

Common Gynecology Diseases

MODERN DIAGNOSTIC CRITERIA

AYURVEDIC MANAGEMENT

(अनुभूत परीक्षित एवं शास्त्रीय योग & पंचकर्म विज्ञान सहित)

DR. ANIL KUMAR TIWARI

DR. ANJALY RAHAR



BlueRoseONE.com
Stories Matter

New Delhi • London

BLUEROSE PUBLISHERS

India | U.K.

Copyright © Dr Anil Kumar Tiwari, Dr Anjaly Rahar 2026

All rights reserved by author. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission of the author.

Although every precaution has been taken to verify the accuracy of the information contained herein, the publisher assumes no responsibility for any errors or omissions.

No liability is assumed for damages that may result from the use of information contained within.

BlueRose Publishers takes no responsibility for any damages, losses, or liabilities that may arise from the use or misuse of the information, products, or services provided in this publication.



For permissions requests or inquiries regarding this publication,
please contact:

BLUEROSE PUBLISHERS

www.BlueRoseONE.com

info@bluerosepublishers.com

+91 8882 898 898

+4407342408967

ISBN: 978-81-6744-452-3

First Edition: August 2026

INDEX

COMMON GYNECOLOGICAL DISEASES		
Chapter No.	Chapter Title	Page No.
Chapter 1	Simple ovarian Cyst	05
Chapter 2	Complex Ovarian Cyst	07
Chapter 3	Postmenopausal Simple &Complex Ovarian Cyst	14
Chapter 4	Ovarian Cyst Criteria	18
Chapter 5	Endometriosis	21
Chapter 6	Chocolate Cyst	29
Chapter 7	Fibroid Uterus	35
Chapter 8	Adenomyosis	49
Chapter 9	PCOS/PCOD/PCOM	61
Chapter 10	Pelvic Pain Syndrome	69
Chapter 11	Female Dhat Neurosis	71
Chapter 12	Female Urethral Syndrome	74
Chapter 13	Dysmenorrhea & Menorrhagia	79
Chapter 14	Leukorrhea	87
Chapter 15	Hydrometra/Pyometra	92
Chapter 16	Pelvic Inflammatory Disease (PID)	96
Chapter 17	Chronic Pelvic Pain (CPP)	98
स्त्री रोगों में वस्ति चिकित्सा		
Chapter 1	स्त्री रोगों में वस्ति चिकित्सा का वर्णन	100

स्त्री रोगों में परीक्षित अनुभूत योगों और शास्त्रीय योगों का वर्णन

Chapter 1	रजो: श्राव हर द्रव्य और योग का वर्णन	109
Chapter 2	कष्टार्तव द्रव्य और योग का वर्णन	117
Chapter 3	श्वेत प्रदर हर द्रव्यों और योगों का वर्णन	125
Chapter 4	रक्त प्रदर हर द्रव्यों और योगों का वर्णन	129
Chapter 5	रजः स्राव और कष्टार्तव विभिन्न परीक्षित अनुभूत योगों का संग्रह	134
Chapter 6	श्वेत प्रदर और रक्त प्रदर पर विभिन्न परीक्षित अनुभूत योगों का संग्रह	138



SIMPLE OVARIAN & COMPLEX OVARIAN CYST

सिंपल ओवेरियन एवं कॉम्प्लेक्स ओवेरियन सिस्ट

1. छोटा एनीकोइक ओवेरियन सिस्ट (Small Anechoic Ovarian Cyst)

आकार: **3 सेमी से कम**

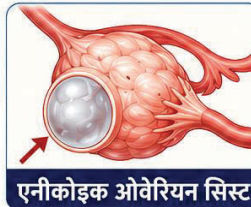
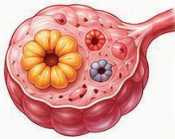
a. फॉलिक्युलर ओवेरियन सिस्ट
(Follicular Ovarian Cyst)

→ **एस्ट्रोजन (Estrogen)**
हार्मोन का उत्पादन करता है।



b. कॉर्पस ल्यूटियम सिस्ट
(Corpus Luteum Cyst)

→ **प्रोजेस्टेरोन (Progesterone)**
हार्मोन का उत्पादन करता है।



एनीकोइक ओवेरियन सिस्ट

इसे फंक्शनल ओवेरियन सिस्ट (Functional Ovarian Cyst)

कहा जाता है, क्योंकि यह हार्मोन का उत्पादन करता है।

विशेष तथ्य

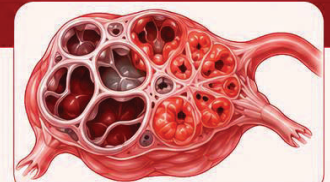
यह प्रायः **सिंपल ओवेरियन सिस्ट** होता है,
जो अधिकांश मामलों में लगभग

90 दिनों के भीतर बिना किसी विशेष
उपचार के **स्वयं समाप्त**
(Resolve Naturally)
हो जाता है।



कॉम्प्लेक्स ओवेरियन सिस्ट (Complex Ovarian Cyst)

यदि सिस्ट का आकार 3 सेमी से अधिक हो, अंदर ठोस भाग (Solid Part) हो,
सेप्टेशन (Septations) या पपिला (Papilla) हो, या रक्त प्रवाह (Blood Flow) अधिक हो,
→ इसे **कॉम्प्लेक्स ओवेरियन सिस्ट** कहा जाता है और इसका चिकित्सकीय मूल्यांकन आवश्यक है।



1. Small Anechoic Ovarian Cyst Less than 3 cm जो होती है उन्हें Functional Ovarian Cyst कहते हैं

(Functional Cyst produce Hormone)

- a. Follicular Ovary Cyst Produce (Estrogen)
- b. Corpus luteum Cyst Produce (Progesstron)

यह प्रायः यह हार्मोन बनती है

Simples ovarian cyst Resolve Naturally in 90 days

निम्न उपचार लाभप्रति होता है

उपचार :

- रस पाचक गोलियां 2 गोली दिन में दो बार
- आम पाचक गोलियां 2 गोली दिन में दो बार
- कांचनार गुग्गलू 2 गोली सुबह शाम
- मृदु विरेचन (त्रिवृत्त अवलेह, अम्लताश्वलेह)

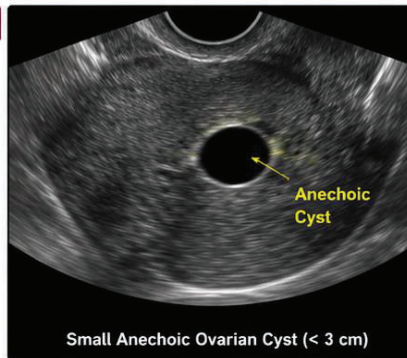
Small Anechoic Ovarian Cyst (< 3 cm)

Functional Ovarian Cyst (Produces Hormones)

1. SMALL ANECHOIC OVARIAN CYST

(Less than 3 cm)

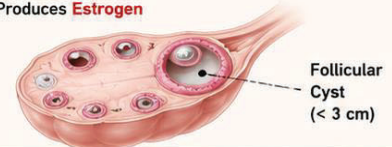
- Usually Functional Ovarian Cyst
- Cyst is Anechoic (black on USG)
- Thin wall, round or oval
- Size < 3 cm
- No solid component
- Usually Benign
- Produce Hormone



2. TYPES & HORMONE PRODUCTION

a. FOLLICULAR OVARIAN CYST

- Produces **Estrogen**



b. CORPUS LUTEUM CYST

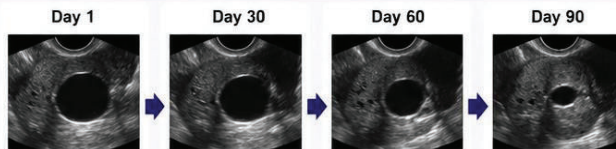
- Produces **Progesterone**



3. NATURAL HISTORY

- These are simple functional cysts.
- Usually resolve naturally.

90 DAYS
These cysts resolve naturally in 90 days



4. RESOLUTION

- Most cysts less than 3 cm disappear within 90 days without any complication.
- Follow up with USG after 6–12 weeks.

5. TREATMENT (उपचार)

- रस पाचक गोलियां
- आम पाचक गोलियां
- कांचनार गुग्गलू
- नित्यानंद रस
- मृदु विरेचन (Mild Virechana)



6. KEY POINTS

- Small anechoic ovarian cyst (< 3 cm) is usually functional and benign.
- Follicular cyst → Estrogen production.
- Corpus luteum cyst → Progesterone production.
- Most cysts resolve naturally within 90 days.
- Treatment helps in balancing doshas, improving digestion and promoting natural healing.

Follow Up

Repeat USG after 6–12 weeks to confirm resolution.
Seek medical advice if pain increases, cyst > 5 cm, or irregular periods.



COMPLEX OVARIAN CYST

Complex Ovarian Cyst

1. Ovarian Cyst >3 cm बड़ी और less 5 cm से छोटी होती है अर्थात or 1/2 inch से ज्यादा की हो जाती है तो Complex Ovarian Cyst में बदल जाती है Or Benign Ovarian Cyst कही जाती है

जब Ovarian Cyst 3 cm से बड़ी हो पर 5 cm से छोटी हो तब.

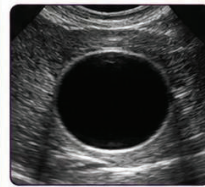
Complex Ovarian Cyst

1. Ovarian Cyst >3 cm बड़ी और less 5 cm से छोटी होती है अर्थात or 1/2 inch से ज्यादा की हो जाती है तो Complex Ovarian Cyst में बदल जाती है Or Benign Ovarian Cyst कही जाती है

जब Ovarian Cyst 3 cm से बड़ी हो पर 5 cm से छोटी हो तब।

ECHO (USG) IMAGES

Simple Ovarian Cyst (< 3 cm)



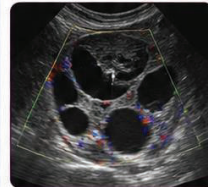
- एकल (Unilocular)
- पूर्णतः Anechoic
- पतली दीवार
- अंदर कोई Septation नहीं
- Blood flow नहीं

सामान्यतः यह Functional Cyst होती है।

3. Simple Cyst Benign (Complex) Nature में परिवर्तित हो जाती है अर्थात यह Simple ovarian cyst Benign Nature में बदल जाती है और Complex Ovarian Cyst कही जाती है

निम्न उपचार लाभप्रित होता है

Complex Ovarian Cyst (>3 cm और < 5 cm)



- Septations (अंदरूनी झीलियाँ)
- Internal echoes
- हल्की कोस संरचना/Debris
- कभी-कभी हल्का Blood flow

यह Benign (Complex) Nature की Cyst होती है।

उपचार :

1. रक्त पाचक गोलियां 2 गोली सुबह शाम
2. मास पाचक गोलियां 2 गोली सुबह शाम
3. शिथु गुग्गुलु 1 गोली सुबह दोपहर शाम
4. नित्यानंद रस 1 गोली सुबह शाम
5. मृदुविरेचन (त्रिव्रत अवलेह, एरंड तैल)

Complex Ovarian Cyst की विशेषताएँ

- 3 cm से बड़ी पर 5 cm से छोटी
- Ultrasound में septation या internal echoes
- कभी-कभी हल्का blood flow
- Simple cyst Benign (Complex) nature में परिवर्तित हो जाती है
- सावधानीपूर्वक उपचार और नियमित follow up आवश्यक है



रोगी का follow up **तीन माह** तक करे
Growth assessment के लिए **USG** कराते रहे

नोट : यदि आकार बढ़े (>5 cm) या ultrasound में जोरिम के लक्षण हों तो आगे की जाँच और विशेषज्ञ परामर्श आवश्यक है।

2. Simple Cyst Benign (Complex) Nature में परिवर्तित हो जाती है अर्थात यह

Simple ovarian cyst Benign Nature में बदल जाती है और Complex Ovarian Cyst कही जाती है

3. निम्न उपचार लाभप्रित होता है

उपचार :

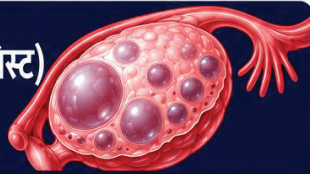
- रक्त पाचक गोलियां 2 गोली सुबह शाम
- मास पाचक गोलियां 2 गोली सुबह शाम
- शिग्रु गुग्गुलु। 1 गोली सुबह दोपहर शाम
- नित्यानंद रस। 1 गोली सुबह शाम
- मृदुविरेचन (त्रिव्रत अवलेह, एरंड तैल)

रोगी का follow up तीन माह तक करे Growth assessment के लिए USG करते रहे

4. Large Benign Ovarian Cyst (unilobular/ Multi Lobular)

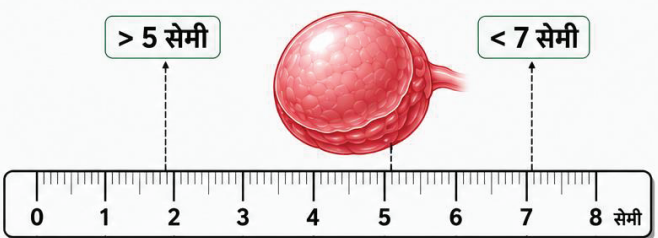
Large Benign Ovarian Cyst (बड़ा सौम्य ओवेरियन सिस्ट)

(Unilobular / Multilobular)



1 बड़ा सौम्य ओवेरियन सिस्ट

आकार (Size):
5 सेमी से अधिक तथा
7 सेमी से कम।

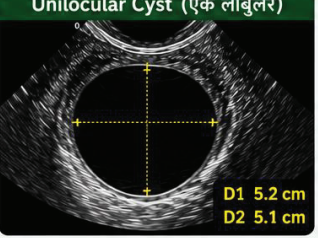


2 अल्ट्रासाउंड (USG) द्वारा निगरानी

हर **2-3 महीने** में **USG** कराकर
ओवेरियन सिस्ट के आकार (Size) का
सावधानीपूर्वक मूल्यांकन (Assessment)
किया जाना चाहिए।

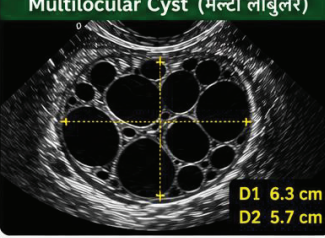
USG इमेज (उदाहरण)

Unilobular Cyst (एक लोबुलर)



D1 5.2 cm
D2 5.1 cm

Multilobular Cyst (मल्टी लोबुलर)



D1 6.3 cm
D2 5.7 cm

नोट: सिस्ट का आकार बढ़ने, दर्द, पेट में सूजन या अन्य लक्षण होने पर विशेषज्ञ चिकित्सक से परामर्श अवश्य लें।

5. Large Benign Ovarian Cyst Size >5 cm Less 7cm

2/3 month Watch Size Of Ovarian Cyst Carefully assessment By USG

6. निम्न उपचार लाभप्रित होता है

उपचार

- रक्त पाचक गोलीय 2-2 गोली तीन बार
- मास पाचक गोलीयां 2-2 गोली तीन बार
- कांचनार गुग्गुलु 2-2 गोली दो बार
- शिग्रु गुग्गुल 1 गोली सुबह शाम
- नित्यानंद रस 1 गोली सुबह शाम

मृदु विरेचन (त्रिवृत अवलेह, एंड तैल)

वस्ति चिकित्सा

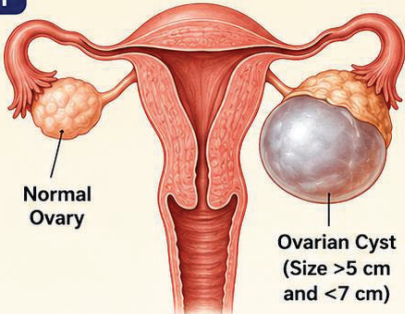
Impression

Assessment Size 2/3 months

Large Benign Ovarian Cyst (Unilocular / Multilocular)

LARGE BENIGN OVARIAN CYST

- Size: **>5 cm** and **<7 cm**
- If the cyst appears benign on ultrasound, careful follow-up with repeat ultrasonography (USG) after **2-3 months** is generally recommended to assess any change in size or appearance.



ULTRASOUND (USG)

Unilocular Cyst



Unilocular – single chamber cyst

Multilocular Cyst



Multilocular – multiple chambers/septations

Watch size of ovarian cyst carefully
Assessment by USG after **2-3 months**

AYURVEDIC MANAGEMENT (TRADITIONAL)						
Rakt Pachak  Helps in purifying blood and correcting vitiated Pitta and Rakta.	Mamsa (Mass) Pachak  Helps in reducing abnormal growths and mass by improving metabolism of tissues.	Kanchanar Guggulu  Useful in granthi, glandular swellings and cystic conditions.	Shigru Guggulu (शिग्रु गुग्गुल)  Helps in reducing inflammation, swelling and cystic masses.	Nityanand Ras (नित्यानंद रस)  Classical Ayurvedic formulation indicated in granthi, arbuda and cystic conditions.	Mridu Virechana (मृदु विरेचन)  Mild purgation therapy to expel vitiated doshas from the body.	Vasti Chikitsa (वस्ति चिकित्सा)  Medicated enema therapy to balance Vata and promote healing.

Note: The above Ayurvedic medicines and procedures are traditional therapeutic approaches. Their use should be individualized according to the patient's Prakriti, Dosha, symptoms, age, fertility plans, and associated conditions, and they should be prescribed and monitored by a qualified Ayurvedic physician.

Warning: Patients should continue regular gynecological follow-up and ultrasound monitoring. If the cyst enlarges, develops suspicious features, or causes severe pain, torsion, or rupture, prompt evaluation by a gynecologist is necessary.

7. Growth assessment by USG see image

a. Increased size=>Simple Benign ovarian cyst convert to Neoplasm

b. Decreasing Size =>Simple Benign ovarian cyst Excluded Neoplasm

Follow up 2 years till disappear Benign Nature

c. Similar in size

Follow up to 1 year or two year max

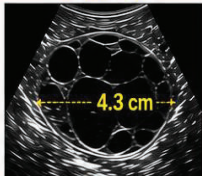
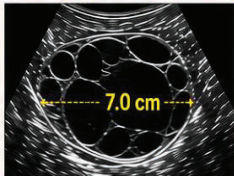
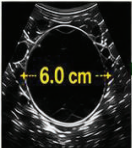
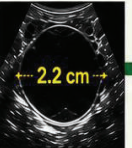
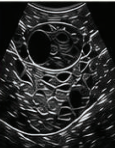
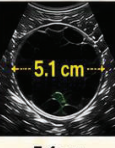
Ovarian cyst Excluded Neoplasm Nature

Follow up 2 years till disappear

Similar in size

Follow up to 1 year or two year max

8. Growth Assessment By Simple Chart

GROWTH ASSESSMENT BY USG – COMPLEX OVARIAN CYST							
Complex ovarian cysts require serial USG follow-up to assess change in size and guide management.							
FOLLOW-UP OUTCOME		USG FINDINGS		INTERPRETATION	FOLLOW-UP PLAN		
A. INCREASED SIZE  Increase in size ⇒ Complex Ovarian Cyst may progress toward Neoplasm		Previous USG  4.3 cm  Current USG (After 2–3 months)  7.0 cm (Increased)		Increase in size ⇒ Consider Neoplasm	- Repeat detailed clinical evaluation and USG. - Further investigation (CA-125, Doppler, MRI if needed). - Gynecologic oncology consultation advised. - Early intervention recommended.		
B. DECREASING SIZE  Decrease in size ⇒ Complex ovarian cyst becomes less likely to be Neoplasm Follow up 2 years till disappearance		Previous USG  6.0 cm	After 3 months  4.0 cm	After 6 months  2.2 cm	After 12 months  Disappeared	Decrease in size ⇒ Neoplasm becomes less likely (excluded) if cyst continues to regress and remains simple in appearance.	- Continue USG follow-up until the cyst disappears. - If disappeared, follow up for up to 2 years, if clinically appropriate.
C. SIMILAR (STABLE) SIZE  No significant change in size ⇒ Continue observation Follow up up to 1 year or two year (max)		Previous USG  5.2 cm	After 3 months  5.1 cm	After 6 months  5.2 cm	After 12 months  5.1 cm	No significant change (stable) ⇒ Continue observation.	- USG follow-up for 1 year (maximum). - If cyst remains stable and asymptomatic without interval change, long-term follow-up is usually not necessary unless new symptoms or suspicious USG findings appear.
 NOTE: Change in cyst size alone does not definitively diagnose or exclude neoplasm. USG morphology (simple vs. complex), patient age, symptoms, menopausal status, and other clinical findings are all important in determining management.		 Increase in size  Decrease in size  No significant change (stable)		  FOLLOW-UP PRINCIPLE Regular USG follow-up helps in early detection of change and ensures timely and appropriate management.			

5..... जब Simple Benign Ovarian Cyst जब आकर में 3 cm से ज्यादा और 5 cm से कम हो तो मरीज को हर 3 माह में अल्ट्रा साउंड से आकर देखना की ovarian cyst का Size कम हुआ कि नहीं है यदि.

- A. यदि Benign ovarian Cyst आकर अपने प्रारंभिक आकर से कम हो जाता है तो यह आप ने इस ओवरी के benign Nature को छोड़ देती है है और उपचार इसी डायरेक्शन में आगे Continue करना चाहिए
- B. यदि आकर अपने प्रारंभिक आकर से same रहता है तो उपचार को सतत देना जल्द आकर घटेगा इस माना जाता है
- C. यदि आकर अपने प्रारंभिक आकर से बढ़ जाता है

अर्थात Simple Benign Ovarian 5cm से भी ज्यादा बढ़ जाती है

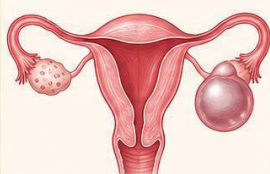
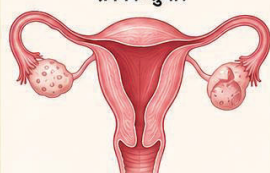
इस का मतलब Simple Ovarian Cyst अब Neoplasm के रूप को धारण कर चुकी है

चिकित्सा

- **Tissue** (ऊतकों) पर सीधे शोधनाशक (एंटी-इंफ्लेमेटरी) और **ग्रंथिनाशक** (एंटी-सिस्टिक) गुणों को क्रियान्वित करने के लिए उपयोग किया जाता है।
- **कंचनार गुग्गुलु**: इसमें एक शक्तिशाली लेखनीय (खुरचना) गुण होता है जो जटिल, गैर-सजातीय या सघन ठोस-सिस्टिक घटकों को धीरे-धीरे कम करता है।
- **वरुणादि कषाय**: यह मूत्र और प्रजनन पथों में तरल पदार्थों की गति को सामान्य करके और गहरे ऊतकों में जमा गांठों को संसाधित करके उन्हें साफ करता है।

ऊतक स्तर (Tissue Level) पर कार्य करने वाली आयुर्वेदिक औषधियाँ

Tissue (ऊतकों) पर सीधे **शोधनाशक (एंटी-इंफ्लेमेटरी)** और **ग्रंथिनाशक (एंटी-सिस्टिक)** गुणों को क्रियान्वित करने के लिए उपयोग किया जाता है।

कंचनार गुग्गुलु	मुख्य कार्य	ओवेरियन सिस्ट (Ovarian Cyst)
 यह ऊतकों पर प्रत्यक्ष शोधनाशक (एंटी-इंफ्लेमेटरी) और ग्रंथिनाशक (एंटी-सिस्टिक) प्रभाव प्रदर्शित करती है। इसमें शक्तिशाली लेखनीय (खुरचना) गुण होता है। यह जटिल, गैर-सजातीय या सघन ठोस-सिस्टिक घटकों को धीरे-धीरे कम करने में सहायक होती है।	• सूजन (Inflammation) को कम करना। • सिस्टिक ग्रंथियों और गांठों को धीरे-धीरे कम करना। • ऊतकों की सुद्धि एवं संतुलन बनाए रखना। • कठोर या ठोस-सिस्टिक संरचनाओं को क्रमशः शिथिल एवं लघु बनाना।	 आयुर्वेदिक उपचार से क्रमिक सुधार
 यह मूत्र एवं प्रजनन पथों में द्रवों की गति को सामान्य करती है। द्रव संचय (Fluid accumulation) को कम करती है और उन्हें बाहर निकालने में सहायक होती है। गहरे ऊतकों में जमा गांठों और ग्रंथियों को संसाधित (शोधित) करके उन्हें साफ करने में सहायक है।	मुख्य कार्य • मूत्र एवं प्रजनन तंत्र में द्रवों की सामान्य गति बनाए रखना। • ऊतकों में संचित द्रव एवं ग्रंथियों का शोधन। • गहरे ऊतकों में उपस्थित गांठों (Masses) का शमन। • सूजन, भारीपन और दर्द में सहायक।	 आकार में कमी और लक्षणों में राहत



उपरोक्त प्रभाव आयुर्वेदिक सिद्धांतों पर आधारित हैं। ओवेरियन सिस्ट के उपचार एवं फॉलो-अप के लिए स्त्रीरोग विशेषज्ञ की सलाह तथा आवश्यकतानुसार अल्ट्रासाउंड जांच कराना आवश्यक है।



● लेखन वस्ति

लेखन वस्ति (लेखन वस्ति) एक आयुर्वेदिक पंचकर्म उपचार है, जिसका उपयोग कफ और मेद-प्रधान विकारों जैसे कि मोटापा और ओवेरियन सिस्ट (बीज ग्रंथि) के उपचार में किया जाता है। इसमें उपयोग किए जाने वाले मुख्य घटक **मधु (शहद)**, **सैंधव लवण (सैंधा नमक)**, **गोमूत्र**, **यवक्षार** और **त्रिफला क्वाथ** आदि हैं।

लेखन वस्ति (लेखन बस्ती)

कफ एवं मेद-प्रधान विकारों जैसे ओवेरियन सिस्ट (बीज ग्रंथि) में उपयोगी पंचकर्म चिकित्सा

लेखन वस्ति एक विशेष आयुर्वेदिक एनिमा चिकित्सा है जिसमें 'लेखन' (खुरचने) की प्रक्रिया कफ एवं मेद का शोधन किया जाता है।

इसका उद्देश्य उत्तकों का आकार कम करना, अवरुद्ध चैनलों को खोलना तथा वात-कफ को संतुलित करना है।

महत्वपूर्ण सूचना

जटिल ओवेरियन सिस्ट में कैंसर या सार्कीमा आगत स्थिति की संभावना को नकारने हेतु आधुनिक स्त्री रोग जाँच (USG, आदि) आवश्यक है।

लेखन वस्ति के मुख्य घटक

- मधु (शहद)
- सैंधव लवण (सैंधा नमक)
- गोमूत्र
- यवक्षार
- त्रिफला क्वाथ

आयुर्वेदिक दृष्टिकोण (क्रियाविधि)

- कफज ग्रंथि या मेद-मांस धातुजन्य अतिवृद्धि में लाभकारी
- लेखन (स्क्रेपिंग) क्रिया द्वारा स्रोतशोधन
- आपान वात का नियंत्रण
- दोष-शमन एवं उत्तकों की शुद्धि

लेखन वस्ति के प्रमुख उपयोग

- ओवेरियन सिस्ट (बीज ग्रंथि)
- अनियमित मासिक धर्म
- श्रेणी क्षेत्र में भारीपन/दर्द
- बांधपन में सहायक
- कफज विकार एवं स्रोतशोधन

लेखन वस्ति की प्रक्रिया (संक्षेप में)

1. पूर्व कर्म - अस्थंग, स्वेदन
2. बस्ती द्रव्य तैयारी - उपर्युक्त द्रव्यों से लेखन वस्ति द्रव्य तैयार करना
3. लेखन वस्ति प्रदान - युक्तमां से बस्ती द्वारा देना
4. पश्चात कर्म - विश्राम, हित आहार-विहार

लेखन वस्ति के लाभ

- अवरुद्ध स्रोतों को खोलता है
- मेद एवं कफ को कम करता है
- सिस्ट के आकार में कमी में सहायक
- श्रेणी दर्द एवं भारीपन में राहत
- मासिक धर्म को नियमित करने में सहायक
- प्रजनन क्षमता में सुधार

जटिल सिस्ट (Complex Cyst) की विशेषताएँ

- ठोस घटक (Solid components)
- विभाजन/सेप्टा (Septations)
- आंतरिक प्रतिबिंब (Internal echoes)
- डॉप्लर पर रक्त प्रवाह (Increased vascularity)
- मरोड़ (Torsion), फटना (Rupture)
- नियोप्लास्टिक क्षमता (Neoplastic potential)

संकेत (Indications)

- ओवेरियन सिस्ट (विशेषकर कफज प्रकृति वाली)
- मोटापा (Obesity) (बीज ग्रंथि)
- अनियमित मासिक धर्म
- श्रेणी दर्द एवं भारीपन
- कफ एवं मेदजन्य विकार

वर्जनाएँ (Contraindications)

- गर्भावस्था
- तीव्र संक्रमण, तीव्र ज्वर, अतिसार
- अल्सरेटिव कोलाइटिस, रक्तस्राव की प्रवृत्ति
- हाल में सर्जरी या गंभीर रोग स्थिति

महत्वपूर्ण सावधानियाँ

- केवल योग्य आयुर्वेद चिकित्सक के मार्गदर्शन में करें
- आधुनिक जाँच (USG, CA-125 आदि) आवश्यक है
- जटिल या बड़ी सिस्ट में केवल आयुर्वेद पर निर्भर न रहें।
- यदि तेज दर्द, उल्टी, बुखार या रक्तस्राव हो तो तुरंत चिकित्सक से संपर्क करें

समन्वित चिकित्सा ही सर्वोत्तम है

आयुर्वेद एवं आधुनिक चिकित्सा के समन्वय से सुरक्षित एवं प्रभावी परिणाम प्राप्त किए जा सकते हैं। नियमित परामर्श से फॉलो-अप बहुत महत्वपूर्ण है।

लेखन वस्ति एक विशेष आयुर्वेदिक वस्ति (एनीमा) चिकित्सा है जिसमें खुरचने (लेखन) की प्रक्रिया का उपयोग किया जाता है। इसका उद्देश्य ऊतकों का आकार कम करना, शरीर के अवरुद्ध चैनलों को खोलना और वात एवं कफ दोषों को संतुलित करना है। हालांकि कुछ छोटे केस अध्ययनों में ऐसे उदाहरण सामने आए हैं जहां आयुर्वेदिक क्वाथ द्रव्य या काढ़े और वस्ति प्रक्रियाओं के प्रयोग से Pelvic (श्रोणि) और Ovary (अंडाशय) में सिस्ट का आकार कम हुआ या वे पूरी तरह ठीक हो गए, लेकिन जटिल अंडाशय सिस्ट के लिए कैंसर या सर्जिकल आपात स्थिति की संभावना को खत्म करने के लिए आधुनिक स्त्री रोग संबंधी औपचारिक जांच आवश्यक है

आयुर्वेदिक परिप्रेक्ष्य और क्रियाविधिग्रंथि रोग: आयुर्वेद में Ovarian cyst (डिम्बग्रंथि की पुटी) को अक्सर कफज ग्रंथि मेद (वसा/वसा ऊतक) और मांस (मांसपेशी) धातु से जुड़े स्थानीयकृत ऊतक अतिवृद्धि से जोड़ा जाता है।

स्क्रेपिंग क्रिया: लेखन वस्ति में उपयोग किए जाने वाले फॉर्मूलेशन में आमतौर पर त्रिफला क्वाथ, गोमूत्र, शहद और क्षार जैसे तत्व होते हैं जो स्क्रेपिंग (लेखन), गहरी सफाई (स्रोतोशोधन), और दोष-शांति प्रभाव प्रदान करने के लिए डिज़ाइन किए गए हैं।

अपान वात नियमन: एनीमा चिकित्सा का उद्देश्य मासिक धर्म की अनियमितताओं और श्रोणि संबंधी असुविधा से जुड़े श्रोणि के नीचे की ओर वात की गति (अपान वात) को सामान्य करना है।

Complex Cyst (जटिल सिस्ट) में विशेषताएं: एक "जटिल" सिस्ट में ठोस घटक, विभाजन या अल्ट्रासाउंड पर आंतरिक प्रतिध्वनि होती है, जिससे साधारण कार्यात्मक सिस्ट की तुलना में जटिलताओं (जैसे मरोड़, टूटना या नियोप्लास्टिक क्षमता) का खतरा अधिक होता है।

महत्वपूर्ण नैदानिक सुरक्षा सूचना

Complex Ovarian Cyst (अंडाशय की जटिल पुटी) में मिश्रित तत्व (तरल पदार्थ, ठोस मलबा, विभाजन या रक्त के थक्के) होते हैं। साधारण Function Ovarian Cyst (कार्यात्मक तरल पुटी) के विपरीत, Complex Ovarian Cyst (जटिल पुटी) में मरोड़, टूटना, आंतरिक रक्तस्राव या स्थानीयकृत दुर्दमता का अंतर्निहित जोखिम होता है।

- आयुर्वेदिक उपचार के साथ-साथ, पश्चिमी निदान विधियों (जैसे TVS (ट्रांसवेजाइनल अल्ट्रासाउंड) या Pelvic MRI) का उपयोग करके सिस्ट की प्रगति की नियमित रूप से निगरानी करना सुनिश्चित करें और CA-125 जैसे ट्यूमर मार्करों पर भी नज़र रखें।

सारांश

आयुर्वेद के दृष्टिकोण का सारांश यह है: Ovaria (अंडाशय) में मौजूद Complex Cyst (जटिल सिस्ट) को साफ करने के लिए प्राथमिक शास्त्रीय विधि वात-कफज ग्रंथि संबंधी विकारों को लक्षित करके उन्हें दूर करने के लिए त्रिवृत, दंती और त्रिफला (त्रिवृतदि क्वाथ) या त्रिवृत लेह का संयोजन उपयोग किया जाता है।



POST MENOPAUSAL WOMEN OVARIAN SIMPLE & COMPLEX CYST

Post Menopausal women Ovarian Simple & Complex Cyst

Post Menopausal women Ovarian Simple & Complex Cyst

जिन महिलाओं की महवारी (मासिक) बंद हो गई हो

1 Anechoic Ovarian Cyst (Echo बिना लौटे)

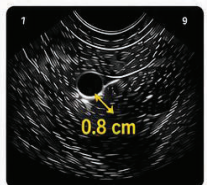
यदि उन महिलाओं की ओवरी में echo की तरंगें बिना लौटे आती है अर्थात उस ओवरी गांठ में गंदा पानी या क्लाड रहता है, इसका मतलब की ओवरी गांठ के अंदर कोई आंतरिक वृद्धि नहीं हुई है।



USG विशेषता

- Anechoic (पूरा काला)
- पतली दीवार
- कोई सॉलिड पार्ट नहीं
- पीछे की ओर ध्वनि वृद्धि (Enhancement)
- कोई आंतरिक रक्त प्रवाह नहीं

2A Anechoic Ovarian Cyst < 1 cm

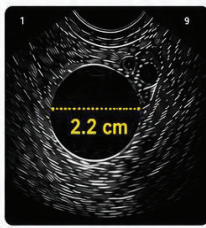


आयुर्वेदिक उपचार

- कांचनार गुग्गुलु
- शियु गुग्गुलु
- रक्त पाचक
- मास पाचक
- मुद्ग विरेचन (त्रिवृत अवलेह, अरवावध अवलेह)

अधिकांश मामलों में 3 माह में स्वयं समाप्त (Self dissolved) हो जाती है।

2B Anechoic Ovarian Cyst > 1 cm और < 3 cm



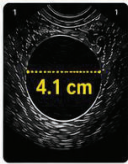
आयुर्वेदिक उपचार

- कांचनार गुग्गुलु
- शियु गुग्गुलु
- रक्त पाचक
- मास पाचक
- नित्यानंद रस
- तुल्य अमृत वटी
- मुद्ग विरेचन (त्रिवृत अवलेह, अरवावध अवलेह)
- बस्ति चिकित्सा
 - लेधन बस्ति
 - आस्थापन बस्ति
 - निरुह बस्ति आदि

USG प्रत्येक 3 माह पर कराएं और आकार में परिवर्तन की निगरानी करें।

3 Simple Ovarian Cyst (≥ 3 cm)

जब Simple Ovarian cyst का आकार 3 cm से ज्यादा हो जाए तो यह True Simple Ovarian Cyst Benign Nature की हो जाती है।



USG विशेषताएं (Benign Nature)

- Anechoic (पूरा काला)
- पतली, सुगम दीवार
- कोई सॉलिड पार्ट नहीं
- पीछे की ओर ध्वनि वृद्धि
- कोई आंतरिक रक्त प्रवाह नहीं

4 Complex Cyst की संदेह स्थिति

यदि शिस्ट में निम्न में से कोई भी विशेषता हो तो आगे जांच आवश्यक है - ठोस भाग (Solid), सेप्टेशन, नोड्यूल, पपिलरी प्रोजेक्शन, आंतरिक रक्त प्रवाह, असाइटिस (पेट में पानी) आदि।

बस्ति चिकित्सा (Simple Ovarian Cyst > 1 cm और < 3 cm में)

1. लेधन बस्ति

यह विशेष प्रकार की बस्ति है जो मैद, मांस, गांठ, असामान्य वृद्धि और वृद्धि दोषों को 'लेधन' (शोथन और स्केयिंग) कर कम करती है। यह शिस्ट के आकार जमा हुए रस को दूर करती है और उत्तकों की सफाई करने में सहायक है।

घटक द्रव्य

- मधु (शहद)
- यवक्षार
- गोमूत्र
- त्रिकटु (शुण्ठी, मरीच, पिप्पली)
- त्रिफला क्वाथ
- कांचनार क्वाथ आदि

2. आस्थापन बस्ति (औषधि तेल की)

यह निनम्य (तेल) बस्ति है जिसमें औषधीय तेल की मात्रा दी जाती है। यह वातशमन, निगमन, धातु पोषण और स्त्री प्रजनन तंत्र को पोषित कर शिस्ट को घटाने, दर्द व संकुचन को दूर करने में सहायक है।

औषधि तेल के उदाहरण

- दशमूल तेल
- एरण्ड तेल (तिल तेल सिद्ध)
- सहचरादि तेल
- धारखनम तेल
- कांचनार मूल तेल
- शतपुष्पा तेल
- अन्य उचित औषधि तेल

3. निरुह बस्ति (क्वाथ बस्ति)

यह शोधनात्मक बस्ति है जो वात-कफ शमन, आम पाचन, मल शोषणों की वृद्धि और गांठ को कम करने में सहायक है।

घटक द्रव्य

- दशमूल क्वाथ
- पंचतिल क्वाथ (नीम, गुडूची, वासा, पाटोल, कुटकी)
- एरण्ड मूल क्वाथ
- त्रिवट्ट चूर्ण
- गोमूत्र
- त्रिफला क्वाथ आदि

उपयुक्त बस्ति रोगी की प्रकृति, शक्ति, अवस्था और शिस्ट के आकार के अनुसार दी जाती है।

नोट :-

- यदि आकार कम हो => फॉलोअप 2 वर्ष तक करें।
- यदि आकार समान रहे => 1 वर्ष 3 जर्नल फॉलोअप करें।
- यदि आकार बढ़े => नियोज्यता में बदलने की संभावना, चिकित्सक से परामर्श अनिवार्य है।

सही निदान, नियमित निगरानी और उचित आयुर्वेदिक उपचार से बेहतर परिणाम संभव है।

(रजोनिवृत्ति के बाद की महिलाओं में सिंपल एवं कॉम्प्लेक्स ओवेरियन सिस्ट)

जिन महिलाओं का मासिक धर्म (Menopause) स्थायी रूप से बंद हो चुका हो।

1. Anechoic Ovarian Cyst

यदि ओवरी की गांठ में Echo तरंगें वापस नहीं लौटती हैं (Anechoic Appearance) , तो इसका अर्थ है कि सिस्ट के भीतर केवल द्रव (Fluid) होता है तथा कोई ठोस (Solid) आंतरिक वृद्धि नहीं दिखाई देती।

2. Anechoic Ovarian Cyst (< 1 cm)

यदि Anechoic Ovarian Cyst का आकार 1 सेमी से कम हो, तो सामान्यतः किसी उपचार की आवश्यकता नहीं होती। अधिकांश मामलों में यह लगभग 3 माह में स्वयं समाप्त (Self-resolve) हो सकता है।

आयुर्वेदिक उपचार (यदि चिकित्सकीय रूप से आवश्यक हो) :

रस पाचक गोली 2-2 गोली तीन बार

रक्त पाचक गोली 2-2 गोली तीन बार

3. Simple Ovarian Cyst (1–3 cm)

जब Simple Ovarian Cyst का आकार 1 सेमी से अधिक तथा 3 सेमी से कम हो, तो नियमित USG द्वारा निगरानी आवश्यक होती है। निम्न उपचार लाभप्रित होता है

4. उपचार:

रक्त पाचक गोली 2 गोली सुबह शाम

मांस पाचक गोली 2 गोली सुबह शाम

कंचनार गुग्गुलु या कंचनार कषाय 2 -2 गोली दो बार

वृद्धि वाधिक वटी 1 गोली सुबह शाम

तुत्थामृत वटी 1 गोली सुबह शाम

विरेचन औषधि (त्रिव्रत अवलेह, आदि)

5. Simple Ovarian Cyst (> 3 cm)

जब Simple Ovarian Cyst का आकार 3 सेमी से अधिक हो जाए, तो इसका नियमित USG द्वारा मूल्यांकन आवश्यक है। यदि सिस्ट में केवल द्रव हो तथा कोई ठोस भाग, सेप्टेशन या अन्य संदिग्ध विशेषताएँ न हों, तो इसे Benign Simple Ovarian Cyst माना जा सकता है।

नोट: "1–3 cm पर False Benign Nature" तथा ">3 cm पर True Simple Benign Nature" जैसी शब्दावली मानक स्त्रीरोग (Gynecology) वर्गीकरण का भाग नहीं है। यदि यह आपकी स्वयं की शिक्षण प्रणाली का हिस्सा है तो उसे अलग से दर्शाया जाना चाहिए, ताकि इसे स्थापित चिकित्सा वर्गीकरण न समझा जाए।

6. आयुर्वेद उपचार =>

रक्त पाचक गोली 2-2 गोली सुबह शाम

मास पाचक गोली 2-2 गोली सुबह शाम

कंचनार गूगलू गोली या कंचनार कषाय 2-2 गोली सुबह शाम

वृद्धि वाधिक वटी 1-1 गोली सुबह शाम

तुत्थाअमृत वटी 1-1 गोली सुबह शाम

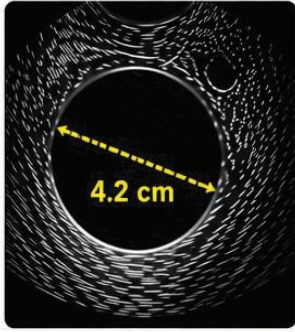
विरेचन (आरग्वध लेह्य)

वस्ति चिकित्सा

Post Menopausal Women Ovarian Cyst > 3 cm से ज्यादा की हो

शमन औषधि चिकित्सा के साथ वस्ति चिकित्सा करने से अच्छे परिणाम मिले हैं

USG (उदाहरण)



Anechoic / Simple Ovarian Cyst
(Post Menopausal Woman)

स्थिति एवं महत्व

- यदि Post Menopausal महिला में Ovarian Cyst का आकार 3 cm से ज्यादा हो तो यह ध्यान योग्य स्थिति है।
- यह भी Anechoic (Simple) Cyst बेनाइन प्रकृति की होती है, फिर भी आकार बड़ा होने पर नियमित निगरानी और चिकित्सा आवश्यक है।
- शमन औषधि के साथ वस्ति चिकित्सा करने से सिस्ट धीरे-धीरे कम होती है और पुनः बनने की संभावना भी घटती है।

चिकित्सा के उद्देश्य

- ✓ सिस्ट का आकार कम करना
- ✓ नवीन सिस्ट बनने की संभावना घटाना
- ✓ वात-कफ शमन एवं आम का शोधन
- ✓ प्रजनन तंत्र की शुद्धि और पोषण
- ✓ हार्मोन संतुलन एवं उत्तम स्वास्थ्य में सुधार
- ✓ रोगिणी की सुरक्षा और गुणवाता में वृद्धि

अपेक्षित परिणाम

- ★ 3-6 माह में सिस्ट के आकार में कमी
- ★ दर्द, भारीपन, शूल आदि में राहत
- ★ नवीन सिस्ट बनने की संभावना में कमी
- ★ हार्मोन संतुलन एवं समग्र स्वास्थ्य में सुधार

I. शमन औषधि चिकित्सा (आंतरिक औषधि)

1. कांचनार गुग्गुलु - 2 गोली दिन में 2 बार, गुग्गुने जल से
2. शिग्रु गुग्गुलु - 2 गोली दिन में 2 बार, गुग्गुने जल से
3. रक्त पाचक चूर्ण - 3 ग्राम दिन में 2 बार, गुग्गुने जल से
4. मास पाचक चूर्ण - 3 ग्राम दिन में 2 बार, गुग्गुने जल से
5. नित्यानंद रस - 1 गोली दिन में 2 बार, शहद के साथ
6. तुल्य अमृत वटी - 2 गोली दिन में 2 बार, गुग्गुने जल से

मुदु विरेचन (शोधन हेतु)

- त्रिवृत अवलेह - 10-15 ग्राम रात्रि में, गुग्गुने जल से (या चिकित्सक के अनुसार मात्रा)
- अरख्य अवलेह - 10-15 ग्राम रात्रि में, गुग्गुने जल से (आवश्यकतानुसार विरेचन)



II. वस्ति चिकित्सा (मुख्य उपचार)

वस्ति चिकित्सा को क्रमवार एवं चिकित्सक के निर्देशानुसार दिया जाता है।
सामान्यतः 8, 16 या 24 दिन के वस्ति चक्र का पालन करें।

A. लेखन वस्ति (Lekhna Basti)

उद्देश्य : सिस्ट के कारण बने आम, मेद, कफ, अवरोध और असामान्य उत्तक पर लेखन (Scraping) प्रभाव डालना।

घटक द्रव्य (उदाहरण)

- मधु (शहद)
- सैंधव नमक
- येवक्षार
- त्रिकटू क्वाथ
- गोमूत्र
- एरण्ड मूल क्वाथ



B. आस्थापन वस्ति (Anuvasana Basti)

उद्देश्य : वात शमन, स्नेहता, धातु पोषण व उत्तक पोषण।

औषधि तेल उदाहरण)

- दशमूल तेल
- एरण्ड तेल (तिल तेल सिद्ध)
- सहचरादि तेल
- बाल तेल
- कांचनार मूल तेल
- शतपुष्पा तेल



C. निरुह वस्ति (Niruha Basti)

उद्देश्य : दोष शोधन, आम-पाचन, कफ-वात शमन, धातु शुद्धि एवं सिस्ट क्षय में सहायक।

घटक द्रव्य (उदाहरण)

- दशमूल क्वाथ
- कोकल (त्रिकटू, दारहरिद्रा, रसना, देवदारु आदि)
- मधु (शहद)
- सैंधव नमक
- गोमूत्र
- त्रिकटू क्वाथ



लेखन → आस्थापन (औषधि तेल की) → निरुह वस्ति
क्रम से या चिकित्सक के निर्देशानुसार

शमन औषधि चिकित्सा + वस्ति चिकित्सा (लेखन, आस्थापन, निरुह)
- Post Menopausal Ovarian Cyst (> 3 cm) में
सुरक्षित, प्रभावी एवं स्थायी परिणाम देने वाली सर्वोत्तम आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति है।

OVARIAN CYST CRITERIA

Ovarian Cyst Criteria

1. जब Simple Ovarian Cyst जब Benign Simple Ovarian Cyst (सौम्य साधारण डिंब गांठ) में बदल जाती है और कालांतर में इलाज के बाद यदि उस का आकार कम नहीं होता है और अपने अधिकतम आकार की वैधता से आगे बढ़ जाती है तो यह Neoplasm Nature में बदल जाती है
2. यह Benign Ovarian की Internal Growth (अतः वृद्धि) की (Semi Liquid) तरल होती है तो यह कष्ट साध्य और Solid अंतः वृद्धि बलि गांठ ठोस Solid ट्यूमर Nature वाली होती है तो इस में शल्य चिकित्सा अनिवार्य है
3. Ovarian Cyst के अंदर Internal Septation (आंतरिक विभाजन) है और यदि यह विभाजन ठोस परतों वाला होता है तो Worst (खराब) और यदि Benign (सौम्य परतों) वाला कष्ट साध्य (उपचार योग्य विचार)

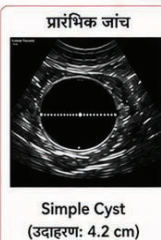
Ovarian Cyst Criteria (औवेरियन सिस्ट के मूल्यांकन के मानदंड)

सही मूल्यांकन, समय पर निर्णय और उचित उपचार से जटिलताओं से बचा जा सकता है।

1 Simple Ovarian Cyst का मूल्यांकन

यदि Simple Benign Ovarian Cyst (सौम्य साधारण डिम्बत्रथि सिस्ट) उपचार अथवा समय के साथ भी आकार में कम नहीं होती, लगातार बनी रहती है, या आकार में बढ़ती जाती है, तो इसे पुनः Transvaginal Ultrasonography (TVS) द्वारा जांचना चाहिए।

समय के साथ मूल्यांकन (Follow up by TVS)



क्या करें ?

