மருத்துவக் கவிதைகள்

அஸ்றம்காஸிம்

மருத்துவக் கவிதைகள்

சுதேச மருத்துவ முறை

அஸ்றம் காஸிம்

கல்வி
உயிர்த்தெழு
மையம்

Maruththuvak Kavithaikal

a Indigenous medical methods

author:ashram kaseem/address: no.70, ampara road,
irakkamam - 03 sri lanka/ 0755387974
e - mail: asramkaasim@gmail.com/first, edition: May 2018
published:center for educational revival, irakkamam (ceri)
copies:1000/isbn:978-955-0952-03-8/
cover:zain siddeeq/type setting:a to z designer
font:nc theepan/font size:11/ price:300/=

all right reserved, no part of this publication many reproduced stored in retrieval system or transmitted in any form of by any means electronic mechanical, photocopy in recording or otherwise without prior permission of the author.

கலைக்குரல்
மர்ஹூம் ஏ. அமீர் அவர்களுக்கு

ஆசிச் செய்தி

வரலாற்றுச் சான்றுகளும், கலாசார பெறுமானங்களும் பதியப்படாதவரை ஒரு சமூகத்தின் அடையாளமாகிப் போவதில்லை. அந்த வகையில் சமூக வரலாற்று எச்சங்கள் வரலாறாகிற போது, அதன் பல்வேறு பகுதிகளும் பதியப்படல் வேண்டும். அவ்வாறான பகுதிகளில் சமூக மருத்துவ முறைகளும் அடங்குகின்றன.

எமது நாட்டின் வரலாற்றோடு பின்னிப் பிணைந்த மருத்துவ முறைமைகள் சகலவற்றிலும் பெரும்பான்மை மக்கள் ஆயுர்வேத முறைமைகளை பின்பற்றினாலும், இலங்கைக்கே உரிய சுதேச அல்லது பாரம்பரிய மருத்துவ முறைகள் தனியிடம் பெறுகிறது.

ஆயுர்வேதம், யூனானி, சித்த, ஹோமியோபதி, அக்யுபஞ்சர் போன்ற மருத்துவ முறைமைகளைத் தாண்டி நமது நாட்டுக்கே உரிய, நமது கலாசாரத்திற்கே உரிய, நமது தேச வழக்காற்றுக்கே உரிய சுதேச / பாரம்பரிய மருத்துவ முறைமைகளையே இந்நூல் விளம்பப்படுகின்றன.

வாய்மொழி, வாய்வழிச் சான்றுகளான இவ்வகைத் தகவல்கள் ஆவணவாக்கம் செய்யப்படுவது என்பது கடினமானதாக, பல்வேறு தசாப்தங்கள் கடந்து தொடர்ந்து வருகின்ற சூழ்நிலையிலேயே இப்புத்தகம் பல தடவைகள் தாண்டி பிரசுரமாகின்றது என மகிழலாம்.

சமுதாயஞ்சார் நலம் தொடர்பில் எளிய வகை மருந்துகள் இங்கு எடுத்தியம்பப்பட்டிருந்தாலும்

கருப்பொருள் அதாவது உலக சுகாதார ஸ்தாபனம் (Who) கருதும் நியம அடிப்படை விடயங்கள் தொடர்பில் விபரிக்கப்படுவது இந்நூலின் பெறுமதியை கூட்டு என்பது எனது கருத்தாகும்.

அத்தோடு தகுந்த மருத்துவ ஆலோசனைகள் இன்றி எந்தவொரு மருத்தும் சுயமான சிகிச்சை முறைக்கு நோயாளியை இட்டுச் செல்லுமாயின் தேவையற்ற பக்க விளைவுகளை தரும் என்ற நலச் செய்தியோடு முற்றிலும் முடியாதவொரு முயற்சியை இவ்வாசிரியர் முன் நின்று முடித்திருக்கிறார். அதிலும் குறிப்பிடத்தக்க வெற்றியை கண்டிருக்கின்றார். மருகிச் செல்லும் பாரம்பரிய மருத்துவம் இனி மெல்ல வளரும்.

முயற்சி தொடர வாழ்த்துக்கள்
வஸ்ஸலாம்.

Dr. P.M. Riswan (J.P)
BUMS, LLB
Attorney-at-Law

பதிப்புரை

மக்களின் அடிப்படைத் தேவையை வேண்டி நிற்கும் மருத்துவத் துறை முன்னேற்றமடைந்து உச்சத்தைத் தொட்டுள்ள இக் காலத்தில் நாட்டு வைத்தியத்தில் நம்பிக்கையும், நாட்டமும் கொண்டுள்ள மக்கள் குழுமம் இருந்து கொண்டே வருகின்றது. இவ்வாறான கொள்கையை நாமும் வரவேற் கின்றோம். பக்க விளைவுகளற்ற நாட்டு வைத்திய முறைமை நிலையான ஒர் ஆரோக்கியத்திற்கு அத்திவாரமிடுகிறது.

ஆங்கில வைத்திய முறைமைகள் அறிமுகப்படுத்தப் பட்டு மெல்ல மெல்ல ஆசிய நாடுகளில் பரவத்தொடங்கியதும் மக்களிடையே குடி நீரில் வில்லைகள் விழுங்கும் செயற்பாடு பரவத் தொடங்கியது. பத்திய உணவு வகைகளைப் பின்பற்றும் செயற்பாடுகளில் ஆர்வம் குன்றத் தொடங்கியது. புதிய முறையின் இலகு தன்மையை மக்கள் விரும்பியதாலும், உடனடி நிவாரணியாக இந்த இரசாயனக் கலவைகள் பயன்படுத்தப் பட்டதாலும் எமது பாரம்பரிய நாட்டு வைத்திய முறைகளைக் கைவிட்டு மேலைத்தேய வைத்திய முறைமைகளை எமது மக்கள் பின்பற்றத் தொடங்கிவிட்டனர்.

நாம் அறிந்துகொள்ளாத அல்லது புரிந்து கொள்ளாத எமது வைத்திய முறைகளில் பக்க விளைவற்ற உடலுக்கு எந்தத் தீங்கும் விளைவிக்காத வைத்தியமுறைகளை நன்கு புரிந்து கொண்ட மேலை நாட்டவர்கள் தமது தீராத நோய்களுக்கான வைத்திய உதவிகளைப் பெற்றுக் கொள்ளவதற்காக இந்தியா போன்ற நாடுகளுக்கு வருகைதரத்

தொடங்கியுள்ளார்கள். அவர்களின் நாட்டில் கிடைத்த இரசாயனக் கலவைகளை, வில்லைகளாகவும், மருந்துக் கலவைகளாகவும் எமக்கு அனுப்பிவிட்டு தமது தேவைகளுக்கு எமது நாட்டை நோக்கி மூலிகை மருத்துவ சிகிச்சைகளைப் பெற்றுக் கொள்வதற்காக வரத்தொடங்கி விட்டார்கள்.

இதனால் இன்று மருத்துவத் துறையிலும் பின் நவீனத்துவமே *(Postmodernism)* காலூன்றிவிட்டது. இந் நூலாசிரியரின் ஆய்வு முயற்சி வரவேற்கத் தக்கதும், பாராட்டுக்குரியதுமாகும்.

இதுவரை எமது வெளியீட்டகத்தால் கல்வி, கலை, போன்ற இரண்டு துறைகளிலும் பல நூல்கள் வெளியிடப்பட்டுள்ளன. அஸ்றம் காஸிமின் "மருத்துவக் கவிதைகள்" எனும் பாரம்பரிய மருத்துவ ஆய்வு நூலைப் பதிப்புச் செய்வதன் மூலம் மருத்துவத் துறையிலும் நூல் பதித்துள்ளது எனும் நற்பேற்றை கல்வி உயிர்த்தெழு மையம் பெறுகிறது.

ஸெய்ன்ஸித்தீக்
பதிப்பாசிரியர்
கல்வி உயிர்த்தெழு மையம் - இறக்காமம்

முன்னுரை

இறக்காமம் பிரதேசம் தொன்மை வாய்ந்த ஊர்களில் முன்னிலை வகித்துள்ளது. இங்கு எல்லாத் துறைகளிலும் பாண்டித்தியம் பெற்றவர்கள் வாழ்ந்து விட்டும் வாழ்ந்து கொண்டும் இருக்கிறார்கள். கடந்த கால வாழ்வியல்கள், மரபுகள், வரலாறுகள் என்பவற்றை அடுத்த சந்ததியினருக்குக் கடத்த வேண்டியதன் நிமித்தமே இவ்வாய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது.

முன்னோர்கள் காலாகாலமாக வழக்கில் கொண்டுவந்த பாரம்பரிய கை மருத்துவ முறைமைகள் இவர்களின் மறைவிற்குப் பிறகு அழிந்து விடும் எனும் ஆதங்கத்தின் வெளிப்பாடே என்னை ஆயத் தூண்டியது.

தனக்கு 73 வயதாகியும் ஆங்கில வைத்திய முறைமை களைக் கையாளாமல் நோய்களுக்கு நாட்டு மருந்துகளையே பயன்படுத்தி எமக்கும் அது பற்றி அறிவுரை கூறும் எனது தகப்பனின் தாயான கலந்தர் லெவ்வை அவ்வாஉம்மா அவர்களின் கவலையும் ஊக்கமுமே இதை வெளியிடுவதற்கு முக்கிய காரணியாகயிருந்தது. “உறவுகளையும், மருந்துகளையும் எழுதி வைத்து உங்கள் பிள்ளைகளுக்குச் சொல்லிக் கொடுங்கள்” என்பதும் இவர் அடிக்கடி உச்சரிக்கும் வார்த்தைகளாகும். நடை முறையில் இவை இரண்டும் முக்கியானவையே.

தற்காலத்தில் ஆங்கில வைத்தியமுறை எவ்வளவு தான் மனிதர்களுடைய நோய்களைத் தீர்த்தாலும் முழுமையான தீர்வைத் தருகிறதா அல்லது பக்க விளைவுகளற்றுள்ளதா என்ற விடயத்தில் ஒவ்வொரு வரும் திருப்திப்பட்டுக் கொள்வது குறைவே. இப்பிரச்சினை முன்னோர்கள் பயன்படுத்திய நாட்டு மருத்துவ முறைமையில் இல்லை என்பதையும் அதன் அவசியம் எல்லோராலும் உணரப் படுவதையும் அறிகிறோம். அதன் தேவையை ஒரளவேனும் நிவர்த்திக்கும் என்பதும் எனது நம்பிக்கையாகும். இப்பணியை வெற்றிகரமாக்கு வதற்கு கள ஆய்வில் உதவிய வர்களுக்கும் அச்சிடுவதற்கு உறுதுணையான வர்களுக்கும் நன்றிகள்.

