SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

PANCHAKARMA TRAINING TO THERAPISTS

Date: 9/11/21

Trainer: Dr Sonam kashyap

Attended by: Ruby
Hemant kumar
Riya
Vivek.

Today, on 9/11/21, a training session was organised for therapists to clear out their queries and issues, they are facing during therapy. Training includes so facts, which therapists should know, following are the Agenda —.

1. How to manage hygiene:- use of soap water to wipe off oil to change the Bedsheet and to proper sanitize the therapy room after each procedure. All the equipments used should be washed properly.

2. How to make the patient more relax during therapy:

- use of good and soothing music
- Use of aroma dispenser with very good fragrance.
- Therapist should be very positive and polite
- To take extra concern about the patient's comfort.

3) During any therapy ie Lepam, Seka or Swedan, if you found any redness, any rashes or patient is complaining about burning or irritation, stop the therapy immediately and apply ice pack & inform the doctor immediately.

Do not panic in such situation, make patient realize that you will make it fine, just relax.

4) They are guided not to put more pressure on excessive tender areas, or there is any pus formation or if there is any wound.

5) All the equipments, rooms should be ready before taking patient in, so that patient should not be disturbed. If you will come in or go out during therapy.

6) Jatyadi tail & Aloe vera should always be available in the therapy rooms.

7) Special instructions, to relax aggressive patients or in case. He is irritated.

Shuddhi AYURVEDA

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

Abhayanga Procedure

Intro:

Abhayanga can be defined as the procedure of application of Sneha Dravyas over the body with mild pressure. Thus taila /Ghrita /vasa etc are rubbed over the body in directions comfortable to the patient.

→ It is a type of Bahya Snehana.

* Commonly used oil:

Mansha Taila, Narayan Taila, Dhanvantra tail, kshira bala Taila, Karpasasthyadi oil etc.

* Man power:

Ayurvedic Physician - 1

Masseur - 2

* Indication:

- Neuromuscular disorders
- Vriddhavastha
- Rheumatological problems
- Rejuvenation of body.
- Angamarda.

* Contraindication:

- Navajwara
- Ajeerna.
- Raktpitta
- Atisara
- Immediately after Panchakarma.

* Actions:
- It provides smoothness and improves lustre of the skin.
- It takes care of body - exhaustion.
- It controls vata
- Improves vision.
- Induces sound sleep
- Strengthens the body & gives longevity.

* Tips for Abhayanga:
- Make sure the oil is warm but not too hot.
- Consider using an electronic oil warmer. Its convenient and portable.
- Take your time on each body parts.
- After massaging the oil your soles, be careful when walking. The oil could make you slip.
- Use clean towel when get out of shower.

* Duration: 30-40 minutes
Position: Abhayanga should be done in sitting, supine, right lateral and left lateral positions and prone positions.

* Poorva karma:
→ It is often followed by swedan therapy or a warm bath. Abhayanga may be performed by one or more therapists working in sync, but it can also be done by oneself.
→ Check vitals - BP, [illegible], Pulse, Respiration.

Shuddhi AYURVEDA

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC
(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)
Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

* Pradhan karma :

- The oil is to be heated to optimum temperature and applied uniformly with mild pressure on the body by two masseurs standing on both sides of table.

- Massage is to be started from scalp, head and move down to neck, upper back, shoulders, forearms, hands and then chest, abdomen, low back & lower limbs.

* Paschat karma :

- The patient is kept rest and lying in the posture of Gyan Mudra and left to rest for 5 to 10 minutes.

- In this way the process of Abhayanga is completed.

* Scientific Explanation :

- The abhayanga with oil provides stimulation to the nerves. It improves the sensory motor integration. It also gives passive exercise to the muscles thereby strengthening them. The gentle pressure used during massage relaxes the muscles.

