विस्तृत जानकारी हेतु सम्पर्क करें:

महानिदेशक
केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्
जवाहर लाल नेहरू भारतीय चिकित्सा एवं होम्योपैथी अनुसंधान भवन
61-65 संस्थानिक क्षेत्र, 'डी' ब्लाक के सामने, जनकपुरी,
नई दिल्ली-110058

फोनः +91-11-28525520 / 28524457, फैक्सः +91-11-28520748
ई–मेल : dg-ccras@nic.in
वेबसाइट : www.ccras.nic.in / www.indianmedicine.nic.in

© सी.सी.आर.ए.एस. 2014
यह दस्तावेज केवल प्रचार, प्रसार एवं वितरण हेतु तैयार किया गया है, व्यावसायिक उपयोग के लिए नहीं। इस सामग्री का पुनरूपयोग सी.सी.आर.ए.एस. से अनुमति लेने के बाद ही किया जा सकता है।

पंचकर्म चिकित्सा

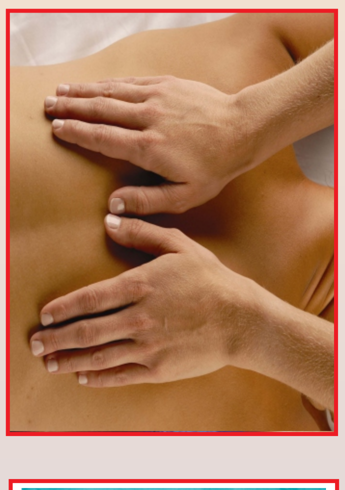
पद्धति

प्रशस्त स्वास्थ्य के लिए

केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्
आयुष मंत्रालय
(आयुर्वेद, योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा, यूनानी, सिद्ध एवं होम्योपैथी)
भारत सरकार

पंचकर्म

पंचकर्म–रोग के कारणों का समूल विनाश तथा दोषों की समरूपता स्थापित करने के लिए पंचकर्म, एक उत्कृष्ट चिकित्सा पद्धति है। शरीर की आंतरिक शुद्धता के लिए इस चिकित्सा पद्धति की पांच विधियां इस प्रकार हैं–वमन, विरेचन, अनुवासन, आस्थापन तथा नस्य। पंचकर्म चिकित्सा पद्धति द्वारा उपचार के पश्चात् रोग की पुनरावृत्ति की संभावना बहुत कम होती है इसके द्वारा शरीर की जीवनीय क्षमता का संवर्द्धन होकर स्वास्थ्य संवर्द्धन होता है। इसके द्वारा वृद्धावस्था का नियंत्रण होता है एवं इंद्रियों की कार्यक्षमता की कमी के कारण उत्पन्न रोगों, जीर्ण व्याधियों तथा मानसिक रोगों के उपचार में पंचकर्म चिकित्सा अत्यंत प्रभावशाली है। पंचकर्म चिकित्सा से पहले स्नेहन एवं स्वेदन आदि पूर्व कर्म आवश्यक है तथा पंचकर्म के पश्चात् संसर्जन कर्म किया जाता है।



स्नेहन–स्नेहन दो प्रकार का होता है–आंतरिक एवं बाह्य। आंतरिक स्नेह (स्नेहपान) को पुनः दो श्रेणियों में बांटा गया है (1) अच्छ स्नेहपान–घृत, तैल, वसा, मज्जा का प्रचुर मात्रा में सेवन करना (2) शोधन विधि के पूर्व कर्म के रूप में स्नेह द्रव्य का अल्पमात्रा में सेवन करना। बाह्य स्नेहन अभ्यंग के नाम से जाना जाता है।

स्वेदन–शरीर में स्वेद उत्पन्न करने की प्रक्रिया स्वेदन कहलाती है। इसमें आवश्यक आग्नेय एवं निराग्नेय विधियों का प्रयोग किया जाता है।