அஸ்றம் காஸிம்
01.05.2018

அறிமுகம்

"நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்" என்ற பொன் மொழிக்கேற்ப ஒவ்வொரு மனிதனின் அடிப்படை விடயமாக உடலாரோக்கியமும், சுகாதாரமும் அமைந்திருக்கிறது. ஒரு மனிதனின் உடலில் ஏற்படக்கூடிய அசாதாரண செயன் முறையே நோய் என்று எளிதாக வரை விலக்கணப்படுத்தலாம். இதன்போது மனிதன் பெரும் சிரமத்திற்கு உள்ளாவதோடு, அதிலிருந்து மீளும் செயற்பாடுகளை நாடிச் சென்று மீண்டும் வழமைக்குத் திரும்புகிறான். இதன் தொடரே பிணியும் பரிகாரமும் என வரையறுக்கலாம்.

ஆரம்ப காலத்து மக்கள் தனது வாழ்க்கை முறையில் அடிப்படை வசதிகளில் போதுமான தன்னிறைவு அடையாதவர்களாகவும், நவீன தொழிநுட்ப தரத்தை அறியாதவர்களாகவுமே இருந்திருக்கிறார்கள் என்பது எல்லோரும் அறிந்ததே. இதனடிப்படையில் மருத்துவத் துறையிலும் போதுமான அளவு நவீனமயமும், புதியகண்டு பிடிப்புக்களும் இல்லை என்பதால் ஒவ்வொரு சமூகக் குழுக்களும், தமது இடம், காலம், தம்மிடமுள்ள அறிவுப் பின்னணி, அனுபவம் என்பவற்றைக் கருத்திற்கொண்டு தங்களுக்குள் ஏற்படும் நோய்களுக்கும் ஏற்றாப் போல் அதற்கு உகந்த பரிகாரத்தை இயற்கை யாகவே கிடைக்கக் கூடிய மரம், செடி, கொடி என்பவற்றின் விதை,வேர், பட்டை, கனி, இலை, சாறு மற்றும் பல மூலிகைகளைச் சேர்த்து பெறப்படும் கலவை ஆகியவற்றை உபயோகித்து நோய்களிலிருந்து மீண்டு கொள்ளச் செய்தனர். இதுவே பிற்காலத்தில் நாட்டாரியல் கைமருந்துகளின் அவசியத்தினை மிகையாக்கியது என்று சொல்லலாம்.

ஆயுர்வேத மருத்துவமும், நாட்டுப் புறகை மருந்துகள் பயன்படுத்தும் பழைமை வாய்ந்தவர்களும் எப்போது

ஆரம்பித்தார்கள் என்ற கேள்விக்கு ஒரு நிலையான விடை கிடைக்கவில்லை என்பதே உண்மை. வரலாற்றை கேட்கின்ற போது ஏதோ ஒரு விற்றாண்டைச் சொல்லி முற்றுப்புள்ளி இட முனைந்தாலும் பிறிதொரு ஆவணத்தையோ அல்லது நபர் களையோ கேட்கின்ற போது அது முரணாகி விடுகிறது. இதனாலேயே காலாகாலம் தொட்டு இவ் வைத்தியமும் இதன் பரிகாரிகளும் இருந்து வந்திருக்கிறார்கள் என்பதையேநாம் ஒரு சான்றாகக் கொள்ளலாம்.

குறிப்பாக இறக்காமம் பிரதேசத்திலுள்ள வைத்தியர்களை கேட்கின்ற போது அவர்கள் தனக்கு முன்பிருந்த தனது அப்பா, அல்லது உம்மா, தனது பாட்டன்/பாட்டி என்போரிடமிருந்து மருத்துவத்தை கற்றுக் கொண்ட தாகவும் பரம்பரை வைத்தியக் குடும்பப் பின்னணியைக் கொண்டதாகவே இவ் வைத்தியம் பின்பற்றப்பட்டு வந்ததாகவும். கூறுகின்றனர். ஆரம்பகால ஆவணங்களும், சான்றுகளும் இல்லை என்பதனாலேயே இந்தப் பிரச்சினை எழுகிறது. இறக்காமம் பிரதேச வரலாறு 19ஆம், 20ஆம் நூற்றாண்டுகளுடனே துவங்குகிறது. இதனை நாம் ஆரம்ப காலமாக எடுத்துக்கொள்ள முடியாது. காரணம் 19ஆம் நூற்றாண்டுக்கு முன்பே ஆயுர்வேத வைத்தியம் தோன்றிருக்கிறது என்ற சான்றுகளும் உள்ளது என்பதாகும்.

இறக்காமம் பிரதேசத்தில் இவ் வைத்திய முறை தனது தந்தை அல்லது தாய், பாட்டன், பாட்டி என்பவரிடம் இருந்து பரம்பரை பரம்பரையாக பின்பற்றி வந்தாலும் பரிகாரம் செய்பவர்களோடு எந்த நேரமும் தொடர்பு பட்டு வைத்தியத்தைக் கற்றுக் கொண்டும், இன்னும் சிலர் அனுபவத்தின் மூலம் கற்றும் வைத்தியத்தை அறிந்து கொண்டனர்.

பிற்பட்ட காலம் ஆங்கில வைத்திய முறைமை, சுகாதாரத் துறையில் ஏற்பட்ட எழுச்சி, புதிய கண்டு பிடிப்பு முறைகள், புதிய கருவிகளின் வருகைகளின் உருவெடுப்பு நாட்டு வைத்தியத்தின் தேவையையும், அவசியத்தையும், இழி வளவாக்கி விட்டது. மேலேத்தேய ஓவியரான லியனா டோடாவின்ஸி வரைந்த உடற் கூறுகளின் வடிவத்தில் ஆரம்பித்த ஆங்கில வைத்திய முறைமை இன்று பரிசோதனைக் குழாய்க் குழந்தை வரை கடந்து நிற்கிறது. அந்தளவு காலம் நவீன முறைமைகளை உள்ளாக்கிக் கொண்டுள்ளது.

அதிகரித்து வரும் இணையப் பாவனை போல இருக்கும் எல்லோரிடமும் ஏதோ ஒரு நோய் இல்லாமல் இல்லை. இதிலிருந்து விடுபட வேண்டும் என்ற அவாவுடன் வைத்தியத் துறை நாடுகின்றனர். ஆனால் ஒரு சிலரைத் தவிர பூரண ஆரோக்கியம் கொண்டவர்களாக திருப்திப் பட்டவர்களை விட தமக்குப் பக்க விளைவுகள் ஏதேனும் ஏற்பட்டு விடுமோ என்ற பயத்துடனும் நோய் குண மடையுமா என்ற கேள்வியுடனும் வாழ்பவர்களே அதிகம். இங்கு ஆங்கில வைத்திய முறையை விமர்சிப்பதோ அல்லது பிழையாக்குவதோ நோக்கமல்ல. மிகக் கூடுதலான வர்களிடம் எழுப்பப்பட்ட விடை ஆரம்ப கால நாட்டுக்கு கைமருத்துவத்தின் அவசியம் வலியுறுத்தப் பட்டமையே இங்கு பிரதானப்படுத்தி, அவை ஆவணம் செய்யப்படல் காலத்தின் கட்டாயம் என்பதனையும் கொண்டே இவை தொகுப்பாகிறது.

காலச்சக்கரம் எம்மோடும், எமது சந்ததி களுடனும் முடியப்போவதில்லை. அது உலக முடிவுவரை தொடர்ந்து கொண்டு தான் இருக்கப்போகிறது. ஆனால் ஒவ்வொரு கால கட்டத்திலும் இருக்கும் எம்மவர்கள் நாம், எமக்கு முன்னோர்கள் விட்டுச்

சென்ற எச்சங்கள், அடையாளங்கள், சான்றுகள், கதைகள், வாழ்வியல் முறைகள், வரலாறு, விளையாட்டு மருந்து முறைகள் என்று எதுவாக இருந்தாலும் அவற்றை ஆவணஞ் செய்வதில் பின்னிற்கவோ அல்லது மறைத்து விடவோ கூடாது என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

எமக்கே உள்ள சில பராம் பரியங்களும், நடத்தை முறைகளும் துறை சார்ந்த பிரபல்யமும், சான்றுகளும் வரலாறுகளையும் ஆவணமாக்கும் போது எமதூரையும் மக்களையும் அவர்களின் வாழ்வியல் முறைகளையும் வெளி உலகிற்கு சான்றாகவும் புராதன ஆதாரமாகவும் அமைத்துக் கொள்ளலாம் என்பதில் எவ்வித ஐயமும் இல்லை. இதுவே எமது ஊருக்கு எமது முன்னோர்கள் செய்த மிகப்பெரும் கைங்கரியமாகும்.

நாட்டுக் கைமருந்துகளை தொகுக்கும் காரியம் மிகவும் எழிதில்லை. எமது ஊரில் அவ்வாறான பரிகாரிகளும், வைத்தியர்களும், அனுபவ மிக்கவர்களும் கணிசமான அளவு இருந்தாலும் அவர்களுடைய வைத்திய முறைகளை மிக எளிதில் மற்றவர்களுக்கு சொல்லி விடவும் மாட்டார்கள் இதற்கான காரணம் யாதென கேட்டறிந்த போது அதை ஏனையவருக்குச் சொல்வதால் தனது மருத்துவம் பலிக்காது என்ற அதீத நம்பிக்கையாகும். அத்துடன் தனது வாடிக்கை யாளர்கள் குறைந்து விடும் என்ற வணிகக் காரணம் ஒன்றும் உள்ளது தென் படுகின்றது. இந்த நம்பிக்கைக்கு கடவுள் நம்பிக்கைக்குச் சமனானதாக இல்லை. மாறாக மனதளவில் கொண்டுள்ள ஒரு நம்பிக்கையும், எண்ணப்பாடுமாகும்.

தாம் செய்யும் பரிகாரம் இதய சுத்தியுடன் நூறு வீதத் தீர்வாக அமையும் என்ற நம்பிக்கையும் பாண்டித்தியமும், மருத்துவத்தை தமக்கு கற்றுத் தந்த

ஆசிரியர்களும், பரம்பரையினரும் கடை பிடித்து வந்த வழித்தோன்றல் முறையும் என்பதே இவர்களிடம் உள்ள நம்பிக்கையும் உண்மையுமாகும்.

