आयुर्वेद दिन

चतुर्णां भिषगादिनां शस्तानांधातुवैकृते ।
प्रवृर्त्तिधातु साम्यार्था चिकित्साइत्यभिधीयते ।।

च.सू. ९/५

वैद्य, औषध, रोगी आणि परिचारक या चारही घटकांचे योग्यत्व असेल तर शरीरातील विकृत झालेले धातू साम्यावस्थेत येवून आरोग्याची प्राप्ती होते व यालाच चिकित्सा असे म्हणतात. आयुर्वेद उपचार पद्धतीचे वेगळेपण हे याच विचारात आहे. निरोगी राहणे व रोग झाल्यास उपचार करणे या दोन स्वतंत्र बाबी असून रोग झाल्यावर उपचार करण्यापेक्षा रोग होवू नयेत यासाठी काय करता येईल हे आयुर्वेद सांगतो. आयुर्वेद ही जीवनशैली आहे. आयुर्वेदात सांगितल्या प्रमाणे आहार, विहार व उपचार केल्यास मधुमेह, रक्तदाब, मानसिक अस्वास्थ्य इत्यादी शारीरिक व मानसिक 'जीवनशैली जन्य' आजार दूर ठेवता येतात व त्यावर उपचार ही करता येतात.

हजारो वर्षांची शाश्वत परंपरा असलेले आयुर्वेद हे स्वयंसिध्द शास्त्र आहे. आज कालानुसार त्याला आधुनिकतेची जोड देवून मनुष्याचे जीवनमान उंचावण्यासाठी आयुर्वेदतज्ज्ञ वैद्य प्रयत्न करत आहेत. सर्व जगात आज योग व आयुर्वेद यातील चिकित्सा पद्धतीचा गौरव होत असून आपणही आपल्या आरोग्यासाठी आयुर्वेद जीवनशैलीचा अवलंब करुन आपले आयुष्य निरोगी व सुखी केले पाहिजे.

धन्वंतरी ही आयुर्वेदाची देवता, ते देवांचे वैद्य म्हणून प्रसिद्ध आहेत. त्यांची जयंती आपण "धनत्रयोदशी" म्हणून साजरी करत होतो. यावर्षी पासून आयुर्वेद दिन म्हणून हा दिवस साजरा करुया व आयुर्वेद आहार, विहार व उपचार घेवून संपूर्ण जीवनशैली बदलूया. निरोगी होवूया, आयुर्वेदाच्या साक्षीने आरोग्याचे दीप लावूया.!!!

जय आयुर्वेद ।
जय धन्वंतरि ।

अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय, पुणे

मधुमेहामध्ये धोक्याची घंटा

- त्वचेच्या रंगात बदल होणे.
- पावलांवर घट्टे / भेगा पडणे.
- पायांच्या तळव्यांवर घट्टे / कुरुप होणे.
- पावलांची संवेदना कमी होणे.
- पाया वरील जखम न भरणे.
- पाया वरील जखम पसरत जाणे.

