

ઔષધ-અભિજ્ઞાન (pharmacognosy) : ખાદ્યપદાર્થો સિવાયના, ઔષધો તરીકે ઉપયોગી એવા નૈસર્ગિક પદાર્થો અંગે જીવશાસ્ત્ર, જીવરસાયણ અને અર્થશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ થતો અભ્યાસ. આ પદાર્થો મુખ્યત્વે વનસ્પતિજન્ય હોય છે, જોકે પ્રાણીજન્ય પદાર્થોની સંખ્યા પણ નજેવી ન ગણાય. આ પદાર્થો જેમાંથી મેળવવામાં આવતા હોય તેવાં વૃક્ષ કે છોડવા(અથવા પ્રાણીઓ)નો સઘન અભ્યાસ , તેની વિવિધ જાતો તથા તેમાંના ઔષધીય સક્રિયતા ધરાવતા રાસાયણિક ઘટકોની પરખ , તેમનું પૃથક્કરણ તથા પ્રમાણ , તેમનું જીવનસંશ્લેષણ (biosynthesis) તથા આ પદાર્થો આપનાર સ્ત્રોતોનું પરિરક્ષણ (preservation) વગેરે બાબતો આ વિષયમાં આવરી લેવાય છે. ‘ફાર્માકોગ્નોસી’ શબ્દનો અર્થ (લેટિન pharmaca = ઔષધ, gignosco = જ્ઞાન મેળવવું) ‘ઔષધનું જ્ઞાન’ અથવા ‘ઔષધ-અભિજ્ઞાન’ થાય છે. આ શબ્દનો સૌપ્રથમ ઉપયોગ 1815માં આઈ કલર નામના જર્મન વૈજ્ઞાનિકે તેના પુસ્તક ‘Analecta pharmacognostica’માં કર્યો છે.

ઔષધિય વનસ્પતિઓ - વનસ્પતિ એટલે ખાસ કરીને વન વિસ્તારમાં ઊગતા હોય તેવા વેલા , વૃક્ષો, ઝાડ, પાન, ફળ, ફૂલ, છોડ વગેરેને વનસ્પતિ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. જંગલમાં મુખ્યત્વે અનેક પ્રકારની ઔષધિઓ થતી હોવાથી આ ઔષધિઓને ઔષધિય વનસ્પતિ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે.

ઔષધીય વનસ્પતિ એ છોડના સામ્રાજ્યની પ્રજાતિઓ છે , જેના ભાગો (ફૂલો, પાંદડા, મૂળ, દાંડી, ફળો અથવા બીજ)નો સીધો ઉપયોગ થાય છે અથવા સ્થિતિ અથવા રોગની સારવાર માટે દવા તરીકે કેટલીક તૈયારીમાં ઉપયોગ થાય છે.

વેદ - હિંદુ ધર્મના મુખ્ય ચાર આધારસ્તંભ અને આદિ ગ્રંથ છે. ‘વેદ’ શબ્દની ઉત્પત્તિ મૂળ સંસ્કૃત શબ્દ ‘વિદ’ પરથી થયેલી છે જેનો અર્થ ‘જાણવું’ અર્થાત જ્ઞાન સંબંધિત છે. વેદ એક પેઢીથી બીજી પેઢી સુધી મૌખિકરૂપે બોલીને તથા સાંભળીને હસ્તાંતરિત થયેલા હોવાથી તેને ‘શ્રુતિ’ પણ કહે છે.

વૈદિક સાહિત્યના સંપૂર્ણ રચનાકાળ વિશે વિભિન્ન મત છે. વેદની ઉત્પત્તિ હજારો વર્ષો પહેલાની માનવામાં આવે છે. શરૂઆતમાં તેને શ્રુતિ પરંપરાથી ફેલાવવામાં આવ્યો , જ્યારે લેખનની દ્રષ્ટિએ તેને બે મુખ્ય ભાગોમાં વહેંચવામાં આવે છે:

૧. પૂર્વ વૈદિક કાળ (ઈ.સ. પૂર્વે ૧૫૦૦ થી ૧૦૦૦) અને ૨. ઉત્તર વૈદિક કાળ (ઈ.સ. પૂર્વે ૧૦૦૦ થી ૫૦૦).

અત્યાર સુધીમાં મળી આવેલી હસ્તપ્રતોને આધારે ઋગ્વેદનો રચનાકાળ પૂર્વ વૈદિક કાળ મનાય છે. જ્યારે બાકીના અન્ય વેદ , સંહિતાઓ, બ્રાહ્મણ, આરણ્યક તેમજ ઉપનિષદોનો રચનાકાળ ઉત્તર વૈદિક કાળ માનવામાં આવે છે. આમ તો સૌ કોઈને ખબર હશે કે , હિંદુ ધર્મમાં ચાર (4) વેદ છે. ઋગ્વેદ , યજુર્વેદ, સામવેદ, અથર્વવેદ. વેદ છે: 1. ઋગ્વેદ, 2. યજુર્વેદ, 3. સામવેદ, 4. અથર્વવેદ.

વેદ તથા વેદ સંબંધિત સાહિત્યને વૈદિક સાહિત્ય કહે છે જેને સાત વિભાગોમાં વહેંચવામાં આવ્યા છે:

1. મંત્રસંહિતા 2. બ્રાહ્મણ ગ્રંથો 3. આરણ્યક ગ્રંથો 4. ઉપનિષદો 5. સુત્રગ્રંથો. 6. પ્રાતિશાખ્ય 7. અનુક્રમણી

અથર્વવેદનો પરિચય:- અથર્વવેદમાં મંત્રો ઋગ્વેદ અને સામવેદમાંથી લેવામાં આવ્યા છે. અથર્વવેદ એ હિંદુ ધર્મના ચાર પવિત્ર વેદોનો ચોથો ક્રમ છે. ભગવાને સૌ પ્રથમ અથર્વવેદનું જ્ઞાન મહર્ષિ અંગિરાને આપ્યું અને મહર્ષિ અંગિરા એ બ્રહ્માને અથર્વવેદનું જ્ઞાન આપ્યું. અથર્વવેદને બ્રહ્મવેદ પણ કહેવામાં આવે છે , તેમાં દેવતાઓની સ્તુતિના મંત્રો, દવા, વિજ્ઞાન અને તત્ત્વજ્ઞાન છે. જે રાજાના રાજ્યમાં અથર્વવેદના વિદ્વાન વસે છે, તે રાજ્યમાં શાંતિ સ્થાપવામાં તલ્લીન રહે છે. તે અવસ્થા ઉપદ્રવથી મુક્ત રહે છે , અને પ્રગતિના માર્ગ પર ચાલે છે. અથર્વવેદની રચના 'અથર્વર્ણા' અને 'અંગિરસ' ઋષિઓ દ્વારા કરવામાં આવી હતી. તેથી જ અથર્વવેદને 'અથર્વર્ણીરસ વેદ' પણ કહેવામાં આવે છે. આ ઉપરાંત અથર્વવેદને નીચે આપેલા નામોથી પણ ઓળખવામાં આવે છે. 1 અથર્વર્ણીરસ, 2 બ્રહ્મવેદ, 3 ભૈષજ્ય વેદ અને 4 મહિવેદ।

यस्य राज्ञो जनपदे अथर्वा शान्तिपारगः।

निवसत्यपि तद्राराष्ट्रं वर्धतेनिरुपद्रवम्।।

'ये त्रिषप्ताः परियन्ति' એ અથર્વવેદનો પ્રથમ મંત્ર છે.

અથર્વવેદમાં કુલ 20 કાંડ, 730 સૂક્ત અને 6000 મંત્રો છે, પરંતુ કેટલાકમાં માત્ર 5987 અથવા 5977 મંત્રો જ જોવા મળે છે. અને લગભગ 1200 મંત્રો ઋગ્વેદના છે. અથર્વવેદના 20 કાંડ એ ઋગ્વેદની રચના છે. ઋષિઓ અને વિદ્વાનો અનુસાર , 19મો પર્વ અને 20મો પર્વ પછીનો છે. અથર્વવેદમાં પતિ-પત્નીની ફરજો અને વિવાહિત જીવનમાં લગ્નના નિયમો અને નિયમો વિશે શ્રેષ્ઠ નિર્ણય લેવામાં આવ્યો છે. અથર્વવેદમાં બ્રહ્મ ભક્તિના ઘણા મંત્રો આપવામાં આવ્યા છે.

અથર્વવેદમાં સ્પષ્ટ છે કે આર્યોમાં પ્રકૃતિની ઉપાસનાને ધિક્કારવામાં આવી હતી , અને ભૂત , આત્માઓ, તંત્ર-મંત્રોમાં માન્યતા શરૂ થઈ હતી. અથર્વવેદ વિશે, એવું માનવામાં આવે છે કે ભાષા અને સ્વરૂપના આધારે, ત્રણેય વેદ પછી અથર્વવેદની રચના કરવામાં આવી હતી. અથર્વવેદમાં શ્રેષ્ઠ વિચારધારા અને ઉત્તરતી વિચારધારાનો સમન્વય છે.

અથર્વવેદ અને આયુર્વેદ વિશે કેટલીક મહત્વપૂર્ણ હકીકતો:- અથર્વવેદમાં અનેક પ્રકારની તબીબી પદ્ધતિઓનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે, તેથી તેને આયુર્વેદ તરીકે માનવામાં આવે છે. અથર્વવેદમાં આયુર્વેદ વિજ્ઞાનનો સૌથી વધુ ઉલ્લેખ મળે છે. ઔષધિય વનસ્પતિ વિજ્ઞાન કે આયુર્વેદ વિજ્ઞાન ને અથર્વવેદનો ઉપવેદ માનવામાં આવે છે. આ પછી 'બેક્ટેરિયોલોજી' અને 'ઔષધિઓ' વગેરે વિશેની માહિતી પણ અથર્વવેદમાંથી જ મળે છે. ઔષધીય હેતુ માટે જડીબુટ્ટીઓના ઉપયોગનો ઉલ્લેખ વિશ્વના સૌથી જૂના ઉપલબ્ધ લેખિત સાહિત્ય, ઋગ્વેદમાં જોવા મળે છે. શાબ્દિક રીતે , આયુર્વેદ શબ્દ બે શબ્દોનો સંયોજન છે: આયુ + વેદ. આયુર્વેદ (જીવનનું વિજ્ઞાન) એ અથર્વવેદના ઉપવેદ (પૂરક વિષય) તરીકે ગણવામાં આવે છે.

અથર્વવેદમાં ઔષધિય વનસ્પતિઓ(Medicinal Plants in Atharvaveda)- અથર્વવેદ સંહિતા ગ્રંથોમાં વિવિધ પ્રકારના છોડ અને વૃક્ષોનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો છે. તેમાં વિવિધ વનસ્પતિ ઓની માનવ રોગોની સારવારમાં વપરાતી એકસો સિત્તેર (172) જેટલા છોડની પ્રજાતિઓનો સમાવેશ થાય છે. 172 છોડ પૈકી 110 છોડની ઓળખ કરવામાં આવી છે.

અથર્વવેદ માં દરભ, પીપલ, ભાંગ-ગાંજાના છોડ (કેનાબીસ), જવ (ઓટ્સ), ડાંગર અને સોમલતાનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો છે , પરંતુ અહીં તેઓ પૂજા કરવા માટેના પવિત્ર છોડ તરીકે ઉલ્લેખિત છે , "કોઈએ

આની પૂજા કરવી જોઈએ અને તેમની સમક્ષ પોતાને રજૂ કરવું જોઈએ જેથી આ પવિત્ર છોડ તેના દુષ્કર્મ પાપોને ભૂંસી નાખે અને તેને તેના પાપોથી બચાવે.