இத்தொகுப்பு எல்லா மருந்துகளையும், நோய்களையும் உள்ளடக்கியதாக அமையவில்லை. நூலாக ஆவணம் செய்யப்படல் வேண்டும் என்ற விடயத்துடன் உடன்பட்டுக் கொண்டவர்களையும் அவர்கள் அடிக்கடிஎழும் நோய்ப் பிரச்சினைகளுக்கு செய்த வைத்தியமும், முறைகளுமே உள்வாங்கிக் கொள்ளப் பட்டுள்ளது. இயல்பாக நாம் அறிந்ததும் பயன்படுத்தி வந்தவைகளுமே தொகுக்கப் பட்டுள்ளதால் இவற்றிலுள்ள பிரச்சினைகளுக்கு அதன் தீர்வுப்பரிகாரத்தை பயன் படுத்தலாம் என்பதுடன் எமது முன்னோர்கள் பயன்படுத்தி வந்த வைத்திய முறைகளை அறிந்து கொள்ள இது உதவும் என்ற நோக்கத்தினாலேயே தொகுக்கப் பட்டுள்ளது. இதைப் பயன் படுத்துவோர் மூலிகைகளை குறைந்தளவில் பயன்படுத்தி ஆரம்பிக்குமாறும், தீர்வு கிட்டாதவர்கள் பயன்படுத்தும் அளவை சற்று அதிகரித்துக் கொள்ளு மாறும், அப்போதும் சரிவராது போனால் பயன்பாட்டை நிறுத்திக் கொள்ளுமாறும் கேட்பதோடு இவைகளை மிகைத்த இறைவனிடம் பிராத்திக்குமாறும் கேட்டுக் கொள்ளப்படுகின்றீர்கள்.

மருத்துவத் தகவல்களை வழங்கியோர்

முகம்மது மஜீத் அப்துல் குத்தூஸ் (குத்தூஸ் பரிகாரி) 1955 புரட்டாதி 17 இவர் சட்டம்பிப் பரம்பரையில் உள்ளவர். 1980 முதல் இவ் வைத்திய சேவையில் தன்னை அர்ப்பணித்து வருகிறார். தனது தந்தையிடமிருந்து வைத்தியத்தைக் கற்ற இவர் ஆயுர் வேத வைத்திய அனுமதிப் பத்திரம் பெற்று வைத்தியம் புரிந்து வருகிறார்.

கலந்தர் லெவ்வை அவ்வா உம்மா (றவூப் ஸெய்ன் அவர்களின் தாய்) 1944 பங்குனி 10 இறக்காமம் பிரதேசத்தில் சிறு பிள்ளைகளுக்கு ஏற்படும் வயிற்று நோய்கள், கண்ணூறு போன்ற பிணிகளுக்கு நிவாரண மளித்து பிரதேச வாசிகளின் நன் மதிப்பைப் பெற்றுள்ளார். அத்துடன் தந்தை வழித் தோன்றலிலும், அனுபவ ரீதியாகவும் நாட்டு வைத்தியத்தில் கால்பதித்துள்ளார்.

முஹம்மது ஷரீப் முக்குலுத்தும்மா (வெள்ளம்மா) 1952 வைகாசி 15 இவர் சட்டம்பிப் பரம்பரையிலுள்ளவர். தந்தை சேகு லெவ்வை முகம்மது ஷரீபிடமிருந்து இவ் வைத்தியத்தைக் கற்றுள்ளார். நாடி பிடித்து வைத்தியம் புரிவதில் சிறந்து விளங்குகிறார்.

பிணி:
வயிற்று வலி

கூட்டு :
உலுவரிசி
சோம்பு
நெய் சிறிதளவு
உப்பு

வழி:

அரைத் / ஒரு தோலா எடை / (ஒரு தோலா - $2\frac{1}{2}$ களஞ்சி அதாவது இரண்டு சதமும் ஒரு அரைச்சதமும் அளவுடைய நிறையைக் கொண்டது. இது பண்டைய முறை அளவீடாகும்) உலுவரிசியை எடுத்து நெய்விட்டு சட்டி ஒன்றில் வறுத்து உப்பையும், சோம்பையும் சேர்த்து அரைத்து ஒரு நாளைக்கு 2 நேரம் சாப்பிட்டு வந்தால் வயிற்றுவலி குணமாகும்.

பிணி:
தீராத வயிற்றுப் போக்கு
(சளி கலந்து செல்லும்)

கூட்டு :
உலுவரிசி
நெய்

வழி:

அரைத்தோலா வெந்தகத்தை நெய் விட்டு வறுத்து பொடி செய்து கொதிக்கும் நீரில் இட்டு ஆற வடித்து ஒரு நாளைக்கு மூன்று வேளை சாப்பிட்டு வந்தால் வயிற்றுப் போக்கு தீரும்.

பிணி:
தாய்ப்பால் சுரக்காமை

கூட்டு :
தேன்
உலுவரிசி

வழி:

அரைத்தோலா வெந்தகத்தை நன்றாகக் கடைந்து தேன் சேர்த்து சாப்பிட்டால் பெண்களுக்கு பால் சுரப்பு உண்டாகும்.

பிணி:
மார்பு வலி, ஆஸ்துமா

கூட்டு :
பழம்புளி சிறிதளவு
அத்திப்பழம்
உலுவரிசி
தேன்

வழி:

கடைந்தெடுத்த பழப்புளியையும் அத்திப் பழத்தையும் சிறிது நீர் சேர்த்து நன்றாகக் கரைத்து பிழித்தெடுத்த சாற்றில் அரைத்தோலா உலுவரிசியை இட்டு கடைந்து தேன் விட்டுச் சாப்பிட்டு வந்தால் மார்பில் ஏற்படும் வலி, மூச்சி என்பன குணமாகும்.

பிணி:
சீள் பிடித்த பழுத்த கட்டிகள்

கூட்டு:
அத்திப்பழம்

வழி:

உலுவரிசியை அத்திப்பழத்துடன் சிறிதளவு நீர் விட்டு அரைத்து களி போன்று கிளறி கட்டிகளுக்கு வைத்து கட்டினால் கட்டிகள் உடனடியாக வெடித்து விடும்.

பிணி:

கழுத்துக்கடுப்பு, நோவு, பிடரிக் கடுப்பு

கூட்டு :

வேப்பெண்ணெய்

எரிக்கிலை இலை

வழி:

வேப்பை எண்ணெய் ஒரு கரண்டியை எடுத்து கொதிக்க வைத்து எரிக்கிலை இலையை அதனுள் புரட்டி துவைத்தெடுத்து ஓரளவு சூட்டில் உரிய இடத்தில் பூசி வந்தால் நோய் குணமாகும்.

பிணி:

காயாத நாட்பட்ட காயங்கள்

கூட்டு :

ஆடு தீண்டாப் பால்

வேப்பை எண்ணெய்

வழி:

வேப்பை எண்ணெய்யுடன் ஆடு தீண்டாப் பாலினையும் சேர்த்து பதமுறக் காய்ச்சி இரண்டு வேளை காயங்களில் இட்டு வந்தால் நாட்பட்ட காயங்களும் குணமாகிவிடும்.

பிணி:
பாரிச வாதம், முழங்கால் வாதம்

கூட்டு:
வேப்பை எண்ணெய்
சங்குப் பாசாணம்

வழி:

வேப்பை எண்ணெயுடன் அரை ரூபாய் எடை சங்குப்பாசானக் கட்டியை இட்டு கொதிக்க வைத்து வடி கட்டி அதன் எண்ணெயை உரிய இடத்தில் பூசிவ ந்தால் பாரிச வாதம், முழங்கால் வாதம் என்பன குணமடையும்.

அத்துடன் வாதம், கெரந்தி, பக்கவாதம், காய்ச்சல்(சுரம்), குளிர் (ஜன்னி), தடிமன் என்பவற்றிக்கு கைகண்ட நிவாரணியாக இந்த வேப்பை எண்ணெய் பயன்படுகிறது.

பிணி:

இதயம், ஈரல் பலவீனம் வயிற்று வாயு, உதிரக் குறைபாடு, தாய்ப்பால் குறைபாடு

கூட்டு :

துளசி

வழி:

கைபிடியளவு துளசி இலையை எடுத்து கசக்கிப் பிழிந்தெடுத்த சாற்றை பெரியவர்களுக்கு அரை ரூபாய் எடையளவும், சிறு குழந்தைகளுக்கு கால் அரை எடையாகவும் தினமும் இரண்டு வேளை கொடுத்து வரல் நல்லதாகும்.

உலர்த்திய துளசியாக இருந்தால் ஒரு எடைக்கு 10 எடை நீர் விட்டுக் காய்ச்சி 1 1/2 அவுன்ஸ் வீதம் கொடுத்துவந்தால் ஈரலுக்கும், இருதயத்திற்கும் பலத்தை கொடுப்பதுடன் வயிற்றிலிருக்கும் மப்பு போன்ற வாயு இல்லாமாற் செய்யும். மேலும் பெண்களுக்கு (ஸ்திரீகளுக்கு) ஏற்படும் உதிரச்சிக் கலை நீக்கி விடுவதுடன் தாய் மாருக்கு பால் சுரப்பை உண்டு பண்ணும்.

பிணி:

நாசிலடைப்பு, பீனிசம் (மூக்கால் நீர் வழிதல்)

கூட்டு :

துளசி

காடி (தயிர் நீர்)

வழி:

இலையை நன்கு கசக்கி நுகர்ந்தால் நாசியடைப்பு நீங்கும். இதன் சாற்றுடன் சிறிதளவு காடி (தயிர் நீர்) கலந்து நாசியினுள் இரண்டொரு துளி விட்டால் பீனிசம் எனப்படும் மூக்கால் நீர் போன்ற திரவம் வழிதல் கட்டுப்படும்.

பிணி:

பற்கூச்சம், பல்வலி, மார்பு வீக்கம்

கூட்டு :

துளசி

வழி:

இதன் இலையை வாயில் போட்டு மெல்லுவதால் பற்களில் ஏற்படும் பற்கூச்சம், பல்வலி என்பன மறைந்து விடும்.

இதன் இலைச் சாற்றை மார்பு வீக்கத்திற்கு தினமும் தடவி வந்தால் வீக்கம் மெல்ல மெல்ல குறைந்து குணமடையும்.

மேலும் அடிக்கடி ஏற்படும் தாகத்திற்கும் இத்துளசி இலை சிறந்த மூலிகையாகும் துளசியில் பல வகைகள் காணப்படுகிறது. அதில் கருந்துளசி மிகச் சிறந்ததாகும்.

