05:45

epaper.rashtrasahyadri.com/view/360/22-oct-2021/7

शिवा ट्रस्टच्या यशवंतराव चव्हाण आयुर्वेद महाविद्यालयात

मोफत आरोग्य तपासणी व आयुर्वेद जनजागृती शिबिराचा रुग्णांना लाभ

प्रतिनिधी | राष्ट्र सह्याद्री

श्रीरामपूर : शिवा ट्रस्ट संचलित यशवंतराव चव्हाण आयुर्वेद महाविद्यालय व रुग्णालय निपाणी भालगाव, औरंगाबाद या महाविद्यालयांतर्गत टाकळीभान, पाचेगाव या गावांमध्ये आज (दि. २१) रोजी ७५ वा आजादी का अमृत महोत्सवानिमित्त भव्य मोफत आरोग्य तपासणी व आयुर्वेद जनजागृती शिबीर पार पडले. यामध्ये महोत्सवांतर्गत टाकळीभान व पाचेगाव या गावांतील नागरिकांची मोफत आरोग्य तपासणी करण्यात आली.

याशिबीरामध्ये प्रामुख्याने नागरिकांचे संधीवात, आमवात, मणक्याचे आजार, पोटाचे विकास, त्वचा रोग, किडणीचे रोग, हृदय राग, दमा, स्थौल्य, लहान मुलांचे आजार, स्त्रियांचे आजार आदी आजारांवर मोफत तपासणी करुन, आयुर्वेदासंदर्भात त्यांची जनजागृती करण्यात आली.

आयुर्वेदातील सिद्धान्त आणि औषधे आधुनिक विज्ञानाच्या पद्धतीनुसार तपासलेली नसतात. त्यामुळे आयुर्वेदाची विश्वसनीयता वाढवण्यासाठी या प्रत्यक्ष वैद्यकीय चाचण्यांची मोठ्या प्रमाणात गरज आहे, असे काही लोकांचे मत आहे. आयुर्वेदिक औषधांचा विशेषतः मुलांना उपयोग होतो. आयुर्वेदानुसार एका वर्षाची वसंत, ग्रीष्म, वर्षा, शरद, हेमंत व शिशिर अशा सहा ऋतुंमध्ये विभागणी केली आहे. त्या- त्या ऋतुंमधील होणाऱ्या वातावरणातील बदलांप्रमाणे आपला आहारविहार कसा असावा, याचे फार उत्तम वर्णन आयुर्वेदामध्ये केले आहे. यालाच ऋतुचर्या असे म्हणतात. आयुर्वेद हा संस्कृत भाषेतील शब्द असून, त्याचा संधिविग्रह (आयुः) जीवन + विद्या (वेद) अशाप्रकारे होतो. आयुर्वेदातील उपचार पद्धतीमध्ये वनौषधी वनस्पतीजन्य औषधी, आहाराविषयक नियम, व्यायामाचे विविध प्रकार आणि त्याद्वारे शरीरातील नैसर्गिक प्रतिकार शक्तीला वाढविण्यावर भर दिला जातो. औषधे दीर्घकाळपर्यंत टिकून राहावी, यासाठी आसव-अरिष्टे तयार केली जातात. ही रोगांनुसार विविध प्रकारच्या वनस्पतींपासून बनवितात. आसव अरिष्ट करण्यासाठी प्रथम एक मातीचे स्वच्छ मडके घेऊन त्यात आवश्यक त्या- त्या औषधी वनस्पती, पाणी व इतर सहाय्यक वनस्पतींचा रस या गोष्टी भरल्या जातात. त्यामध्ये आवश्यक प्रमाणात गूळ, साखर, मध व अन्य सुगंधी पदार्थ टाकतात. त्यानंतर त्यात धायटीची फुले किंवा बीस्ट मिसळून झाकण लावून त्याला पंधरा ते पंचवीस दिवस समशीतोष्ण (साधारण तापमानाला) खोलीमध्ये स्थिर ठेवतात. यानंतर त्यामध्ये संधान (मद्यनिर्मितीची) प्रक्रिया सुरू होते. संधान प्रक्रिया पूर्ण झाल्यावर त्याला गाळून जो- जो द्रवपदार्थ प्राप्त होतो त्याला आसव असे म्हणतात. आसव हे शरीर व भूक वाढविणारे, निद्रानाश, वेदना व तोंडाचा बेचवपणा दूर करणारे व मनाला प्रसन्न करणारे असे असते. तर अरिष्ट हे शरीर कृश किंवा रोड होणे, मूळव्याध, पचनाचे जुने विकार इत्यादी प्रकारच्या रोगांमधे लाभदायक असून अन्नाची चव वाढविणारे, कफापासून उत्पन्न होणारे रोग कमी करणारे असते. वाळा, अफू, कोरफड, चंदन इत्यादी औषधांपासून आसव; तर अशोक, गुळवेल, अश्वगंधा, द्राक्ष इत्यादींपासून अरिष्ट बनविले जाते. आसव-अरिष्टे जितकी जुनी तितकी अधिक गुणकारी असल्याचे यावेळी सांगण्यात आले.