- ✓ नियमित TVS (आमतौर पर 6-12 सप्ताह के अंतराल पर)
- ✓ लक्षणों का मूल्यांकन
- ✓ CA-125 अन्य ट्यूमर मार्कर (आवश्यकता अनुसार)
- ✓ आयु, रजोनिवृत्ति स्थिति और जोखिम कारकों का आकलन
- ✓ स्त्री रोग विशेषज्ञ की सलाह आवश्यक

2 Internal Nature (आंतरिक संरचना)

केवल तरल (Simple Fluid)



अविकारातः सौम्य (Benign)
जटिल निशान एवं उपचार से
नियंत्रित की जा सकती है।

Mixed Contents (तरल + ठोस भाग)



अधिक (Complex) सिस्ट
विस्तृत मूल्यांकन आवश्यक।
नजदीकी निगरानी या शल्य चिकित्सा
की आवश्यकता हो सकती है।

Solid Components (ठोस भाग)



ट्यूमर की संभावना अधिक
स्त्री-रोग विशेषज्ञ द्वारा मूल्यांकन आवश्यक।
जांचों के आधार पर शल्य चिकित्सा अनिवार्य
हो सकती है।

ध्यान देने योग्य बातें



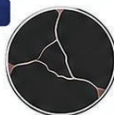
ठोस भाग, पपिलरी प्रोजेक्शन, अनियमित दीवारें
या अधिक रक्त प्रवाह (Doppler) होने पर
संदेह की संभावना बढ़ जाती है।



MRI / CT, CA-125, HE4, ROMA Score
जैसी जांचें सहायक होती हैं।

3 Internal Septation (आंतरिक विभाजन)

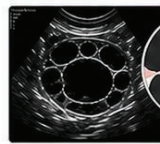
सौम्य (Benign) विशेषताएं



- पतले (< 3 mm) और चिकने Septations
- नियमित दीवार
- कोई ठोस भाग नहीं
- कम या न के बराबर रक्त प्रवाह

कार सामर्थ्य (उपचार योग्य विचार)
नियमित निगरानी आवश्यक।

संदेहस्पद / खराब (Suspicious / Worst) विशेषताएं



- मोटे (> 3 mm) Septations
- ठोस भाग (Solid Areas)
- Papillary Projections
- अनियमित दीवारें
- अधिक रक्त प्रवाह (Increased Vascularity)

उच्च जोखिम (संदेहस्पद)
आगे की जांच और शल्य चिकित्सा पर विचार।



4. View identify Ovarian tumour or Cyst Nature

View: Identify Ovarian Tumour or Cyst Nature (ओवेरियन ट्यूमर या सिस्ट की प्रकृति का मूल्यांकन)

USG लक्षणों के आधार पर मूल्यांकन और चिकित्सा निर्णय

a. Cyst Morphology (सिस्ट की संरचना)

Unilocular (एक कक्षीय)	Multilocular (बहु कक्षीय)	Bilobar (द्वि-खण्डित)	Internal Septation (आंतरिक विभाजन)
आमतौर पर सौम्य (Benign - साध्य)	कट्ट साध्य या साध्य शल्य चिकित्सा	कट्ट साध्य या साध्य शल्य चिकित्सा	कट्ट साध्य या साध्य शल्य चिकित्सा
- Simple cyst - पतली दीवार, कोई ठोस भाग नहीं	- कई कक्ष / Locules - जटिल (Complex)	दो पुच्छ भागों में विभाजित	यदि Septation मोटी या ठोस हो तो Malignant होने की संभावना

सरल (Simple) Unilocular cyst अधिकांश सौम्य (Benign) होती है, जबकि Multi / Bilobar / Internal Septation वाली cyst जटिल (Complex) मानी जाती है।

b. Acoustic Shadows (ध्वनिक छाया)

जिस Ovarian cyst में Acoustic Shadow आती है, वो उसे गंभीर बनाती है - चिकित्सा कर साध्य मानी जाती है।

No Acoustic Shadow

Acoustic Shadow

Acoustic Shadow प्रायः इन स्थितियों में

- Dermoid Cyst
- Calcification
- Endometrioma
- Old Hemorrhage

↓

अन्य लक्षणों के साथ मूल्यांकन आवश्यक, अकेले इससे Malignancy सिद्ध नहीं होती।

c. Internal Vascularity (आंतरिक रक्त प्रवाह - Doppler)

Minimal Flow (कम प्रवाह)	Moderate Flow (मध्यम प्रवाह)	Strong Flow (अधिक/तीव्र प्रवाह)	सामान्य मार्गदर्शन
			- Minimal Flow → साध्य - Moderate Flow → कट्ट साध्य - Strong Flow → शल्य साध्य or Malignant
साध्य (Benign)	कट्ट साध्य	शल्य साध्य or Malignant	Flow का मूल्यांकन Solid भागों या Septation में करें।
सौम्य होने की संभावना अधिक	- जटिल (Complex) होने की संभावना - आगे मूल्यांकन आवश्यक	- Malignancy की जटिलता अधिक - विशेषकर द्वारा मूल्यांकन आवश्यक	

d. Papillary Projection (पेपिलरी प्रोजेक्शन)

Less than 3 (< 3)	More than 3 (> 3)	Papillary Projection
कट्ट या शल्य साध्य	शल्य साध्य or Rarest Malignant	< 3 = कट्ट या शल्य साध्य > 3 = शल्य साध्य or Rarest Malignant
- छोटे प्रोजेक्शन - कम जोखिम - नियमित निगरानी आवश्यक	- अनेक प्रोजेक्शन - खतरा अधिक - Malignancy की संभावना बढ़ी हुई	

e. Ascites (पेट में पानी आना)

Ovarian cyst के साथ पेट में पानी आना (Ascites)

कट्ट साध्य or शल्य साध्य or Rarest Malignant

- आगे पूर्ण मूल्यांकन आवश्यक
- उपचार का निर्णय कारण पर निर्भर

Ascites के कारण

- Malignant Tumour
- Liver Disease
- Severe Inflammation
- Hypoproteinemia
- Other Systemic Causes

Menopausal Status का महत्व

Premenopausal Women (रजोनिवृत्ति से पूर्व महिलाएं)	Postmenopausal Women (रजोनिवृत्ति के बाद महिलाएं)
अधिकांश Ovarian cyst सौम्य (Benign) होती है।	किसी भी Complex Ovarian Mass में Malignancy Risk अधिक होता है।
Risk कम	Risk अधिक

महत्वपूर्ण:

- अंतिम निर्णय केवल USG और नैदानिक मूल्यांकन के आधार पर लिया जाता है।
- अंतिम पुष्टि होती है। स्वयं उपचार न करें, विशेषज्ञ स्त्री रोग विशेषज्ञ से परामर्श करें।

नोट: यह जानकारी शैक्षणिक उद्देश्य के लिए है, किसी भी उपचार के लिए योग्य चिकित्सक की सलाह आवश्यक है।

- यदि ओवेरियन सिस्ट Unilocular हो या Multilocular या Bilobar या Internal Septation उत्तर सौम्य साध्य Unilocular Ovarian Cyst और Multi या Internal Septation कट्ट साध्य या साध्य शल्य चिकित्सा or rarest Malignant
- Acoustic Shadows जिस Ovarian cyst में आती है वो उसे गंभीर बनाती है चिकित्सा कट्ट साध्य मानी जाती है
- Internal Vascularity =>
 - Min. Flow साध्य
 - Moderate flow कट्ट साध्य
 - Strong Flow शल्य साध्य or Malignant R होता है

d. Papilla Projection =>

Less than 3 कष्ट या शल्य साध्य

More than 3 शल्य साध्य or Rarest Malignant होता है

e. Ascites (पेट में पानी आना) ओवेरियन सिस्ट के साथ पेट में पानी आना

कष्ट साध्य or शल्य साध्य or Rarest Malignant होता है

Menopausal women में Risk बहुत कम होता है Compare to Post Menopausal women



ENDOMETRIOSIS

Endometriosis

एंडोमेट्रियोसिस (Endometriosis) एक ऐसी स्थिति है जिसमें गर्भाशय की अंदरूनी परत (Endometrium) जैसा ऊतक (Tissue) शरीर के अन्य हिस्सों में बढ़ता है, जैसे मुख्य रूप से अंडाशय (Ovary और फैलोपियन ट्यूब आदि स्थानों पर.... जिससे सूजन, दर्द और बच्चे न होना आदि रोग हो सकते.... है.... जो प्रजनन आयु (Menstrual Female) की महिलाओं को प्रभावित करता है

मुख्य लक्षण=>

a. दर्दनाक मासिक धर्म> (Dysmenorrhoea) :

पैल्विक दर्द और ऐंठन जो मासिक धर्म के पहले और दौरान होती है और कई दिनों तक रह सकती है।

b. संभोग के दौरान या बाद में दर्द: >> (Dyspareunia)

c. बांझपन: >>> (Infertility)

महिलाओं में एंडोमेट्रियोसिस के कारण गर्भधारण करने में कठिनाई हो ती है (तीसरा प्रमुख कारण है बच्चे न होने का आज)

d. अत्यधिक रक्तस्राव: (Heavy Bleeding)

भारी मासिक धर्म या मासिक धर्म के बीच में रक्तस्राव हो सकता है।

Endometriosis मुख्य कारण ==>>

aaa.मुख्य रूप एस्ट्रोजन हार्मोन की अंत स्राव की विषमता के कारण.

bbb..Progesterone हार्मोन की Resistance के कारण....

एंडोमेट्रियोसिस और प्रोजेस्टेरोन प्रतिरोध (रेजिस्टेंस) के बीच एक मजबूत संबंध है। एंडोमेट्रियोसिस से पीड़ित कई महिलाओं में, शरीर का ऊतक प्रोजेस्टेरोन (Progesterone) हार्मोन के प्रति ठीक से प्रतिक्रिया नहीं कर पाता है।

सामान्य मासिक धर्म चक्र के दौरान, प्रोजेस्टेरोन हार्मोन गर्भाशय के अस्तर (एंडोमेट्रियम) के विकास को नियंत्रित करने में मदद करता है। यह ऊतक के अत्यधिक बढ़ने को रोकता है। एंडोमेट्रियोसिस में, जो ऊतक गर्भाशय के बाहर बढ़ता है, वह प्रोजेस्टेरोन के इस संकेत को अनदेखा कर देता है। इसके परिणामस्वरूप, यह ऊतक अनियंत्रित रूप से बढ़ता रहता है और सूजन पैदा करता है।

प्रोजेस्ट्रॉन प्रतिरोध है क्या इसे भी जाने: >

प्रोजेस्टेरोन रिसेप्टर्स की कमी: एंडोमेट्रियोसिस के ऊतकों में आमतौर पर प्रोजेस्टेरोन रिसेप्टर-बी (PR-B) नामक एक महत्वपूर्ण रिसेप्टर की कमी होती है। यह रिसेप्टर प्रोजेस्टेरोन की प्रतिक्रिया को बढ़ावा देता है।

पुरानी सूजन: एंडोमेट्रियोसिस में लगातार सूजन होती रहती है, जिससे शरीर में ऐसे रसायन उत्पन्न होते हैं जो प्रोजेस्टेरोन रिसेप्टर्स के कार्य में बाधा डालते हैं।.....

प्रोजेस्टेरोन प्रतिरोध के लक्षण=>>> इन्हें भी न भूले

प्रोजेस्टेरोन प्रतिरोध के लक्षणों में एंडोमेट्रियोसिस से जुड़े दर्द का हार्मोनल उपचार के बावजूद ठीक न होना शामिल है। सामान्य तौर पर, प्रोजेस्टेरोन प्रतिरोध के कुछ लक्षणों में शामिल हैं:

अनियमित और भारी मासिक धर्मा (मुख्य लक्षण)

उपचार

एंडोमेट्रियोसिस (Endometriosis)

आयुर्वेदिक प्रबंधन - विरेचन एवं औषधियाँ



एंडोमेट्रियोसिस को एक **त्रिदोषज (वात-पित्त-कफ)** विकार के रूप में प्रभावित किया जाता है, जहाँ बढ़े हुए पित्त (सूजन वाली गर्मी) को शांत करने और वात (अपान वायु की नीचे की ओर गति) को विनियमित करने के लिए **मूत विरेचन** (हल्का चिकित्सीय विरेचन) का उपयोग किया जाता है।

एंडोमेट्रियोसिस के प्रबंधन के लिए प्राथमिक विरेचन औषधियाँ

A. एकल जड़ी-बूटियाँ (एकल द्रव्य)

1 त्रिवृत (ऑपरकुलिना टरपेंथम)

विरेचन के लिए सबसे प्रमुख जड़ी बूटी। यह सूखबित और नियंत्रित रेचक प्रभाव प्रदान करती है जो शोण को कम करने और जमाव को लवित करती है।



2 एरंड तैल (कैस्टर ऑयल)

वातानुलोमन (वात के नीचे की ओर प्रवाह को नियंत्रित करने) में अत्यंत प्रभावी। यह शोण की जकड़न को दूर करने और गंभीर मासिक धर्म पीड़ा से राहत दिलाने में सहायक है।



3 हरितकी (टर्मिनलिया चेबुला)

एक हल्का रेचक जो मलत्याग विवक्षित पदार्थों (अमा) को पचाने में मदद करता है, साथ ही निचले पाचन तंत्र और प्रजनन पथों को धीरे से साफ करता है।

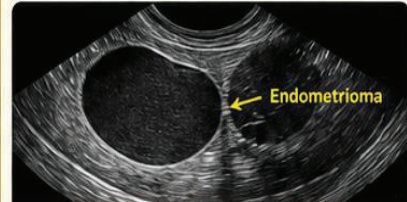


4 आरमवध (कैसिया फिस्टुला)

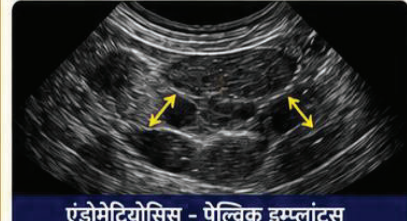
एक बहुत ही हल्का, मीठा और शीतलक रेचक, जो संवेदनशील रोगियों या अत्यधिक पित्त-प्रेरित जलन और भारी रेचकाव वाले लोगों के लिए आदर्श है।



एंडोमेट्रियोसिस (USG इमेज)



एंडोमेट्रियोसिस - ओवरियन एंडोमेट्रियोमा (ऑपरकुलिना टरपेंथम)



एंडोमेट्रियोसिस - पेल्विक इम्प्लांट्स

मास पाचक गोलियाँ

इसका उपयोग कभी-कभी मांसा उपचार पद्धतियों में गर्भ ऊतकों की सफाई, सूजन और द्रवपाचक स्वास्थ्य को प्रभावित करने के लिए किया जाता है।



रक्त पाचक गोलियाँ

इसका उपयोग रक्त बाहिकाओं (रक्त धातु) की शुद्ध करने और शरीर के भीतर सूजन या गर्मी (पित्त) को कम करने के लिए किया जाता है।



B. शास्त्रीय योग विधियाँ (योग)

- त्रिवृत लेह** : त्रिवृत युक्त औषधि, जिसे चिकित्सक अवस्था पारंपरिक पंचकर्म प्रक्रियाओं के दौरान चिकित्सीय विरेचन प्रेरित करने के लिए चुनते हैं।
- अभिषेचित चूर्ण** : यह एक पारंपरिक औषधि है जिसका उपयोग तब किया जाता है जब एंडोमेट्रियोसिस के साथ उच्च पित्त, पेट फूलना, खराब पाचन (अग्नि) और एसिडिटी जैसी समस्याएं हैं।
- गंधर्तहस्तदि एरंड तैल** : अरलड और यवासा जड़ी-बूटियों के साथ संसाधित एरंड का तेल, विशेष रूप से अपान वात को शांत करने, पुराने शोण दर्द से राहत दिलाने और मासिक धर्म के दौरान कठोर मल त्याग को गम्य करने के लिए उपयोग किया जाता है।
- नित्यतंद रस या अभयापित** : इसका उपयोग भारी रेचक दवाओं के कारण छली, दोषक अयुग्मोथन (रेचक-निषाफक) के रूप में किया जाता है ताकि मल त्याग की हल्वम गति बनी रहे और रक्त को ठहराव रोका जा सके।

D. विशेष औषधियाँ (गुग्गुलु योग)

कांचनार गुग्गुलु और रासानादि गुग्गुलु जैसी औषधियों का उपयोग एंडोमेट्रियोसिस (गर्भाशय के बाहर असामान्य ऊतकों) के चयापचय और हाव्य दोष को शांत करने, सूजन घटाने और सिस्ट या गांठ को छोटा करने के लिए किया जाता है।

कांचनार गुग्गुलु गुग्गुलु कांचनार गुग्गुलु के साथ

- ✓ **गांठ व सिस्ट घटाना** : यह असामान्य ऊतक वृद्धि और सिस्ट के आकार को कम करने में मदद करता है।
- ✓ **सूजन और दर्द कम करना** : शरीर के अंगों की सूजन और दर्द को शांत करता है।
- ✓ **रक्त शोधन** : वात और रक्त दोष को संतुलित करता है।



रासानादि गुग्गुलु

E. काढ़ा और सेवन का तरीका

- काढ़ा (क्वाथ)** : रासानादि काढ़ा या दशमूल काढ़ा का गुग्गुलु गोलीयों के साथ अनुपान (सहायक पेय) के रूप में किया जाता है।
- सेवन विधि** : चिकित्सक के निर्देशानुसार प्रातः और सायं, भोजन के बाद गुग्गुलु काढ़े के साथ सेवन करें।

नोट : सभी औषधियों का उपयोग योग्य आयुर्वेद चिकित्सक के मार्गदर्शन में ही करें। वेग, ज्वर, दोष, शक्ति, अवस्था और रोग की गंभीरता के अनुरार औषधि, मात्रा एवं अवधि निश्चित की जाती है।

एंडोमेट्रियोसिस को एक त्रिदोषज (बहु-दोष) विकार के रूप में प्रबंधित किया जाता है, जहां बढ़े हुए पित्त (सूजन वाली गर्मी) को शांत करने और वात (अपान वायु की नीचे की ओर गति) को विनियमित करने के लिए मृदु विरेचन (हल्का चिकित्सीय विरेचन) का उपयोग किया जाता है।

एंडोमेट्रियोसिस के प्रबंधन के लिए शास्त्रीय प्रोटोकॉल और नैदानिक केस स्टडी में उपयोग की जाने वाली **प्राथमिक** विरेचन औषधियाँ (दस्त लाने वाली दवाएँ और फार्मूलेशन) निम्नलिखित हैं:

एकल जड़ी-बूटियाँ (एकल द्रव्य)

- **त्रिवृत (ऑपरकुलिना टरपेथम) : विरेचन** के लिए सबसे प्रमुख जड़ी बूटी। यह सुरक्षित और नियंत्रित रेचक प्रभाव प्रदान करती है जो श्रोणि की सूजन और जमाव को लक्षित करती है।
- **एंड का तेल: वातानुलोमन** (वात के नीचे की ओर प्रवाह को नियंत्रित करने) में अत्यंत प्रभावी। यह श्रोणि की जकड़न को दूर करने और गंभीर मासिक धर्म पीड़ा से राहत दिलाने में सहायक है।
- **हरितकी (टर्मिनलिया चेबुला) :** एक हल्का रेचक जो चयापचय विषाक्त पदार्थों (अमा) को पचाने में मदद करता है, साथ ही निचले पाचन तंत्र और प्रजनन पथों को धीरे से साफ करता है।
- **आरग्वध (कैसिया फिस्टुला) :** एक बहुत ही हल्का, मीठा और शीतलक रेचक, जो संवेदनशील रोगियों या अत्यधिक पित्त-प्रेरित जलन और भारी रक्तस्राव वाले लोगों के लिए आदर्श है।

शास्त्रीय योग विधियाँ (योग)

- **त्रिवृत लेह:** त्रिवृत युक्त औषधि, जिसे चिकित्सक अक्सर पारंपरिक पंचकर्म प्रक्रियाओं के दौरान चिकित्सीय विरेचन प्रेरित करने के लिए चुनते हैं।
- **अविपत्तिकर चूर्ण:** यह एक पारंपरिक औषधि है जिसका उपयोग तब किया जाता है जब एंडोमेट्रियोसिस के साथ उच्च पित्त, पेट फूलना, खराब पाचन (अग्नि) और एसिडिटी जैसी समस्याएं हों।
- **गंधर्वहस्तदि एंड तैल:** अदरक और यवासा जड़ी-बूटियों के साथ संसाधित एंड का तेल, विशेष रूप से अपान वात को शांत करने, पुराने श्रोणि दर्द से राहत दिलाने और मासिक धर्म के दौरान कठोर मल त्याग को नरम करने के लिए उपयोग किया जाता है।
- **नित्यानंद रस या अभयारिष्ट :** इसका उपयोग भारी रेचक दवाओं के बजाय हल्के, दैनिक अनुलोमन (रेचक-नियामक) के रूप में किया जाता है ताकि मल त्याग की इष्टतम गति बनी रहे और रक्त का ठहराव रोका जा सके।

मास पाचक और रक्त पाचक जिनका उपयोग कभी-कभी समग्र उपचार पद्धतियों में गहरे ऊतकों की सफाई, सूजन और चयापचय स्वास्थ्य को प्रबंधित करने के लिए किया जाता है।

मास पाचक गोलियाँ: इसका उद्देश्य मांसपेशियों और गहरी ऊतक परतों से संबंधित ऊतक चयापचय को सामान्य करना और चयापचय अपशिष्ट (अमा) को साफ करना है।

रक्त पाचक गोलियाँ: इसका उपयोग रक्त वाहिकाओं (रक्त धातु) को शुद्ध करने और शरीर के भीतरी सूजन या गर्मी (पित्त) को कम करने के लिए किया जाता है।

एंडोमेट्रियोसिस का संदर्भ: आयुर्वेद में, एंडोमेट्रियोसिस में वात का असंतुलन और ऊतकों की असामान्य वृद्धि शामिल होती है। रक्त शोधक (पाचक) और मास पाचक औषधियों को एक व्यापक उपचार पद्धति में शामिल किया जा सकता है।

कांचनार गुग्गुल और रासनादि गुग्गुल जैसी औषधियों का उपयोग एंडोमेट्रियोसिस (गर्भाशय के बाहर असामान्य ऊतक वृद्धि) में वात और कफ दोष को शांत करने, सूजन घटाने और सिस्ट या गांठ को छोटा करने के लिए किया जाता है।

कांचनार गुग्गुल और रासनादि गुग्गुल के लाभ गांठ व सिस्ट घटाना: यह असामान्य ऊतक वृद्धि और सिस्ट के आकार को कम करने में मदद करता है। सूजन और दर्द कम करना: शरीर के अंगों की सूजन और दर्द को शांत करता है।

दोष संतुलन: वात और कफ दोष को संतुलित करता है। काढ़ा और सेवन का तरीका काढ़ा (क्वाथ) : रासनादि काढ़ा या दशमूल काढ़ा इन गुग्गुलु गोलियों के साथ अनुपान (सहायक पेय) के रूप में लिया जाता है।

Endometriosis (एंडोमेट्रियोसिस)

मुख्य रूप से **वात-प्रधान** विकार (विशेष रूप से अपान वात, जो नीचे की ओर गति करने वाला मासिक धर्म को नियंत्रित करता है) के रूप में देखा जाता है, जो अक्सर कफ (ऊतक वृद्धि और Adhesion (आसंजन)) और **पित्त** (सूजन और रक्तस्राव) असंतुलन के साथ होता है।

मात्रा वस्ति – कम मात्रा में, प्रतिदिन औषधीय तेल का एनीमा – तंत्रिका तंत्र को शांत करने, अपान वात को संतुलित करने, पुराने pelvic Pain (श्रोणि दर्द) को कम करने और एंडोमेट्रियल Adhesion (आसंजनों) को नरम करने के लिए उपयोग की जाने वाली एक प्रमुख चिकित्सा है।

तेल का चयन आपके विशिष्ट लक्षणों के अनुसार किया जाता है:

1 Chronic Pelvic Pain (गंभीर श्रोणि दर्द) और Spasm (ऐंठन के लिए) (वात प्रधान) यदि आपका प्राथमिक लक्षण दुर्बल करने वाला मासिक धर्म का दर्द (कर्चत) और पीठ के निचले हिस्से या Pelvic (श्रोणि) में तेज, फैलने वाला दर्द है, तो ध्यान पूरी तरह से वात को शांत करने पर केंद्रित है। • सहचर तेल: pelvic (श्रोणि) क्षेत्र में होने वाले गंभीर तंत्रिका दर्द और मांसपेशियों के दर्द को कम करने में उत्कृष्ट है। यह गर्भाशय की मांसपेशियों को मजबूत बनाता है और मासिक धर्म के रक्त प्रवाह को नियमित करने में मदद करता है। • दशमूल तेल: दस शक्तिशाली सूजनरोधी जड़ों से तैयार किया गया, यह शरीर को गहराई से आराम देता है और श्रोणि की जकड़न, ऐंठन और पुराने पीठ दर्द को दूर करने में अत्यधिक प्रभावी है।	2 ऊतक वृद्धि, आसंजन (ADHESION) और सिस्ट के लिए (कफ प्रधान) यदि आपके एंडोमेट्रियोसिस के कारण स्पष्ट एंडोमेट्रियोमा (चॉकलेट सिस्ट), घने निशान ऊतक, या आसंजन हो रहे हैं जो आंतरिक अवरोध पैदा करते हैं, तो “स्क्रेपिंग” (लेखन) तेलों का उपयोग किया जाता है। • दशमूल त्रिवृत तेल: यह दशमूल की सूजनरोधी शक्ति को त्रिवृत के साथ मिलाता है, जो असामान्य ऊतक वृद्धि को सुखाने और तोड़ने में मदद करने के लिए एक शक्तिशाली चैनल-क्लीयरिंग एजेंट के रूप में कार्य करता है। • एरंड तेल (औषधीय एरंड का तेल): यह एक अत्यधिक प्रवेशक (सूक्ष्म) तेल है जो गहरे ऊतकों में रुकावटों को तोड़ने, कठोर आसंजनों को नरम करने और आंत्र एंडोमेट्रियोसिस से जुड़े अनियमित मल त्याग को नियमित करने की अपनी अनूठी क्षमता के लिए जाना जाता है।	3 सूजन, जलन वाले दर्द और अत्यधिक रक्तस्राव के लिए (पित्त प्रधान) यदि आपकी स्थिति में अत्यधिक रक्तस्राव (मेनोरेजिया), पेट में जलन वाला दर्द या प्रणालीगत सूजन शामिल है, तो पित्त को संतुलित करने के लिए शीतलक तेलों का चयन किया जाता है। • चंदनबला लक्ष्मी तेल: चंदन और बाला युक्त एक बेहद ठंडक देने वाला मिश्रण। यह आंतरिक जलन को शांत करता है, रक्त में अतिरिक्त गर्मी को कम करता है और मासिक धर्म के दौरान होने वाले अत्यधिक रक्तस्राव को नियंत्रित करने में सहायक होता है। • क्षीरबला तेल: दूध और बाला से तैयार किया गया यह तेल क्षतिग्रस्त ऊतकों को गहन पोषण प्रदान करता है, साथ ही साथ शरीर में होने वाली सूजन और पित्त संबंधी अतिसंवेदनशीलता को भी दूर रखता है।	4 सामान्य प्रबंधन के लिए मानक आधार • तिल का तेल: यदि विशेष औषधीय जड़ी-बूटी वाले तेल उपलब्ध न हों, तो शुद्ध तिल का तेल सर्वव्यापी विकल्प है। इसके प्राकृतिक तापीय, सूक्ष्म और स्थिरकारी गुण इसे आंतों के भीतर सीधे अपान वात को संतुलित करने में अत्यधिक प्रभावी बनाते हैं।
---	---	---	--

तेलों की तुलनात्मक सारांश

औषधीय तेल	प्राथमिक लक्षण लक्ष्य	मुख्य आयुर्वेदिक क्रिया
सहचर तेल	मासिक धर्म के दौरान तेज ऐंठन और श्रोणि में दर्द	नसों के दर्द से राहत देता है, रक्त प्रवाह को नियंत्रित करता है
दशमूल तेल	श्रोणि में गहरी जकड़न और पीठ दर्द	शक्तिशाली सूजनरोधी और वात को शांत करने वाला।
दशमूल त्रिवृत तेल	एंडोमेट्रियोमा, सिस्ट और घने आसंजन	गहरी जड़ों में जमे हुए ट्यूमर को खुरचकर साफ करता है
एरंड तेल	घाव के निशान, आंत्र एंडोमेट्रियोसिस, कब्ज	यह गहराई तक प्रवेश करके ऊतक के टुकड़ों को द्रवीकृत कर देता है।
चंदनबला लक्ष्मी तेल	अत्यधिक रक्तस्राव और आंतरिक जलन	शीतलता प्रदान करता है, रक्तस्राव को नियंत्रित करता है, पित्त को शांत करता है।
तिल तेल	सामान्य रखरखाव और निवाल्क देखभाल	बुनियादी, वात को गर्म करने वाला पैसिफायर

नोट: चिकित्सक की सलाह अनुसार तेल का चयन एवं मात्रा निर्धारित की जानी चाहिए।

Endometriosis (एंडोमेट्रियोसिस)

मुख्य रूप से **वात-प्रधान विकार** (विशेष रूप से अपान वात, जो नीचे की ओर गति और मासिक धर्म को नियंत्रित करता है) के रूप में देखा जाता है, जो अक्सर कफ (ऊतक वृद्धि और Adhesion (आसंजन) और पित्त (सूजन और रक्तस्राव) असंतुलन के साथ होता है।

मात्रा वस्ति - कम मात्रा में, प्रतिदिन औषधीय तेल का एनीमा- तंत्रिका तंत्र को शांत करने, अपान वात को संतुलित करने, पुराने pelvic Pain (श्रोणि दर्द) को कम करने और एंडोमेट्रियल Adhesion (आसंजनों) को नरम करने के लिए उपयोग की जाने वाली एक प्रमुख चिकित्सा है।

तेल का चयन आपके विशिष्ट लक्षणों के अनुसार किया जाता है:

1. Chronic Pelvic Pain (गंभीर श्रोणि दर्द) और Spasm (एंटन के लिए) (वात प्रधान)

यदि आपका प्राथमिक लक्षण दुर्बल करने वाला मासिक धर्म का दर्द (कष्टर्तव) और पीठ के निचले हिस्से या Pelvic (श्रोणि) में तेज, फैलने वाला दर्द है, तो ध्यान पूरी तरह से वात को शांत करने पर केंद्रित है।

- **सहचर तेल:** pelvic (श्रोणि) क्षेत्र में होने वाले गंभीर तंत्रिका दर्द और मांसपेशियों के दर्द को कम करने में उत्कृष्ट है। यह गर्भाशय की मांसपेशियों को मजबूत बनाता है और मासिक धर्म के रक्त प्रवाह को नियमित करने में मदद करता है।
- **दशमूल तैल:** दस शक्तिशाली सूजनरोधी जड़ों से तैयार किया गया, यह शरीर को गहराई से आराम देता है और श्रोणि की जकड़न, एंटन और पुराने पीठ दर्द को दूर करने में अत्यधिक प्रभावी है।

2. ऊतक वृद्धि, आसंजन (ADHESION) और सिस्ट के लिए (कफ प्रधान)

(For tissue growth, adhesion, and cyst (Kapha dominant))

यदि आपके एंडोमेट्रियोसिस के कारण स्पष्ट एंडोमेट्रियोमा (चॉकलेट सिस्ट) , घने निशान ऊतक, या **Adhesion** (आसंजन) हो रहे हैं जो आंतरिक अवरोध पैदा करते हैं, तो "स्क्रैपिंग" (लेखन) तेलों का उपयोग किया जाता है।

- **दशमूल त्रिवृत्त तैल:** यह दशमूल की सूजनरोधी शक्ति को त्रिवृत्त के साथ मिलाता है, जो असामान्य ऊतक वृद्धि को सुखाने और तोड़ने में मदद करने के लिए एक शक्तिशाली चैनल-क्लीयरिंग एजेंट के रूप में कार्य करता है।
- **एरंड तैल (औषधीय एरंड का तेल) :** यह एक अत्यधिक प्रवेशक (सूक्ष्म) तेल है जो गहरे ऊतकों में रुकावटों को तोड़ने, कठोर आसंजनों को नरम करने और आंत्र एंडोमेट्रियोसिस से जुड़े अनियमित मल त्याग को नियमित करने की अपनी अनूठी क्षमता के लिए जाना जाता है।

3. सूजन, जलन वाले दर्द और अत्यधिक रक्तस्राव के लिए (पित्त प्रधान)

यदि आपकी स्थिति में अत्यधिक रक्तस्राव (मेनोरेजिया) , पेट में जलन वाला दर्द या प्रणालीगत सूजन शामिल है, तो पित्त को संतुलित करने के लिए शीतलक तेलों का चयन किया जाता है।

- **चंदनबला लक्ष्मी तेल:** चंदन और बाला युक्त एक बेहद ठंडक देने वाला मिश्रण। यह आंतरिक जलन को शांत करता है, रक्त में अतिरिक्त गर्मी को कम करता है और मासिक धर्म के दौरान होने वाले अत्यधिक रक्तस्राव को नियंत्रित करने में सहायक होता है।
- **क्षीरबला तेल:** दूध और बाला से तैयार किया गया यह तेल क्षतिग्रस्त ऊतकों को गहन पोषण प्रदान करता है, साथ ही साथ शरीर में होने वाली सूजन और पित्त संबंधी अतिसंवेदनशीलता को भी दूर रखता है।

4. सामान्य प्रबंधन के लिए मानक आधार

- **तिल का तेल:** यदि विशेष औषधीय जड़ी-बूटी वाले तेल उपलब्ध न हों, तो शुद्ध तिल का तेल सर्वव्यापी विकल्प है। इसके प्राकृतिक तापीय, सूक्ष्म और स्थिरकारी गुण इसे आंतों के भीतर सीधे अपान वात को संतुलित करने में अत्यधिक प्रभावी बनाते हैं।

तेलों की तुलनात्मक सारांश

औषधीय तेल	प्राथमिक लक्षण लक्ष्य	मुख्य आयुर्वेदिक क्रिया
सहचर तैल	मासिक धर्म के दौरान तेज ऐंठन और श्रोणि में दर्द	नसों के दर्द से राहत देता है, रक्त प्रवाह को नियंत्रित करता है
दशमूल तैल	श्रोणि में गहरी जकड़न और पीठ दर्द	शक्तिशाली सूजनरोधी और वात को शांत करने वाला।
दशमूल त्रिवृत तैल	एंडोमेट्रियोमा, सिस्ट और घने आसंजन	गहरी जड़ों में जमे हुए ट्यूमर को खुरचकर साफ करता है
एंड तैल	घाव के निशान, आंत्र एंडोमेट्रियोसिस, कब्ज	यह गहराई तक प्रवेश करके ऊतक के टुकड़ों को द्रवीकृत कर देता है।
चंदनबला लक्ष्मी तैल	अत्यधिक रक्तस्राव और आंतरिक जलन	शीतलता प्रदान करता है, रक्तस्राव को नियंत्रित करता है, पित्त को शांत करता है।
तिल तैल	सामान्य रखरखाव और निवारक देखभाल	बुनियादी, वात को गर्म करने वाला पैसिफायर

महत्वपूर्ण नैदानिक विचार

- **मात्रा:** मात्रा वस्ति के लिए एक वयस्क की खुराक आमतौर पर **60 मिलीलीटर से 72 मिलीलीटर** के बीच होती है।
- **समय:** इसे आमतौर पर मासिक धर्म समाप्त होने के तुरंत बाद प्रतिदिन या एक दिन छोड़कर दिया जाता है, लेकिन **सक्रिय मासिक धर्म रक्तस्राव के दौरान कभी नहीं** दिया जाना चाहिए।
- **प्रशासन:** यह चिकित्सा अत्यंत व्यक्तिगत है। तेलों का चयन और तैयारी हमेशा किसी प्रमाणित आयुर्वेदिक
- चिकित्सक की देखरेख में ही की जानी चाहिए, ताकि तीव्र बुखार या सक्रिय आंतों के संक्रमण जैसी विशिष्ट समस्याओं का आकलन किया जा सके।



CHOCOLATE CYST

Chocolate Cyst

मेनोपॉज के बाद चॉकलेट सिस्ट or एंडोमेट्रोमास कोई ज्यादा महत्व नहीं है अगर महिलाएं हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरपी के रही होती है तब खतरा बढ़ जाता है या चॉकलेट सिस्ट का आकार कभी बढ़ा हो तब..

रजोनिवृत्ति (मेनोपॉज) के बाद चॉकलेट सिस्ट में कैंसर

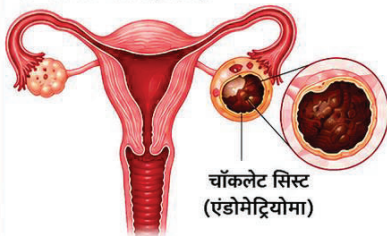
रजोनिवृत्ति के बाद चॉकलेट सिस्ट और कैंसर का जोखिम=====>>>>>

चॉकलेट सिस्ट (एंडोमेट्रियोमा) और कैंसर का जोखिम

आम तौर पर यह गैर-कैंसरयुक्त होता है, लेकिन कुछ स्थितियों में जोखिम बढ़ सकता है।

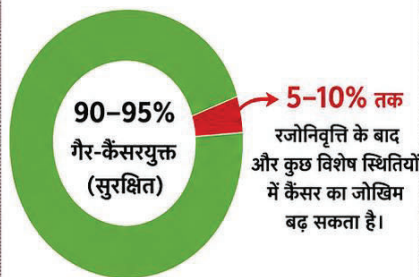
चॉकलेट सिस्ट क्या है?

चॉकलेट सिस्ट, जिसे एंडोमेट्रियोमा कहा जाता है, एक प्रकार का ओवेरियन सिस्ट है जो एंडोमेट्रियोसिस के कारण होता है। इसमें पुराना खून जमा होता है, जो चॉकलेट जैसा दिखता है।



चॉकलेट सिस्ट
(एंडोमेट्रियोमा)

क्या यह कैंसरयुक्त होता है?



सिस्ट के आकार के अनुसार जोखिम

< 5 सेमी
कम जोखिम



अधिकांश गैर-कैंसरयुक्त
नियमित फॉलो-अप पर्याप्त

5 - 7 सेमी
मध्यम जोखिम



ध्यानपूर्वक निगरानी आवश्यक
USG हर 3-6 महीने

> 7 सेमी
अधिक जोखिम



Neoplasm की संभावना बढ़ती है
सर्जिकल मूल्यांकन पर विचार करें

≥ 9 सेमी
उच्च जोखिम
(Neoplasm Nature की ओर)



दुर्लभ लेकिन कैंसर का जोखिम बढ़ा हुआ
सर्जरी और हिस्टोपैथोलॉजी आवश्यक

कैंसर के जोखिम को बढ़ाने वाले मानदंड



उम्र (Age)

रजोनिवृत्ति के बाद की महिलाओं में
कैंसर का जोखिम अधिक होता है।



सिस्ट का आकार (Size of Cyst)

- < 5 सेमी: आमतौर पर कम जोखिम
- 5-7 सेमी: मध्यम जोखिम
- > 7 सेमी: अधिक जोखिम
- ≥ 9 सेमी: कैंसर (Neoplasm) की ओर
दुर्लभ लेकिन संभावित



सिस्ट की संरचना (Nature of Cyst)

- ठोस भाग (Solid areas), पपिलेशन (Papillation),
अनियमित दीवारें (irregular walls) – जोखिम संकेत।



रजोनिवृत्ति के बाद की स्थिति

- पोस्टमेनोपॉजल महिलाओं में जोखिम अधिक।

निष्कर्ष

- अधिकांश चॉकलेट सिस्ट गैर-कैंसरयुक्त होते हैं।
- रजोनिवृत्ति के बाद और बड़े आकार (>7 सेमी, विशेषकर ≥9 सेमी) में कैंसर का जोखिम बढ़ सकता है।
- समय पर जांच, नियमित फॉलो-अप और सही उपचार से जटिलताओं से बचा जा सकता है।

सुझाव

- रजोनिवृत्ति के बाद या बड़े सिस्ट में लापरवाही न करें।
- नियमित USG और CA-125 टेस्ट करवाएं।
- अपने स्त्रीरोग विशेषज्ञ से परामर्श कर उचित उपचार लें।

अधिकांश चॉकलेट सिस्ट (या एंडोमेट्रियोमा) कैंसरयुक्त नहीं होते हैं। हालांकि, एंडोमेट्रियोमा के साथ रजोनिवृत्ति के बाद की महिलाओं में, कैंसर में बदलने का जोखिम थोड़ा बढ़ जाता है। कैंसर के खतरे का आकलन करने में मदद करने वाले मानदंड इस प्रकार हैं:

उम्र: अधिक उम्र, विशेष रूप से रजोनिवृत्ति के बाद की स्थिति, कैंसर के जोखिम को बढ़ा सकती है।

सिस्ट का आकार: आमतौर पर, 5 सेमी से कम के छोटे अधिकांश तह किसी कोई जोखिम नहीं है जबकि बड़े सिस्ट (जैसे 7 सेमी या 9 सेमी से अधिक) में जोखिम अधिक होता है। 9 cm वाले चॉकलेट सिस्ट Neoplasm नेचर के ओर रेयरेस्ट मालिगनेंट होते हैं

लक्षण: अगर चॉकलेट सिस्ट में दर्द या अन्य लक्षण पैदा होते हैं, तो यह मूल्यांकन के लिए एक संकेत हो सकते हैं

- **बढ़ता हुआ आकार:** फॉलो-अप सोनोग्राफी के दौरान सिस्ट के आकार में वृद्धि चिंता का विषय है।
- **नियोप्लाज्म (ट्यूमर) के मानदंड**

रजोनिवृत्ति के बाद सिस्ट में नियोप्लाज्म की संभावना का पता लगाने के लिए डॉक्टर कुछ विशिष्ट मानदंडों का उपयोग करते हैं। इन मानदंडों में इमेजिंग और रक्त परीक्षण शामिल हैं:

अल्ट्रासाउंड विशेषताएं: अल्ट्रासाउंड (अल्ट्रासोनोग्राफी) पर सिस्ट की विशेषताओं को देखते हैं, जैसे:

सिस्ट की बनावट (ठोस या तरल पदार्थ से भरी हुई)

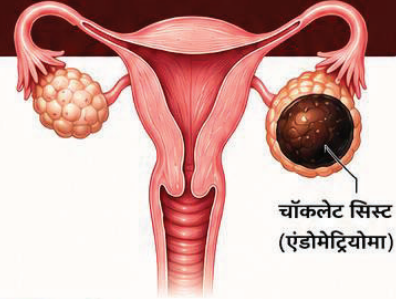
सिस्ट में कोई ठोस हिस्सा या उभार (नोड्यूल)

सिस्ट की दीवार की मोटाई या अनियमितता आदि मापक है

अंडाशय (Ovary) में बनने वाली चॉकलेट सिस्ट (एंडोमेट्रियोमा) के उपचार में विरेचन कर्म (चिकित्सीय विरेचन)

चॉकलेट सिस्ट (एंडोमेट्रियोमा) के उपचार में विरेचन कर्म (चिकित्सीय विरेचन) अत्यंत प्रभावी होता है क्योंकि यह इसके मूल कारणों को दूर करता है: रक्त का दूषित होना, पित्त का असंतुलन और वात-कफ अवरोध। चॉकलेट सिस्ट का पारंपरिक उपचार ग्रंथि (गांठदार वृद्धि), विद्रधि (फोड़ा) और रक्तपाचन (रक्त शुद्धिकरण) के सिद्धांतों पर आधारित है।

इस स्थिति के लिए उपयोग की जाने वाली विशिष्ट विरेचन औषधियाँ (मूद्र विरेचन) को उनके प्रभाव के अनुसार नीचे वर्गीकृत किया गया है:



1. प्राथमिक विरेचन द्रव्य (मुख्य विरेचक)

इन औषधियों को मुख्य विरेचन प्रक्रिया (प्रधान कर्म) के दिन चिकित्सीय शुद्धि के लिए दिया जाता है:

त्रिवृत लेहय / त्रिवृत चूर्ण



- Pelvic Organ Disease (श्रोणि संबंधी विकारों) के लिए सर्वोत्तम उपचार (सुख विरेचन)।
- ऑपरकूलिना टरपेधम से प्राप्त यह चूर्ण, गंभीर निर्जलीकरण पैदा किए बिना रक्त और पित्त के अवरोध को प्रभावी ढंग से दूर करता है।

अविपत्तिकर चूर्ण



- यह चूर्ण अक्सर तब चुना जाता है जब रोगी को अति अम्लता, गंभीर पित्त असंतुलन या हल्का कब्ज हो।
- यह एक सौम्य लेकिन संपूर्ण शरीर की सफाई करता है।

एरंड का तेल



- वात-कफ को शांत करने और सोतशोधन (तंत्रों की सफाई) के लिए अत्यंत मूल्यवान माना जाता है।
- Pelvic Organs Disease (श्रोणि संबंधी समस्याओं) में, यह नित्य विरेचन (दैनिक हल्का रेचक) के रूप में या मुख्य विरेचन के भाग के रूप में कार्य करता है।

दंती हरीतकी / दंती अवलेह



- यदि चॉकलेट सिस्ट बड़ी है और पुरानी कफ या ग्रंथि कठोरता के साथ है तो एक मजबूत (तीक्ष्ण) रेचक प्रभाव के लिए उपयोग किया जाता है।

2. स्नेहपान औषधियाँ (विरेचन से पहले की तैयारी के लिए तेल)

मुख्य विरेचक दवा देने से पहले, Pelvic (श्रोणि) के गहरे ऊतकों से विषाक्त पदार्थों (दोषों) को ढीला करने के लिए आंतरिक स्नेहन (स्नेहपान) करना आवश्यक है।

सुकुमार घृत



- विशेष रूप से स्त्री रोग संबंधी विकारों (योनि रोग), गंभीर सुजन और गांठों के लिए तैयार किया गया है।
- यह वात को संतुलित करता है और स्वस्थ Tissue Metabolism (ऊतक चयापचय) को नियंत्रित करता है।

पंच तित्त घृत गुग्गुलु



- इसमें तित्त स प्रधान जड़ी-बूटियों भरपूर मात्रा में होती हैं जिनमें गहन लेखन (खुरचना) और सुजनरोधी गुण होते हैं,
- जो चॉकलेट सिस्ट की रेशंदार दीवार को तोड़ने के लिए आदर्श हैं।

फल घृत



- इसका उपयोग मुख्य रूप से तब किया जाता है जब चॉकलेट सिस्ट के कारण प्राथमिक या माध्यमिक बांझपन की समस्या उत्पन्न हुई हो,
- और यह अंडाशय के स्वास्थ्य में सहायक होता है।

3. विरेचनोत्तर सहायता (शमन औषधि)

पाचन तंत्रव की सफाई हो जाने के बाद, चॉकलेट सिस्ट की पुनरावृत्ति को रोकने के लिए विशेष प्रकार के खुरचने और शुद्ध करने वाले पदार्थों का प्रयोग किया जाता है:

कंचनार गुग्गुलु



- अपनी शक्तिशाली लेखन (खुरचना) और कफ-हर क्रियाओं के कारण ग्रंथियों (सिस्ट या ट्युमर) को सिकोड़ने के लिए यह सर्वोत्कृष्ट शास्त्रीय विकल्प है।

वरुणादि कषाय



- यह शरीर के गहरे ऊतकों में जमे अवरोधों (ग्रोतो-अवरोध) को दूर करता है
- और श्रोणि की सुजन संबंधी स्थितियों का प्रबंधन करता है।

चंद्रप्रभा वटी



- संपूर्ण जननांग-मूत्र मार्ग को नियंत्रित करती है,
- दीर्घकालिक श्रोणि दर्द को कम करती है और स्थानीय वात को संतुलित करती है।

Ovary (अंडाशय) में बनने वाली चॉकलेट सिस्ट (एंडोमेट्रियोमा) के उपचार में विरेचन कर्म (चिकित्सीय विरेचन) अत्यंत प्रभावी होता है क्योंकि यह इसके मूल कारणों को दूर करता है: रक्त का दूषित होना, पित्त का असंतुलन और वात-कफ अवरोध। चॉकलेट सिस्ट का पारंपरिक उपचार ग्रंथि (गांठदार वृद्धि), विद्रधि (फोड़ा) और रक्तपाचन (रक्त शुद्धिकरण) के सिद्धांतों पर आधारित है। इस स्थिति के लिए उपयोग की जाने वाली विशिष्ट विरेचन औषधियों (मृदु विरेचन) को उनके प्रभाव के अनुसार नीचे वर्गीकृत किया गया है:

1. प्राथमिक विरेचन द्रव्य (मुख्य विरेचक) इन औषधियों को मुख्य विरेचन प्रक्रिया (प्रधान कर्म) के दिन चिकित्सीय शुद्धि के लिए दिया जाता है:

त्रिवृत लेह्यम / त्रिवृत चूर्ण: Pelvic Organ Disease (श्रोणि संबंधी विकारों) के लिए सर्वोत्तम उपचार (सुख विरेचन)। ऑपरकुलिना टरपेथम से प्राप्त यह चूर्ण, गंभीर निर्जलीकरण पैदा किए बिना रक्त और पित्त के अवरोध को प्रभावी ढंग से दूर करता है।

अविपत्तिकर चूर्ण: यह चूर्ण अक्सर तब चुना जाता है जब रोगी को अति अम्लता, गंभीर पित्त असंतुलन या हल्का कब्ज हो। यह एक सौम्य लेकिन संपूर्ण शरीर की सफाई करता है।

एंड का तेल: वात-कफ को शांत करने और स्रोतशोधन (तंत्रों की सफाई) के लिए अत्यंत मूल्यवान माना जाता है। Pelvic Organs Disease (श्रोणि संबंधी समस्याओं) में, यह नित्य विरेचन (दैनिक हल्का रेचक) के रूप में या स्थानीयकृत वात अवरोध को दूर करने के लिए मुख्य विरेचन के भाग के रूप में कार्य करता है।

दंती हरीतकी / दंती अवलेह: यदि चॉकलेट सिस्ट बड़ी है और पुरानी कफ या ग्रंथी कठोरता के साथ है तो एक मजबूत (तीक्ष्ण) रेचक प्रभाव के लिए उपयोग किया जाता है।

2. स्नेहपान औषधियाँ (विरेचन से पहले की तैयारी के लिए तेल) मुख्य विरेचक दवा देने से पहले, Pelvic (श्रोणि) के गहरे ऊतकों से विषाक्त पदार्थों (दोषों) को ढीला करने के लिए आंतरिक स्नेहन (स्नेहपान) करना आवश्यक है।

सुकुमार घृत: विशेष रूप से स्त्री रोग संबंधी विकारों (योनि रोग), गंभीर सूजन और गांठों के लिए तैयार किया गया है। यह वात को संतुलित करता है और स्वस्थ Tissue Metabolism (ऊतक चयापचय) को नियंत्रित करता है।

पंच तिक्त घृत गुग्गुलु: इसमें तिक्त रस प्रधान जड़ी-बूटियाँ भरपूर मात्रा में होती हैं जिनमें गहन लेखन (खुरचना) और सूजनरोधी गुण होते हैं, जो चॉकलेट सिस्ट की रेशेदार दीवार को तोड़ने के लिए आदर्श हैं।

फल घृत: इसका उपयोग मुख्य रूप से तब किया जाता है जब चॉकलेट सिस्ट के कारण प्राथमिक या माध्यमिक बांझपन की समस्या उत्पन्न हुई हो, और यह अंडाशय के स्वास्थ्य में सहायक होता है।

3. विरेचनोत्तर सहायता (शमन औषधि) पाचन तंत्र की सफाई हो जाने के बाद, चॉकलेट सिस्ट की पुनरावृत्ति को रोकने के लिए विशेष प्रकार के खुरचने और शुद्ध करने वाले पदार्थों का प्रयोग किया जाता है:

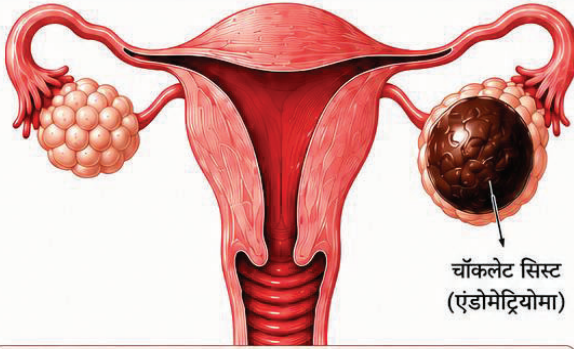
कंचनार गुग्गुलु: अपनी शक्तिशाली लेखन (खुरचना) और कफ-हर क्रियाओं के कारण ग्रंथियों (सिस्ट या ट्यूमर) को सिकोड़ने के लिए यह सर्वोत्कृष्ट शास्त्रीय विकल्प है।

वरुणादि कषाय: यह शरीर के गहरे ऊतकों में जमे अवरोधों (स्रोतो-अवरोध) को दूर करता है और श्रोणि की सूजन संबंधी स्थितियों का प्रबंधन करता है।

चंद्रप्रभा वटी: संपूर्ण जननांग-मूत्र मार्ग को नियंत्रित करती है, दीर्घकालिक श्रोणि दर्द को कम करती है और स्थानीय वात को संतुलित करती

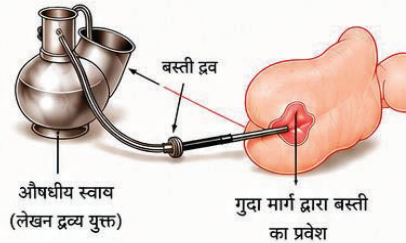
८५

Chocolate Cyst (Endometrioma) और लेखन बस्ती चिकित्सा



चॉकलेट सिस्ट (एंडोमेट्रियोमा) – यह एंडोमेट्रियोग जैसा उत्तक का वृद्धि होकर ओवरी में सिस्ट (गॉठ) बनाता है जिसमें पुराना रक्त (चॉकलेट जैसा द्रव) भर जाता है।

लेखन बस्ती देने की विधि (संकल्पना चित्र)



लेखन बस्ती चिकित्सा एक विशेष आयुर्वेदिक औषधीय एनीमा थेरेपी है जिसमें (लेखन) के गुणों का उपयोग किया जाता है और उपचार दृष्टिकोण और तंत्र

- **खुरचना क्रिया (लेखन):** असामान्य उत्तक वृद्धि या गहरे बैठे दोषों को लक्षित करके कम करने के लिए स्वाथा द्रव्यों का उपयोग किया जाता है।
- **मुख्य सामग्रीयाँ:** शहद, सेंधा नमक, क्षारीय पदार्थ (यवक्षार) एवं विशिष्ट कड़वे-तीखे काढ़े आदि।
- **संबंधित उपचार:** अक्सर आंतरिक दवाओं (शमन चिकित्सा) और उतर बस्ती जैसी स्थानीय प्रक्रियाओं के साथ संयुक्त रूप से किया जाता है।
- **नैदानिक विचार:** जटिल या बड़े चॉकलेट सिस्ट में फटने, आंतरिक रक्तस्राव या गंभीर Adhesion का खतरा होता है।

नैदानिक विचार (एंडोमेट्रियोमा)

- **जटिल सिस्ट:** जटिल या बड़े चॉकलेट सिस्ट में फटने, आंतरिक रक्तस्राव या गंभीर Adhesion का खतरा होता है।
- **बांझापन, दर्द, पीरियड में अधिक दर्द और संभोग में दर्द का कारण बनता है।**
- **आयुर्वेदिक दृष्टि:** वात प्रमुख विकार, रक्तदुष्टि, आम, संचिवात, ग्रंथि वृद्धि के कारण यह रोग उत्पन्न होता है।
- **निदान:** अल्ट्रासाउंड, MRI, CA-125 आदि सहायक होते हैं।

लेखन बस्ती के लाभ

- ✓ दोषों का शमन
- ✓ असामान्य उत्तक वृद्धि में कमी
- ✓ सूजन और Adhesion में कमी
- ✓ दर्द और मासिक धर्म विकारों में राहत
- ✓ प्रजनन क्षमता में सुधार
- ✓ सिस्ट के आकार में कमी/नियंत्रण

चूर्ण द्रव्यों की सूची (अलग से)

1. शतावरी चूर्ण	2 – 3 gm
2. अशोक चूर्ण	2 – 3 gm
3. शत पुष्प (सोया) चूर्ण	2 – 3 gm
4. उलट कंबल चूर्ण	2 – 3 gm
5. लोधा चूर्ण	2 – 3 gm
6. उलटकंबल चूर्ण	2 – 3 gm

उपरोक्त सभी चूर्ण द्रव्यों को आपस में उचित मात्रा में मिलाकर 3 से 5 gm की मात्रा सुबह-शाम निम्न आसव के साथ लें।

अन्य औषधीय दवाएं (अलग से)

1. रक्त पाचक गोलीयाँ	2-2 गोली	दो बार
2. मांस पाचक गोलीयाँ	2-2 गोली	दो बार
3. कैशोर गुग्गुलू	2 गोली	दो बार
4. वृद्धिवाधिक बटी	2-2 गोली	तीन बार
5. शूल बर्जनी बटी	2 गोली	सुबह-शाम
6. पंच तिक घृत गुग्गुलू	2 गोली	सुबह-शाम

निम्न आसव के साथ सेवन विधि (चूर्ण द्रव्य के लिए)



1. अशोकरिष्ट
15 ml
पानी के साथ
दिन में 2 बार



2. पत्रगासव
15 ml
पानी के साथ
दिन में 2 बार

समुचित आयुर्वेदिक चिकित्सा, आहार-विहार और नियमित दिनचर्या से चॉकलेट सिस्ट (एंडोमेट्रियोमा) में प्रभावी लाभ प्राप्त किया जा सकता है।

Chocolate Cyst (Endometrioma)

लेखन वस्ति चिकित्सा एक विशेष आयुर्वेदिक औषधीय एनीमा थेरेपी है जिसमें (लेखन) के गुणों का उपयोग किया जाता है और

उपचार दृष्टिकोण और तंत्र खुरचना क्रिया (लेखन) : इसमें असामान्य ऊतक वृद्धि या गहरे बैठे दोषों को लक्षित करके कम करने के लिए क्वाथ द्रव्यों का उपयोग किया जाता है।

मुख्य सामग्रियां: इनमें आमतौर पर शहद, सेंधा नमक, क्षारीय पदार्थ (यवक्षार) और विशिष्ट कड़वे-तीखे काढ़े शामिल होते हैं।

संबंधित उपचार: अक्सर आंतरिक दवाओं (शमन चिकित्सा) और उत्तर बस्ती जैसी स्थानीय प्रक्रियाओं के साथ संयुक्त रूप से किया जाता है

नैदानिक विचारजटिल सिस्ट: जटिल या बड़े चॉकलेट सिस्ट में फटने, आंतरिक रक्तस्राव या गंभीर Adhesion का खतरा होता है,

अन्य सहायक औषधीय

रक्त पाचक गोलियां 2-2 गोली दो बार

मांस पाचक गोलियां 2-2 गोली दो बार

कैशोर गूगलू 2 -2 गोली दो बार

वृद्धिवाधिक वटी 2 -2 तीन बार

शूल वर्जनी वटी 2 -2 गोली सुबह शाम

पंच तिक्त घृत गुग्गलू 2 -2 गोली सुबह शाम

चूर्ण द्रव्य

शतावरी चूर्ण 2 - 3 gm

अशोक चूर्ण 2-3 gm

शतपुष्पा (सोया) 2 -3 gm

उलट कम्बल 2-3 gm

लोध्र चूर्ण 2-3 gm

उलटकम्बल चूर्ण 2-3 gm

उपरोक्त सभी द्रव्यों को आपस में उचित मात्रा में मिलकर 3 gm की मात्रा सुबह शाम निम्न आसव के साथ ले

अशोकरिष्ट

15 ml पानी के साथ दो बार

पत्रगासव

15 ml पानी के साथ दो बार





FIBROID UTERUS

Fibroid Uterus

Fibroid Uterus Always Non Cancerous Benign Growth (Any Size) और Estrogen प्रमुख हार्मोन है जो गर्भाशय फाइब्रॉएड (Uterus fibroid) के बढ़ने का कारण बनते है फाइब्रॉएड में गर्भाशय ऊतक (Uterus Tissue) की तुलना में अधिक एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टेरोन (Receptor) होते हैं, जिससे वे इन हार्मोनों के प्रति अधिक संवेदनशील हो जाते हैं। इसी कारण फाइब्रॉएड period Women Age के समय बढ़ते हैं, और रजोनिवृत्ति के बाद जब हार्मोन का स्तर कम हो जाता है, तो सिकुड़ जाते हैं।

एस्ट्रोजन फाइब्रॉएड को कैसे प्रभावित करता है

- **विकास को प्रोत्साहित करता है:** एस्ट्रोजन मासिक धर्म चक्र के दौरान गर्भाशय की परत के विकास को उत्तेजित करता है, और यह फाइब्रॉएड के विकास को भी बढ़ावा देता है।
- **रिसेप्टर संवेदनशीलता:** फाइब्रॉएड में सामान्य गर्भाशयी मांसपेशी कोशिकाओं की तुलना में एस्ट्रोजन के लिए अधिक रिसेप्टर्स होते हैं, जो उन्हें हार्मोन के विकास-प्रवर्तक प्रभावों के प्रति अधिक संवेदनशील बनाता है।
- **हार्मोनल उतार-चढ़ाव:** फाइब्रॉएड अक्सर उच्च एस्ट्रोजन की अवधि के दौरान बड़े हो जाते हैं, जैसे कि गर्भावस्था, और रजोनिवृत्ति के बाद जब एस्ट्रोजन का स्तर गिर जाता है तो सिकुड़ जाते हैं।
- **एस्ट्रोजन प्रभुत्व से संभावित संबंध:** कुछ सिद्धांतों से पता चलता है कि एस्ट्रोजन प्रभुत्व, एक ऐसी स्थिति जहां एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टेरोन जैसे अन्य हार्मोनों के बीच असंतुलन होता है, फाइब्रॉएड के विकास और वृद्धि में योगदान कर सकतसकते है

Why does excessive bleeding occur when there is uterine fibroid?