பிணி:
காது வலி

கூட்டு :
துளசி
நல்லெண்ணெய்

வழி:

இதன் இலைச்சாற்றை தனியாக அல்லது சமனெடை நல்லெண்ணெய் கலந்து பதமுறக் காய்ச்சி பதமான சூட்டில் காதில் ஓரிரு துளி வீதம் விட்டுவந்தால் காது வலி நீங்கும்.

பிணி:
சுரம் (காய்ச்சல்)

கூட்டு :
துளசி

வழி:

இதன் வேரை கியாழமிட்டு (அவித்து) அதன் நீரை குடித்தால் காய்ச்சல் குணமடையும்.

பிணி:

வயிற்று மப்பு (வாயு)

கூட்டு :

நொச்சி

முசு முசுக்கை

துளசி

வழி:

மேலுள்ள மூலிகைகளை ஒரு கை பிடியளவு எடுத்து பிட்டுப்போல் அவித் தெடுத்து கசக்கி சாறு பிழிந்து கால் அல்லது அரை தேக்கரண்டி வீதம் குழந்தைகளுக்கு கொடுத்துவந்தால் கணமாந்தம் எனும் வயிற்றில் ஏற்படும் மப்பு போன்ற வாயு தீரும்.

பிணி:

காது வலி, காதால் சீழ் வடிதல்

கூட்டு:

வலம்புரிக்காய்

நல்லெண்ணெய்

வழி:

வலம்புரிக்காயை நறுக்கி நல்லெண்ணெயுடன் சிறு பொடி செய்து காய்ச்சி வடிகட்டி 2-3 துளி வீதம் காதினுள் இட்டு வந்தால் காதில் ஏற்படும் வலி, காதினால் வழியும் சீழ் என்பன தடைப்படும்.

பிணி:
காயம்

கூட்டு :
வல்லாரை

வழி:

இதன் இலையை நன்கு கழுவி அரைத்து கரண்டியிலிட்டு களிபோல் நெருப்பனலில் வெதுப்பி காயங்களுக்கு வைத்துக் கட்டினால் உடனடியாக குணமாகும்.

அல்லது இதன் சூரணத்தை (துளை) சிறிது சலமிட்டு (நீர்) அரைத்து களிபோல் நெருப்பனலில் வெதுப்பி ஆறாத காயங்களுக்கு வைத்துக் கட்டினால் குணமாகும்.

அல்லது இதன் தூளை தேங்காய் எண்ணெயுடன் குழப்பி புண்களுக்குத் தடவலாம்.

பிணி:

யானைக்கால், கண்டமாலை, மேகப் படை (தேமல்)

கூட்டு :

வல்லாரை

வழி:

வல்லாரை இலையை நன்கு அரைத்து தினமும் தொடர்ச்சியாக உரிய இடத்தில் பூசி வருவதால் அதிக நன்மை கிடைக்கும்.

பிணி:

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் சீதபேதி (சளியுடன்) கலந்து வரும் மலம்

கூட்டு :

வல்லாரை இலை

சீரகம்

சக்கரை

வழி:

வல்லாரை இலை ஒன்று அல்லது இரண்டை எடுத்து சிறிது சீரகம் சேர்த்து அரைத்து பின் சிறிதளவு சக்கரை சேர்த்து குழந்தைகளுக்கு ஒரு நாளைக்கு இரண்டு நேரம் கொடுப்பதால் சீதபேதி குணமாகிவிடும்.

குறிப்பு:

உட்கொடுக்கப்படும் அளவு மிகக் குறைவானதாகும். சில நேரம் குணமடையவில்லையெனின் அளவில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தலாம் இல்லாது போயின் தலைவலி, மயக்கம், சரீரத்தில் சொறிவு, விகார புத்தி, சிரங்கு என்பன ஏற்படும். மேற்படி அறிகுறிகள் தென்படின் பரிகாரத்தை நிறுத்தி விட்டு 3-2 நாட்களின் பின் தொடர்வது மிகவும் சிறந்தது.

பிணி:

மார்பு அடைப்பு, பெருமூச்சு

கூட்டு:

கருஞ்சீரகம்
நீர்
தேன்

வழி:

நீர் விட்டு கருஞ்சீரகத்தை நன்கு அரைத்து அதனுடன் சிறிதளவு தேன் கலந்து கொடுத்தால் மார்பு அடைப்பு, பெருமூச்சு அறிகுறிகள் என்பன ஒழியும்.

பிணி:
கட்டி

கூட்டு
கருஞ்சீரகம்

வழி:

வெந்நீரில் கருஞ்சீரகத்தை அரைத்துப் பூசினால் சிறு சிறு கட்டிகளும் பழுத்து உள்ளிருக்கும் சீழ்முளை என்பன வெடித்து விடும்.

பிணி:
தடிமன்

கூட்டு:
கருஞ்சீரகம்

வழி:

இதனை கருஞ்சீரகத்தை நன்கு இடித்து மெல்லிய துணி ஒன்றினுள் இட்டு முடிந்து நுகரும் போது சலதோசம் (தடிமன்) தடைப்படும்.

தேனுடன் அரைத்துப் பூசினால் கர்ப்ப வலி மெல்ல மெல்ல குறைந்து விடும்.

பிணி:
கர்ப்ப வலி

கூட்டு:
கருஞ்சீரகம்
வெளவால் இரத்தம்

வழி:

கருஞ்சீரகத்தை வெளவால் இரத்தம் சிறிதளவு விட்டு நன்கு அரைத்து ஸ்திரீகளுக்கு (பெண்களுக்கு) அடி வயிற்றுப்பகுதியில் பூசினால் நோவு இல்லாமல் கர்ப்பம் இலேசான முறையில் வெளியாகும். மகப்பேறு வீடுகளில் செய்யும் எமது முன்னோர்கள் இம்முறையை பயன்படுத்தியே சிசுக்களை பெற்றெடுக்கச் செய்தனர். இவர்களை மருத்துவச்சி என அழைப்பர்.

பிணி:
தோலில் ஏற்படும் தடிப்பு, சீழ்களால் ஏற்படும் வாதப்பிடிப்பு, தலைவலி

கூட்டு:
கருஞ்சீரகம்

வழி:
கருஞ்சீரகத்தை அரைத்து உரிய இடங்களில் பூசினால் மேலுள்ள அனைத்து நோய்களும் குணமடையும்.

பிணி:
வயிற்றுக் கிருமிகள் நீங்க

கூட்டு:
கருஞ்சீரகம்

வழி:

இதனை நன்கு அரைத்து வில்லை செய்து சுடு நீருடன் உண்டால் வயிற்றுக் கிருமிகள் நீங்கும்.

பிணி:
வாயு, உதிரச்சிக்கல், நீர்க்கட்டு, நீர்கோவை

கூட்டு:
கருஞ்சீரகம்
வெல்லம்

வழி:

கருஞ்சீரகத்தை சுத்தப்படுத்தி இடித்து தூளாக்கி 5-10 குன்றி எடை வெல்லம் சேர்த்து கொடுப்பதால் மேலுள்ள பிணிகள் நீங்கிவிடும்.

பிணி:

குண்மம் (ஓங்களம்) இருமல், வாந்தி, வீக்கம், காமாலை

கூட்டு:

கருஞ்சீரகம்

வெல்லம்

வழி:

கருஞ்சீரகத்தை சுத்தப்படுத்தி, இடித்து தூளாக்கி 05 - 10 மி. கி. எடை வெல்லம் சேர்த்து தினமும் கொடுத்து வர மேலுள்ள பிணிகள் குணமாகும்.

பிணி:

நீரிழிவு

கூட்டு:

வலம்புரிக்காய்

சக்கரை

வழி: -

வலம்புரிக்காயை அரைத்து அதன் சூரணத்தை (தூளை) வேளைக்கு 5-10 குன்றி எடை சக்கரை சேர்த்து கலந்து கொடுத்தால் நீரிழிவு நோய் குண மடையும்.

பிணி:

பொடி இருமல், அம்மைக் கொப்பளம், மார்ப்புச் சளி, வாதக்கடுப்பு

கூட்டு:

கற்பூரவள்ளி

வழி:

இதன் இலைச்சாற்றை குழந்தைக்கு கால் / அரை தேக்கரண்டி அளவு முலைப் பாலோடு சேர்த்துக் கலந்து கொடுத்தால் மேலுள்ள பிரச்சினைகள் குணமடையும்.

பெரியவருக்கு கால்/அரை அவுன்ஸ் வீதம் சிறிதளவு சக்கரை சேர்த்துக் கொடுத்தால் கபத்தை (இருமல்) போக்கும். மட்டுமல்லாது வியர்வையினை உண்டாக்கி தேகத்தின் கொதிப்பை தணியச் செய்யும்.

பிணி:

குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் இருமல், மூச்சு முட்டல், இழுப்பு

கூட்டு:

வெற்றிலை

நல்லெண்ணெய்

வழி:

வெற்றிலை மேல் சிறிது நல்லெண்ணெய் தடவி நெருப்பனலில் வதக்கிப் பொருந்தக்கூடிய சூட்டில் குழந்தைகளின் மார்பில் போட்டு வைத்தால் மேலுள்ள பிணிகள் ஒழியும்.

இது போல் பெண்களுக்கு முலைப்பால் வற்றினாலும், வீங்கினாலும் மேலுள்ள படிமுறையை செய்தால் பிரச்சினை இல்லாமற் செய்யும்.

பிணி:
இருமல் (கியாழம்)

கூட்டு:
இஞ்சி
வெள்ளரிக்கம் பூ

வழி:

இஞ்சி 10கிராம் (இதை பண்டைய எடையில் 2 களஞ்சி எனக் கொள்வர்)

சமனிடை வெள்ளரிக்கம்பூவை சேர்த்து சிறு பொடி செய்து 1 படி நீரில் (அன்னளவாக 300ml-400ml நீர்) வற்றக்காய்ச்சி நீரில் 2/3 பங்கு வற்றிப்போக மீதமுள்ள அளவை இளஞ்சூட்டு அளவில் காலை, மாலை (1 நாளைக்கு 2 நேரம்) அருந்தினால் இருமல் நீங்கும்.

பிணி:
கண்ணால் நீர் வடிதல்

கூட்டு:
வெள்ளைச்சாரணை
தேன்

வழி:
சுத்தம் செய்த வெள்ளைச்சாரணை வேரை தேன் சேர்த்து அரைத்து கண்வழியில் தினமும் இட்டு வர நீர் வடிதல் கட்டுப்படும்.