दुर्लक्ष

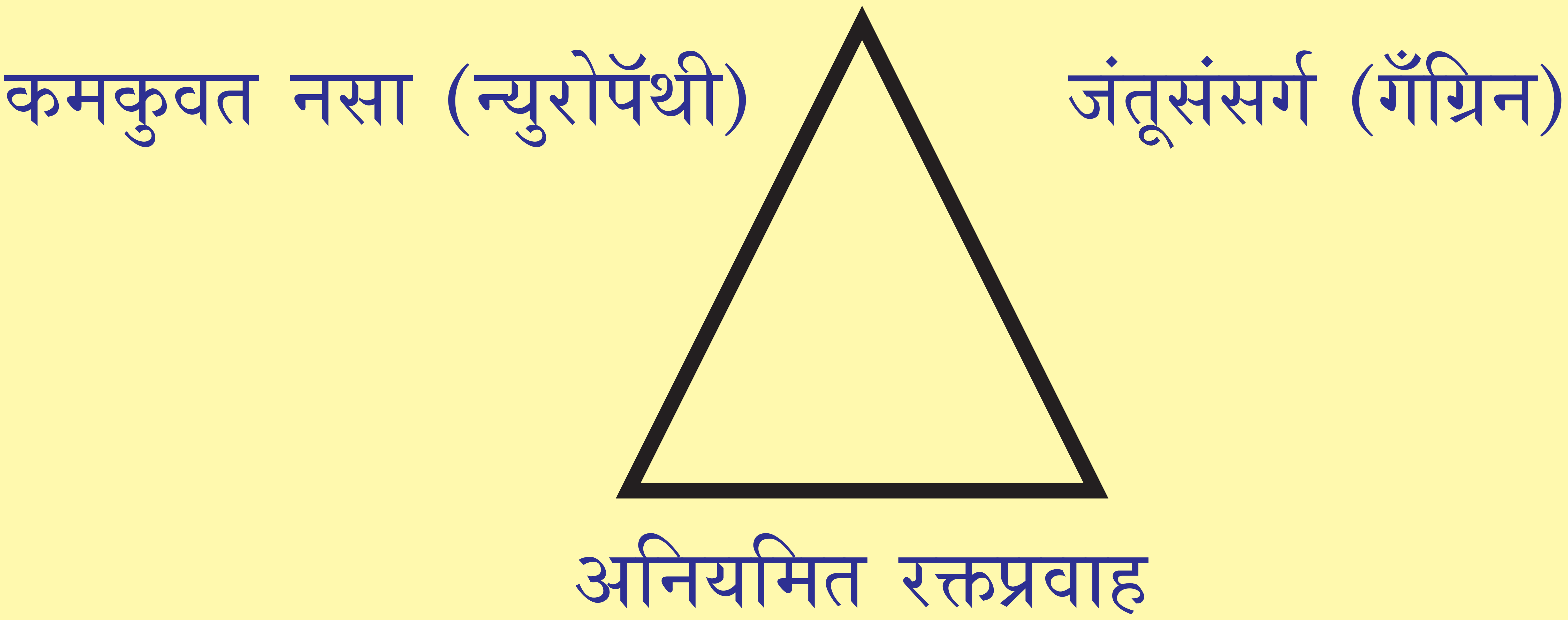
↓

अँप्युटेशन (पाय कापावा लागणे)

शल्य तंत्र विभाग - अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय व रुग्णालय, पुणे

DIABETIC FOOT

(मधुमेह रुग्णांमधील पायांची समस्या)



मधुमेही रुग्णांमधील पायाच्या संसर्गाची कारणे:-

१)रक्तातील शर्करा पातळी अनियंत्रित असणे.

२)रक्तवाहिन्या कठीण होणे.

३)लहान रक्तवाहिन्या बंद होणे.

४)पायांची संवेदना कमी होणे-
त्यामुळे लहान जखम कळून न येणे.

लक्षणे :-

१)लहान जखम मोठ्या जखमेत लगेच परिवर्तीत होणे.

२)जखमेत जंतूसंसर्ग होणे.

३)जखम भरुन न येणे.

४)संवेदना न जाणवणे.

५)जखम पसरत जाणे.

शल्य तंत्र विभाग - अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय व रुग्णालय, पुणे

डायबेटिक फुट() आणि आयुर्वेद

- पायांवर जखम होऊ नये यासाठी पायांची निगा,

i) पादाभ्यंग - विविध औषधी तेलांनी

- पायांवरील / तळव्यांवरील भेगांवर उपचार

ii) रक्तमोक्षण (रक्तशर्करा सामान्य असल्यास)

iii) पायांना मलमे लावणे - सर्जरस मलहर

- शतधौतघृत

iv) कुरुपावर दहनकर्म करणे (रक्तशर्करा सामान्य असल्यास)

- पायांवरील जखमा लवकर भरुन आणण्यासाठी आयुर्वेदिक औषधांनी ड्रेसिंगकरणे

i) मधअघृत

ii) व्रणशोधकतेल

iii) व्रणरोपकतेल

iv) यष्टीमधुघृत

v) जात्यादितेल

- रक्तपुरवठा सुरळित ठेवण्यासाठी व्यायाम

i) चालणे ii) पळणे iii) बोटांची हालचाल करणे

- दिनचर्या व ऋतूचर्येचे पालन

रक्तशर्करा वैद्य व डॉक्टरांच्या सल्ल्याने नियंत्रित ठेवणे

शल्य तंत्र विभाग - अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय व रुग्णालय, पुणे

डायबेटिक रेटिनोपॅथी म्हणजे काय?

- ज्याप्रमाणे मोतीबिंदु, ग्लॉकोमा (काचबिंदु) अशा डोळ्याच्या गुंतागुंती आहेत त्याप्रमाणे डायबेटिस मधील डोळ्यांची गुंतागूंत म्हणजे डायबेटिक रेटिनोपथी होय.