પ્રાચીન હિંદુ ધર્મના ગ્રંથો , એટલે કે વેદોમાં આપણા ઋષિઓએ છોડને વિવિધ ચારિત્ર્ય, સ્વરૂપ, કદ વગેરે અનુસાર ઓળખ્યા અને વર્ગીકૃત કર્યા છે. ઋગ્વેદમાં છોડને બે વર્ગોમાં વહેંચવામાં આવ્યા છે - ઔષધિ (ઔષધિઓ) અને વનસ્પતિ (વૃક્ષો).

અથર્વવેદમાં છોડનું વર્ગીકરણ - વૃક્ષો (વૃક્ષ) , જડીબુટ્ટીઓ (ઓસાધિ) અને લતા (વિરુધ). તેને આગળ ફૂલ, બિન-ફૂલો, ફળ આપનાર અને ફળહીન છોડમાં વર્ગીકૃત કરવામાં આવે છે. અથર્વવેદમાં અનેક ઔષધીય વનસ્પતિઓનું વર્ણન પણ છે.

વિશાખા(ઝાડવા) , સાસા(ઔષધિઓ), વ્રતતી(આરોહીઓ), પ્રતનવતી(લતાઓ) અને અલાસાલા(જમીન પર ફેલાયેલા). ફૂલોના છોડ પુસ્પાવતી છે અને ફળ આપનાર ફળવતી છે.

અથર્વવેદે ખાસ કરીને વૃક્ષોની આઠ પ્રકારની વૃદ્ધિની આદતો રજૂ કરે છે. આ છે: (1) વિશાખા (ફેલાતી શાખાઓ); (2) મંજરી (લાંબા ઝુંડવાળા પાંદડા); (3) સ્થામ્બિની (ઝાડવાળા છોડ); (4) પ્રસ્તાનવતી (જે જમીન પર વિસ્તરે છે , એટલે કે લતા , અંશુમતિ- ઘણી શાખાઓ સાથે); (5) એકશૃંગા કે એકસર્ગ (મોનોપોડિયલ વૃદ્ધિ સાથે); (6) પ્રતનવતી (વિસર્પી છોડ); (7) અમસુમતી (ઘણી ઠાંડીઓ સાથે); અને (8) કંદિની (ગાંઠવાળા સાંધાવાળા છોડ).

મનુ ભગવાને છોડને આઠ વર્ગોમાં નીચે પ્રમાણે વિભાજિત કર્યા: 1. ઓસાધિ(પુષ્કળ ફૂલો અને ફળો ધરાવતા છોડ), 2. વનસ્પતિ(સ્પષ્ટ ફૂલો વિના ફળ આપતા છોડ) , 3. વૃક્ષા(ફૂલો અને ફળો બંને ધરાવતું ઝાડ) , 4. ગુચ્છા(ઝાડી ઔષધિઓ) , 5. ગુલમા(રસદાર ઝાડીઓ) , 6. તરણા(ઘાસ), 7. પ્રતાન(લતાઓ જે જમીન પર તેમની ઠાંડી ફેલાવે છે), 8. વલ્લી(આરોહકો).

આ ઉપરાંત 1) સુકધાન્ય(અનાજ), 2) સમિધાન્ય(કઠોળ), 3) સાક વર્ગ(વાસણની વનસ્પતિ) , 4) ફલા વર્ગ(ફળો) , 5) હરિતા વર્ગ(શાકભાજી) , 6) અહયોગી વર્ગ(તેલ) , અને 7) ઇક્ષુ વર્ગ(શેરડી) વગેરે ભાગોમાં વનસ્પતિઓનો ઉલ્લેખ વિવિધ રીતે કરવામાં આવ્યો છે.

વિદ્વાનોના મતે અથર્વવેદમાં , આપણે ફરીથી છોડને પેટા-શ્રેણીઓમાં વિભાજિત કરીએ છીએ જેથી છોડનું સચોટ વધુ વર્ગીકરણ થઈ શકે. અથર્વવેદમાં તેમને રંગ , પાત્ર, રહેઠાણ અને ઉપયોગ અનુસાર વર્ગીકૃત કરવામાં આવ્યા છે.

‘અથર્વવેદમાં ઔષધીય છોડ અને વનસ્પતિઓ ’ - અથર્વવેદ અને ચરક-સંહિતા ના અભ્યાસમાં વિવિધ રોગો અને વિવિધ વનસ્પતિઓ દ્વારા તેના ઉપચારોનું વર્ણન મળે છે. આ ગ્રંથો આયુર્વેદ સાથે વ્યવહાર કરે છે - જીવનનું પ્રાચીન ભારતીય વિજ્ઞાન - જે જડીબુટ્ટીઓ , મૂળ અને પાંદડાઓના ઉપયોગને સમાવિષ્ટ સ્વસ્થ સ્વાસ્થ્ય જાળવવા માટેના સિદ્ધાંતો દર્શાવે છે.

અથર્વવેદમાં ઔષધીય વનસ્પતિઓ અને છોડ તરીકે દવા એ ઉપચારની શક્તિ છે. એવા છોડ છે જે ઝેરની અસરોને દૂર કરે છે - જો આપણે તેમની વ્યુત્પત્તિશાસ્ત્રને ધ્યાનમાં લઈએ તો રોહિણી જેવા છોડની મેલીવિદ્યાની વિષાદુષાણી અસરો, કૃત્યાદુષાણી અસરો વગેરે સમજી શકાય છે.

અથર્વવેદમાં ઉલ્લેખિત કેટલીક ઔષધિઓ નીચે મુજબ છે - દુર્વા , પિપ્પલી, અપરાજિતા(ગળણીબીબરી), અમરબેલા(અમરવેલ), પલાશ(ખાખરો), સહદેવી, જીવંતી(ડોડી), અશોક, નીલી(ગળી), અર્જુન(સાદડ), અપમાર્ગ(અંધેડી), કુમુદા(કરમદા), રાઈ, દર્ભ અથવા કુશ(દુર્વા), ઇન્દ્રાણી, દર્ભ(ડાભ), મધુલા, શ્રાણપૈલી, શારપુંખા(સરપંખો), નાગરમોથા , અશ્વત્થ(પીપળો), ઉશિરા, શંખપુષ્પી, પીપળ,

પીપળો, પુનાર્ણવ(સાટોડી), ભ્રુગરાજ(ભુંગરાજ), પ્રતિસાર, ગુગલા(ગૂગળ), બાલા(બલા), ગંજ, મંડુકપર્ણી, મદમિલી, જેઠમતી(જેઠીમધ), કલ્યાણી, શણ ધાસ, શતાવરા, શાલુકા, શિખંડી, શિષમ વૃક્ષ, ભુંગરાજ, કેતકી, અરુંધતી, કેરડો , કીરણી , મરી , અરીઠા , ફાલસા , વાયવરણો , સદાપુષ્પા, સંધ્યાફૂલી, વટવૃક્ષ વગેરે વનસ્પતિઓનો વિવિધ રોગોના ઉપચાર માટે ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો છે.

વેદમાં એફેડ્રા , સરકોસ્ટેમા(ડોડી), મશરૂમ(ફૂગ) , અશ્વત્થા(પીપળો), સિલ્ક કોટન(શિમળો), ખાદીરા(કાથો), બહેડો(વિભિતાકા), ખીજડો (સામી), શેરડી, કેસૂડો(પલાશ કે ખાખરો) , સફેદકમળ(પુંડરીકા) અને વાદળી કમળ(પુસ્કરા), સફેદ લીલી(કુમુડા) , કાકડી(ઉર્વરુકા), બોરડી(જુજુબા), ઉદુમ્બરા(ઉમરો), ખરજુરા(ખજૂર) અને બિલવા(બીલી) વગેરે વનસ્પતિઓનો તેમના ઉપયોગ અનુસાર ઉલ્લેખ છે.

કેટલીક પ્રાચીન સંસ્કૃત કૃતિઓમાં પણ છોડના આકારશાસ્ત્રીય વર્ગીકરણ માટે રચના , આકાર, રંગ, સ્વાદ, સપાટી વગેરેની નોંધ લેવામાં આવી હતી. ટચ-મી-નોટ પ્લાન્ટ (લજામણી), વાલોળ, અડદ(બ્લેક ગ્રામ), મગ(ગ્રીનગ્રામ), ટીલા(તલ), ચાવા(જવ), પીપળ, અશોક, શિવશેખરા (દતુરા) , ગળમાળો, જંગલી સૂરણ(એમોર્ફોફાલસ), કુસ્થાનસિની (સોમરાજી), દંતધવન (કાથો), કરપાસા(કપાસ) વગેરેનો પણ ઉલ્લેખ છે.

બાહ્યાકાર લાક્ષણિકતાઓ, દા.ત. પાંદડાનો આકાર, સંયોજન પર્ણમાં પત્રિકાઓની સંખ્યા, ફૂલોનો આકાર અને રંગ , વગેરે, જેમ કે કિસાપર્ણી(અંધેડી), અસ્વપર્ણક(શોરિયા), ત્રિપત્રી(બીલી), સપ્તપર્ણા, વક્રપુસ્પા(ઈકડ) અને સતામુલી(શતાવરીનો) વગેરે છે.

સ્થાનિક સંગઠન અને પર્યાવરણીય સંગઠન , જેમ કે સૌબીરા(બોરડી), મગધી(જાસ્મિન), વૈદેહી(મરી), જલજા કે પંકેરુહા(કમળ) અને મારુવાકા(તુલસી, ડમરો), કાંટાફલા(કાંટાળા ફળો ધરાવનાર ધતૂરો), ઘંટપુસ્પા(ઘંટડીના આકારના ફૂલો ધરાવનાર) અને મહામોહી(નશો કરનાર).

પુષ્પવતી: પ્રસુમતી : ફલિનિરફલા ઉત | સંમાતર ઇવ દુર્હામસ્મા અરિષ્ટતાતયે ||

સમજૂતી- પુષ્પોથી સમૃદ્ધ , અંકુરથી સમૃદ્ધ (પ્રસુ) , ફળોથી સમૃદ્ધ , ફળોની અછતવાળા - સંયુક્ત માતાની જેમ, તેમને આ માણસને નુકસાનથી મુક્ત કરવા માટે દૂધ પીવડાવો.

મધુમન્મૂલં મધુમદગ્રમાસાં મધુમન્મધ્યં વીરુધાં બભૂવ |

મધુમત્ પર્ણં મધુમત્ પુષ્પમાસાં મધોઃ સંભક્તા

અમૃતસ્ય ભક્ષો ઘૃતમન્નં દુર્હતાં ગોપુરોગવમ્ ||

સમજૂતી- મીઠાઈઓથી સમૃદ્ધ મૂળ , મીઠાઈઓથી સમૃદ્ધ તેમાંથી ટોચ , મીઠાઈઓથી સમૃદ્ધ છોડની મધ્યમાં ; મીઠાઈઓથી ભરપૂર પાંદડા, મીઠાઈથી સમૃદ્ધ તેમાંના ફૂલ; અમૃત (અમૃત) નું મધુર પીણું પીવું , તેમને દૂધ કે ઘી સાથે ખોરાકમાં લેવું.

