಿಷ ಹಾಕಿದ ಸಂಶಯದಿಂದ ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನಡೆದನು.

ಯಾರಿಗೂ ವಿಷಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಮನೆಯ ಮಕ್ಕಳಿಗಾದರೂ ಹಾಕಿ, ಕಡೆಗೆ ಕಾರುವ ವಿಷ ಕೊಟ್ಟು ಕಾರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹಿಂದೆ ಒಂದು ನಡೆದ ಘಟನೆಯೆಂದು ನಾನು ಕೇಳಿದ್ದು. ಒಬ್ಬ ಹೆಂಗಸು ಮಠದ ಸ್ವಾಮಿಯವರಿಗೆ ವಿಷವನ್ನು ಲಾಡಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದಳು. ಅವಳ ಒಬ್ಬನೇ ಮಗ- ಒಂಬತ್ತು ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವನು ಆಟ ಆಡಿ ಬಂದವನು ಅವರಿಗೆಂದು ಇಟ್ಟಿದ್ದ ಲಾಡನ್ನು ತಿಂದು ಮರಣಪಟ್ಟನು.

ವಿಷಹಾಕಿ ಕೊಂದರೆ, ಆ ಮರಣ ಪಟ್ಟವರು ಮುಂದೆ ತಮ್ಮ ಮನೆತನದಲ್ಲಿ ಜನ್ಮ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಜನರಿಗೆ ವಿಷಹಾಕುತ್ತಾರೆಯಂತೆ. ಅಂತವರಿಗೆ ವಿಷಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ಇತರರಿಗೆ ಸಹ ವಿಷ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ.

“ಅಂಥ ವಿಷ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ವದಂತಿ ಸುಳ್ಳು; ಲಿವರ ರೋಗವಾದವರಿಗೆ ವಿಷ ಹಾಕಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪನೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಯೋಗ್ಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಲಿವರ್ ರೋಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ” ಎಂದು ಪೂಜ್ಯ ದಿ. ನೀಲಕಂಠರಾವ್ ಪಟವರ್ಧನ ಎಂಬ ಸಿರ್ಸಿಯ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯರು ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಸಿದ್ದಾಪುರದ ಕ್ಯಾದಗಿಯ ದಿ. ವೆಂಕಟಸುಬ್ಬ ಹೆಗಡೆಯವರ ಹತ್ತಿರ ತ್ಯಾಗ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ವಿಷ ಹಾಕುವರೆಂಬ ಸುದ್ದಿಯ ಕುರಿತು ಬಹಳ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆಯೇ ನಾನು ಕೇಳಿದ್ದೆನು. ಅವರೂ ಸಹ “ವಿಷ ಹಾಕುವರೆಂಬ ಸುದ್ದಿ ಸುಳ್ಳು” ಎಂದರು. “ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಂಡೇ ಪ್ರವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಜೋಗದ ಜಲಪಾತ ನೋಡಲು ಬರುವವರು ಸಿರ್ಸಿಯಿಂದ ನಡೆದು ಹೋಗುವಾಗ ತ್ಯಾಗ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವರ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಊಟ ಮಾಡಿ ಮುಂದೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ‘ತ್ಯಾಗ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಊಟದಲ್ಲಿ ವಿಷಹಾಕುತ್ತಾರೆ’ ಎಂಬ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಹಬ್ಬಿಸಿದರು” ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದ್ದರು.

ಆದರೆ, ಬಹಳ ಜನರ ಅನುಭವದ ಪ್ರಕಾರ- ಕೆಲವು ಊರುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಈ ತರಹದ ವಿಷಹಾಕುವರೆಂಬುದು ನಿಜವಾದ ಸಂಗತಿ. ಇಂತಿಂಥ ಮನೆಗಳವರೇ ವಿಷಹಾಕುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುವದೂ ಸುತ್ತಲಿನವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಮದುವೆ, ಮುಂಜಿ ಇಂಥಾ ಕಾರ್ಯದ ಊಟಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೆಯವರು ಬಂದು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮತ್ತು ಅಂಥ ಬಹಳ ಜನ ಊಟ ಮಾಡುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ವಿಷ ಹಾಕುವದಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ವಿಷ ಹಾಕುವವರು ಹೆಂಗಸರು. ಅವರ ಈ ಪದ್ಧತಿ ಅವರ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬಳುವಳಿಯಾಗಿ ಸಂದು, ಆ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಮದುವೆಯಾಗಿ ಹೋದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದೂ ಹೇಳುವುದುಂಟು. ಇನ್ನು ಇಂಥ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳಿಂದ ಅನೇಕ ನಿರಪರಾಧಿ ಜನರ ಪ್ರಾಣ ತೆಗೆಯುವವರು ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿರುವರೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ, ಇದರಿಂದ ಜನರಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಊರುಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿದ್ದಾಗ ಯಾವುದಾದರೂ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಊಟ-ಪಾನೀಯ ಸೇವಿಸಿದರೆ ತುಂಬಾ ಹೆದರಿಕೆ ಉತ್ಪನ್ನವಾಗುವುದು. ಇಂಥ ಹವ್ಯಾಸವಿಲ್ಲದ ಜನರ ಮೇಲೆಯೂ ಇತರರ ಗುಮಾನಿಯಾಗುವದು.