பிணி:
முழங்கால் வாதம்

கூட்டு:
பிரண்டை
கள்ளி
உள்ளி (வெள்ளைப் பூண்டு)
கடுகு
சுக்கு
தேங்காய்

வழி:
அனைத்தையும் சேர்த்து இடித்து வண்டு கட்டி இளவறுப்பால் வறுத்து உரிய இடத்தில் கட்டி வந்தால் வாதம் தீரும்.

பிணி:

கண்ணில் சதை வளர்தல்

கூட்டு:

ஈருள்ளி (வெங்காயம்)

குறுஞ்சா

வழி:

இரண்டையும் சமனிடை எடுத்து அதை நன்கு துவைத்து மெல்லிய சீலையொன்றில் கட்டி உரிய இடத்தில் 3-4 நாளைக்கு பிழிந்து வர குணமாகும்.

பிணி:
முழங்கால் வீக்கம்

கூட்டு:
வாதமடக்கி
பூமத்திலை
நொச்சியிலை

வழி:

மூன்றையும் சமனிடை சேர்த்து அரைத்து நல்லெண்ணெய் விட்டு கழிபோல் கிளறி சூடு செய்து ஆறவிட்டு, இளஞ்சூட்டில் பொரித்த வெண்காரம் போட்டு பிசைந்து முழங்கால், முழங்கை வீக்கமுள்ள இடத்தில் கட்டிவருதல். இதனை ஒரு கிழமை தொடர்ச்சியாக செய்து வர வீக்கம் குணமாகும்.

பிணி:
பெண் உதிரப்போக்கு கட்டுப்பட

கூட்டு:
உழுந்து மா
கோழி முட்டை
இலவன் பட்டை
தயிர்

வழி:

உழுந்து மாவுடன் கோழி முட்டை வெண்கரு சேர்த்து பிசைந்து உறுட்டி காலை, மாலை சாப்பிட்டுவர உதிரப்போக்கு குறையும். அல்லது இலவன்பட்டையை இடித்து தூள் செய்து தயிருடன் கலக்கி 2 நேரம் வீதம் குடித்துவர பெரும்பாடு நீங்கும்.

பிணி:
பல்வலி

கூட்டு:
நிலப்பனங் கிழங்கு - 50 கிராம்
நல்லெண்ணெய் - 1 போத்தல்
எரிக்கிலைப் பால்
கறி உப்பு சிறிதளவு
பஞ்சு

வழி:

நிலப்பனங்கிழங்கு 50 கிராமை எடுத்து தூள் செய்து நல்லெண்ணெய் 1 போத்தலுடன் காய்ச்சி பல்வலி உள்ள இடத்தில் பூசிவந்தால் பல்வலி குணமாகும். பற்புழு சாகும்.

பற்போர் விழுந்து பல்வலி ஏற்பட்டால் எரிக்கிலம் பால் சிறிதளவு எடுத்து கறி உப்பு 1-2 கல்லை எடுத்து பாலுடன் அரைத்து சிறிய பஞ்சில் நனைத்து பற்போர் உள்ள இடத்தில் 2 நேரம் வைத்து 10-15 நிமிடம் கழித்து சுடுநீரினால் வாயை கொப்பளித்து வந்தால் பல்வலி நீங்கும்.

பிணி:
சிறுநீர் அடைப்பு / நீர்க்கடுப்பு

கூட்டு:
நெருங்கி
சூரிய காந்தி
வில் வித்திரியம் வேர்
கடுக்காய்
வேர்க் கொம்பு
நெல்லிக்காய்
விஸ்னு காந்தி

வழி:

மேலுள்ளவற்றை சமனளவு எடுத்து சுத்தம் செய்து பானை ஒன்றில் இட்டு கொதிக்க வைத்து அவித்து 1/2 கொத்து நீர் எடுத்து (அரைக்கப் 40-50ml) தினமும் காலை, மாலை அருந்திவந்தால் கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, நீர்க்கடுப்பு என்பன தீரும்.

பிணி:
காதுப்புழு விழ

கூட்டு:
பிரண்டைச்சாறு
எலும்மிச்சைச் சாறு

வழி:
இரண்டின் சாற்றையும் சமனிடை கலந்து காதினுள் உள்ளே விட்டால் புழு செத்து விழும்.

பிணி:
ஆணுறுப்பு சோர்வு

கூட்டு:
காஞ்சிரம் விதை
அமுக்கனாம் வேர்
வசம்பு
பசு நெய்

வழி:

மேலுள்ள மூன்றையும் சமவளவு எடுத்து அரைத்து தூள் செய்து பசு எண்ணெயுடன் கலந்து ஆணுறுப்பின் (லிங்கம்) நரம்புகள் மீது தினமும் 7 நாட்கள் தடவி வந்தால் சோர்வு நீங்கி ஆணுறுப்பு வலிமை பெறும்.

அல்லது வெள்ளரிக்கிழம் வேர், வெள்ளைச் சந்தனம் இரண்டையும் உரைத்து தேனில் குழைத்து பூசி வருதல் சிறந்ததாகும்.

பிணி:
இந்திரியம் சுரக்க

கூட்டு:
சாதிக்காய் விதை
பசுப்பால்

வழி:

சாதிக்காயின் தோலை அகற்றி உள்ளிருக்கும் பருப்பினை நன்கு தூளாக்கி பசுப்பாலில் கலந்து காலை, மாலை குடித்து வந்தால் இந்திரியச் சுரப்பு உண்டாகும்.

அல்லது நீர்முள்ளி விதையை புழி வாளைப் பழத்தினுள் பொதித்து 1 நாளைக்கு ஒன்று வீதம் காலையில் 5-6 நாட்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் இந்திரியம் சுரக்கும்.

அல்லது நிலப்பனங் கிழங்கை பசுப் பாலில் அரைத்து தினமும் சாப்பிட்டு வந்தால் விந்து சுரந்து ஆன்மையும், தேகமும் இறுகும்.

பிணி:
கருந் தேமல்

கூட்டு:
மருதோன்றி இலை
சுவர்க்காரம்

வழி:

மருதோன்றி இலையுடன் சவர்க்காரம் சேர்த்து கழிபோல் குழைத்து பூசினால் தேமல், படைகள், நரம்பிழுப்பு, கால்நோய் போன்ற வியாதிகள் நீங்கும்.

பிணி:
வெளுத்த மயிர் கறுக்க

கூட்டு :
கொட்டைக் கரந்தை
கையாந்தகரை
தேன்

வழி:

கொட்டைக்கரந்தைச் செடியை பூக்கும் முன் உள்ள பருவத்தில் பிடுங்கி அதன் இலை, வேர் பகுதிகளை காய வைத்து இடித்து தூளாக்கி தேனுடன் கலந்து 40 நாட்கள் (40 நாட்களை பழைய முறைப்படி 1 மண்டலம் என அழைத்தனர்) தினமும் சாப்பிட்டு வந்தால் தலையில் உள்ள வெள்ளை மயிர்கள் கறுத்து பிரச்சினை நீங்கும்.

பிணி:
கடுப்பு வீக்கம்

கூட்டு :
பசுப்பால் 500 மி.லீ,
அதிமதுரம்
சுக்கு
திப்பிலி
சீனி

வழி:

பசுப்பால் ஒரு கொத்து (தற்போதைய அளவு முறையின் படி (700-500 மி.லீ. போதுமானதாகும்) மற்றும் அதிமதுரம், சுக்கு, திப்பிலி, சீனி சேர்த்து காய்ச்சி ஒரு நாளைக்கு 2 நேரம் காலை, மாலை குடித்து வந்தால் குத்துக்கடுப்பு, உழைச்சல், பித்தம், வாதம் என்பன நீங்கும்.

பிணி:
தேமல்

கூட்டு:
பொரித்த சீனக்காரம்
பொரித்த வெண்காரம்
வெண் சந்தனம்

வழி:

பொரித்த சீனக்காரம், பொரித்த வெண்காரம் என்பவற்றை சமனிடை எடுத்து பொரித்ததை இடித்து தூளாக்கி 4-5 விரல்பிடி அளவு வெண் சந்தனத்துடன் கலந்து தேமல் உள்ள இடத்தில் இரவில் தடவி காலையில் குளித்தல் வேண்டும். சில தினங்களுக்கு உபயோகித்து வந்தால் (7 நாட்கள்) போதுமானதாகும்.

பிணி:
முகப்பரு

கூட்டு:
கார்கோல் அரிசி
கஸ்தூரி மஞ்சள்
கிச்சிலிக் கிழங்கு
கோரைக் கிழங்கு
கசகசா
வாதாம் பருப்பு
பசுப்பால்

வழி:

முகப்பரு தோன்றுவது சாதாரணமாக பருவ வயதடைந்தவர்களுக்கு ஏற்படும் ஒரு இயல்பாகும். இருந்தாலும் அதனை குறைத்து பாதுகாப்புப் பெற இந்த மருந்தை எமது முன்னோர்கள் உபயோகித் திருக்கின்றார்கள்.

மேற்கூறப்பட்ட அனைத்தையும் சிறிது பசுப்பால் விட்டு அரைத்து வில்லை செய்து (Tablet) காயவைத்து தினமும் 2 நேரம் 1-2 வில்லைகளை நீர் விட்டு பிசைந்து முகத்தில் பூசி 15-20 நிமிடங்களின் பின்னர் குளிக்க வேண்டும். முகத்திலுள்ள பருக்கள் ஒரு வாரத்தில் நீங்கும்.

பிணி:
வாதம்

*கூட்டு: **01***
வேர்கொம்பு
நொச்சியிலை
ஆடுதொடா இலை (ஆடாதோட)
எரிக்கிலை
வாதமடக்கி

வழி:

மேலுள்ள மூலிகைகளை உரலில் இட்டு துவைத்து அவற்றை இரண்டு பங்குகளாகப் பிரித்து மெல்லிய துணியில் இட்டு ஒத்தடம் இடுவதற்குப் பொருத்தமான வகையில் முடிச்சாகக் கட்டவும். பின் துளையிடக்கூடிய தேங்காய்ச் சுரட்டையில் துளையிட்டு வெந்நீரில் பானைக்கு மேல் சுரட்டையை வைத்து சுரட்டையின் துளை வழியே கொதிக்கும் நீராவியில் கட்டியெடுக்கப் பட்ட முடிச்சுகளை வைத்து அவித்து வாத வலி அல்லது வீக்கம் ஏற்பட்ட இடத்தில் ஒத்தடம் இடவும்.