વેદોમાં ધાર્મિક ઉપચાર (Religious healing in veda) - આયુર્વેદ(જીવનનું વિજ્ઞાન) એ અથર્વવેદના ઉપવેદ(પૂરક વિષય)તરીકે ગણવામાં આવે છે. હિંદુ પરંપરામાં ઉપચારના પ્રકારો , વિવિધ રીતો અને સ્વરૂપો કે જેના દ્વારા કોઈ હિંદુ ઉપચારક દર્દીને તેના કાર્ય કરવાના સ્થળેથી સાજા કરવાનો પ્રયાસ કરે છે. જેમાં મુખ્યત્વે આયુર્વેદ , જડીબુટ્ટી, રેકીનો સમાવેશ થાય છે અને ઉપચાર સંબંધિત યોગ્ય મંત્રોચ્ચાર સાથે ધાર્મિક વિધિઓ પણ કરાવે છે.

અનાદિકાળમાં વેદકાળ સમયેથી હમણાં આધુનિક યુગના પ્રારંભ સુધી આપણા વેદોમાં સૂચવ્યા પ્રમાણે રોગોના ઈલાજ માટે વિવિધ રીતે ધાર્મિક ઉપચારો કરવામાં આવતા હતા. જે પૈકી આયુર્વેદ , દ્રવ્યગુણ ચિકિત્સા, ધ્યાન, મંત્રોચ્ચાર, સિદ્ધમંત્રો, મંત્રમુગ્ધી, વાજીકરણ, કથાશ્રવણ, અધ્યાત્મિક સકારાત્મક વિચારો, નાડી પરીક્ષણ , અનુલોમ-વિલોમ , ભસ્ત્રિકા , રેકી , યોગ , પ્રાણાયામ , આસન , કુંડલીની , ત્રાટક , સંમોહન, વિરેચન , વમન , બસ્તિ , વિપશ્યના , સૂર્યસ્નાન , કટિસ્નાન , માટી ચિકિત્સા , શ્યલ્યચિકિત્સા , જલચિકિત્સા, ભસ્મચીકિત્સા , યમ-નિયમ , આહાર-વિહાર , પંચકર્મ , અગ્નિકર્મ , પંચગવ્ય , પંચામૃત , યૂર્ણ , ફાકી, માલીશ , વટી , કવાથ , નાસ , ઉકાળો , એક્યુપ્રેશર વગેરે જેવા ઘણા ઈલાજો રોગોના ઉપચાર માટે કરવામાં આવતા હતા. જેનો ઉલ્લેખ યરક અને સુશ્રુત સાહિત્યમાંથી પણ મળે છે.

વેદોમાં ઉપચાર મંત્ર - ઉપચાર માટેનો પ્રથમ મંત્ર ઓમ શ્રી ધન્વન્ત્રે નમઃ છે. તે "ઓમ અને દિવ્ય સ્વર્ગીય ઉપચારક શ્રી ધન્વન્ત્રેને નમસ્કાર". ધનવંત્રે વૈદિક સમયમાં એક ઉપચારક હતા, અને આ મંત્ર તેમની ઉપચાર શક્તિઓને આહવાન કરે છે.

રોગ મટાડવાનો શક્તિશાળી મંત્ર - કેટલાક લોકપ્રિય મંત્રોમાં મહા મૃત્યુંજય મંત્ર , દુર્ગા દેવી મંત્ર અને ધન્વન્તરી મંત્રનો સમાવેશ થાય છે જે અનુક્રમે ભગવાન શિવ , દેવી દુર્ગા અને ભગવાન ધનવત્રી સાથે સંકળાયેલા છે. આ મંત્રોમાં યમત્કારિક ગુણધર્મો હોવાનું માનવામાં આવે છે જે સ્વાસ્થ્યને સુધારવામાં અને આંતરિક શાંતિને પ્રોત્સાહન આપવામાં મદદ કરે છે.

હિંદુ ધર્મને સમજવું: ધર્મ એ પરમાત્મા સાથે માણસના જોડાણનું પ્રતીક છે. આ ધર્મનો એકમાત્ર ઉદ્દેશ્ય તેના અનુયાયીઓને સત્યની અનુભૂતિ કરાવવાનો છે. જો ભૂતકાળમાં પાછળ જુઓ તો લગભગ 5000 વર્ષ પછી, તે/તેણીને લાગશે કે હિંદુ ધર્મ એ બધામાંથી સૌથી જૂનો ધર્મ છે. હિંદુ ધર્મ અંતર્ગત મૂળભૂત ખ્યાલો આ પ્રમાણે છે. આત્મા એ શાશ્વત અને અમર છે, મોક્ષ એ મુક્તિ નો માર્ગ છે જે તમામ મનુષ્યના જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય છે. માયા એ મોહ છે, સનાતન શાશ્વત ધર્મ એટલે કે હિંદુધર્મ એ સત્ય, પ્રેમ, કરુણા, અહિંસા, નિષ્ઠા, શ્રદ્ધા, ભક્તિ જેવા તમામ પ્રયત્નોને સમર્થન આપે છે જે મનુષ્ય જીવનને તંદુરસ્ત અને સદાચારી જીવન તરફ દોરી જાય છે

ઉપચાર(Healing) - શરીર, મન અને આત્મા ધ્વારા ઉપચારક ધ્વારા વિવિધ રોગોના ઉપચારની પરંપરાઓ આધ્યાત્મિક ચેતનામાં વધારો , મનનો આરામ, રોગોનો ઉપચાર મુખ્ય પરિબલોમાંનું એક છે. ઉપચારની પરંપરાઓ શરીર, મન અને ભાવનાની યોગ્ય કામગીરી વિકસાવે છે સાથે તબીબી ક્ષેત્રમાં પણ દર્દીઓનું વિશ્લેષણ કરતી વખતે, શરીર અને મનને સમજવું એ એક નિર્ણાયક છે. વ્યક્તિના આહાર અને સ્વસ્થ પાચન સાથે સંબંધિત હીલિંગ પરંપરાઓ , વપરાશમાં લેવાયેલા ખોરાકમાં રોગનિવારક સારવાર ,

વર્તન અને લાગણીઓનું સંતુલન જે અચૂક ટેકનિક તરીકે કામ કરે છે. ઔષધીય વનસ્પતિઓનો ઉપયોગ પણ મહત્વપૂર્ણ ઉપચાર તરીકે કાર્ય કરે છે. વ્યૂહરચના કે જેના દ્વારા શરીર જે રોગ કે રોગાકારકથી પીડિત છે તેનો ઇલાજ કરી શકાય છે. આ પરંપરાગત છોડને "કુદરતી એન્ટિબાયોટિક્સ" તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, તેથી, હીલિંગ પરંપરાઓ આપણા શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ અને હોમિયોસ્ટેટિક મિકેનિઝમને મજબૂત બનાવે છે.

ઉપચારની સમજૂતી : હીલિંગ એ અસંતુલિત , રોગગ્રસ્ત અથવા ઇજાગ્રસ્ત જીવતંત્ર કે સ્વાસ્થ્યની પુનઃસ્થાપનની ક્રિયાનો એક કોર્સ છે , કથાશ્રવણ, આધ્યાત્મિકતા તથા આધ્યાત્મિક ઉપચાર એ તંદુરસ્તીની જાળવણી, પ્રફુલ્લિત મન અને સારા આરોગ્ય તરફ દોરી જાય છે, શરીરની ચોક્કસ હિલચાલ અને વ્યક્તિનું સ્વાસ્થ્ય તેના ધ્યાન પર પુનઃસ્થાપિત થાય છે. આધુનિક દવા વ્યક્તિના સ્વાસ્થ્યને પુનઃસ્થાપિત કરવાનો દાવો કરે છે પરંતુ મટાડવાનો નથી. ચિકિત્સકોની ભૂમિકા મટાડનારમાંથી રોગના ઉપચારમાં સ્થાનાંતરિત થઈ છે.

ભારતીય ઉપખંડ માં વિવિધ સમયગાળા દરમિયાન વિવિધ રોગોના ઉપચાર(હીલિંગ) માટેની હિંદુ પરંપરાઓ જાળવી રાખવા પૂર્વ-ઐતિહાસિક સમયથી આયુર્વેદ તથા ઔષધીય વનસ્પતિઓ અને તેના મૂલ્યો એ મુખ્ય ભૂમિકા ભજવી રહ્યા છે.

આયુર્વેદ: આયુર્વેદ એ શરીરની અંદર રહેલી શક્તિઓના સંતુલન પર આધારિત બીમારીઓ પર પ્રકાશ પાડતી નથી. તે ઔષધીય વનસ્પતિઓ દ્વારા રોગોની સારવાર કેવી રીતે કરવી તેનું વર્ણન આપે છે.

ઉપચારની ઔપચારિક વૈજ્ઞાનિક સંસ્કૃતિ આયુર્વેદ તરીકે ઓળખાય છે. ભારતીય આયુર્વેદ તે સૌથી જૂના ઉપચાર વિજ્ઞાનમાંનું એક છે. સંસ્કૃતમાં, જેનો અર્થ થાય છે "જીવનનું વિજ્ઞાન". તે લગભગ 5000 વર્ષ પહેલાં ઉદ્ભવ્યું હતું અને ઘણા લોકો તેને ઓળખે છે , લોકો આયુર્વેદને "બધા ઉપચારની માતા" તરીકે માને છે. આયુર્વેદ પ્રમાણે પરંપરાગત હિન્દુ ચિકિત્સા વિજ્ઞાન કે જે 80% લોકો દ્વારા એક અથવા બીજા સ્વરૂપે અનુસરવામાં આવે છે. વ્યક્તિના જીવન માં યોગ્ય આહાર સાથે સંતુલિત જીવનશૈલી થી તંદુરસ્ત આરોગ્ય જાળવણીને પ્રોત્સાહન મળે છે. આયુર્વેદ ક્ષેત્રમાં ભસ્મને મહત્વપૂર્ણ ઔષધીય મૂલ્ય માનવામાં આવે છે.

આયુર્વેદમાં વાત, પિત્ત અને કફ એમ ત્રણ મૂળભૂત પ્રકારની ઊર્જા ઓળખવામાં આવી છે.

(1) વાત- તે શરીરના પ્રવાહી અને પોષક તત્ત્વોની હિલચાલ બનાવવા માટે ઊર્જાની આવશ્યકતા છે જેથી કરીને સમગ્ર શરીર યોગ્ય રીતે કાર્ય કરી શકે છે. વાત ની છત્રછાયા હેઠળ શરીર, મન અને ચેતના એક પ્રવાહમાં સાથે કામ કરે છે. તેમાં હલનચલન સાથે સંકળાયેલ ઊર્જાનો પણ સમાવેશ થાય છે. આમ તે અવકાશ અને હવાનું બનેલું છે. તે શ્વાસ લેવાનું, આંખોનું પલકારવું, હૃદયની નાડી વગેરેને નિયંત્રિત કરે છે.

(2) પિત્ત- શરીરની મેટાબોલિક સિસ્ટમ સૂચવે છે. તેથી , તે અગ્નિ અને પાણીથી બનેલું છે. તે પોષણ, શરીરનું તાપમાન, પાચનને નિયંત્રિત કરે છે. પિત્ત એ સમજ તથા બુદ્ધિના ઉત્પાદન તરફ દોરી જાય છે અને જો પિત્ત કોઈ તંત્રના નિયંત્રણની બહાર હોય તો ક્રોધ, ઈર્ષ્યા અને દ્વેષ પેદા થઈ શકે છે.

(3) કફ- માં એવી ઉર્જાનો સમાવેશ થાય છે જે શરીરની રચના એટલે કે હાડકાં , સ્નાયુઓ બનાવે છે. તે શરીરના તમામ ભાગો માટે પાણી પૂરું પાડે છે. જો કફ સંતુલિત હોય તો તે જીવંત , શાંતિ ઉત્પન્ન કરી શકે છે પરંતુ જો તે નિયંત્રણ બહાર હોય તો લોભ, આસક્તિ, ઈર્ષ્યા જેવા પ્રતિભાવ પરિણામો આવે.