ಒಬ್ಬ ಡಾಕ್ಟರರು ಯಾವ ರೋಗಿಯ ಮನೆಗಾದರೂ ಹೋಗಿದ್ದಾಗ, ಅವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟ ಚಹಾವನ್ನು ಸಹ ಕುಡಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ, ನೀರಡಿಕೆಯಾದರೆ ತಂಬಿಗೆಯಿಂದ ಬಾವಿಯ ನೀರನ್ನು ಸೇದಿಕೊಂಡು ಅದನ್ನೇ ಕುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದರು.

ತನ್ನ ಜೀವಕ್ಕಿಂತ ಪ್ರಿಯಕರವಾದದ್ದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಯಾರಿಗೂ ಬೇರೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹೀಗಿರುವಾಗ, ಬೇರೆಯವರ ಪ್ರಾಣಹರಣ ಮಾಡಿ ತಾನಾಗಲಿ, ತನ್ನ ಮನೆಯವರಾಗಲಿ ಸುಖದಿಂದಿರಬೇಕೆಂಬ ಬಯಕೆ ತೀರಾ ಹೀನ ವಿಚಾರ ಮತ್ತು ಕೊಲೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ತಾನು ಅಭ್ಯುದಯ ಹೊಂದುವೆನೆಂಬ ವಿಚಾರ ಸಹ ತೀರಾ ತಿಳಿಗೇಡಿತನದ್ದಾಗಿದೆ. ಈ ಕುತಂತ್ರದ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗೆ ಯಾವ ಆಧಾರವೂ ಇಲ್ಲ.

ವಿಷ ಹಾಕಿರುವರೆಂದು ಸಂದೇಹದಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ, ಲಿವರ್ ರೋಗ, ಅಥವಾ ಹೃದಯರೋಗ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ದುರ್ಬಲತೆಯ ಕುರಿತು ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡೇ ಕಾರುವ ಮದ್ದನ್ನು ಕೊಡಿಸುವದು ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಹೋದರೆ, ಕಾರಾಟದ ದಣಿವಿನಿಂದ ಆಗಲೇ ಮರಣ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯುಂಟು.

ವಿಷ ಪ್ರಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಬೆಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕಾಡುಗುಳ್ಳ ಗಿಡಗಳಿರುತ್ತವೆ (ಎಲೆಗಳಿಗೆಲ್ಲ ಮುಳ್ಳುಂಟು). ಅವುಗಳ ಬೇರು ತಂದು ನೀರಲ್ಲಿ ತೇದು ಅಥವಾ ಬೇರನ್ನು ಕುಟ್ಟಿ ಹಿಟ್ಟು ಮಾಡಿ ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಕೊಡಬೇಕು.

ಗೋವೆ ಸಂಪಿಗೆ ಚಕ್ಕೆಯನ್ನು ಲಿಂಬೆರಸದಲ್ಲಿ ತೇದು, ಒಂದು ದಿನ ಒಮ್ಮೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಲೆ ಕಾಳಷ್ಟು.

ಬಲಗಣೆ ಮರವೆಂಬ ಮರವುಂಟು. ಅದರ ಬೇರನ್ನು ತಕ್ಕೊಂಡು ಬಂದು ಲಿಂಬೆಹುಳಿಯಲ್ಲಿ ತೇದು ತಿನ್ನಬೇಕು. ಅದೇ ಬೇರನ್ನು (ಎರಡು ಇಂಚು ಉದ್ದ ಬೇರು) ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ವಿಷ ಕರಗಿಹೋಗುತ್ತದೆ.

ನುಗ್ಗೆ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಆಕಳಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಬೀಸಿ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಬೇಕು. ಅದನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಅರ್ಧ ಅಥವಾ ಒಂದೇ ತಾಸಿನ ಮೇಲೆ, ಅದೇ ಔಷಧದ ಗುಳಿಗೆ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಕಾಡಮಲ್ಲಿಗೆ (ವನ ಮಾಲತಿ) ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಅಕ್ಕಿ ತೊಳೆದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೀಸಿ, ಅದನ್ನು ಗಾಳಿಸಿ (ಶೋಧಿಸಿ) ಒಂದು ಸೇರು ಆಗುವಷ್ಟನ್ನು ಕುಡಿಯಲು ಕೊಟ್ಟು, ಅಕ್ಕಿ ಗಂಜಿ ಮಾಡಿ, ಅದರ ಸಪ್ಪೆ ತಿಳಿಯನ್ನು ಆಗಾಗ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಬೇಕು.

ವಿಷ ಪ್ರಯೋಗ

ಪ್ರತಿಸಾರೆ ಈ ಮದ್ದು ಮತ್ತು ತಿಳಿ ಕುಡಿದವರು ಕಾರುತ್ತಾರೆ. ಹತ್ತು ಸಾರೆ ಕೊಟ್ಟರೆ ಹತ್ತು ಸಲ ಕಾರುತ್ತಾರೆ. ಹೀಗೆ ಕಾರಾಟ ಮಾಡಿಸಿಯೇ ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಹೋದ ವಿಷವನ್ನು ಹೊರಗೆ ಹಾಕುವ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತುಂಬಾ ತ್ರಾಸದಾಯಕವಾದುದು. ದುರ್ಬಲ ಪ್ರಕೃತಿಯವರು ಇದನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟ.