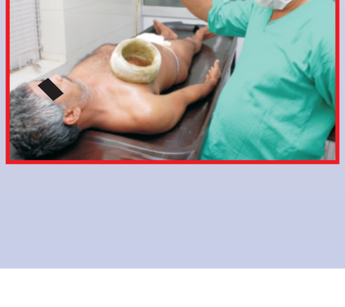
वमन– शरीर में दूषित दोषों को मुख मार्ग द्वारा वमन कराकर बाहर निकालना।

विरेचन–दूषित दोषों को नियंत्रित स्वरूप में मल मार्ग से बाहर निकालना।

बस्ति– इस चिकित्सा विधि में बस्ति यंत्र द्वारा औषधियों का क्वाथ अथवा द्रव गुदमार्ग से दिया जाता है। यह विधि दो प्रकार की होती है–अनुवासन एवं आस्थापन। मूत्र मार्ग एवं योनि मार्ग से दी जाने वाली बस्ति को उत्तर बस्ति कहा जाता है।

नस्य–इस विधि में औषधियों का नासा द्वारा अंतःक्षेपण किया जाता है।

संसर्जनकर्म– यह पंचकर्म चिकित्सा के पश्चात् प्रयोग की जाने वाली विशिष्ट विधि है। जिसमें एक निश्चित अवधि तक पथ्य व्यवस्था एवं विशिष्ट दिनचर्या अपनाई जाती है।



अन्य उपक्रम

पिण्ड स्वेद–इस विधि में कतिपय औषधियों का पिण्ड विशेष रूप से पकाए हुए पौष्टिक चावलों का पिण्ड सूती वस्त्र में पोटली के रूप में शरीर के संपूर्ण अथवा विशिष्ट भाग पर घुमाते हुए 7 से 14 दिन तक सेक किया जाता है। इसका प्रयोग मांसपेशियों एवं नाड़ी संस्थान की व्याधियों की चिकित्सा जैसे पक्षाघात, जीर्ण आमवातज अवस्थाएं, उदर विकार आदि के उपचार एवं शरीर में नवीनता स्थापित करने के लिए किया जाता है।

पिझिचिल–इस उपचार विधि में गुनगुने औषधीय तैल का संपूर्ण शरीर पर विशेष तरीके से धारा के रूप में निरंतर प्रयोग किया जाता है। विभिन्न नाड़ी संस्थानजन्य रोगों, आमवातज विकारों के उपचार, शरीर में नूतनता स्थापित करने एवं वृद्धावस्था के प्रतिबंधन आदि में प्रयोग किया जाता है।

शिरोवस्ति–इस विधि में औषधीय तैल को गुनगुना करके मस्तक पर विशेष प्रकार की ऊपर से खुली टोपी (जो सिर पर पूरी तरह स्थिर हो जाए और तैल बाहर न निकले) में एक निश्चित समय तक भर दिया जाता है। इससे विभिन्न नाड़ी संस्थानजन्य रोगों, मस्तक के रोगों, अर्दित रोग आदि का उपचार किया जाता है।

शिरोधारा–इस विधि में औषधीय तैल, दुग्ध, तक्र आदि की मस्तक पर निरंतर धारा विशेष प्रक्रिया द्वारा प्रवाहित की जाती है। इससे विभिन्न त्वक रोगों का उपचार किया जाता है। इस उपचार की सामान्यतः अवधि 7 से 14 दिन की होती है।

शिरोलेपन–इस विधि में औषधीय पादपों के कल्क का लेप मस्तक पर निश्चित अवधि तक लगाया जाता है। यह विधि नाड़ी संस्थानजन्य व्याधियों एवं मानसिक रोगों के उपचार में प्रभावकारी सिद्ध हुई है।

प्रमुख व्याधियाँ जिनमें पंचकर्म चिकित्सा का सफलतापूर्वक प्रयोग किया गया है।

वात व्याधियां	चिकित्सा
पक्षाघात / पंगु	स्नेहन, स्वेदन, अभ्यंग, वमन, षष्टिक शालि, पिण्ड स्वेद, विरेचन, बस्ति
गृध्रसी	अभ्यंग, स्नेहन, बस्ति
तमक श्वास	वमन
परिणामशूल	घृतयोगों द्वारा स्नेहन
आमवात	बस्ति चिकित्सा, रुक्षस्वेद