જાણીતા પ્રથમ મહાન હિન્દુ ચિકિત્સક , ચરક, લગભગ 1000 બીસીમાં તથા સુશ્રુત, 5 મી સદી-એડી મચ્છર અને પ્લેગ અને ઉંદરો સાથે મેલેરિયાના સંબંધની નોંધ લીધી , 700 થી વધુ ઔષધીય છોડ , અને 100 થી વધુ સર્જિકલ સાધનોનું વર્ણન કર્યું અને તેમણે આયુર્વેદ પદ્ધતિથી વિવિધ રોગોની સારવાર પણ કરી હતી. અસ્થિભંગ, ગાંઠો અને કિડનીની પથરી દૂર કરી અને સિઝેરિયન વિભાગ દ્વારા બાળકોને જન્મ , આયુર્વેદ ક્ષેત્રમાં ભસ્મની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા, તુલસીમાં ભારે ઔષધીય મૂલ્ય વ્યક્તિને શરદીથી માથા ના દુખાવાથી રાહત આપે છે. આયુર્વેદના અનુયાયીઓ અનુસાર લીમડાના વૃક્ષને મહત્વપૂર્ણ ઔષધીય મૂલ્ય તરીકે પાન ઉધરસ અને શરદીથી સાજા કરે છે.

મંત્રશક્તિ- અર્જુનને કુરુક્ષેત્ર દરમિયાન ભગવાન કૃષ્ણ દ્વારા બોલવામાં આવેલા સ્ત્રોતોના મજબૂત શબ્દો યુદ્ધમાં એકાગ્રતા, મનોબળ, હિમ્મત અને શક્તિ પ્રદાન કરે છે.

યોગશક્તિ- યોગને ઉપચાર , આધ્યાત્મિકતા અને ધ્યાનનો એક ભાગ માનવામાં આવે છે. વ્યક્તિઓના સુખાકારીનો માર્ગ છે. યોગ કરવાથી વ્યક્તિ મનને નિયંત્રિત કરી શકે છે. મન એ અંતિમ સ્ત્રોત છે જ્યાંથી એકાગ્રતા ઉત્પન્ન થાય છે. તેથી, મનને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની અને શિસ્તબદ્ધ કરવાની ક્ષમતા એ યોગનું કાર્ય છે. યોગ એ વ્યક્તિને કોઈપણ પ્રકારના રોગો (ઉદાહરણ તરીકે એઇડ્સ) સામે લડવાની શક્તિ આપી શકે છે. યોગના વિવિધ પ્રકારો છે, જેમ કે...

હઠયોગ -હઠની ઉત્પત્તિ ભારતમાં 15મી સદીમાં થઈ હતી. તે ધીમી ગતિએ ચાલે છે , તે શ્વાસ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. તે તણાવ દૂર કરે છે અને સુધારે છે.

રાજ યોગ-તે તમામ યોગોનો સમાવેશ કરે છે. તે ધ્યાન અને આત્મસાક્ષાત્કાર તેમજ ચેતનાના ઉત્ક્રાંતિ પર ભાર મૂકે છે.

તંત્ર યોગ-તેનો ઉદ્દેશ ચેતનાને વિસ્તારવાનો છે. તે એક- સૂક્ષ્મતાને પ્રોત્સાહન આપે છે અને કેન્દ્રિતતા જે આપણને ચેતનાને કોઈપણ પ્રકારની મર્યાદાઓમાંથી મુક્ત કરવામાં મદદ કરે છે. યોગ મનને તમામ પ્રકારની અવરોધક મર્યાદાઓમાંથી બહાર કાઢે છે. વેદ અનુસાર યોગ એક ઉપચાર પદ્ધતિ છે.

ઔષધ-આયુર્વેદ શક્તિ- હિંદુ પૌરાણિક કથાઓમાં ઉપચાર: રામાયણ અને મહાભારત માં રોગોના ઉપચારની પરંપરાઓ દર્શાવવા માટે આકર્ષક ઉદાહરણો છે.

રામાયણમાં ગર્ભવતી સીતા માતા દ્વારા જોડિયા પુત્રો (લવ-કુશ)ના ઉછેર માટે પ્રકૃતિ સહાયક તરીકે કામ કરે છે.

રામાયણના વર્ણનોમાં પ્રભુ શ્રી રામ અને રાવણના યુદ્ધ વખતે ઇન્દ્રજીત ધ્વારા વજ્ર પ્રહારથી મૂર્છિત લક્ષ્મણજીને બચાવવા હનુમાનજી હિમાલય નજીક ગંધમાર્દન પર્વત પરથી સંજીવની જડીબુટ્ટી લાવી જીવ બચાવે છે.

પરંપરાગત સારવાર પદ્ધતિ(Traditional Treatment System) - આયુર્વેદિક દવા(આયુર્વેદ), પરંપરાગત ભારતીય દવા , વિશ્વની સૌથી પ્રાચીન છતાં જીવંત પરંપરા અને ભારતમાં જૂની મેડિકલ સિસ્ટમ છે. સંસ્કૃતમાં આયુરનો અર્થ થાય છે “જીવન” અને વેદનો અર્થ થાય છે “વિજ્ઞાન” અથવા “જ્ઞાન”; આમ આયુર્વેદ જીવનનું વિજ્ઞાન છે. ભારતમાં હજારો વર્ષોમાં તેનો વિકાસ થયો છે.

ભારત પાસે છ પ્રણાલીઓ પર આધારિત પરંપરાગત ચિકિત્સા પદ્ધતિનો સમૃદ્ધ ઇતિહાસ છે , - આયુર્વેદ, સિદ્ધ, યુનાની અને યોગ, નેચરોપથી અને હોમિયોપેથી. જેમાંથી આયુર્વેદ સૌથી પ્રાચીન, સૌથી વધુ સ્વીકૃત, પ્રેક્ટિસ અને વિકસિત સ્વદેશી દવા પદ્ધતિ છે. એક્યુપંકચર અને હોમિયોપેથી જેવા હર્બલ ઉપચારો અને સારવાર પરંપરાગત દવા પ્રણાલીઓમાં વ્યાપકપણે ઉપયોગમાં લેવાય છે.

આયુર્વેદની આઠ શાખાઓ છે: કાયા ચિકિત્સા (દવા) , સલ્યા ચિકિત્સા(સર્જરી), સાલક્યા ચિકિત્સા (ENT સારવાર), બાલા ચિકિત્સા (બાળ ચિકિત્સા સારવાર) , જારા ચિકિત્સા (જિનેટિક્સ સંબંધિત સારવાર) , રસાયણ ચિકિત્સા(રસાયણ સાથેની સારવાર) , વજિકારામ ચિકિત્સા (કાયાકલ્પ સાથેની સારવાર અને કામોત્તેજક), ગ્રેહામ ચિકિત્સા (ગ્રહોની અસર) અને વિશા ચિકિત્સા(ટોક્સિકોલોજી).

રસાયણ (કાયાકલ્પ ઉપચાર) નો ઉપયોગ આરોગ્ય જાળવવા અને રોગની નકારાત્મક અસરોને ઘટાડવા માટે થાય છે.

આયુર્વેદના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો - પ્રાચીન ભારતીય ફિલસૂફી અનુસાર, બ્રહ્માંડ પાંચ મૂળભૂત તત્ત્વોથી બનેલું છે. તત્ત્વો અથવા પંચ ભૂત: પૃથ્વી (પૃથ્વી) , જલ (પાણી), તેજા (અગ્નિ), વાયુ (વાયુ) અને આકાશ (જગ્યા). બ્રહ્માંડમાં ખોરાક અને શરીર સહિતની દરેક વસ્તુ હતી. આ ભૂતોમાંથી ઉતરી આવેલ છે. તેથી વચ્ચે મૂળભૂત સંવાદિતા અસ્તિત્વમાં છે. મેક્રોકોઝમ (બ્રહ્માંડ) અને માઇક્રોકોઝમ (વ્યક્તિગત). પાંચા ભુતા સિદ્ધાંત અને માનવ શરીર: માનવ શરીર સતત પ્રવાહની સ્થિતિમાં છે અથવા ગતિશીલ સંતુલન. માનવ શરીરમાં પંચ ભૂત તરીકે રજૂ થાય છે.

ચરક સંહિતા (1900 B.C.) એ પ્રથમ નોંધાયેલ પુસ્તક છે. આયુર્વેદના અભ્યાસનો ખ્યાલ. આમાં વપરાયેલ 341 છોડ અને છોડના ઉત્પાદનોનું વર્ણન છે. સુશ્રુત સંહિતા (600 B.C.) એ પછીનું આયુર્વેદિક સાહિત્ય હતું જે સર્જરી પર વિશેષ ભાર છે. તેમાં 395 ઔષધીય છોડ, 57 દવાઓનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. પ્રાણી મૂળ, 4 ખનિજો અને ધાતુઓ રોગનિવારક એજન્ટ તરીકે વર્ણવેલા છે.

આયુર્વેદિક જડીબુટ્ટીઓનું વર્ણન અને વર્ગીકરણ પાંચ મુખ્ય ગુણધર્મો અનુસાર કરવામાં આવે છે: રસ (સ્વાદ), ગુણ (ભૌતિક રાસાયણિક ગુણધર્મો), વીર્ય (શક્તિ), વિપાક(પાયન પછીની અસર) અને પ્રભાવ (દવાની અનન્ય અસર). પાયન તરીકે પ્રક્રિયા શરૂ થાય છે , ખોરાક અથવા દવા પર અગ્નિ દ્વારા કાર્ય કરવામાં આવે છે (વિવિધ પાયનરસ) અને ઉત્સેચકો.

રસને છ મુખ્ય પ્રકારોમાં વિભાજિત કરવામાં આવે છે: મધુર (મીઠી) , આમળા (ખાટા) , લવણ(મીઠું), કટુ (તીખું), તિક્ત (કડવું), અને કષાય (તીખું). દરેક સ્વાદની ત્રણ શારીરિક દોષો (વાત, પિત્ત અને કફ).

ગુણ ઔષધીય પદાર્થના ભૌતિક પાસાઓનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. ગુણના દરેક વર્ગ મુખ્ય તત્ત્વોમાંના એકને અનુરૂપ છે. (મહાભૂતો): અસ્પષ્ટતા પાણી સાથે સુસંગત છે ; પૃથ્વી સાથે ભારેપણું; આગ સાથે ઉત્સુકતા અને તીક્ષ્ણતા; હવા સાથે શુષ્કતા; અને ઈથર સાથે પ્રકાશ. ગુણો છે.

સામાન્ય રીતે જોડીમાં ગણવામાં આવે છે: ઠંડુ/ગરમ, ભીનું/સૂકું, નરમ/સખત અને સ્થિર/અસ્થિર, વગેરે.

વીર્ય દવાના સક્રિય સિદ્ધાંત અથવા શક્તિનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. બે વિભાગો છે- સીતા વીર્ય (કફ વરાગ સૂચવે છે) અને ઉષ્ણ વીર્ય (પિત્ત વરાગ સૂચવે છે); વાત બફર રહે છે.