ಮದ್ದು ಬಿದ್ದುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ನುಗ್ಗೆ ಸೊಪ್ಪಿನ ರಸವನ್ನು ಆಕಳ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಹಿಂಡಿ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಬೇಕು. ಆಮೇಲೆ ನೆಲಕಂಚಿ ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳನ್ನೂ, ನೆಲಕಂಚಿ ಗಿಡದ ಕಾಂಡವನ್ನೂ ಕುದಿಸಿ ಬಿಸಿ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಬೇಕು. ಒಂದೊಂದು ತಟ್ಟೆ ರಸವನ್ನು ವಾಂತಿಯಾಗುವವರೆಗೂ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಬೇಕು.

ತೆಲಗಲು ಗಿಡ ಗುಡ್ಡದ ಮೇಲೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಕಾಯಿಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಆ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಒಡೆದು ಬೇಳೆ ಮಾಡಿ, ಪಲ್ಯ ಮಾಡಲು ಬೆಲ್ಲ ಹಾಕಿ ಹಯಗ್ರೀವ ಎಂಬ ಕಜ್ಜಾಯ ಮಾಡಲೂ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಗಿಡದ ಕಾಯಿಗಳ ಕಷಾಯವನ್ನು ವಿಷ ಹರಣಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

■ 'ನುಡಿಜೇನು' ಪತ್ರಿಕೆ, ೧೯೮೧ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿತ.

೨೧. ಕೋಡಖಂಡ ಭಟ್ಟರ ವೈದ್ಯ ಮಾಹಿತಿ

ಸಿದ್ದಾಪುರ ತಾಲೂಕಿನ ಕೋಡಖಂಡವು ಹೆಗ್ಗರಣಿಗಿಂತ 23 ಮೈಲು ದೂರದಲ್ಲಿದೆ. ಸಿದ್ದಾಪುರ ಶಿರಸಿ ಬಸ್ ಹೆಗ್ಗರಣಿಯ ಮೂಲಕ ಈ ಊರಿಗೆ ಬಂದು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿಯ ವೇ: ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಭಟ್ಟರು ಬಹಳ ವೈದ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ಬಲ್ಲವರು. 'ಅವರ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಿ ವೈದ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆದುಕೋ' ಎಂದು ಉತ್ತಮ ವಿದ್ವಾಂಸರಾಗಿದ್ದ ವೇ: ಅನಂತ ಮಹಾದೇವ ಭಟ್ಟರು ನನಗೆ ಹೇಳುತ್ತಲೆ ಇದ್ದರು. ಮೊಟ್ಟಮೊದಲು ನವೆಂಬರ್ 88ನೇ ಇಸ್ವಿಯಲ್ಲಿ, 19ನೇ ದಿನದಂದು ನಾನು ಹೆಗ್ಗರಣಿಯಲ್ಲಿ ಇಳಿದು, ಕೋಡಖಂಡ ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಭಟ್ಟರ ಮನೆಯನ್ನು ವಿಚಾರಿಸುತ್ತ ನಡೆದು ಹೋದೆನು. ಮಹಾಬಲೇಶ್ವರ ಭಟ್ಟರು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಇದ್ದರು. "ದೇವನಿಮರ ಅನಂತ ಭಟ್ಟರು ನನ್ನ ಸಂಬಂಧಿಕರು, ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆಯಲು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗು ಎಂದಿದ್ದರು" ಎಂದು ಹೇಳಿ, 'ಇವರು ನನಗೆ ಸಂಬಂಧಿಕರು' ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳ, ಅವರ ಆತ್ಮೀಯ ಮಿತ್ರನೂ ಆದೆನು. ಅವರು ಹೇಳಿದ ಮಹತ್ವದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಬಂದಿವೆ.

ಅವರು ಒಬ್ಬನು ಮೈಮೇಲೆ (ಹಲ್ಲು ಕೀಳದ) ಸರ್ಪವನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದನು. ಅವನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದ ಏಕಮಾಲಿಕೆ ನಾಗ ಸಂಪಿಗೆಯೇ ಇರಬೇಕು ಎಂದರು.

ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಅದೇ ತಿಂಗಳು 20ನೇ ದಿನಾಂಕದಂದು ಹೋಗಿ ಇವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಉಳಿದೆನು. ಆಗ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗದ ಹಲವು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತಿಳಿಸಿದರು. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಅತ್ತಿಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಒಣಗಿಸಿ ಚೂರ್ಣಿಸಿ, ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಸೇವಿಸುವುದು ಒಂದು.

