டிரினிடி மகளிர் கல்லூரி
(கலை& அறிவியல்)
நாமக்கல் – 637002.

தமிழ் மரபு மருத்துவம் (23UTAE01)

வழங்கியவர்

முனைவர் சி. கோபியா
உதவிப் பேராசிரியர்
தமிழாய்வுத்துறை.
http://www.trinitycollegenkl.edu.in/

தமிழ் மருத்துவம்

தொன்மையானத் தமிழ்மொழியைப் போலத் தமிழ் மருத்துவமும் மிகவும் பழமையானதும், சிறப்புடையதும் ஆகும். தமிழ் மருத்துவமே சிறந்த மருத்துவம். நாட்டு மருத்துவம் என்ற பெயரில் வழங்கப் பெறுகிறது. இந்திய நாட்டில் வழங்கப் பெறும் பிற மருத்துவ முறைகளும், சித்த மருத்துவத்தின் வேறுபாடே ஆகும். இம்மருத்துவ முறையில் மருந்துகள் இயற்கை மருந்துகள், செயற்கை மருந்துகள் என இருவகைப்படும்.

- நோயில்லாப் பெருவாழ்வை வலியுறுத்தும் சித்த மருத்துவம்,உணவே மருந்து என்று சொல்லும் வகையில் நம் பழந்தமிழர் மருத்துவ முறைகளை அறிமுகப்படுத்தும் நோக்கில் இப்பாடம் அமைந்துள்ளது.

பழந்தமிழர் மருத்துவ முறைகளை அறிந்து கொண்டு தன் வாழ்நாளை ஆரோக்கியமான உடல் உள்ள நிலையில் தானும் வாழ்ந்து,பிறரையும் அதில் ஈடுபடுத்துவர்

இயற்கை மருத்துவம்

தமிழ் மருத்துவத்தில் இயற்கை மருந்துகளே பெரும்பான்மையாகும். "வேர் பாரு. தழை பாரு மிஞ்சினக்கால் மெல்ல மெல்ல பற்பசெந்தூரம் பாரே" என்பது தமிழ் மருத்துவப் பழமொழி.

'ஆயிரம் வேரைக் கொன்றவன் அரை மருத்துவன்' என்னும் பழமொழியும் இயற்கை மருந்தின் பயன்பாட்டை வலியுறுத்துவதாகும்.

உலகில் முதன்முதலாக உணரப்பட்ட மருத்துவப்பொருள். மூலிகைகளே. நாம் பயன்படுத்தும் கீரை, காய்கள், கனிகள் எல்லாமே ஒவ்வொரு வகையில் சித்த மருத்துவப் பொருட்களே ஆகும். அதனால் சித்த மருத்துவத்தை உணவு மருத்துவம் எனலாம்

மருந்தாகப் பயன்படும் மலர்கள்

மலர்களுக்கு நம் பண்பாட்டில் அத்தனை முக்கியத்துவம் உண்டு. ஆரம்பம் முதல் முடிவு வரை மலர் இல்லாமல் எந்த செயல்பாடும் நடைபெறாது.

'பொன்னை வைக்கும் இடத்தில் பூவை வைக்கலாம்' என்பார்கள்.

மணவறையிலிருந்து கல்லறை வரை, போர்க்களத்தில் இருந்து கோயில் குளம் வரை மலர்களின் ஆட்சித்தான். மலர்களில் பெரும்பான்மையானவை மருத்துவத்திற்குப் பயன்படும்.

ரோசாப்பூ

அன்பிற்கு அடையாளமாக, உள்ளத்தைக் குளிர்விக்க வழங்கப்படும் ரோசாப்பூ, உடலையும் குளிர வைக்கும் தன்மையுடையது.

சிறு குழந்தைகளுக்கு கணைச் சூட்டினால் மலக்கட்டு ஏற்படுவது உண்டு. தினமும் இரவில் படுக்கும் முன்னர் 3,4 மணிநேரம் நீரில் ஊறிய நாட்டு ரோஜா இதழ்கள் நான்கை இரண்டு உலர்ந்த அங்கூர் என்னும் திராட்சையுடன் சேர்த்துக் கொடுங்கள். குழந்தையின் மலக்கட்டு நீங்கும்.

