



ವಿಶೇಷಗಳ ವೈವಿಧ್ಯತೆಗಳುಳ್ಳ ವೀಳ್ಯದೆಲೆ

ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯ ಸಂಘಟನೆ:
 ಈ ಕೆಳಗಿನ ಅಂಶಗಳು
 ತಾಂಬೂಲದಲ್ಲಿವೆ: ಪೋಟೇನ್-
 3.1 ಗ್ರಾಂ, ಕೊಬ್ಬು- 0.8
 ಗ್ರಾಂ, ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್-
 6.1 ಗ್ರಾಂ, ಕಬ್ಬಿಣದ ಅಂಶ- 7
 ಗ್ರಾಂ, ನಿಯಾಸಿನ್- 0.5 ಗ್ರಾಂ,
 ಕ್ಯಾಲರಿ-44, ಸುಣ್ಣು- 230
 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ, ವಿಟಮಿನ್ ?ಸಿ?-
 5 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ, ಕ್ಯಾರೋಟಿನ್-
 5760 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ, ಫೈಬ್ರಿಯಮ್ ? 0.07
 ಮಿ.ಗ್ರಾಂ, ದ್ರವಾಂಶ- 85.4% (ಮೇಲಿನ
 ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳು 100 ಗ್ರಾಂ.
 ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯಲ್ಲಿವೆ)
 ಇವಲ್ಲದೆ
 ಟ್ಯಾನಿನ್ ಎಂಬ
 ಔಷಧದ ಅಂಶ,
 ಡಯಾಸ್ಟೇಸ್
 ಎಂಬ ಸಕ್ಕರೆ
 ಅಂಶ,
 ಫಿವಿಕಾಲ್ ಎಂಬ
 ಸುಂಗೆಧ ತೈಲಗಳೂ
 ಇವೆ. ಅರಕೇನ್
 ಎಂಬ ಅಲ್ಯುಲಾಯ್ಡ್ ಕೂಡ



ಆಹಾರ ಮಂಜೂಷ
 ಸಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಆಹಾರ : ಅನುಭವದ ಉಪಾಸಕ

ಡಾ. ಚಿತ್ರಲೇಖಾ ವಿ. ಕೃಷ್ಣ
 ತನ್ನ ಅನುಭವದ ವೈದ್ಯ
ಶ್ರೀ ಸದ್ಗುರು ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ
 Ph - 9900212524



ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯಲ್ಲಿದೆ. ಇದು
 ಉತ್ತಮ ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕವಾಗಿಯೂ,
 ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡಹರವಾಗಿಯೂ,
 ಜೀವಕೋಶ ರಕ್ಷಕವಾಗಿಯೂ,
 ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯು
 ರಕ್ತ ಹೆಚ್ಚುಗಟ್ಟುವುದನ್ನು,
 ತಡೆಯುತ್ತದೆ.
 ಊತವುಂಟಾಗದಂತೆ
 ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.
 ತಾಂಬೂಲದ ಗುಣ-ಕರ್ಮ

ಭಾಗ 2

ತಾಂಬೂಲ ಪತ್ರಂ ತೀಕ್ಷ್ಣೋಷ್ಣಂ ಕಟುಪಿತ್ರ ಪ್ರಕೋಪನಂ |
 ಸುಗಂಧಿ ವಿಶದಂ ತಿಕ್ತ ಸ್ವಯಂವಾತಕಫಾಪಹಃ ||
 ಸ್ರಂಸನಂ ಕಟುಕಂ ಪಾಕೇ ಕಷಾಯಂ ವಹ್ನೀದೀಪನಂ |
 ವಕ್ತ್ರಕಂಡೂ ಮಲಕ್ಷೇದ ದೌರ್ಗಂಧ್ಯಾದಿ ವಿಶೋಧನಂ ||
 (ಸುಶ್ರುತ ಸಂಹಿತಾ)



ತೀಕ್ಷ್ಣವಾಗಿರುವ ತಾಂಬೂಲ ಪತ್ರವು
 ಸುಗಂಧಿಯೂ ಹೌದು. ಉತ್ತಮ ಸ್ವರಕ್ಕೆ
 ಹಿತಕರ. ವಾತ-ಕಫವನ್ನು ನಾಶ
 ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಲನಿರ್ಹರಣೆಗೆ
 ಸಹಕಾರಿ. ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು
 ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.
 ಮುಖಶೋಧನೆಯನ್ನು
 ಮಾಡುತ್ತದೆ.

- ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯ ಬಳಕೆ ಹೀಗಿರಲಿ**
- ❖ ಅಜೀರ್ಣದ ತೊಂದರೆ ಇದ್ದಾಗ ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯ ರಸ(1/2 ಚಮಚ) ವನ್ನು ಊಟದ ನಂತರ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ ಮೂರು ದಿನ ಸೇವಿಸುವುದು ಹಿತ.
 - ❖ ಕೆಮ್ಮು, ನೆಗಡಿ, ದಮ್ಮು- ಈ ತೊಂದರೆಗಳಲ್ಲಿ ಅರ್ಧ ಚಮಚ ವೀಳ್ಯದೆಲೆ ರಸವನ್ನು ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪದ ಜೊತೆ ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಲಾಭವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.
 - ❖ ಪದೇ ಪದೇ ಕಾಡುವ ತಲೆನೋವಿನ ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ ವೀಳ್ಯದೆಲೆ ರಸವನ್ನು ಹಣೆಗೆ ಹಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಅನುಕೂಲವಾಗುತ್ತದೆ.
 - ❖ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆಯಿದ್ದಾಗ ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಎದೆಗೆ ಶಾಖಿ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ಹಿತವಾಗುತ್ತದೆ.
 - ❖ ಗಂಟಲು ನೋವು ಇದ್ದಾಗ ವೀಳ್ಯದೆಲೆ ರಸವನ್ನು ಹಚ್ಚಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
 - ❖ ದೌರ್ಬಲ್ಯವು ಕಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಒಂದು ಚಮಚ ವೀಳ್ಯದೆಲೆ ರಸವನ್ನು ಅರ್ಧ ಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪದ ಜೊತೆ ಸೇವಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ.
 - ❖ ಮೂತ್ರಕೋಶದ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾದಾಗ ವೀಳ್ಯದೆಲೆ ರಸ (1/2 ಚಮಚ)ವನ್ನು ಹಾಲಿನ ಜೊತೆ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿಯಂತೆ ಒಂದು ವಾರ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ ಪರಿಣಾಮವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.
 - ❖ ಕುರುವಿನ ತೊಂದರೆಯಾದಾಗ ಅದು ಮಾಗಿ ಕೀವು ಹೊರಬರುವಂತೆ ಮಾಡಲು ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಅಗಾಗ್ಗೆ ಕುರು ಆಗಿರುವ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಶಾಖಿ ಕೊಡಬೇಕು.
 - ❖ ವೀಳ್ಯದೆಲೆಗಳನ್ನು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಚೂರು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹತ್ತಿ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಗಂಟು ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ಗಂಟನ್ನು ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಕೆಳಬೆನ್ನು ನೋವಿನ ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿ ಶಾಖಿ ಕೊಡುವುದರಿಂದ ನೋವು ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.
 - ❖ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸ್ವನೈವು ಸರಿಯಾಗಿ ಸ್ರಾವವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಎದೆ ಹಾಲು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಂತಹದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ವೀಳ್ಯದೆಲೆಗೆ ಹರಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸವರಿ, ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಶಾಖಿಕೊಡುವುದರಿಂದ ಸ್ವನೈವು ಸರಿಯಾಗಿ ಸ್ರಾವವಾಗುತ್ತದೆ. ದಿನಕ್ಕೆ ಐದಾರು ಬಾರಿ ಈ ರೀತಿ ಶಾಖಿ ಕೊಡಬೇಕು.
 - ❖ ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮುಲಬದ್ಧತೆಯಾಗುವುದು ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರು ಈ ಕೆಳಗಿನ ವಿಧಾನದಿಂದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯ ತೊಟ್ಟಿಗೆ ಹರಳೆಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸವರಿ ಗುದ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿಡುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಮಲಪ್ರವೃತ್ತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

■ ಸಂಗ್ರಹ-ಸಹಕಾರ: ಡಾ. ಶ್ರೀವತ್ಸ