फाइब्रॉइड वाले गर्भाशय में अत्यधिक मासिक रक्तस्राव (Heavy Menstrual Bleeding) मुख्यतः इसलिए होता है क्योंकि **फाइब्रॉइड गर्भाशय की सामान्य संकुचन (Contraction) करने की क्षमता में बाधा उत्पन्न करते हैं।** सामान्य स्थिति में गर्भाशय के संकुचन रक्त वाहिकाओं को दबाकर (Compress करके) मासिक धर्म के दौरान रक्तस्राव को नियंत्रित करते हैं। जब फाइब्रॉइड इस प्रक्रिया को प्रभावित करते हैं, तो रक्तस्राव अधिक मात्रा में और लंबे समय तक हो सकता है।

फाइब्रॉइड वाले गर्भाशय में रक्तस्राव का तंत्र

(Mechanism of Bleeding in Fibroid Uterus)

1. गर्भाशय के संकुचन में कमी (Impaired Contractions)

विशेषकर Intramural (गर्भाशय की मांसपेशी की परत के भीतर) तथा Submucosal (गर्भाशय की भीतरी परत के ठीक नीचे) स्थित फाइब्रॉइड गर्भाशय की सामान्य संकुचन क्षमता को कम कर देते हैं। परिणामस्वरूप गर्भाशय की रक्त वाहिकाएँ पर्याप्त रूप से दब नहीं पातीं, जिससे मासिक धर्म के दौरान अधिक और लंबे समय तक रक्तस्राव होता है।

2. एंडोमेट्रियम की सतह का बढ़ जाना (Increased Surface Area)

विशेषकर **Submucosal Fibroid** गर्भाशय की भीतरी परत (Endometrium) का आकार और सतह क्षेत्र बढ़ा देते हैं। जब मासिक धर्म के समय यह बड़ी सतह झड़ती है, तो सामान्य से अधिक रक्तस्राव होता है।

3. असामान्य रक्त वाहिकाएँ (Abnormal Blood Vessels)

फाइब्रॉइड में अपनी अलग तथा अत्यधिक विकसित रक्त आपूर्ति होती है, जिसमें अनियमित और नाजुक रक्त वाहिकाएँ होती हैं। ये वाहिकाएँ आसानी से फट सकती हैं, जिससे अत्यधिक या मासिक धर्म के बीच भी रक्तस्राव हो सकता है।

4. हार्मोनल एवं आणविक परिवर्तन (Hormonal and Molecular Changes)

फाइब्रॉइड स्थानीय हार्मोनल वातावरण तथा **VEGF (Vascular Endothelial Growth Factor)** जैसे ग्रोथ फैक्टर्स की अभिव्यक्ति को प्रभावित करते हैं। इससे नई रक्त वाहिकाओं का निर्माण बढ़ता है, रक्त प्रवाह अधिक हो जाता है तथा सामान्य रक्त के थक्के (Clotting) बनने की प्रक्रिया प्रभावित होती है, जिससे रक्तस्राव और बढ़ सकता है।

गर्भाशय के संकुचन (Contractions) और दर्द

यद्यपि फाइब्रॉइड रक्तस्राव रोकने वाले सामान्य संकुचनों को बाधित करते हैं, फिर भी वे **दर्दयुक्त एवं तीव्र ऐंठन (Cramping)** उत्पन्न कर सकते हैं। यह दर्द प्रायः बड़े रक्त के थक्कों (Blood Clots) या विशेष रूप से **Pedunculated Fibroid** (डंठल वाले फाइब्रॉइड) को बाहर निकालने के प्रयास के कारण होता है। ये संकुचन सामान्य, समन्वित संकुचन नहीं होते, बल्कि अनियमित और अधिक दर्दयुक्त होते हैं।

सारांश (Summary)

फाइब्रॉइड की उपस्थिति में गर्भाशय सामान्य रूप से संकुचित नहीं हो पाता, जिससे रक्त वाहिकाएँ पर्याप्त रूप से दब नहीं पातीं और अत्यधिक मासिक रक्तस्राव होता है। साथ ही, रोगी को तीव्र एवं दर्दयुक्त ऐंठन भी हो सकती है, जो एक अलग लेकिन संबंधित लक्षण है।

गर्भाशय के फाइब्रॉइड (Uterine Fibroid)

गर्भाशय के फाइब्रॉइड गर्भाशय की मांसपेशियों से बनने वाली गैर-कैंसरयुक्त (Benign) गाँठें होती हैं। इनका आकार बहुत छोटा (लगभग 1 मिमी) से लेकर 20 सेमी या उससे अधिक (तरबूज के आकार तक) हो सकता है।

फाइब्रॉइड का आकार (Size Classification)

1 छोटा फाइब्रॉइड (Small Fibroid)

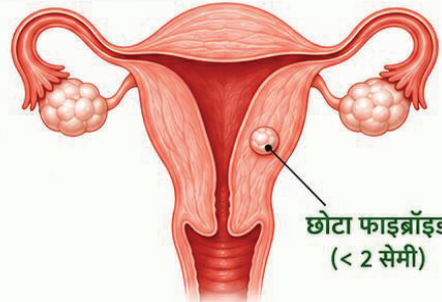
- आकार: 2 सेमी से कम
- उदाहरण: अंगूर (Grape) या चेरी (Cherry) के समान
- विशेषता: बहुत सामान्य, प्रायः कोई लक्षण नहीं होते।



अंगूर (Grape)



चेरी (Cherry)



छोटा फाइब्रॉइड (< 2 सेमी)

2 मध्यम फाइब्रॉइड (Medium Fibroid)

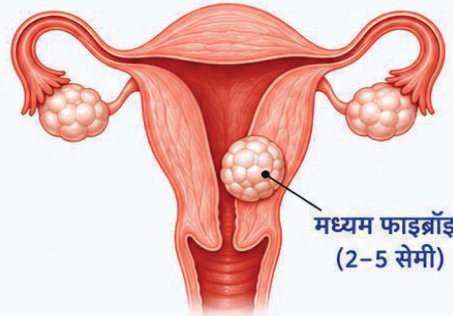
- आकार: 2-5 सेमी
- उदाहरण: आलूबुखारा (Plum) या नींबू (Lime) के समान
- विशेषता: अत्यधिक मासिक रक्तस्राव (Heavy Menstrual Bleeding) तथा श्रोणि (Pelvis) में दबाव या भारीपन उत्पन्न कर सकते हैं।



आलूबुखारा (Plum)



नींबू (Lime)



मध्यम फाइब्रॉइड (2-5 सेमी)

3 बड़ा फाइब्रॉइड (Large Fibroid)

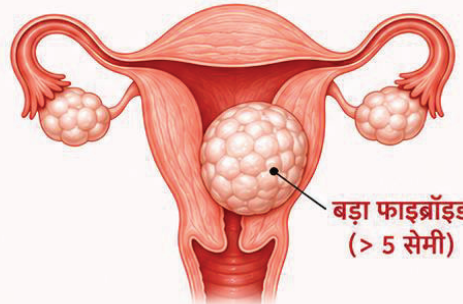
- आकार: 5 सेमी से अधिक
- उदाहरण: संतरा (Orange) या ग्रेपफ्रूट (Grapefruit) के समान
- विशेषता: आसपास के अंगों (जैसे मूत्राशय या आंत) पर दबाव डाल सकते हैं, जिससे पेट फूलना (Bloating), बार-बार पेशाब आना (Frequent Urination) तथा श्रोणि में भारीपन जैसे लक्षण उत्पन्न हो सकते हैं।



संतरा (Orange)



ग्रेपफ्रूट (Grapefruit)



बड़ा फाइब्रॉइड (> 5 सेमी)

गर्भाशय के फाइब्रॉइड गर्भाशय की मांसपेशियों से बनने वाली गैर-कैंसरयुक्त (Benign) गाँठें होती हैं। इनका आकार बहुत छोटा (लगभग 1 मिमी) से लेकर 20 सेमी या उससे अधिक (तरबूज के आकार तक) हो सकता है।

फाइब्रॉइड का आकार (Size Classification)

1. छोटा फाइब्रॉइड (Small Fibroid)

- आकार: 2 सेमी से कम
- उदाहरण: अंगूर (Grape) या चेरी (Cherry) के समान
- विशेषता: बहुत सामान्य, प्रायः कोई लक्षण नहीं होते।

2. मध्यम फाइब्रॉइड (Medium Fibroid)

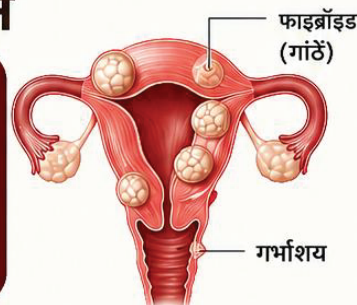
- आकार: 2–5 सेमी
- उदाहरण: आलूबुखारा (Plum) या नींबू (Lime) के समान
- विशेषता: अत्यधिक मासिक रक्तस्राव (Heavy Menstrual Bleeding) तथा श्रोणि (Pelvis) में दबाव या भारीपन उत्पन्न कर सकते हैं।

3. बड़ा फाइब्रॉइड (Large Fibroid)

- आकार: 5 सेमी से अधिक
- उदाहरण: संतरा (Orange) या ग्रेपफ्रूट (Grapefruit) के समान
- विशेषता: आसपास के अंगों (जैसे मूत्राशय या आंत) पर दबाव डाल सकते हैं, जिससे पेट फूलना (Bloating) , बार-बार पेशाब आना (Frequent Urination) तथा श्रोणि में भारीपन जैसे लक्षण उत्पन्न हो सकते हैं।

गर्भाशय फाइब्रॉइड (गर्भाशयगत ग्रंथि) का आयुर्वेदिक प्रबंधन

फाइब्रॉइड को मुख्य रूप से गर्भाशयगत ग्रंथि (गर्भाशय में बंद गांठें या ट्यूमर) या मांसज अर्बुद (सौम्य मांसपेशीय गांठें) से जोड़ा जाता है। आयुर्वेदिक उपचार फाइब्रॉइड के आकार को कम करने, अत्यधिक मासिक धर्म रक्तस्राव को कम करने और बिगड़े हुए कफ और वात दोषों को संतुलित करने पर केंद्रित है।



विशिष्ट आंतरिक औषधि

औषधि जो फाइब्रॉइड को सिकोड़ने और लक्षणों को प्रबंधित करने में नैदानिक प्रभावकारिता प्रदर्शित करती हैं।

कंचनार गुग्गुलु



महत्वपूर्ण औषधि। प्रबल लेखन (खुरचना) और सूजन रोधी गुण होते हैं जो कठोर ग्रंथियों के द्रव्यमान को तोड़ने में सहायक होते हैं।

वरुणादि कषाय और दशमूल कषाय



गर्भाशय ग्रंथि पर विशेष प्रभाव होता है। यह संयोजन कफ दोष को संतुलित करने, चयापचय में सुधार करता है और स्थानीयकृत द्रव एवं ऊतक संचय को कम करता है।

त्रिफलादि योग



रक्त वाहिकाओं को साफ करने, पित्त और कफ को शांत करने और ट्यूमर के अंकुरण का कारण बनने वाले ऊतक अवरोधों को दूर करने में सक्षम।

रक्त पाचक और मांस पाचक गोलिएां



फाइब्रॉइड के आकार को कम करने और लक्षणों के प्रबंधन में सहायक।



विरेचन (चिकित्सीय विरेचन)

शरीर में गहराई में जमे विषाक्त पदार्थों (अमा) को साफ करने, परिसंचारी हार्मोन (एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टेरोन) को विनियमित करने और श्रोणि तल (Pelvic floor) में रक्त वाहिकाओं की रुकावट को दूर करने के लिए उपयोगी।

आयुर्वेदिक उपचार प्रोटोकॉल – कार्यविधि



धात्वागूग्नि मांडय सुधार

ऊतक चयापचय (विशेष रूप से मांसागूग्नि या मांसापेशी ऊतक अग्नि) में सुधार कर असामान्य मांसपेशीय प्रसार को रोकना।



लक्षणात्मक प्रबंधन

रक्तस्राव के सक्रिय चक्रों के दौरान अत्यधिक मासिक धर्म रक्तस्राव को नियंत्रित करने और एमीमिया को रोकने के लिए स्तंभन (रक्तस्राव रोकने वाले) गुणों वाली जड़ी-बूटियों का प्रयोग।

हार्मोनल मॉड्यूलेशन

जीवनशैली से संबंधित तनावों और चयापचय संबंधी त्रुटियों को ठीक करना जो आधुनिक एस्ट्रोजन की अधिकता का कारण बनते हैं।

Uterus (गर्भाशय) के फाइब्रॉइड को मुख्य रूप से **गर्भाशयगत ग्रंथि (गर्भाशय में बंद गांठें या ट्यूमर)** या मांसज अर्बुद (सौम्य मांसपेशीय गांठें) से जोड़ा जाता है। आयुर्वेदिक उपचार फाइब्रॉइड के आकार को कम करने (स्क्रैपिंग या लेखनविधि का उपयोग करके), अत्यधिक मासिक धर्म रक्तस्राव को कम करने और बिगड़े हुए कफ और वात दोषों को संतुलित करने पर केंद्रित हैं।

विशिष्ट आंतरिक औषधि औषधी जो फाइब्रॉइड को सिकोड़ने और लक्षणों को प्रबंधित करने में नैदानिक प्रभावकारिता प्रदर्शित करती हैं।

कंचनार गुग्गुलु: आयुर्वेदिक उपचार केस सीरीज़ में उल्लिखित एक महत्वपूर्ण औषधि। इसमें प्रबल लेखन (खुरचना) और सूजन रोधी गुण होते हैं जो कठोर ग्रंथियों के द्रव्यमान को तोड़ने में सहायक होते हैं।

वरुणादि कषाय और दशमूल कषाय: गर्भाशय ग्रंथी पर विशेष प्रभाव होता है। यह संयोजन कफ दोष को संतुलित करने में मदद करता है, चयापचय में सुधार करता है, और स्थानीयकृत द्रव और ऊतक संचय को कम करता है।

त्रिफलादि योग: एक संभावित यादृच्छिक नियंत्रित अध्ययन में इसकी उन क्षमताओं का मूल्यांकन किया गया है जो रक्त वाहिकाओं को साफ करने, पित्त और कफ को शांत करने और ट्यूमर के अंकुरण का कारण बनने वाले ऊतक अवरोधों को दूर करने में सक्षम हैं।

रक्त पाचक और मांस पाचक : गोलियां का उपयोग

विरेचन (चिकित्सीय विरेचन) : इसका उपयोग शरीर में गहराई में जमे विषाक्त पदार्थों (अमा) को साफ करने, परिसंचारी हार्मोन (एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टेरोन) को विनियमित करने और Pelvic floor (श्रोणि तल) में रक्त वाहिकाओं की रुकावट को दूर करने के लिए किया जाता है।

गर्भाशय फाइब्रॉइड्स की आयुर्वेदिक समीक्षा के अनुसार, उपचार प्रोटोकॉल निम्नलिखित तरीकों से काम करते हैं:

धात्वाग्नि मांड्या सुधार : असामान्य मांसपेशीय प्रसार को रोकने के लिए ऊतक चयापचय (विशेष रूप से मांसाग्नि या मांसपेशी ऊतक अग्नि) में सुधार करना।

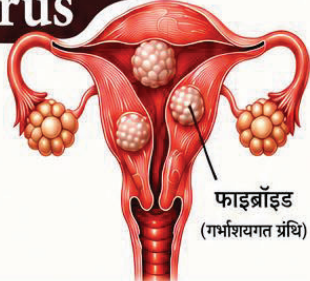
लक्षणात्मक प्रबंधन: रक्तस्राव के सक्रिय चक्रों के दौरान अत्यधिक मासिक धर्म रक्तस्राव को नियंत्रित करने और एनीमिया को रोकने के लिए रक्तस्राव रोकने वाले (स्तंभन) गुणों वाली जड़ी-बूटियों का प्रयोग किया जाता है।

हार्मोनल मॉड्यूलेशन: जीवनशैली से संबंधित तनावों और चयापचय संबंधी त्रुटियों को ठीक करना जो आधुनिक एस्ट्रोजन की अधिकता का कारण बनते हैं।



मात्रा वस्ति इन Fibroid Uterus

Uterus (गर्भाशय) में मौजूद फाइब्रॉइड को **गर्भाशयगत ग्रंथि** (एक नहरी जड़ वाली मांसपेशीय वृद्धि चा गांठ) के रूप में माना जाता है।
वात दोष को संतुलित करने, श्रोणि के दर्द को कम करने और फाइब्रॉइड को सिकोड़ने के लिए मात्रा वस्ति (एक विशेष प्रकार का कम मात्रा वाला, दैनिक औषधीय तेल एनीमा) में विभिन्न औषधीय तेलों (तेल) का उपयोग किया जाता है।



इस स्थिति में मात्रा वस्ति के लिए उपयोग किए जाने वाले विशिष्ट औषधीय तेलों में निम्नलिखित शामिल हैं:

	● शतपुष्पा तैल (Shatpushpa Taila): इसका उपयोग अक्सर हार्मोन को नियंत्रित करने, स्थानीय रक्त प्रवाह में सुधार करने और फाइब्रॉइड से जुड़ी अनियमित मासिक धर्म की समस्या को दूर करने के लिए किया जाता है।	हार्मोन संतुलन में सहायक और मासिक धर्म को नियमित करने में मददगार। 
	● सहचरादि तैल (Sahacharadi Taila): वात को संतुलित करने के लिए जाना जाता है, जो असामान्य उतक वृद्धि का प्राथमिक कारण बनने वाला दोष है।	वात दोष को संतुलित करने में सहायक। 
	● धनवंतर तैल (Dhanvantara Taila): आमतौर पर फाइब्रॉइड के कारण होने वाले गंभीर श्रोणि दर्द और पीठ के निचले हिस्से के दर्द को कम करने के लिए इसका उपयोग किया जाता है।	गंभीर श्रोणि दर्द और पीठ के निचले हिस्से के दर्द में राहत देता है। 
	● एरंड का तैल (कैस्टर ऑयल) (Erand Ka Taila – Castor Oil): कभी-कभी इसका उपयोग गहरे ऊतकों पर इसके हल्के, खुरचने और शुद्ध करने वाले प्रभाव के लिए किया जाता है।	गहरे ऊतकों पर हल्का खुरचने और शुद्ध करने वाला प्रभाव। 
	● दशमूल तैल (Dashamoola Taila): इसका उपयोग अक्सर सूजन कम करने, दर्द से राहत दिलाने और ऐंठनयुक्त संकुचन को कम करने के लिए किया जाता है।	सूजन कम करता है, दर्द से राहत देता है और ऐंठनयुक्त संकुचन को कम करता है। 

यह कैसे काम करता है:



मात्रा वस्ति (औषधीय तेल) मलाशय के माध्यम से

औषधीय तेल अवशोषित होकर सीधे श्रोणि क्षेत्र तक पहुँचते हैं।

- श्रोणि को एक अवरुद्ध पाइप की तरह समझें।
- आयुर्वेद में, फाइब्रॉइड को फंसा हुआ अपशिष्ट पदार्थ माना जाता है।
- ये तेल उस क्षेत्र को चिकनाई प्रदान करते हैं, कठोर ऊतकों (फाइब्रॉइड) को नरम करते हैं और शरीर को अतिरिक्त विषाक्त पदार्थों को प्राकृतिक रूप से बाहर निकालने में मदद करते हैं।



नोट: मात्रा वस्ति हमेशा किसी योग्य आयुर्वेद चिकित्सक की देखरेख में ही करें। रोगी की प्रकृति, दोष स्थिति और लक्षणों के अनुसार तेल का चयन किया जाता है।

Uterus (गर्भाशय) में मौजूद फाइब्रॉइड को गर्भाशयगत ग्रंथि (एक गहरी जड़ वाली मांसपेशीय वृद्धि या गांठ) के रूप में माना जाता है। वात दोष को संतुलित करने, श्रोणि के दर्द को कम करने और फाइब्रॉइड को सिकोड़ने के लिए मात्रा वस्ति (एक विशेष प्रकार का कम मात्रा वाला, दैनिक औषधीय तेल एनीमा) में विभिन्न औषधीय तेलों (तैल) का उपयोग किया जाता है।

इस स्थिति में मात्रा बस्ती के लिए उपयोग किए जाने वाले विशिष्ट औषधीय तेलों में निम्नलिखित शामिल हैं:

- **शतपुष्पा तैल:** इसका उपयोग अक्सर हार्मोन को नियंत्रित करने, स्थानीय रक्त प्रवाह में सुधार करने और फाइब्रॉइड से जुड़ी अनियमित मासिक धर्म की समस्या को दूर करने के लिए किया जाता है।
- **सहचरादि तैल:** वात को संतुलित करने के लिए जाना जाता है, जो असामान्य ऊतक वृद्धि का प्राथमिक कारण बनने वाला दोष है।
- **धनवंतर तैल:** आमतौर पर फाइब्रॉइड के कारण होने वाले गंभीर श्रोणि दर्द और पीठ के निचले हिस्से के दर्द को कम करने के लिए इसका उपयोग किया जाता है।
- **एंड का तेल (कैस्टर ऑयल) :** कभी-कभी इसका उपयोग गहरे ऊतकों पर इसके हल्के, खुरचने और शुद्ध करने वाले प्रभाव के लिए किया जाता है।
- **दशमूल तैल:** इसका उपयोग अक्सर सूजन कम करने, दर्द से राहत दिलाने और ऐंठनयुक्त संकुचन को कम करने के लिए किया जाता है।

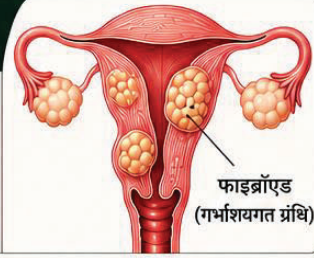
यह कैसे काम करता है:

Pelvic (श्रोणि) को एक अवरुद्ध पाइप की तरह समझें। आयुर्वेद में, फाइब्रॉइड को फंसा हुआ अपशिष्ट पदार्थ माना जाता है। औषधीय तेल मलाशय के माध्यम से अवशोषित होकर सीधे Pelvic (श्रोणि) क्षेत्र तक पहुंचते हैं। ये तेल उस क्षेत्र को चिकनाई प्रदान करते हैं, कठोर ऊतकों (फाइब्रॉइड) को नरम करते हैं और शरीर को अतिरिक्त विषाक्त पदार्थों को प्राकृतिक रूप से बाहर निकालने में मदद करते हैं।

Uterus Fibroid में वस्ति चिकित्सा



Uterine Fibroid गर्भाशय फाइब्रॉइड को आयुर्वेद में 'गर्भाशयगत ग्रंथि' (Garbhashaya Gata Granthi) कहा जाता है। इसे ठीक करने के लिए वस्ति चिकित्सा (Basti therapy) का बहुत महत्व है।



फाइब्रॉइड के इलाज में प्रयोग होने वाले **प्रमुख अनुवासन वस्ति** (Anuvasana Basti - तेल/Sneha आधारित) और **निरुह वस्ति** (Niruha Basti - काढ़ा/Kwatha आधारित) के द्रव्य इस प्रकार हैं:

1. अनुवासन बस्ती (Anuvasana Basti)

यह मुखे लिं से वात दोष को शांत करती है, दर्द को कम करती है और प्रजनन अंगों को पोषण देती है। इसमें **तेल** का उपयोग किया जाता है। आमतौर पर निम्नलिखित तेलों (Oils) का प्रयोग होता है:



- **दशमूल तेल (Dashamoola Taila):**
यह वात को शांत करने और दर्द निवारण के लिए सबसे उत्तम है।



- **धन्वन्तर तेल (Dhanvantara Taila):**
गर्भाशय की मांसपेशियों को मजबूत बनाता है और श्रोणि (Pelvic) क्षेत्र में रक्त के संचार को सामान्य करता है।

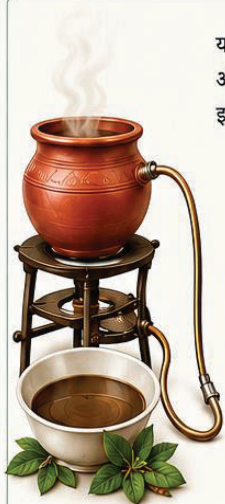


- **सहचरादि तेल (Sahacharadi Taila):**
वात विकारों और पेडू (Pelvic) के दर्द को कम करने में असरदार।



2. निरुह वस्ति (Niruha Basti)

यह कफ और वात दोषों को संतुलित करती है, शरीर से विषाक्त (Toxins) पदार्थों को बाहर निकालती है और फाइब्रॉइड की गांठों को गलाने (Lekhana) में मदद करती है। इसमें **क्वाथ** (Decoction - काढ़े) का प्रयोग होता है। निरुह बस्ती बनाने के मुख्य क्वाथ द्रव्य (Kwatha Dravyas):



- **दशमूल का क्वाथ (Dashamoola Kwatha):**
१० जड़ों का मिश्रण, जो वात और दर्द का नाश करता है।



- **वरुणादि क्वाथ (Varanadi Kwatha):**
कफ-मेद (Fat) का नाश करने और ग्रंथियों को छोटा करने में बहुत प्रभावी है।



- **त्रिफला क्वाथ (Triphala Kwatha):**
पेट की गंदगी साफ करने और हार्मोन को संतुलित करने में मदद करता है।



Uterine Fibroid गर्भाशय फाइब्रॉइड को आयुर्वेद में 'गर्भाशयगत ग्रंथि' (Garbhashaya Gata Granthi) कहा जाता है। इसे ठीक करने के लिए वस्ति चिकित्सा (Basti therapy) का बहुत महत्व है।

फाइब्रॉइड के इलाज में प्रयोग होने वाले प्रमुख **अनुवासन वस्ति (Anuvasana Basti - तेल/Sneha आधारित)** और **निरूह वस्ति (Niruha Basti - काढ़ा/Kwatha आधारित)** के द्रव्य इस प्रकार हैं:

1. अनुवासन वस्ति (Anuvasana Basti)

यह मुख्य रूप से वात दोष को शांत करती है, दर्द को कम करती है और प्रजनन अंगों को पोषण देती है।

इसमें तेल का उपयोग किया जाता है। आमतौर पर निम्नलिखित **तेलों (Oils)** का प्रयोग होता है:

- **दशमूल तेल (Dashamoola Taila)** : यह वात को शांत करने और दर्द निवारण के लिए सबसे उत्तम है।
- **धन्वन्तर तेल (Dhanvantara Taila)** : गर्भाशय की मांसपेशियों को मजबूत बनाता है और श्रोणि (Pelvic) क्षेत्र में रक्त के संचार को सामान्य करता है।
- **सहचरादि तेल (Sahacharadi Taila)** : वात विकारों और पेडू (Pelvic) के दर्द को कम करने में असरदार।

2. निरूह वस्ति (Niruha Basti)

यह कफ और वात दोषों को संतुलित करती है, शरीर से विषाक्त (Toxins) पदार्थों को बाहर निकालती है और फाइब्रॉइड की गांठों को गलाने (Lekhana) में मदद करती है।

इसमें **क्वाथ (Decoction - काढ़े)** का प्रयोग होता है। निरूह बस्ती बनाने के मुख्य **क्वाथ द्रव्य (Kwatha Dravyas)** :

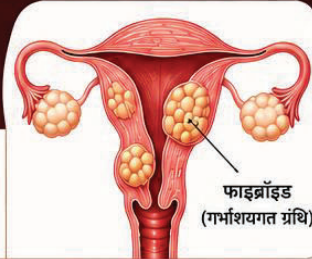
- **दशमूल का क्वाथ (Dashamoola Kwatha)** : १० जड़ों का मिश्रण, जो वात और दर्द का नाश करता है।
- **वरुणादि क्वाथ (Varanadi Kwatha)** : कफ-मेद (Fat) का नाश करने और ग्रंथियों को छोटा करने में बहुत प्रभावी है।
- **त्रिफला क्वाथ (Triphala Kwatha)** : पेट की गंदगी साफ करने और हार्मोन को संतुलित करने में मदद करता है।



उत्तर वस्ती (Uttarbasti)

गर्भाशयगत ग्रंथि (Fibroid) के उपचार में

उत्तर वस्ति (गर्भाशय में सीधे डाला जाने वाला औषधीय तेल) का उद्देश्य ट्यूमर का आकार कम करना, अत्यधिक रक्तस्राव से राहत दिलाना और हार्मोन को संतुलित करना है।



उत्तर वस्ति में उपयोग किए जाने वाले तेल एवं औषधीय द्रव्य

1 क्षार तेल (क्षारीय तेल)



यह सबसे अधिक उपयोग किए जाने वाले तेलों में से एक है। इसमें लेखन (खुरचना) और भेदन (भेदन/तोड़ने) के गुण होते हैं। यह असामान्य रेशेदार ऊतक को घोलने और सिकोड़ने में मदद करता है।

2 कासीसादी तेल



इसका प्रयोग अक्मर क्षार तेल के साथ किया जाता है। यह उष्ण (गर्म तासीर) और तीक्ष्ण (प्रवेश करने वाला) माना जाता है। यह गर्भाशय में रक्त प्रवाह बढ़ाने और विषाक्त पदार्थों को निकालने में सहायक होता है।

3 फल घृत



बनारस हिंदू विश्वविद्यालय जैसे संस्थानों में नैदानिक परीक्षणों में अध्ययन किया गया है जिसका उद्देश्य विशेष रूप से फाइब्रॉइड जैसे कफ-प्रकार के ट्यूमर को लक्षित करना है।

4 कुमारी तैल (एलोवेरा तैल)



कभी-कभी इसका उपयोग सूजनरोधी प्रभावों और प्रजनन पथ में रुकावटों को दूर करने की क्षमता के लिए किया जाता है।

5 मुरीक्षित तिल तेल (औषधीय तिल तेल)



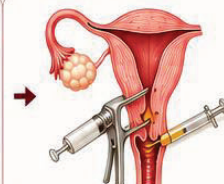
गर्भाशय की परत को आराम देने और प्रक्रिया के दौरान जलन को रोकने के लिए एक आधार तेल के रूप में उपयोग किया जाता है।

यह कैसे काम करता है?

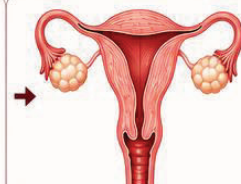
- यह प्रक्रिया आमतौर पर मासिक धर्म के तुरंत बाद की जाती है जब Cervix (गर्भाशय ग्रीवा) स्वाभाविक रूप से खुली होती है।
- तेल गर्भाशय के अंदर स्थानीय रूप से काम करते हैं और फाइब्रॉइड को तोड़ते हैं, सूजन को कम करते हैं और बिना सर्जरी के अत्यधिक रक्तस्राव को रोकते हैं।



फाइब्रॉइड युक्त गर्भाशय



उत्तर वस्ति द्वारा औषधीय तेल गर्भाशय में डाला जाता है



फाइब्रॉइड का आकार कम होना, सूजन में कमी और रक्तस्राव नियंत्रित



फाइब्रॉइड के लिए उत्तर वस्ति (Uttarbasti) (गर्भाशय के अंदर औषधि डालना) सबसे अच्छा उपचार माना जाता है। इसके लिए विशेषज्ञ डॉक्टर विशेष रूप से क्षार तेल (Kshara Taila), अपामार्ग क्षार (Apamarga Kshara) या फाइब्रॉइड कम करने वाले अन्य औषधीय तेलों का इस्तेमाल करते हैं।



(नोट: वस्ति का चुनाव रोगी के शारीरिक दोष (Vata/Pitta/Kapha) और लक्षण (जैसे ब्लीडिंग या दर्द) देखकर डॉक्टर द्वारा तय किया जाता है।)

महत्वपूर्ण बातें



आयुर्वेदिक उपचारों में इस स्थानीय प्रक्रिया को आंतरिक शास्तीत दवाओं (जैसे कंचनारा गुग्गुलु) और विषहरण चिकित्साओं (जैसे विरेचन या पेट साफ करने की विधि) के साथ मिलाकर संपूर्ण शरीर को संतुलित किया जाता है।

आंतरिक सहयोगी उपचार (आम तौर पर साथ में दिए जाते हैं)



कंचनारा गुग्गुलु
(ग्रंथि हर, कफहर, ट्यूमर कम करने वाला)



विरेचन / पेट साफ करने की विधि
(दोषों की शुद्धि और संतुलन के लिए)



अन्य शमन औषधियाँ
(रक्त शोधक, हार्मोन संतुलन और सूजन कम करने के लिए)

3. उत्तर वस्ति (Uttarbasti)

Uterus में फाइब्रॉइड (गर्भाशयगत ग्रंथि) के उपचार के लिए उत्तर वस्ति (गर्भाशय में सीधे डाला जाने वाला औषधीय तेल) का उद्देश्य ट्यूमर का आकार कम करना, अत्यधिक रक्तस्राव से राहत दिलाना और हार्मोन को संतुलित करना है। इसमें उपयोग किए जाने वाले सबसे आम तेल और औषधीय तरल पदार्थ निम्नलिखित हैं:

- **क्षार तेल (क्षारीय तेल)** : यह सबसे अधिक उपयोग किए जाने वाले तेलों में से एक है। इसमें **लेखन** (खुरचना) और **भेदन** (भेदन/तोड़ने) के गुण होते हैं। यह असामान्य रेशेदार ऊतक को घोलने और सिकोड़ने में मदद करता है।
- **कासीसादी तैल**: इसका प्रयोग अक्सर क्षार तैल के साथ किया जाता है। यह उष्ण (**गर्म तासीर**) और तीक्ष्ण (**प्रवेश करने वाला**) माना जाता है। यह गर्भाशय में रक्त प्रवाह बढ़ाने और विषाक्त पदार्थों को निकालने में सहायक होता है।
- **फल घृत** : बनारस हिंदू विश्वविद्यालय जैसे संस्थानों में नैदानिक परीक्षणों में अध्ययन किया गया है जिसका उद्देश्य विशेष रूप से फाइब्रॉइड जैसे कफ-प्रकार के ट्यूमर को लक्षित करना है।
- **कुमारी तैल (एलोवेरा तेल)** : कभी-कभी इसका उपयोग सूजनरोधी प्रभावों और प्रजनन पथ में रुकावटों को दूर करने की क्षमता के लिए किया जाता है।
- **मूर्क्षित तिल तैल (औषधीय तिल का तेल)** : गर्भाशय की परत को आराम देने और प्रक्रिया के दौरान जलन को रोकने के लिए एक आधार तेल के रूप में उपयोग किया जाता है।

यह कैसे काम करता है:

यह प्रक्रिया आमतौर पर मासिक धर्म के तुरंत बाद की जाती है जब Cervix (गर्भाशय ग्रीवा) स्वाभाविक रूप से खुली होती है। तेल गर्भाशय के अंदर स्थानीय रूप से काम करते हैं और फाइब्रॉइड को तोड़ते हैं, सूजन को कम करते हैं और बिना सर्जरी के अत्यधिक रक्तस्राव को रोकते हैं।

फाइब्रॉइड के लिए **उत्तर वस्ति (Uttarbasti)** (गर्भाशय के अंदर औषधि डालना) सबसे अच्छा उपचार माना जाता है। इसके लिए विशेषज्ञ डॉक्टर विशेष रूप से **क्षार तेल (Kshara Taila)**, **अपामार्ग क्षार (Apamarga Kshara)** या फाइब्रॉइड कम करने वाले अन्य औषधीय तेलों का इस्तेमाल करते हैं।

(नोट: वस्ति का चुनाव रोगी के शारीरिक दोष (Vata/Pitta/Kapha) और लक्षण (जैसे ब्लीडिंग या दर्द) देखकर डॉक्टर द्वारा तय किया जाता है।)

महत्वपूर्ण बातें:

आयुर्वेदिक उपचारों में इस स्थानीय प्रक्रिया को आंतरिक शास्त्रोत दवाओं (जैसे कंचनारा गुग्गुलु) और विषहरण चिकित्साओं (जैसे **विरेचन** या पेट साफ करने की विधि) के साथ मिलाकर संपूर्ण शरीर को संतुलित किया जाता है।

Yog basti with Dasmoola taila and Dasmoola kwatha was given

for 8 days for 3 consecutive months. In Fibroid Patient

Example

Table 2: The sequence of basti

Day

Basti type

Basti dravya

Dose

1

Anuvasan basti

Dasmoola taila

120 ml

2

Anuvasan basti

Dasmoola taila

120 ml

3

Niruha basti

Dasmoola kwatha

450 ml

4

Anuvasan basti

Dasmoola taila

120 ml

5

Niruha basti

Dasmoola kwatha

450 ml

6

Anuvasan basti

Dasmoola taila

120 ml

7

Niruha basti

Dasmoola kwatha

450 ml

8

Anuvasan basti

Dasmoola taila

120 ml

Patients get much Better Results then expected



ADENOMYOSIS

Adenomyosis

एडेनोमायोसिस (Adenomyosis) में हार्मोनों की भूमिका

एडेनोमायोसिस (Adenomyosis) मुख्यतः एस्ट्रोजन (Estrogen) पर निर्भर रोग (Estrogen-dependent disease) है। इसके विकास में प्रोजेस्टेरोन (Progesterone) के असंतुलन तथा प्रोजेस्टेरोन प्रतिरोध (Progesterone Resistance) की भी महत्वपूर्ण भूमिका होती है। इन हार्मोनल परिवर्तनों के कारण एंडोमेट्रियल ऊतक (Endometrial Tissue) गर्भाशय की मांसपेशी (Myometrium) के भीतर बढ़ने लगता है, जो इस रोग की प्रमुख विशेषता है।

एस्ट्रोजन (Estrogen) की भूमिका

1. ऊतक की वृद्धि को बढ़ावा देना (Promotes Tissue Growth)

एंडोमायोसिस, एंडोमेट्रियोसिस तथा गर्भाशय के फाइब्रॉइड की तरह एस्ट्रोजन-निर्भर (Estrogen-dependent) रोग है। एस्ट्रोजन गर्भाशय की मांसपेशी (Myometrium) के भीतर स्थित असामान्य एंडोमेट्रियल ऊतक की वृद्धि तथा फैलाव (Invasion) को बढ़ावा देता है।

2. स्थानीय हाइपर-एस्ट्रोजेनिज्म (Local Hyperestrogenism)

अध्ययनों से पता चलता है कि समस्या केवल शरीर में एस्ट्रोजन की अधिक मात्रा नहीं है, बल्कि एडेनोमायोसिस वाले घाव (Lesions) के भीतर स्थानीय स्तर पर एस्ट्रोजन की मात्रा अधिक होती है।

3. एरोमाटेज एंजाइम (Aromatase Enzyme) की अधिक सक्रियता

एडेनोमायोसिस ऊतक में Aromatase एंजाइम की मात्रा अधिक होती है। यह एंजाइम एंड्रोजन (पुरुष हार्मोन) को एस्ट्रोजन में परिवर्तित करता है, जिससे स्थानीय स्तर पर एस्ट्रोजन का निर्माण बढ़ जाता है।

4. एस्ट्रोजन के अपघटन (Metabolism) में कमी

एडेनोमायोसिस ऊतक में ऐसे एंजाइमों की कमी हो सकती है जो सामान्यतः एस्ट्रोजन को निष्क्रिय (Inactive) करते हैं। परिणामस्वरूप एस्ट्रोजन का प्रभाव अधिक समय तक बना रहता है।

5. एस्ट्रोजन रिसेप्टर की संख्या बढ़ना (Increased Estrogen Receptors)

एडेनोमायोसिस से प्रभावित महिलाओं में एंडोमेट्रियम तथा मायोमेट्रियम की कोशिकाओं में Estrogen Receptors की संख्या अधिक हो सकती है। इससे ऊतक एस्ट्रोजन के प्रति अत्यधिक संवेदनशील (Hypersensitive) हो जाता है और उसकी वृद्धि अधिक होती है।

प्रोजेस्टेरोन (Progesterone) की भूमिका

प्रोजेस्टेरोन की भूमिका केवल हार्मोन की कमी नहीं, बल्कि प्रोजेस्टेरोन प्रतिरोध (Progesterone Resistance) से जुड़ी होती है।

1. प्रोजेस्टेरोन प्रतिरोध (Progesterone Resistance)

सामान्य गर्भाशय में प्रोजेस्टेरोन, एस्ट्रोजन के ऊतक-वृद्धि करने वाले प्रभाव को नियंत्रित करता है। लेकिन एंडेनोमायोसिस में असामान्य एंडोमेट्रियल ऊतक के Progesterone Receptors कम हो जाते हैं या ठीक से कार्य नहीं करते।

2. वृद्धि-रोधी प्रभाव में कमी (Impaired Anti-growth Effect)

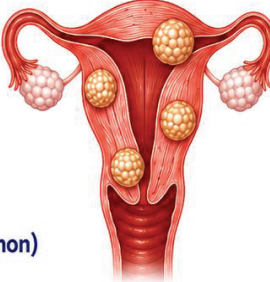
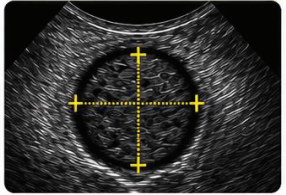
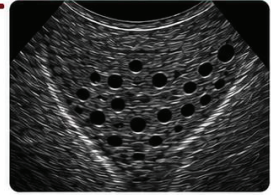
जब प्रोजेस्टेरोन का प्रभाव कम हो जाता है, तब एस्ट्रोजन बिना किसी नियंत्रण के मायोमेट्रियम के भीतर एंडोमेट्रियल ऊतक की वृद्धि को बढ़ावा देता है। यही एंडेनोमायोसिस की प्रगति का प्रमुख कारण माना जाता है।

अन्य हार्मोन एवं कारक (Other Hormones and Factors)

एंडेनोमायोसिस की रोग-क्रिया (Pathophysiology) में अन्य हार्मोन तथा सूजन (Inflammatory) कारकों की भी भूमिका हो सकती है।

प्रोलैक्टिन वह हार्मोन है जो स्तनपान (Breast Milk Production) में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

माना जाता है कि प्रोलैक्टिन, डिम्बग्रंथि (Ovary) से बनने वाले स्टेरॉयड हार्मोनों (Estrogen एवं Progesterone) के साथ मिलकर एस्ट्रोजन के प्रभाव को और अधिक बढ़ा सकता है, जिससे रोग की प्रगति तेज हो सकती है।

FIBROID UTERUS		VS	ADENOMYOSIS				
	FEATURES - Well-defined lump (tumour) - Localized (single or multiple) - Uterus enlarged with irregular contour - Usually painless or mild pain - Heavy menstrual bleeding (common) - Depends on size & location			FEATURES - Not a lump – diffuse infiltration - Diffuse (involves the whole uterus) - Uterus uniformly enlarged (globular) - Painful periods, chronic pelvic pain - Heavy & prolonged menstrual bleeding - More common in women with multiple childbirths			
	ULTRASOUND FEATURES  - Well-defined, round/oval mass - Hypoechoic - Clear borders - May show posterior shadowing WELL-DEFINED FIBROID (LUMP)			ULTRASOUND FEATURES  - Diffuse myometrial thickening - Heterogeneous myometrium - Myometrial cysts - Indistinct endometrial-myometrial junction DIFFUSE THICKENING – NO DISCRETE LUMP			
	If WELL-DEFINED LUMP present → Think FIBROID		If NO LUMP & DIFFUSE THICKENING present → Think ADENOMYOSIS		Irregular contour → FIBROID		Globular uterus → ADENOMYOSIS
 MOST IMPORTANT DIFFERENCE: FIBROID = LUMP (Localized) ADENOMYOSIS = DIFFUSE (No lump)							

वस्ति चिकित्सा (औषधीय एनीमा थेरेपी) एडिनोमायोसिस के लिए एक आशाजनक उपचार है। इसका उपयोग आंतरिक दवाओं के साथ-साथ Pelvic Pain (श्रोणि दर्द) और अत्यधिक रक्तस्राव को कम करने के लिए किया जाता है। एडिनोमायोसिस के बारे में आयुर्वेद का दृष्टिकोण आयुर्वेद में, एडिनोमायोसिस का संबंध वात दोष के असंतुलन से है। वात शरीर की वह ऊर्जा है जो गति और प्रवाह को नियंत्रित करती है। जब यह असंतुलित हो जाता है, तो यह ऊतकों के सामान्य कार्यों को बाधित करता है। इसके कारण गर्भाशय की परत (एंडोमेट्रियल ऊतक) गर्भाशय की मांसपेशीय दीवार में असामान्य रूप से बढ़ने लगती है। वस्ति चिकित्सा कैसे मदद करती है वस्ति पंचकर्म (शुद्धिकरण) की एक प्रमुख प्रक्रिया है। इसमें मलाशय के माध्यम से जड़ी-बूटियों के तेल या काढ़े दिए जाते हैं। बड़ी आंत में तंत्रिका (Nervous) तंत्र प्रचुर मात्रा में होता है, इसलिए जड़ी-बूटियाँ शरीर में जल्दी अवशोषित हो जाती हैं और शरीर को स्वस्थ करती हैं।

वातशमन: यह असंतुलित वात ऊर्जा को शांत करके दर्द को रोकता है।

लेखन (खुरचना) : आयुर्वेदिक एनीमा असामान्य गांठों को खुरचकर हटाने और सिकोड़ने में मदद कर सकता है।

अनुलोमन: यह मासिक धर्म के दौरान ऊर्जा के सामान्य, नीचे की ओर प्रवाह को बढ़ावा देता

योग वस्ति: एक सामान्य अनुष्ठान जिसमें नियमित समय पर सफाई करने वाले एनीमा (अस्थापना वस्ति) और (अनुवासन वस्ति) दिए जाते हैं।

मात्रा वस्ति: औषधीय तेल की कम मात्रा प्रतिदिन दी जाती है। मासिक धर्म के दौरान होने वाले दर्द (डिसमेनोरिया) से राहत दिलाने और गर्भाशय की सूजन को कम करने में सहायक है।

उत्तर वस्ति: एक विशेष प्रकार की वस्ति जिसमें जड़ी-बूटियों को सीधे गर्भाशय में डाला जाता है, जिसका उपयोग अक्सर बांझपन का कारण बनने वाले एडिनोमायोसिस के लिए किया जाता

नोट्स:-

आयुर्वेद में फाइब्रॉइड और एडिनोमायोसिस को अलग-अलग दृष्टिकोण से देखा जाता है। फाइब्रॉइड को एक अलग गांठ या ट्यूमर (जिसे ग्रंथि या अर्बुद के नाम से जाना जाता है और विशेष के रूप में देखा जाता है। एडिनोमायोसिस गर्भाशय की दीवारों के भीतर फैली सूजन (जिसे वातज आस्त्रिगदर या उदावर्तिनी के नाम से जाना जाता है) है। इसलिए, उपचार के मानदंड गांठ को सिकोड़ने से हटकर सूजन वाले ऊतकों को ठीक करने पर केंद्रित होते हैं।

Uterus (गर्भाशय) के एडिनोमायोसिस

रोगी की उम्र, लक्षणों की गंभीरता, प्रजनन संबंधी लक्ष्यों और उनके विशिष्ट दोष (चयापचय संबंधी प्रोफाइल) असंतुलन के आधार पर एक अनुकूलित नैदानिक रणनीति पर निर्भर करता है। चूंकि इन स्थितियों में ऊतकों की अत्यधिक वृद्धि (कफ), पुरानी सूजन और रक्तस्राव (पित्त), और तीव्र दर्द या नीचे की ओर प्रवाह में परिवर्तन (वात) शामिल होते हैं, इसलिए कोई एक समान उपचार योजना मौजूद नहीं है। इसके बजाय, आयुर्वेदिक चिकित्सक विशिष्ट मानदंडों का उपयोग करके रोगियों का मूल्यांकन करते हैं ताकि गंभीरता को वर्गीकृत किया जा सके और बहु-स्तरीय चिकित्सीय प्रतिक्रिया की संरचना की जा सके।

नैदानिक मूल्यांकन और चरण निर्धारण मानदंड

रोग की गंभीरता के आधार पर नैदानिक लक्षणों को तीन अलग-अलग श्रेणियों में विभाजित करके उपचार के तरीके तय किए जाते हैं:

[हल्के लक्षण] --->

आंतरिक आयुर्वेदिक चिकित्सा

(मौखिक औषधियाँ)

[मध्यम अवस्था] ---> शोधन (पंचकर्म द्वारा विषहरण)

[गंभीर/उन्नत अवस्था] --->

स्थानिक चिकित्सा

(लक्षित स्थानीय अंतर्गर्भाशयी उपचार)

1. हल्का चरण (मौखिक जड़ी-बूटी विज्ञान पर केंद्रित)

- **मानदंड:** पेट के निचले हिस्से में हल्का या कभी-कभार होने वाला ऐंठन (तीव्र वेदना) , मासिक धर्म चक्र में मामूली वृद्धि, और अल्ट्रासाउंड इमेजिंग के माध्यम से पुष्टि किए गए छोटे, लक्षणहीन सबसेरोसल या इंट्राम्यूरल फाइब्रॉएड ।
- **चिकित्सा निर्देश:** वातशामक (वात को शांत करने वाली) और लेखन (खुरचने वाली) मौखिक दवाओं का विशेष रूप से आंतरिक सेवन ।

2. मध्यम चरण (प्रणालीगत शुद्धिकरण पर केंद्रित)

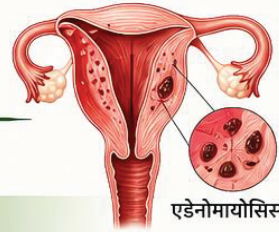
- **मापदंड:** अत्यधिक मासिक धर्म रक्तस्राव (अस्त्रिगदर) , मासिक धर्म के प्रवाह में थक्के, "बड़े गर्भाशय" की संरचनात्मक उपस्थिति, और कई छोटे से मध्यम आकार के फाइब्रॉएड जो स्थानीय दबाव की अनुभूति पैदा करते हैं।
- **चिकित्सा का अनिवार्य उद्देश्य:** ऊतक चैनलों (स्रोतरोध) को शुद्ध करने के लिए नैदानिक अस्पताल-आंतरिक या बाह्य रोगी पंचकर्म (गहरे ऊतक विषहरण) ।