இவ்வாறு தயார்செய்யப்பட்ட கூட்டை கூடியது மூன்று தடவை மாத்திரமே பயன்படுத்தவும். இரண்டாம் தடைவை ஒத்தடம் இடுவதற்கு முன் ஒத்தட முடிச்சிலுள்ள மருந்துக் கலவையை கிழறி விட்டு முடிச்சியைக் கட்ட வேண்டும்.

கூட்டைத் தயார் செய்வதற்கு முன் வேர்கொம்பை முதலில் பட்டுப் போல் இடித்து நொச்சியிலையை இரண்டாவதாகத் துவைத்து இரண்டையும் நன்றாகக் கிழறி விட்டு மீதமாகவுள்ள மூலிகைகளை மேலுள்ள கூட்டின் ஒழுங்கு முறைப் படி துவைக்கும் போதே ஒன்றோடு ஒன்று கலந்து ஒத்தடக் கலவை செம்மையான முறையில் தயார்படுத்தப்படும் என்பதனை நினைவில் கொள்ளவும்.

ஒவ்வொரு மூலிகைகளையும் உரலில் போட்டு துவைக்கும் போது கிழறி விட்டு துவைப்பது முக்கியமானதாகும். குறித்த இம் மருந்தானது நாட்பட்ட வாதத்திற்கு சிறந்த நிவாரணியாக வுள்ளது. இதனை இடைவிடாது தொடர்ச்சியாகப் பிரயோகிப்பதன் மூலமே சிறந்த பயனைப் பெற முடியும்.

கூட்டு:02

சிற்றாமணை
கொட்டத் தேங்காய்
எரிக்கிலை
நொச்சி இலை
ஆடு தொடா இலை (ஆடாதோட)
நீர் வெற்றிலை

கூட்டு ஒன்றில் பயன்படுத்திய மூலிகைகளுக்குப் பகரமாக கூட்டு இரண்டிலுள்ள மூலிகைகளையும் பயன்படுத்த முடியும். இரண்டு கூட்டுக்களும் வாதநோயைக் கட்டுப்படுத்தவல்ல நிவார ணிகளாகும்.

பிணி:

நீரிழிவு

கூட்டு:

காட்டுக் கொத்தமல்லி

கீழ்காய் நெல்லி

மான்பாஞ்சான்

வல்லாரை

வழி:

மேலுள்ள மூலிகைகளை தனித்தனியாக உட்கொள்வதன் மூலம் குணத்தைப் பெறலாம். **காட்டுக்கொத்த மல்லி:** அவித்து அதன் நீரை 65 - 75 மில்லி லீற்றர் அளவு ஒரு நாளைக்கு இரண்டு தடவைகள் வீதம் சாப்பாட்டிற்கு முன் அருந்தவும்.

கீழ்காய் நெல்லி: அவித்து அதன் நீரை 35 - 40 மில்லி லீற்றர் அளவு ஒரு நாளைக்கு இரண்டு தடவைகள் வீதம் சாப்பாட்டிற்கு முன் அருந்தவும்.

மான்பாஞ்சான்: பச்சையாக சம்பல் செய்து உட்கொள்ளலாம்.

வல்லாரை: பச்சையாக சம்பல் செய்து உட்கொள்ளலாம் அல்லது 25-30 மில்லி லீற்றர் அளவு சாற்றை அருந்த முடியும்.

பிணி:

சிறு நீரகக் கற்களை கரைக்க

கூட்டு:

நீர்முள்ளி

வழி:

நீர்முள்ளியின் வேரை சுத்தம் செய்து சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி நீரில் கொதிக்கும் வரை அவித்து ஒரு நாளைக்கு இரு வேளை (காலை, மாலை) அருந்தினால் ஆறு வேளை அருந்தி வந்தால் சிறு நீரகக் கற்கள் கட்டுப்படும்.

பிணி:
சிறு நீர் தடை (நீர்க்கடுப்பு)

கூட்டு:
தேங்காய்ப்பூக் கீரை

வழி:

தேங்காய்ப்புக் கீரையை சிறு துண்டுகளாக வெட்டி அவித்து அதன் நீரை 75-85 மில்லி லீற்றர் அளவு ஒரு நாளைக்கு இரண்டு தடவை இரண்டு நாட்களுக்கு அருந்தினால் சிறு நீர்த்தடை நீங்கும்.

பிணி:
சளி

கூட்டு:
வட்டு வேர்
நாயுருவி வேர்
கண்டங்கத்தரி வேர்

வழி:

மேலுள்ள மூன்று விதமான வேர்களையும் அவித்து அதன் நீரை 65 - 75 மில்லி லீற்றர் அளவு ஒரு நாளைக்கு இரண்டு தடவைகள் வீதம் சாப்பாட்டிற்கு முன் அருந்துதல்.

பிணி:
வயிறு ஊதுதல்

கூட்டு:
கடுகு சிறிதளவு
அசமதாகம்
வேர்கொம்பு

வழி:

கடுகையும் அசமதாகத்தையும் வறுத்து வேர் கொம்புடன் சேர்த்து மூன்றையும் ஒன்றாக அவித்து நீரை இரண்டு தொடக்கம் மூன்று தடவை பருகவும்.

பிணி:
தீராத சளி

கூட்டு:
அதிமதுரம்
தூதுவளை இலை
வட்டு வேர்
நாயுருவி வேர்
கண்டங்கத்தரி வேர்.

வழி:

மேலுள்ள மூலிகைகளை ஒன்றாக அவித்து அதன் நீரை ஒரு நாளைக்கு இரு வேளை 45 - 50 மில்லி லீற்றர் அளவு குணமடையும் வரை பருகுதல்.

பிணி:
குளிர்

கூட்டு:
வேர்கொம்பு

வழி:
வேர்கொம்பை சிறு துண்டுகளாக்கி அவித்து அதன் நீரை ஒரு நாளைக்கு இரு வேளை 45 - 50 மில்லி லீற்றர் அளவு குணமடையும் வரை பருகவும்.

பிணி:
இழைப்பு/ சோர்வு

கூட்டு:
கையாந்தகரை

வழி:
கையாந்தகரை இலையை நன்கு அரைத்து உருண்டையாக்கி விழுங்குதல் அல்லது சொதி வைத்து சோர்வு குணமடையும் வரை உண்ணுதல்.

பிணி:
தேனீ / விஷக்குளவி கொட்டினால்

கூட்டு:
கோவை இலை

வழி:

கோவை இலையை கசக்கி அதன் சாற்றை தேனீ / விஷக்குளவி கொட்டிய இடத்தில் பூசவும் அல்லது மைபோல் அரைத்து உரிய இடத்தில் பூசவும்.

பிணி:
விஷப்புழு பட்டால்

கூட்டு:
எரிக்கிலை இலை
செஞ்சந்தனம்
தேசிச்சாறு

வழி:
எரிக்கிலை பாலை எடுத்து உரிய இடத்தில் நன்றாகப் பூசவும். அல்லது செஞ்சந்தனத்தை பட்டாக அரைத்து தேசிப் சாற்றுடன் கலந்து சூடாக்கி உரிய இடத்தில் பூசவும்.

பிணி:

சுறுட்டை, பன்றியின் மலம் போன்றவை உடலில் பட்டு ஏற்படும் கடி

கூட்டு:

புங்கை இலை
புங்கை வேர்

வழி:

மேலுள்ள கூட்டில் இரண்டில் ஒன்றை அரைத்து உரிய இடத்தில் நன்றாகப் பூசவும்.

பிணி:

சுங்கான் மீன் கொட்டிய வலி

கூட்டு:

திராய் இலை

வழி:

திராய் இலையை நன்கு மைபோல் அரைத்து உரிய இடத்தில் *2-3* நேரம் பூசுதல்.

பிணி:

கண் கடி

கூட்டு:

சிறுமா

முசுமுசுக்கை இலை

வழி:

சிறுமாவுடன் அரைத்த முசுமுசுக்கை இலையின் சாற்றை கலந்து கண்ணின் இமையோரம் கடி தீரும் வரை பூசுதல்.

பிணி:

தொண்டை நோவு

கூட்டு:

பசு நெய்

எருமநக்கி

வழி: 01

பசுநெய்யை தொண்டையின் வெளிப் பகுதியிலும் உள்ளங்கால், உள்ளங்கை போன்ற இடங்களில் பூசவும்.

வழி: 02

எரும நக்கி என்பது படர்ந்து வளரும் ஒரு செடியாகும் இதன் இலைகளை கைப் பிடியளவு எடுத்து நன்றாக அரைத்து தயிருடன் கலந்து இரவு வேளைகளில் பருகவும். அத்தோடு அதிகாலையில் கிணறு அல்லது குளத்தில் குளிப்பது நன்மை பயற்கும்.

பிணி:

வாய்ப் புண், முரசுகளில் ஏற்படும் புண்

கூட்டு:

தேன்

வழி:

இரவில் தூங்கும் முன்பும் சாப்பிடாமலும் பருகாமலும் உள்ள நேரங்களில் வாய்ப்புண் அல்லது முரசுகளில் காணப்படும் புண்ணில் தேனைத் தடவி விடுதல்.

அநேகமாக உடற்சூட்டினால் இப் புண் ஏற்படுவதால் உடலின் சூட்டைக் குறைக்க எருமநக்கி இலைகளை கைப் பிடியளவு எடுத்து நன்றாக அரைத்து தயிருடன் கலந்து இரவு வேளைகளில் பருகவும். அத்தோடு அதிகாலையில் கிணறு அல்லது குளத்தில் குளிப்பது நன்மை பயற்கும்.

பிணி:
நெஞ்சு வலி

கூட்டு:
கரியபவளம்
நாட்டுக் கோழி முட்டையின் வெள்ளைக் கரு

வழி:

அதிகமான பாரம் தூக்குதல், கடின வேலைகள் (கருங்கல் உடைத்தல், சுமத்தல்) இது போன்ற உடலின் சக்தியை மிஞ்சும் வேலைகளில் ஈடுபடுபவர்கள் அதனால் ஏற்படும் நெஞ்சு வலிக்கு பண்டைய காலம் தொட்டு கைகண்ட மருந்தாக மேற் குறித்த மருந்து காணப்படுகிறது.

கரியபவளத்தை நன்றாகக் கரைத்து நாட்டுக் கோழி முட்டையின் வெள்ளைக் கருவுடன் சேர்த்து தினமும் அருந்துதல். (ஒரு வாரம்)

பிணி:
அம்மை

கூட்டு:
வேப்பை இலை
கற்பூரவள்ளி
மஞ்சள்
வெங்காயம்

வழி:
வேப்பை இலையையும் கற்பூரவள்ளியையும் மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்து பின்பு சிறிய வெங்காயத்தை சேர்த்து மை போல் அரைத்து இரவு வேளையில் அம்மை ஏற்பட்ட இடங்களில் தொடர்ச்சியாகப் பூசுதல்.