ಇವರು ತಿಗಳಾರಿ ಲಿಪಿಯಲ್ಲಿ ಬರೆದುಕೊಂಡಿದ್ದ ಕೈಬರಹದ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ನನಗೆ ಓದಿ ಹೇಳಿದಂತೆ ನಾನು ಬರೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೆನು. ಈ ಪಕ್ಷವಾತದಂಥ ಕಠಿಣ ರೋಗವನ್ನು ಏಕ ಮಾಲಿಕಾ ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ಗುಣ ಮಾಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಂಥ ಸುಲಭ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು, ವನಸ್ಪತಿಗಳಿಗೆ ಮಣ್ಣು ಮೆತ್ತಿ ಸುಟ್ಟು ತೆಗೆದು ಅರೆದು ಕೊಡುವಂಥ

ವಿಶಿಷ್ಟ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳೂ ಇವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟ ಗಳಗ್ರಂಥಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಅತಿ ಸುಲಭವಾದದ್ದು- "ಜೀರಿಗೆಯು ಹುಣಸೆಸೊಪ್ಪಿನ ರಸದಲ್ಲರೆದು ಪೂಸೆ(ಹಚ್ಚಲು) ಮಾಣ್ಗುಗಳ ಗ್ರಂಥಿಯು" ಗಳಗಂಡವೇ ಆಗಿದ್ದೀತು. "ಆರೋಗ್ಯಕರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ" ಹಸ್ತಪ್ರತಿಯಲ್ಲಿ ಇವು ಸೇರಿವೆ, ಪ್ರಕಟವಾಗಿಲ್ಲ.

ಗಣಪತಿ ಮೂರ್ತಿಯು ಇವರ ಸ್ವಪ್ನದಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು 'ತೋಟದಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಕಡೆ ಇದ್ದೇನೆ ತೆಗೆದು ದೇವಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸು' ಎಂದು ಕಂಡಂತೆ ಜಾಗವನ್ನು ಅಗೆಯಿಸಿ ತೆಗೆದು ವರಸಿದ್ಧಿ ವಿನಾಯಕ ದೇವಾಲಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಿದರು. ಅವರ ಮನೆಯ ಹೆಂಗಸರ ಹೇಳಿಕೆಯಂತೆ ಗಣಪತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಎರಡು ಹಾಡು ಬರೆದು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೆನು.

■

೨೨. HERBAL FOLK MEDICINE

The advancement of science in the field of agriculture has made it possible to have green revolution chemical fertilisers are used along with insecticides, new varieties of paddy, wheat seeds have also helped the farmer to produce more food grains.

But, the long term effects of the excessive use of artificial fertiliser and the insecticides, will, in the long run, make the lands less fertile and the foodstuffs and atmosphere will be saturated with chemical poisons and science, the benefactor will be a monster who will slowly and steadily destroy mankind.

Medical science has conquered many diseases by preventive as well as curative treatment. Its achievements in diagnostics and in the field of surgery are very impressive and amazing.

In advanced countries like Britain and America, I am told, that proper medicare and hygienic measures have wiped out some serious epidemics.

Killer diseases like cancer, heart disease, and blood pressure are not conquered. Accidents are claiming more and more lives.

But, in developing countries like India, where the majority of people are poverty-ridden and are uneducated, unilegenic conditions and the spread of viruses even among school going children and educated people also, are sufficient to destroy the general health of society in general.

The efficiency of doctors in general, is far from satisfactory; coupled with the injudicious use of allopathic drugs, by allopathic doctors as well as doctors of other systems of medicine, who also use them on their own patients also, for achieving easy and quick results, such treatment is doing havoc by the resultant new diseases; the treatment of such diseases adds more to the sufferings of the ignorant and poor people. To make my point clear, I shall give an example of an ayurvedic practitioner. For patients who suffer from bronchitis, he adds some betnesol tablets to his ayurvedic Asavas and administers the combined preparation to such patients. Cortisone is given to patients of severe asthma, just to relieve the terrible suffering-temporarily. Cortisone should be given as a last resort, that too by a qualified allopathic doctor. But to give it to any patient suffering from cold and cough as a matter of routine prescription is criminal behavior.

Apart from damage done to kidneys and bones, cortisone is known to produce glaucoma, a very serious eye disease. To prevent bad effects of cortisone, liquorice is given in herbal medicine.

A homeopathic doctor, who is very fond of prescribing delta-butazolidin tablets to patients suffering from arthritis must have given prompt relief to the arthritic pains of his patients. But, he himself has lost his eyesight of one eye due to glaucoma. I do not know whether it is due to his taking cortisone internally.

By allopathic treatment one disease is suppressed and it reappears in the form of another disease, which sometimes is more dangerous than the previous one. They give visolene tablets for suppressing terrible suffering of eczema or psoriasis, another annoying skin disease. If it is taken for a long time, the skin disease may be relieved by suppression. But, it is very likely that the patient may suffers from diabetes.

Eczema is generally cured by herbal medicines, if the patient follows strictly the prescribed restricted diet.

Allopathic drugs, usually, after trial administration to same animals, like guinea pigs, are given to humans in well equipped hospitals. There they have the facilities of testing effects of such drugs. But, when they reach the general practitioners who do not have such facilities at their command, damage is done to the patients.

Life saving drugs like penicillin, will be life killing drugs also lakhs of people suffer from superimposed allergic diseases because of these drugs.

Life threatening diseases like typhoid, pneumonia, T.B.and such diseases as leprosy may be advantageous treated with modern drugs. When high B.P. is very high and sugar content in diabetes is very much, expert allopathic treatment may be essential at least for some days.

Diagnosis is very important, occasional check-ups of the patients to gauze the condition of the patient is essential.

■

ಪರಿಶಿಷ್ಟ

ಜಾನಪದ ಭೀಷ್ಮರಿಗೆ ಈಗ ಎಂಬತ್ತು!