3. गंभीर/उन्नत अवस्था (स्थानीय अंतर्गर्भाशयी केंद्र)

- **मानदंड:** दुर्बल करने वाला, निरंतर श्रोणि दर्द, गंभीर मासिक धर्म रक्तस्राव से उत्पन्न दीर्घकालिक एनीमिया, गर्भाशय गुहा का अत्यधिक विकृत होना, या द्वितीयक बांझपन संबंधी समस्याएं।
- **उपचार का अनिवार्य नियम:** प्रजनन पथ में सीधे प्रशासित लक्षित स्थानीय प्रक्रियाओं के साथ गहन प्रणालीगत विषहरण।

Adenomyosis की मुख्य उपचार पद्धतियाँ

— विशिष्ट मानदंडों की पुष्टि हो जाने के बाद, चिकित्सक चार कार्यात्मक स्तंभों वाले संयुक्त उपचार प्रोटोकॉल को लागू करते हैं:



एडेनोमायोसिस

1 शोधन चिकित्सा



● **विरेचन (चिकित्सीय विरेचन):**
गर्भाशय में जमा अतिरिक्त पित्त को दूर करता है, सीधे तौर पर कोशिकीय सूजन को शांत करता है और भारी रक्तस्राव चक्रों को नियंत्रित करने में मदद करता है।

● **मात्रा एवं कषाय वस्ति (औषधीय एनीमा):**

इसमें हर्बल काढ़े और तेलों का उपयोग किया जाता है जिन्हें मलाशय के माध्यम से पहुंचाया जाता है ताकि अपान वात की गति को पुनः नीचे की ओर स्थापित किया जा सके। यह स्वस्थ मासिक धर्म क्रिया को नियंत्रित करता है।



2 स्थानिक चिकित्सा (लक्षित स्थानीय हस्तक्षेप)



उत्तर वस्ति (गर्भाशय के भीतर की चिकित्सा):

इसमें रक्तस्राव बंद होने के तुरंत बाद गर्भाशय गुहा में औषधीय तेलों (जैसे बला तैलम या धनवंतरम तैलम) को विशेष, रोगाणु रहित तरीके से डाला जाता है ताकि गर्भाशय के ऊतकों की इष्टतम परत को बहाल किया जा सके।

योनि पिचु (योनि टैम्पोन थेरेपी):

सूजनरोधी तेलों में भिगोए गए रोगाणुरहित रुई के प्लग योनि नलिका में रखे जाते हैं ताकि स्थानीय ऊतकों की जकड़न को कम किया जा सके और पीठ के निचले हिस्से और श्रोणि के गंभीर दर्द से राहत मिल सके।



3 शमन चिकित्सा (ग्रंथहार)



कंचनार गुग्गुलु और शिग्रु गुग्गुलु
जैसे औषधि असामान्य रेशंदार द्रव्यमान की वृद्धि को धीरे-धीरे रोकने और उन्हें सिकोड़ने के लिए उपयोग किए जाने वाले मानक विकल्प हैं।

रक्तस्राव रोधी औषधियाँ (रक्तस्तंभक):

प्रदान्तक लौह, चंद्रकला रस और लोद्धासव, अशोकारिष्ट सहित शास्त्रीय औषधियों को भारी रक्तस्राव को रोकने और रक्त में लौह के स्तर को सुधारने के लिए एकीकृत किया जाता है।



4 पथ्य-अपथ्य (आहार नियमन)

✓ **पथ्य (क्या लें)**



अनार

पपीता

मूंग दाल

अदरक

गर्म, ताजे और आसानी से पचने वाले सूजनरोधी खाद्य पदार्थ।

✗ **अपथ्य (क्या न लें)**



अत्यधिक प्रसंस्कृत वस्तुएं

गहरे तले हुए या अत्यधिक नमकीन पदार्थ

भारी मात्रा में दूध से बने उत्पाद

परिष्कृत आटा

ये पाचन क्रिया को बाधित करते हैं और ऊतकों में विषाक्त पदार्थ उत्पन्न करते हैं।

विशिष्ट मानदंडों की पुष्टि हो जाने के बाद, चिकित्सक चार कार्यात्मक स्तंभों वाले संयुक्त उपचार प्रोटोकॉल को लागू करते हैं:

1. शोधन चिकित्सा

- **विरेचन (चिकित्सीय विरेचन)** : गर्भाशय में जमा अतिरिक्त पित्त को दूर करता है, सीधे तौर पर कोशिकीय सूजन को शांत करता है और भारी रक्तस्राव चक्रों को नियंत्रित करने में मदद करता है।
- **मात्रा एवं कषाय वस्ति (औषधीय एनीमा)** : इसमें हर्बल काढ़े और तेलों का उपयोग किया जाता है जिन्हें मलाशय के माध्यम से पहुंचाया जाता है ताकि अपान वात की गति को पुनः नीचे की ओर स्थापित किया जा सके यह स्वस्थ मासिक धर्म क्रिया को नियंत्रित करता है।

2. स्थानिक चिकित्सा (लक्षित स्थानीय हस्तक्षेप)

- **उत्तर वस्ति (गर्भाशय के भीतर की चिकित्सा)** : इसमें रक्तस्राव बंद होने के तुरंत बाद गर्भाशय गुहा में औषधीय तेलों (जैसे बला तैलम या धनवंतरम तैलम) को विशेष, रोगाणु रहित तरीके से डाला जाता है ताकि गर्भाशय के ऊतकों की इष्टतम परत को बहाल किया जा सके।
- **योनि पिचु (योनि टैम्पोन थेरेपी)** : सूजनरोधी तेलों में भिगोए गए रोगाणुरहित रुई के प्लग योनि नलिका में रखे जाते हैं ताकि स्थानीय ऊतकों की जकड़न को कम किया जा सके और पीठ के निचले हिस्से और श्रोणि के गंभीर दर्द से राहत मिल सके।

3. शमन चिकित्सा (ग्रंथिहार) : कंचनार गुग्गुलु और शिग्रु गुग्गुलु जैसे औषधि असामान्य रेशेदार द्रव्यमान की वृद्धि को धीरे-धीरे रोकने और उन्हें सिकोड़ने के लिए उपयोग किए जाने वाले मानक विकल्प हैं।

● रक्तस्राव रोधी औषधियाँ (रक्तस्तंभक) :

प्रदान्तक लौह, चंद्रकला रस और लोधासव, अशोकारिष्ट सहित शास्त्रीय औषधियों को भारी रक्तस्राव को रोकने और रक्त में लौह के स्तर को सुधारने के लिए एकीकृत किया जाता है।

4. पथ्य-अपथ्य (आहार नियमन)

- **पथ्य**: अनार, पपीता, मूंग दाल और अदरक सहित गर्म, ताजे और आसानी से पचने वाले सूजनरोधी खाद्य पदार्थ।
- **अपथ्य** : अत्यधिक प्रसंस्कृत वस्तुएं, गहरे तले हुए या अत्यधिक नमकीन खाद्य पदार्थ, भारी मात्रा में दूध से बने उत्पाद और परिष्कृत आटा जो पाचन क्रिया को बाधित करते हैं और ऊतकों में विषाक्त पदार्थ उत्पन्न करते हैं।

एडिनोमायोसिस में उत्तर वस्ति

एडिनोमायोसिस के उपचार के लिए उत्तर वस्ति (गर्भाशय में सीधे डाली जाने वाली औषधीय तेल का उपयोग किया जाता है। इसका उद्देश्य गर्भाशय के अतिरिक्त ऊतकों को कम करना, हार्मोन को संतुलित करना और दर्द को रोकना है।



उत्तर वस्ति (तेल आधारित)



- **कुमारी तैल:** इसका उपयोग अक्सर सूजनरोधी और ऊतक-उपचारक गुणों के लिए किया जाता है।



- **सहचरादि तैल:** यह वात दोष (ऊर्जा) को संतुलित करने में मदद करता है, जो श्रोणि में ऐंठन और सूजन का कारण बनता है।



- **क्षारा तैल:** इनका उपयोग इनके खुरचने (लेखन) गुण के कारण गर्भाशय की परत की मोटाई को प्राकृतिक रूप से कम करने के लिए किया जाता है।



- **सुकुमार घृत:** आंतरिक चिकनाई के लिए और श्रोणि की जकड़न को कम करने के लिए उपयोग किया जाता है।

विशेष स्थिति में क्वाथ या कषाय का प्रयोग (शोधन/योनिक्षालन हेतु)



- **दशमूल क्वाथ:** दस जड़ों का मिश्रण जिसका उपयोग एनीमा के रूप में दर्द को शांत करने और दबाव से राहत दिलाने के लिए किया जाता है।



- **लोधरादि क्वाथ:** लोध और अशोक जैसी जड़ी-बूटियों से बना, जो अत्यधिक रक्तस्राव को नियंत्रित करने और बड़े ऊतकों को सिकोड़ने के लिए जाना जाता है।



- **त्रिफला क्वाथ:** श्रोणि क्षेत्र से विषाक्त पदार्थों को निकालने के लिए इसके सफाई गुणों के लिए उपयोग किया जाता है।

उत्तर वस्ति के प्रमुख लाभ

- ✓ अतिरिक्त ऊतकों (एडिनोमेट्रियल ग्रोथ) को कम करने में सहायक
- ✓ हार्मोन को संतुलित करने में मददगार
- ✓ दर्द, ऐंठन और भारीपन में राहत
- ✓ अत्यधिक मासिक रक्तस्राव को नियंत्रित करने में सहायक
- ✓ गर्भाशय की कार्यक्षमता को बेहतर बनाना

महत्वपूर्ण नोट

उत्तर वस्ति एक जटिल और विशेष प्रक्रिया है। इसे केवल प्रशिक्षित आयुर्वेदिक पंचकर्म चिकित्सक द्वारा ही किया जाना चाहिए।



कृपया विशेषज्ञ आयुर्वेदिक चिकित्सक से परामर्श लेकर ही यह उपचार लें।

एडिनोमायोसिस के उपचार के लिए उत्तर वस्ति (गर्भाशय में सीधे डाली जाने वाली औषधीय तेल का उपयोग किया जाता है। इसका उद्देश्य गर्भाशय के अतिरिक्त ऊतकों को कम करना, हार्मोन को संतुलित करना और दर्द को रोकना है।

कुमारी तैल: इसका उपयोग अक्सर सूजनरोधी और ऊतक-उपचारक गुणों के लिए किया जाता है।

सहचरादि तैल: यह वात दोष (ऊर्जा) को संतुलित करने में मदद करता है, जो श्रोणि में ऐंठन और सूजन का कारण बनता है।

क्षार तैल : इनका उपयोग इनके खुरचने (लेखन) गुण के कारण गर्भाशय की परत की मोटाई को प्राकृतिक रूप से कम करने के लिए किया जाता है।

सुकुमार घृत: आंतरिक चिकनाई के लिए और श्रोणि की जकड़न को कम करने के लिए उपयोग किया जाता है।

विशेष बिंदु स्मरणीय:

जबकि विशेष स्थिति में क्वाथ या कषाय का प्रयोग शोधन या योनिक्षालन के लिए होता है। प्रयोग किए जाने वाले प्रमुख द्रव्य निम्नलिखित हैं

दशमूल क्वाथ: दस जड़ों का मिश्रण जिसका उपयोग एनीमा के रूप में दर्द को शांत करने और दबाव से राहत दिलाने के लिए किया जाता है।

लोधरादि क्वाथ: लोध और अशोक जैसी जड़ी-बूटियों से बना, जो अत्यधिक रक्तस्राव को नियंत्रित करने और बड़े ऊतकों को सिकोड़ने के लिए जाना जाता है।

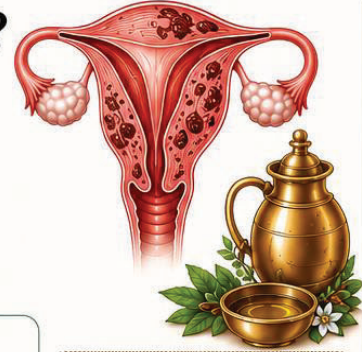
त्रिफला क्वाथ: श्रोणि क्षेत्र से विषाक्त पदार्थों को निकालने के लिए इसके सफाई गुणों के लिए उपयोग किया जाता है

Notes

उत्तर वस्ति एक जटिल और रोगाणु-रहित प्रक्रिया है। इसे केवल प्रशिक्षित आयुर्वेदिक पंचकर्म चिकित्सक द्वारा ही किया जाना

Adenomyosis में मात्रा वस्ति क्या है?

आयुर्वेद में, बड़ी आंत और श्रोणि अंगों को **वात** द्वारा नियंत्रित किया जाता है। मात्रा वस्ति विधि से बड़ी आंत में **गर्म, औषधीय तेलों** का संचार करके इस ऊर्जा को शांत किया जाता है। यह बिना किसी गंभीर दुष्प्रभाव के दीर्घकालिक श्रोणि दर्द से राहत दिलाती है।



मात्रा वस्ति कैसे काम करती है



- **कम मात्रा:** इसमें औषधीय तेल की एक छोटी, सुरक्षित मात्रा का उपयोग किया जाता है जिसे बड़ी आंत में बनाए रखने के लिए बनाया गया है।



- **स्थानीय प्रभाव:** तेल में मौजूद सक्रिय जड़ी-बूटियाँ निचले श्रोणि क्षेत्र में अवशोषित होकर ऊतकों को पोषण देती हैं और गर्भाशय को शिथिल करती हैं।



- **मासिक चक्र आधारित चिकित्सा:** यह अक्सर कुछ निश्चित दिनों के लिए निर्धारित की जाती है, अक्सर आपके मासिक धर्म का रक्तस्राव बंद होने के बाद, या आपके मासिक चक्र के कुछ निश्चित चरणों के दौरान।

मात्रा वस्ति (औषधीय तेल का कम मात्रा वाला एनीमा) **वात दोष** (गति और दर्द को नियंत्रित करने वाली ऊर्जा) को **संतुलित** करके एडिनोमायोसिस के प्रबंधन में मदद करता है। यह **गंभीर श्रोणि दर्द और ऐंठन को कम करने के लिए बनाया गया है**।

आयुर्वेद में आमतौर पर इस्तेमाल होने वाले तेल और एनीमा

आपके आयुर्वेदिक चिकित्सक आपके विशिष्ट लक्षणों के आधार पर कई तेलों या औषधीय घी में से किसी एक का चयन कर सकते हैं:



- **महा तिक्त घृत (औषधीय घृत):** इसका उपयोग अक्सर मात्रा वस्ति के लिए किया जाता है क्योंकि यह **वात** और **पित्त** (गर्मी/सूजन) को संतुलित करने में सहायक होता है। अध्ययनों से पता चलता है कि यह मासिक धर्म के दौरान होने वाले दर्द को कम करने और एडिनोमायोसिस के परिवर्तनों को सिकोड़ने में मदद कर सकता है।



- **बलाश्वगंधादि तैलम:** मांसपेशियों की ऐंठन को दूर करने, श्रोणि तल की मांसपेशियों को मजबूत करने और तंत्रिका दर्द को कम करने के लिए जाना जाता है।



- **धनवंतरम तैलम:** यह एक शक्तिशाली तेल है जिसका उपयोग **वात** कोशान्त करने के लिए किया जाता है, जिससे यह पेट के निचले हिस्से में गंभीर दर्द और पीठ दर्द के लिए अत्यधिक प्रभावी होता है।



- **सहचरदी तैलम:** श्रोणि की मांसपेशियों को आराम देने, रक्त प्रवाह में सुधार करने और पीठ के निचले हिस्से और पैरों के दर्द से राहत दिलाने में उत्कृष्ट है।



मात्रा वस्ति एक सुरक्षित, प्रभावी और प्राकृतिक उपचार है, जिसे प्रशिक्षित आयुर्वेदिक चिकित्सक के मार्गदर्शन में किया जाना चाहिए।



मात्रा वस्ति क्या है?

बड़ी आंत और Pelvic Organ (श्रोणि अंगों) को वातद्वारा नियंत्रित किया जाता है। मात्रा वस्ति विधि से बड़ी आंत में गर्म, औषधीय तेलों का संचार करके इस ऊर्जा को शांत किया जाता है। यह बिना किसी गंभीर दुष्प्रभाव के दीर्घकालिक श्रोणि दर्द से राहत दिलाती है।

मात्रा वस्ति कैसे काम करती है

कम मात्रा: इसमें औषधीय तेल की एक छोटी, सुरक्षित मात्रा का उपयोग किया जाता है जिसे बड़ी आंत में बनाए रखने के लिए बनाया गया है।

स्थानीय प्रभाव: तेल में मौजूद सक्रिय जड़ी-बूटियाँ निचले श्रोणि क्षेत्र में अवशोषित होकर ऊतकों को पोषण देती हैं और गर्भाशय को शिथिल करती हैं।

मासिक चक्र आधारित चिकित्सा: यह अक्सर कुछ निश्चित दिनों के लिए निर्धारित की जाती है, अक्सर आपके मासिक धर्म का रक्तस्राव बंद होने के बाद, या आपके मासिक चक्र के कुछ निश्चित चरणों के दौरान।

मात्रा वस्ति (औषधीय तेल का कम मात्रा वाला एनीमा) वात दोष (**गति और दर्द को नियंत्रित करने वाली ऊर्जा**) को संतुलित करके एडिनोमायोसिसके प्रबंधन में मदद करता है। यह गंभीर श्रोणि दर्द और ऐंठन को कम करने के लिए बनाया गया है।

आयुर्वेद में आमतौर पर इस्तेमाल होने वाले तेल

आपके आयुर्वेदिक चिकित्सक आपके विशिष्ट लक्षणों के आधार पर कई तेलों या औषधीय घी में से किसी एक का चयन कर सकते हैं:

- **महा तिक्त घृत (औषधीय घृत) :** इसका उपयोग अक्सर मात्रा वस्ति के लिए किया जाता है क्योंकि यह वात और पित्त (गर्मी/सूजन) को संतुलित करने में सहायक होता है। अध्ययनों से पता चलता है कि यह मासिक धर्म के दौरान होने वाले दर्द को कम करने और एडिनोमायोसिसके परिवर्तनों को सिकोड़ने में मदद कर सकता है।
- **बलाश्वगंधादि तैलम:** मांसपेशियों की ऐंठन को दूर करने, श्रोणि तल की मांसपेशियों को मजबूत करने और तंत्रिका दर्द को कम करने के लिए जाना जाता है।
- **धनवंतरम तैलम:** यह एक शक्तिशाली तेल है जिसका उपयोग *वात क्लेशांत* करने के लिए किया जाता है, जिससे यह पेट के निचले हिस्से में गंभीर दर्द और पीठ दर्द के लिए अत्यधिक प्रभावी होता है।
- **सहचरदी तैलम:** श्रोणि की मांसपेशियों को आराम देने, रक्त प्रवाह में सुधार करने और पीठ के निचले हिस्से और पैरों के दर्द से राहत दिलाने में उत्कृष्ट है।



ध्रुव वटी

ध्रुव वटी बनाने की विधि एवं सेवन विधि



1. निर्माण सामग्री

(दिए गए मात्रा अनुसार)

तारा मीरा
100 ग्राम



स्वर्ण गैरिक
100 ग्राम



खून खराबा
50 ग्राम



मुक्ता भस्म
5 ग्राम



- तारा मीरा, स्वर्ण गैरिक, खून खराबा प्राचीन आयुर्वेदिक योगों में वर्णित पारंपरिक द्रव्य हैं।

- मुक्ता भस्म – शोधनित एवं मानक शास्त्रीय विधि से तैयार किया हुआ।

2. निर्माण विधि (Step by Step)

1 स्वर्ण गैरिक और तारा मीरा को खरल में डालें।



अच्छी प्रकार घुटाई करें जब तक दोनों औषधि आपस में मिलाकर बारीक पाउडर में न बदल जाए।

2 अब 50 ग्राम खून खराबा डालें और अच्छी तरह घुटाई करें।



3 दुर्वा घास का स्वरस लगभग 50 ग्राम डालें।



एक भावना लगाएँ (अच्छी तरह घुटाई करें)।

4 फिर 5 ग्राम मुक्ता भस्म डालें और पुनः दुर्वा स्वरस डालकर एक और भावना लगाएँ।



अच्छी तरह घुटाई करें।

5 जब भावना पूरी हो जाए, तब घृत कुमारी (एलोवेरा) का स्वरस डालें।



6 अच्छी तरह घुटाई करते रहें जब तक गोली बनाने लायक पिष्टी तैयार न हो जाए।



7 पिष्टी तैयार हो जाने पर चार-चार रस्ती (लगभग 500 mg) की वटी बना लें।



(1 रस्ती लगभग 125 mg के लगभग, 4 रस्ती = 500 mg)

8 वटियों को छाया में सुखाएँ। पूरी तरह सुखने पर बोतल में भरकर सुरक्षित रखें।



नोट : शरद ऋतु में सूर्य का ताप कम होता है, इसलिए धूप में सुखा सकते हैं। वर्षा ऋतु में नहीं बनानी चाहिए।



शरद ऋतु
✓ बना सकते हैं



वर्षा ऋतु
✗ नहीं बनानी चाहिए

3. सेवन विधि (चिकित्सक के परामर्श अनुसार)

(1) बोलबद्ध रस



250 mg
दिन में
2 बार (BD)

(2) बबली घास घन



250 mg
दो बार या
तीन बार
दिन में

(3) योग चूर्ण

लोघ + शतावरी + अशोक + आमला + उलट कम्बल
(सभी को समान मात्रा में मिलाएँ)



3 ग्राम चूर्ण दिन में 2 बार

महत्वपूर्ण सावधानियाँ

- यह योग पारंपरिक आयुर्वेदिक ग्रंथों एवं अनुभव पर आधारित है, इसके आधुनिक वैज्ञानिक प्रमाण सीमित हैं।
- इसे केवल योग्य आयुर्वेद चिकित्सक की देखरेख में ही सेवन करें।
- गर्भावस्था, स्तनपान, यकृत या गुर्दे की बीमारी, या अन्य गंभीर रोगों में बिना चिकित्सक परामर्श के सेवन न करें।
- रस/भस्म युक्त औषधियाँ स्व-उपचार हेतु नहीं हैं।

स्वस्थ जीवन के लिए
सात्विक आहार, नियमित दिनचर्या,
योग और चिकित्सक के परामर्श
का पालन करें।



यह जानकारी शैक्षिक उद्देश्य के लिए है। कृपया किसी भी औषधि का सेवन करने से पहले योग्य आयुर्वेद चिकित्सक से परामर्श अवश्य लें।



- **ध्रुव वटी**

(ध्रुव वटी बनाने की विधि)

100 ग्राम तारा मीरा

100 ग्राम स्वर्ग गैरिक

50 ग्राम खून खराबा

5 ग्राम मुक्ता भस्म

स्वर्ग गैरिक और तारा मीरा

दोनों को खरल में डाल कर अच्छी प्रकार घुटाई करें जब तक दोनों औषधि आपस में मिलाकर बारीक पाउडर में न बदल जाए

फिर 50 ग्राम खून खराबा डाल कर घुटाई करें और फिर दुर्वा घास का स्वरस 50 ग्राम डाल कर एक भावना लगानी होगी फिर 5 ग्राम मुक्ता भस्म डाल कर दुर्वा घास का स्वरस डाल कर एक भावना और लगाएं।

जब भावना पूरी हो जाएं तो उसमें घृत कुमारी का स्वरस डाल कर घुटाई करें जब तक गोली बनाने लायक पिट्टी तैयार नहीं हो जाती।

पिट्टी तैयार हो जाने पर चार चार रत्ती (500 mg) की वटी बना कर छाया में सुखा कर बोतल में भर कर सुरक्षित रख लो।

नोट

शरद ऋतु में सूर्य का ताप कम होता है। इसलिए धूप में सुखा सकते हैं।

वर्षा ऋतु में नहीं बनानी चाहिए।

- बोलबद्ध रस 250 gm BD
- दुर्वा घृत 5gm B.D
- बबली घास घन 250 mg दो बार या तीन बार

चूर्ण

लोघ

शतावरी

अशोक

आमला

उलट कम्बल

उपरोक्त सभी द्रव्यों सब को समान मात्रा में मिलाकर 3 gm चूर्ण दिन में दो बार दे



PCOS/PCOD/PMOS

PCOS/PCOD/PMOS

PCOD/PCOS

POLYENDOCRINE METABOLIC OVARIAN SYNDROME (PMOS)

★ यह Multiplies Symptoms का समूह है और यह मुख्य रूप से हार्मोन के अंतः श्राव के विषम श्राव के कारण होता है।



PMOS—is a widespread endocrine and metabolic disorder affecting **10% to 13%** of women of reproductive age.

MOST IMPORTANT POINT

a. Oligomenorrhea or Amenorrhea
(चढ़ कर महीना आना or period नहीं आना)

b. Hyperandrogenic
(Male हार्मोन का बड़ा होना)

Clinical Signs :
बॉडी पर बाल आदि पुरुषों के लक्षण और Blood में मेल हार्मोन बड़े आना

↑ **Male Hormones in Blood**
(Testosterone, DHEAS etc.)

c. दोनों ओवरी में से किसी एक ओवरी में या दोनों में Morphology Change होना
By Ultrasound

d. Volume Immature Follicles => 10CC (In USG)

10 CC

★ कुछ महत्वपूर्ण पाइंट Regarding Disease – इन्हें भी जाने

1. Irregular Period
means in a year Total 8/9 cycle in one year

2. Free Testosterone Test for PCOS

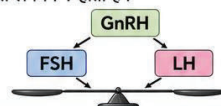
3. Serum Insulin Test

4. Pregnancy In PCOS Patient
Two Hormone Tests Must Check
S. Prolactin, AMH

5. IR Insulin Resistance
is Common Phenomenon In PCOS remember

FSH / LH अनुपात (Ratio) – Reproduction में महत्वपूर्ण भूमिका

गोनाडोट्रोपिन हार्मोन द्वारा निर्धारित FSH/LH अनुपात, जो GnRH द्वारा नियंत्रित होता है, Reproduction में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। सामान्यतः यह अनुपात लगभग 1 होता है।



FSH/LH अनुपात	अर्थ	संकेत
$\approx 1 : 1$	सामान्य	सामान्य प्रजनन क्रिया
> 2 या > 3	उच्च अनुपात	PCOS या Ovary की खराब प्रतिक्रिया (LH अधिक) FSH की तुलना में LH की अधिकता
< 1	कम अनुपात	बेहतर अंडाशय कार्यप्रणाली या समय से पहले अंडाशय की अपर्याप्तता जैसी समस्याएँ

यह Multiplies Symptoms का समूह है और यह मुख्य रूप से हार्मोन के अंतः श्राव के विषम स्राव के कारण होता है

Polyendocrine Metabolic Ovarian Syndrome (PMOS) —is a widespread endocrine and metabolic disorder affecting 10% to 13% of women of reproductive age.

Most Important Point

a. Oligomenorrhea

(चढ़ कर महीना आना) or Amenorrhea (period नहीं आना)

b. Most Important Hyperandrogenic

(Male हार्मोन का बढ़ा होना)

Clinical Signs :

बॉडी पर बाल आदि पुरुषों के लक्षण और Blood में मेल हार्मोन बढ़े आना

c. Polycystic Ovary में दोनों ओवरी में से किसी एक ओवरी में Morphology Change होना या दोनों में By Ultrasound

d. Volume Immature Follicles => 10CC (In USG)

कुछ महत्वपूर्ण प्वाइंट Regarding Disease

इन्हें भी जाने

- Irregular Period means in a year Total 8/9 cycle in one year
- Free Testosterone Test for PCOS
- Serum Insulin Test
- Pregnancy In PCOS Patient Two Hormone Tests Must Check
- S. Prolactin, AMH
- IR Insulin Resistance is Common Phenomenon In PCOS remember

गोनाडोट्रोपिन हार्मोन द्वारा निर्धारित FSH/LH अनुपात, जो GnRH द्वारा नियंत्रित होता है, Reproduction में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है सामान्यतः यह अनुपात लगभग 1 होता है। उच्च अनुपात (अक्सर >2 या >3) पॉलीसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (PCOS) या प्रजनन उपचारों में Ovary की खराब प्रतिक्रिया जैसी समस्याओं का संकेत देता है, जो FSH की तुलना में LH की अधिकता को दर्शाता है, जबकि कम अनुपात बेहतर अंडाशय कार्यप्रणाली या समय से पहले अंडाशय की अपर्याप्तता जैसी विभिन्न समस्याओं का सुझाव देता है।

FSH और LH को समझना

FHS (फॉलिकल-स्टिम्युलेटिंग हार्मोन) : Ovary के फॉलिकल के विकास को उत्तेजित करता है।

LH (ल्यूटेनाइजिंग हार्मोन) : परिपक्व फॉलिकल से ओव्यूलेशन को प्रेरित करता है।

GnRH (गोनाडोट्रोपिन-रिलीजिंग हार्मोन) : हाइपोथैलेमस द्वारा स्रावित, GnRH पिट्यूटरी ग्रंथि को FSH और LH जारी करने का निर्देश देता है।

सामान्य बनाम असामान्य अनुपात

सामान्य: एक स्वस्थ, ओव्यूलेटरी चक्र में आमतौर पर FSH/LH का अनुपात लगभग 1 होता है (या LH: FSH लगभग 1: 1 होता है)

पीसीओएस: FSH के सापेक्ष उच्च LH (जैसे, एलएच/एफएसएच >2.5) PCOS का एक नैदानिक संकेत है, जो अंडे की खराब गुणवत्ता और उत्तेजना के प्रति प्रतिरोध से जुड़ा है।

खराब प्रतिक्रिया: आईवीएफ में, उच्च एफएसएच/एलएच अनुपात (जैसे, ≥ 3) कम अंडों और खराब परिणामों का संकेत देता है।

अनुपात में कमी (जैसे, LH < FSH) : यह डिम्बग्रंथि की क्षमता में कमी या अन्य डिम्बग्रंथि संबंधी समस्याओं का संकेत दे सकता है, जिसके लिए अधिक FSH उत्तेजना की आवश्यकता होती है।

नैदानिक महत्व

प्रजनन क्षमता परीक्षण: डॉक्टर अंडाशय की क्षमता का आकलन करने और उपचार की सफलता का अनुमान लगाने के लिए अनुपात को मापते हैं (अक्सर चक्र के तीसरे दिन)।

पीसीओएस का निदान:

एलएच/एफएसएच अनुपात का बढ़ा हुआ स्तर (अक्सर >2 या 2.5) पीसीओएस के निदान का एक प्रमुख कारक है।

गोनाडोट्रोपिन हार्मोन द्वारा निर्धारित FSH/LH अनुपात, जो GnRH द्वारा नियंत्रित होता है, Reproductive में महत्वपूर्ण भूमिकानिभाता है सामान्यतः यह अनुपात लगभग 1 होता है। उच्च अनुपात (अक्सर >2 या >3) पॉलीसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (PCOS) या प्रजनन उपचारों में Ovary की खराब प्रतिक्रिया जैसी समस्याओं का संकेत देता है, जो FSH की तुलना में LH की अधिकता को दर्शाता है, जबकि कम अनुपात बेहतर अंडाशय कार्यप्रणाली या समय से पहले अंडाशय की अपर्याप्तता जैसी विभिन्न समस्याओं का सुझाव देता है।

पीसीओएस (PCOS) में अत्यधिक एएमएच (AMH) उत्पादन अधिक रोमों (Small Follicles) तथा प्रति रोम (Follicles) अधिक उत्पादन के कारण होता है। उच्च एएमएच (AMH) एफएसएच (FSH) को बाधित करता है, जिससे प्रमुख कूप (Dominant Follicle) को चयनित होने और परिपक्व होने से रोका जा सकता है, जिसके परिणामस्वरूप बड़ी संख्या में अपरिपक्व कूप (Immature Follicle) उत्पन्न होते हैं।

अत्यधिक उत्पादन: => पीसीओएस (PCOS) से पीड़ित महिलाओं में ए.एम.एच (AMH) का स्तर सामान्य से अधिक होता है,

जो (छोटे रोमों की संख्या) Small Follicles में वृद्धि और प्रत्येक (रोम) Follicles में उत्पादन की उच्च दर के कारण होता है।

एफएसएच (FSH) क्रिया को रोकता है: => उच्च एएमएच (AMH) स्तर अंडाशय के रोमकूपों को एफएसएच के प्रति कम संवेदनशील बना देता है, जो रोमकूपों की वृद्धि (Growth) और परिपक्वता (Maturation) के लिए आवश्यक हार्मोन है।

प्रमुख कूप चयन को रोकता है=>>: यह बढ़ा हुआ एएमएच एक एकल प्रमुख कूप (Single Dominant follicle) को विकसित होने से रोकता है, तथा कई कूपों को अपरिपक्व अवस्था में ही रोक लेता है।

अधिक उत्पादन (अत्यधिक उत्पादन) : पीसीओएस (PCOS) वाली महिलाओं में सामान्य से अधिक एएमएच (AMH) होता है, जो छोटे स्तर की बढ़ती संख्या और प्रत्येक रोम के उत्पादन में उच्च दर के कारण होता है।

एफएसएच (FSH) की क्रिया शुरू होती है (एफएसएच क्रिया को रोकता है) . एएमएच के उच्च स्तर के signal रोम को एफएसएच के प्रति कम प्रेरित करता है, जो रोम के विकास और तकनीक के लिए आवश्यक हार्मोन है।

प्रमुख रोम का चयन शुरू होता है (एक प्रमुख कूप के चयन को रोकता है) : इससे एएमएच में एक प्रमुख रोम का विकास हुआ है, जिससे कई रोम अपरिपक्व स्टेट में फंस गए हैं।

अन्य योगदान कारक (अन्य योगदान कारक) : एलएच और एंड्रोजन के उच्च स्तर के साथ-साथ प्रतिरोध प्रतिरोध भी पीसीओएस में एएमएच के बढ़े हुए स्तर से जुड़े होते

An ovarian volume (OV) of greater than 10 mL (or 10 cm³) in at least one ovary (एक ओवरी का माप के लिए) *** key ultrasound criterion used in the Diagnosis of Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) .

Ovarian Volume of >10 mL Means (स्पष्ट शब्दों में)

Enlarged Ovaries: Normal ovarian volume in adult women of reproductive age Normal of 5-10 mL और Average being around 7 mL. और जब volume exceeding 10 mL indicates that the ovary is enlarged. ओवरी आकार में बढ़ गई है.

Polycystic Ovarian Morphology (PCOM) => 1.Enlargement is generally caused by the presence of a higher-than-normal number of small follicles (typically 12 or more, 2-9 mm in diameter) और increased ovarian stroma (the tissue surrounding the follicles) .

2. Imbalances: An increased ovarian volume is associated with higher levels of androgens (male hormones like testosterone) और anti-Müllerian hormone (AMH) characteristic hormonal features of PCOS. इस कारण oligoovulation (infrequent or irregular ovulation) और hyperinsulinemia (high insulin levels) .

उपचार



पीसीओडी (PCOD) का आयुर्वेदिक उपचार



पीसीओडी (PCOD) के आयुर्वेदिक इलाज में मात्रा वस्ति (गुदा मार्ग से तेल) बहुत फायदेमंद होती है।
यह आपके पेट के निचले हिस्से (अपान वायु) को सही करती है
और हार्मोन को संतुलित करती है।

मात्रा वस्ति के लिए तेल (Taila)

ये तेल पेट के निचले हिस्से में गर्भाशय और ओवरी (ovaries) के सूजन को कम करते हैं:

शतपुष्प तैल (Shatapushpa Taila)



यह जड़ी-बूटी महिलाओं की समस्याओं के लिए सबसे अच्छी मानी जाती है।
यह ओवरी से सिस्ट (गांठों) को हटाने में मदद करती है।

सहचरादि तैल (Sahacharadi Taila)



यह वात दोष को शांत करता है और मासिक धर्म को नियमित करता है।

धन्वन्तरि तैल (Dhanwantari Taila)



यह प्रजनन अंगों को मजबूत और पोषित करता है।

दशमूल तैल (Dashmool Taila)



यह दर्द और ऐंठन को कम करने में बहुत कारगर है।

सहायक औषधीय

क्वाथ द्रव्य (Kwatha / काढ़े)

शरीर में क्वाथ (काढ़ा) का उपयोग रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने, पाचन अग्नि बढ़ाने और शरीर से विषैले पदार्थ बाहर निकालने के लिए किया जाता है।
और कफ-वात को संतुलित करने के लिए किया जाता है:



पथ्यादि क्वाथ (Pathadi Kwatha)

यह ओवरी में रुकावट (Avarodha) को दूर करता है और अंडे बनने की प्रक्रिया को सुधारता है।

मात्रा 10 से 15 ml जल के साथ



दशमूल क्वाथ (Dashamoola Kwatha)

यह सूजन को दूर करता है और नसों को साफ करता है।

मात्रा 10 से 15 ml जल के साथ



सुकुमार घृत (Sukumar Ghrat)

यह हार्मोनल संतुलन और गर्भाशय के स्वास्थ्य के लिए बहुत उपयोगी है।

मात्रा 5 gm सुबह शाम



नियमित मात्रा वस्ति और उचित आयुर्वेदिक उपचार से हार्मोन संतुलन, मासिक धर्म नियमितता और ओवरी के स्वास्थ्य में सुधार होता है।



पीसीओडी (PCOD) के आयुर्वेदिक इलाज में **मात्रा वस्ति** (गुदा मार्ग से तेल) बहुत फायदेमंद होती है। यह आपके पेट के निचले हिस्से (अपान वायु) को सही करती है और हार्मोन को संतुलित करती है। इसके लिए उपयोग किए जाने वाले मुख्य तेल

मात्रा वस्ति के लिए तेल (Taila/Tail)

ये तेल पेट के निचले हिस्से में गर्भाशय और ओवरी (ovaries) के सूजन को कम करते हैं:

- **शतपुष्प तैल (Shatapushpa Taila)** : यह जड़ी-बूटी महिलाओं की समस्याओं के लिए सबसे अच्छी मानी जाती है। यह ओवरी से सिस्ट (गांठों) को हटाने में मदद करती है।
- **सहचरादि तैल (Sahacharadi Taila)** : यह वात दोष को शांत करता है और मासिक धर्म को नियमित करता है।
- **धन्वंतरि तैल (Dhanwantari Tail)** : यह प्रजनन अंगों को मजबूत और पोषित करता है।
- **दशमूल तैल (Dashmool Taila)** : यह दर्द और ऐंठन को कम करने में बहुत कारगर है।

सहायक औषधीय

क्वाथ द्रव्य (Kwatha / काढ़े)

शरीर में क्वाथ (काढ़ा) का उपयोग रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने, पाचन अग्नि बढ़ाने और शरीर से विषैले पदार्थ बाहर निकालने के लिए किया जाता और कफ-वात को संतुलित करने के लिए किया जाता है:

- **पथ्यादि क्वाथ (Pathadi Kwatha)** : यह ओवरी में रुकावट (Avarodha) को दूर करता है और अंडे बनने की प्रक्रिया को सुधारता है।
- मात्रा 10 से 15 ml जल के साथ
- **दशमूल क्वाथ (Dashamoola Kwatha)** : यह सूजन को दूर करता है और नसों को साफ करता है।
- मात्रा 10 से 15 ml जल के साथ
- **सुकुमार घृत (Sukumar grat)** : यह हार्मोनल संतुलन और गर्भाशय के स्वास्थ्य के लिए बहुत उपयोगी है।
- मात्रा 5 gm सुबह शाम



पीसीओडी (PCOD) का आयुर्वेदिक उपचार



पीसीओडी (PCOD) में मात्रा वस्ति (गुदा मार्ग से तेल) बहुत फायदेमंद होती है।
यह आपके पेट के निचले हिस्से (अपान वायु) को सही करती है
और हार्मोन को संतुलित करती है।

रजः प्रवर्तक चूर्ण (चूर्ण द्रव्य)

निम्नलिखित चूर्ण द्रव्यों को उचित मात्रा में मिलाकर चूर्ण बना लें।

लोध्र चूर्ण  10 gm	शतावरी चूर्ण  10 gm	असगंध चूर्ण  10 gm	सतपुष्पा या सोया चूर्ण  5 gm	मंजीष्ठा चूर्ण  10 gm
गाजर बीज चूर्ण  5 gm	अशोक छाल चूर्ण  10 gm	उलट कंबल चूर्ण  10 gm	सब को उचित मात्रा में मिलाकर चूर्ण बना लें। 	



मात्रा : **3 gm** चूर्ण सुबह शाम

रज प्रवर्तन क्वाथ or कषाय से ले

सुबह / शाम



रज प्रवर्तन क्वाथ / कषाय

(जो रज प्रवर्तन में सहायक और अपान वायु को संतुलित करने में उपयोगी है।)

साथ में



15 ml
पानी मिलाकर
दो बार



सुबह / शाम



15 से 20 ml
जल मिलाकर



सुबह / शाम



यह उपचार अपान वायु को संतुलित करता है, हार्मोन को संतुलित करता है,
मासिक धर्म को नियमित करने, अंडाणु की गुणवत्ता सुधारने और ओवरी को स्वस्थ रखने में सहायक है।



रजः प्रवर्तक चूर्ण

लोध्र चूर्ण 10 gm

शतावरी 10 gm

असगंध 10 gm

सतपुष्पा या सोया 5gm

मंजीष्ठ 10gm

गाजर बीज 5gm

अशोक छाल 10gm

उलट कंबल 10gm

सब को उपरोक्त उचित मात्रा में मिलाकर

3 gm चूर्ण सुबह शाम

रजः प्रवर्तन क्वाथ or कषाय से दे

सुबह / शाम

साथ में

अशोकारिष्ट

15 ml पानी मिलाकर दो बार

लोध्रासव

15 से 20 ml जल मिलाकर

सुबह शाम



PELVIC PAIN SYNDROME

Pelvic Pain Syndrome

पेल्विक पेन सिंड्रोम

(Pelvic Pain Syndrome)



पेल्विक पेन सिंड्रोम क्या है ?

पेल्विक पेन सिंड्रोम महिलाओं में होने वाली एक सामान्य समस्या है जिसमें Lower abdomen में दर्द के साथ निम्न लक्षण बने रहते हैं।

3 माह से अधिक समय तक बनी रहती हैं और केवल दर्द ही नहीं, दर्द के साथ अन्य लक्षण जैसे P/V discharge आदि लक्षण बने रहते हैं।

मुख्य लक्षण (Common Symptoms)

- Lower abdomen में दर्द
- सफेद पानी (P/V discharge)
- पीरियड की प्रॉब्लम बने रहना
- धात आना
- पेशाब की समस्या
- कमजोरी, थकान, चिड़चिड़ापन आदि

मुख्य परिभाषा / निदान मानदंड

- Lower abdomen में दर्द 3 माह से अधिक समय तक बने रहते हैं।
- केवल दर्द नहीं, बल्कि साथ में अन्य लक्षण जैसे P/V discharge, पीरियड की समस्या, पेशाब की समस्या, धात आना आदि हों।
- यह स्थिति महिला के दैनिक कार्य, मानसिक स्वास्थ्य और जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित करती हैं।

संभावित कारण

- हार्मोनल असंतुलन
- संक्रमण (Infection)
- ओवरी में सिस्ट या अन्य रोग
- गर्भाशय संबंधित रोग
- मनोवैज्ञानिक तनाव
- पेल्विक अंगों में सूजन या चिपकाव

जब पेल्विक पेन राइट साइड या लेफ्ट साइड हो तब कुछ विशेष लक्षण और संभावित कारण देखने मिलते हैं

राइट साइड पेल्विक पेन के साथ

- यूरिन का इन्फेक्शन (UTI) के लक्षण
- राइट ओवरी में सिस्ट
- Hemorrhagic Ovarian Cyst
- Appendicitis (दुर्लभ)
- Ectopic Pregnancy (दुर्लभ)
- राइट ट्यूब या ओवरी में सूजन/संक्रमण

लेफ्ट साइड पेल्विक पेन के साथ

- लेफ्ट ओवरी में सिस्ट
- Hemorrhagic Ovarian Cyst
- Ectopic Pregnancy (ट्यूब बाएं साइड)
- Diverticulitis (आंत की सूजन - दुर्लभ)
- लेफ्ट ट्यूब या ओवरी में सूजन/संक्रमण

महत्वपूर्ण बात

यदि दर्द एक ही तरफ बार-बार हो रहा है या गंभीर हो, तो यह किसी विशेष कारण जैसे - ओवरी में सिस्ट, एंक्टोपिक प्रेगनेंसी, इन्फेक्शन आदि का संकेत हो सकता है। सही जांच (USG, Urine Test, Hormone Profile आदि) द्वारा कारण का पता लगाना आवश्यक है।



अशोकारिष्ट

15 ml + समान मात्रा जल
दिन में दो बार



लोधासव

15-20 ml + समान मात्रा जल
सुबह एवं शाम



जल्दी पहचान, सही जांच और उचित उपचार से पेल्विक पेन सिंड्रोम की स्थिति वीं राहत संभव है।



पेल्विक पेन सिंड्रोम महिलाओं में होने वाली एक सामान्य समस्या है Lower abdomen में दर्द के साथ सफेद पानी, पीरियड की प्रॉब्लम बने रहना, धात आना, पेशाब की समस्या होना और आदि बहुत सी समस्याएं होती है पेल्विक पेन में दर्द और दर्द के साथ अन्य लक्षण जैसे P/V discharge आदि लक्षण बने रहना और अवधि 3 माह से ज्यादा हो. और सिर्फ दर्द न हो दर्द के साथ अन्य लक्षण हो.

जब पेल्विक पेन राइट साइड या लेफ्ट साइड हो तो कुछ अन्य लक्षण मरीज में देखने मिलते है जैसे यूरिन का इन्फेक्शन या एक ओवरी में सिस्ट या hemorrhagic ovarian cyst or ectopic pregnancy आदि के लक्षण आदि मुख्य है

चिकित्सा

अशोकारिष्ट 15 ml सुबह शाम पानी मिलाकर

दशमूलारिष्ट 15 ml सुबह शाम पानी मिलाकर

कुमार्यासवा 15 ml सुबह शाम पानी मिलाकर

चंद्रप्रभा वटी 2-2 गोली तीन बार

कुबेररक्षा वटी 2-2 दो बार

चन्द्र कला रस 2-2 गोली दो बार

वस्ति चिकित्सा (औषधीय एनीमा थेरेपी)

अनुवासन वस्ति: Pelvic Organ (श्रोणि गुहा) को गहराई से चिकना करने और आराम पहुंचाने के लिए औषधीय तेलों (जैसे सहचरा तेल या बाला तेल) की मापी गई मात्रा का प्रयोग करना।

निरुहा/कषाय वस्ति: शरीर में जमा विषाक्त पदार्थों (अमा) को दूर करने और वात क्रिया को संतुलित करने के लिए शहद, सेंधा नमक और तेलों के साथ मिश्रित हर्बल काढ़े का एनीमा।

उत्तर वस्ति: गर्भाशय, मूत्राशय या गहरे श्रोणि संबंधी पुरानी बीमारियों के इलाज के लिए सख्त नैदानिक पर्यवेक्षण के तहत मूत्र या योनि मार्ग से दिया जाने वाला एक विशेष स्थानीयकृत माइक्रो-एनीमा।



FEMALE DHAT SYNDROME

Female Dhat Syndrome

Dhat syndrome in women

(Non-pathological vaginal Discharge)

Culture-Bound Syndrome

Major Entry Criteria

1. Infection (Vaginal/Uti)
2. Stress/ Emotional/Financial factor
3. Poor Hygiene
4. Too many Children
5. Contraceptic
6. Physical or Sexual abused

Minor criteria

7. Husband extra affairs
8. Constipation
8. Warm food
9. Excessive Libido

Symptoms

1. Weakness
2. Backache
3. Pain in lower Abdomen
4. Loss of Sexual Desire
5. Pain in Genital Organ
6. Disturb Sleep
7. Loss of Appetite

फीमेल धातु सिंड्रोम (Female Dhat Syndrome)



फीमेल धातु सिंड्रोम (धातु रोग) एक गैर-रोगात्मक अवस्था है जिसमें महिलाओं में अत्यधिक या बार-बार श्वेत प्रदर (Leukorrhea) होता है, जिससे शारीरिक व मानसिक कमजोरी उत्पन्न हो सकती है।

प्रमुख कारण (Major Entry Criteria)

- संक्रमण (योनि / मूत्र पथ का संक्रमण)
- तनाव / मानसिक / आर्थिक कारण
- व्यक्तिगत स्वच्छता की कमी
- अत्यधिक संतानोत्पत्ति
- गर्भनिरोधक साधनों का अधिक प्रयोग

अन्य सहायक कारण (Minor Criteria)

- पति के अन्य संबंध
- कब्ज
- अत्यधिक गरम व तीखा भोजन
- अत्यधिक कामेच्छा

लक्षण (Symptoms)

- शारीरिक कमजोरी
- कमर दर्द
- निचले पेट में दर्द
- योनि इच्छा में कमी
- जननांगों में दर्द
- नींद का न आना / अनिद्रा
- भूख न लगना

परिभाषा (Definition)

योनि से बार-बार या अधिक मात्रा में श्वेत प्रदर (Leukorrhea) का होना, जो शारीरिक व मानसिक बल की हानि का कारण बने, फीमेल धातु सिंड्रोम कहलाता है।

निदान (Diagnostic Points)

- ✓ श्वेत प्रदर की अधिकता (सफेद / पीला / गाढ़ा)
- ✓ शारीरिक व मानसिक कमजोरी के लक्षण
- ✓ अन्य रोगों (संक्रमण, HORMONAL असंतुलन, गर्भाशय रोग) का अभाव
- ✓ रक्त, मूत्र, स्वाव जांच सामान्य या हल्के परिवर्तन
- ✓ यह एक गैर-रोगात्मक (Non-pathological) अवस्था है।

सम्प्राप्ति (Samprapti)

अयोग्य आहार-विहार, मानसिक तनाव, अस्वच्छता, अत्यधिक मैथुन
↓
बात-पित्त-कफ की विकृति
↓
धातु (शुक्र, रस, रक्त) की क्षीणता
↓
योनि से धातु द्राव (श्वेत प्रदर)
↓
शारीरिक व मानसिक कमजोरी

प्रबंधन (Management)

आहार (Diet)

- पौष्टिक, सुपाच्य, ठंडा व सात्विक आहार लें।
- दूध, घी, मूंग की दाल, चावल, हरी सब्जियाँ, फल आदि लें।
- अत्यधिक गरम, तीखा, खट्टा, तला-भुना भोजन से परहेज करें।

विहार (Lifestyle)

- व्यक्तिगत स्वच्छता रखें।
- तनाव से बचें, पर्याप्त नींद लें।
- योग, प्राणायाम, ध्यान करें।
- अत्यधिक मैथुन से परहेज करें।

आयुर्वेदिक औषधि (Ayurvedic Medicines)

चूर्ण द्रव्य (Churna Drugs)

- शतावरी चूर्ण
- उलट कम्बल चूर्ण
- अशोक चूर्ण
- लोधा चूर्ण
- विदारिकंद चूर्ण



अन्य औषधियाँ (Other Medicines)

- अशोकारिष्ट
- लोधासाव
- सारिवाधासाव
- फल धूत**
- स्त्री रसायन योग



सम्प्राप्ति अनुसार सहायक चिकित्सा

- रक्त, रस, शुक्र धातु की क्षीणता होने पर धातु पुष्टिकर औषधियाँ दें।
- यदि पाचन कमजोर हो तो दीपसीव-पाचनीय औषधियाँ दें।
- यदि मानसिक कारण अधिक हों तो मनोबल वर्धक औषधियाँ दें।

विशेष ध्यान

व्यक्तिगत स्वच्छता, नियमित दिनचर्या, सात्विक आहार और संयमित जीवनशैली ही इस रोग से पूर्ण लाभ पाने की कुंजी है।

नोट : यह एक गैर-रोगात्मक अवस्था है, समय पर ध्यान और सही प्रबंधन से पूर्णतः ठीक हो सकती है।

आयुर्वेद चिकित्सा में स्त्री धातु विकार का उपचार मुख्य रूप से श्वेत प्रदर (योनि से असामान्य सफेद स्राव) और मनोवाह स्रोत दुष्टि (मनोवैज्ञानिक तंत्रिका तंत्र में गड़बड़ी) के संयोजन के आधार पर किया जाता है। इस स्थिति में **कफ दोष की अधिकता और रस धातु अनिमांघ** (ऊतक चयापचय की कमजोरी) शामिल होती है, जिसके कारण शारीरिक कमजोरी और शरीर के महत्वपूर्ण तरल पदार्थों की हानि को लेकर गंभीर चिंता उत्पन्न होती है। पारंपरिक उपचार पद्धति में आंतरिक औषधियों (शमन), स्थानीय उपचारों (स्थानिक) और **मनोवैज्ञानिक चिकित्साओं (सत्त्ववजय)** का संयोजन उपयोग किया जाता है।

1. पारंपरिक आंतरिक चिकित्सा (शमन चिकित्सा) ये औषधियाँ कफ असंतुलन को लक्षित करती हैं, धातुओं (शरीर के ऊतकों) को मजबूत करती हैं और स्राव को रोकती

पुष्यनुग चूर्ण: प्रदर रोगके लिए सर्वोत्कृष्ट पारंपरिक औषधि जिसे 3-5 ग्राम की मात्रा में लिया जाता है। आदर्श रूप से इसे तंदुलोदक (चावल से धुले पानी) के साथ सेवन करना चाहिए।

लोघ्रआमलकी चूर्ण: पित्तज शरीर की गर्मी को संतुलित करने और थकान को कम करने के लिए शहद के साथ मिश्रित

लोघ्र चूर्ण: एक शक्तिशाली कसैला (कषाय) जड़ी बूटी जो योनि की अतिरिक्त नमी को सुखा देती है और ऊतकों को मजबूत करती है

लोघ्रासव: भोजन के बाद 15-20 मिलीलीटर की खुराक में समान मात्रा में पानी के साथ इसका सेवन करने से स्त्री रोग संबंधी स्राव का उपचार होता है।