பிணி:
தடிமன்

கூட்டு:
தேசி இலை
நொச்சி இலை

வழி:
மேலுள்ளவற்றில் இரண்டில் ஒன்றை கொதி நிலை ஆகும் வரை கொதிக்கவைத்து ஆவி பிடித்தல்.

பிணி:
ஒடு விழுந்த காயம்

கூட்டு:
ஒடு அடக்கி

வழி:
ஒடு அடக்கி இலையை களி போன்று அரைத்து காயத்தில் தடவவும்.

பிணி:
தலையிடி

கூட்டு:
முடி தும்பை
சுண்ணாம்பு

வழி:
முடி தும்பையை நன்கு அரைத்து அதனுடன் சிறிதளவு சுண்ணாம்பு சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து நெற்றியின் வலது, இடது பக்கங்களில் தடவி விடவும்.

பிணி:

பல் வலி, பற்கடுப்பு, பற் சூத்தை, முரசு கரைதல்

கூட்டு:

விஷ்ணுகரந்தி

வழி:

விஷ்ணுகரந்தி எனும் மூலிகையை நன்றாக சட்டியிலிட்டு உலர்த்தி மா போன்று இடித்து பற்துலக்குதல் அல்லது இடித்த துகளை அவித்து அதன் நீரை வாயில் செலுத்தி 4 - 6 நிமிடங்கள் வைத்திருந்து வாயை கொப்பளித்தல்.

பிணி:

தந்தம் வீங்குதல்

கூட்டு:

வேப்பம் பட்டை

தேசிச் சாறு

வழி:

வேப்பம் பட்டையை எடுத்து அதன் மேற்படையை அகற்றி உள்ளிருக்கும் இளஞ்சிவப்பு நிறமான பகுதியை எடுத்து அதனுடன் தேசிச் சாற்றை சேர்த்து தட்டையான கல்லில் தேய்த்து வரும் கலவையை சூடாக்கி வீக்கத்தில் தடவவும்.

பிணி:
குடற்புண்

கூட்டு:
பசுப்பால்
வெள்ளைப் பூண்டு
அகத்தி இலை

வழி:
பசுப்பாலில் வெள்ளைப் பூண்டை இட்டு அவித்தெடுத்து வெள்ளைப் பூண்டுகளை உண்டு பசுப்பாலையும் அருந்துதல்.

அல்லது அகத்தி இலையை சொதி காய்ச்சி குறைந்தது ஏழு நாட்களேனும் தொடர்ச்சியாக உண்ணவும்.

பிணி:
சூட்டால் ஏற்படும் தலைச்சுற்று

கூட்டு:
கையான் தகரை

வழி:
கையான் தகரையை அரைத்து நெற்றியின் வலது இடது பக்கங்களில் பூசவும்.

பிணி:

இதய அழுத்தத்தால் ஏற்படும் சோர்வு/ தலை சுற் று

கூட்டு:

வேர்க்கொம்பு

வழி:

வேர்க்கொம்பு 4 - 5 துண்டுகளை எடுத்து சிறிதாக வெட்டி கழுவி நன்றாக அவித்து அந்த நீரை காலை, மாலை அருந்தவும். உதாரணமாக, இரண்டு கப் தண்ணீர் இட்டு அவித்தால் 1.5 கப் நீர் வற்றும் வரை அவிக்க வேண்டும்.

பிணி:

சீழ் கட்டியுள்ள பழைய காயம், நகக் கொடுப்புகளில் ஏற்படும் வலி, வெடித்து ஊனம் வரும் காயம், வெடிக்காமல் வலிக்கும் கொப்புளம்.

கூட்டு:

முருங்கந்துளிர்
கறி உப்பு

வழி:

ஒரு கைப்பிடியளவு முருங்கந்துளிரை எடுத்து மூன்று மிளகின் அளவிற்கு கறியுப்பை இட்டு நன்றாக களி போன்று அரைத்து உரிய இடத்தில் பூசிவிடவும்.

பிணி:
முளங்கால் வாதம்

கூட்டு:
திருகுகள்ளி
கொட்டடத் தேங்காய்
மஞ்சள்

வழி:

மேலுள்ள கூட்டை நன்கு துவைத்து கொதி பானையில் வடிகட்டி சுடாக்கி ஒத்தடம் இடவும்.

பிணி:
குதி வாதம்

கூட்டு:
எரிக்கிலை இலை
செங்கல்

வழி:
செங்கல் ஒன்றை எரியும் அடுப்பினுள்ளே இட்டு நன்றாக சூடாக்கி (பொன் நிறமாகும் வரை) அதனை வெளியில் எடுத்து அதன் மேல் எரிக்கிலை இலையை வெதுப்பி சூடேற்றி உரிய இடத்தில் வைத்துக் கட்டுதல்.

பிணி:
கிரந்திக் கடி

கூட்டு:
குப்பை மேனி
தொட்டாச் சுருங்கி

வழி:

மேலுள்ள இரண்டினையும் அவித்து கொதித்தாறிய நீரை சரீரம் முழுவதுமாக கழுவுதல். குறிப்பாக தலையில் படாதவாறு கழுவுதல் சிறந்ததாகும்.

பிணி:
தீராத வயிற்றுப் போக்கு

கூட்டு:
இஞ்சி
தேன்
அசமதாகம்

வழி:

இஞ்சியை களி போல அரைத்தெடுத்து அதனுடன் சிறிதளவு தேன் இட்டு உண்ணுதல். இதனை மூன்று அல்லது நான்கு தடவைகள் மட்டுமே உண்ண வேண்டும். தொடர்ச்சியாக உண்ணுதல் உடலை வலிதடையச் செய்யும். அல்லது அசமதாகத்தை அவித்து 45 - 55 மில்லி லீற்றர் காலை மாலை சாப்பாட்டிற்கு முன் அருந்துதல்.

பிணி:
எலிக்கடி

கூட்டு:
வேர்க்கொம்பு
வெள்ளைப் பூண்டு
மிளகு

வழி:
மேலுள்ள மூன்றையும் நன்கு அரைத்து கொதிக்க வைத்து பூசுதல்

பிணி:
பித்தத்தால் ஏற்படும் தலைச்சுற்று

கூட்டு:
கீழ்காய் நெல்லி
பசுப்பால்

வழி:
கீழ்காய் நெல்லியை களி போன்று அரைத்து பசுப்பாலுடன் கலந்து பனி விழும் அதிகாலை நேரங்களில் உச்சந்தலையில் தடவி குறைந்தது 2.5 மணித்தி யாலங்கள் வைத்து பின்னர் அகற்றிவிட்டு குளித்தால் பித்தத்தால் ஏற்படும் தலைச்சுற்று உடன் கட்டுப்படும்.

பிணி:
ஆஸ்த்துமா

கூட்டு:
தூதுவளை

வழி:

தினமும் காலையில் இரண்டு தேக்கரண்டி தூதுவளைச் சாற்றை தொடர்ச்சியாக அருந்தினால் ஆஸ்த்துமா அடியோடு கொல்லப்படும். குரல் வளம், சளித்தடுப்பு போன்றவைக்கும் கைகண்ட மருத்துவமாகத் தூதுவளை துணை போகிறது.

பிணி:
உடல் வலியுடன் காய்ச்சல்

கூட்டு:
கொத்த மல்லி
மர மஞ்சள்
வேர்க்கொம்பு

வழி:
மேலுள்ள மூன்றையும் நன்கு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி அவித்து அதன் கொதித்தாறிய நீரை காலை, மாலை சாப்பாட்டிற்கு முன் அருந்தவும். 35- 40 மில்லி லீற்றர் அளவு

பிணி:
சூட்டால் ஏற்படும் மூல வியாதி

கூட்டு:
பளம்பாசியிலை
தயிர் சிறிதளவு

வழி:
பளம்பாசியிலையை அரைத்து அதன் சாற்றை சிறிதளவு தயிருடன் கலந்து ஒருநாளைக்கு இரண்டு நேரம் காலை, மாலை அருந்தி வரல்.

பிணி:
கெட்ட விஷம் பட்டால்

கூட்டு:
வேர்க்கொம்பு
வேலிப்பருத்தி
மிளகு
திப்பிலி

வழி:
கூட்டை நன்றாக அரைத்து ஓட்டில் கொதிக்க வைத்து சூடாக்கிப் பூசுதல்.

பிணி:
பாம்புக்கடி

கூட்டு:
எரிக்கிலை
குப்பைமேனி
தயிர்விளா
முருங்கையின் பட்டை
பூமெத்த இலை
வேலிப்பருத்தி

வழி:

நன்கு துவைத்து வண்டு கட்டி சூடாக்கி ஒத்தடம் இடலாம். அல்லது வேலிப்பருத்தி, திப்பில், வேர்கொம்பு, மிளகு ஆகியவற்றைச் சேர்த்து நன்கு அரைத்து சூடாக்கிப் பூசுதல்.

பிணி:
பித்த தலைச்சுற்று

கூட்டு:
இஞ்சி
தேசிப் புளி

வழி:

இஞ்சியை நன்றாக அரைத்து தேசிப்புளி கலந்து களிபோன்ற அடர்த்தியான கலவையை தலையின் உச்சியில் வைத்து நான்கு மணித்தியாலங்களுக்குப் பிறகு குளித்தல்.

பிணி:
பூரான் தீண்டல்

கூட்டு:
மரவள்ளிக் கிழங்கு

வழி:
மரவள்ளிக் கிழங்கை வாயில் இட்டு நன்றாக மென்று பூரான் தீண்டிய வாயில் 2-3 தடவைகள் வைத்தல்.

பிணி:
மலச்சிக்கல்

கூட்டு:
சூறத்தவரை

வழி:
சூறத்தவரையை அவித்து அதன் நீரை ஒரு நாளைக்கு *30-40 மில்லி லீற்றர் இரண்டு நேரம் அருந்துதல்.*

பிணி:
சரீர வலி

கூட்டு:
பொன்னவரை

வழி:
பொன்னவரையை சொதி செய்து அருந்தி வந்தால் உடற் தசைகளில் ஏற்படும் வலிகள் நீங்கி தசைகள் இறுக்கமாகவும், உடல் வலிமையாகவும் காணப்படும்.