- दृष्टीची कमी हानी होण्यासाठी डोळ्याच्या आजारांची लवकर ओळख व वेळीच उपचार होणे महत्वाचे आहे.

- डायबेटिक रेटिनोपथी जेव्हा अत्यंत प्रगत टप्यात असते तेव्हाच फक्त दृष्टीची लक्षणे निर्माण होतात. डायबेटिक रेटिनोपथीची सुरुवातीची लक्षणे केवळ नेत्रतज्ञच ओळखु शकतात. म्हणुन सर्व डायबेटिक्सनी आपले डोळे वषातून किमान एकदा तरी तपासले पाहिजेत.

डायबेटिसचा डोळ्यावर कसा परिणाम होतो ?

- डायबेटिक शरीराच्या रक्तवाहिन्यांना कमजोर बनवतो.
- रेटिना च्या छोट्या रक्तवाहिन्या विशिष्टपणे ग्रस्त होऊ शकतात
- रेटिनल रक्तवाहिन्यांची ही हानी रेटीनामधील काही रचनात्मक बदलांसह डायबेटिक रेटिनापथी म्हणवली जाते.

यामुळे दृष्टीची हानी होते

शालाक्य तंत्र विभाग - अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय व रुग्णालय, पुणे

डायबेटिक्सनी केव्हा आणि किती वेळा आपल्या डोळ्यांची तपासणी केली पाहिजे ?

- जर तुम्हाला डायबेटिस असला तर तुम्ही एका रेटिनल तज्ञां कडुन वर्षातुन किमान एक वेळा तरी सविस्तर नेत्र तपासणी करुन घेतली पाहिजे.
- डायबीटिक न्युरोपॅथी नसल्यास - वार्षिक तपासणी
- प्रारंभिची न्युरोपॅथी नसल्यास - ६ महिन्यांनी तपासणी
- इतर तपासण्या नेत्रतज्ञांच्या सल्ल्यानुसार ४-६ महिन्यांनी.

डायबेटिक रेटिनोपॅथीच्या तपासणीसाठी खालील चाचण्या केल्या जाऊ शकतात.

अ) स्लिट लॅम्प तपासणी- ही तपासणी डोळ्याच्या रचनेला मोठे करुन तपशीलवार दाखवते ज्यामुळे योग्य निदान केले जाऊ शकते. रेटिना च्या तपासणीसाठी हाता मधील एका भिंगाचा वापर केला जातो.

ब) एफएफए - ही अन्वेषणात्मक प्रक्रिया आहे.
यात नसांमध्ये एक डाय (रंग) इंजेक्ट करुन रेटिनाचे निळ्या प्रकाशाने चित्रीकरण करण्यात येते.

क) ओसीटी - (ऑप्टिकल कोहेरन्स टोमोग्राफी) हे रेटिनाच्या आडव्या छेदाची प्रतिमा प्राप्त करण्याचे तंत्र आहे.

शालाक्य तंत्र विभाग - अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय व रुग्णालय, पुणे

डायबेटिक रेटिनोपॅथीवर आयुर्वेदिय उपचार -

१) रक्तस्राव - आयुर्वेदिय औषधे अभ्यंतर दिल्याने डोळ्याच्या पडद्या वरील रक्तस्राव थांबण्यास मदत होते.

२) डायबेटिक न्यूरोपथी - डायबेटिक रुग्णांमध्ये डायबेटिक न्यूरोपथी होण्याची शक्यता असते.

ती होवूच नये यासाठी आयुर्वेदिक औषधे प्रतिबंधक उपाय म्हणून कार्य करतात. बल्य, चक्षुष्य अशी औषधे दीर्घकाल घेतल्यास रेटिनावर होणारा रक्तस्राव तर थांबतोच व रुग्णांची दृष्टी टिकवून ठेवण्यासाठी मदत होते.

३) डायबेटिक मॅक्युलर इडिमा - कमजोर रक्तवाहिन्या गळतात व रेटिनामध्ये द्रव पदार्थ साठल्यामुळे सुज येते, यावर आयुर्वेदिय शोथघ्न औषधे दिल्याने व द्रव पदार्थ कमी करणारी औषधे आयुर्वेदात असल्यामुळे पुढे होणारी दृष्टीहानी टाळता येते.

शालाक्य तंत्र विभाग - अष्टांग आयुर्वेद महाविद्यालय व रुग्णालय, पुणे