मुसलीखादिरादि कश्यम: कमजोरी, कमर दर्द (कटिशूला) और स्राव के इलाज में अत्यधिक प्रभावी एक पारंपरिक काढ़ा। गुबिटी और भस्म (गोलियाँ और खनिज)

चंद्रप्रभा वटी: मूत्र मार्ग के किसी भी अप्रत्यक्ष संक्रमण को दूर करती है और जननांग प्रणाली को मजबूत बनाती है।

प्रदारंतक रस / लौह: एक हर्बल-खनिज मिश्रण जिसमें आयरन और कैल्शियम युक्त तत्व होते हैं, जो शरीर में तरल पदार्थ की कमी से जुड़े एनीमिया और थकान के उपचार में सहायक होता है।

कुक्कुटंडत्वक भस्म: अंडे के छिलके से बना भस्म, जो श्रोणि की कमजोरी को दूर करने के लिए कैल्शियम का एक समृद्ध, प्राकृतिक स्रोत प्रदान करता है।

2. स्थानीय उपचार (स्थानिक चिकित्सा) स्थानीय उपचार स्थानीय कफ संचय को दूर करते हैं और चिड़चिड़ी श्लेष्म झिल्लियों को शांत करते हैं।

योनि धावना (वैजाइनल डूश): प्रतिदिन एक बार त्रिफला कषाय या लोघ्र क्वाथके गुनगुने काढ़े से योनि मार्ग को धोना। योनि पिचु (औषधीय टैम्पोन): सूक्ष्म घावों को ठीक करने और स्राव को रोकने के लिए जात्यादि तेल या पंचवल्कल चूर्णतेल में भिगोए हुए एक रोगाणु रहित रुई के प्लग को योनि में डालना।

3. मनोवैज्ञानिक हस्तक्षेप (सत्त्ववजय चिकित्सा) क्योंकि महिला धातु सिंड्रोम का शारीरिक चिंता और "द्रव हानि" के बारे में संकट से गहरा संबंध है, इसलिए शास्त्रीय आयुर्वेद मन-शरीर चिकित्सा को अनिवार्य मानता है

मेध्य रसायन: अश्वगंधा, ब्राह्मी और शंखपुष्पी जैसे तंत्रिका तंत्र के लिए टॉनिक जो चिंता को कम करते हैं, अवसाद से राहत देते हैं और शारीरिक अति-केंद्रितता को रोकते हैं।

FEMALE URETHRAL SYNDROME (FUS)

Female Urethral Syndrome (FUS) or

Urethral pain syndrome (UPS)

Or

Genito-urinary pain syndromes,

Urethral Pain Syndrome (UPS) / Genito-Urinary Pain Syndrome

परिभाषा (Definition)

एक Chronic Lower Urinary Tract Pain Syndrome है,

Diagnostic Entry Criteria (निदान हेतु प्रवेश मानदंड)

जिसमें रोगी को बार-बार पेशाब लगना (Frequency) ,

पेशाब की तीव्र इच्छा (Urgency)

Urethra में दर्द, जलन या चुभन होती है, जबकि Routine Urine Culture में सामान्य बैक्टीरिया नहीं पाए जाते।

यह रोग प्रायः 13–70 वर्ष की महिलाओं में देखा जाता है और युवा महिलाओं में अधिक सामान्य है।

FEMALE URETHRA SYNDROME

(महिला मूत्रमार्ग सिंड्रोम)

परिभाषा : Female Urethra Syndrome (FUS) एक Chronic Lower Urinary Tract Pain Syndrome है, जिसमें बार-बार पेशाब लगना, पेशाब की तीव्र इच्छा या मूत्रमार्ग (Urethra) में दर्द या जलन होती है, लेकिन Routine Urine Culture में सामान्य बैक्टीरिया नहीं पाए जाते।

निदान हेतु प्रवेश मानदंड (ENTRY CRITERIA)

- ✓ लक्षण ≥ 3 माह तक बने रहना।
- ✓ डिस्यूरिया (मूत्रमार्ग में जलन/दर्द - लगातार या बीच-बीच में)
- ✓ बार-बार पेशाब लगना (हर 30 - 60 मिनट में)
- ✓ पेशाब की तीव्र इच्छा (Urgency)
 - अनितुंडी की 1 गोली सुबह अवश्य लें।
- ✓ सुप्राप्यूबिक दर्द/दबाव
- ✓ संभोग के समय दर्द (Dyspareunia) हो सकता है।
- ✓ रूटीन यूरिन कल्चर नेगेटिव होना।
- ✓ अन्य रोगों का अभाव (UTI, STIs, stones, tumors आदि)।

मुख्य लक्षण (MAIN SYMPTOMS)

- ✓ डिस्यूरिया (Dysuria)
 - मूत्रमार्ग में जलन, दर्द या चुभन।
- ✓ बार-बार पेशाब लगना (Frequency)
 - हर 30 - 60 मिनट में पेशाब लगना।
- ✓ पेशाब की तीव्र इच्छा (Urgency)
 - अचानक तेज पेशाब की इच्छा होना।
 - अनितुंडी की 1 गोली सुबह अवश्य लें।
- ✓ सुप्राप्यूबिक दर्द (Suprapubic Pain)
 - निचले पेट में भारीपन या दर्द।
- ✓ संभोग के समय दर्द (Dyspareunia)
 - संभोग के समय दर्द या असुविधा।

संभावित कारण (PATHOGENESIS)

- मूत्रमार्ग की सूजन या जलन
- संवेदनशीलता में वृद्धि (Hypersensitivity)
- हार्मोनल परिवर्तन (Estrogen Deficiency)
- पेल्विक मसल स्पाज्म या टोन में परिवर्तन
- साइकोलॉजिकल फैक्टर (Stress, Anxiety)
- स्थानीय माइक्रोसर्कुलेशन में कमी
- बार-बार एंटीबायोटिक उपयोग
- मूत्रमार्ग या पेल्विक फ्लोर की मसल डिसफंक्शन

जोखिम कारक (RISK FACTORS)

- कम पानी पीना
- व्यक्तिगत स्वच्छता की कमी
- रासायनिक युक्त साबुन/सैनिटरी उत्पादों का उपयोग
- हार्मोनल असंतुलन (मेनोपॉज)
- तनाव, चिंता, मानसिक दबाव
- लंबे समय तक मूत्र रोककर रखना

लक्षणानुसार आयुर्वेदिक उपचार (SYMPTOMATIC AYURVEDIC TREATMENT)

- डिस्यूरिया (जलन/दर्द)
 - चन्द्रप्रभा वटी - 2 गोली, दिन में 2 बार
 - गोक्षुरादि गुग्गुलु - 2 गोली, दिन में 2 बार
 - शीतल पित्तांतक कषाय - 20 ml, दिन में 2 बार
- बार-बार पेशाब लगना (Frequency)
 - पुनर्नवासव - 20 ml, दिन में 2 बार
 - दशनमूल क्वाथ - 20 ml, दिन में 2 बार
- पेशाब की तीव्र इच्छा (Urgency)
 - गोक्षुरादि गुग्गुलु - 2 गोली, दिन में 2 बार
 - अक्षगंधा चूर्ण - 3 ग्राम, रात्रि में दूध से
- सुप्राप्यूबिक दर्द/दबाव
 - दशमूल क्वाथ - 20 ml, दिन में 2 बार
 - एरंड तेल - 5 ml, रात्रि में गुनगुने जल से

क्लासिकल आयुर्वेदिक चिकित्सा (CLASSICAL AYURVEDIC THERAPIES & CHIKITSA)

- चन्द्रप्रभा वटी - 2 गोली, दिन में 2 बार
- गोक्षुरादि गुग्गुलु - 2 गोली, दिन में 2 बार
- पुनर्नवासव - 20 ml, दिन में 2 बार
- दशनमूल क्वाथ - 20 ml, दिन में 2 बार
- विष विंदुव वटी - 2 गोली, दिन में 2 बार
- शतावरी चूर्ण - 3 ग्राम, दिन में 2 बार (दूध के साथ)
- अक्षगंधा चूर्ण - 3 ग्राम, रात्रि में दूध के साथ
- शीतल पित्तांतक कषाय - 20 ml, दिन में 2 बार

Diagnostic Entry Criteria (निदान हेतु प्रवेश मानदंड)

FUS के निदान के लिए निम्न सभी प्रमुख बिंदुओं का होना तथा अन्य संभावित रोगों का Exclusion आवश्यक है।

1. Chronic Symptoms (≥ 3 Months)

लक्षण कम-से-कम 3 महीने या उससे अधिक समय से मौजूद हों:

Dysuria: Urethra में लगातार जलन, चुभन या दर्द (केवल पेशाब करते समय ही नहीं, बल्कि बीच-बीच में भी)

Frequency: दिन में बार-बार पेशाब लगना (लगभग हर 30–60 मिनट)

Urgency: अचानक एवं तीव्र पेशाब की इच्छा

Suprapubic Pain: निचले पेट, मूत्राशय या श्रोणि (Pelvis) में लगातार दर्द या दबाव

Dyspareunia: संभोग के दौरान या बाद में दर्द

2. Negative Routine Urine Culture

Routine Urinalysis एवं Urine Culture & Sensitivity में सामान्य बैक्टीरिया का न पाया जाना।

3. Exclusion of Other Diseases

निम्न रोगों को जांच द्वारा बाहर करना आवश्यक है:

Urinary Tract Infection (UTI)

Bladder Tumor

Urinary Stones

Chlamydia trachomatis Infection

अन्य गंभीर Urological या Gynecological रोग

4. Physical Examination

शारीरिक परीक्षण में निम्न निष्कर्ष मिल सकते हैं:

Urethral Tenderness

Paraurethral Gland Tenderness (दबाने पर दर्द)

Diagnostic Workup (Diagnosis की पुष्टि हेतु जांचें)

1. Detailed History & Pelvic Examination

लक्षणों की अवधि, दर्द का प्रकार तथा Pelvic Tenderness का मूल्यांकन।

2. Urinalysis & Urine Culture

सामान्य बैक्टीरियल संक्रमण (UTI) को बाहर करने हेतु।

3. Specialized Microbiological Tests

यदि आवश्यक हो तो:

Chlamydia trachomatis

Ureaplasma

Mycoplasma

Gardnerella vaginalis

की जांच।

4. Uroflowmetry

Urine Flow Rate का मूल्यांकन।

Functional Obstruction की पहचान।

5. Cystoscopy and/or Imaging

Bladder एवं Urethra में सूजन (Inflammation) , Stricture या अन्य संरचनात्मक असामान्यताओं का मूल्यांकन।

6. Urodynamic Studies

Bladder Function का मूल्यांकन।

High-pressure Urethral Spasm अथवा अन्य Functional Abnormalities की पहचान।

Diagnosis का सार

Female urethra Syndrome

का निदान तब किया जाता है जब:

≥3 महीने से Chronic Lower Urinary Tract Symptoms उपस्थित हों।

Routine Urine Culture Negative हो।

संक्रमण, पथरी, ट्यूमर तथा अन्य Urological एवं Gynecological रोगों को Exclude कर दिया गया हो।

Clinical Examination एवं आवश्यक Urological Investigations FUS के अनुरूप हों।

Common Differential Diagnoses

Interstitial Cystitis / Bladder Pain Syndrome (IC/BPS)

Atrophic Vaginitis / Genitourinary Syndrome of Menopause (Postmenopausal Women)

Distal Urethral Narrowing (Urethral Stricture)

Vulvovaginal Infections (जैसे Candida)

Paraurethral Gland Infection (Female Prostatitis)

उपचार

1. चन्दनासव

15 ml सुबह शाम जल से

2. पलाश पुष्पासवा

15 ml सुबह शाम जल से

3. फॉर Urine Urgency के लिए

अग्नितुडी वटी + गोक्षुरादि गुग्गुल + चंदनदी वटी दोनों की 2-2 गोली ले



DYSMENORRHEA & MENORRHAGIA

Dysmenorrhea & Menorrhagia

Primary Dysmenorrhea Entry Criteria

प्राथमिक डिसमेनोरिया (Primary Dysmenorrhea)

के प्रवेश मानदंड (Entry Criteria)



विशेषज्ञों ने प्राथमिक डिसमेनोरिया (Primary Dysmenorrhea) के निदान एवं उपचार के लिए पात्रता निर्धारित करने हेतु निम्नलिखित मानदंड निर्धारित किए हैं:

1 परिभाषा (Definition)

प्राथमिक डिसमेनोरिया वह स्थिति है जिसमें श्रोणि (Pelvis) में किसी भी संरचनात्मक या रोगजन्य विकार (जैसे एंडोमेट्रियोसिस, एडेनोमायोसिस या गर्भाशय फाइब्रॉइड) की अनुपस्थिति में मासिक धर्म के दौरान दर्द होता है।

2 दर्द की तीव्रता (Severity)

- VMSS (Verbal Multidimensional Scoring System) ग्रेड 2 या उससे अधिक होना चाहिए।

VMSS ग्रेड (Verbal Multidimensional Scoring System)

Grade 0	Grade 1	Grade 2	Grade 3
कोई दर्द नहीं	हल्का दर्द	मध्यम दर्द	तीव्र दर्द

पात्रता : ग्रेड 2 या उससे अधिक

3 दर्द का स्वरूप (Pain Description)

- दर्द आमतौर पर ऐंठन (Cramping) या नाभि के नीचे (Suprapubic Area) होता है।
- यह दर्द मासिक धर्म शुरू होने से ठीक पहले या शुरूआत के समय प्रारंभ होता है।
- सामान्यतः रक्तस्राव के सबसे अधिक होने वाले समय में दर्द अपनी अधिकतम तीव्रता पर होता है।
- दर्द प्रायः 2-3 दिनों तक बना रहता है।

4 अपवर्जित स्थितियाँ (Excluded Conditions)

निम्न स्थितियों का संदेह कम होना चाहिए या उनका निदान नकारात्मक (Absent) होना चाहिए:



Pelvic
Inflammatory
Disease (PID)



Sexually
Transmitted
Infection (STI)



प्रजनन अंगों की
संरचनात्मक
असामान्यताएँ
(Structural Anomalies)



गंभीर
एंडोमेट्रियोसिस
(Severe
Endometriosis)

5 निदान के उपकरण (Diagnostic Tools)

- अल्ट्रासाउंड (Ultrasound/USG) प्राथमिक जाँच का सबसे उपयुक्त साधन है, जिसका उपयोग श्रोणि (Pelvic) की किसी भी रोगजन्य या संरचनात्मक विकृति (Pathology) को बाहर करने (Rule Out) के लिए किया जाता है।

प्राथमिक डिसमेनोरिया (Primary Dysmenorrhea) – दर्द की तीव्रता का आकलन

1. WaLIDD स्कोर (0–12)

स्कोर	तीव्रता
0	डिसमेनोरिया नहीं
1–4	हल्का (Mild)
5–7	मध्यम (Moderate)
8–12	गंभीर (Severe)

2. वर्बल मल्टीडायमेंशनल स्कोरिंग सिस्टम (VMSS)

ग्रेड 0	दर्द नहीं, किसी दवा की आवश्यकता नहीं।
ग्रेड 1 (हल्का)	हल्का दर्द, दैनिक गतिविधियाँ लगभग सामान्य रहती हैं, दर्द निवारक दवा की आवश्यकता बहुत कम होती है।
ग्रेड 2 (मध्यम)	मध्यम दर्द, दैनिक गतिविधियाँ प्रभावित होती हैं, दर्द निवारक दवा की आवश्यकता होती है तथा कभी-कभी कार्यस्थल या विद्यालय से अनुपस्थित रहना पड़ सकता है।
ग्रेड 3 (गंभीर)	अत्यधिक दर्द, दैनिक गतिविधियों में स्पष्ट बाधा, दर्द निवारक दवाओं से पर्याप्त राहत नहीं मिलती तथा मतली, उल्टी, सिरदर्द आदि जैसे पूरे शरीर से संबंधित लक्षण उपस्थित हो सकते हैं।

3. न्यूमेरिकल रेटिंग स्केल (NRS)

- दर्द की तीव्रता मापने के लिए 0 से 10 तक की 11-बिंदु (11-point) दर्द मापन स्केल।

4. डिसमेनोरिया सिम्प्टम इंटरफेरेंस स्केल (DSI)

- 0–10 अंक की स्केल, जो यह आकलन करती है कि डिसमेनोरिया दैनिक गतिविधियों एवं जीवन की गुणवत्ता को किस सीमा तक प्रभावित करता है।

द्वितीयक डिसमेनोरिया (Secondary Dysmenorrhea) के संकेत

- ✓ 25 वर्ष की आयु के बाद पहली बार दर्दयुक्त मासिक धर्म शुरू होना।
- ✓ लक्षणों का श्रोणि (Pelvic) की किसी अंतर्निहित बीमारी से संबंधित होना।
- ✓ NSAIDs (दर्द एवं सूजन कम करने वाली दवाएँ) अथवा संयुक्त मौखिक गर्भनिरोधक गोलियों (Combined Oral Contraceptives) से पर्याप्त लाभ न मिलना।
- ✓ अधिक मासिक रक्तस्राव (Heavy Menstrual Bleeding), अनियमित मासिक चक्र या गहरे यौन संबंध के दौरान दर्द (Deep Dyspareunia) का उपस्थित होना।

अधिक मासिक रक्तस्राव (Heavy Menstrual Bleeding – HMB)

निदान के प्रवेश मानदंड (Diagnostic Entry Criteria)

- रक्तस्राव की मात्रा: प्रत्येक मासिक चक्र में 80 मि.ली. से अधिक रक्तस्राव।
- अवधि: रक्तस्राव 7 दिनों से अधिक तक बना रहना।
- जीवन की गुणवत्ता: रक्तस्राव के कारण शारीरिक, मानसिक, सामाजिक या व्यावसायिक/कार्य संबंधी गतिविधियाँ प्रभावित होना।

“7–2–1” त्वरित मूल्यांकन नियम (Quick Assessment Rule)

- 7** मासिक रक्तस्राव 7 दिनों से अधिक तक रहे।
- 2** पैड या टैम्पोन को हर 2 घंटे या उससे कम समय में बदलने की आवश्यकता पड़े।
- 1** लगभग 1 इंच (≈2.5 सेमी) या उससे बड़े रक्त के थक्के (Blood Clots) निकलना।

1. WaLIDD स्कोर (0–12 अंक)

- 0 अंक: दर्द नहीं
 - 1–4 अंक: हल्का दर्द
 - 5–7 अंक: मध्यम दर्द
 - 8–12 अंक: गंभीर दर्द
-

2. वर्बल मल्टीडायमेंशनल स्कोरिंग सिस्टम (VMSS)

- ग्रेड 0: दर्द नहीं, दवा की आवश्यकता नहीं।
 - ग्रेड 1 (हल्का) : हल्का दर्द, दैनिक कार्य लगभग सामान्य, दर्द की दवा कभी-कभी।
 - ग्रेड 2 (मध्यम) : मध्यम दर्द, दैनिक कार्य प्रभावित, दर्द की दवा आवश्यक, कभी-कभी स्कूल/कार्य से अनुपस्थित रहना।
 - ग्रेड 3 (गंभीर) : बहुत तेज दर्द, दैनिक कार्य करने में कठिनाई, दर्द की दवा से कम लाभ, साथ में मतली, उल्टी, सिरदर्द आदि।
-

3. न्यूमेरिकल रेटिंग स्केल (NRS)

- 0 से 10 अंक का दर्द मापने का पैमाना।
 - 0 = दर्द नहीं
 - 10 = असहनीय (सबसे अधिक) दर्द
-

4. डिस्पेनोरिया सिम्प्टम इंटरफेरेंस स्केल (DSI)

- 0 से 10 अंक का पैमाना।
 - यह बताता है कि मासिक धर्म का दर्द महिला के दैनिक कार्यों और जीवन की गुणवत्ता को कितना प्रभावित कर रहा है।
-

द्वितीयक कष्टार्तव (Secondary Dysmenorrhea) के संकेत

निम्न स्थितियों में द्वितीयक कष्टार्तव की संभावना अधिक होती है—

- 25 वर्ष की आयु के बाद पहली बार दर्दयुक्त मासिक धर्म शुरू होना।
- दर्द के साथ श्रोणि (Pelvic) का कोई रोग होना।
- NSAIDs या संयुक्त गर्भनिरोधक गोलीयों (Combined Oral Contraceptives) से पर्याप्त लाभ न मिलना।
- अत्यधिक मासिक रक्तस्राव (Heavy Menstrual Bleeding) , अनियमित मासिक धर्म, या संभोग के दौरान गहरा दर्द (Deep Dyspareunia) होना।

कष्टार्तव (Dysmenorrhea) स्कोरिंग प्रणाली

VMSS (Verbal Multidimensional Scoring System)

ग्रेड 0: दर्द नहीं, दवा की आवश्यकता नहीं।

ग्रेड 1 (हल्का) : हल्का दर्द, दैनिक कार्य लगभग सामान्य, दर्द की दवा कभी-कभी।

ग्रेड 2 (मध्यम) : मध्यम दर्द, दैनिक कार्य प्रभावित, दर्द निवारक दवा आवश्यक, कभी-कभी स्कूल/कार्य से अनुपस्थित रहना।

ग्रेड 3 (गंभीर) : अत्यधिक दर्द, दैनिक कार्य स्पष्ट रूप से बाधित, दर्द निवारक दवा से कम लाभ, साथ में मतली, उल्टी, सिरदर्द आदि।

न्यूमेरिकल रेटिंग स्केल (NRS)

0–10 अंक का दर्द मापने का पैमाना।

0 = दर्द नहीं

10 = असहनीय दर्द

डिस्मेनोरिया सिम्प्टम इंटरफेरेंस स्केल (DSI)

0–10 अंक का पैमाना, जो यह दर्शाता है कि मासिक धर्म का दर्द दैनिक कार्यों और जीवन की गुणवत्ता को कितना प्रभावित करता है।

द्वितीयक कष्टार्तव (Secondary Dysmenorrhea) के संकेत

निम्न स्थितियों में द्वितीयक कष्टार्तव की संभावना अधिक होती है—

25 वर्ष की आयु के बाद पहली बार दर्दयुक्त मासिक धर्म शुरू होना।

रजोदर्शन (Menarche) के प्रारंभिक कुछ चक्रों में ही दर्दयुक्त मासिक धर्म होना।

NSAIDs या मौखिक गर्भनिरोधक गोलियों (Oral Contraceptives) से पर्याप्त लाभ न मिलना।

अत्यधिक मासिक रक्तस्राव (Heavy Menstrual Bleeding) , अनियमित मासिक धर्म, या संभोग के दौरान गहरा दर्द (Deep Dyspareunia) होना।

Menorrhagia

अत्यधिक मासिक धर्म (Heavy Menstrual Bleeding – HMB / मेनोरेजिया)

अत्यधिक मासिक धर्म (Heavy Menstrual Bleeding – HMB) वह स्थिति है जिसमें एक मासिक चक्र के दौरान 80 mL से अधिक रक्तस्राव होता है। चूंकि दैनिक चिकित्सा अभ्यास में रक्तस्राव की वास्तविक मात्रा मापना कठिन होता है, इसलिए इसका निदान रोगिणी द्वारा बताए गए लक्षणों, मान्य (Validated) स्कोरिंग प्रणालियों तथा आवश्यक चिकित्सीय जाँचों के आधार पर किया जाता है।

HMB के निदान हेतु प्रवेश मानदंड (Diagnostic Entry Criteria)

चिकित्सक सामान्यतः मासिक धर्म को अत्यधिक (Heavy) मानते हैं यदि निम्न में से एक या अधिक मानदंड उपस्थित हों—

कुल रक्तस्राव: एक मासिक चक्र में 80 mL से अधिक।

अवधि: मासिक धर्म 7 दिनों से अधिक चले।

जीवन पर प्रभाव: रक्तस्राव इतना अधिक हो कि महिला के शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक अथवा सामाजिक जीवन की गुणवत्ता प्रभावित होने लगे।

"7-2-1" नियम (त्वरित मूल्यांकन)

7: मासिक धर्म 7 दिनों से अधिक चले।

2: प्रत्येक 2 घंटे या उससे कम समय में पैड/टैम्पॉन बदलना पड़े।

1: 1 इंच (लगभग 2.5 सेमी) या उससे बड़े रक्त के थक्के (Clots) निकलना।

पिक्टोरियल ब्लड लॉस असेसमेंट चार्ट (PBAC)

PBAC, HMB का आकलन करने के लिए मानक अर्ध-परिमाणात्मक (Semi-quantitative) स्कोरिंग प्रणाली है। इसमें रोगिणी अपने उपयोग किए गए सेनेटरी पैड या टैम्पॉन पर रक्त के दाग की मात्रा का रिकॉर्ड रखती है।

PBAC स्कोरिंग प्रणाली

टैम्पॉन (Tampons) :

हल्का दाग – 1 अंक

मध्यम दाग – 5 अंक

पूरी तरह भीगा – 10 अंक

सेनेटरी पैड (Pads) :

हल्का दाग – 1 अंक

मध्यम दाग – 5 अंक

पूरी तरह भीगा – 20 अंक

रक्त के थक्के (Clots) :

छोटे थक्के – 1 अंक

बड़े थक्के – 5 अंक

FIGO PALM-COEIN वर्गीकरण

असामान्य गर्भाशयी रक्तस्राव (Abnormal Uterine Bleeding) के कारणों को वर्गीकृत करने के लिए FIGO द्वारा विकसित प्रणाली—

P – पॉलिप (Polyp)

A – एडेनोमायोसिस (Adenomyosis)

L – लियोमायोमा/फाइब्रॉइड (Leiomyoma)

M – घातक रोग एवं हाइपरप्लासिया (Malignancy & Hyperplasia)

COEIN (असंरचनात्मक कारण)

C – रक्त जमने की विकृति (Coagulopathy)

O – अंडोत्सर्जन संबंधी विकार (Ovulatory Dysfunction)

E – एंडोमेट्रियल कारण (Endometrial)

I – औषधि/चिकित्सकीय कारण (Iatrogenic)

N – अन्य अवर्गीकृत कारण (Not Yet Classified)

प्रारंभिक जाँचें (Initial Investigations)

पूर्ण रक्त गणना (Full Blood Count – FBC) : आयरन की कमी से होने वाले एनीमिया का पता लगाने हेतु।

सीरम फेरिटिन (Serum Ferritin) : शरीर में आयरन भंडार का आकलन करने हेतु।

पेल्विक अल्ट्रासाउंड (Pelvic Ultrasound) : फाइब्रॉइड, पॉलिप आदि संरचनात्मक कारणों की पहचान के लिए प्रथम पंक्ति की जाँच।

हिस्टेरोस्कोपी (Hysteroscopy) : यदि गर्भाशय गुहा में किसी असामान्यता की आशंका हो तो यह जाँच की जाती है।

निम्नलिखित योग Dysmenorrhea को दूर करने में प्रयुक्त होते हैं

1. नष्टपुष्पान्तक रस – उष्ण जल के साथ प्रयोग करें।
1 रत्ती सुबह शाम जल से
2. रजः प्रवर्तिनी वटी – 2 रत्ती की गोली प्रातः-सायं उष्ण जल से सेवन करानी चाहिए।
3. अपामार्गादि वर्ति – जिस समय प्रयोग करना हो, उस समय वर्ति को घृत से चिकना करके योनि में धारण कराना चाहिए।
4. कुमारिका वटी या एलादि वटी –
2-2 गोली
उष्ण जल के साथ प्रयोग करें।
5. कुमार्यासव – भोजन के बाद प्रयोग कराना चाहिए।
6. कांकायन गुटिका (गुल्माधिकार) – आर्तव-दूषण में लाभप्रद है।
7. चन्द्रप्रभा वटी – रजःकृच्छ्र (कष्टार्तव) में लाभकारी है।



मात्रा बस्ति (Matra Basti)

मासिक धर्म के दर्द (डिसमेनोरिया) में प्रभावी उपचार



मात्रा बस्ति क्या है?

मात्रा बस्ति आयुर्वेद की स्नेह बस्ति का एक प्रकार है, जिसमें अल्प मात्रा में औषधीय तेल गुदा मार्ग से दिया जाता है। इसका उद्देश्य **वात दोष का शमन, श्रोणि (Pelvic)** क्षेत्र की मांसपेशियों को शिथिल करना, ऐंठन कम करना तथा मासिक धर्म के दर्द में राहत प्रदान करना है।



अल्प मात्रा में
औषधीय तेल
(स्नेह)
गुदा मार्ग से दिया
जाता है।

मात्रा: सामान्यतः 60–120 ml (व्यक्ति की स्थिति अनुसार)

मात्रा बस्ति के संभावित लाभ



वात दोष का संतुलन



गर्भाशय एवं श्रोणि की ऐंठन में कमी



Pelvic pain में राहत



मांसपेशियों का शिथिलीकरण



मासिक धर्म के दर्द की
तीव्रता में कमी

कष्टार्तव (Dysmenorrhea) के लिए उपयोगी औषधीय तेल

1 सहचरादि तेल



- दर्द के लिए यह एक बेहतरीन विकल्प है।
- यह नसों को शांत करता है और तनावग्रस्त श्रोणि की मांसपेशियों को आराम देता है।

2 दशमूल तेल



- दस औषधीय जड़ों से बना यह तेल वात असंतुलन को ठीक करने के लिए उत्कृष्ट है।
- यह तेज, असहनीय मासिक धर्म दर्द (ऐंठन) को कम करने में सहायक है।

3 धन्वंतरमू तेल (Dhanwantaram Taila)



- शरीर की मांसपेशियों को मजबूती देने के लिए प्रयोग किया जाता है।
- दर्द से राहत प्रदान करने में सहायक है।

4 तिल का तेल (Sesame Oil)



- इसका प्रयोग अक्सर आधार के रूप में या अकेले ही किया जाता है।
- यह मांसपेशियों के दर्द को कम करने के लिए प्राकृतिक गर्माहट प्रदान करता है।



नोट: मात्रा बस्ति का प्रयोग प्रशिक्षित आयुर्वेद चिकित्सक के परामर्श एवं निगरानी में ही किया जाना चाहिए।



मात्रा वस्ति मासिक धर्म के दर्द (**डिसमेनोरिया**) के लिए एक प्रभावी उपचार है। इसमें वात दोष को संतुलित करने, ऐंठन को शांत करने और Pelvic (श्रोणि) के दर्द को कम करने के लिए **थोड़ी मात्रा में तेल का उपयोग किया जाता है**। उपयोग किए जाने वाले सबसे आम तेलों में शामिल हैं:

- **सहचरादि तेल:** दर्द के लिए यह एक बेहतरीन विकल्प है। यह नसों को शांत करता है और तनावग्रस्त Pelvic (श्रोणि) की मांसपेशियों को आराम देता है।
- **दशमूल तेल:** दस औषधीय जड़ों से बना यह तेल वात असंतुलन को ठीक करने के लिए उत्कृष्ट है, जो तेज, असहनीय मासिक धर्म दर्द का कारण बनता है।
- **धन्वंतरम् तैल (Dhanwantaram Taila) :** शरीर की मांसपेशियों को मजबूती और दर्द से राहत देने के लिए प्रयोग किया जाता है।
- **तिल का तेल:** इसका प्रयोग अक्सर आधार के रूप में या अकेले ही किया जाता है। यह मांसपेशियों के दर्द को कम करने के लिए प्राकृतिक गर्माहट प्रदान करता है।

मात्रा वस्ति क्या है?

मात्रा वस्ति एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें औषधीय तेल की थोड़ी मात्रा (40 मिली से 60 मिली) को एक छोटी एनीमा ट्यूब की मदद से मलाशय में धीरे-धीरे डाला जाता है। जड़ी-बूटियों को सीधे निचले बृहदान्त्र में पहुँचाने से, दवा (Pelvic Region) श्रोणि क्षेत्र में जल्दी अवशोषित हो जाती है, जिससे गर्भाशय के आसपास की मांसपेशियां और ऊतक शिथिल हो जाते हैं।

यह क्यों फायदेमंद है:

आयुर्वेद में, मासिक धर्म के दौरान होने वाले दर्द को वात (गति की ऊर्जा) के असंतुलन के रूप में देखा जाता है। वात के अवरुद्ध होने से दर्द और नियमित ऐंठन होती है। गर्म, चिकनाई देने वाले तेल इस ऊर्जा को शांत करते हैं, जिससे मांसपेशियों को आराम मिलता है और दर्द से राहत मिलती है।



LEUKOCORIA

Leukocoria

WHITE DISCHARGE (LEUKORRHEA / LEUCORRHOEA)

श्वेत प्रदर (श्वेत योनि स्राव) – निदान हेतु प्रवेश मानदंड

परिभाषा (DEFINITION)

Leukorrhea (Leucorrhoea) महिलाओं में होने वाला सफेद, पीला, चिपचिपा या गाढ़ा योनि स्राव है। यह सामान्य (Physiological) या असामान्य (Pathological) हो सकता है। सामान्य स्राव मासिक चक्र का एक हिस्सा होता है, जबकि असामान्य स्राव संक्रमण (Infection), सूजन (Inflammation) या अन्य रोगों का संकेत हो सकता है।

DIAGNOSTIC ENTRY CRITERIA

(निदान हेतु प्रवेश मानदंड)

रोगी में White Vaginal Discharge (Leukorrhea) के साथ निम्न में से एक या अधिक लक्षण उपस्थित हों

1. ABNORMAL DISCHARGE
(असामान्य योनि स्राव)

- गाढ़ा, दही जैसा (Cottage cheese-like)
- पीला, हरा या धूसर (Yellow, Green, Grey)
- चिपचिपा (Sticky)
- स्राव की मात्रा में अचानक वृद्धि

2. GENITAL
ITCHING/BURNING
(खुजली या जलन)

- योनि या बाह्य जननांग में तीव्र खुजली
- जलन
- लालिमा (Erythema)
- सूजन (Edema)

3. PAIN OR
DISCOMFORT
(दर्द या असुविधा)

- पेशाब करते समय दर्द (Dysuria)
- संभोग के समय दर्द (Dyspareunia)
- निचले पेट या श्रोणि (Pelvis) में दर्द / असुविधा

4. PERSISTENT
BAD ODOR
(दुर्गंध)

- मछली जैसी (Fishy) या दुर्गंधयुक्त गंध
- विशेषकर संभोग (Intercourse) के बाद

5. PERSISTENCE
(लगातार बने रहना)

- स्राव कुछ दिनों से अधिक समय तक बना रहे
- या अन्य लक्षणों के साथ लगातार बना रहे

NORMAL vs ABNORMAL VAGINAL DISCHARGE

PHYSIOLOGICAL (NORMAL)		PATHOLOGICAL (ABNORMAL)
साफ या हल्का सफेद	 रंग एवं प्रकृति	पीला, हरा, धूसर
बिना दुर्गंध	 गंध	दुर्गंध या Fishy Smell
पतला या हल्का गाढ़ा	 स्राव की बनावट	अत्यधिक गाढ़ा या दही जैसा
खुजली या जलन नहीं	 खुजली / जलन	खुजली, जलन, लालिमा
दर्द नहीं	 दर्द / असुविधा	Dysuria, Dyspareunia, Pelvic Pain

COMMON CAUSES (मुख्य कारण)

1. BACTERIAL VAGINOSIS (BV):	पतला धूसर-सफेद स्राव, Fishy Smell
2. YEAST INFECTIONS (CANDIDIASIS):	गाढ़ा सफेद, Cottage cheese-like स्राव
3. TRICHOMONIASIS / STIs:	पीला-हरा, झागदार (Frothy), दुर्गंधयुक्त स्राव
4. HORMONAL CHANGES:	Pregnancy, Puberty, High Estrogen
5. POOR HYGIENE / IRRITANTS:	Scented soaps, Douching, Chemical irritants

Note: सामान्य (Physiological) Leukorrhea बिना दुर्गंध, खुजली, जलन या दर्द के होती है और यह सासित्य भ्रम चक्र का सामान्य भाग हो सकती है। जबकि दुर्गंध, खुजली, जलन, दर्द या रंग/ गाढ़ापन में परिवर्तन होने पर इसे Pathological Leukorrhea माना जाता है और उचित जांच एवं उपचार आवश्यक होता है।

White Vaginal Discharge (Leukorrhea / Leucorrhoea)

परिभाषा (Definition)

Leukorrhea (Leucorrhoea) महिलाओं में होने वाला सफेद, पीला, चिपचिपा या गाढ़ा योनि स्राव (Vaginal Discharge) है। यह सामान्य (Physiological) या असामान्य (Pathological) हो सकता है। सामान्य स्राव मासिक चक्र का एक हिस्सा होता है, जबकि असामान्य स्राव संक्रमण (Infection), सूजन (Inflammation) या अन्य रोगों का संकेत हो सकता है।

Diagnostic Entry Criteria (निदान हेतु प्रवेश मानदंड)

रोगी में White Vaginal Discharge (Leukorrhea) के साथ निम्न में से एक या अधिक लक्षण उपस्थित हों:

1. Abnormal Vaginal Discharge (असामान्य योनि स्राव)

गाढ़ा, दही जैसा (Cottage cheese-like)

पीला, हरा या धूसर (Yellow, Green, Grey)

चिपचिपा (Sticky)

स्राव की मात्रा में अचानक वृद्धि

2. Persistent Bad Odor (दुर्गंध)

मछली जैसी (Fishy) या दुर्गंधयुक्त गंध

विशेषकर संभोग (Intercourse) के बाद

3. Genital Itching/Burning (खुजली या जलन)

योनि या बाह्य जननांग में तीव्र खुजली

जलन, लालिमा (Erythema), सूजन (Edema)

4. Pain or Discomfort (दर्द या असुविधा)

पेशाब करते समय दर्द (Dysuria), संभोग के समय दर्द (Dyspareunia), निचले पेट या श्रोणि (Pelvis) में दर्द/असुविधा

5. Persistence (लगातार बने रहना)

स्राव कुछ दिनों से अधिक समय तक बना रहे, या अन्य लक्षणों के साथ लगातार बना रहे

Diagnostic Evaluation (निदान हेतु परीक्षण)

1. Clinical History & Physical Examination

विस्तृत रोग-इतिहास

स्त्रीरोग (Gynecological) परीक्षण

2. Microscopic Examination (Wet Mount)

Vaginal discharge की माइक्रोस्कोप से जांच

>10 White Blood Cells (WBC) /High Power Field (HPF) संक्रमण का संकेत माने जाते हैं।

3. Vaginal pH Test

pH >4.5 होने पर विशेष रूप से Bacterial Vaginosis (BV) की संभावना बढ़ जाती है।

4. Culture & Sensitivity

बैक्टीरिया, फंगस या अन्य संक्रमण की पहचान हेतु

5. STI Testing

यौन सक्रिय (Sexually Active) महिलाओं में

Gonorrhea एवं Chlamydia की जांच

Normal vs Abnormal Vaginal Discharge

Physiological (Normal)

Pathological (Abnormal)

साफ या हल्का सफेद

पीला, हरा, धूसर

बिना दुर्गंध

दुर्गंध या Fishy Smell

पतला या हल्का गाढ़ा

अत्यधिक गाढ़ा या दही जैसा

खुजली या जलन नहीं

खुजली, जलन, लालिमा

दर्द नहीं

Dysuria, Dyspareunia, Pelvic Pain

Common Causes (मुख्य कारण)

Bacterial Vaginosis (BV) : पतला धूसर-सफेद स्राव, Fishy Smell

Vulvovaginal Candidiasis (Yeast Infection) : गाढ़ा सफेद, Cottage cheese-like स्राव

Trichomoniasis: पीला-हरा, झागदार (Frothy) , दुर्गन्धयुक्त स्राव

Sexually Transmitted Infections (STIs)

Hormonal Changes: Pregnancy, Puberty, High Estrogen

Poor Genital Hygiene या Irritants: Scented soaps, Douching, Chemical irritants

श्वेत प्रदर (ल्यूकोरिया या सफेद पानी) को कफ दोष के असंतुलन और मंद अग्नि से जोड़कर देखा जाता है। इसका उपचार करने के लिए शरीर से हानिकारक कफ को सुखाने (स्तम्भन चिकित्सा) और गर्भाशय को ताकत देने (बृंहण चिकित्सा) वाली जड़ी-बूटियों का इस्तेमाल किया जाता है। श्वेत प्रदर के मुख्य आयुर्वेदिक उपचार, प्रमुख दवाइयां और घरेलू उपाय निम्नलिखित हैं

1. प्रमुख आयुर्वेदिक औषधियां (Medicines List ल्यूकोरिया के इन्फेक्शन को खत्म करने और कमजोरी दूर करने में सबसे असरदार मानी जाती हैं

पुष्यानुग चूर्ण (Pushyanuga Churna) : यह श्वेत प्रदर की सबसे मुख्य दवा है। इसे चावल के धोए हुए पानी (तण्डुलोदक) के साथ लेने से स्राव तुरंत नियंत्रित होता है।

पत्रांगासव (Patrangasav) : यह एक लिक्विड (आसव) दवा है जो गर्भाशय की सूजन को दूर करती है, पीरियड्स को नियमित करती है और कमजोरी मिटाती है।

प्रदरांतक लौह / रस (Pradarantak Rasa) : यह दवा योनि मार्ग के इन्फेक्शन और अत्यधिक गाढ़े स्राव को रोकने में मदद करती है। चंद्रप्रभा वटी

चन्द्रप्रभा वटी (Chandraprabha Vati) :

यदि सफेद पानी के कारण यूरिन में जलन या संक्रमण (UTI) हो, तो यह वटी बहुत फायदेमंद है।

लोध्रासव (Lodhrasav) : लोध्र की छाल से बनी यह दवा गर्भाशय की मांसपेशियों को कसती है और पानी बहना रोकती है।

महत्वपूर्ण जड़ी-बूटियां (Herbs)

लोध्र (Lodhra) : यह कसैली जड़ी-बूटी योनि स्राव और सूजन को प्राकृतिक रूप से रोकती है। अशोक (Ashoka छाल) : यह महिलाओं के संपूर्ण प्रजनन स्वास्थ्य को सुधारती है और बच्चेदानी को मजबूत करती है।

शतावरी (Shatavari) : यह हार्मोन्स को संतुलित करती है और सफेद पानी के कारण शरीर में आई कमजोरी और कमर दर्द को दूर करती है।

3. घरेलू उपचार (Home Remedies) चावल का पानी (तण्डुलोदक) : चावल को धोने के बाद बचे पानी में थोड़ी सी मिश्री मिलाकर सुबह-शाम पिएं। यह इस बीमारी का सबसे सरल और अचूक उपाय है।

मेथी दाना: मेथी के बीजों को रातभर पानी में भिगोएं और सुबह खाली पेट उस पानी को पिएं। यह आंतरिक पीएच (pH) स्तर को संतुलित करता है।

आंवला चूर्ण: रोजाना एक चम्मच आंवला पाउडर को शहद के साथ लेने से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और इन्फेक्शन खत्म होता है!

4. बाह्य उपचार (External Treatment & Hygiene) योनि प्रक्षालन (Vaginal Wash) : नीम के पत्तों या त्रिफला चूर्ण को पानी में अच्छी तरह उबाल लें। उस पानी को गुनगुना करके योनि मार्ग की सफाई (वॉश) करें। इससे खुजली और दुर्गंध तुरंत दूर होती है।

परहेज और जीवनशैली (Do's & Don'ts) क्या खाएं: हल्का और आसानी से पचने वाला भोजन करें। खाने में गाय का घी, दूध और हरी सब्जियां शामिल करें। क्या न खाएं: ज्यादा तीखा, चटपटा, तला-भुना और खट्टा भोजन बिल्कुल बंद कर दें।

स्वच्छता: हमेशा सूती (cotton) अंडरगारमेंट्स पहनें और प्राइवेट पार्ट को सूखा व साफ रखें। यदि आप सटीक खुराक जानना चाहती हैं, तो क्या आप मुझे बता सकती हैं कि आपको यह समस्या कितने समय से है और क्या इसके साथ कमर दर्द या खुजली जैसे लक्षण भी हैं?



HYDROMETRA/PYOMETRA

Hydrometra/Pyometra

हाइड्रोमेट्रा (Hydrometra) (गर्भाशय में Clear Fluid का भरना) तथा पायोमेट्रा (Pyometra) (गर्भाशय में Pus (मवाद/संक्रमित द्रव) का भरना) ऐसी अवस्थाएँ हैं जिनमें गर्भाशय की गुहा (Uterine cavity) में द्रव एकत्र हो जाता है। ये स्थितियाँ प्रायः रजोनिवृत्ति (Postmenopausal) के बाद की महिलाओं में पाई जाती हैं, जिसका मुख्य कारण गर्भाशय ग्रीवा (Cervix) का संकुचित हो जाना (Cervical stenosis) या एट्रोफिक एंडोमेट्राइटिस (Atrophic endometritis) होता है।

पायोमेट्रा एक गंभीर तथा अक्सर अनदेखी रह जाने वाली अवस्था है, जो समय पर उपचार न मिलने पर गर्भाशय फटने (Uterine rupture) जैसी गंभीर जटिलता उत्पन्न कर सकती है।

प्रवेश मानदंड (जोखिम कारक एवं लक्षण)

रजोनिवृत्ति के बाद की महिलाएँ (Postmenopausal women) सबसे अधिक जोखिम में होती हैं, क्योंकि एस्ट्रोजन (Estrogen) के स्तर में कमी के कारण गर्भाशय में शोष (Atrophy) तथा गर्भाशय ग्रीवा (Cervix) का संकुचन (Cervical narrowing) हो जाता है।

हाइड्रोमेट्रा (Hydrometra) एवं प्योमेट्रा (Pyometra)

हाइड्रोमेट्रा (गर्भाशय में साफ़ द्रव का जमा होना) तथा प्योमेट्रा (गर्भाशय में मवाद/संक्रमित द्रव का जमा होना) ऐसी अवस्थाएँ हैं जिनमें गर्भाशय की गुहा (Uterine cavity) में द्रव एकत्र हो जाता है। ये समस्याएँ मुख्यतः रजोनिवृत्ति (Postmenopausal) के बाद की महिलाओं में सर्वाइकल स्टेनोसिस (गर्भाशय ग्रीवा का संकुचित होना) या एट्रोफिक एंडोमेट्राइटिस के कारण होती हैं।



प्योमेट्रा एक गंभीर एवं अक्सर अनदेखी की जाने वाली स्थिति है, जो समय पर उपचार न मिलने पर गर्भाशय फटने (Uterine Rupture) जैसी गंभीर जटिलता का कारण बन सकती है।

प्रवेश मानदंड (जोखिम कारक एवं लक्षण)

रजोनिवृत्ति के बाद की महिलाओं में एस्ट्रोजन हार्मोन की कमी के कारण गर्भाशय का क्षय (Atrophy) तथा गर्भाशय ग्रीवा का संकुचन होने से इस रोग का जोखिम अधिक होता है।

1. आयु

- सामान्यतः अधिक आयु की, रजोनिवृत्ति (Postmenopausal) के बाद की महिलाएँ।

2. प्रमुख लक्षण

- मवाद जैसा या दुर्गंधयुक्त योनि स्राव (विशेषकर प्योमेट्रा में सबसे सामान्य लक्षण)
- रजोनिवृत्ति के बाद रक्तस्राव (Postmenopausal Bleeding)
- निचले पेट में दर्द या असुविधा

3. जोखिम कारक

- सर्वाइकल स्टेनोसिस/अवरोध – शल्य चिकित्सा (Surgery) के बाद या एट्रोफिक परिवर्तनों के कारण।
- घातक रोग (Malignancy) – गर्भाशय ग्रीवा (Cervix) या एंडोमेट्रियम (Endometrium) के कैंसर को अवश्य बाहर करना चाहिए, क्योंकि ये द्रव के निकास में रुकावट पैदा कर सकते हैं।
- पूर्व में रेडियोथेरेपी – स्त्रीरोग संबंधी कैंसर के उपचार हेतु।
- लंबे समय से गर्भाशय में रखा हुआ या भूला हुआ IUCD (Intrauterine Device)।
- सहवर्ती रोग (Comorbidities) – मधुमेह (Diabetes Mellitus), उच्च रक्तचाप (Hypertension) तथा कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली।

निदान के साधन (Diagnostic Tools)

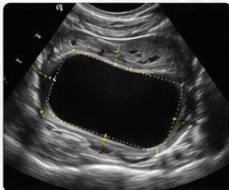
निदान मुख्यतः रेडियोलॉजिकल जाँच तथा रोगी के क्लिनिकल लक्षणों के आधार पर किया जाता है।

ट्रांसवैजाइनल अल्ट्रासाउंड (TVUS)

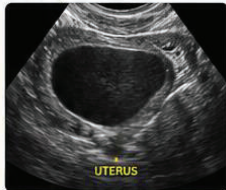
- यह प्रारंभिक एवं सबसे महत्वपूर्ण जाँच है।
- इससे गर्भाशय के बड़े हुए आकार तथा उसमें द्रव के संग्रह का पता चलता है।
- हाइड्रोमेट्रा में द्रव सामान्यतः एनेकोइक (Anechoic / साफ़ द्रव) दिखाई देता है।
- प्योमेट्रा में द्रव हेटेरोजीनियस या इकोजेनिक (Heterogeneous / Echogenic) दिखाई देता है, जो मवाद या संक्रमित द्रव का संकेत देता है।

TVUS अल्ट्रासाउंड इमेजेज

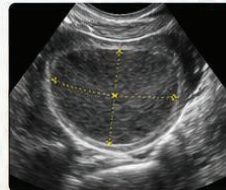
हाइड्रोमेट्रा (Hydrometra)



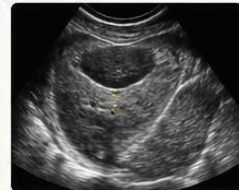
एनेकोइक द्रव (साफ़ द्रव)
गर्भाशय की गुहा (Uterine cavity)
में द्रव संग्रह



गर्भाशय का विस्तृत आकार,
एनेकोइक द्रव संग्रह
(हाइड्रोमेट्रा)



हेटेरोजीनियस / इकोजेनिक द्रव
(मवाद/संक्रमित द्रव) गर्भाशय
की गुहा में



गर्भाशय में इकोजेनिक द्रव,
आंतरिक डेब्रिस/सेटेशन के साथ
(प्योमेट्रा)



नोट: प्योमेट्रा एक आपातकालीन स्थिति हो सकती है। समय पर पहचान एवं उचित उपचार से गंभीर जटिलताओं जैसे गर्भाशय फटना, संक्रमण का फैलना एवं सेप्सिस को रोका जा सकता है।

आयु (Age)

प्रायः अधिक आयु की, रजोनिवृत्ति (Postmenopausal) के बाद की महिलाएँ।

लक्षण (Symptoms)

मवाद जैसा (Purulent) या दुर्गन्धयुक्त योनि स्राव — विशेषकर पायोमेट्रा में सबसे सामान्य लक्षण।

रजोनिवृत्ति के बाद योनि से रक्तस्राव (Postmenopausal bleeding)

निचले पेट में दर्द या असुविधा (Lower abdominal pain/discomfort)।

जोखिम कारक (Risk Factors)

गर्भाशय ग्रीवा का संकुचन या अवरोध (Cervical stenosis/occlusion) — शल्यक्रिया (Surgery) के बाद या उम्र बढ़ने से होने वाले एट्रोफिक (Atrophic) परिवर्तनों के कारण।

घातक रोग (Malignancy) — गर्भाशय ग्रीवा (Cervix) या गर्भाशय की आंतरिक परत (Endometrium) के कैंसर को अवश्य बाहर करना चाहिए, क्योंकि ये द्रव के निकास में रुकावट उत्पन्न कर सकते हैं।

पूर्व में रेडियोथेरेपी (Radiotherapy) — विशेषकर स्त्रीरोग संबंधी कैंसर के उपचार के बाद।

गर्भाशय के भीतर भूला हुआ गर्भनिरोधक यंत्र (Forgotten Intrauterine Device – IUD)

सहवर्ती रोग (Comorbidities) — जैसे मधुमेह (Diabetes mellitus), उच्च रक्तचाप (Hypertension) तथा कमजोर प्रतिरक्षा क्षमता (Poor immune status)।

निदान के साधन (Diagnostic Tools)

निदान मुख्यतः रेडियोलॉजिकल जाँचों (Imaging) पर आधारित होता है, जिसे रोगिणी के लक्षणों एवं चिकित्सकीय परीक्षण (Clinical presentation) से पुष्टि की जाती है।

ट्रांसवैजाइनल अल्ट्रासाउंड (TVUS) — यह प्रारम्भिक एवं सबसे महत्वपूर्ण जाँच है, जिससे गर्भाशय के बढ़े हुए आकार तथा उसके भीतर द्रव के संग्रह का पता चलता है।

हाइड्रोमेट्रा (Hydrometra) में द्रव सामान्यतः एनेकोइक (Anechoic / साफ़ द्रव) दिखाई देता है।

पायोमेट्रा (Pyometra) में द्रव हेटेरोजीनियस (Heterogeneous) या इकोजेनिक (Echogenic / मवादयुक्त) दिखाई देता है।

HYDROMETRA / PYOMETRA

हाइड्रोमेट्रा (गर्भाशय में द्रव संग्रह) और पायोमेट्रा (गर्भाशय में पस संग्रह) सर्वाइकल रुकावट, संक्रमण, रजोनिवृत्ति के बाद होने वाले परिवर्तन, या दुर्लभ मामलों में कैंसर के कारण हो सकता है।

यदि पायोमेट्रा के साथ ठंड लगना/बुखार, तेज पेट दर्द या गर्भाशय में छिद्र (परफॉरेशन) के लक्षण हों, तो यह एक चिकित्सा आपात स्थिति है

और इसके लिए तुरंत स्त्री रोग विशेषज्ञ से जाँच एवं उपचार आवश्यक है।

आयुर्वेद का उपयोग विशेषज्ञ की देखरेख में सहायक उपचार के रूप में किया जा सकता है, यह आवश्यक आधुनिक उपचार का विकल्प नहीं है।

1 शोधन चिकित्सा (शरीर शुद्धि)

- **मृदु विरेचन** – विकृत चित्त और कफ को संतुलित करने तथा शरीर से विषेले तत्वों को निकालने में सहायक।
- **बस्ती चिकित्सा** (तीव्र संक्रमण नियंत्रित होने के बाद) – वात को शांत करने और श्रोणि स्वास्थ्य में सुधार के लिए।
 - अनुवासन बस्ती
 - निरुह बस्ती (चयनित मामलों में)

2 शमन चिकित्सा (आंतरिक औषधियाँ)

औषधि का चयन रोगी की प्रकृति और रोग के मूल कारण के अनुसार किया जाता है।

- कण्चनार गुग्गुलु
- त्रिफला गुग्गुलु
- चन्द्रप्रभा वटी
- पुनर्नवदि कषाय
- वरुणादि कषाय
- गुग्गुलु आधारित योग (जैसा आवश्यक हो)

3 स्थानीय उपचार

- **योनि प्रक्षालन** (औषधीय योनि धावन) – उचित हर्बल काढ़ों का उपयोग परिस्थिति अनुसार किया जाता है।
- **उत्तरा बस्ती** – केवल चयनित मामलों में विचार किया जाता है तथा तब जब गर्भाशय या श्रोणि में सक्रिय संक्रमण (जैसे पायोमेट्रा) न हो।

4 आहार और जीवनशैली

- हल्का, सुपाच्य भोजन करें।
- अधिक तैलीय, तला-भुना और भारी भोजन से परहेज करें।
- जननांगों की स्वच्छता बनाए रखें।
- पर्याप्त मात्रा में जल पिएँ।
- कब्ज को नियंत्रित करें और नियमित मल त्याग की आदत रखें।

5 कब तुरंत चिकित्सा सहायता लें

यदि निम्न लक्षण हों तो तुरंत स्त्री रोग विशेषज्ञ से संपर्क करें:

- | | | | | | |
|---------------------|----------------------------|----------------|-----------------------------|--|---|
| ● ठंड लगना या बुखार | ● दुर्गन्धयुक्त योनि स्राव | ● तेज पेट दर्द | ● अत्यधिक योनि से रक्तस्राव | ● गर्भाशय में रुकावट या कैंसर का संदेह | ● सेप्सिस (रक्त संक्रमण) के लक्षण या स्थिति बिगड़ना |
|---------------------|----------------------------|----------------|-----------------------------|--|---|



आयुर्वेदिक उपचार हमेशा योग्य आयुर्वेद चिकित्सक की देखरेख में करें और अल्ट्रासाउंड तथा स्त्री रोग संबंधी जाँच से निदान की पुष्टि अवश्य करें।

PELVIC INFLAMMATORY DISEASE

Pelvic inflammatory Disease

पेल्विक इन्फ्लेमेटरी डिजीज़ (PID)

शारीरिक परीक्षण (Physical Examination) आधारित निदान

PID का प्रबंधन शारीरिक परीक्षा, संक्रमण के प्रमाण और सूजन को ध्यान में रखकर किया जाता है।
समय पर पहचान और उपचार, बांझपन और दीर्घकालिक दर्द जैसी जटिलताओं से बचाता है।

न्यूनतम क्लिनिकल मानदंड (Minimum Clinical Criteria)

PID (Pelvic Inflammatory Disease) का संदेह होने पर शारीरिक परीक्षा में निम्नलिखित तीनों न्यूनतम मानदंडों का सकारात्मक (Positive) होना आवश्यक है:

-  **निचले पेट में कोमलता (Lower Abdominal Tenderness)**
-  **दोनों और एडनेक्सल (अंडाशय/फैलोपियन ट्यूब) में कोमलता (Bilateral Adnexal Tenderness)**
-  **गर्भाशय ग्रीवा को हिलाने पर दर्द (Cervical Motion Tenderness)**

न्यूनतम क्लिनिकल परीक्षण (Minimum Clinical Examination)

- Cervical Motion Tenderness** | गर्भाशय ग्रीवा (Cervix) को चिकित्सक द्वारा हिलाने पर दर्द होना।
- Uterine Tenderness** | गर्भाशय (Uterus) पर दबाव देने पर दर्द होना।
- Adnexal Tenderness** | गर्भाशय के दोनों ओर, जहाँ अंडाशय (Ovaries) और फैलोपियन ट्यूब (Fallopian Tubes) स्थित होती हैं, वहाँ दबाव देने पर दर्द होना।

निदान की पुष्टि (Additional Diagnostic Criteria)

PID के निदान की पुष्टि करने के लिए चिकित्सक निम्न अतिरिक्त संकेतों का उपयोग कर सकते हैं, जो संक्रमण (Infection) या सूजन (Inflammation) का प्रमाण देते हैं:

 गर्भाशय ग्रीवा या योनि से असामान्य साव (Discharge)

 योनि द्वय में श्वेत रक्त कोशिकाओं (WBCs) की अधिक मात्रा मिलना

 प्रयोगशाला जाँच में क्लैमाइडिया (Chlamydia) या गोनोरिया (Gonorrhea) संक्रमण की पुष्टि होना

 रक्त परीक्षण में CRP या ESR का बढ़ा हुआ स्तर, जो शरीर में सूजन का संकेत देता है

PID क्या है?