ಕರ್ನಾಟಕದ ನಾಡು-ನುಡಿಗೆ, ಜಾನಪದ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಅನುಪಮ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ 'ಜಾನಪದ ಭೀಷ್ಮ' ಎಂದೇ ಹೆಸರು ಪಡೆದ ಸಾಹಿತಿ, ಸಂಶೋಧಕ ಡಾ. ಎಲ್. ಆರ್. ಹೆಗಡೆಯವರಿಗೆ ಈಗ ಎಪ್ಪತ್ತೊಂಬತ್ತು ವರ್ಷ.

ಎತ್ತರದ ನೆರೆ ಬಂದ ಶರೀರ, ಮಿರಿಮಿರಿ ಮಿಂಚುವ ಕಂಗಳು, ತಲೆ ತುಂಬಾ ಬೆಳ್ಳಿಯ ತಲೆಗೂದಲು, ಹೆಗಲಿಗೊಂದು ಬಗಲುಚೀಲ, ಕೈಯಲ್ಲೊಂದು ಉದ್ದ ಕಾವಿನ ಕೊಡೆ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಗೌರವ ಮೂಡಿಸುವ ಸರಳ ನಡೆ, ನುಡಿ ಇದು ಡಾ. ಎಲ್. ಆರ್. ಹೆಗಡೆಯವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ. 'ಜಾನಪದ ಭೀಷ್ಮ', 'ನಡೆದಾಡುವ ಜಾನಪದ ಕೋಶ' ಎಂದೇ ಅವರನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗುತ್ತಿದ್ದು, 2001ರ ಸಾಲಿನ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಶಂಸೆಯ ಗರಿ ಮೂಡಿದಂತಾಗಿದೆ.

1923ರ ಜನವರಿ 2 ರಂದು ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಹೊಲನಗದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದ ಹೆಗಡೆಯವರು ಗುಡ್ಡೆಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ, ಕುಮಟಾ ಗಿಬ್ ಹೈಸ್ಕೂಲಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರೌಢ ಶಿಕ್ಷಣ, ಸಾಂಗ್ಲಿಯ ವಿಲಿಂಗ್ ಡನ್ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ 1946ರಲ್ಲಿ ಫೆಲೋಶಿಪ್ ಗಳಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಪದವಿ, ಕನ್ನಡ ಐಚ್ಛಿಕ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಪದವಿಯನ್ನು ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆಯಲ್ಲಿ ತೇರ್ಗಡೆ, ಕಾರವಾರದ ಸರಕಾರಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಹೊನ್ನಾವರದ ನ್ಯೂ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಸ್ಕೂಲ್ ನಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕರಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿದ ಅವರು ಕುಮಟಾದ ಕೆನರಾ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ 27 ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ಸುದೀರ್ಘ ಕಾಲ ಉಪನ್ಯಾಸಕರಾಗಿ ದುಡಿದು, 22 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ವೃತ್ತಿಯಿಂದ ನಿವೃತ್ತರಾದರು.

ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಇದ್ದ ಸಾಹಿತ್ಯಾಸಕ್ತಿಯ ಮೊಳಕೆ ಚಿಗುರಿದ್ದು 1942ರಲ್ಲಿ. ಮೆಟ್ರಿಕ್ ಓದುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ 'ಹಕ್ಕಿ ನರಸಣ್ಣನ ಕತೆ' ಎಂಬ ಕೈಬರಹದ ಕಥಾಸಂಕಲನ

ಇವರಿಂದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಅರ್ಪಣವಾಯಿತು. ಅನಂತರ 'ಇಂದ್ರಧನುಷ್' ಎಂಬ ಕಥಾಸಂಕಲನದಲ್ಲಿ ಆ ಕಥೆಗಳು ಪ್ರಕಟವಾದವು.

1958ರಲ್ಲಿ 'ಬಾಳ ದೀಪಾವಳಿ' ಕವನ ಸಂಕಲನ, ತದನಂತರ 'ನಮ್ಮ ಜನಪದ ಕತೆಗಳು', 'ಸಿದ್ದಿಯರ ಕಥೆಗಳು', 'ಮಲೆನಾಡ ಸೆರಗಿನ ಜಾನಪದ ಕಥೆಗಳು', 'ಕರಾವಳಿಯ ಕತೆಗಳು', 'ಜನಪದ ಭಾರತ ಕತೆಗಳು', 'ಕುಮರಿ ಮರಾಠಿಗರ ಕತೆಗಳು', 'ಗೇಣು ಗಡ್ಡದ ಕುಳ್ಳ', 'ಜೈನ ಭಾರತ ಕತೆಗಳು', ಇವೇ ಮೊದಲಾದವು ಇವರ ಸಂಗ್ರಹ ಕೃತಿಗಳು. 'ಗುಮಟೇ ಪದಗಳು', 'ಕೆಲವು ಲಾವಣಿ ಪದಗಳು', 'ತಿಮ್ಮಕ್ಕನ ಪದಗಳು', 'ಹಾಡುಂಟೆ ನನ್ನ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ', 'ಮುಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಹೊಲೆಯರ ಪದಗಳು', 'ಪರಮೇಶ್ವರಿ ಪದಗಳು', 'ಗುಮ್ಮನ ಪದಗಳು', 'ಹಾಲಿನ ತೆನೆ', 'ಸುವ್ವೀ ಸುವ್ವೀ ಸುವ್ವಾಲೇ', 'ಗೊಂಡರ ಪದಗಳು', 'ಹೆಂಗಸರ ಗೀತೆಗಳು', 'ಬೆಳ್ಳಿಯಮ್ಮನ ಹಾಡುಗಳು' ಮೊದಲಾದವು ಜಾನಪದ ಗೀತ ಸಂಗ್ರಹಗಳು.