பிணி:
கண்கட்டி

கூட்டு:
விளாம்பழச் சுரட்டை

வழி:
விளாம்பழச் சுரட்டையின் வெளிப்பகுதியில் காணப்படும் கபில நிற மென்படையை நீர் சேர்த்து அரைத்து பூசுதல்.

பிணி:
விஷத்தால் கால், கை அவிதல்

கூட்டு:
தொட்டாச்சுருங்கி

வழி:
தொட்டாச்சுருங்கியை அவித்து அதன் நீரால் விஷம் பட்ட இடங்களைக் கழுவுதல்.

பிணி:
கட்டி

கூட்டு:
கரியபேளம் (கரியபவளம்)
கொத்தமல்லிச் சாறு

வழி:

கொத்தமல்லி இலையை ஒரு கைப்பிடியளவு எடுத்து இடித்து சாற்றைப் பிழிந்து அதனுடன் சிறிதளவு கரியபவளத்தைக் கலந்து அரைத்தெடுத்து குளந்தைகளுக்குக் கொடுத்தால் செவ்வாப்புக் கட்டி எனப்படும் வேதனை தரக்கூடிய சிறிய கட்டிகள் வெடித்து குணமாகும்.

பிணி:
நாசிப் புண்

கூட்டு:
சுரக்காய் விதை
கரியபேளம்

வழி:

சுரக்காய் விதைகளுடன் கரியபேளத்தை அரைத்து மூக்கின் உட்பகுதியான நாசினுள் ஏற்படும் புண்களுக்கு இட்டு வந்தால் நாசிப் புண் குணமாகும்.

பிணி:
உரோமங்கள் உதிர்வு

கூட்டு:
காடி நீர் (தயிர் நீர்)
கரியபேளம்

வழி:
கரியபேளத்தை காடி நீருடன் சமனிடை விட்டு மைபோன்று அரைத்து உதிர்கின்ற உரோமங்கள் மீது தடவி வந்தால் உதிர்கின்ற உரோமங்கள் உறுதி பெறும்.

பிணி:
பசியைத் தூண்டுதல்

கூட்டு:
தேன்
கரியபேளம்

வழி:
கரியபேளத்தை 1.5 குன்றி இடையளவு எடுத்து (3 - 5 Mg) போதுமானதாகும். பொடி செய்து தேனுடன் கலந்து காலை மாலை உண்டு வர வயிறு வெறிதாகி பசித் தன்மையை உண்டாக்கும்.

பிணி:

வயிற்று வாயு

கூட்டு:

வசம்பு
தேன்

வழி:

வசம்பு சிறிதளவு எடுத்து நன்றாக சட்டியில் உலர்த்தி இடித்து பொடியாக்கி 3 - 5 குன்றி இடை (8 - 10 Mg) வீதம் தேனுடன் கலந்து காலை, மாலை சாப்பாட்டிற்கு முன் மூன்று நாட்களுக்குக் கொடுத்து வந்தால் வயிற்று வாயு நீங்கும்.

பிணி:

வாந்திபேதி/ ஓங்காளம்

கூட்டு:

வசம்பு
தேன்

வழி:

வசப்புத் துண்டை நன்கு நெருப்பிலிட்டு சுட்டு சாம்பலாக்கி தேனுடன் கலந்து நாவில் தடவி வந்தால் வாந்தி மற்றும் வாந்திக்கு முன் ஏற்படும் ஓங்காளம் போன்ற தன்மை இல்லாது போகும். வசம்புடன் சுக்கு, நீர் சிறிதளவு சேர்த்து அரைத்து வீக்கங்களுக்கு இட்டால் வீக்கம், வலி என்பன குறையும்

பிணி:
அடிக்கடி சிறு நீர் வெளியேறுதல்

கூட்டு:
அத்திப் பழம்

வழி:

அத்திப்பழத்தை நீர் சேர்த்து அரைத்து நீரினை அரை கப் அளவு (20 - 25 மில்லி லீற்றர்) தினமும் காலை மாலை பருகினால் "நீர் அழிவு" எனப்படும் சிறு நீர் அடிக்கடி வெளியேறும் தன்மை குறைந்து விடும்.

பிணி:
விக்கல்

கூட்டு:
கட்டிச்சாம்புராணி
சீனி

வழி:

சீனி, கட்டிச்சாம்புராணி இரண்டையும் சம அளவு எடுத்து அரைத்து கொட்டைப் பாக்களவு தினமும் காலை மாலை உண்டு வந்தால் அடிக்கடி ஏற்படும் வாத விக்கல், பித்த விக்கல் என்பன தீர்ந்து விடும்.

பிணி:
ஞாபக சக்தி குறைபாடு

கூட்டு:
கார்கோல் அரிசி 50 கிராம்
வாய் விளங்கம் 50 கிராம்

வழி:

மேலுள்ள இரண்டையும், உலர்த்தி சம அளவு இடித்து அரித்தெடுத்த பொடியை மூன்று விரலிடை அளவு மென்று சுடு நீரை பருகி வந்தால் புத்தி விசாலமாகி ஞாபக சக்தி அதிகரிக்கும். இதனை "ஒரு மண்டலம்" எனப்படும் 40 நாட்களுக்குப் பயன்படுத்துதல் சிறந்தாகும், ஆயுளும் அதிகரிக்கலாம் என நம்பப்படுகிறது.

பிணி:
இருமல், கடி, மேகப்படை (தேமல்) வண்டுக் கடி புண், ஆஸ்துமா

கூட்டு:
பொன்னவரை இலை
பொன்னவரை வேர்
தேன்

வழி:
பொன்னவரையின் இலை, வேர் என்பவற்றை உலர்த்தி இடித்து பொடி செய்து தேனுடன் கலந்து 40 நாட்கள் தொடராகப் பயன்படுத்தி வந்தால் மேலுள்ள அனைத்துப் பிணிகளும் நீங்கி விடும் மேலும், அரையாப்புகளில் ஏற்படும் வீக்கம் நாளடைவில் படிப்படியாகக் குறைந்து வலியும் தீரும்.

பிணி:

கண்ணூறு கொண்ட வயிற்று வலி

கூட்டு:

நத்தை சூரி

பசுப்பால்

வழி:

நத்தை சூரியின் வேர் 50 கிராம் அரைத்து பசுப் பாலுடன் கலந்து காலை மாலை ஒரு கப் வீதம் 45 - 50 மில்லி லீற்றர் வீதம் பருகி வர வயிற்று வலி நீங்கும்.

பிணி:

சீழ் கொண்ட கட்டிகள்

கூட்டு:

விராலி இலை

வழி:

விராலி இலையை கட்டிகள் உண்டான இடத்தின் மேல் அடர்த்தியாக இட்டு துணியினால் கட்டினால் சீழ்கள் விரைவில் உடைந்து வெளியாகும், வீக்கமுள்ள இடத்தில் இதனை இட்டால் வீக்கம் படிப்படியாகக் குறையும் அத்துடன் விராலி இலையைப் இடித்து துகள்களாக்கி தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்து புண்களுக்கு இட்டு வந்தால் புண்கள் குணமாகும்.

பிணி:

காது வலி

கூட்டு:

முடக்கற்றான் (முடக்கொத்தான்)

வழி:

முடக்கற்றானை ஒரு பிடியளவு அரைத்துப் பிழிந் தெடுத்த சாற்றை 2 - 3 துளிகள் வீதம் காதினுள் இட்டு வந்தால் காது வலி குணமாகும்.

பிணி:

நரம்பு சம்பந்தமான மேக வாயுப் பிடிப்பு, இருமல், மலச்சிக்கல்

கூட்டு:

முடக்கற்றான்

வழி:

ஒரு கைப் பிடியளவு முடக்கற்றானை இடித்து சட்டியொன்றிலிட்டு அண்ணளவாக ஒரு லீற்றர் அளவு நீர் விட்டு முறுகக் காய்ச்சி 3/4 பங்கு நீர் வற்ற மீதமுள்ளவற்றை வடிகட்டி வேளைக்கு ஒரு அவுண்ஸ் வீதம் இரண்டு நேரம் மூன்று நாளைக்கு அருந்தி வந்தால் நரம்புகள் சம்பந்தமான பிடிப்புகள், இருமல், மலச்சிக்கல் என்பன நீங்கும். இதன் இலைகளை விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து வீக்கத்திற்குக் கட்டினால் வீக்கம் குணம்பெறும்.

பிணி:
வாந்தி பேதி

கூட்டு:
கறி வேப்பிலை

வழி:

இதன் பச்சை இலையை ஒரு பிடி அளவிற்கு அரை அளவு நீர் சேர்த்து கொதிக்க வைத்து வடி கட்டி தினமும் மூன்று வேளை பருகினால் வாந்தி, குமட்டல் என்பன தீரும்.

பிணி:
மலச்சிக்கல்

கூட்டு:
கறி வேப்பிலை
மிளகு
சீரகம்
நெய்

வழி:

உலர்த்திய கறி வேப்பிலையுடன் மிளகு, சீரகம் சேர்த்து சட்டியிலிட்டு உலர்த்தி நன்கு அரைத்து சிறிதளவு உப்புத் தூள் சேர்த்து உணவுகளுடன் சிறிது நெய் கலந்து பிசைந்து உண்டு வந்தால் உஷ்ன வலியால் பட பட வென சத்தத்துடன் வெளியாகும் மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

பிணி:
வீக்கம் நரம்பிழுப்பு

கூட்டு:
கடுகு
முருங்கம் பட்டை

வழி:

கடுகு, முருங்கம் பட்டை இரண்டையும் நன்கு அரைத்து நரம்புகளின் இழுப்பு, வீக்கம் ஏற்பட்ட இடங்களில் பற்றுப் போட்டால் நோய் குணமாகும்.

பிணி:
தூக்கமின்மை, அரட்டை, மனக்கலக்கம்

கூட்டு:
கடுகு

வழி:

ஒரு பிடியளவு கடுகை சுத்தம் செய்து சிறிதளவு நீர் விட்டு களி போன்று அரைத்தெடுத்து 2-3 லீற்றர் அளவு நீரைக் கொதிக்க வைத்து அரைத்த கலவையை சுடு நீரில் இட்டு கலக்கி ஆறவிட்டு இளஞ்சூட்டில் பெரிய பாத்திரம் ஒன்றில் ஊற்றி இரு பாதங்களையும் 10 - 15 நிமிடங்கள் வரை நீரினுள் வைத்திருந்தால் அரட்டை, புரட்டல், தூக்கமின்மை, மனக் கலக்கம் என்பன நீங்கி புத்துணர்ச்சியைப் பெறலாம்.

கல்வி
உயிர்த்தெழு
மையம்

9789550952038