पेल्विक इन्फ्लेमेटरी डिजीज़ (PID) महिलाओं के प्रजनन अंगों—गर्भाशय (Uterus), फैलोपियन ट्यूब (Fallopian Tubes) और अंडाशय (Ovaries)—का संक्रमण है। यह संक्रमण प्रायः यौन संचारित संक्रमण (STI) के कारण होता है, जो योनि से ऊपर की ओर फैलकर प्रजनन अंगों तक पहुँच जाता है।

- ✓ यह संक्रमण प्रायः यौन संचारित संक्रमण (STI) के कारण होता है।
- ✓ यह योनि से ऊपर की ओर फैलकर प्रजनन अंगों तक पहुँच जाता है।
- ✓ समय पर पहचान और उपचार न किया जाए, तो यह गंभीर जटिलताओं का कारण बन सकता है।

संभावित जटिलताएँ (Complications)

- ▶ बांझपन (Infertility)
- ▶ दीर्घकालिक श्रोणि दर्द (Chronic Pelvic Pain)
- ▶ एक्टोपिक प्रेगनेंसी (Ectopic Pregnancy)
- ▶ बार-बार होने वाला संक्रमण
- ▶ गंभीर स्थिति में ट्यूब और अंडाशय को क्षति



जल्दी जाँच कराएँ, सुरक्षित रहें, और अपने प्रजनन स्वास्थ्य की रक्षा करें।

पेल्विक इन्फ्लेमेटरी डिजीज (PID) - आयुर्वेदिक चिकित्सा

पेल्विक इन्फ्लेमेटरी डिजीज (पीआईडी) महिलाओं के प्रजनन अंगों का जीवाणु संक्रमण है।

आयुर्वेद में पीआईडी की तुलना परिष्कृता योनिव्यापद से की जाती है, जो शरीर की ऊर्जा शक्तियों, विशेष रूप से वात और पित्त के असंतुलन के कारण होता है।

पारंपरिक आयुर्वेदिक उपचार सूजन को कम करने, संक्रमण से लड़ने और दर्द से राहत दिलाने पर केंद्रित होते हैं।

शास्त्रीय आयुर्वेदिक औषधियाँ आयुर्वेदिक चिकित्सक अक्सर PID के लक्षणों को नियंत्रित करने के लिए इन पारंपरिक आयुर्वेद उपचारों को मिलाकर उपयोग करते हैं।

पीआईडी के सामान्य लक्षण

- निचले पेट में दर्द
- बुखार
- योनि से दुर्गन्धयुक्त या असामान्य स्राव
- मासिक धर्म में अनियमितता
- दर्द के साथ संभोग
- मूत्र करते समय जलन या दर्द



शास्त्रीय आयुर्वेदिक औषधियाँ

1 चंद्रप्रभा बटी



- पेट के निचले हिस्से में दर्द और मूत्र संबंधी परेशानी को कम करने में सहायक।

2 त्रिफला गुग्गुलु



- श्रोणि क्षेत्र से विषाक्त पदार्थों को निकालने और सूजन को कम करने के लिए उपयोग किया जाता है।

3 दशमूलक्वाथ



- एक जड़ी-बूटी की जड़ का काढ़ा जिसका उपयोग दर्द पैदा करने वाले बढ़े हुए वात (वायु ऊर्जा) को शांत करने के लिए किया जाता है।

4 उशीरासव और पत्रांगसव



- योनि स्राव की असामान्यता के उपचार में प्रयुक्त एक पारंपरिक तरल टॉनिक।

5 अविपत्तिकर चूर्ण



- संक्रमणों से जुड़े पित्त (अग्नि/ऊष्मा ऊर्जा) को संतुलित करने में सहायक।

शास्त्रीय आयुर्वेदिक चिकित्साएँ (पंचकर्म एवं बाह्य उपचार)

1. स्वेदन (स्वेदन उपचार)

गर्म, औषधीय भाप का उपयोग करके सेंक करना या स्थानीयकृत पसीना निकालना श्रोणि की मांसपेशियों की ऐंठन को दूर करने में मदद करता है।

2. बस्ति चिकित्सा (बस्ति चिकित्सा)

वात ऊर्जा को संतुलित करने के लिए औषधीय एनीमा दिया जाता है, जो Pelvic pain (श्रोणि दर्द) का मूल कारण है।

3. योनि पिचु (योनि पिचु)

औषधीय तेलों में भिगोया हुआ सूती टैम्पोन योनि के अंदर रखा जाता है। इससे सुखदायक जड़ी-बूटियाँ सीधे सूजन वाले ऊतकों तक पहुँचती हैं।

आयुर्वेदिक उपचार के लाभ

- ✓ सूजन (Inflammation) को कम करता है
- ✓ संक्रमण (Infection) से लड़ने में सहायक
- ✓ दर्द एवं ऐंठन में राहत
- ✓ योनि स्राव की असामान्यता को नियंत्रित करता है
- ✓ प्रजनन अंगों की कार्यक्षमता को सुधारता है
- ✓ भविष्य में होने वाली जटिलताओं से बचाव करता है

आहार-विहार एवं परहेज

- सात्विक, हल्का, सुपाच्य एवं पोषक आहार लें।
- अधिक मसालेदार, तला-भुना, खट्टा एवं बहुत ठंडा भोजन न करें।
- पर्याप्त जल पिएँ और शरीर को स्वच्छ रखें।
- अत्यधिक तनाव, रात जागना, थकान से बचें।
- नियमित दिनचर्या और योग-प्राणायाम अपनाएँ।



नोट: PID का उपचार योग्य अवस्था में करना आवश्यक है। लक्षणों की अनदेखी करने से बांझपन, एक्टोपिक प्रेगनेंसी, दीर्घकालिक श्रोणि दर्द जैसी जटिलताएँ हो सकती हैं।

योग्य आयुर्वेदिक चिकित्सक से परामर्श लें।

CHRONIC PELVIC PAIN

Chronic pelvic pain (CPP)

महिलाओं में क्रोनिक पेल्विक पेन (CPP) (Chronic Pelvic Pain)

महिलाओं में क्रोनिक पेल्विक पेन (CPP) वह स्थिति है जिसमें निचले पेट या श्रोणि (पेल्विस) में लगातार या बार-बार होने वाला दर्द कम से कम 3 से 6 महीनों तक बना रहता है। इसके साथ अक्सर कार्यात्मक, भावनात्मक और व्यवहारिक समस्याएँ भी जुड़ी होती हैं।

एंट्री क्राइटेरिया / परिभाषा (Entry Criteria Definition)

- 1 अवधि (Duration):** दर्द कम से कम 3–6 महीने तक बना रहे।
- 2 स्थान (Location):** दर्द शारीरिक पेल्विस, पेट की दीवार, या कमर के निचले भाग में हो।
- 3 प्रकृति (Nature):** दर्द रुक-रुक कर होने वाला (चक्रीय / cyclic) या लगातार (non-cyclic) हो सकता है।
अपवर्जन (Exclusions): यह केवल मासिक धर्म या यौन संबंध के समय ही न हो, और गर्भावस्था से संबंधित न हो।
- 4 प्रभाव (Impact):** दर्द इतना गंभीर हो कि कार्यक्षमता प्रभावित हो, जैसे काम से अनुपस्थित रहना या सामाजिक कार्यक्रमों में शामिल न हो पाना।

सामान्य लक्षण एवं नैदानिक प्रस्तुति (Common Symptoms & Clinical Presentation)

- दर्द की विशेषताएँ (Pain Characteristics):**
दर्द को अक्सर मंद, लगातार, चुभने वाला, ऐंठनयुक्त, या श्रोणि के भीतर गहरे दबाव / भारीपन जैसा बताया जाता है।
- संबंधित स्थितियाँ (Associated Conditions):**
यह कई अन्य रोगों/सिंड्रोम के साथ भी पाया जा सकता है, जैसे:
 - इरिटेबल बाउल सिंड्रोम (IBS)
 - इंटरस्टिशियल सिस्टाइटिस / ब्लैडर पेन सिंड्रोम
 - पेल्विक फ्लोर मांसपेशियों की ऐंठन
 - एंडोमेट्रियोसिस
- न्यूरोपैथिक पेन या रूट पेन (Neuropathic Pain or Root Pain)**
- मनोवैज्ञानिक एवं भावनात्मक तनाव (Psychological and Emotional Distress):**
अक्सर इसके साथ अवसाद, चिंता, नींद की कमी, संज्ञानात्मक समस्या, तथा किसी पुराने आघात (trauma) का इतिहास भी देखा जा सकता है।

प्रारंभिक मूल्यांकन (Initial Evaluation Approach)

निदान मुख्यतः क्लिनिकल होता है, जिसमें विस्तृत इतिहास और सावधानीपूर्वक पेल्विक परीक्षण शामिल है।

इतिहास (History):	दर्द की विशेषताओं, स्त्रीरोग संबंधी इतिहास, तथा दैनिक जीवन पर इसके प्रभाव का विस्तृत मूल्यांकन।
शारीरिक परीक्षण (Physical Exam):	पेट की दीवार, मस्कुलोस्केलेटल सिस्टम, और पेल्विक फ्लोर की कोमलता / tenderness का आकलन।
इमेजिंग / जाँच (Imaging / Tests):	संरचनात्मक कारणों जैसे ओवेरियन सिस्ट या यूटेराइन फाइब्रॉइड को पहचानने के लिए सामान्यतः अल्ट्रासाउंड पहली पसंद की जाँच होती है।

Chronic Pelvic Pain (जीर्ण श्रोणि दर्द) का प्रबंधन वस्ति चिकित्सा (वस्ति उपचार), शास्त्रीय मौखिक औषधियों और स्थानीय उपचारों का उपयोग करके बढ़े हुए वात दोष का उपचार करता है

शास्त्रीय आयुर्वेदिक औषधियाँ

Chronic Pelvic Pain में उपयोग

शास्त्रीय आयुर्वेदिक औषधियाँ

- **योगराज गुग्गुलु और रसनादी गुग्गुलु:** ये क्लासिक डेवलेट हैं जिनका उपयोग गहरे स्तर के सूजन संबंधी दर्द और अकड़न को कम करने के लिए किया जाता है।
- **महाराज्जादि क्वाथ:** जिनका उपयोग गहरे स्तर के सूजन संबंधी दर्द और अकड़न को कम करने के लिए किया जाता है।

Chronic Pelvic Pain में उपयोग

- **चंद्रप्रभा वटी:** श्रोणि तल की तकलीफ, मूत्र संबंधी और प्रजनन अंगों से संबंधित जमाव के लिए निर्धारित पारंपरिक औषधि।
- **सहचरादि तेल और धनवंतर तेल:** ये औषधीय तेल हैं जिनका उपयोग आंतरिक या बाह्य रूप से दीर्घकालिक तकिका संबंधी और मांसपेशियों से संबंधित Pelvic Pain (श्रोणि दर्द) के प्रबंधन के लिए किया जाता है।
- **एरंड क्रम तेल:** वातानुलोमन (वात की नीचे की ओर गति को बहाल करने) के लिए छोटी खुराक में भीखिक रूप से दिया जाता है।

वस्ति चिकित्सा प्रोटोकॉल

- **योग वस्ति:** औषधीय तेलों (अनुवासन) और हर्बल काढ़े (निरुह/अस्वापन) के बीच बारी-बारी से किया जाने वाला एक संरचित चिकित्सीय वस्ति अनुक्रम है।
- **काला वस्ति:** यह एक विस्तारित 16-दिवसीय कार्यक्रम है जिसमें तेल और काढ़े के एनीमा को बारी-बारी से दिया जाता है, जो गंभीर और पुरानी बीमारियों के लिए तैयार किया गया है।
- **उतर वस्ति:** शुद्ध औषधीय तेलों या घी की थोड़ी मात्रा को सीधे मूत्रमार्ग या योनि मार्ग से देने की विशेष विधि, जिसे पुरानी श्रोणि सूजन संबंधी स्थितियों में अत्यधिक उपयोगी माना जाता है।

स्थानिय (स्थानीय) चिकित्सा

- **नाभि पुराण चिकित्सा:** (जिसे नाभि पुराण या नाभि चिकित्सा भी कहते हैं) आयुर्वेद की एक प्राचीन पद्धति है, जिसमें मुख्य रूप से पाचन में सुधार, त्वचा की चमक बढ़ाना, और वात-पित्त दोषों को शांत करना शामिल है। इस प्रक्रिया में नाभि के गड्ढ में गुग्गुलु औषधीय तेल या घी भरा जाता है।
यह कैसे काम करती है
- **केंद्र बिंदु:** आयुर्वेद के अनुसार नाभि शरीर का मुख्य ऊर्जा केंद्र (नर्म स्थान) है।
- **तेल का चयन:** वात दोष के लिए तिल का तेल और पित्त दोष के लिए गाय का घी या नारियल तेल उपयोग किया जाता है।
- **विधि:** सुबह खाली पेट पीठ के बेटकर नाभि में कुछ बूंदें या भरकर 15 से 30 मिनट रखा जाता है।
- **एरंड तेल (Castor Oil):** वात की समस्या, कब्ज, गैस और मासिक धर्म के दर्द में राहत देता है।
- **धन्वंतर तेल (Dhanyantara Taila):** मांस विकारों, जोड़ों के दर्द और शरीर की कमजोरी को दूर करने में उपयोगी है।
- **योनि पिचु:** उपचार हर्बल वाले गर्म तेलों से भिगोए हुए रोगाणु रहित सूती टेम्पोन को योनि में डालकर स्थानीय ऊतक को आराम पहुँचाना।

स्त्री रोगों में वस्ति चिकित्सा का वर्णन



आयुर्वेद में मात्रा बस्ती (Matra Vasti)

वात शमन, धातु पोषण और दैनिक स्वास्थ्य का सुरक्षित उपाय



मात्रा बस्ती क्या है?

मात्रा बस्ती, स्नेह बस्ती (तेल आधारित बस्ती) का एक विशेष प्रकार है, जिसमें औषधीय तेल की सबसे कम निर्धारित मात्रा — आमतौर पर **72 मिली. (डेढ़ पल)** — गुदा मार्ग में दी जाती है। इसका मुख्य उद्देश्य वात दोष शमन, जोड़ों का स्नेहन, धातुओं का पोषण तथा दैनिक स्वास्थ्य का संरक्षण करना है।

स्नेह बस्ती के प्रकार – मात्रा के अनुसार

स्नेह बस्ती का प्रकार	शास्त्रीय मात्रा	आधुनिक समतुल्य मात्रा	आहार संबंधी प्रतिबंध	उपचार के बाद विश्राम
पूर्ण स्नेह बस्ती	6 पल	लगभग 288 मिली.	आवश्यक	अनिवार्य
अनुवासन बस्ती	3 पल	लगभग 144 मिली.	मध्यम	अनुशंसित
मात्रा बस्ती	1½ पल	लगभग 72 मिली.	अत्यल्प या नहीं	आवश्यक नहीं

स्रोत: चरक संहिता, सिद्धि स्थान अध्याय 4; टीकाकार चक्रपाणि ने भी इन मात्राओं का वर्णन किया है।

आधुनिक चिकित्सक रोगी की प्रकृति, आयु, रोग की गंभीरता तथा प्रयुक्त तेल के अनुसार 50–120 मिली. मात्रा का उपयोग करते हैं।

मात्रा बस्ती अन्य बस्तियों से कैसे भिन्न है?

1. निस्व (आस्रघ्नान) बस्ती

- काल (रूपाव), मधु, सैन्धव, तेल आदि के मिश्रण से दी जाने वाली बस्ती
- मात्रा: 480–960 मिली.
- मुख्य उद्देश्य: शोथन
- अनेक निषेध (Contraindications)
- उपचार के बाद विशेष आहार एवं विश्राम आवश्यक



2. अनुवासन बस्ती

- पूर्णतः तेल आधारित बस्ती
- मात्रा: लगभग 144 मिली.
- मुख्य उद्देश्य: बृंहण (पोषण)
- कुछ आहार संबंधी सावधानियाँ आवश्यक



3. मात्रा बस्ती

- मात्रा: लगभग 72 मिली.
- न्यूनतम मात्रा में तेल द्वारा पोषण
- विशेष परहेज आवश्यक नहीं
- उपचार के बाद विश्राम अनिवार्य नहीं



आचार्य चरक के अनुसार मात्रा बस्ती विशेष रूप से निम्न व्यक्तियों के लिए उपयुक्त है—

- युष्मार • बालक • वृद्ध • दुर्बल व्यक्ति • अधिक श्रम करने वाले • बार-बार यात्रा करने वाले



विशेष तथ्य: मात्रा बस्ती को दैनिक चिकित्सा (दिनचर्या) के रूप में भी दिया जा सकता है तथा इसके लिए परिहार काल आवश्यक नहीं।

मात्रा बस्ती और वात दोष का संबंध

पचववायु (बड़ी आंत)

वात दोष का मुख्य स्थान है।

जब वात दोष बढ़ जाता है—

- मानसिक तनाव
- अनियमित भोजन
- दुर्मिद्वस्था
- अत्यधिक यात्रा
- ठंडा एवं शुष्क वातावरण

तो निम्न लक्षण उत्पन्न हो सकते हैं—

- जोड़ों का दर्द
- चिंता
- कब्ज
- अनिद्रा
- नसों एवं जोड़ों में अकड़नी वकिसति



मात्रा बस्ती द्वारा औषधीय तेल सीधे वात के मुख्य स्थान तक पहुँचता है।

तेल के गुण

- स्निग्ध
- ऊष्ण
- गुरु



वात के विपरीत गुण

- रुक्ष
- शीत
- लघु

कम मात्रा में दिया गया यह उपचार शरीर को बिना किसी अतिरिक्त भार के धीरे-धीरे वात संतुलन प्रदान करता है।

मात्रा बस्ती की विधि – संक्षेप में

1. पूर्व तैयारी



हल्का भोजन
वातानुकूल वातावरण

2. तेल तैयारी



औषधीय तेल को
गुनगुना करें

3. रोगी की स्थिति



बाई करवट लेटें,
घुटनों को थोड़ा मोड़ें

4. बस्ती देना



निर्धारित मात्रा
(लगभग 72 मिली.)
धीरे-धीरे दें

5. पश्चात् स्थिति



तेल को 30 मिनट से
1 घंटे तक रोकें

6. निष्कासन



मल त्याग के लिए जाएं

आयुर्वेद में मात्रा बस्ति (Matra Vasti)

मात्रा बस्ति आयुर्वेद में वर्णित **स्नेह बस्ति (तेल आधारित बस्ति)** का एक विशिष्ट प्रकार है, जिसमें औषधीय तेल की सबसे कम निर्धारित मात्रा—आमतौर पर **72 मि.ली. (डेढ़ पल)**—गुदा मार्ग से दी जाती है। इसका मुख्य उद्देश्य **वात दोष का शमन, जोड़ों का स्नेहन, धातुओं का पोषण तथा दैनिक स्वास्थ्य का संरक्षण** करना है।

अन्य पंचकर्म बस्तियों की तुलना में मात्रा बस्ति में **कड़े आहार-विहार, लंबे विश्राम या विशेष परहेज की आवश्यकता नहीं होती**। इसी कारण इसे बस्ति चिकित्सा का सबसे सुरक्षित और सरल रूप माना गया है। यह **बच्चों, वृद्धों, दुर्बल रोगियों तथा दैनिक दिनचर्या (दिनचर्या) के रूप में भी उपयुक्त** मानी गई है।

यदि आप लंबे समय से **पुराने जोड़ों के दर्द, कब्ज, तंत्रिका दुर्बलता (Neurological Weakness)** या **वात दोष के असंतुलन** के लिए कोमल किन्तु प्रभावी आयुर्वेदिक उपचार खोज रहे हैं, तो मात्रा बस्ति वह चिकित्सा है जिसे अधिकांश आयुर्वेदाचार्य प्राथमिकता से सुझाते हैं।

इस विस्तृत मार्गदर्शिका में मात्रा बस्ति के **शास्त्रीय संदर्भ, सही मात्रा, चरणबद्ध विधि, विभिन्न रोगों में प्रयुक्त औषधीय तेल, आधुनिक वैज्ञानिक दृष्टिकोण तथा व्यावहारिक जानकारी** का समग्र वर्णन किया गया है।

मात्रा बस्ति क्या है?

मात्रा बस्ति, **स्नेह बस्ति (तेल आधारित बस्ति)** के तीन प्रमुख उपप्रकारों में से एक है। "मात्रा" शब्द का अर्थ है **निश्चित या मापी हुई मात्रा**, अर्थात् इस बस्ति में औषधीय तेल की **न्यूनतम प्रभावी मात्रा** का उपयोग किया जाता है।

आचार्य चरक ने *चरक संहिता*, *सिद्धि स्थान* में स्नेह बस्ति को मात्रा के आधार पर तीन श्रेणियों में विभाजित किया है।

स्नेह बस्ति का प्रकार	शास्त्रीय मात्रा	आधुनिक समतुल्य मात्रा	आहार संबंधी प्रतिबंध	उपचार के बाद विश्राम
पूर्ण स्नेह बस्ति	6 पल	लगभग 288 मि.ली.	आवश्यक	अनिवार्य
अनुवासन बस्ति	3 पल	लगभग 144 मि.ली.	मध्यम	अनुशंसित
मात्रा बस्ति	1½ पल	लगभग 72 मि.ली.	अत्यल्प या नहीं	आवश्यक नहीं

स्रोत: चरक संहिता, सिद्धि स्थान अध्याय 4; टीकाकार चक्रपाणि ने भी इन मात्राओं का स्पष्ट वर्णन किया है।

आधुनिक आयुर्वेदिक चिकित्सक रोगी की **प्रकृति (Prakriti)**, आयु, रोग की गंभीरता तथा प्रयुक्त औषधीय तेल के अनुसार सामान्यतः **50–120 मि.ली.** मात्रा का उपयोग करते हैं।

मात्रा बस्ति अन्य बस्तियों से कैसे भिन्न है?

यही वह विषय है जहाँ अधिकांश रोगी—और कभी-कभी चिकित्सक भी—भ्रमित हो जाते हैं।

आयुर्वेद में बस्ति चिकित्सा मुख्यतः निम्न प्रकार की मानी गई है—

1. निरूह (आस्थापन) बस्ति

यह काढ़ा (कषाय), मधु, सेंधव, तेल आदि के मिश्रण से दी जाने वाली बस्ति है।

- मात्रा सामान्यतः 480–960 मि.ली.
- मुख्य उद्देश्य शोधन (शरीर की शुद्धि)
- अनेक निषेध (Contraindications)
- उपचार के बाद विशेष आहार एवं विश्राम आवश्यक

2. अनुवासन बस्ति

यह पूर्णतः तेल आधारित बस्ति है।

- मात्रा लगभग 144 मि.ली.
- मुख्य उद्देश्य बृंहण (पोषण)
- कुछ आहार संबंधी सावधानियाँ आवश्यक

3. मात्रा बस्ति

- मात्रा लगभग 72 मि.ली.
- न्यूनतम मात्रा में तेल द्वारा पोषण
- विशेष परहेज आवश्यक नहीं
- उपचार के बाद विश्राम अनिवार्य नहीं

आचार्य चरक के अनुसार मात्रा बस्ति विशेष रूप से निम्न व्यक्तियों के लिए उपयुक्त है—

- सुकुमार (कोमल प्रकृति वाले)
- बालक
- वृद्ध
- दुर्बल व्यक्ति
- अधिक श्रम करने वाले
- बार-बार यात्रा करने वाले

विशेष तथ्य: शास्त्रीय ग्रंथों में मात्रा बस्ति को ऐसी बस्ति माना गया है जिसे दैनिक चिकित्सा (दिनचर्या) के रूप में भी दिया जा सकता है तथा इसके लिए परिहार काल (Recovery Period) आवश्यक नहीं बताया गया है।

मात्रा बस्ति और वात दोष का संबंध

आयुर्वेद के अनुसार पक्वाशय (बड़ी आंत) वात दोष का मुख्य स्थान है।

जब वात दोष बढ़ जाता है—जैसे कि

- मानसिक तनाव
- अनियमित भोजन
- वृद्धावस्था
- अत्यधिक यात्रा
- ठंडा एवं शुष्क वातावरण

तो निम्न लक्षण उत्पन्न हो सकते हैं—

- जोड़ों का दर्द
- जकड़न
- कब्ज
- चिंता
- अनिद्रा
- नसों एवं जोड़ों में अपक्षयी (Degenerative) परिवर्तन

मात्रा बस्ति द्वारा औषधीय तेल सीधे वात के मुख्य स्थान तक पहुँचता है।

तेल के गुण—

- स्निग्ध
- उष्ण
- गुरु

वात के विपरीत गुणों—

- रूक्ष
- शीत
- लघु

को संतुलित करते हैं।

कम मात्रा में दिया गया यह उपचार शरीर को बिना किसी अतिरिक्त भार के धीरे-धीरे वात संतुलन प्रदान करता है।

मात्रा बस्ति में कौन-सा तेल उपयोग किया जाता है?

औषधीय तेल	मुख्य उपयोग	आयुर्वेदिक तर्क
 बला तेल	- ऑस्टियोआर्थराइटिस (संधिवात वात) - मांसपेशियों की कनजोरी - सामान्य वात शमन	बला बल्य, वातशामक तथा मांस एवं अस्थि धातु का पोषण करती है।
 महानारायण तेल	- जोड़ों की जकड़न - आमवात (कटेदुंदु आर्थराइटिस) - सायटिका, सर्वाइकल स्पॉन्डिलोसिस	अनेक औषधियों से युक्त यह तेल अस्थि एवं स्नायु विकारों में उपयोगी माना गया है।
 धन्वंतर्य तेल	- लकवा, तंत्रिका विकार - प्रसवोत्तर दुर्बलता - नसों का पोषण	मज्जा धातु का पोषण करता है तथा वातव्य रोगों में उपयोगी है।
 शीरबला तेल (101 अवर्ति)	- अपक्षयी तंत्रिका रोग - चेहरे का लकवा - अनिद्रा, मानसिक तनाव - त्वचा में शुष्कता	शीत तेल (बाला व तिल तेल का योग) वात को शांत करता है तथा तंत्रिका व मस्तिष्क को पोषण प्रदान करता है।
 सहचरादि तेल	- सायटिका, मेरूदंड का दर्द - पीठ दर्द, गर्दन दर्द - जोड़ों के दर्द व वात दोष में उपयोगी	स्नायु शिथिलता को दूर करता है, पीठ व गर्दन के दर्द में लाभकारी तथा वात दोष में उपयोगी है।
 तिल तेल (साधारण)	- सामान्य वात संतुलन - दैनिक उपयोग - हृदय व त्वचा पोषण	सामान्य वात संतुलन, दैनिक उपयोग, हृदय व त्वचा पोषण, मल शुद्धि में सहायक है।
 अश्वगंधा घृत	- शारीरिक दुर्बलता - तनाव, अनिद्रा - दीर्घकालीन थकान - मानसिक शांति व धातु पोषण	स्नायु, ओजवर्धक तथा तंत्रिका तंत्र को पोषण देकर बल, मानसिक शांति व धातु पोषण में सहायक है।

यह सबसे महत्वपूर्ण विषयों में से एक है। प्रत्येक रोग के लिए तेल का चयन अलग-अलग किया जाता है। यह चयन रोग, दोष, धातु तथा रोगी की प्रकृति के आधार पर होता है।

विभिन्न औषधीय तेल एवं उनके प्रमुख उपयोग

औषधीय तेल	मुख्य उपयोग	आयुर्वेदिक तर्क
बला तैल	ऑस्टियोआर्थराइटिस (संधिगत वात) , मांसपेशियों की कमजोरी, सामान्य वात रोग	बला बल्य, वातशामक तथा मांस एवं अस्थि धातु का पोषण करती है।
महानारायण तैल	जोड़ों की जकड़न, आमवात (रूमेटॉइड आर्थराइटिस) , साइटिका, सर्वाइकल स्पोन्डिलोसिस	अनेक औषधियों से युक्त यह तैल अस्थि एवं स्नायु विकारों में उपयोगी माना गया है।
धन्वंतरम् तैल	लकवा, तंत्रिका विकार, प्रसवोत्तर दुर्बलता	मज्जा धातु का पोषण करता है तथा वातजन्य रोगों में उपयोगी है।
क्षीरबला तैल	अपक्षयी तंत्रिका रोग, चेहरे का लकवा, अनिद्रा	शीत वीर्य युक्त होने से यह वात को शांत करता है तथा पित्त को नहीं बढ़ाता।
सहचरादि तैल	साइटिका, पैरों के रोग, वैरिकोज वेन्स	अपान वात तथा निचले अंगों के संचार पर विशेष प्रभाव डालता है।
तिल तैल (साधारण)	सामान्य वात संतुलन, दैनिक उपयोग, हल्का कब्ज	अधिकांश बस्तियों का आधार तेल; स्वभाव से वातशामक, उष्ण एवं सूक्ष्म।
अश्वगंधा घृत	शारीरिक दुर्बलता, तनाव, अनिद्रा, थकान	रसायन, ओजवर्धक तथा तंत्रिका तंत्र को पोषण देने वाला।

लेखन वस्ति विस्तृत विवरण

परिचय: आयुर्वेद में इलाज के कई तरीके हैं, जिसमें पंचकर्म एक मुख्य इलाज का तरीका है। पंचकर्म इलाज में, लेखन बस्ती, एक ऐसा तरीका है जिसमें दवा वाले एनीमा दिए जाते हैं। इसने मोटापा, डिस्लिपिडेमिया और मेटाबोलिक बीमारियों, खासकर ज्यादा कफ और मेदोधातु से जुड़ी बीमारियों को मैनेज करने में काफी असर दिखाया है।

तरीके: आचार्य सुश्रुत और आचार्य शारंगधर के बताए अनुसार लेखन बस्ती में त्रिफला क्वाथ, गौमूत्र, मधु, यवक्षार और उषाकादिगण जैसी चीजें शामिल हैं। ये चीजें अपनी इलाज की खूबियों के लिए जानी जाती हैं, जिनमें कफ नाशक, दीपन, तीक्ष्ण और अग्नि दीपक शामिल हैं। इस तरीके में गौमूत्र और यवक्षार जैसी चीजों की वजह से एक एल्कलाइन फॉर्मूलेशन का इस्तेमाल होता है, जो तेज़ी से एब्जॉर्प्शन में मदद करता है और गट फ्लोरा को बढ़ाता है।

नतीजे: लेखन बस्ती के इलाज के असर अलग-अलग तरह के होते हैं, जो मेटाबोलिक इम्बैलेंस को ठीक करते हैं और ज़्यादा कफ और मेदोधातु को खत्म करते हैं। इसमें वात-कफ शमक, दीपन, पाचन, लेखन, कर्षन और स्रोतोशोधक जैसे गुण पाए गए हैं, जो फैट कम करने, पाचन की आग को बढ़ाने और डिटॉक्सिफिकेशन में सुधार करने में मदद करते हैं।

चर्चा: लेखन बस्ती एक असरदार संशोधक इलाज साबित होता है जो पुरानी मेटाबोलिक बीमारियों को ठीक करता है। कफ को बैलेंस करके और ज़्यादा मेदोधातु को कम करके, यह पूरी मेटाबोलिक हेल्थ को बेहतर बनाने का एक अच्छा तरीका देता है। इसके डिटॉक्सिफाइंग गुणों और गट फ्लोरा पर इसके असर का मेल इसे मेटाबोलिक डिसऑर्डर के लिए एक ज़रूरी इलाज बनाता है।

नैदानिक सावधानियां और सुरक्षाजटिल विशेषताएं: एक Complex Ovarian cyst (जटिल डिम्बग्रंथि पुटी) में ठोस घटक, विभाजन या अल्ट्रासाउंड पर आंतरिक Echo (प्रतिध्वनि) होते हैं, जिसका अर्थ है कि यह एक Simple Functions Ovarian Cyst (साधारण कार्यात्मक पुटी) की तुलना में उच्च जोखिम प्रोफ़ाइल रखती है।

आधुनिक निदान की आवश्यकता: किसी भी वैकल्पिक या खुरचने वाली चिकित्सा पद्धति को आजमाने से पहले क्रमिक ट्रांसवेजाइनल सोनोग्राम (TVS Ultrasound), ट्यूमर मार्कर (जैसे कि CA-125, जब आवश्यक हो), तब आवश्यक करना चाहिए।

एकीकरण का जोखिम: तेजी से बढ़ने वाले, लगातार बने रहने वाले या Benign Complex Ovarian Cyst (संदिग्ध जटिल डिम्बग्रंथि) द्रव्यमान के लिए आवश्यक शल्य चिकित्सा हस्तक्षेप में देरी से गंभीर नैदानिक जटिलताएं हो सकती हैं।

आचार्य सुश्रुत एवं आचार्य शारंगधर के अनुसार लेखन वस्ती

1. आचार्य सुश्रुत के अनुसार लेखन वस्ति

ग्रंथ संदर्भ : सुश्रुत संहिता, चिकित्सास्थान, अध्याय 35

परिभाषा :

कफ-मेदोहर, स्थूलता नाशक एवं आमहर कर्म करने वाली जो वस्ति लेखन (लेखन = कफ, मेद, मांसादि की अधिकता का शोधन कर क्षय करना) का कार्य करे, उसे लेखन वस्ति कहते हैं।

मधु सैधव सुतिक्ष्णान् सर्सपं पिप्पलीं तथा ।
विवृतं सैवक क्वाथं च कल्पयेत् लेखनं वस्तिम् ॥
सुश्रुत संहिता, चिकित्सास्थान 35/11

घटक द्रव्य (घटक द्रव्य एवं मात्रा)

द्रव्य	मात्रा (प्रमाण)	रूप/प्रकार
मधु (शहद)	1 प्रस्थ (लगभग 768 मि.ली.)	मधुर, योगवाही
सैधव लवण	1 पल (लगभग 48 ग्राम)	सूक्ष्म, दीपनीय
सुतिक्ष्ण द्रव्य (यवक्षार/सैवक क्षार)	1 पल (लगभग 48 ग्राम)	तीक्ष्ण, कफहर
सर्षप (सरसों)	1 पल (लगभग 48 ग्राम)	कफ-मेदोहर, तीक्ष्ण
पिप्पली	1 पल (लगभग 48 ग्राम)	दीपन, पाचन, कफहर
त्रिवृत क्वाथ	16 प्रस्थ (लगभग 12.3 ली.)	वस्ति द्रव

गुण एवं कर्म (लेखन वस्ति के)

- कफ, मेद, मांस की अधिकता को क्षीण करती है।
- आम का पाचन कर स्रोतों को शुद्ध करती है।
- स्थूलता, आमवात, कफज विकार, गुल्म, उदररोग में हितकर।
- अग्नि दीपक, विवन्धहर एवं स्रोतोथोधन करती है।

उपयोग (प्रमुख रोगों में)

- स्थूलता (मेदोरोग)
- आमवात
- कफज उदररोग
- गुल्म
- प्रमेह
- प्लीहोदर, यकृतवृद्धि
- संचित कफ-मेद वाली स्थितियाँ

प्रयोग विधि

लेखन वस्ति निरुह वस्ति के रूप में दी जाती है। रोगी को पूर्व कर्म (स्नेह, स्वेदन) कराके, उचित काल में निरुह वस्ति रूप में दिया जाता है।

विशेष सूचना

यह वस्ति तीक्ष्ण एवं ऊष्ण प्रकृति की होती है, इसलिए दुर्बल, क्षीण, अतीसार, रूफपित्त, गर्भवती व वृद्ध में सावधानीपूर्वक प्रयोग करें।

दोनों के लेखन वस्ति की तुलना (सार)

विंदु	सुश्रुत के अनुसार	शारंगधर के अनुसार
मुख्य द्रव	त्रिवृत क्वाथ	त्रिफला क्वाथ + गोमूत्र
विशेष द्रव्य	मधु, सैधव, सुतिक्ष्ण द्रव्य, सर्षप, पिप्पली	मधु, यवक्षार, लेखनीय द्रव्य
कर्म	कफ-मेद-मांस लेवन, आमहर, दीपनीय	कफ-मेद लेखन, आमहर, स्रोतोथोधन
प्रयोग रूप	निरुह वस्ति	निरुह वस्ति
प्रमुख लाभ	स्थूलता, आमवात, कफज विकारों में श्रेष्ठ	स्थूलता, मेदोवृद्धि, कफज विकारों में श्रेष्ठ

नोट : लेखन वस्ति वैद्य के निर्देशानुसार ही दें।

2. आचार्य शारंगधर के अनुसार लेखन वस्ति

ग्रंथ संदर्भ : शारंगधर संहिता, उत्तर खण्ड, निरुह वस्ति विधि, अध्याय 6/3

परिभाषा :

त्रिफला क्वाथ, गोमूत्र, मधु, यवक्षार तथा लेखनीय द्रव्यों से युक्त जो वस्ति हो, वह लेखन वस्ति कहलाती है, जो कफ, मेद, आम, स्थूलता आदि को नष्ट करती है।

श्लोक :

त्रिफलाक्वाथसंयुक्तं गोमूत्रं मधु यवक्षारम् ।
लेखनद्रव्यसंयुक्तं वस्तिं लेखनमुच्यते ॥
शारंगधर संहिता, उत्तर खण्ड, निरुह वस्ति विधि 6/3

घटक द्रव्य

द्रव्य	मात्रा (प्रमाण)	गुण एवं कर्म
त्रिफला क्वाथ	बहुत मात्रा (मुख्य द्रव)	दीपन, पाचन, रैचन, रसावन
गोमूत्र	1/4 भाग	कफ-मेदोहर, दीपनीय, लेखन, आमहर
मधु (शहद)	1/8 भाग	योगवाही, कफहर, वृणरोपक
यवक्षार	1/8 भाग	लेखन, कफ-मेदोहर, सूक्ष्म, वेधनीय
लेखनीय द्रव्य	पर्याप्त मात्रा	कफ, मेद, मांस लेखन, स्रोतोथोधन

लेखनीय द्रव्य (उदाहरण)

- पिप्पली
- त्रिवक (शुण्ठी, मरिच, पिप्पली)
- चवक/चिवक मूल
- देवदारु
- हिंगु
- चव
- हरिद्रा
- दारुहरिद्रा
- शताह्वा बीज
- यवक्षार
- सैधव लवण (उचित मात्रा में)

गुण एवं कर्म (लेखन वस्ति के)

- कफ, मेद, मांस की अधिकता को क्षीण करती है (लेखन कर्म)।
- आम का पाचन करके स्रोतों को शुद्ध करती है।
- स्थूलता, आमवात, कफज विकारों में अत्यंत लाभकारी।
- अग्नि दीपक, विवन्धहर, गुल्म, स्रोतोथोधन तथा लघुता प्रदान करती है।

उपयोग (प्रमुख रोगों में)

- स्थूलता (मेदोरोग)
- आमवात
- कफज उदररोग
- प्रमेह (कफज)
- गुल्म
- प्लीहोदर, यकृतवृद्धि
- कफ-मेद प्रधान्य विकार
- मूत्रकृच्छ्र (कफज)

प्रयोग विधि

निरुह वस्ति के रूप में दी जाती है। रोगानुसार मात्रा, काल, प्रकृति, सत्त्व और बल देखकर वैद्य द्वारा निर्धारित की जाती है।

सामान्य लाभ

- कफ-मेद नाशक
- आम पाचन
- स्रोतोथोधन
- अग्नि दीपक
- लघुता प्रदान करने वाली
- स्थूलता में अत्यंत उपयोगी

व्यावहारिक सुझाव (Practical Tip)

सामान्य रोकथाम (Preventive Use) या हल्के वात प्रकोप की स्थिति में, गुनगुना ऑर्गेनिक तिल का तेल (तिल तेल) प्रायः पर्याप्त होता है।

किन्तु यदि कोई विशिष्ट स्त्रीरोग संबंधी समस्या हो, तो आयुर्वेदिक चिकित्सक रोग की प्रकृति, दोष एवं लक्षणों के अनुसार विशेष औषधीय तेल का चयन करते हैं। आवश्यकता होने पर वे दो औषधीय तेलों का संयोजन भी कर सकते हैं या उनमें उपयुक्त औषधियाँ मिलाकर उपयोग करते हैं।

महत्वपूर्ण सुरक्षा नियम (Important Safety Rules)

1. मासिक धर्म (Menstruation) या गर्भावस्था (Pregnancy) के दौरान बस्ति अथवा उत्तरबस्ति नहीं करनी चाहिए।
2. यदि आपको सक्रिय श्रोणि संक्रमण (जैसे गंभीर PID), बुखार या अत्यधिक रक्तस्राव हो, तो यह उपचार नहीं करना चाहिए।
3. इन उपचारों को शुरू करने से पहले किसी स्त्रीरोग विशेषज्ञ (Gynecologist) या चिकित्सक से स्पष्ट निदान (Diagnosis) अवश्य कराएँ, ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि श्रोणि (Pelvic) का दर्द किसी ऐसी समस्या के कारण नहीं है जिसके लिए शल्यचिकित्सा (Surgery) या एंटीबायोटिक उपचार (Antibiotics) आवश्यक हो।

नोट: सही निदान और योग्य चिकित्सक के मार्गदर्शन में ही बस्ति तथा उत्तरबस्ति जैसी therapies सुरक्षित और प्रभावी सिद्ध होती हैं।



रजो: श्राव हर द्रव्य और योग का वर्णन

रजोनि: सारक

मासिक स्राव को नियमित करने वाले द्रव्य और परीक्षित योगों का वर्णन

(द्रव्य और अनुभूत परीक्षित योग)

रजोनि:सारक द्रव्य

मासिक-साव को नियमित/प्रवर्तित करने वाले द्रव्य

आयुर्वेद के साहित्य में इस विषय के लिए कई पर्यायवाची शब्द मिलते हैं — जैसे

आर्तव जनन, रजोनि:सारक, ऋतुदोषण, पुष्पजनन, कुसुमजनन, रज:प्रवर्तन, शोणित प्रवर्तन ।

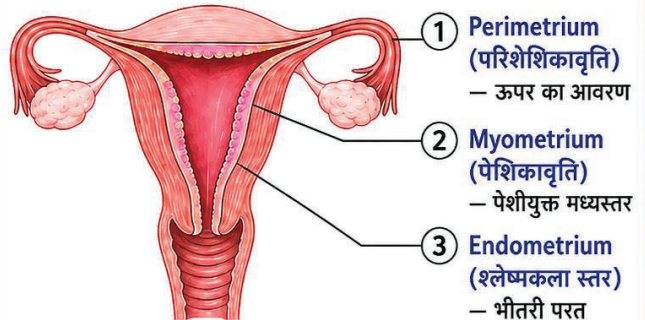
जो द्रव्य लुप्त, न्यून (कम), अवरूद्ध या अनियमित रज-साव को बढ़ाकर उचित मात्रा में स्थापित करता है, उसे रजोनि:सारक द्रव्य कहते हैं।

आगे बताया गया है कि स्त्रियों में 3 से 5 दिन तक ऋतुकाल में जो रक्तस्राव होता है, उसे आर्तवसाव कहते हैं, और इसकी अनियमितता को ऋतुदोष कहा जाता है। ऋतुदोषज औषधियां इस अनियमितता को दूर करती हैं।

गर्भाशय की शिराओं में रक्त भराव की प्रक्रिया इस प्रकार है — ऋतुकाल में गर्भाशय की रक्तवाही शिराओं (veins) में रक्त का भराव बढ़ जाता है। यह रक्त एण्डोमेट्रियम की रज-वाहिनी शिराओं में संचित होता है। जब ये शिराएं रज (रक्त) लेकर चलती हैं तो रक्त का यह भराव और अधिक हो जाता है, और अपनी मात्रा से अधिक भरने पर यह शिराएं फट जाती हैं तथा रक्त बाहर निकलता है — इसी को ऋतुसाव कहा जाता है।

गर्भाशय की तीन परतें

गर्भाशय की तीन स्तर बताए गए हैं:



ऋतुकाल में मायोमेट्रियम की रक्तवाही व एण्डोमेट्रियम की शिराओं में सामान्य से अधिक रक्त भराव होता है। जब रज-वाहिनी शिराएं रज लेकर चलती हैं तो यह भराव और अधिक हो जाता है, और अपनी मात्रा से अधिक भरने पर यह बाहर निकलता है — इसी को ऋतुसाव कहा जाता है।

यदि यह स्वाभाविक मात्रा से अधिक सावित हो तो इसे अतिस्राव (या अत्यार्तव) कहते हैं।

रज:सारक औषधियों के कार्य करने के प्रकार (संकेत रूप में)

1. गर्भाशय की शिराओं में संचित रक्त के प्रवाह को सुचारु करना।
2. अवरूद्ध या संकोचित मार्गों को खोलकर रजसाव को प्रवर्तित करना।
3. गर्भाशय की शिराओं को संकुचित कर रज-नि-सारण में सहायक होना।
4. दोषों विशेषकर वात के शमन द्वारा ऋतुद्रव्य को नियमित करना।

औषधिगण (रजःस्रावक औषधियों की सूची):

रजःस्रावक (मासिक-स्राव उत्पन्न करने वाली) औषधियों की निम्नलिखित सूची दी गई है —
हींग, टंकण, कासीस, प्लक्षा, लोध्र, आमलक, तेज, हाऊबेर, हरमल (इस्पन्द), मधुयष्टि, इन्द्रजौ, अनननास, फटकड़ी, बादाम, सौंफ की जड़, बच, चमेली के फूल, मेंहदी के पत्र, पुनर्नवा, बिरोजा, हंसराज, अमलतास, पुदीना, प्याज, बास्तुक बीज, मूली के बीज, गाजर के बीज, कुलत्थ, चिरायता, चोबचीनी, चौलाई, गोखरू, कपास मूल व कपास डोडा, केशर, बालछड़, अकरकरा, कबाब चीनी, अजमोद, पलाश पुष्प, मेथी, शिलारस, गंधा, गुग्गुलु, वायविडंग, कलौजी, कुठ, तुलसी, इन्द्रायण, ओलट कम्बल, कांचनार, लौह, लाख, अशोक, ब्राह्मी, संख्या आदि।

ये औषधियां दो प्रकार की होती हैं —

1. आशुफलप्रद या साक्षात कार्यकर (Direct)
2. पारस्परिक कार्यकर (Indirect या Non-Systemic)

आर्तव अवरोध (मासिक-स्राव रुकने) के कारण:

औषधि प्रयोग रोगी की शारीरिक स्थिति, रोग के कारण, बल और देश-काल के अनुसार किया जाता है। आर्तव अवरोध के मुख्य पांच हेतु निम्नलिखित हैं —

1. रक्तअल्पता — रोगोत्तर काल में (विषम ज्वर, पांडु, कासला आदि रोगों के बाद) रोगी दुर्बल व रक्तअल्पतायुक्त हो जाता है।	2. विबंध या मलावरोध — स्त्रियों के वेगावरोध के कारण विबंध, आध्मान, अनाह होकर मलावरोध होता है, जो गर्भाशय पर प्रभाव डालता है।	3. गर्भावस्था — इसमें ऋतुस्राव स्वाभाविक रूप से बंद हो जाता है।	4. अविकसित गर्भ — जब गर्भ पूर्ण विकसित नहीं होता, तो स्राव नहीं होता या अत्यंत कष्टयुक्त होता है।	5. मिथ्या आहार-बिहार — इससे गर्भाशय शिथिल पड़ जाता है और रक्तागम पूरा नहीं होता।
--	---	--	--	---

अतः किसी भी रजःस्रावक औषधि का प्रयोग करने से पूर्व इन कारणों (हेतुओं) का निदान करना अत्यावश्यक है, क्योंकि सभी स्थानों पर सभी औषधियां उपयुक्त नहीं होतीं। प्रधान चिकित्सा तो हेतु (कारण) का निवारण ही है, न कि केवल लक्षण का उपचार।

आर्तवजनक द्रव्य

1. हींग		8. मूली के बीज	
2. उलटकंबल		9. गाजर के बीज	
3. कपास मूल त्वक		10. वास्तुक के बीज	
4. काशीस भस्म		11. सूरज मुखी के बीज	
5. टंकण भस्म		12. आड़ू के फूल	
6. लौह भस्म		13. मेहदी के बीज एवं पत्र	
7. स्वर्ण माक्षिक भस्म			

आर्तव जनन औषधीय

जो औषधियाँ रजोरोध, अल्प रजः तथा अनियमित मासिक धर्म को सामान्य करने में सहायक होती हैं, उन्हें आर्तव जनन (रजः प्रवर्तक) औषधियाँ कहते हैं।