ಘನ ವಿದ್ವಾಂಸರು

ಕವಿ ಹೃದಯದ ಘನ ವಿದ್ವತ್ತೆಯ ಹೆಗಡೆಯವರಿಗೆ 'ಕುಮಾರವ್ಯಾಸ ಪಾತ್ರ ಸೃಷ್ಟಿ' ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ಡಾ. ಆರ್. ಸಿ. ಹಿರೇಮಠರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಬರೆದ ಪ್ರಬಂಧಕ್ಕೆ 1968ರಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಪಿಎಚ್.ಡಿ. ಪದವಿ ದೊರೆಯಿತು.

ಕರ್ನಾಟಕ ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಸದಸ್ಯರಾಗಿ, ಜಾನಪದ ಸಮ್ಮೇಳನಗಳಲ್ಲಿ ಗೋಷ್ಠಿಗಳ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಸಮ್ಮೇಳನಗಳ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯನ್ನು ವಹಿಸಿದ ಈ ಜ್ಞಾನ ಭಂಡಾರಕ್ಕೆ ಸರ್ವಧರ್ಮ ಸಮ್ಮೇಳನದಲ್ಲಿ 'ಜಾನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯ ರತ್ನ' ಎಂದು ಬಿರುದು ನೀಡಿ ಸನ್ಮಾನಿಸಲಾಯಿತು. ಕರ್ನಾಟಕ ಜಾನಪದ ಯಕ್ಷಗಾನ ಅಕಾಡೆಮಿಯ 1988ನೆಯ ಸಾಲಿನ 'ಉತ್ತಮ ಜಾನಪದ ಗೀತ ಸಂಕಲನ'ವೆಂದು ಇವರ 'ಹಾಲಕ್ಕಿ ಹೆಂಗಸರ ಮದುವೆಯ ಹಾಡುಗಳು' ಗ್ರಂಥಕ್ಕೂ, 1990ನೆಯ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಗದ್ಯ ಪ್ರಕಾರದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಗ್ರಂಥವೆಂದು 'ಜನಪದ ಮತ್ತು ಗಿರಿಜನರ ಕತೆಗಳು' ಪುಸ್ತಕಕ್ಕೂ 'ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಪುಸ್ತಕ' ಬಹುಮಾನ ದೊರೆಯಿತು.

1993ರಲ್ಲಿ ಕುಮಟಾದ ಗೌರೀಶ ಕಾಯ್ಕಿಣಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನವು ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ 'ವಾರ್ಷಿಕ ಪ್ರಶಸ್ತಿ' ನೀಡಿ ಇವರನ್ನು ಸನ್ಮಾನಿಸಿದೆ. ಅದೇ ವರ್ಷ ದೊಡ್ಡಮನೆ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಲಕ್ಷ್ಮೀ ಗಣೇಶ ಚಾರಿಟೆಬಲ್ ಟ್ರಸ್ಟಿನ ವತಿಯಿಂದ ದೊಡ್ಮನೆ ಗಣೇಶ ಹೆಗಡೆ ಇವರಿಂದ ಸನ್ಮಾನ ಸಂದಿದೆ. ಜಾನಪದ ಅಕಾಡೆಮಿಯ ಸದಸ್ಯತ್ವಕ್ಕೆ ಅರ್ಹತೆಯನ್ನು ಪಡೆದ ಹೆಗಡೆಯವರ ಜೀವನ ಮಾಹಿತಿ ಸೇರ್ಪಡೆ- ದಿಲ್ಲಿಯ 'ರಿಫಾ ಮೊಂಟೊ' ಪ್ರಕಟಿಸಿದ 'ಹೂ ಈಸ್ ಹೂ ಇನ್ ಏಷ್ಯಾ' ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಆಗಿದೆಯಲ್ಲದೇ, ದಿಲ್ಲಿಯಿಂದ ಹೊರಬಂದ

'ಬಯೋಗ್ರಫಿ ಇಂಟರ್ ನ್ಯಾಷನಲ್' ಸಂಪುಟದಲ್ಲಿ 'ಛಾಯಾಚಿತ್ರ'ದೊಂದಿಗೆ ಅವರ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜೀವನ ಮಾಹಿತಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿತು.

