Shri Krishna
Super Speciality Institute of Ayurveda
A unit of Krishna Polyclinic

वाष्प स्वेद

चिकित्सक द्वारा बताए गए औषध द्रव्यों की पोट्टली बनाएं।

(यवकूट 50 ग्राम)

↓

स्वेदन यंत्र में पोट्टली डालकर उसे तीन बटे चार जल से भर दे ।

↓

रोगी को अभ्यंग करने के बाद स्वेदन पेट्टी में लिटाएं।

↓

अथवा *एकांग* स्वेदन के लिए नाड़ी द्वारा स्वेदन यंत्र से स्वेदन करें ।

↓

स्वेदन आरंभ करने से पूर्व रोगी को पानी अवश्य पिलाएं (किंचित उष्ण) तथा सिर पर गीला तौलिया धारण कराए ।

↓

सम्यक स्वेदन लक्षण आने तक अवलोकन करें ।

Shri Krishna
Super Speciality Institute of Ayurveda
A unit of Krishna Polyclinic

क्वाथ

काढ़ा / श्रृत / कषाय / निर्यूह / उकाली प्रक्षेप
(40 मिलीलीटर क्वाथ के लिए)

यव कूट द्रव्य 40 ग्राम + 16 गुना जल (640 ग्राम)

उबाले (मंद आंच पर)

अष्टमांश शेष

सुखोष्ण

कठोर द्रव्य रात भर मिट्टी पात्र या कांच पात्र में भिगोकर रखें ।
मृदु / उड़नशील तेल युक्त द्रव्य केवल 8 गुना पानी डालकर

पकाएं ।

	वात	पित्त	कफ
मिश्री	10 ग्राम	5 ग्राम	3 ग्राम
शहद	3 ग्राम	5 ग्राम	10 ग्राम
जीरा	3 ग्राम	–	–

गुग्गल, क्षार, लवण, शिलाजीत, हींग, सोंठ, मिर्च, पिपली आधा ग्राम , रोगी बल, देश, काल, प्रकृति, रोग विचार के अनुसार प्रयोग करें ।

विशेष

- काढ़ा पकाते समय बर्तन का मुंह खुला रखें।
- प्रतिदिन ताजा बनाएं
- छानी हुई औषधियों को दोबारा प्रयोग में न लाए ।
- कच्चा पानी क्वाथ में न मिलाएं।
- क्वाथ यदि असावधानीवश जल जाए तो उसमें जल मिलाकर उबालकर प्रयोग में न लाएं।

Shri Krishna
Super Speciality Institute of Ayurveda
A unit of Krishna Polyclinic

अभ्यंग

चिकित्सक द्वारा निर्देशित सुखोष्ण तेल लें।

↓

रोगी को पीठ के बल अभ्यंग टेबल पर लिटाए।

↓

सर्वप्रथम सिर, हाथ की हथेलियों ,पैरों के तलवों पर मृदुता से तेल लगाएं।

↓

सात अलग अलग स्थितियों में रोग की दिशा में सरलता से अभ्यंग करें

↓

संधियों पर गोलाकार रीति से अभ्यंग करें

↓

रोगी से समय समय पर दबाव के बारे में पूछें , उसे सुखद अनुभूति हो , ऐसी प्रक्रिया करें।

सभी अंगों पर सामान्यतः (संहनन _ संगठन अनुसार) 80 से 100 मिलीलीटर तक तेल 40-50 मिनट तक प्रयोग करें।

↓

अंत में पूरे शरीर से तेल पोंछ लें तथा 5-10 मिनट तक आराम से लेटने दे।

Shri Krishna
Super Speciality Institute of Ayurveda
A unit of Krishna Polyclinic

शिरोधारा

रोगी को शांत चित्त , धारा टेबल पर पीठ के बल लिटाए।

↓

भोहो से करीब 2 सेंटीमीटर ऊपर, तीन इंच चौड़ा सूती कपड़ा बट कर सिर पर बांधे। गांठ कान के पीछे रखें। ध्यान रखें कि यह बंधन अधिक कसा न हो।

↓

शिरोधारा पात्र में सुखोष्ण औषधि द्रव्य डालें। (डेढ़ से दो लीटर)

(चिकित्सक के निर्देशानुसार)

↓

धारा पात्र की वर्ती , मस्तक से चार अंगुल की दूरी पर होनी चाहिए।

↓

धीरे से धारा शुरू करें तथा पात्र को दाएँ से बाएँ हिलाते हुए - मस्तक पर / केश भूमि को सहलाते हुए प्रक्रिया संपन्न करें।(30-45 मिनट)

↓

अंत में सिर प्रदेश को उचित रीति से पोंछकर रास्नादि चूर्ण लगाएं।

↓

पश्चात 5-10 मिनट आराम से लिटाएं।

Shri Krishna
Super Speciality Institute of Ayurveda

PANCHKARMA SOP OF SANDHIVAAT MANAGEMENT

- **Deepan paachan** aushadhi (e.g.Hingwashtak Churna, Chitrakadi Vati, Maha Shankh Vati, Saunf,etc.)
- **Abhyang / Parishek – with Patra Pinda Swed / Vashpa Swed**
- **Mridu virechan** with Haritaki,Sneha (Eranda Sneha), Avipattikar Churna, Trivrittawleha, Aaragwadh, etc.
- **Matra Basti** (Narayan tail, Dhanwantaram tail, Sahacharadi tail, Mahamasha tail, Bala Ashwagandha tail,etc.)
- **Kaal Basti / Yog Basti**
  Niruha (Rasanadi Kwath, Erandamooladi Kwath,Dashmoola kwath, etc.) 450-500ml empty stomach
  Anuvasan (Sahacharadi tail,Narayan tail, Dashmool tail, Dhanwantaram tail, etc.) 80-150ml after food
- **Sthanik Basti – Janu Basti / Kati Basti / Griva Basti / Prishtha Basti** (Murivenna, Maha Narayan Tail, Lakshadi Tail, Prasarini tail, etc.)

- **Upnah** (Kottamchukadi, Kolkulathadi, Asthisandhanak lep, Dashang lepa, Jatamayadi with Ark, Erand , Nirgundi, Punarnawa Patra, Hadjod, etc.)
- **Jalaukavacharana** (if not relieved with Snehana, Swedana, Mriduvirechan and Basti)
- **Pathya** --Madhura, amla, lavan, snighdha food intake (ghee/oil, vasa, wheat, shalli rice, kulatha, brinjal, ripen mango, gokshura, draksha, coconut water)
- Ashthi Kshaya (Osteoporosis) management : **Tikta Ksheer Basti**

- **SAMANYA to VISHESH** ------
  - **Vata Pradhan** (**Ruja** Pradhan)
    Patra Pinda Swed -- Eranda / Nirgundi
    Vashpa / Nadi Swed -- Rasanadi Kwath / Dashmool Kwath
  - **Pitta Pradhan** (Daha Pradhan)
    Vashpa / Nadi Swed – Guduchi Kwath / Yashtimadhu Kwath
  - **Kapha Pradhan** (Shoth / Stambh Pradhan)
    Baluka Pottali Swed / Jambeer Pinda Swed / Churna Pottali – Kottamchukadi / Kolkulathadi