क्र.	जड़ी बूटी का नाम	आर्तव जनन में मुख्य कार्य	क्र.	जड़ी बूटी का नाम	आर्तव जनन में मुख्य कार्य
1.	 हींग	वातशमन, योनि शूलहर, आर्तव प्रवर्तन, गर्भाशय की ऐंठन दूर करती हैं।	15.	 विरोचा	वातहर, वेदनाशामक, गर्भाशय संकुचन बढ़ाकर आर्तव प्रवर्तन।
2.	 टंकण	वात-कफ शामक, स्त्री गयणों में संकुचन लाता, आर्तव प्रवर्तन।	16.	 पलाश पुष्प	रक्तशोधन, गर्भाशय को उत्तेजित कर आर्तव प्रवर्तन।
3.	 कसीस	रक्तवर्धक, गर्भाशय संकोचक, आर्तव को नियमित लाता है।	17.	 मेथी	वातशमन, गर्भाशय पोषक, आर्तव को नियमित करता है।
4.	 लोध्र	रक्तस्तंभक, गर्भाशय बल्य, आर्तव को उचित मात्रा में लाता है।	18.	 गाजर के बीज	रक्तवर्धक, गर्भाशय शक्ति वर्धक, आर्तव प्रवर्तन।
5.	 आंवला	रक्तप्रसदक, पित्तशामक, हार्मोन संतुलन, आर्तव को शुद्ध व नियमित करता है।	19.	 मूली के बीज	दीपन, वातशमन, गर्भाशय संकुचन प्रेरित कर आर्तव प्रवर्तन।
6.	 तेजपत्ता	दीपन, पाचन, वातशमन, रजोरोध में लाभकारी।	20.	 कलौंजी	वात-कफ शामन, रजोरोध नाशक, हार्मोन संतुलन।
7.	 अदरक	दीपन, पाचन, वातशमन, गर्भाशय में रक्तसंचार बढ़ाकर आर्तव प्रवर्तन।	21.	 तुलसी	रक्तशोधन, वात-कफ शामन, गर्भाशय शोथहर, आर्तव प्रवर्तन।
8.	 हरमल	योनि शोथन, गर्भाशय संकोचक, रजोरोध नाशक।	22.	 कांचनार	गुल्महर, शोथहर, स्त्री रोगहर, आर्तव प्रवर्तन।
9.	 राई	उष्ण, दीपक, रक्तसंचारवर्धक, आर्तव प्रवर्तन।	23.	 लहसुन	वातशमन, रक्तसंचारवर्धक, गर्भाशय में संकुचन लाकर आर्तव प्रवर्तन।
10.	 इन्द्रजौं	गर्भाशय शोथन, स्त्री रोगहर, आर्तव प्रवर्तन।	24.	 काला जीरा	दीपन, पाचन, वातहर, हार्मोन संतुलन कर आर्तव प्रवर्तन।
11.	 धनिया	दीपन, पाचन, रक्तशोधन, आर्तव को नियमित लाता है।	25.	 अजवायन	दीपन, वातशमन, शूलहर, आर्तव प्रवर्तन।
12.	 सौंफ	पाचन, वातशमन, हार्मोन संतुलन, आर्तव प्रवर्तन।	26.	 त्रिकटु	दीपन, पाचन, आमनाशक, गर्भाशय में रक्तसंचार बढ़ाकर आर्तव प्रवर्तन।
13.	 वच	वात-कफ शामन, गर्भाशय में रक्तसंचार बढ़ाना, आर्तव प्रवर्तन।	27.	 सहजन की छाल	वातशमन, गर्भाशय शोथन, आर्तव प्रवर्तन।
14.	 पुनर्नवा	शोथहर, रक्तशोधन, गर्भाशय की सूजन कम कर आर्तव प्रवर्तन।	28.	 दारुहल्दी	रक्तशोधन, स्त्री रोगहर, आर्तव को शुद्ध कर प्रवर्तित करना।

चंद्रांशुरसः

यह भैषज्य रत्नावली ग्रंथ का एक योग है।

चंद्रांशुरस की मात्रा व अनुपान — 2-3 रत्ती मात्रा उष्णोदक (गर्म पानी) के साथ प्रातः-सायं देने पर लाभप्रद होता है। भोजन के बाद इसके अतिरिक्त अशोकारिष्ट 2-3 तोला देने को कहा गया है।

पारस्परिक औषधियां (जो अप्रत्यक्ष रूप से काम करती हैं):

1. **आर्तव-वर्धक व विबंध-हर** — एलुवा (एलोवेरा) का प्रयोग लाभप्रद है।
2. **विरेचक औषधियां** — इन्द्रायण मूल, निशोथ, कटुतुम्बी का प्रयोग।
3. **क्षोभक तैल** — राजिका (सरसों), तुवरक, इन्द्रायण मूल, तारपीन तैल आदि क्षोभ (जलन/उत्तेजना) उत्पन्न कर आर्तव-जनन करते हैं।

अन्य औषधियां, उपचार व विहारः

1. ऋतुकाल में उष्ण जल से कटि-स्नान, उष्ण जल में पैर रखना, दशमूल काढ़े या बृहत् पंचमूल काढ़े में कटि-स्नान, उष्णोदक निमज्जन आदि लाभप्रद बताए गए हैं, जिनसे ऋतुकष्ट (मासिक-धर्म की पीड़ा) में कमी होती है।

पुष्पजनक अन्य योगः

1. ऋतुकाल में **गुड़ व काले तिलों का काढ़ा** एक सप्ताह लगातार पीने से लाभ होता है।
2. **तिल, लोधा, जीरक** का काढ़ा गुड़ के साथ शीतल करके पीने पर रुका हुआ रज पुनः खुल जाता है।
3. **कपास बीज मज्जा** (बिनौले की गिरी) का चूर्ण 6 माशे तिल तेल के साथ ऋतुकाल में पीने से पुष्प-संजनन (आर्तव-उत्पत्ति) होता है।
4. **ज्योतिष्मती पत्र** (मालकांगनी के पत्ते), **राजिका, वचा, अजवायन** को दूध के साथ सिद्ध कर, शीतल होने पर पीने से रज-स्राव होता है।
5. **जीरकाद्यावलेह** व **अशोकारिष्ट** का ऋतुकाल से एक सप्ताह पूर्व सेवन रजोजनक (मासिक-प्रवर्तक) होता है।
6. **अशोकारिष्ट 3 तोला, कांकायन वटी** के साथ ऋतुकाल में सेवन करने से आर्तव-स्राव में कष्ट होना बंद होता है।
7. **लघु योगराज गुग्गुलु** को **अशोकारिष्ट** के साथ सेवन करने से कृच्छार्तव (कष्टकारी मासिक-धर्म) व अल्पार्तव (कम मासिक-स्राव) का कष्ट दूर होता है।

रजोरोध (मासिक-धर्म का रुक जाना)

रज (मासिक-रक्त) का स्वरूप और रजोरोध का परिचय:

रज अर्थात् मासिक का रक्त वास्तव में मल-मूत्र की भांति एक निकृष्ट (त्याज्य) पदार्थ है, जिसका रुक जाना कई शारीरिक व्याधियों का कारण बनता है। स्वस्थ अवस्था में यह रक्त 12 से 14 वर्ष की आयु के मध्य स्त्रियों में आरंभ होकर प्रतिमाह 4-5 दिन आता है। गर्भकाल में यह इसलिए बंद रहता है क्योंकि वह रुका अंश गर्भ के पोषण में सहायक होता है, और प्रसवकाल के बाद बचा हुआ अंश निफास (सूतक स्राव) के रूप में निकल जाता है।

इसी प्रकार जब तक स्त्री बच्चे को दूध पिलाती है, तब तक भी यह प्रायः बंद रहता है, हालांकि कुछ स्त्रियों में यह दूसरे-तीसरे महीने पुनः शुरू हो जाता है।

इन दो सामान्य अवस्थाओं (गर्भकाल व स्तनपान-काल) के अतिरिक्त यदि मासिक-धर्म रुक जाए तो इसे **‘रजोरोध’** कहा जाता है। ऐसी स्थिति में उचित चिकित्सा आवश्यक बताई गई है, अन्यथा यह रुका हुआ रक्त निम्न प्रकार के रोग उत्पन्न कर सकता है:

1. शिरःशूल, अपस्मार (मिर्गी), संन्यास, उन्माद जैसी मस्तिष्क-विकृतियां	6. दमा, क्षय, श्वास-कास जैसे वक्षगत रोग
2. दृष्टिमांद्य (दृष्टि-शक्ति कमजोर होकर नष्ट तक हो जाना)	7. पाचन-संबंधी विकार – अजीर्ण, मंदाग्नि, यकृत, पांडु, जलोदर इत्यादि
3. फोड़ा, फुंसी, चक्त्ते, शीतपित्त, कुष्ठ, उपदंश जैसे रक्त-विकार	8. आंख, कान, नाक, मुंह, मलमूत्र-द्वार आदि अंगों से रक्तस्राव
4. पक्षाघात, धनुष्टंकार, हनुस्तम्भ, असंशोष, गठिया जैसे वायु-रोग	9. मूत्रकृच्छ, उष्णवात, सुजाक, मूत्रावरोध जैसे मूत्र-संबंधी रोग
5. सभी प्रकार के शोथ (सूजन) – बाह्य, आंतरिक अंगों व गुह्यांगों की	10. रक्तगुल्म

इसके अतिरिक्त बताया गया है कि **रक्त में ऊष्मा** बढ़ जाती है, जिससे हाथ-पांव-सिर आदि अंगों में जलन व हड्डियों में टूटन जैसी अनुभूति रहती है, थोड़े परिश्रम से ही **सांस फूलने** लगती है और **दिल की धड़कन** बढ़ जाती है।

अंत में सबसे महत्वपूर्ण बात कही गई है कि जो स्त्री रजोवती (मासिक-धर्म वाली) नहीं होती, वह **संतानोत्पत्ति के सर्वथा अयोग्य** होती है, अर्थात् वह कदापि **गर्भधारण नहीं कर सकती**।

2. चिकित्सा का सिद्धांत (पहले भी देखा गया):

जिस कारण से **निर्बलता** हुई हो, पहले उसकी चिकित्सा करनी चाहिए, फिर रक्तवर्धक औषधि दी जाए।

6. त्रिवृत्तादि क्वाथ के साथ दशांग गूगल अथवा रास्नादि काढ़े के साथ योगराज गूगल (बृहद् या लघु) का कुछ समय निरंतर प्रयोग करने से मेदवृद्धि (मोटापे) व उससे उत्पन्न रजोरोध दूर हो जाता है (परंतु नियमों का पालन अपेक्षित है)।

3. गर्भाशय विकार –

स्त्रियों में प्रायः मासिक-स्राव के दिनों में अनियमितता बरतने से गर्भाशय में भांति-भांति के विकार आ जाते हैं और मासिक-स्राव रुक जाता है या अत्यंत कष्ट के साथ थोड़ा-थोड़ा आने लगता है। ऐसे विकारों में निम्न प्रयोग लाभप्रद हैं, परंतु खाने की दवा के साथ-साथ गर्भाशय में दवाएं रखना उत्तम बताया गया है।

1. कपास की जड़ व पुराना गुड़ 4-4 तोला, पीपल की दाढ़ी 2 तोला, गाजर के बीज, सोया के बीज 1-1 तोला – इन्हें $1\frac{1}{4}$ सेर जल में चतुर्थांश काढ़ा बनाकर मासिक-काल से 2-3 दिन पूर्व से प्रातः सायं पिलाते रहें तथा मासिक-काल में भी पिलाएं।

2. वायविडंग 1 तोला, अजवायन 1 तोला, सौंफ 1 तोला, सोया के बीज 7 माशा, कपास के खोखड़ 2 छटांक, जल 1 सेर में औटाकर और पुराना गुड़ 1 छटांक डालकर चाय की तरह सुखोष्ण (हल्का गर्म) पिलाएं।
इससे भी रजोरोध अति शीघ्र दूर हो जाता है।

3. अमलतास का छिलका, बांस की गांठ या पत्ते, अखरोट की छाल, वायविडंग प्रत्येक 7 माशे, मूली के बीज, गाजर के बीज प्रत्येक $3\frac{1}{2}$ माशा, तिल 2 तोला, पुराना गुड़ 5 तोला – 1 सेर जल में अष्टांशेष काढ़ा बनाकर पिलाएं।
यह प्रयोग भी अत्युत्तम है। बंद मासिक-स्राव को यह समय पर चालू कर देता है।

(योनि में धारण करने के स्वयं-अनुभूत नुस्खे)

पहला प्रयोग:

1. पुराने गुड़ को
आग पर रखकर गर्म करें।
2. जब वह खूब गर्म होकर
पकने लगे तो
उसमें गंधाबिरोजा
(एक प्रकार का राल/गोंद)
मिलाएं।
3. थोड़ा ठंडा होने पर
लंबी-लंबी वर्तियां
(बत्तियां) बना लें।
4. फिर धात्री (दाई/अनुभवी स्त्री) द्वारा
प्रातः-सायं एक-एक वर्ती
गर्भाशय (योनि-मार्ग) में
रखवाया करें।

इससे रुका हुआ साव खूब खुलकर आने लगता है!



और उपयुक्तता का ध्यान रखना बेहद ज़रूरी होता है,
इसलिए बिना किसी अनुभवी वैद्य/चिकित्सक
की देखरेख के इसे आजमाना उचित नहीं होगा।

रजोशोधक औषधियां

- 1** वायविदंग 1 तोला, अजवायन 1 तोला, सौंफ 1 तोला, सोया के बीज 1 माशा, कपूर के खोखड़ 2 छटांक, जल 1 सेर में औतवें। जब 2 छटांक (आधा पाव) रहे तब 2 तोला घी और पुराना गुड़ 1 छटांक डालकर चाय की तरह सुखोष्ण पिलावें। इससे भी रजोरोध अति शीघ्र दूर हो जाता है।
- 2** मासिक दर्शन के दिनों में सौंफ 2 1/1 तोला, गुड़ 4 माशा पुराना 4 तोला को तीन पाव पानी में उबालें। जब 1 पाव रहे तब पुनः छानकर 2 तोला घूत डालकर गर्म-गर्म पिलावें और लिहाष उड़ाकर सेणिणी को लिटावें। 2-3 बार के प्रयोग से लाभ होगा।
- 3** एलुआ, नागकेश्वर, सहाणा समभाग लेकर पुराने गुड़ के साथ चना प्रमाण वटी बनावें।
मात्रा- 1-2 वटी सुखोष्ण जल से 6-10 दिन तक सेवन करें।
- 4** हमारा विशेष प्रयोग- कलमी शोरा 2 माशा तथा केसर शुद्ध 6 रस्ती गुलाब जल 6 तोला में घोलकर गर्म करके पिलावें। मासिक काल में रोज प्रातः सांय दें। तीन रोज में मासिक भाव चालू हो जायेगा।
- 5** पुराने गुड़ को आग पर रख कर गर्म करें। जब खूब गर्म होकर पकने लगे तो इसमें गंधातिलाग मिलाकर थोड़ा ठंडा होने पर लोंवी-लोंवी वर्तियां बनावें और धात्री द्वारा 1-1 वर्ति प्रातः सांय गर्माश्रज में रखवायें करें। इससे रक्त दूषा भाव खूब खुलकर आने लगता है।
- 6** एलुआ, काली जीरी, सौंठ, अरण्डी की सांग प्रत्येक 3 माशा लेकर पीस लें तथा गर्म करके पेड़ और योनि में 3-4 दिन लगवें।
- 7** बीज कुसुम्बा (अथवा जीरा खेत, अजसी, वायविदंग) इनमें से कोई 6 माशा, मुनवका 6 दाना, पीपलामूल 6 माशा, नागरमोचा 6 माशा, केशर 3 रस्ती, गुड़ पुराना 6 तोला, इन सबको 1 1/1 जल में औतवें। 3 छटांक शेष रहे तब घी 2 तोला डालकर मासिक काल में पिलावें। अवश्य मासिक चालू होगा। यदि गर्माश्रज में शोष गर्मी आदि का विकार हो तो निम्न वर्तिकां योनि में रखवायें

योनि में रखने के दो स्वानुधूत प्रयोग-

- 8** साबूत 6 माशा, गुग्गल 6 माशा, छोटी पीपल 3 दाना, केशर 6 रस्ती, चिन्दवेदस्ता 3 रस्ती को वर्ति बनावें।
- 9** बाह्य योग- कपासमूलत्वक 6 तोला को 1 सेर जल में चदुर्शश काढा करें और 4 तोला पुराना गुड़ मिलाकर मन्दोष्ण 3-4 रोजे पिलावें। अति शीघ्र मासिक भाव प्रारम्भ होगा।
- 10** वर्तिका- इसबगग मूल (सूखी) को पीस छान कर शूद घी दूध और गुड़ में मान कर वर्ति बनावें और योनि को गर्म जल से धोकर निम्न स्वच्छ रखा है। इन वर्तिकाओं से शोष गर्मी आदि का विकार दूर होकर यथा समय मासिक धर्म आने लगता है।
- 11** धुंमरसम 1 माशा गुग्गलन्द 6 तोला को आधा सेर दूध के साथ खिलावें। दूध सुखोष्ण ही होना चाहिए। दुखे दिन दें और (मासिक धर्म) जारी होगा।
- 12** पुनःप्रलेप का प्रयोग (बाह्य) मामरण में शीघ्र ही पूरे लाभ के लिये अत्यन्त लाभकारी है। (विशेष वैद्य से परामर्श के बाद करें)।
- 13** उपवास, फलाहार, अभ्यंग (तेल मालिश), स्वेद (भाप) और मनोशांति को प्राथमिकता दें। पथ्य का पालन करें और नियमित दिनचर्या अपनार्यें।
- 14** निर्देशानुसार वैद्य की सलाह के बिना औषधियों की मात्रा या प्रयोग न बदलें। किसी भी प्रतिकूल लक्षण पर तुरंत वैद्य से संपर्क करें।

पथ्यापथ्य व आहार-विहार नियम-

- पथ्य-** लघु आहार, समय पर सोएँ-जागें, सात्विक भोजन, स्वच्छता रखें, तनाव न लें, हल्का व्यायाम करें। मासिक धर्म तर्के पालन करें।
- अपथ्य-** तले, तीखे, भारी, खूद्रे, अधिक मसालेदार पदार्थ, ठंडे पेय, जंक फूड से परहेज करें।

कष्टार्तव द्रव्य और योग का वर्णन

रजः कृष्ट (कष्टार्तव)

(द्रव्य और परीक्षित अनुभूत योग)

रजःकृष्ट (कष्टार्तव) की चिकित्सा

भाग - 1

1

रजः कृष्ट की चिकित्सा में रजः का शोधन, पीड़ा शामन, आक्षेप निवारक औषधीय दी जाती है।
इस में **कुमारिका वटी** की 2-2 गोलियां दिन में तीन बार देनी चाहिए।
इस से ऋतु शूल और रज श्राव में आसानी से होता है।



मात्रा :
2-2 गोलियां
दिन में
तीन बार

2

दशमूल, जटामांसी खुरासानी अजवाइन, ब्राह्मी के वक्वाथ में हिंगु का प्रक्षेप दे कर रज प्रवर्तनी वटी देना चाहिए।
इस से रज खुल कर आता है और पीड़ा भी नहीं होती है।



3

यदि रक्त क्षीणता से कष्ट मालूम देता है तो स्वर्ण सूत शेखर रस, लौह भम्म, केशर का मिश्रण देना चाहिए।



मात्रा :
चिकित्सक के
निर्देशानुसार

4

अत्याधिक पीड़ा में कनक घन वटी या कनकासव



मात्रा :
चिकित्सक के
निर्देशानुसार

5

उलट कंबल का योग
उलट कंबल 1 तोला, कालीमिर्च 6 दाने, गुलाब जल में पीस कर सुखा कर गोलियां 1 गोली सुबह शाम।



6

यदि योनि मार्ग दूषित जल का श्राव हो तो गुलर घन वटी गर्म पानी में डाल कर उत्तर वस्ति दे और पेट साफ करने के लिए अश्वकंचुकी रस दे।



मात्रा :
चिकित्सक के
निर्देशानुसार



कुमारिका वटी (Kumarika Vati)



कुमारिका वटी एक प्रसिद्ध आयुर्वेदिक औषधि है, जो मुख्यतः वातजन्य शूल, कष्टार्तव (दर्दयुक्त मासिक धर्म), अर्श, गुल्म, उदरशूल, गैस, अपचन आदि रोगों में उपयोगी होती है।

घटक द्रव्य (Composition)			
क्र.	घटक द्रव्य	संस्कृत नाम	प्रमाण (प्रति वटी में)
1	कुमारी (घृतकुमारी)	कुमारी	125 मि.ग्रा.
2	हिंग	हिंगु	62.5 मि.ग्रा.
3	सोंठ	शुण्ठी	62.5 मि.ग्रा.
4	काली मिर्च	मरिच	62.5 मि.ग्रा.
5	पिप्पली	पिप्पली	62.5 मि.ग्रा.
6	अजवायन	अजमोदा	62.5 मि.ग्रा.
7	यवक्षार	यवक्षार	62.5 मि.ग्रा.
8	सैंधव लवण	सैंधव	62.5 मि.ग्रा.
9	सज्जीक्षार	सज्जीक्षार	62.5 मि.ग्रा.
10	त्रिजातक चूर्ण (सोंफ, जीरा, अजवायन)	त्रिजातक	62.5 मि.ग्रा.
11	पुष्करमूल चूर्ण	पुष्करमूल	62.5 मि.ग्रा.
12	पुदीना सत्व	पुदीना सत्व	15.6 मि.ग्रा.
13	कपूर	कपूर	15.6 मि.ग्रा.
14	गौघृत / घृत	घृत	भावनाथ पर्याप्त मात्रा



सैंधव लवण



सज्जीक्षार



त्रिजातक चूर्ण
(सोंफ, जीरा, अजवायन)



पुष्करमूल चूर्ण



पुदीना सत्व



कपूर



घृत



मात्रा (Dosage)

1-2 गोली (लगभग 250-500 मि.ग्रा.)
दिन में 2 बार
(सुबह और शाम)



भोजन के बाद
या चिकित्सक के
निर्देशानुसार लें।

सेवन विधि (Anupana)

गुनगुने पानी के साथ या
जीरा/अजवायन के काढ़े के
साथ सेवन किया जाता है।

उपयोग (Indications)

कष्टार्तव (दर्दयुक्त मासिक धर्म),
उदरशूल, गैस, अपचन,
अर्श (बवासीर), गुल्म,
वातजन्य शूल, पेट फूलना,
भारीपण आदि में लाभकारी।

सावधानियाँ

- गर्भवस्था में बिना चिकित्सक की सलाह के उपयोग न करें।
- अधिक मात्रा में लेने से पित्त या दाह की शिकायत हो सकती है।
- चिकित्सक की सलाह अनुसार ही सेवन करें।

नोट : विभिन्न आयुर्वेदिक ग्रंथों एवं निर्माताओं के अनुसार घटक द्रव्यों में थोड़ा बहुत अन्तर संभव है।

यह आयुर्वेदिक औषधि है, इसका उपयोग योग्य आयुर्वेद चिकित्सक की सलाह से ही करें।

रजःकृष्ट (कष्टार्तव) की चिकित्सा

भाग - 2

- 7** यदि रक्ताभाव के कारण कष्ट हो तो त्रिवंग भस्म, लौह भस्म, के साथ अश्वगंधारिष्ट, द्राक्षासव अच्छा लाभ करता है।



मात्रा :
चिकित्सक के निर्देशानुसार

- 8** मोटी स्त्रियों में ऋतु कष्ट हो तो महामंजिष्ठादि क्वाथ के साथ चंद्रप्रभा वटी दिन में दो बार, योगराज गुगुलु के साथ कुमारिआसव और विरेचन के लिए इच्छाभेदी रस आमला चूर्ण के साथ दे और यदि रक्त की कमी होता तो तपयादि लौह अरोगवर्धनी वटी दे।



मात्रा :
चिकित्सक के निर्देशानुसार

- 9** एक माह में दो बार रजो धर्म हो तो और ऋतु शूल अधिक हो और रज श्राव से दौर्बल्यता हो है तो चन्द्रांशु रस, कहरवा पिष्टी, अशोकारिष्ट, संशमनी वटी देने से लाभ हो जाता है।



मात्रा :
चिकित्सक के निर्देशानुसार

- 10** रोग जीर्ण होने पर नष्ट पुष्पांतक रस, खुरासानी अजवाइन और दशमूलारिष्ट देने लाभ हो जाता है।



मात्रा :
चिकित्सक के निर्देशानुसार

- 11** अत्यंत क्षीणता हो गई हो और उदर विकार और प्रदर की शिकायत हो तो चिंतामणि चतुर्भुज रस साथ और देते है।



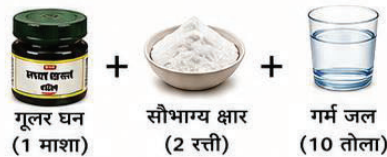
मात्रा :
चिकित्सक के निर्देशानुसार

- 12** प्रदर के साथ ऋतुशूल हो तो प्रदरांतक रस और पुष्पांनुम चूर्ण देते है साथ विधारा बीज और असगंध चूर्ण दूध के साथ देने लाभ होता है।



मात्रा :
चिकित्सक के निर्देशानुसार

- 13** योनि श्राव को रोकने के लिए गूलर घन 1 माशा, सौभाग्य क्षार 2 रत्ती, गर्म जल 10 तोला में पूर्ण मिश्रण तैयार करते है। इस मिश्रण से गर्भावस्था की उत्तर वस्ति दे, या पिच्छु धारण करें या प्रक्षालन करें।



मात्रा :
• उत्तर वस्ति दे
• पिच्छु धारण करें
• प्रक्षालन करें

नोट्स

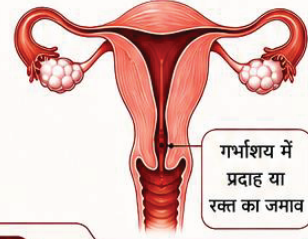
यदि प्रदर नाशक औषधि के साथ साथ गूलर, त्रिफला, सौभाग्य क्षार की जल की वस्ति दी जाए तो चमत्कारी लाभ होता है।



(क) प्रादाहिक कष्टार्तव

इस अवस्था में गर्भाशय में प्रदाह या रक्त का जमाव हो जाता है।

इसके अतिरिक्त गर्भाशय-च्युति अर्थात् गर्भाशय का अपने स्थान से टल जाना या जनन के बाद गर्भाशय का सिकुड़कर अपनी प्राकृतिक अवस्था में न आने से भी यह रोग होजाया करता है। यह रोग हृष्ट पुष्ट स्त्रियों को अधिक होता है और ऋतुकाल से एक सप्ताह पूर्व पेडू में दर्द होने लग जाता है तथा बेचैनी, सुस्ती, ज्वर और शिरोभ्रमादि लक्षण के साथ थोड़ा-थोड़ा रजःस्राव कष्ट के साथ हुआ करता है।



चिकित्सा

औषध व्यवस्था

- मण्डूर भस्म
- योगराज गुग्गल
- वृहत् योगराज गुग्गल
- बोल पर्पटी
- कुमार्यासव
- देवदार्वारिष्ट
- महारास्नादि क्वाथ



अनुभूत चिकित्सा

- शूलवन्निणी वटी शोभांजन स्वरस के साथ दोनों समय
- अन्तिगुण्डी भोजन के बाद दोनों समय
- चन्द्रप्रभा वटी रात्रि को दूध के साथ देने से अवश्य लाभ होता है।



उपरोक्त औषधियों का प्रयोग एक दो या तीन मास तक निरन्तर जारी रखें।
ऐसा करने से वर्षों का पुराना रोग भी समाप्त हो जाता है।

(ख) आक्षेपिक कष्टार्तव

इस अवस्था में गर्भाशय में आक्षेप अर्थात् ऐंठन होती है। इसका कारण कोई न कोई अप्राकृतिक रुकावट होती है। यह अवस्था वात प्रधान प्रकृति वाली स्त्रियों को ही हुआ करती है।

लक्षण

ऋतु समय से पांच या सात दिन पूर्व कमर में तीव्र वेदना होती है, जिसकी टीसों साथलों तक जाया करती हैं, और थोड़ा-थोड़ा रजःस्राव आक्षेपयुक्त कष्ट के साथ होता है।

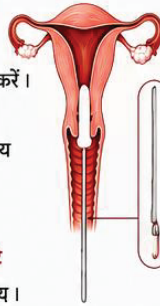
चिकित्सा

- रोग के आक्रमण-काल में जिस प्रकार से स्वेदन करना प्रादाहिक कष्टार्तव में लिख चुके हैं, उसी प्रकार से ऊष्ण स्वेद करें।
- जातिफलादि चूर्ण या केवल भांग का चूर्ण दें।



वृगी (Bougie) का प्रयोग

यदि इस प्रकार की क्रिया और औषध प्रयोग से लाभ न हो तो वृगी (Bougie) का प्रयोग करें। वृगी एक बत्ती होती है जो गर्भाशय के मुख में लगाई जाती है। यह बत्ती फूलकर गर्भाशय के मुख को खोल देती है, मगर यह कार्य किसी अनुभवी डाक्टर, स्त्री वैद्य या नर्स से करवाना चाहिये और इस बत्ती को आठ घण्टे से अधिक समय तक अन्दर नहीं रखना चाहिये।



साथ में औषध प्रयोग

इस बत्ती के प्रयोग के साथ-साथ वृहत् वातचिन्तामणि मात्रा - 1 से 2 रत्ती तक प्रति 6-6 या 8-8 या 12 घण्टे के बाद देनी चाहिये।



दर्द के आक्रमण के बाद

लोहासव, कुमार्यासव, अश्वगन्धारिष्ट, योगराज गुग्गल, वृह योगराज गुग्गल, दशमूलारिष्ट, अशोकारिष्ट, चन्द्रप्रभा और लौहगुग्गल आदि में से किसी एक या दो या अधिक औषधियों का सेवन चिरकाल तक करावें तथा साधारण स्वास्थ्य को उचित अवस्था में लावें।



यह अवस्था रक्ताल्पता (रक्ताल्पता), वातरक्त, आमवात और फिरंगोपदंश के कारण भी हो जाया करती है। अतः रोगिणी का इतिहास मालूम करने पर उपरोक्त रोगों में से कोई रोग इसका कारण सिद्ध होता है क्या।

रक्ताल्पता (रक्ताल्पता)



रक्त की कमी के कारण शरीर में कमजोरी, पीतापन, चक्कर, थकान आदि होते हैं।

वातरक्त



वात और रक्त के दूषित होने से जोड़ों में दर्द, सूजन, लाग्निमा तथा जकड़न होती है।

आमवात



आम और वात के दूषित होने से शरीर में दर्द, सूजन, ज्वर, अरुचि तथा थकान रहती है।

फिरंगोपदंश



यह एक जननांग रोग है जिससे शरीर में घाव, दर्द, ज्वर, सूजन आदि लक्षण होते हैं।

नोट : रोगिणी की प्रकृति, रोग की अवधि, रोग की तीव्रता और बल के अनुसार औषधि एवं मात्रा का चयन अनुभवी चिकित्सक की देखरेख में करें।

कष्टार्तव—

केसर 3 मा., कपीस 3 मा., एलुआ ६ मा., अम्बरवेल ६ मा., सौंठ 3 मा., गाजर के बीज ६ मा.—
जल में पीस कर **मटर बराबर गोली** बना लें तथा १-१ गोली खिला कर नष्टार्तव के लिए कथित **काथ** पिलावें ।

मासिक धर्म पीड़ा से होने पर—

मासिक धर्म पीड़ा से होता है या कम होता है अथवा अनियमित रूप से होता है
अशोकारिष्ट ले तथा, जब महीना आने को हो उसके ४-५ दिन पहले से सुबह शाम **रजःप्रवर्तनी वटी** को खाकर ऊपर से **रजःप्रवर्तनी क्वाथ** पीवें ।
स्राव होने पर 2 दिन बाद तक पीवें फिर बन्द कर दें ।
ऋतुस्राव बिलकुल ठीक आ जायेगा तथा नियमित रूप से बगैर कष्ट के होने लगेगा ।

रजप्रवर्तनी क्वाथ (काढ़ा)—

हंसराज १ तोला, मूली बीज १ तोला, गाजर बीज १ तोला, सोया बीज १ तोला, बथुआ बीज १ तोला, हाऊबेर १ तोला, गुदा अमलतास १ तोला सबको मिलाकर जबकुट कर लें ।
यह 2 खुराक हैं तथा रजप्रवर्तनी वटी का योग सभी बैद्य जानते होंगे यह शास्त्रोक्त योग है ।
यह योग गर्भवती स्त्री के लिए वर्जित है ।

आर्तव के विविध रोगों पर परीक्षित प्रयोग

नष्टार्तव पर काथ—

(1) तुख्म गाजर, तुख्म खरबूजा, तुख्म मूली, फलौंजी, सौंफ, सब ६-६ माशा, कपास एवं बांस की जड़ १-१ तोले, पुराना गुड़ १ तोला इन माशे लेकर आठ गुना जल डाल कर क्वाथ करें ।
जब 3 तोले जल शेष रहे तो इसमें १ तोला पुराना गुड़ मिला छानकर नियमित कुछ दिन पिलाने से नष्टार्तव नष्ट होता है ।

कष्टार्तव नाशक वटिका—

बढ़िया एलुआ, भुना हुआ सुहागा, भुनी हींग, शुद्ध हिंगुल, काला नमक सभी द्रव्य १-१ तोला, केसर 3 माशे लेकर जल तथा बट के दुग्ध में घोटकर १-१ रस्ती की गोलियां बनालें ।
मासिक स्राव के ८ दिन पूर्व से 2 या 3 गोली दुग्ध के साथ देनी चाहिये तथा आर्तवकाल समाप्त होने पर बन्द कर देनी चाहिये ।

ऋतुशूल पर तीन प्रयोग—

(1) पुरानी भांग, बन अरदख और अरण्ड की कोमल पत्तियां—प्रत्येक को बराबर-बराबर मात्रा में लेकर पीसलें और दो आना भर प्रमाण की गोली बनाकर रखलें ।
ऋतुशूल के समय पानी के साथ सेवन करायें ।

(2) रीठा (अरिष्टक) चूर्ण एक आना भर, छत्तकम्बल मूल चूर्ण तीन आना भर और गोल मिर्च ४-५ नग लेकर एक साथ मिलाकर जल के साथ पीसलें और सेवन करायें । यह एक मात्रा है ।

(3) दालचीनी का चूर्ण १ भाग, आंवले का चूर्ण १ भाग, सुसन्बर १ भाग, शोधित हींग १ भाग, लोहभस्म १ भाग, सुहागे की खील (लावा) 2 भाग और निसोथ मूल चूर्ण ४ भाग लेकर मिलाकर रखलें ।
मात्रा एक आने भर से लेकर तीन आने भर तक ।
अनुपान—गरम जल । यह ऋतुशूल की उत्तम दवा है ।

नोट—

तीनों प्रयोगों में से किसी एक का प्रयोग प्रातः सायं अर्थात् दिन में दो बार करना चाहिये । यदि ऋतुशूल प्रत्यधिक उग्र हो तो दिन भर में अधिक ४ बार तक लिया जा सकता है । मासिक स्राव प्रारम्भ होने के बाद अगर शूल रहे तो 2-४ मात्रा लेनी चाहिये ।
सबका क्वाथ ४-५ दिन आर्तवस्राव काल से पूर्व सेवन करने से अवश्य लाभ होता है ।

2 गुड़हल के फूल, कपास की जड़, फलौंजी, काला जीरा, डाक के पत्ता, काले तिल—सब ६-६ माशे लेकर आठ गुना जल डाल कर क्वाथ करें । जब 3 तोले जल शेष रहे तो इसमें १ तोला पुराना गुड़ मिला छानकर नियमित कुछ दिन पिलाने से नष्टार्तव नष्ट होता है ।

कष्टार्तव पर—

पुराना गुड़ १ तोला, तिल श्वेत १ तोला, राई 3 माशा । यह एक मात्रा है ।
एक पाव पानी में काथ करें । आधा शेष रहने पर छानकर **संजीवनी वटी 2 गोली** दांत से पीस ऊपर से काथ पीवें । साथ में भोजनोपरान्त **अश्वगन्धारिष्ट और कुमार्यासव** सम भाग जल मिला कर पान करें ।
प्रातः और सायं यह प्रयोग करने से दस दिन में कष्टार्तव दूर होता है तथा आर्तव की शुद्धि होती है । लाल मिर्च तथा अम्ल पदार्थों से परहेज करें ।

नष्टार्तव—

सुहागा १ तो., कपीस भस्म १ तो., मुसबबर १ तोला, हीरा हौत १ तोला, भुनी हींग ६ माशा, घी में भुनी भारंगी १ तोला, तथा सौंठ १ तोला, सबको कपड़ छन चुर्ण कर जटामांसी के काथ में घोट कर 3-3 रस्ती की गोली बना लें तथा १-१ गोली मिन्न काथ के साथ प्रातः सायं सेवन करायें ।

काथ—

सौंठ, मिर्च, पीपल, काले तिल, भारंगी, कपास की जड़, बांझ के पत्ते, इन्द्रायन की जड़—सब मिलाकर १ तोले की मात्रा में लेकर जब कुट कर तीन पाव पानी में काथ करें ।
जब एक पाव जल शेष रह जाये तो उताकर ठंडा कर ले आधा सुबह गोली के साथ और आधा शाम गोली के साथ ले ।

ऋतुशूल पर शूल कुठार चूर्ण—

करंजुए की गिरी १ पाव (तीन तोले घी में भून लें), सोंठ ३ छटांक, सेंधा नमक ३ छटांक, काला नमक ३ छटांक, सुहागा भस्म १ छटांक, शुद्ध हींग २ छटांक, यवक्षार २ छटांक तथा मीठा सोडा (**Soda Bicarbonate**) ५ छटांक—इन सबको कूट-छानकर चूर्ण तैयार कर लें।

मात्रा— १-२ माशा।

अनुपान— गरम जल।

प्रयोग— ऋतुशूल (मासिक धर्म में दर्द), अफरा, सूजाक तथा उदर कृमि में लाभकारी।

प्रबल वेदनाहर (दर्द नाशक)

बीज गाजर, बीज मूली, बीज सौंफ तथा सेंधा नमक—चारों औषधियों को समान भाग लेकर कूट-छानकर चूर्ण तैयार करें।

मात्रा— ३ माशा, प्रातः एवं सायं।

अनुपान— ३ माशे कलौजी के क्वाथ के साथ दें।

प्रयोग विधि— ऋतु प्रारम्भ से ऋतु समाप्ति तक प्रयोग कराएँ। इस योग से अल्प ऋतुभ्राव ठीक होकर उपद्रव रूप में होने वाला शिरःशूल, कलेजे की धड़कन, पीठ, कमर तथा पैरों का दर्द दूर हो जाता है।

कष्टार्तव का प्रयोग

अश्वगंध चूर्ण ४ तोला, घी में भुनी हल्दी चूर्ण ४ तोला, मुलैठी चूर्ण ४ तोला, पिप्पली चूर्ण १ तोला, पिप्पलीमूल चूर्ण १ तोला, चव्य १ तोला, चित्रक चूर्ण १ तोला तथा सोंठ चूर्ण १ तोला—इन सभी को मिलाकर पत्थर के खरल में अच्छी तरह घोंटकर मिश्रण तैयार करें।

मात्रा— ६ माशा।

अनुपान— बछड़े वाली गाय का गरम दूध।

सेवन विधि— सुबह भोजन से पहले, रात को सोते समय तथा भोजन पचने के बाद सेवन करें।

प्रत्येक माह मासिक धर्म आने के १५ दिन पहले से लेकर ऋतुकाल के १६वें दिन तक इसका सेवन कराएँ। कष्टार्तव के कारण यदि बांझपन (संतान न होना) की समस्या हो गई हो तो उसमें भी लाभ बताया गया है।

कष्टार्तव पर अनुभव

एक अनुभव के अनुसार, एक रोगिणी को कई वर्षों से मासिक धर्म के समय अत्यधिक दर्द, अधिक रक्तभ्राव, सिरदर्द, कमरदर्द, पेटदर्द, बेचैनी तथा अनियमित मासिक धर्म की शिकायत थी। कभी-कभी आँखों में जलन, खुजली और दर्द भी हो जाता था।

उन्हें निम्न औषधियाँ दी गई—

दवा नं. १ फलघृत — १-१ तोला, प्रातः एवं सायं, दूध के साथ।

दवा नं. २ अशोकारिष्ट — १-१ तोला, भोजन के बाद, बराबर मात्रा में जल मिलाकर।

फलघृत लगभग २० दिन तथा अशोकारिष्ट २-३ महीने तक दिया गया। साथ ही ठंडी तथा वात बढ़ाने वाली वस्तुओं से परहेज कराया गया, जिससे लाभ प्राप्त हुआ।

अनार्तव (आर्तव क्षय)

(भाग-1)

आचार्यों ने जिन 20 योनि रोगों का अपने योनि व्यापद चिकित्साध्याय में वर्णन किया है, उनका अवलोकन करने पर निम्नलिखित में अनार्तव के लक्षण पाए जाते हैं—

- (1) बन्ध्या (सुश्रुत)
- (2) अर्जस्का (चरक)
- (3) लोहितक्षया (माधव, वाग्भट्ट एवं शारंगुधर)
- (4) शुष्का (चरक)

उपरोक्त में प्राचीन आचार्यों की दृष्टि में अति संशोधन, अति शमन, वेगविधारण (शरीर के वेगों को रोकना), अभक्षयान्न सेवन (न खाने योग्य भोजन करना), मानसिक संताप, अव्यायाम (व्यायाम न करना), अश्नन (गलत खान-पान), अति मैथुन एवं दोषों द्वारा मार्गवरोध (रास्ता रुकना) अनार्तव के कारण हैं।

आर्तवक्षय से मूल अभिप्राय रक्त की कमी एवं रस की कमी का अर्थ है कि रस पूर्णतया नहीं बनता। रस की कमी आहार के पूर्ण परिपाक एवं सात्त्विकरण में विकृति से होगी। अतः सम्पूर्ण घटकों से युक्त आहार प्रदान कर न्यूनता की पूर्ति करना है।

चिकित्सा—

चिकित्सा प्रारम्भ करने से पूर्व रोगी को अनुकूल वातावरण प्राप्त करा देने से शीघ्र सफलता की आशा रहती है। सुपाच्य लौह एवं विटामिन्स युक्त भोजन, शुद्ध जलवायु, पूर्ण विश्राम एवं उचित व्यायाम, शुद्ध मानसिक वातावरण एवं सर्वदा कोष्ठ शुद्धि (पेट साफ) रहने पर चिकित्सा में शीघ्र लाभ की आशा रहती है। वैसे तो सुझे अपने चिकित्साकाल में आर्तव क्षय की अनेक रोगिणियों की चिकित्सा करने के अवसर मिले। उनकी औषधि व्यवस्था में भी दोषानुसार अंतर एवं परिवर्तन करना पड़ा। किन्तु निम्न औषधि व्यवस्था प्रायः दोनों प्रकार के आर्तव क्षय में शीघ्र कार्यकारी रहती है।

- 1 रोगी की चिकित्सा के पूर्व वमन विरेचन द्वारा कोष्ठ शुद्धि करना आवश्यक है। विरेचन के लिए अवस्थानुसार अभ्रक्चुकी, इच्छाभेदी, आदि कोई भी योग दिया जा सकता है। सर्वोत्तम शुद्ध एरण्ड तेल 1 औंस रात्रिकाल में 1 पाव उष्ण गोदुग्ध में मिलाकर लेने से स्नेहन और विरेचन दोनों गुण प्राप्त हो जाते हैं।

पश्चात् पेया मिलाकर मदनान्दि वमन चूर्ण अथवा निम्बपत्र 1 तोला, फिटकरी 4 रत्ती, नमक 1 माशा, उष्ण जल 4 तोले मिलाकर पीसकर गले में उंगलियां डालकर वमन करना श्रेयस्कर है। पश्चात् निम्न औषधि व्यवस्था करें।

- 2 अ— लौहभस्म 2 रत्ती, अश्रक भस्म 2 रत्ती, कसीस भस्म 2 रत्ती। 2 मात्रा।

अनुपान— काली मिर्च 5, घृतकुमारी का गूदा 3 माशा, शहद 3 माशा से प्रातः एवं सायंकाल दें।

ब— रजःप्रवर्तिनी वटी 4 गोली। 2 मात्रा।

अनुपान— कृष्ण तिल 3 माशा, कपास मूल 3 माशा, मेथी 3 माशा के चतुर्गुण काथ दे, प्रातः 6 बजे एवं रात्रि में 6 बजे।

स— लौहासव 1 1/2 तोला, कुमारी आसव 1 1/2 तोला, अशोकारिष्ट 1 1/2 तोला। 2 मात्रा
भोजनोपरान्त समान भाग जल से।

3 अ- मपडूरभस्म 2 रत्ती, स्वर्णमाक्षिक भस्म 2 रत्ती, कसीस भस्म 2 रत्ती, अश्रक भस्म 2 रत्ती । 2 मात्रा

अनुपान- त्रिफला चूर्ण 1 ½ माशा, ग्वारपाटे का गूदा 1 ½ माशा, शहद 3 माशा से प्रातः सायं 6 बजे ।

ब- नष्ट पुष्पांतक रस 2 गोली, कन्यालोभ्रादि वटी 2 गोली । 2 मात्रा

अनुपान- कृष्ण तिल 1 ½ माशा, कपास बीज 1 ½ माशा के चतुर्गुण काथ से । 6 बजे दिन एवं 6 बजे रात्रि को दें ।

स- कुमारी आसव, लौहासव, अशोकारिष्ट का मिश्रण प्रत्येक अवस्था में भोजनोपरास्त समान भाग जल से देना चाहिये ।

4 अ- मूली बीज 1 माशा, गाजर बीज 1 माशा, मेथी बीज 1 माशा, कृष्ण तिल 1 माशा, कपास बीज (खरकी) 1 माशा, त्रिकुटा 3 माशा, गुड़ 2 ½ तोला, जल 1 ½ पाव । काथ बनाकर 6 तोला रहने पर उतार कर इसकी 2 मात्रा बनायें ।

ब- रजःप्रवर्तिनी वटी अथवा नष्टपुष्पांतक रस प्रातः सायं 6 बजे उपरोक्त काथ से 1-1 अथवा 2-2 गोली 1 घंटे पश्चात् दें ।

स- कुमारकल्पद्रुम घृत 1 तोला, सुखोष्ण गोदुग्ध 1 पाव मिलाकर 8 बजे दिन और 8 बजे रात्रि को पीवें ।

ड- भोजन के पश्चात् वही लौहासव, कुमारी आसव एवं अशोकारिष्ट का मिश्रण दें । इनके अतिरिक्त निम्न व्यवस्था और भी करें ।

अनार्तव नाशिनी वस्ति-

गंभारीत्वक् 5 तोला, कुटजत्वक् 5 तोला, टंकण 1 तोला— इनका काथ बनाकर प्रतिदिन रात्रि में 7 दिन तक योनि वस्ति दें ।



श्वेत प्रदर हर द्रव्यों और योगों का वर्णन

श्वेत प्रदर

श्वेत प्रदर की चिकित्सा में उपयोगी द्रव्य और परीक्षित अनुभूत योगों का वर्णन:

(द्रव्य एवं अनुभूत परीक्षित योग)

1. श्वेत प्रदर, Leucorrhoea, श्वेतस्राव

मुख्य परिभाषा—

इस व्याधि में स्त्री की योनि से सफेद या पीताभ (लसदार) स्राव जल स्रावित होता रहता है। दोषपूर्ण और नव-पुराना भेद से श्वेत स्राव में अन्य लक्षणों की व्याप्ति भी उपस्थित रहती है। इस श्वेत प्रदर की पाँच अवस्थाएँ मानी जाती हैं।

अन्य लक्षण—

- साधारणतः इस रोग की योनि की बाह्य भागोद्द के ऊपर और भीतर साधारण खुजली हुआ करती है और इससे श्वेतस्राव होता है।
- कमर में दर्द (कटिशूल), पैड़ के भाग पर भारीपन का अहसास, बार-बार पेशाब त्यागने की इच्छा बनी रहती है।
- सूस्ती, बेचैनी और घबराहट बनी रहती है।
- साधारण काम-काज में उदासीनता और सारे शरीर का अस्वास्थ्य (कमजोरी) हमेशा बनी रहती है।
- मासिक धर्म (ऋतुसाव) कष्ट से होता है।
- खून और सफेद स्राव की मात्रा में घटबढ़ होती रहती है।
- यह रोग रहने पर अवसर गर्भधारण होने की संभावना कम ही रहती है।
- गर्भवस्था में भी कभी-कभी यह रोग हो जाता है।
- ऐसी स्थिति में गर्भवती स्त्री को योनिखुजली से अधिक कष्ट होता है।
- पानी जैसा स्राव भी अधिक होने से कमर दर्द और कमजोरी बढ़ती है।
- अवसर श्वेत प्रदर के अन्य लक्षण भी साथ में मौजूद रहते हैं।

“श्वेत स्राव अंगों में शिथिलता और पीड़ा के साथ होता है। इसकी अधिकता में कमजोरी, चक्कर आना, बेचैनी, नशा जैसा जैसी हालत, (क्लवास, प्रलाप), शरीर का पीला पड़ना, आलस्य — ये सब बात दोष से जुड़े रोग हैं।”

1 इस श्रेणी में ये युवतियाँ आती हैं जिनकी योनि की बनावट कफ-प्रधान होती है। कभी-कभी यह स्थिति बचपन से ही शुरू हो जाती है। कभी-कभी बचपन में लगातार कफ की बीमारियाँ, जुकाम, पांडू रोग (खून की कमी) आदि से बीमार रहने के कारण भी यह हो जाती है। यौवन की शुरुआत में या यौवन के एक-दो चरण ऊपर बढ़ने पर और विवाह के बाद जब प्रजनन अंग की वृद्धि विकास की अवस्था में हो, भागेदर के नीचे की परत की श्लेष्मिक झिल्ली से स्राव बढ़ जाता है। तत्तीजन योनि से विपचित (लसदार) सफेद चम्पकदार तरल स्राव होता है। इससे भागेदर के बाहरी भाग पर चिपक कर जम जाता है।

2 इस श्रेणी में अक्सर नई-नवेली दुल्हनें आती हैं। शुरुआती अवस्था की कन्याएँ जब दुल्हन बनती हैं तब उनकी योनि में विकृति तो पहले से ही मौजूद होती है, ऊपर से पति के साथ अत्यधिक संभोग (कामुक परिस्थितियों) से संघर्ष आदि निम्न कारणों से योनि में सूजन... धीरे-धीरे योनि ऊपर रूप से असुभव होने लगती है। सेगिनी इस स्थिति को कमजोर जाहिर करने की अपेक्षा गुप्त रखने में अधिक भलाई समझती है। सफेद-चम्पकदार खुड़ी गंध वाला स्राव लगातार चलता रहता है। इसी स्थिति से कभी-कभी कैंसर की शुरुआत हो जाती है। शरीर की प्रकृति कैंसर पैदा होने की और झुकी हो तब योनि-मुख से सफेद पतला पानी जैसा तरल पदार्थ और थोड़ा खून मिला हुआ स्राव होता है। खून मिलने का कारण खुजलाने की आदत या नाखून लगाने तथा रगड़ लगाने जैसी बातें हुआ करती हैं।

3 इस श्रेणी के श्वेत प्रदर में उन स्त्रियों की गिनती है जिनमें 2-4 बच्चे जन्म देने का समय बीत चुका हो। ऐसी रोगिणियों की योनि से अंडे की सफेदी जैसा विपचित तथा बदबूदार तरल स्राव होता रहता है। इसमें भी खून मिलना और अन्य कारणों से योनि के शरीर को गिरावट है। सुखास और किडनी (मुत्रकुशिका) के परिणामस्वरूप भी यह स्थिति पैदा हो सकती है। अतः रोग के अधिक पुराना होने से योनि की सूजन गर्भधारण तक फैला जाती है। इस स्थिति को चिंताजनक समझना चाहिए। इससे गर्भाशय में जुड़ी अन्य जटिल बीमारियाँ भी पैदा हो सकती हैं। गर्भाशय में सूजन, पांडू (अनुदर), याव (वण), फोड़ा (विद्रुधि) आदि की संभावना भी हो सकती है।

4 इस श्रेणी में शामिल होना इस बात का पक्का सबूत है कि स्त्री-पुरुष दोनों या एक बीमारी से ग्रस्त मोड़े हुए हैं। पुरानी उपदंश (सिफलिस) और सुजाक के असर से जननेदियों का बाहरी भाग तो खराब होता ही है, इस स्थिति में गर्भाशय और उससे जुड़े अंगों पर भी रोग का असर फैल जाता है। ऐसी हालत में सफेद, पीला, लाल, काला, बदबूदार, पीब जैसा — इस तरह अनेक रंगों और लक्षणों वाला स्राव हमेशा होता ही रहता है। और साधारण श्वेत प्रदर की चिकित्सा से इस स्थिति के छुटकारा भी नहीं मिलता। इससे छुटकारा पाने के लिए तो रोग का ही जड़ इलाज करने से ही संभवना मिल सकती है।

1. श्वेत प्रदर, Leucorrhoea, श्वेतस्राव

...श्वेत प्रदर की चिकित्सा में प्रायः रूक्ष (सुखाने वाली) और स्तम्भक (रोकने वाली) औषधियाँ इस्तेमाल होती हैं। अतः कब्ज की स्थिति में ऐसी दवाओं से कब्ज और तेज हो जाती है। दस्त की अवस्था में ऐसी रूकावट नहीं होती। पहले की तुलना में यह स्थिति आसानी से ठीक हो सकती है।

कब्ज की स्थिति में— आरोग्यवर्द्धिनी वटी 2 रत्ती, त्रिफला चूर्ण 3 माशा, नौसादर 4 रत्ती — ऐसी 3-4 मात्रा दिन में गरम पानी से देनी चाहिए।

योनि साफ करने के लिए उपयुक्त किसी भी शुद्धिकरण योग को नियमित इस्तेमाल में लाना चाहिए। दिन में एक-दो बार सफाई का काम ज़रूर करना चाहिए।