இரண்டு வயதுக்கு மேலான குழந்தைகளுக்கு ரோசா இதழில் இருந்து செய்யப்படும் குல்கந்தைக்

செம்பருத்திப் பூ

இதயத்தைப் பலப்படுத்தக் கூடியது.

இதய நோயாளிகள் நாட்டுச் செம்பரத்தை இதழ்களை இரண்டு அல்லது மூன்று எடுத்து தினமும் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடலாம்.

வறண்ட கேசம் உடையவர்கள் செம்பருத்திப் பூவை சிகைக்காயுடன் சேர்த்து அரைத்து தலைக்கு தேய்த்துக் குளிக்கலாம்.

நந்தியாவட்டைப் பூ

'மெட்ராஸ் ஐ' என்ற கண்நோய்க்கு (Conjunctivitis) சிறப்பு மருந்து நந்தியாவட்டைப் பூ தான்.

இந்த மலரின் சாறை ஓரிரு துளி கண்ணில் விடலாம் அல்லது மலரையே கண்ணில் வைத்துகட்டிக் கொள்ளலாம். கண்ணெரிச்சல் குணமாகும்.

ஆவாரம் பூ

ஆவாரம் பூவைப் பறித்து உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு தினமும் காலையில் கசாயம் போட்டுச் சாப்பிட மது மேக நோய் கட்டுக்குள் வரும் வெயில் பொழுதில் தலைச்சுமை சுமந்து செல்லும் கிராமவாசிகள் தம் உடற்சூட்டைத் தணிக்க தலைப்பாகையினுள் ஆவாரம் பூவை வைக்கும் வழக்கம் இன்றும் உண்டு.

வேப்பம் பூ

வேப்பம் பூவைச் சேகரித்து ரசத்தில் போட்டு சமைத்துச் சாப்பிட வயிற் புழுக்கள் முழுவதும் நீங்கும்.

குண்டுமல்லி

பிரசவித்த மகளிருக்கு சில நேரம் அளவுக்கு அதிகமாகப் பால் சுரப்பு ஏற்பட்டு மார்பகத்தில் தாங்க முடியாத வலி ஏற்படும்.

பால் வெளியேற்றப்படாது போய் விடும்போது அது கட்டியாக மாறி, க் சமயம் அறுவை மருத்துவம் வரை போவது உண்டு.

இந்தப் பெண்கள் பாலைப் பெருக்கும் தன்மையுடைய பூண்டு, மீன், உருளைக்கிழங்கு ஆகியவற்றைத் தவிர்த்துவிட்டு மல்லிகைப் பூவை அரைத்து மார்பகங்களின் மீது பற்றுப் போட்டால் பால் சுரப்பும் வலியும் உடனடியாகக் குறையும். இதற்குக் குண்டுமல்லி மலரையே உபயோகிக்க வேண்டும்.

கொன்றைப்பூ

உடற்சூட்டினால் வரும் மேகம், வெள்ளைப்படுதலுக்கு இம்மலரின் கசாயம் பலனளிக்கும்.

வாழைப்பூ

சிறுநீரகக் கல், வயிற்றுப்புண் எனும் குன்ம நோயாளிகள் வாழைப்பூவை சமைத்துச் சாப்பிட சிறுநீர் நன்கு பிரியும். வயிற்று வலி குறையும்.

முருங்கைப்பூ

உடல்சூடு, பித்தத்தைத் தணிக்கக் கூடியது

குழந்தைப் பேறு இல்லாமல் விந்து அணுக்களின் எண்ணிக்கை குறைவாக இருந்து வருந்தும் ஆடவர், முருங்கைப் பூவை பாலில் கலந்து இரவில் சாப்பிட விந்தணுக்களின் எண்ணிக்கை பெருகும்.

நன்றி.

http://www.trinitycollegenkl.edu.in/