વિપાક એ ગુણવત્તા છે જે પદાર્થ શરીર દ્વારા કાર્ય કર્યા પછી લે છે(પાયન પછી). વિપાકના ત્રણ પ્રકાર છે મધુરા (કફ વધે છે) , ખાટા(પિત્ત વધે છે) અને કાટુ (વાત વધે છે). માટે જવાબદાર ખોરાકનો પ્રકાર મધુરા, ખાટા અને કાટુ અનુક્રમે કાર્બોહાઇડ્રેટ્સ , પ્રોટીન અને ચરબી છે. પ્રભાવ એ શરીરમાં દવાની પ્રવૃત્તિ અથવા પ્રભાવ છે. દવાઓ તેમના પ્રભાવને કારણે અલગ હોઈ શકે છે.

શરીરમાં ત્રણ દોષો છે. તેઓ વાત , પિત્ત અને કફ છે. આ ત્રણ દોષો માટે પ્રત્યક્ષ સમકક્ષ , ત્રિદોષ તરીકે ઓળખાય છે. એક કોષ/આખા શરીરમાં હલનચલન અને સંવેદના માટે જવાબદાર છે. વાતના પ્રતિનિધિઓ; તે સમગ્ર જૈવિક ઘટનાને સમજાવે છે જે છે. કેન્દ્રીય અને સ્વાયત્ત નર્વસ સિસ્ટમના કાર્યો દ્વારા નિયંત્રિત છે. પાયન , યથાપચય, પેશી નિર્માણ , ગરમીનું ઉત્પાદન , રક્ત માટે જવાબદાર પિગમેન્ટેશન , અંતઃસ્રાવી ગ્રંથીઓની પ્રવૃત્તિઓ અને ઊર્જા પ્રતિનિધિઓ છે. પિત્તાનું. પેટ અને સાંધાને મજબૂત કરવા માટે જવાબદાર પરિબળો, અંગોને મક્કમતા અને ઇન્દ્રિયોને તાજગી પ્રદાન કરે છે. કફના પ્રતિનિધિઓ. શરીરમાં કેટલાક વિશિષ્ટ ક્ષેત્રો છે જેમાં દરેક દોષ પ્રબળ છે , એટલે કે, કફ માટે છાતી, પિત્ત માટે પાયન અંગો અને વાત માટે મોટું આંતરડું જવાબદાર છે.

પાંચ પ્રકારના વાયુ નીચે મુજબ છે. 1. પ્રાણ: મોં અને નસકોરામાં સ્થિત છે (શ્વાસમાં લેવાય છે) ; ઇન્જેશનમાં મદદ કરે છે. 2. અપના: ગુદાના હાથપગ પર સ્થિત છે (હકાલીન) ; નાબૂદી, હકાલપટ્ટી. 3. સામના: સમકક્ષ, પાયનમાં મદદ કરે છે. 4. વ્યાના: રક્ત અને પોષક તત્ત્વોનું પરિભ્રમણ. 5. ઉડાના: ઉપલા શ્વસન માર્ગમાં કાર્ય કરે છે.

સિદ્ધ દવાઓની સામાન્ય તૈયારીઓ છે: 1. ભસ્મ (કેલસીઇન્ડ ધાતુઓ અને ખનિજો). 2. ચૂર્ણ (પાઉડર). 3. કષાય (ઉકાળો). 4. લેહ્યા (કન્ફેક્શન્સ). 5. ઘીતા (ઘીની તૈયારીઓ) અને તૈલા (તેલની તૈયારી). 6. યુક્ત (ધાતુની તૈયારીઓ જે અલ્કા-લાઇન બને છે). 7. મેઝુગુ (મીણ જેવું તૈયારીઓ). 8. કદુ (પાણી અને જ્વાળાઓ માટે અભેદ્ય તૈયારી.

સાત ધાતુઓ નીચે મુજબ છે. 1. રસ (લસિકા) 2. કુરુધિ (લોહી) 3. તસાઇ (સ્નાયુ) 4. કોઝુપ્પુ (એડીપોઝ પેશી) 5. એલુમ્બુ (હાડકા) 6. મજ્જાઈ (મજ્જા) 7. સુક્કિલમ અને આર્તવમ (પુરુષ અને સ્ત્રી હોર્મોન્સ).

ધતુસ શરીરના ઘટકો છે અને શરીરની મૂળભૂત રચના બનાવે છે ; દરેક પાસે તેના પોતાના કાર્યો છે. ધતુઓની સંખ્યા સાત છે: રસ (ભોજનરસ) , રક્ત (રક્તનો હિમોગ્લોબિન ભાગ) , મામસા (સ્નાયુ પેશી), મેડાસ(ચરબીની પેશી), અસ્થિ (અસ્થિની પેશી), માજા (અસ્થિ મજ્જા) અને શુક્ર (વીર્ય).

માલસ એ ધતુસની પેટા-ઉત્પાદનો છે , જે આંશિક રીતે શરીર દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાય છે અને આંશિક રીતે પાયનની પ્રક્રિયા પૂરી થયા પછી કચરા તરીકે વિસર્જન થાય છે. આ નાટક એ સહાયક ભૂમિકા જ્યારે તેઓ શરીરમાં હોય છે , અને જ્યારે તેઓ દૂર થાય છે , તેમની સહાયક ભૂમિકા પૂરી થઈ. શરીર દ્વારા શોષાયેલા ઉપયોગી તત્ત્વો જળવાઈ રહે છે. પ્રસાદ (ઉપયોગી પદાર્થ) તરીકે , જ્યારે વિસર્જન થાય છે તે માલસ (કચરો) તરીકે ઓળખાય છે. મુત્ર (પેશાબ) , શકૃત (મળ) અને સ્વેદા (પરસેવો) મુખ્ય મલાઓ છે. દોષો, ધતુસ અને મલાઓ સંપૂર્ણ સંતુલનની સ્થિતિમાં હોવા જોઈએ. શરીર સ્વસ્થ રહે તે માટે. આ ઘટકો વચ્ચે કોઈપણ અસંતુલન પરિણમે છે. ખરાબ આરોગ્ય અને રોગ.

આયુર્વેદમાં ક્લાસિકલ ક્લિનિકલ પરીક્ષાને અષ્ટ સ્થાન પરિક્ષા કહેવામાં આવે છે. (આઠ-પોઇન્ટ નિદાન) અને દોષોની સ્થિતિનું મૂલ્યાંકન શામેલ છે. તેમજ વિવિધ શારીરિક ચિહ્નો. આઠ-બિંદુ નિદાન છે નાડી પરિક્ષા (નાડી નિદાન) , મુત્ર પરીક્ષા (પેશાબની તપાસ) , વાત/સ્પર્શ (નર્વસ સિસ્ટમ આકારણી) , પિદ્ધા/દ્રિક (પાચન અગ્નિ અને મેટાબોલિક સ્ટ્રાવનું મૂલ્યાંકન) , કફ/આકૃતિ (મ્યુકોસ અને મ્યુકોઇડ સ્ટ્રાવનું મૂલ્યાંકન), માલા પરિક્ષા (સ્ટૂલ) પરીક્ષા) , જીહ્વા પરિક્ષા (જીભ પરીક્ષા) અને શબ્દ પરિક્ષા (શરીરના અવાજોની તપાસ).

તે વિવિધ સંસ્કૃતિઓના સ્વદેશી સિદ્ધાંતો, માન્યતાઓ અને અનુભવો પર આધારિત જ્ઞાન, કૌશલ્યો અને વ્યવહારોનો સરવાળો છે, તેનો ઉપયોગ સ્વાસ્થ્યની જાળવણી અને શારીરિક અને માનસિક બીમારીના નિવારણ, નિદાન, સુધારણા અથવા સારવારમાં થાય છે(વર્લ્ડ હેલ્થ ઓર્ગેનાઇઝેશન). પરંપરાગત ઉપચાર એ સ્વાસ્થ્ય પ્રથાઓ , અભિગમો, જ્ઞાન અને માન્યતાઓનો ઉલ્લેખ કરે છે જેમાં ફર્સ્ટ નેશન્સ હીલિંગ અને વેલનેસનો સમાવેશ થાય છે. આ પ્રથાઓમાં સમારંભો , છોડ, પ્રાણી અથવા ખનિજ-આધારિત દવાઓ , ઊર્જાસભર ઉપચારો અને ભૌતિક અથવા હાથ પરની તકનીકોનો સમાવેશ થાય છે.

છોડના સ્ત્રોતો પર ખાસ કરીને ઔષધીય ગુણધર્મો અને હેતુઓ અંતર્ગત માણસનું અવલંબન એ માનવ સંસ્કૃતિ જેટલું જ જૂનું છે. હર્બલ દવાઓ પર આધાર રાખીને ઘણા જીવલેણ રોગોના ઉપચાર માટે જે તે સમયે ઘણા વિસ્તારોમાં અથર્વવેદિક ઔષધીય છોડનો ઉપયોગ કરાતો અને રોગોનો ઇલાજ કરાતો હતો.

પરંપરાગત દવાઓના ઉદાહરણો - કેનાબીસ એ છોડનું ઉત્પાદન છે જે કોનિક પીડા જેવા લક્ષણોની સારવાર માટે માનવામાં આવે છે. સાટોડી મૂળ એક ઔષધિ છે જે આયુષ્ય વધારવા અને માનવ શરીરમાં ઊર્જા પુનઃસ્થાપિત કરવા માટે માનવામાં આવે છે. અશ્વગંધા એ ભારતનો મૂળ છોડ છે.

અથર્વવેદની ઔષધીય વનસ્પતિઓ અને છોડ અને તેના ઉપયોગો - (1) અપામાર્ગા: અપમાર્ગ શબ્દનો અર્થ “ભૂંસી નાખવો” છે. આ છોડ સમગ્ર ભારતમાં જોવા મળે છે. તે દુષ્ટતા અને મેલીવિદ્યા, વિવિધ પ્રકારના રોગ, શત્રુ, રાક્ષસ અને પાપ અપમાર્ગના પ્રભાવથી નાશ પામે છે. તે કેલ્ક્યુલસ જેવી પેશાબની પથરી અને બળતરા, મૂત્રાશય અને મૂત્રમાર્ગમાં, મંદાગ્નિ, કોલિક (આંતરડાનો દુખાવો), કાનના રોગો, ચેપ, શ્વાસનળીનો સોજો અને ચામડીના રોગો , વીંછીના ડંખ સાથે સંકળાયેલ સોજો , સર્પના ઝેર સામે ઉપયોગ થાય છે. 2 અરુંધતી: ઈજામાંથી લોહી નીકળવાનું બંધ કરવું, બાહ્ય ઇજાઓ અને હાડકાંના ફ્રેક્ચર હાડકા સાથે હાડકાને જોડે છે, વાળ, ત્વચા અને મજ્જા સંબંધિત રોગોના ઉપચારમાં મદદરૂપ છે. (3) કરીરા-કેરડો: કૃમિ સારવાર માટે ઉપયોગ કરાય છે. (4) કુષ્ટ: તાવ અને પાણીજન્ય રોગોની સારવારમાં ઉપયોગી છે. (5) ગુગળ: છોડની ગંધ શ્વાસના રોગોની બીમારીમાં ઉપયોગી છે. (6)નીલી (ગળી)- આ છોડનો ઉપયોગ સફેદ રક્તપિત્ત સામે થાય છે, શરીરના સફેદ ડાઘને દૂર કરે છે. (7) હૂમરી: તેનો ઉપયોગ વ્યક્તિના આયુષ્ય માટે જીવનને લંબાવવામાં થાય છે. (8) પીપળી: તેનો ઉપયોગ મુખ્યત્વે વાયુના રોગો અને દુષ્ટ આંખોના ઉપચાર માટે થાય છે. તે વાતના રોગોને પણ મટાડે છે. (9) પૃથ્વીપર્ણી (ચીયો): વાળ વધારનાર , ગર્ભાશયમાં ભૂણના ભક્ષક તરીકે, કસુવાવડ, સ્ત્રીઓની વંધ્યતા દૂર કરવાની શક્તિ સાથે પુત્રદા , પુત્રજનની તરીકે જાણીતું છે. (11) ગંગેટી: વિવિધ રોગો, તાવ, આંતરિક ચાંદા સામે ઉપચારમાં ઉપયોગી છે. (12) વરુણ(વાયવરણો: આ જડીબુટ્ટીનો ઉપયોગ ઘા રુઝાવા માટે થાય છે. (13) સોમા(ડોડી: ઝેર દૂર કરનાર , આંખના રોગો મટાડવા તરીકે ઉપયોગ થાય છે.(15) શમી : શમી છોડનો ઉપયોગ વાળ પતન સામે દવા તરીકે થાય છે.