आरोग्यवर्द्धिनी का सेवन कुछ समय तक लगातार करना ठीक रहता है। ज़रूरत के अनुसार बीच-बीच में शंखवटी, चित्रकादि वटी, द्राक्षासव, दशमूलारिष्ट, अश्वगन्धारिष्ट — इनमें से किसी एक या दो का प्रयोग भी करना चाहिए। ये भी मंदाग्निनाशक (पाचन-शक्ति बढ़ाने वाली), बलवर्द्धक और खून बढ़ाने वाली हैं। करीब एक महीने ऐसी चिकित्सा के बाद श्वेत प्रदर की रोगिणी में एक चमत्कार-सा हो जाता है। दिन-प्रतिदिन उसका गिरता हुआ स्वास्थ्य सुधार की राह पर आगे बढ़ने लगता है। उसमें उत्साह और स्फूर्ति का उदय होता है। चिड़चिड़ापन दूर हो जाता है। अब वह अपने आपको पहले की तुलना में ज्यादा स्वस्थ और ताकतवर महसूस करती हैं।

इस स्थिति में श्वेत प्रदर को नष्ट करने वाली कोई भी औषधि दी जाए, वही मनचाहा लाभ करती है। ऐसी स्थिति में निम्नलिखित योगों को हम हमेशा इस्तेमाल करते हैं—

- 1** लक्ष्मीविलास रस (नारद्रीय) 3 रत्ती। पान के पत्ते के रस और शहद से दिन में 2-3 बार देने से प्रदर में तो लाभ होता ही है, रोगिणी की मानसिक और शारीरिक स्थिति भी सुधर जाती है।
- 2** प्रदरांतक रस (रसेन्द्रसारोक) दो रत्ती की मात्रा से, शहद से चटाना।
- 3** पुष्यानुग चूर्ण (भै0 20) समस्त प्रदर एवं योनि रोगों से मुक्ति दिलाने वाली यह महौषधि चिकित्सक को कभी न भूलनी चाहिए।
मात्रा— 2-4 माशा। अनुपान— शहद मिश्रित चावल का धोवन जल। समय— प्रातः सायं।
- 4** प्रदरांतक चूर्ण (रसतन्त्रसारोक)।
मात्रा— 3-6 माशा। अनुपान— शहद मिश्रित चावल का धोवन जल।
- 5** प्रदरारिपु रस, प्रदरारि रस, सोमनाथ रस आदि भी काफी लाभकारी हैं।

इसकी दूसरी अवस्था की चिकित्सा, जिसमें कब्ज भी साथ रहती है—

नोट—

इसकी चिकित्सा में यह ध्यान रखना ज़रूरी है कि यह पित्त-प्रधान बीमारी है और पित्त प्रकृति वाली स्त्रियाँ ही इससे ज्यादा पीड़ित होती हैं।

- 6** स्वर्णवसंत मालती 1 रत्ती, गुडूचीसत्त्व 4 रत्ती। ऐसी दो मात्रा प्रातः सायं दूर्वारस, मीठे अनार का रस, चावल के धोवन में पिसे चौलाई की जड़ के रस से, अथवा कुशा की जड़ के पानी से सेवन कराने से जल्दी लाभ होता है। श्वेत प्रदर की पुरानी अवस्था में चिकित्सक बंधु 2-3 सप्ताह इसका प्रयोग ज़रूर कराएं।

1. श्वेत प्रदर, Leucorrhoea, श्वेतस्राव

- 7 विशेष योग—** श्वेत जीरक चूर्ण 1 तोला, विजयसार निर्यास (दम्बल अर्कवायन) 2 तोला, समुद्रशोष 1 तोला, समुद्र फ्रेन 1 तोला, सोना गेरू 1 तोला, सर्जरस चूर्ण 2 तोला, प्रवालपिष्टी 1 तोला, कबीर गोंद 1 तोला, गोंद कीकर 1 तोला, कपूरकचरी 1 तोला, छिल्ला ईसबगोल 1 तोला, कुक्कुटांडत्वक 1 तोला, अश्रकभस्म 100 पुटी 2 तोला, मिश्री 10 तोला।
सबको कूट-पीस कर कपड़छन करके रख लें।

मात्रा— 1 से 3 माशा।

अनुपान— घी में तला हुआ ठंडा गाय का दूध अथवा ठंडा पानी।

इस योग के प्रभाव से सैकड़ों श्वेत प्रदर की रोगिणियाँ अपने आगे के जीवन को आनन्द से बिता रही हैं।

यह भी याद रखने योग्य है कि यदि साव गर्भाशय से जुड़ा हो तो 'न्यरोधादि काथ' (शारङ्गाधरोक्त) से दुग् द्वारा गर्भाशय की सफ़ाई ज़रूर करनी चाहिए।

- 3** चौथी श्रेणी की अवस्था का श्वेत प्रदर विशेष कष्टदायक नहीं होता। कभी साव होता है, कभी नहीं। इस उम्र में जो स्थिति मासिक धर्म की होती है, उसी के अनुसार इसके लक्षणों में भी घट-बढ़ रहती है।

औषधार्थ— चन्द्रप्रभा वटी 2-2 गोली प्रातः सायं और रात्रि को दूध, चाय या पानी से देनी ठीक रहती हैं।

अथवा— योगराज गुग्गुलु और अभया गुग्गुलु उक्त विधि से इस्तेमाल करने पर अच्छा लाभ देता है। इससे पाचन क्रिया में भी सुधार होता है।

- 4** श्वेत प्रदर की पांचवीं श्रेणी संक्रामक रोग से पैदा होती है। इसका पूरा विस्तार करने से लेख बहुत बढ़ जायगा तथा इस स्थिति की चिकित्सा में पहले मूलभूत रोग को दूर करने के बाद ही रोगिणी के कल्याण की संभावना होती है, अतः इस लम्बे और अलग विषय को यहीं समाप्त करना ठीक रहेगा।

पीत प्रदर और कृष्ण प्रदर—

वस्तुतः मासिक ऋतुस्राव के रंग पर पीत और कृष्ण प्रदर की पहचान है। मासिक ऋतु स्राव के रंग में बदलाव पर नामस्थिति अस्सर रोग की पहचान का सुंदर रास्ता है। आर्तव उत्पादक अंगों पर जब पित्त की अधिकता हो तब ही ऋतुस्राव में रंग में बदलाव आता है, जैसा कहा गया है—

“सफ़ेद, नीला, काला, लाल — ये रंग पित्त की अधिकता से जुड़े हुए हैं, भ्रूण पर भी पित्त का असर पड़ता है।”

चिकित्सा में भी पित्त की शांति का पूरा ध्यान रखना चाहिए। यह भी याद रखने योग्य है कि 'न रोगो एक दोष से पैदा होता' के सिद्धांत के अनुसार हीन, मध्य और अधिक अनुबंध के अनुसार अन्य दोषों की उपस्थिति भी ज़रूर समझनी चाहिए।

पीत और कृष्ण प्रदर का ज्यादा संबंध डिम्ब-ग्रंथियों (ओवरी) से है। वात दोष अधिक बढ़ने पर ही कृष्ण-प्रभाव आर्तव में होता है। अतः सिर्फ ठंडक की चिकित्सा से ही यहां काम नहीं होगा। दोषों की स्थिति को अच्छी तरह जानकर ही औषधि व्यवस्था सफल होती है।

1. श्वेत प्रदर, Leucorrhoea, श्वेतस्राव

इसकी दूसरी अवस्था—

यह स्वाभाविक है। फिर भी इस स्थिति में लाभ पाने के लिए उत्तम चन्द्रप्रभा वटी (शारङ्गाधरीय) 2-2 गोली प्रातः सायं और रात्रि को गोखरू के काढ़े में थोड़ी चीनी डालकर एक-दो महीने सेवन करने से यह तकलीफ शांत हो जाती हैं, अथवा ज़्यादा तकलीफ देह हालत में भी बदलव नहीं होता।

इसकी तीसरी अवस्था—

किसी और बीमारी (गांठ/अबुर्द) की मौजूदगी में उपद्रव के रूप में जाहिर होती है। इसलिए असली रोग की चिकित्सा से ही इसमें पक्का फायदा होने की उम्मीद रहती है। यह भी तभी संभव है जब गर्भाशय की गांठ अथवा गर्भाशय-मुख का कैंसर उसके शुरूआती दौर में ही पहचान लिया जाए। वरना गांठ के बढ़ने के दौरान या पूरी तरह विकसित हो जाने की अवस्था में ऑपरेशन (शल्योपचार), रेडियम और एक्स-रे की मदद लेना ही एकमात्र उपाय समझना चाहिए।

गर्भाशय की गांठ की रोगिणियों में भी अलग-अलग लक्षण हर स्त्री में पाए जाते हैं। ज़्यादातर खून के बहने में कमी-ज़्यादाती समय के साथ साफ रूप में दिखाई और समझ में आती हैं। रोगिणी भी इसी दर्द-तकलीफ की शिकायत करती है और चिकित्सक भी मासिक धर्म रोकने की चिकित्सा को ही ज़्यादा महत्व देते हैं। इसी उलझन भरे समय में अंदर धीरे-धीरे बीमारी जड़ पकड़ती जाती है। इसलिए ऐसी रोगिणियों में चिकित्सक को रोग की जांच करते समय स्थानीय गांठों को नहीं भूलना चाहिए।

गांठ (अबुर्द) की बीमारी स्वभाव से ही स्वास्थ्य और जीवन की दुश्मन है। परन्तु अगर इसके शुरू होने या बढ़ने के समय में ही इसका पता चल जाए तो यह दवाओं से ठीक हो सकती हैं। इसके लिए कुछ योग नीचे दिए जा रहे हैं।

- 1 रौद्ररस (रसेन्द्रसार सं०) 2-4 रत्ती। अनुपान— शहद, ऊपर से महामंजिष्ठादि काढ़े का पान। एक महीने के सेवन से लाभ होगा।
- 2 इसी लेख में ऊपर लिखे दाव्यांदि काढ़े एवं उसके कल्पों (रूपों) का लगातार प्रयोग रक्त रोकने के लिए एवं गांठ मिटाने के लिए बहुत उपयोगी है।
- 3 रसमाणिक्य 1-2 रत्ती, शहद-धी से चटाकर उसके बाद दूब (दूर्वा) 2 तोला को पानी में पीसकर कपड़े से छान लें और फिर इसमें गाय का दूध मिलाकर पिलाएं।
- 4 पंचतिक्त घृत गुग्गुलु एवं कुमारकल्पद्रुम घृत ½ से 1 तोला की मात्रा से चाटकर ऊपर से महामंजिष्ठादि काढ़े का पान।
- 5 शारङ्गाधरीय-शारङ्गाधरीय 'न्यग्रोधादि' गण (शारङ्गाधर संहिता, उत्तरखण्ड, अध्याय ७) के काढ़े से भीगी हुई पिचु (रूई की बत्ती) योनि में रखना तथा इसी काढ़े से डूश (डूशकर्म) त्रिविधि से गर्भाशय की सफाई करना।

संदर्भ (शारङ्गाधर संहिता) :

- चन्द्रप्रभा वटी—शारङ्गाधर संहिता, मध्यखण्ड, अध्याय ९
- न्यग्रोधादि गण—शारङ्गाधर संहिता, उत्तरखण्ड, अध्याय ७ (डूशकर्म विधि में उपयोगी)

रक्त प्रदर हर द्रव्यों और योगों का वर्णन

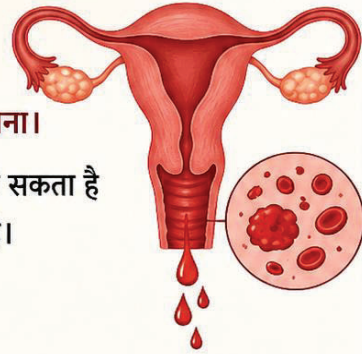
रक्त प्रदर

(शास्त्रीय और अनुभूत परीक्षित योग)

असृग्दर (रक्तप्रदर)

असृग्दर का अर्थ

- आयुर्वेद में "असृग्दर" शब्द का अर्थ है – योनि से सामान्य से अधिक मात्रा में रक्त का निकलना।
- यह रक्तस्राव मासिक धर्म के समय अधिक मात्रा में हो सकता है या मासिक धर्म के अतिरिक्त दिनों में भी हो सकता है।
- इस रक्त में गर्भाशय की परत (आर्तव) के छोटे-छोटे टुकड़े भी निकल सकते हैं।



शास्त्रीय संदर्भ

तदेवार्तवं प्रसंगं प्रवृत्तमनतावपि।
असृग्दरं विजानीयात् प्रदरस्तद्विदो विदुः॥



भावार्थ:



यदि स्त्री में ऋतुकाल के अतिरिक्त या अत्यधिक मात्रा में रक्तस्राव होने लगे, तो उसे असृग्दर (रक्तप्रदर) कहा जाता है।



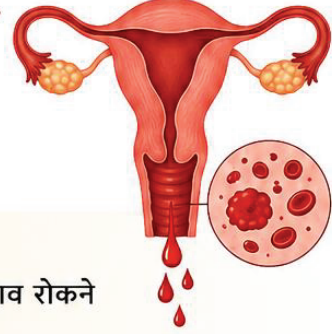
ध्यान दें:

"प्रदर" शब्द सामान्य रूप से अत्यधिक स्राव के लिए प्रयुक्त होता है, जबकि असृग्दर या रक्तप्रदर विशेष रूप से अधिक रक्तस्राव को दर्शाता है।

असृग्दर (रक्तप्रदर)

की चिकित्सा

असृग्दर (रक्तप्रदर) में आयुर्वेद की निम्न औषधियाँ अत्यंत लाभकारी मानी गई हैं—



1



अशोकारिष्ट

गर्भाशय को स्वस्थ रखने, अत्यधिक रक्तस्राव रोकने और स्त्री रोगों में उपयोगी।

2



पत्रांगासव

गर्भाशय को बल प्रदान करने, रक्तस्राव रोकने और योनि संबंधी विकारों में लाभकारी।

3



सुपारी पाक

गर्भाशय को संकुचित करने, रक्तस्राव रोकने और कमजोरी दूर करने में सहायक।

4



अशोकचूर्ण

अत्यधिक रक्तस्राव, श्वेतप्रदर एवं योनि विकारों में उपयोगी, गर्भाशय को बल प्रदान करता है।

5



प्रदरान्तक रस

प्रदर रोग, रक्तस्राव एवं गर्भाशय संबंधी विकारों में अति उपयुक्त।

6



लौहासाव

रक्त की कमी दूर कर गर्भाशय को बल देता है और रक्तस्राव को रोकता है।

7



कुमारीआसव

गर्भाशय विकार, अनियमित मासिक धर्म एवं रक्तप्रदर में लाभकारी।

8



अशोकघूत

गर्भाशय को पोषण देकर रक्तस्राव रोकने और स्त्री रोगों में लाभकारी।



निष्कर्ष:

उपर्युक्त औषधियाँ विभिन्न प्रकार के प्रदर (रक्तप्रदर) में लाभकारी मानी गई हैं।



रक्तप्रदर

रक्तप्रदर — मासिक स्राव समय से पूर्व, एक मास में अधिक बार, अधिक प्रमाण में व अधिक समय तक होता है। विकृत अवस्था में इसका रंग काला या विविध रंग लिए हुये लालिमा युक्त होता है।

दो प्रकार के प्रदरों में निम्न लक्षण न्यूनाधिक रूप में अवश्य मिलते हैं। मलावरोध, योनिदाहशूल, कटिशूल, सर्वांग पीड़ा, हाथपांव व नेत्र दाह, अशक्ति, विरक्ति, क्षुधानाश, तृष्णा, सर्वांगदाह, मूच्छा, ज्वर, शिरोवेदना, नेत्र तथा नाखूनों के अन्तर्भाग का लालिमा-हीन होना, अरुचि, भोजनाश, भ्रम, हडफूटन रक्तालपता जन्य मासिक स्रावावरोध स्नायुदौर्बल्य आदि। इनका अन्तिम परिणाम प्रजनन संस्थान की अनेक प्रकार की असाध्य व्याधियां होकर बन्ध्यत्व तथा प्राणनाश है।

प्रदर की चिकित्सा करने के पूर्व निम्न सूत्रों को ध्यान में रखना चाहिए—

- 1 कार्य नाश के लिए कारण का नाश उत्तम विधि है। जिन कारणों से रोग उत्पन्न हुआ है उनका निराकरण सर्वप्रथम किया जाना चाहिए।
- 2 रोग के लक्षण या उपाधि स्वरूप उत्पन्न शरीर के किसी भी भाग की दुर्बलता का प्रतिकार करने वाली औषधियों की योजना मुख्य औषधियों के साथ अवश्य की जानी चाहिए।
- 3 प्रदर गर्भाशय से सम्बन्धित रोग है, अतः मौखिक चिकित्सा के साथ योनि एवं गर्भाशय प्रक्षालन की क्रिया अवश्य की जानी चाहिए।

चिकित्सा — यों तो आयुर्वेदशास्त्र में अनेक औषधियां प्रदर नाशक कही गई हैं जिनकी योजना रोगी की स्थिति तथा दोषादि का सम्यक् विवेचन करके किये जाने पर निश्चित लाभ होता है, किन्तु आयुर्वेदानुसार दोष दूष्यादि का विवेचन करना सरल नहीं है। वे भाग्यशाली चिकित्सक जो उदार हृदय एवं योग्य गुरुओं के सच्चे रूप में अंतःवासी होकर निरन्तर सेवा करते हुए आयुर्वेदाध्ययन करते हैं वे ही इस मर्म को जान सकते हैं। अपनी अनुभूत औषधियां पाठकों के हितार्थ प्रस्तुत करता हूँ।

चिकित्सा के पूर्व रोगिणी को विरेचन करवा देना चाहिये। इसमें तीव्र विरेचन देना ठीक नहीं है अतः निम्न स्वादिष्ट 'मूदु विरेचन' का योग उत्तम है।

योग — छाया शुष्क गुलाबपुष्प, मुलहठी, सनाय, गुलचनफशा प्रत्येक 16 तोला; सौंफ, गंधक, 8-8 तोला, मिश्री 80 तोला।

मात्रा — 3-6 माशा, अनुपान — गरम दूध रात्रि को सोते समय, आवश्यकतानुसार 3 दिन या अधिक समय तक देना चाहिये।

प्रदर में प्रायः सूजाक का संक्रमण पाया जाता है ऐसी स्थिति में 'शीतलपर्पटी' का 1 या 3 माशा की मात्रा में 5-10 बूंद तक चन्दन का तेल डालकर शीतल जल से दिन में 4-6 बार देना चाहिये।

उत्तम तो यह होगा कि प्रत्येक रोगिणी का प्रथम दोनों प्रकार के विरेचन से शोधन करके चिकित्सा आरम्भ की जाये।

प्रदर हर चूर्ण —

योग — रसौत, कसेरू, धायपुष्प, गोंद, कतीरा 2-2 तोला; मोचरस, ईसबगोल की मुश्री 5-5 तो., माचुफल, चिकनी सुपारी 20-20 तोला।

मात्रा — 2-2 माशा आवश्यकतानुसार दिन में 2-3 बार मधु मिश्रित तण्डुलोदक से। सम्पूर्ण प्रदरनाशक है। इसके साथ अन्य आवश्यक औषधियों का मिश्रण किया जा सकता है।

प्रदर की अनुभूत औषधि व चिकित्सा विधि

जो रोगिणी नित्य ताजा बनाकर पीना पसन्द करें उनके लिए 'दाव्यादि कषाय' सर्वोत्तम औषधि है;
तैयार काढ़ा उतना लाभ नहीं करते।

शास्त्रोक्त औषधियों में चन्द्रप्रभा वटी, वंग या वंगभस्म, प्रदरांतक लौह, प्रदरारि रस, अशोकारिष्ट, लोहासव, पत्रांगासव, कुक्कुटांडत्वक भस्म, मालती वसन्त, संशमनी वटी, पुष्यानुग चूर्ण आदि का प्रयोग रोग एवं रोगिणी की अवस्था के अनुसार प्रयोग करने से अवश्य लाभ उठाया जा सकता है।

शास्त्रोक्त औषधियों का निम्न योग हमारा अनुभूत है—

रक्त प्रदर में —

पुष्यानुग चूर्ण 4 रत्ती,
प्रदरारि रस 2 रत्ती,
शीतलपर्पटी 2 रत्ती,
अकीक पिष्टी 1 रत्ती

ऐसी 1-1 मात्रा सुबह शाम
मधुयष्टि (मुलैठी) रस से।

श्वेत प्रदर में —

स्वर्णवसंतमालती 1½ रत्ती,
संशमनी वटी 1 रत्ती,
रौष्यभस्म 1½ रत्ती,
स्वर्णवंगभस्म 1 रत्ती,
त्रिवंगभस्म 1½ रत्ती

ऐसी 1-1 मात्रा प्रातः सायं
मक्खन मिश्री से।

अनुभूत चिकित्सा विधि—

प्रथम 3 दिन मृदुविरेचन चूर्ण रात्रि को
6 माशा गरम दूध से देवें, शीतल पर्पटी
1½ माशा चन्दन तैल 5 से 10 बूंद तक
ऐसी 1-1 मात्रा 1-1 घण्टे बाद शीतल
जल से अधिकतम 6 मात्रा प्रतिदिन।

(11) प्रदररिपु रस — जिस समय रक्त का प्रवाह प्रबल वेग से हो, उस समय इसका प्रयोग अत्यन्त लाभकारी है। 1-2 गोली प्रातः सायं 'खूनखराबा' 1 माशा और मधु से चाटकर ऊपर से चावल का धोवन, अशोक छाल का क्वाथ या अदूसे का रस पीना चाहिए।

(12) प्रदरारि लोह (र० यो०) — सभी प्रकार के प्रदर रोग तथा कुक्षिशूल में लाभदायक है। 1-2 गोली प्रातः सायं अशोकछाल के क्वाथ या कुशमूल स्वरस के साथ देनी चाहिए।

(13) प्रदरांतक लौह (र० यो०) — सब प्रकार के नीले पानी, रक्त प्रदर, श्वेत प्रदर को विनाश कर मासिक धर्म साफ लाता है। असाध्य प्रदर रोग भी इससे नष्ट होता है।

मात्रा — 3-4 रत्ती दिन में दो बार मिश्री और घृत 1-2 माशा तथा शहद 3 माशा के साथ।

रक्तरोधक वटी (रसतन्त्रसार द्वि० भा०) —

प्रवालपिष्टी 2 तोला, रसूत, गिलोय सत्व, स्वर्णमाक्षिक भस्म, बकायन (महानिम्ब) के पत्ते, नीम के कोमल पत्ते, 1-1 तोला कपूर 3 माशे। सबको घृतकुमारी के रस में मर्दन करके 1-1 रत्ती की गोलियां बनालें एवं स्वर्णगैरिक चूर्ण में डालते जायें ताकि आपस में चिपकें नहीं।

हर प्रकार के रक्तस्राव में उपयोगी है।

मात्रा —

1 से 3 गोली तक,
दिन में दो से चार बार
हर तीन घण्टे के बाद
जल, बकरी के दूध
अथवा लस्सी से दें।

2 अकीक पिष्टी, कहरवा (तृणकान्त मणि) पिष्टी 1-1 तोला, खूनखराबा (दम्बुल अखवैन) 2 तोला और रसूत 3 तोला सबको मिलाकर मटर के समान गोलियां बनाएं।

मात्रा — 2-2 गोली चावल के धोवन से दिन में दो-तीन बार।

यह वटी अधोगत एवं ऊर्ध्वगत दोनों प्रकार के रक्तस्राव में उपयोगी है किन्तु विशेषकर रक्तप्रदर एवं रक्तार्श दोनों में लाभकारी है। रसूत का सम्मिश्रण होने से कोष्ठबद्धता भी नहीं होती है।

नुस्खा 1 — रक्त प्रदरांतक

बवाटिका भस्म 1 तोला,
शंख भस्म 1 तोला,
जहरमोहरा खताई की पिष्टी 6 माशे
(अर्क गुलाब में तैयार की हुई),
अकीक पिष्टी 1 तोला
(अर्क केवड़ा में तैयार की हुई) —

इन सबको एक स्थान में मिलाकर 20 मिनट
खरल में खूब घोटकर शीशी में भर दें।
आवश्यकता होने पर प्रयोग करें।

मात्रा — 4 से 6 रत्ती।

अनुपान — अशोकारिष्ट 1 तोला, भोजन के पश्चात्
3 तोला जल मिलाकर प्रातः-सायं प्रयोग कराएं।

नुस्खा 2 — रक्त प्रदर पर

समुद्र शोष	2½ तोला,
तालमखाना बीज	2½ तोला,
कलमी तेज	2½ तोला,
मिश्री	7½ तोला।

पहली तीन औषधियों को कपड़छन करके
बाद में मिश्री मिलाकर 3-3 माशे सुबह-शाम
गाय के पावभर दूध के साथ सेवन करें।

खटाई, मिर्च, तेल, गुड़ का सेवन न करें।
एक ही मात्रा से खून बंद हो जायगा।





रजःस्राव और कष्टार्तव विभिन्न परीक्षित अनुभूत योगों का संग्रह

1. रजःस्रावहर योग

सामग्री

रक्त कमल का मूल – 4 तोला

एलुवा – 4 तोला

अपामार्ग मूल – 4 तोला

विजया सत्व (घन) – 4 तोला

बनाने की विधि

1. सभी औषधियों को खरल में डालकर पानी के साथ अच्छी तरह घोटें।
2. 2-2 रत्ती की गोलियाँ बना लें।

सेवन विधि

2 गोलियाँ सुबह और शाम लें।

अनुपान: गुनगुना पानी (उष्णोदक)।

लाभ

यह योग ऋतुशूल, कष्टार्तव तथा रजःस्राव को सामान्य करने में लाभकारी बताया गया है।

> विशेष: यदि विजया सत्व उपलब्ध न हो, तो उसके स्थान पर Extract Cannabis indica का उपयोग किया जा सकता है।

2. ऋतुस्राव (मासिक धर्म) को नियमित करने के लिए

सामग्री

असगंध – 7-7 तोला

राल (सर्ज राल) – 7-7 तोला

पुराना गुड़ – 7-7 तोला

बनाने की विधि

1. असगंध और राल को अलग-अलग बारीक पीस लें।
2. दोनों चूर्णों को पुराने गुड़ में अच्छी तरह मिला लें।
3. इसमें भागरा का रस मिलाकर खरल में अच्छी तरह घोटें।
4. मिश्रण तैयार होने पर 1-1 तोले की गोलियाँ बना लें।

सेवन विधि

मासिक धर्म आने से 14 दिन पहले इस औषधि का सेवन शुरू करें।

प्रतिदिन सुबह स्नान आदि से निवृत्त होकर 1 गोली लगभग $\frac{1}{4}$ पाव (लगभग 250 मि.ली.) गुनगुने गाय के दूध के साथ लें।

यदि पहले मास में पूरा लाभ न मिले, तो दूसरे या अधिक से अधिक तीसरे मास तक सेवन जारी रखें। इससे समय पर और बिना दर्द के मासिक धर्म आने में सहायता मिलती है।

3. ऋतुशूल (मासिक धर्म के दर्द) के लिए

सामग्री (सभी समान मात्रा में)

शुद्ध एलुआ

भुनी हींग

रेवतचीनी

ब्रह्मदण्डी

दन्तीमूल

शुद्ध कसीस

शुद्ध गुग्गुल

जवाखार

कटकारी

बनाने की विधि

1. सभी द्रव्यों को बारीक पीस लें।
2. पानी मिलाकर खरल में अच्छी तरह घोटें।
3. 3-4 रत्ती की गोलियाँ बना लें।

सेवन विधि

सुबह और शाम 1-1 गोली लें।

गाजर के बीज के काढ़े के साथ सेवन करें।

लाभ

यह योग ऋतुशूल (मासिक धर्म के दर्द) तथा उससे संबंधित समस्याओं में लाभकारी बताया गया है, जैसे:

मासिक धर्म के समय दर्द होना।

अनियमित मासिक धर्म।

मासिक धर्म के समय रक्त के थक्के (गांठें) निकलना।

अन्य मासिक धर्म संबंधी कष्ट।

4. रजः वरोधहर काढ़ा (रुका हुआ मासिक धर्म खोलने के लिए)

सामग्री

निम्न पाँचों द्रव्य – प्रत्येक 3-3 माशा

मूली के बीज

गाजर के बीज

मेथी

चन्द्रशूर (हालों)

सालखागनी

अन्य द्रव्य

सोया के बीज – 4 माशा

अमलतास की फली का छिलका – 4 माशा

कलौंजी – 4 माशा

बनाने की विधि

1. सभी औषधियों को हल्का कूट लें।
2. इन्हें 1 सेर पानी में डालकर किसी मिट्टी के बर्तन में पकाएँ।
3. जब उबलकर लगभग 3 छटांक काढ़ा शेष रह जाए, तो उतारकर छान लें।

4. इसमें 3 तोला पुराना गुड़ मिलाकर रोगी को गुनगुना ही पिला दें।

सेवन विधि

सुबह और शाम दो बार सेवन कराएँ।

लाभ

कुछ दिनों से रुका हुआ मासिक धर्म (रजोरोध) सामान्य मात्रा में आने लगता है।

मासिक धर्म रुकने से होने वाली बेचैनी और कष्ट में भी राहत मिलती है।

5. रजःप्रवर्तक योग

सामग्री

भुनी हींग – 1 भाग

भारंगी – 2 भाग

त्रिकटु – 6 भाग

बनाने की विधि

सभी द्रव्यों का कपड़छान चूर्ण बना लें।

सेवन विधि

3 माशा चूर्ण सुबह और शाम पानी या दूध के साथ लें।

लाभ

यह योग मासिक धर्म कम आने, रुके हुए मासिक धर्म तथा मासिक धर्म में रुकावट की स्थिति में लाभकारी बताया गया है।

सुधार के अनुसार पूरा पाठः



श्वेत प्रदर और रक्त प्रदर पर विभिन्न परीक्षित अनुभूत योगों का संग्रह

रक्तप्रदर, श्वेत प्रदर

(परीक्षित अनुभूत योगों का संग्रह)

1. रजः प्रदर (अधिक मासिक रक्तस्राव) के लिए

औषधियाँ:

रस सिंदूर – 1 रत्ती

भुनी हुई फिटकरी का फूला – ½ रत्ती

सेवन विधि:

दोनों औषधियों को मिलाकर 4 बराबर खुराक बना लें।

हर 3–3 या 4–4 घंटे के अंतराल पर, रोग की स्थिति के अनुसार गाय के दूध के साथ दें।

गाय के दूध को उबालकर ठंडा कर लें और उसमें मिश्री मिलाकर दें।

आवश्यकता के अनुसार अशोकारिष्ट और उशीरासव भी साथ में दिए जा सकते हैं।

यह बहुत अच्छा और लाभदायक योग बताया गया है।

लेखक का अनुभव:

इस प्रयोग को मैंने अत्यधिक मासिक धर्म (रजः प्रदर) वाली महिलाओं में भी उपयोग किया है।

इससे अच्छे परिणाम मिले और कई रोगियों को पहले ही दिन लाभ महसूस हुआ।

2. प्रसव के बाद होने वाले अधिक रक्तस्राव के लिए

औषधियाँ:

मकरध्वज

भुनी हुई फिटकरी का फूला

सेवन विधि:

ऊपर बताई गई विधि से ही, दशमूलारिष्ट के साथ दें।

लेखक के अनुसार यह प्रयोग बहुत लाभकारी है।

यह रक्तस्राव प्रसव के 2-3 घंटे बाद से लेकर 2-3 सप्ताह के भीतर हो सकता है। यदि समय पर उपचार न किया जाए तो यह गंभीर स्थिति उत्पन्न कर सकता है।

3. प्रदर रोग में

सामग्री

गोदन्ती हरताल भस्म – 6 भाग

बबूल की पत्ती का चूर्ण – 6 भाग

चन्द्रकला रस – 6 भाग

त्रिवंग भस्म – 6 भाग

बबूल की फली का चूर्ण – 1 तोला

पुष्पानुग चूर्ण – 1 तोला

गोखरू (बड़ा) की पत्ती का चूर्ण – 1 तोला

बनाने की विधि:

सभी औषधियों को अलग-अलग अच्छी तरह बारीक पीस लें। इसके बाद सभी को अच्छी तरह मिलाकर साफ और सूखे काँच के पात्र में सुरक्षित रख दें।

सेवन विधि

6 रत्ती से 12 रत्ती तक की मात्रा लें।

दिन में तीन बार सेवन करें।

दवा को जायफल के शर्बत, केवड़ा के शर्बत अथवा चावल के धोवन (चावल धोने का पानी) के साथ लें।

लाभ

यह योग रक्त प्रदर (लाल प्रदर) तथा श्वेत प्रदर (सफेद पानी की समस्या) में लाभकारी माना गया है। साथ ही यह दुर्बलता (कमजोरी) को दूर करने में भी सहायक बताया गया है।

4. स्त्रियों के मासिक धर्म में अधिक रक्तस्राव होने पर

यदि मासिक धर्म में बहुत अधिक रक्तस्राव हो या कई दिनों तक लगातार रक्त आता रहे, तो निम्न पारंपरिक आयुर्वेदिक योग का उल्लेख मिलता है।

सामग्री

कटीरा (गोंद कतीरा)

निशास्ता

गोंद बबूल

खीरे/ककड़ी के बीज – 10–10 माशा

अकैशिया (बबूल)

गुलनार फ़ारसी

तुख्म खुर्फा (खुर्फा के बीज) – चारों 3–3 माशा

वारतंग – 1 तोला

बनाने की विधि

1. सबसे पहले वारतंग को पानी में भिगो दें।
2. बाकी सभी द्रव्यों को बारीक पीसकर चूर्ण बना लें।
3. वारतंग के पानी को कपड़े से छान लें।
4. उसी पानी में चूर्ण मिलाकर अच्छी तरह गूंध लें।
5. जंगली बेर के बराबर आकार की गोलियाँ बना लें।

सेवन विधि

सुबह और शाम 1–1 गोली लें।

इसके बाद अशोक की छाल का काढ़ा पिएँ।

काढ़ा बनाने की विधि:

1 छटांक दूध और 1 छटांक पानी लें।

इसमें 1 तोला अशोक की छाल डालकर उबालें।

जब उबलकर लगभग 1 छटांक द्रव शेष रह जाए, तब छानकर सेवन करें।

5. रक्त प्रदर (अधिक रक्तस्राव) के लिए औषधियाँ

प्रवाल पिष्टी – 1 रत्ती

मुक्ता भस्म – 1 रत्ती

लौह भस्म – ½ रत्ती

शुद्ध स्वर्ण गैरिक – ½ रत्ती

चंद्रोदय – चिकित्सक के निर्देशानुसार

सेवन विधि

1. सभी औषधियों को मिलाकर एक खुराक तैयार करें।
2. इसमें सफेद दूर्वा (दूब) का 3 माशा ताज़ा रस मिलाएँ।
3. 3–4 छोटी इलायची के बीजों का चूर्ण मिलाएँ।
4. अंत में शुद्ध शहद मिलाकर सेवन कराएँ।

6. प्रदर रोग के लिए

प्रत्येक 4–4 तोला

लोध्र

संगजराहत

आमला

बंशलोचन

धाय के फूल

गिलोय सत्व

प्रत्येक 2–2 तोला

इन्द्रयव

कपूर

सफेद जीरा

सफेद चंदन

सौंफ

अनार के फूल

बनाने की विधि

सभी द्रव्यों को अलग-अलग बारीक पीसकर चूर्ण बना लें।

सभी चूर्णों को अच्छी तरह मिलाएँ।

तैयार चूर्ण को साफ और सूखी शीशी में भरकर सुरक्षित रखें।

सेवन विधि

मात्रा: 3 माशा तक।

समय: दिन में 3-4 बार।

अनुपान: केवल ठंडे पानी के साथ।

7. प्रदर रोगो पर

लेखक के अनुसार यह उनका स्वयं का परीक्षित योग है। वे इसे कई वर्षों से प्रयोग कर रहे हैं और अच्छे परिणाम प्राप्त हुए हैं। यह योग सफेद प्रदर, पीला प्रदर, लाल प्रदर तथा पुराने प्रदर में भी लाभकारी बताया गया है।

सामग्री

शिलाजीत – 2 तोला

लौह भस्म – 1-1 तोला

वंग भस्म – 1-1 तोला

यशद भस्म – 1-1 तोला

अभ्रक भस्म – 1-1 तोला

रजत भस्म – 1-1 तोला

प्रवाल पिष्टी – 1-1 तोला

चन्द्रपुटी – 1-1 तोला

सफेद राल – 1-1 तोला

मोचरस – 1-1 तोला

स्वर्ण गैरिक – 1-1 तोला

बनाने की विधि

1. सभी औषधियों को खरल में डालकर अच्छी तरह मिलाएँ
2. इसमें आँवला, गुडूची (गिलोय) और अदूसा के रस की 7-7 बार भावना दें
3. इसके बाद 2-2 रत्ती की गोलियाँ बना लें
4. गोलियों को छाया में सुखाकर सुरक्षित रखें।

सेवन विधि

- 1 गोली सुबह और 1 गोली शाम लें।
- गोलियों को 2 माशे च्यवनप्राश और शहद के साथ चारें
- इसके बाद चिकित्सक द्वारा बताए गए प्रदरनाशक काढ़े का सेवन करें।

लाभ

8. यह योग श्वेत प्रदर (सफेद पानी), रक्त प्रदर, पीला प्रदर तथा नीला प्रदर में लाभकारी बताया गया है।

नया प्रदर लगभग 3 सप्ताह में तथा पुराना प्रदर लगभग 3 महीने में लाभ देने का उल्लेख है।

श्वेत प्रदर (सफेद पानी) के लिए

सामग्री

शतावरी (सितावर) – 2 माशा

असगंध – 2 माशा

रूमी मस्तांगी – 2 माशा

सफेद राल – 2 माशा

रौप्य (चाँदी) भस्म – 6 माशा

मिश्री – 10 तोला

बनाने की विधि

सभी द्रव्यों को बारीक पीसकर अच्छी तरह मिला लें।

मिश्रण की 21 बराबर खुराक बना लें।

सेवन विधि

सुबह और शाम 1-1 खुराक लें।

गाय के दूध के साथ सेवन करें।

लाभ

यह योग श्वेत प्रदर (सफेद पानी) में शीघ्र लाभकारी बताया गया है।

9. प्रदर नाशक योग

सामग्री

प्रवाल भस्म – 4 रत्ती

स्वर्ण माक्षिक – 2 रत्ती

स्वर्ण गैरिक – 4 रत्ती

अतिमधु (मुलेठी) – 12 रत्ती

बनाने की विधि

सभी द्रव्यों को अच्छी तरह मिलाकर चूर्ण बना लें।

सेवन विधि

दो पुड़िया बनाकर शहद के साथ सेवन करें।

पथ्य (क्या खाएँ)

पुराने चावल

मूंग की दाल

पालक

तक्र (मट्ठा/छाछ)

लाभ

यह पारंपरिक आयुर्वेदिक योग प्रदर रोग (विशेषकर श्वेत प्रदर/सफेद पानी) में लाभकारी बताया गया है।

सही सुधार इस प्रकार है:

10. रक्त प्रदर (अधिक रक्तस्राव) के लिए

सामग्री

बेख अंजबार – 5 तोला

हब्बुल आस – 5 तोला

गुलनार फ़ारसी – 2 तोला

तुख्म खुर्फा स्याह – 5 तोला

बनाने की विधि

1. सभी औषधियों को अलग-अलग बारीक पीसकर कपड़छान चूर्ण बना लें।
2. तैयार चूर्ण को साफ और सूखी शीशी में भरकर सुरक्षित रखें।

सेवन विधि

मात्रा: 6 माशे से 1 तोला तक (रोग की अवस्था और चिकित्सक के निर्देशानुसार)।

उपयुक्त अनुपान के साथ सेवन करें।

लाभ

यह पारंपरिक आयुर्वेदिक योग रक्त प्रदर (अधिक मासिक रक्तस्राव) में लाभकारी बताया गया है।

11. रक्त प्रदर (अधिक रक्तस्राव) के लिए

सामग्री (प्रत्येक 5–5 तोला)

भुनी ईसबगोल

गिलोय सत

कत्था

दूब का सूखा अर्क

बंशलोचन

गोंद बबूल

बनाने की विधि

1. सभी औषधियों को लेकर अलग-अलग बारीक पीस लें।
2. कपड़छान चूर्ण बनाकर अच्छी तरह मिला लें।
3. तैयार चूर्ण को साफ और सूखी शीशी में भरकर सुरक्षित रखें।

सेवन विधि

मात्रा: 6 माशे से 1 तोला तक (रोग की अवस्था एवं चिकित्सक के निर्देशानुसार)।

लाभ

यह पारंपरिक आयुर्वेदिक योग रक्त प्रदर (अधिक मासिक रक्तस्राव) में लाभकारी बताया गया है।

12. श्वेत प्रदर (सफेद पानी) के लिए

सामग्री

असगंध (नागौरी) – 2 तोला

राल (उन्ना) – 2 तोला

रूमी मस्तांगी – 2 तोला

मिश्री – 6 तोला

बनाने की विधि

1. सभी औषधियों को बारीक कूट-पीसकर कपड़छान चूर्ण बना लें।
2. इसमें 6 माशे वर्क (चाँदी का वर्क) मिलाकर अच्छी तरह घोट लें।
3. तैयार मिश्रण की 21 बराबर पुड़ियाँ बना लें।

सेवन विधि

लगभग 6 माशे की एक पुड़िया लें।

मिश्री मिले हुए गोदुग्ध (गाय के दूध) के साथ सेवन करें।

लाभ

यह पारंपरिक आयुर्वेदिक योग श्वेत प्रदर (सफेद पानी) में शीघ्र लाभकारी बताया गया है।

नोट (ग्रंथानुसार) : इस योग से 3-4 खुराक में ही लाभ अनुभव होने लगता है, लेकिन रोग पूरी तरह शांत करने के लिए कुछ समय तक नियमित सेवन करना उचित माना गया है।

13. योनि रक्तस्राव (अधिक रक्तस्राव) के लिए –

सामग्री

शुद्ध गोंदती – 3½ तोला

गिलोय – 1½ तोला

शुद्ध फिटकरी – 7½ माशा

शुद्ध स्वर्ण गैरिक – 7½ माशा

बनाने की विधि

1. सभी औषधियों को अलग-अलग बारीक कूट-पीसकर मिला लें।
2. तैयार चूर्ण को साफ और सूखी शीशी में भरकर सुरक्षित रखें।

सेवन विधि

मात्रा: 1 से 2 माशा।

अनुपान: केले की जड़ का स्वरस अथवा गाय के दूध के साथ।

लाभ

यह योग योनि रक्तस्राव (अधिक रक्तस्राव) में लाभकारी बताया गया है।

14. रक्त या श्वेत प्रदर (सफेद पानी) के लिए

सामग्री

कठूमल के फूल का चूर्ण – 4 रत्ती

फिटकरी – 4 रत्ती

सेवन विधि

दोनों औषधियों को दूध में अच्छी तरह घोटकर सुबह और शाम सेवन करें।

लाभ

यह योग रक्त प्रदर तथा श्वेत प्रदर (सफेद पानी) दोनों में लाभकारी बताया गया है।

रक्तस्राव के लिए

सामग्री

फालसे की जड़ की छाल – 1 तोला

सेवन विधि

इसे मांड (चावल के पानी) में पीसकर सुबह और शाम सेवन कराएँ।

लाभ

ग्रंथ के अनुसार 2–3 दिनों में अच्छा लाभ मिलता है।

15. जीर्ण रजःस्राव (पुराना अधिक मासिक रक्तस्राव) के लिए

सामग्री

मीठी इन्द्रायण का चूर्ण – 3–3 माशा

सेवन विधि

सुबह और शाम शहद के साथ सेवन करें।

लाभ

यह योग पुराने (जीर्ण) रजःस्राव में लाभकारी बताया गया है।

मासिक धर्म समय पर न आना या मासिक धर्म के समय दर्द होना

जिन महिलाओं का मासिक धर्म समय पर नहीं आता या मासिक धर्म के समय दर्द होता है, वे मासिक धर्म की संभावित तिथि से 10 दिन पहले निम्न उपचार प्रारम्भ करें।

औषधियाँ

कुमार्यासव – 1 तोला

लौहासव – 2 माशा

सेवन विधि

दोनों औषधियों को बराबर मात्रा में पानी मिलाकर दिन में 2–4 बार, भोजन के बाद लें।

अतिरिक्त औषधि

सुबह और शाम 1–1 रजः प्रवर्तक वटी गुनगुने पानी के साथ लें।

16. मासिक धर्म प्रारम्भ होने पर यह काढ़ा लें

सामग्री

कपास की सिकड़ियाँ – 4 तोला

पुराना गुड़ – 4 तोला

पीपल की दाढ़ी – 2 तोला

गाजर के बीज – 1 तोला

सोया के बीज – 1 तोला

बनाने की विधि

सभी द्रव्यों को आधा सेर पानी में उबालें।

जब उबलकर लगभग पाव भर ($\frac{1}{4}$ सेर) काढ़ा बच जाए, तब छान लें।

इसमें पुराना गुड़ मिलाकर गुनगुना ही पिएँ।

यह एक समय की मात्रा है।

लाभ

यह योग रुका हुआ मासिक धर्म, अनियमित मासिक धर्म तथा मासिक धर्म के समय होने वाले दर्द में लाभकारी बताया गया है। ग्रंथ के अनुसार, इससे कई मामलों में रुका हुआ मासिक धर्म बिना अधिक कष्ट के प्रारम्भ हो जाता है।

17. गर्भाशय शोथ (गर्भाशय की सूजन) के लिए

सामग्री

गुलबनफशा – प्रत्येक 7-7 माशा

वरियाली (सौंफ) – प्रत्येक 7-7 माशा

कासनी की जड़ – प्रत्येक 7-7 माशा

तुख्म कदू – 5 माशा

गाजर के बीज – 5 माशा

मुनक्का – 6 दाना

बनाने की विधि एवं सेवन विधि

1. सभी औषधियों को मिलाकर रात में पाव भर गर्म पानी में भिगो दें।
2. सुबह इन्हें अच्छी तरह मसलकर छान लें।
3. छने हुए पानी का सेवन करें।

लाभ

यह पारंपरिक आयुर्वेदिक योग गर्भाशय की सूजन (गर्भाशय शोथ) में लाभकारी बताया गया है। ग्रंथ के अनुसार, नियमित सेवन करने पर लगभग एक सप्ताह में लाभ मिलने का उल्लेख है।

18. रक्तगुल्म व गोला की परीक्षित दवा

मुंडी – 5 तोला

मिश्री – 5 तोला

रेवन्दचीनी – 5 तोला

बनाने की विधि

तीनों औषधियों को मिलाकर बारीक चूर्ण बना लें।

सेवन विधि

1-1 तोला चूर्ण सुबह और शाम पानी के साथ लें।

लाभ

यह योग रक्तगुल्म (रक्त की गाँठ) तथा गोला रोग में लाभकारी बताया गया है।

19. प्रदरनाशक योग –

सामग्री

निम्न सभी द्रव्य – 1-1 भाग

चिकनी सुपारी

माजूफल

जौलाई की जड़

धाय के फूल

स्वर्ण गैरिक

मोचरस

लोध्र

राल

मिश्री – 5 भाग

बनाने की विधि

सभी द्रव्यों का कपड़छान चूर्ण बनाकर उसमें मिश्री मिला लें।

सेवन विधि

1 तोला चूर्ण चावल के मांड के साथ दिन में तीन बार लें।

लाभ

यह योग श्वेत प्रदर (सफेद पानी) में शीघ्र लाभकारी तथा रक्त प्रदर में भी उपयोगी बताया गया है।

20. रक्त प्रदरारि चूर्ण

सामग्री (सभी समान मात्रा में)

समुद्रशोष

बीजबन्द

तालमखाना

रूमी मस्तंगी

दोनों तोदरी

कुंजा मिश्री

सफेद सुरमा

बनाने की विधि

1. सभी द्रव्यों को समान मात्रा में लेकर बारीक चूर्ण बना लें।

सेवन विधि

6-6 माशा चूर्ण दिन में 3-4 बार सेवन करें।

लाभ

21. यह योग रक्त प्रदर (अधिक मासिक रक्तस्राव) में लाभकारी बताया गया है।

ग्रंथानुसार नियमित सेवन से अत्यधिक रक्तस्राव धीरे-धीरे नियंत्रित होने लगता है।

श्वेत सुरमा को महीन पीसकर शीशी में सुरक्षित रख लें। केवल इसी औषधि के सेवन से अनेक श्वेत प्रदर रोगिणियों को लाभ होता है। यह विशेष रूप से नए (हाल में उत्पन्न) प्रदर में अधिक लाभकारी है तथा 3-4 सप्ताह में ही लाभ दिखाई देता है। पुराने रोग में अधिक समय तक सेवन करना पड़ता है।

मात्रा:

4 रत्ती शहद के साथ सेवन कराएँ। युवावस्था में प्रातः एवं सायं 1-2 माशे की मात्रा दें।

22. सौभाग्य संजीवन रस

घटक एवं मात्रा

चन्द्रप्रभा वटी — 11 माशा

सत्त्व शिलाजीत — 3 माशा

श्वेत सोवीर — 3 माशा

प्रदरारि लौह — 1 माशा

मुक्ता पिष्टी — 3 माशा

विधि

उपरोक्त सभी द्रव्यों को एकत्र करके अच्छी तरह खरल करें तथा तीन समान मात्राएँ बना लें। प्रातः एवं सायं एक-एक मात्रा श्वेत सुरमा के साथ दें। ऊपर से ¼ पाव (लगभग 125 मि.ली.) गाय का दूध पिलाएँ।

लाभ

यह योग श्वेत प्रदर, रक्त प्रदर, अत्यधिक स्त्राव, रजोदोष, रक्ताल्पता, पाण्डु, दुर्बलता तथा स्त्रियों के प्रदर रोगों में लाभकारी माना गया है।

23. प्रदरान्तक चूर्ण

घटक

धाय के फूल — 1 तोला

लाख — 1 तोला

सर्ज रस (राल) — 1 तोला

लोध्र — 1 तोला

मोचरस — 1 तोला

मिश्री — 5 तोला

विधि

सभी द्रव्यों को अलग-अलग साफ करके बारीक चूर्ण बना लें। इसके बाद सभी चूर्णों को अच्छी तरह मिलाकर सुरक्षित शीशी में भर लें।

मात्रा

6 माशा चूर्ण प्रातः एवं सायं पानी या दूध के साथ सेवन कराएँ।

लाभ

यह चूर्ण श्वेत प्रदर तथा रक्त प्रदर में लाभकारी बताया गया है।

24. प्रदर रोग पर कुछ सरल आयुर्वेदिक प्रयोग

चूर्ण प्रयोग

सामग्री:

झरबेरी की छाल

मुल्लतानी मिट्टी

पठानी लोध

ढाक का गोंद

गोखरू

बड़ी इलायची (प्रत्येक 2-2 तोला)

माजूफल

वंशलोचन (प्रत्येक 1-1 तोला)

इन सभी को बारीक पीसकर चूर्ण बना लें और इसमें समान मात्रा में मिश्री मिला दें

सेवन विधि:

सुबह और शाम 4-4 माशा चूर्ण पानी के साथ लें।

25. फिटकरी का प्रयोग

फिटकरी का चूर्ण गर्म पानी में घोलें।

प्रयोग:

इस पानी से योनि की सफाई करें।

लाभ:

प्रदर में लाभ

खुजली में आराम

जलन कम होती है

योनि के ढीलेपन में भी कुछ लाभ बताया गया है।

प्रदर रोग के लिए पारंपरिक नुस्खे

श्वेत प्रदर (सफेद पानी) के लिए नुस्खा

26. श्वेत प्रदर चूर्ण

सामग्री:

गोखरू

घृतकुमारी (एलोवेरा) का सूखा गूदा

सफेद मूसली

छोटी इलायची

वंशलोचन

मिश्री

सेमल का फूल

नागकेसर

जायफल

बेलगिरी

विधि:

सभी द्रव्यों को समान मात्रा में लेकर बारीक चूर्ण बना लें। इसमें बराबर मात्रा में मिश्री मिलाकर सुरक्षित रख लें।

सेवन विधि:

5 ग्राम (लगभग 1 चम्मच) चूर्ण सुबह-शाम ठंडे दूध के साथ लें।

27. रक्त प्रदर (अधिक रक्तस्राव) के लिए नुस्खा

1. संगजराहत भस्म का प्रयोग

सामग्री:

संगजराहत भस्म – 2 रत्ती

गेरू – 2 तोला

विधि:

दोनों को अच्छी तरह मिलाकर सुरक्षित रखें।

सेवन विधि:

एक मात्रा दिन में दो बार ठंडे पानी के साथ लें।

28. लोध और मिश्री का चूर्ण

सामग्री:

पठानी लोध

मिश्री (दोनों समान मात्रा में)

विधि:

दोनों को बारीक पीसकर चूर्ण बना लें।

सेवन विधि:

2–2 माशा चूर्ण पानी के साथ लें।

लाभ:

रक्त प्रदर तथा प्रदर के कारण होने वाले दर्द में लाभकारी।

29. मुलहठी और मिश्री का चूर्ण

सामग्री:

मुलहठी

मिश्री (समान मात्रा में)

विधि:

दोनों का बारीक चूर्ण बना लें।

सेवन विधि:

धोए हुए चावल के पानी (मांड) के साथ दिन में दो बार 4–4 माशा लें।

लाभ:

श्वेत प्रदर और रक्त प्रदर दोनों में लाभकारी।

4. नीम की पत्तियों से योनि धावन

नीम की साफ पत्तियों को पानी में उबालकर गुनगुने पानी से योनि की सफाई करें।

लाभ:

प्रदर में लाभ तथा संक्रमण कम करने में सहायक।