ಉಡುಪಿಯ ರಂಗಕಲೆಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರದ ದಶಮಾನೋತ್ಸವದ ಅಂಗವಾಗಿ ಸನ್ಮಾನ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತೃತ ಕ್ಷೇತ್ರ ಕಾರ್ಯ ಆಧಾರಿತ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಂಶೋಧನೆಗಾಗಿ 'ಜನಪದ ಕಲಾ ವಿಭೂಷಣ' ಬಿರುದನ್ನು ಇವರಿಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆಯಲ್ಲದೇ, ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಕ್ ಸೆಲ್ಫ್ ರಿಲಯನ್ಸ್ ಫೋರಮ್-ನವರಿಂದ 'ಸೀನಿಯರ್ ಹೋಮಿಯೋಪಥಿಕ್' ಎಂಬ ಗೌರವವನ್ನು ನೀಡಿ ಸನ್ಮಾನಿಸಲಾಗಿದೆ. ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕ್ರೈಸ್ತ ಕಾಲೇಜ್ ಕನ್ನಡ ಸಂಘದಿಂದಲೂ 1999ರಲ್ಲಿ ಇವರ ಸಾಧನೆಗಾಗಿ ಸನ್ಮಾನಿಸಲಾಯಿತು. ಕೇವಲ ಜಾನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯಕ್ಕೆ ಇವರ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರ ಸೀಮಿತವಾಗಿರದೇ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಹಲವು ಪ್ರಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಇವರು ಪ್ರಬುದ್ಧರೆಂಬುದಕ್ಕೆ ಇವರ 'ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳು', 'ಪುರಾಣ ಜಿಜ್ಞಾಸೆ', 'ಬತ್ತಲೇಶ್ವರ ರಾಮಾಯಣ', 'ಕಾವ್ಯ ಪ್ರಸಂಗ', 'ಕುಮಾರವ್ಯಾಸ' ಮುಂತಾದ ಗ್ರಂಥಗಳು ಸಾಕ್ಷಿ. ಅಲ್ಲದೇ ಇವರ 'ಗಾಂವಟಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ', 'ಅನುಭವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ', 'ಆರೋಗ್ಯ ಧರ್ಮಪಾಲನೆ', 'ದನಗಳ ವೈದ್ಯ', 'ರೂಢಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ', 'ಸುಲಭ ಚಿಕಿತ್ಸೆ', 'ಜಾನಪದ ವೈದ್ಯ' ಮುಂತಾದ ಗ್ರಂಥಗಳು ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿವೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ, ಮೈಸೂರು ಹಾಗೂ ಬೆಂಗಳೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳು, ಐಬಿಎಚ್ ಪ್ರಕಾಶನ, ಡಾ. ಎಲ್.ಆರ್. ಹೆಗಡೆ ಕೃತಿ ಪ್ರಕಾಶನ ಸಮಿತಿ, ಶಿರಸಿ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಪ್ರಕಾಶಕರುಗಳು ಡಾ. ಹೆಗಡೆಯವರ ನೂರಾರು ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಈ ವರೆಗೂ ಪ್ರಕಟಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಕನ್ನಡದಿಂದ ಅವರ ಕತೆಗಳು ರಷ್ಯನ್, ಫ್ರೆಂಚ್ ಮುಂತಾದ ಅನೇಕ ಭಾಷೆಗಳಿಗೆ ಅನುವಾದಗೊಂಡು ಪ್ರಕಟವಾಗಿವೆ. ಕೇಂದ್ರ ಸಾಹಿತ್ಯ ಅಕಾಡೆಮಿಯು ಇವರ 580 ಪುಟಗಳ ಬೃಹತ್ ಜನಪದ ಮತ್ತು ಗಿರಿಜನರ ಕತೆಗಳನ್ನು ಇತರೆ ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲದೇ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ಗೆ ಭಾಷಾಂತರಿಸಲು ಹಕ್ಕು ಪಡೆದಿದ್ದು, ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ತನ್ನ ಕತೆಗಳು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರಸುತ್ತವಾಗಿ ಜೀವಂತವಾಗಿರುತ್ತವೆಯೆಂದು ಹೆಗಡೆಯವರು ಹೇಳುವಾಗ ಅವರಲ್ಲಿ ಜೀವನದ ಸಾರ್ಥಕಭಾವ ತುಂಬಿ ತುಳುಕುತ್ತದೆ.

ಬಾಯಿಂದ ಬಾಯಿಗೆ ಹರಿದು ಬಂದು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಾಗ ಬೆಳೆಯುವ, ಅದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಕಮರಿಹೋಗುವ ಜಾನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯ, ಔಷಧಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಅಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸುವಲ್ಲಿ ಡಾ. ಹೆಗಡೆಯವರು ಅಗ್ರಗಣ್ಯರು. ಇಂಥ ಸರಳ, ಸಹಜ ನಡೆವಳಿಕೆಯ ೮೦ರ ಹರೆಯದ ಜನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಾಧಕರಾದ ಹೆಗಡೆಯವರು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಚಾರ, ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಹಂಬಲಿಸದೆ ಈ ಇಳಿವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೂ ಅವಿಶ್ರಾಂತವಾಗಿ ಸಿದ್ದಾಪುರದ ಹೊಸೂರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಹಿತ್ಯ ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ದೊರೆತ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿದರೆ ಅವರು ಸಂತಸ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾರಾದರೂ 'ನನ್ನ ಇಹಲೋಕದ ಕರ್ತವ್ಯ ಪೂರ್ಣಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತಡವಾಗಿಯಾದರೂ ನನ್ನನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಾನು 50 ವರ್ಷಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲದಿಂದ ಜಾನಪದ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವೆ. ಪ್ರಶಸ್ತಿಯ ಬಯಕೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಎಂದೂ ಹುಟ್ಟಿಕೊಂಡಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ನನ್ನ ಹಿತೈಷಿಗಳು ನಿಮಗೆ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಬರಬೇಕಿತ್ತು ಎನ್ನುವ ವಿಚಾರ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರೂ ಕಾಲ ಬಂದಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದ್ದೆ' ಎಂದು ಅವರು ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