આયુર્વેદિક જડીબુટ્ટીઓ અને મસાલા જેવા કે કાળા મરી , તજ, કુંવાર, ચંદન, જિનસેંગ, લાલ ક્લોવર, બર્ડોક, બેબેરી અને કુસુમનો ઉપયોગ ઘા , ચાંદા અને ઉકાળો મટાડવા માટે થાય છે. તાવ અને આ સ્થિતિને કારણે થતી ગરમીના ઉત્પાદનને ઘટાડવા માટે , ચિરાયતા, કાળા મરી અને ચંદનનાં લાકડાં જેવી કેટલીક એન્ટિપ્રાયરેટિક જડીબુટ્ટીઓની ભલામણ કરવામાં આવે છે. ચંદન અને તજ સુગંધિત હોવા ઉપરાંત ઉત્તમ કહોળ છે. ચંદનનો ઉપયોગ ખાસ કરીને લોહી , શ્લેષ્મ વગેરેને રોકવામાં થાય છે. અજવાઈન, અમલકી, અસ્વથા વગેરે એન્ટાસિડ્સ તરીકે સેવા આપે છે અને તંદુરસ્ત ગેસ્ટ્રિક એસિડ પ્રવાહ અને યોગ્ય પાચન માટે ભલામણ કરવામાં આવે છે. એલચી અને ઘાણા જેવી જડીબુટ્ટીઓ તેમના સ્વાદિષ્ટ ગુણો માટે પ્રખ્યાત છે. અન્ય સુગંધિત જડીબુટ્ટીઓ જેમ કે તીખા તમતમતા સ્વાદવાળું તેલ આપનારી એક વનસ્પતિ , લવિંગ અને હળદર ખોરાકમાં સુખદ સુગંધ ઉમેરે છે , જેનાથી ભોજનનો સ્વાદ વધે છે. કુંવાર, ચંદન, હળદર, શીતરાજ અને ખારે ખસખા જેવી જડીબુટ્ટીઓનો ઉપયોગ સામાન્ય રીતે જંતુનાશક તરીકે થાય છે અને તેના ઔષધીય મૂલ્યો ખૂબ ઊંચા હોય છે. કેમમોઇલ, તુલસી, એલચી, આદુ, તીખા તમતમતા સ્વાદવાળું તેલ આપનારી એક વનસ્પતિ અને ઘાણા શરીરમાં રક્ત પરિભ્રમણને પ્રોત્સાહન આપવા અને હૃદયને સ્વસ્થ રાખવા માટે જાણીતા છે.

ર.વાનસ્પતિક ઔષધ(Herbal Medicine): - હર્બલ દવાઓ વિશ્વસનીય સ્ત્રોત કુદરતી વનસ્પતિ ઉત્પાદનો છે, જે છોડમાંથી લેવામાં આવે છે, જેનો ઉપયોગ લોકો રોગોની સારવાર અને અટકાવવા માટે કરી શકે છે.

હર્બલ દવાઓની ઉત્પત્તિ પ્રાચીન સંસ્કૃતિઓમાં છે. તેમાં રોગની સારવાર અને સામાન્ય આરોગ્ય અને સુખાકારીને વધારવા માટે છોડના ઔષધીય ઉપયોગનો સમાવેશ થાય છે. કેટલીક જડીબુટ્ટીઓમાં બળવાન (શક્તિશાળી) ઘટકો હોય છે અને તેને ફાર્માસ્યુટિકલ દવાઓ જેટલી જ સાવધાની સાથે લેવી જોઈએ.

રોગોની સારવાર અથવા આરોગ્ય જાળવવા માટે વપરાતા છોડ આધારિત ઉત્પાદનોને હર્બલ ઉત્પાદનો, વનસ્પતિ ઉત્પાદનો અથવા ફાયટોમેડિસિન કહેવામાં આવે છે. છોડના સ્ત્રોતોમાંથી બનાવેલ અને માત્ર આંતરિક ઉપયોગ માટે ઉપયોગમાં લેવાતા ઉત્પાદનને હર્બલ સપ્લિમેન્ટ કહેવામાં આવે છે.

હર્બલ દવાના ઉદ્દેશો - હર્બલ મેડિસિન શરીરને કુદરતી સંતુલનની સ્થિતિમાં પાછું લાવવાનું લક્ષ્ય રાખે છે જેથી તે પોતાને સાજા કરી શકે. વિવિધ જડીબુટ્ટીઓ શરીરની વિવિધ સિસ્ટમો પર કાર્ય કરે છે.

ઇતિહાસ(History): ભારતમાં, પરંપરાગત દવાઓનો ઇતિહાસ અને તેના આરોગ્ય-સંભાળનો રેકોર્ડ 5000 વર્ષ પૂર્વેનો છે, જ્યારે આરોગ્ય-સંભાળની જરૂરિયાતો અને રોગોની નોંધ પ્રાચીન સાહિત્ય જેમ કે "ઋગ્વેદ" (1700-1100 BCE), "યજુર્વેદ" (1400) માં કરવામાં આવી હતી. -1000 BCE), અને "અથર્વવેદ" (1200 BCE).

આયુર્વેદના ઇતિહાસ પર જો નજર નાખીએ તો એની ઉત્પત્તિ મહર્ષિ દેવતા બ્રહ્માજી દ્વારા થઇ. જેમણે બ્રહ્મસંહિતાની રચના કરી. આયુર્વેદના જ્ઞાનના આદિ સ્ત્રોત વેદને માનવામાં આવે છે. મહર્ષિ ચરકજીએ પણ અથર્વવેદ સાથે સૌથી વધુ વિવરણ મળવાને કારણે આયુર્વેદને અર્થવેદ સાથે જોડ્યું છે. આયુર્વેદનું સમ્પૂર્ણ વર્ણન પ્રમુખ રૂષેરક સંહિતા અને સુશ્રુત સંહિતામાં કરવામાં આવ્યું છે.

ચરક સંહિતા અનુસાર બ્રહ્માજીએ આયુર્વેદનું જ્ઞાન દક્ષ પ્રજાપતિને આપ્યું, દક્ષ પ્રજાપતિએ આ જ્ઞાન અશ્વિની કુમારો(બન્ને ભાઈ)ને આપ્યું , અશ્વદનીકુમારોએ આ જ્ઞાન ધન્વન્ત સ્થિથા ઇન્દ્રગન્ધેમાપ્યું, ઇન્દ્રએ આ જ્ઞાન ભારદ્વાજને, કશ્યપ,પવશિષ્ , અત્રિ અને ભૃગુ વગેરેને આપ્યું , ભારદ્વાજે આ જ્ઞાન આત્રેય પુનર્વસુને આપ્યું, આત્રેય પુનર્વસુએ આ જ્ઞાન અગ્નિવેશ, જતૂર્કર્ણ, ભેલ, પરાશર, હરીત, ક્ષારપાણિને આપ્યું.

નોંધાયેલા ઇતિહાસના ઘણા સમય પહેલા ઔષધીય હેતુઓ માટે છોડનો ઉપયોગ થતો આવ્યો છે. પ્રાચીન ચાઇનીઝ અને ઇજિપ્તીયન પેપિરસ લખાણો 3 ,000 બીસીની શરૂઆતમાં છોડ માટેના ઔષધીય ઉપયોગોનું વર્ણન કરે છે.

જડીબુટ્ટીઓનો ઉપયોગ સમગ્ર લેખિત ઇતિહાસમાં કરવામાં આવ્યો છે , અને કદાચ વધુ લાંબો સમય. તેઓને ફાન્સમાં ગુફા ચિત્રો પર દર્શાવવામાં આવ્યા હતા , જે 13,000 બીસીની વચ્ચેના હતા. અને 25,000 બી.સી. એવું અનુમાન કરવામાં આવે છે કે પ્રારંભિક માનવોએ કદાચ અજમાયશ અને ભૂલ દ્વારા જંગલી છોડ માટે અસંખ્ય ઉપયોગો શોધી કાઢ્યા હતા.

પુરાતત્વીય પુરાવા સૂચવે છે કે ઔષધીય વનસ્પતિઓનો ઉપયોગ લગભગ 60 ,000 વર્ષ પહેલાં પેલેઓલિથિક યુગનો છે. હર્બલ ઉપચારના લેખિત પુરાવા 5 ,000 વર્ષ પહેલાંના સુમેરિયનો પાસે છે , જેમણે છોડની સૂચિનું સંકલન કર્યું હતું.

ક્ષેત્ર(Scope) – છોડ એ ખજાનાની દવાઓની તિજોરીના ક્યુરેટર છે જે માનવ સંસ્કૃતિને વિવિધ રોગોથી બચાવે છે. આપણી આજુબાજુના સજીવ પરંતુ સ્થાવર જીવોના અર્કના ઔષધીય મૂલ્યો હવે આધુનિક જૈવિક તકનીકો, પ્રોટીઓમિક્સ, જીનોમિક્સ, ટ્રાન્સક્રિપ્ટોમિક્સ, મેટાબોલોમિક્સ વગેરેનો ઉપયોગ કરીને સંશોધનનો આધાર છે.

સંસ્કૃતિની શરૂઆતથી માણસ રોગોના ઉપચાર માટે છોડ પર આધાર રાખે છે અને આપણા દેશમાં. એકમાત્ર ગ્રાઉન્ડ પ્રાચીન બુદ્ધિમત્તાએ આપણા રોજિંદા જીવનના વિવિધ પાસાઓમાં છોડના ફાયદાઓને માત્ર દવા તરીકે જ નહીં પરંતુ ન્યુટ્રાસ્યુટિકલ્સ , ખોરાક, સૌંદર્ય પ્રસાધનો અને શું નહીં. આકસ્મિક રીતે ભારતીય ઉપખંડ ઔષધીય મહત્વના ઘણા વિદેશી અને સ્થાનિક છોડનું સંવર્ધન ધરે છે જે આપણા પૂર્વજો દ્વારા નોંધવામાં આવ્યા હતા. હર્બલ પ્લાન્ટ્સનું અનેક પરિણામો મેળવવા માટેનું મૂળભૂત મુખ્ય એ એક ખૂબ જ રસપ્રદ પ્રકરણ છે જે રોજિંદા જીવનમાં સાકાર થાય છે અને સામાન્ય લોકોના વ્યવસાયો બનાવવામાં સક્ષમ છે.