दरम्यान, या शिबिरासाठी या महाविद्यालयातील डॉ. सारिका पाटील, डॉ. अंजिली पाटील, डॉ. शिल्पा सुरेश कवडे, डॉ. सचिन जिवनराव माने, डॉ. नंदकिशोर नलावडे, डॉ. केतन गोविंदराव जंगले, डॉ. दिपक तानाजी शिंदे, डॉ. संग्राम इंडोरे, डॉ. उषा रविंद्र देशमुख, डॉ. दत्तात्रय सांळुके, डॉ. स्वाती भगवान बाली, डॉ. प्रगती कास्टी, डॉ. प्रियंका जयपालसिंग बंडवाल, डॉ. अभिजित मोहनराव पाटील, डॉ. सागर रघुनाथ म्हात्रे, डॉ. वंदना ज्ञानोबा वाघमारे, डॉ. ममता रामगोपाल बियाणी, डॉ. रविंद्र धायवटे, डॉ. रघुनाथ राऊत, डॉ. अर्चना शेंडे या सर्वांनी मोफत आरोग्य शिबीरासाठी मार्गदर्शन केले व मेहनत घेतली. या तज्ज्ञ वैद्यांकडून कोविड पश्चात व्याधी क्षमतावृध्दी, प्राणयाम योगाचे महत्व तसेच फुफ्फुसामध्ये ऑक्सिजन वाढवण्यासंबंधी मार्गदर्शन करण्यात आले.

आयुर्वेदाचे महत्त्व पटविले...

समाजामध्ये आयुर्वेदाचे महत्त्व काय आहे, याविषयी मार्गदर्शन करुन आयुर्वेदाचे महत्व सांगून पटवून देत या मोफत आरोग्य शिबिराचा समारोप करण्यात आला.

दखल

मंगळापूर सोसायटीची निवडणूक बिनविरोध

संगमनेर : तालुक्यातील राजकीयदृष्ट्या महत्वाची समजली जाणारी मंगळापूर विविध कार्यकारी सोसायटी ची २०२१ ते २०२६ या सालातील पंचवार्षिक निवडणूक बिनविरोध पार पडली. महसूल मंत्री बाळासाहेब थोरात,डॉ. सुधीर तांबे,कारखान्याचे संचालक इंद्रजीत थोरात, महानंदाचे चेअरमन रणजीतसिंह देशमुख यांच्या नेतृत्वाखाली या सोसायटीची निवडणूक बिनविरोध पार पडली.यासाठी सहकार महर्षी भाऊसाहेब थोरात साखर कारखान्याचे संचालक रोहिदास पवार, संजय वाळे, तुकाराम पवार यांनी परिश्रम घेतले. नूतन संचालक संजय सोमनाथ वाळे, भानुदास तुकाराम वाळे, उत्तम विष्णू पवार, रमेश पुंजा पवार, मुरलीधर आनंदा भोकनळ, सखाराम लक्ष्मण पवार, जगन्नाथ नाना वाळे,विजय महिपत पवार ,मनोज किसन पवार ,यमुना लहानु भोकनळ, अलका देविदास फापाळे यांची बिनविरोध निवड झाली. मुख्य निवडणूक अधिकारी वाकचौरे, सहाय्यक निवडणूक