'ಜನಪದ ಕಲೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಜನಸಾಮಾನ್ಯನ ಬದುಕಿನ ಚಿತ್ರಣ ಆತನ ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಗ್ರಾಮೀಣ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಜನಾಂಗದ ಕಲೆ ನಶಿಸದೆ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೂ ದೊರೆಯಲೆಂಬ ಆಶಯದಿಂದ ಕೆಲವು ಕೃತಿಗಳ ಸಂಗ್ರಹ, ಸಂಶೋಧನೆ ಮಾಡಿರುವೆ. ಜನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಆಸಕ್ತರಿಗೆ ಕೃತಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ದೊರೆತಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನ ದೊರೆಯಬಹುದೆಂಬ ಉದ್ದೇಶ ನನ್ನ ಶ್ರಮದ ಹಿಂದಿದೆ. ಪ್ರತಿ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲೂ ಅಲ್ಲಿಯ ಪರಿಸರ, ಕಲೆ, ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಉಳಿದು ಬರಲು, ಅದರ ಮೌಲ್ಯ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನತೆಯೂ ಅರಿಯುವಂತಾಗಲು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಅಧ್ಯಯನ ಕೇಂದ್ರ ಸ್ಥಾಪಿತವಾದಲ್ಲಿ ಸಾಹಿತ್ಯ ಸತ್ತ್ವ ಉಳಿದೀತು' ಎಂಬುದು ಅವರ ಸ್ಪಷ್ಟ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಜಾನಪದದ ಬಗ್ಗೆ ಒಲವು ಮೂಡಿಸಿರುವ ಕೃತಿಗಳು ಬಂದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜಾನಪದ ಜನಜೀವನ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಬಿಂಬಿತವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹ ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯೇ ಹೆಮ್ಮೆಪಡಬೇಕಾದ ಹಿರಿಯ ಜಾನಪದ ಭೀಷ್ಮನನ್ನು ಸರಕಾರ ಈಗಲಾದರೂ ಗುರುತಿಸಿ 2001ನೆಯ ಸಾಲಿನ ರಾಜ್ಯೋ ಃವ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ನೀಡಿದ್ದು ಈ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗೇ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಲೆ ಬಂದಂತಾಗಿದೆ.

■ ಲೇಖಕರು : **ಕೆಕ್ಕಾರ ನಾಗರಾಜ ಭಟ್,**
2022-02-14, ತರಂಗ ವಾರಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿತ.

ಎಲ್ ಆರ್ ಹೆಗಡೆ

ಅಪ್ರಕಟಿತ ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಲೆ

೧೧ ಜನಪದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳು

ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡದ ನಶಿಸಿಹೋಗುತ್ತಿರುವ ಜಾನಪದ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಉಳಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಮಹಾಚೇತನ. ಅಧ್ಯಾಪನದಿಂದ ನಿವೃತ್ತಿಯಾದ ನಂತರ ತಮ್ಮೆಲ್ಲ ಸಮಯವನ್ನು ಜಾನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಂಗ್ರಹ ಮತ್ತು ಸಂರಕ್ಷಣೆಯ ಕೆಲಸಕ್ಕೇ ಮೀಸಲಿಟ್ಟಿದ್ದ ಸಮಾಜಜೀವಿ. ಜಾನಪದ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಅವರ ಸಾಧನೆ ಅಪೂರ್ವ. ಅವರಿರುವಾಗ ಪ್ರಕಟವಾದ ಪುಸ್ತಕಗಳು ಹಾಗೂ ಅವರೇ ಬರೆದ ಪಾಂಡಿತ್ಯ ಪೂರ್ಣ ಪೀಠಿಕೆ, ಮುನ್ನುಡಿಗಳು ಜಾನಪದ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಅವರ ಆಳವಾದ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡದ ಬುಡಕಟ್ಟು ಜನಾಂಗಗಳ ಕುರಿತ ಅವರ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಅನನ್ಯ; ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರಬಂಧಗಳು, ಭಾಷಣಗಳು, ಜಾನಪದ ಲೇಖನಗಳು ಅಸಂಖ್ಯ.

ಈಗಾಗಲೇ ಅವರ 84 ಕೃತಿಗಳು ಪ್ರಕಟಣೆ ಕಂಡಿವೆ. ಅವರ ಅಪಾರ ಸಂಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗದ ಜಾನಪದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಇನ್ನೂ ಸಾಕಷ್ಟಿದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವನ್ನು ಆಯ್ದು ಅಪ್ರಕಟಿತ ಸಾಹಿತ್ಯ ಸರಣಿಯನ್ನು ಈ ಮೂಲಕ ಆರಂಭಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವರ ಪುತ್ರಿ ಶ್ರೀಮತಿ ರೇಣುಕಾ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಭಟ್‌ರವರು ಈ ಸಂಗ್ರಹಗಳನ್ನು ನಾಡಿಗಾಗಿ ಸಂರಕ್ಷಿಸಿ, ಸಂಪಾದಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಉಚಿತ ಪುಸ್ತಕ

ಮಿತ್ರಮಾಧ್ಯಮ
ಮುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಪುಟ್ಟ ಹೆಜ್ಜೆ