આ કોર્સનો અવકાશ હર્બલ છોડને લગતા વિવિધ વિભાગોને તેમની ઓળખથી શરૂ કરીને ઉપયોગિતા સુધી સબસિડી આપશે. અનોખો ઉદ્દેશ્ય ઉમેદવારોને ઔષધીય વનસ્પતિઓ પર સાચો ખ્યાલ વિકસાવવા માટે તાલીમ આપશે, જે માનવજાતના ગુણવત્તાયુક્ત જીવનને ટકાવી રાખવા માટે અને છોડને લુપ્ત થવાથી બચાવવા માટે તેમનો બિલ્ટ ખજાનો છે.

21મી સદીના હર્બલિઝમમાં ઉપયોગમાં લેવાતા ઘણા છોડની સલામતી અને અસરકારકતા માટે મર્યાદિત વૈજ્ઞાનિક પુરાવા છે , જે સામાન્ય રીતે શુદ્ધતા અથવા માત્રા માટેના ધોરણો પૂરા પાડતા નથી. હર્બલ દવાઓના અવકાશમાં કેટલીકવાર ડ્રૂગ અને મધમાખી ઉત્પાદનો તેમજ ખનિજો , શેલો અને પ્રાણીઓના અમુક ભાગોનો સમાવેશ થાય છે.

આ ગૌણ ચયાપચયમાં આલ્કલોઇડ્સ, ઝ્લાયકોસાઇડ્સ, કૌમરિન, ફ્લેવોનોઇડ્સ, સ્ટેરોઇડ્સ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આ છોડ ભારતીય દવાઓ (આયુર્વેદ , યુનાની, સિદ્ધ) અને હોમિયોપેથીની દવાઓના ઉત્પાદન માટે મુખ્ય આધાર બનાવે છે.

ભારતીય હર્બલ માર્કેટ 14% વાર્ષિક વૃદ્ધિ સાથે લગભગ 50 અબજ રૂપિયાનું છે. એક અબજ રૂપિયાની હર્બલ પ્રોડક્ટની નિકાસ થઈ રહી છે. ઔષધીય વનસ્પતિઓની માંગ રોજરોજ વધી રહી છે અને WHO એ અનુમાન લગાવ્યું છે કે વૈશ્વિક હર્બલ માર્કેટ \$62 બિલિયનના વર્તમાન સ્તરથી 2050માં \$5 ટ્રિલિયન સુધી વધશે.

હર્બલ ટેકનોલોજી માનવ કલ્યાણ માટે છોડની વિવિધ ક્ષમતાઓનો ઉપયોગ કરવાની તમામ અસંખ્ય રીતોને સમાવે છે. આ વિદ્યાશાખામાં હાલમાં ઔષધીય વનસ્પતિઓ , કુદરતી રંગો , બાયોપેસ્ટીસાઇડ્સ, જૈવ ખાતર અને બાયોફ્યુઅલ જેવી પાંચ મુખ્ય શાખાઓ છે , જોકે પછીથી વધુને વધુ ઉમેરવામાં આવશે.

ઔષધીય રસાયણશાસ્ત્રીઓ રાસાયણિક સંયોજનોનું સંશોધન અને વિકાસ કરે છે જેનો ઉપયોગ ફાર્માસ્યુટિકલ દવાઓ તરીકે થઈ શકે છે. તેઓ અન્ય વૈજ્ઞાનિકો અને ઇજનેરો સાથે ટીમો પર કામ કરે છે જેથી તેઓ નવા દવા ઉત્પાદનો બનાવવા અને પરીક્ષણ કરે. તેઓ મોટા પાયે નવી દવાઓનું અસરકારક રીતે ઉત્પાદન કરવા માટે નવી અને સુધારેલી ઉત્પાદન પ્રક્રિયાઓ વિકસાવવામાં પણ મદદ કરે છે.

એવો અંદાજ છે કે ભારતીય હર્બલ ઉદ્યોગ દ્વારા લગભગ 960 છોડની પ્રજાતિઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે , અને ઉદ્યોગનું ટર્નઓવર રૂ. 80 અબજથી વધુ છે. હર્બલ નિકાસમાં આયુષ (આયુર્વેદ , યુનાની, સિદ્ધ અને હોમિયોપેથી) ઉત્પાદનોની દવાઓનો સમાવેશ થાય છે , જે કુલ ભારતીય ફાર્માસ્યુટિકલ નિકાસમાં 3% હિસ્સો ધરાવે છે.

ભારતમાં આયુર્વેદમાં આયુર્વેદ કારકિર્દી આશાસ્પદ તકો પ્રદાન કરે છે , આધુનિક આરોગ્યસંભાળ પદ્ધતિઓ સાથે પરંપરાગત શાણપણનું મિશ્રણ કરે છે. પરંપરાગત દવાને પ્રોત્સાહન આપવા અને તેને મુખ્ય પ્રવાહની આરોગ્યસંભાળ સાથે સંકલિત કરવાની ભારત સરકારની પહેલ સાથે , હોસ્પિટલો, વેલનેસ સેન્ટરો અને આયુર્વેદિક રિસોર્ટ્સમાં આયુર્વેદ કારકિર્દી અને કુશળ પ્રેક્ટિશનરોની માંગ વધી રહી છે.

આયુર્વેદ કારકિર્દી વિવિધ નોકરીની તકો પૂરી પાડે છે જેમ કે આયુર્વેદિક ડોક્ટર્સ , આયુર્વેદિક ચિકિત્સકો, આયુર્વેદિક ફાર્માસિસ્ટ, આયુર્વેદિક વૈજ્ઞાનિકો, આયુર્વેદિક લેકચરર્સ, આયુર્વેદિક મેડિકલ ઓફિસર્સ વગેરે. એન્ટ્રી-લેવલ હોદ્દા પર ઓફર કરવામાં આવતો આયુર્વેદ પગાર INR 3 - 6-મિડ-લેવલ માટે, INR 3 - 6 વચ્ચેનો હોય છે. પ્રોફાઇલ્સ INR 6 - 12 LPA અને વરિષ્ઠ-સ્તરની પ્રોફાઇલ્સ INR 12 - 15 LPA.

આયુર્વેદ સ્નાતકો કાં તો નોકરી માટે જઈ શકે છે અથવા ક્લિનિકલ રિસર્ચ, હોસ્પિટલ મેનેજમેન્ટમાં એમબીએ, ડાયેટિશિયન કોર્સ, યોગ, ફાર્મસી કોર્સ, નેચરોપેથી વગેરે જેવા વધુ વિકલ્પો પસંદ કરી શકે છે. ટોચના રોજગાર ક્ષેત્રો જ્યાં ઉમેદવારો તેમની આયુર્વેદ કારકિર્દીની શરૂઆત કરી શકે છે તે સરકારી અને ખાનગી હોસ્પિટલો છે. (BAMS ડોક્ટરો), યુનિવર્સિટી લેકચરરશીપ, સંશોધન કેન્દ્રો, ફાર્માસ્યુટિકલ ઇન્ડસ્ટ્રીઝ, નર્સિંગ હોમ્સ , સ્પા અને ફિટનેસ કેન્દ્રો , આયુર્વેદ વિશેષતા કેન્દ્રો , વગેરે. આયુર્વેદ કારકિર્દી પ્રદાન કરતી લોકપ્રિય કોલેજોમાં NIMHANS, LPU, દત્તા મેઘે ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ હાયર એજ્યુકેશન એન્ડ રિસર્ચ , પારુલ યુનિવર્સિટી, બુંદેલખંડ યુનિવર્સિટી વગેરે છે.

વનસ્પતિ ઔષધોની તૈયારી (Preparation of Herbal Medicine) - હર્બલ મેડિસિન તૈયારી એ છોડની

સામગ્રીને - જેમ કે પાંદડા, ફૂલો, બીજ, મૂળ અને છાલને - ઉપચારાત્મક હેતુઓ માટે ઉપયોગમાં લઈ શકાય તેવા સ્વરૂપોમાં રૂપાંતરિત કરવાની પ્રક્રિયાનો સંદર્ભ આપે છે.

હર્બલ દવાઓની તૈયારી એ એક પ્રાચીન પ્રથા છે જેનો ઉપયોગ વિવિધ સંસ્કૃતિઓમાં સદીઓથી વિવિધ સ્વાસ્થ્ય પરિસ્થિતિઓના નિવારણ અને સારવાર માટે કરવામાં આવે છે. ટેકનોલોજી અને વૈજ્ઞાનિક સંશોધનમાં આધુનિક પ્રગતિએ છોડમાં સક્રિય ઘટકોની વધુ સારી સમજણમાં ફાળો આપ્યો છે અને તેનો આરોગ્ય લાભો માટે કેવી રીતે અસરકારક રીતે ઉપયોગ કરી શકાય છે. હર્બલ દવાઓનો ઉપયોગ કરતા પહેલા આરોગ્યસંભાળ વ્યવસાયિકો સાથે સંપર્ક કરવો મહત્વપૂર્ણ છે , ખાસ કરીને પૂર્વ-અસ્તિત્વમાં રહેલી પરિસ્થિતિઓ અથવા અન્ય દવાઓ લેતી વ્યક્તિઓ માટે.

જડીબુટ્ટીઓનો ઉપયોગ આંતરિક અને બાહ્ય ઉપયોગ માટે કરી શકાય છે. જ્યારે આંતરિક રીતે ઉપયોગ થાય છે ત્યારે તેઓ સામાન્ય રીતે વધુ અસરકારક હોય છે. ઉકાળો , રેડવાની ક્રિયા, ટિંકચર તેમજ સૂકી તૈયારીઓ ચાર મુખ્ય આંતરિક તૈયારીઓ છે. કોમ્પ્રેસ , વોશ, સેલ્વ અને પોલ્ટીસ એ ચાર મુખ્ય બાહ્ય તૈયારીઓ છે.

જડીબુટ્ટીઓ અને છોડ પર પ્રક્રિયા કરી શકાય છે અને તેને વિવિધ રીતે અને સ્વરૂપોમાં લઈ શકાય છે, અને તેમાં આખી જડીબુટ્ટી, ચા, શરબત, આવશ્યક તેલ, મલમ, સોલ્વ્સ, રબ્સ, કેપ્સ્યુલ્સ અને ગોળીઓનો સમાવેશ થાય છે જેમાં કાયાનું ગ્રાઉન્ડ અથવા પાઉડર હોય છે. જડીબુટ્ટી અથવા તેના સૂકા અર્ક.

ઔષધીય છોડના નિષ્કર્ષણમાં સામાન્ય રીતે ઉપયોગમાં લેવાતી પદ્ધતિઓ મીસીરેશન, પ્રેરણ , પાચન, ઉકાળો , પરકોલેશન , સોક્સલેટ નિષ્કર્ષણ , માઇક્રોવેવ-સહાયિત નિષ્કર્ષણ , અલ્ટ્રાસાઉન્ડ-સહાયિત નિષ્કર્ષણ.

આ પ્રક્રિયામાં વિવિધ પ્રકારના હર્બલ ઉપચારો બનાવવા માટે છોડના સક્રિય ઘટકોને કાઢવા અને કેન્દ્રિત કરવાની વિવિધ તકનીકોનો સમાવેશ થાય છે. હર્બલ દવાઓની તૈયારીના મુખ્ય પાસાઓમાં નીચેનાનો સમાવેશ થાય છે:

લણણી: ઇચ્છિત ઔષધીય સંયોજનોની શ્રેષ્ઠ શક્તિ અને અસરકારકતાની ખાતરી કરવા માટે યોગ્ય સમયે છોડની સામગ્રી પસંદ કરવી અને એકત્રિત કરવી.

સૂકવણી: છોડની સામગ્રીને સાચવવા અને તેને સંગ્રહિત કરવા અને સંભાળવામાં સરળ બનાવવા માટે તેમાંથી ભેજ દૂર કરવાની પ્રક્રિયા.

નિષ્કર્ષણ: છોડની સામગ્રીમાંથી સક્રિય ઘટકો કાઢવા માટે મેકરેશન , ઉકાળો અથવા પ્રેરણા જેવી પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરવો. આ પદ્ધતિઓમાં છોડના ભાગોને દ્રાવક, જેમ કે પાણી, આલ્કોહોલ અથવા તેલમાં પલાળીને ઇચ્છિત સંયોજનોને ઓગાળી શકાય છે.

એકાગ્રતા: સક્રિય ઘટકોની સાંદ્રતા વધારવા માટે કાઢવામાં આવેલ પ્રવાહીનું પ્રમાણ ઘટાડવું , ઘણીવાર બાષ્પીભવન અથવા નિસ્યંદન દ્વારા.

ફોર્મ્યુલેશન: અર્કિત છોડની સામગ્રીને અન્ય ઘટકો સાથે સંયોજિત કરવી અથવા તેને વિવિધ ડોઝ સ્વરૂપોમાં બનાવવી, જેમ કે ગોળીઓ, કેપ્સ્યુલ્સ, પાવડર, મલમ અથવા ચા.

માનકીકરણ: ચોક્કસ સક્રિય સંયોજનોની સાંદ્રતાને માપીને અને જરૂરિયાત મુજબ ફોર્મ્યુલેશનને વ્યવસ્થિત કરીને હર્બલ તૈયારીઓ સુસંગત ગુણવત્તા અને શક્તિ ધરાવે છે તેની ખાતરી કરવી.

સલામતી અને અસરકારકતા: પરંપરાગત ઉપયોગ , વૈજ્ઞાનિક સંશોધન અને ક્લિનિકલ ટ્રાયલ્સ દ્વારા હર્બલ તૈયારીઓની સલામતી અને અસરકારકતાનું મૂલ્યાંકન.

નિયમન: હર્બલ દવાઓની સલામતી અને ગુણવત્તા સુનિશ્ચિત કરવા માટે આરોગ્ય સત્તાવાળાઓ અને નિયમનકારી સંસ્થાઓ દ્વારા નિર્ધારિત નિયમો અને માર્ગદર્શિકાઓનું પાલન કરવું.

કાચા માલ તરીકે જડીબુટ્ટીઓ નો પરિચય, સ્ત્રોત, દવાઓની પસંદગી , ઓળખ અને પ્રમાણીકરણ માટેની પદ્ધતિઓ, હર્બલ કાચા માલની પ્રક્રિયા , બાયોડાયનેમિક એગ્રીકલ્ચર , સારી કૃષિ પદ્ધતિઓ , સજીવ ખેતી અને તેના ફાયદા , જીવાત અને જંતુઓનું સંચાલન , ભારતીય દવાઓની પરંપરાગત પદ્ધતિઓનો પરિચય, આયુર્વેદ, સિદ્ધ, યુનાની, હોમિયોપેથી, નેચરોપેથી અને યોગ, વિવિધ આયુર્વેદિક ફોર્મ્યુલેશન અને તેમનું માનકીકરણ.

ચોક્કસ કદ અને આકાર ધરાવતા કણો ધરાવતા પાવડર તૈયાર કરવા માટે , તૈયારીની તકનીકની કાળજીપૂર્વક પસંદગી કરવી જરૂરી છે. ગ્રાઇન્ડીંગ , ઘન પદાર્થોનું થર્મલ વિઘટન અને પ્રવાહી અથવા વરાળના તબક્કામાંથી ઘન પદાર્થોનું અવક્ષય એ પાવડરની તૈયારી માટે ઉપયોગમાં લેવાતી સૌથી સામાન્ય તકનીક છે.

વનસ્પતિ ઔષધોની બનાવટ (Formulation of Herbal Medicine) - રોગોની સારવાર અથવા આરોગ્ય જાળવવા માટે વપરાતા છોડ આધારિત ઉત્પાદનોને હર્બલ ઉત્પાદનો , વનસ્પતિ ઉત્પાદનો અથવા ફાયટોમેડિસિન કહેવામાં આવે છે. છોડના સ્ત્રોતોમાંથી બનાવેલ અને માત્ર આંતરિક ઉપયોગ માટે ઉપયોગમાં લેવાતા ઉત્પાદનને હર્બલ સપ્લિમેન્ટ કહેવામાં આવે છે.

હર્બલ ફોર્મ્યુલેશનનો અર્થ છે કે ચોક્કસ માત્રામાં એક અથવા વધુ ઔષધિઓ અથવા પ્રક્રિયા કરેલ જડીબુટ્ટીઓનો સમાવેશ થતો ડોઝ કે ફોર્મ જે ચોક્કસ પોષક , કોસ્મેટિક લાભો પ્રદાન કરે છે , જેનો ઉપયોગ મનુષ્ય અથવા પ્રાણીઓના રોગોના નિદાન, સારવાર, શમન માટે થાય છે, મનુષ્ય અથવા પ્રાણીઓની રચના અથવા શરીરવિજ્ઞાનમાં ફેરફાર કરે છે.

આયુર્વેદિક દવાઓ છોડ , પ્રાણીઓના અર્ક અને ખનિજો બંને પર આધારિત છે એક ઘટક દવાઓ અને સંયોજન ફોર્મ્યુલેશન , જો કે , આયુર્વેદ દવાના સંભવિત સ્ત્રોત તરીકે ઉપયોગમાં લેવાતા કોઈપણ પદાર્થોને નકારી કાઢતું નથી. આયુર્વેદિક સંયોજન ફોર્મ્યુલેશનને મુખ્યત્વે બે જૂથોમાં વિભાજિત કરવામાં આવે છે 1. વનસ્પતિ ઔષધ-વનસ્પતિ પ્રભાવી ઔષધ અને 2. રસઔષધ- ધાતુ અને ખનીજ પ્રભાવી ઔષધ

હર્બલ ડ્રગ ફોર્મ્યુલેશનના વિવિધ સ્વરૂપો છે જેમ કે ગોળીઓ , કેપ્સ્યુલ્સ, તેલ, ટિંકચર, મલમ, સિરપ, અર્ક, અમૃત વગેરે.

હર્બલ ફોર્મ્યુલેશન કન્સેપ્ટ મુખ્યત્વે સિનર્જિસ્ટિક પ્રવૃત્તિને કારણે અલગ-અલગ ફાયટોકોન્સ્ટિટ્યુએન્ટ-આધારિત ફોર્મ્યુલેશનને બદલે છોડની સામગ્રીના લોડિંગ , બહુ-ઘટકોના છોડના અર્ક અથવા યોગ્ય ડોઝ સ્વરૂપમાં સમૃદ્ધ અપૂર્ણાંક સાથે સંબંધિત છે.

હર્બલ દવાઓનું માનકીકરણ એ ધોરણો અથવા અંતર્ગત લાક્ષણિકતાઓ , સતત પરિમાણો, ચોક્કસ ગુણાત્મક અને માત્રાત્મક મૂલ્યોના સમૂહને નિર્ધારિત કરવાની પ્રક્રિયા છે જે ગુણવત્તા , કાર્યક્ષમતા, સલામતી અને પ્રજનનક્ષમતાની ખાતરી ધરાવે છે.

સારી રીતે બનાવેલ ફોર્મ્યુલેશન મૂળ અને સમસ્યાઓ વચ્ચેના અંતરને ફેલાવી શકે છે. ફોર્મ્યુલેશન સમજાવે છે કે કેવી રીતે અને શા માટે દર્દીનું સંતુલન ખલેલ પહોંચ્યું છે અને કેવી રીતે સમસ્યાઓ અથવા લક્ષણો ઉદભવ્યા છે અને જાળવવામાં આવે છે.

તાપમાન અને ભેજ એ બે મુખ્ય પરિબલો છે જે હર્બલ પ્રોડક્ટની ગુણવત્તા અને સ્થિરતાને અસર કરે છે. રાસાયણિક પ્રતિક્રિયા તાપમાનમાં દર 10 ડિગ્રી સેલ્સિયસના વધારા માટે બે અને ત્રણ ગણા વચ્ચેના પરિબલ દ્વારા વધે છે.

બાહ્ય મુદ્દાઓ દૂષણ છે (દા.ત. ઝેરી ધાતુઓ , જંતુનાશકોના અવશેષો અને સૂક્ષ્મજીવાણુઓ) , ભેળસેળ અને ખોટી ઓળખ , જ્યારે હર્બલ દવાઓમાં ઘટકોની જટિલતા અને બિન-એકરૂપતા આંતરિક પરિબલો છે.

વનસ્પતિ ઔષધ ઉપયોગીતાના ફાયદા(Benefits of Herbal Medicine Utilization) - હર્બલ દવા એ રોગની સારવાર અને સામાન્ય આરોગ્ય અને સુખાકારીને વધારવા માટે છોડનો ઉપયોગ છે. જડીબુટ્ટીઓ અન્ય ફાર્માસ્યુટિકલ દવાઓ સાથે ક્રિયાપ્રતિક્રિયા કરી શકે છે અને કાળજી સાથે લેવી જોઈએ.

હર્બલ દવાના ફાયદા-આડઅસરો ઘટાડવામાં મદદ કરી શકે છે. હર્બલ દવા એ કુદરતી એન્ટિબાયોટિક છે તેથી આપણું શરીર તેને સકારાત્મક પ્રતિસાદ આપી શકે છે. સ્વ-હીલિંગમાં મદદ કરી શકે છે. પ્રિસ્ક્રિપ્શન દવાઓ સામાન્ય રીતે સમસ્યાને માસ્ક કરે છે અથવા તેના પર બેન્ડેડ લગાવે છે. એકંદર આરોગ્ય સુધારવામાં મદદ કરી શકે છે. ખરેખર પૈસા બચાવી શકે છે.

ખર્ચ અસરકારક અને સુલભ. ઉચ્ચ ગુણવત્તાની જડીબુટ્ટીઓ હંમેશા લાચક નિસર્ગોપચારક દ્વારા સૂચવ્યા મુજબ નિયંત્રિત માત્રામાં લેવી જોઈએ. કુદરતી ઉપચાર આડઅસરોનું જોખમ ઘટાડે છે.તમે સુરક્ષિત રીતે પરીક્ષણ કરી શકો છો અને વિવિધ જડીબુટ્ટીઓનો પ્રયાસ કરી શકો છો. ઓસ્ટીયોપોરોસિસ માટે કેલ્શિયમ અને વિટામિન ડી લેવાથી આરોગ્યની સ્થિતિની સારવાર જાળવવી.

પોષક તત્ત્વો મેળવો જે તેઓ ખોરાકમાંથી મેળવી શકતા નથી: જેમ કે મલ્ટીવિટામીન અથવા ઓમેગા-3 ફેટી એસિડ્સ લેવા. લક્ષણોની સારવાર કરો: ઊંઘમાં મદદ કરવા માટે વેલેરીયન લેવા જેવા.

ઔષધીય છોડ ત્રણ મુખ્ય પ્રકારના લાભો પ્રદાન કરી શકે છે: જે લોકો તેનો દવાઓ તરીકે ઉપયોગ કરે છે તેમને સ્વાસ્થ્ય લાભ; જે લોકો લણણી કરે છે, પ્રક્રિયા કરે છે અને વેચાણ માટે તેનું વિતરણ કરે છે તેમને નાણાકીય લાભો ; અને સમાજ-વ્યાપી લાભો , જેમ કે નોકરીની તકો , કરવેરા આવક અને તંદુરસ્ત શ્રમ બળ.