Abhayanga also removes skin dryness and improve skin lustre

Shuddhi Ayurveda Panchkarma Clinic
(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt. Ltd)
Plot No 640, Ground Floor, Secot 5,
Vaishali, Ghaziabad-201014

Shuddhi AYURVEDA

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

Kati basti Procedure

Intro:

Procedure in which comfortably hot medicated oil is kept over the Lumbo sacral area or any adjacent part ofor a certain period of time with the help of a cap like hollow structure.

* Commonly used oil:

- Masha tail, Kottumchukadi oil, Mahanarayan oil, Dhanvantra tail, Sahacharadi oil.

* Man power:

Ayurvedic Physician - 1

Attendants - 2

*. Indications:

Lumbo sacral pain - Lumbar spondylosis, PIVD etc.

Neuro Muscular disorders - Gridhrasi (Sciatica), Katishula).

* Contraindication:

Acute fever

Acute Stage of Rheumatoid arthritis

Inflammatory or infective conditions

Haemorrhagic diseases

kidney Disease.

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

* Responsibility and Authority:

Head Doctor. is responsible for monitoring and measurement of patient's satisfaction.

* Details of Procedure:

a) Tray prepared by therapist for kati basti:

Bowl - 1
Sponge - 1
Urad puffed flour.
Medicated oil (Prasarani oil for kati basti) - 200ml.
Fry pan - 1
Induction stove - 1
Gloves - 2.
Tissue paper - 5.
Small towel - 1
Gauze piece - 2.

d) Procedure:

- The patient when comes inside the clinic, he greets.
- BP check
- Before being taken to therapy room, the therapist is asked to the patient come out of toilet.
- After coming out of toilet, the therapist takes the patient to the therapy room.
- Gives disposable clothes to the patient for replacement.
- After changing clothes, place the patient on the table & apply sandalwood on forehead.
- Apply oil on the head of patient & give part of marma.
- After that started main procedure of kati basti by putting a ring of Urad dough on the waist where there is pain. (Length - 45 to 60cm, B - 2-3cm, H - 5cm)
- When the oil get heated, the oil is poured into the ring with the help of sponge and palm thumb.
- When the oil cools down, the oil is remove from ring with the help of sponge, heat it & put it again in ring.
- This process is continuously for 35 minutes.
- After completion, ring is removed from waist. & massage is done on waist for 10 minutes.
- And last completes the procedure by giving Nadi swedan.

Shuddhi AYURVEDA

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

* Time and duration.

30-40 minutes daily.

. The course of treatment ~~is~~ is continued for 14 days.

* Scientific explanation :

Keeping the medicated oil for specific period of time on the affected area may nourish the nerves, muscles and joints in the particular region. The heat of the oil also gives passive fomentation. It gives relief from symptoms.

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

Shuddhi AYURVEDA
(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)
Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

Question Paper

Q1. After Abhayangam, if you will find sudden rise in BP, of patient, means, you are taking him to sudden But suddenly, he starts complaining of Ghabrahat or Beichaini

Q2. How will you decide, how much pressure should be applied during Abhayangam?

Q3. What is the length, breadth, height of Ring (kati basti)

Q4. Panchakarma is contraindicated in which diseases?

Q5. How much time Abhayangam should be done, for best Results?

Q6. For how long kati basti should be done on patient per sitting?

Shuddhi AYURVEDA

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

40/50.

Ruby (Therapist)

Ans (1) अभ्यंग के बाद मरीज को घबराहट हो या उसका BP बढ जाये तो मरीज को आराम कराना है, और Normal Temp का 1 गिलास पानी पिलाये मरीज से हम लम्बी गहरी सांस लेने के लिए कहेंगे मरीज को (Steam) स्वेदन के लिए तभी लेकर जायें जब मरीज का BP Normal हो जाये। स्वेदन देने से पहले मरीज की छाती पर ठंडी पट्टी बांधकर हम पेशेंट को स्वेदन देंगे अगर हम पेशेंट, मरीज को स्वेदन न दें तो मरीज को हल्का गुनगुना पानी से नहाने को कहें।

Ans (2) अभ्यंग करते समय मरीज से हम पहले तथा अभ्यंग करते समय हम मरीज से (Pressure) पूछ लेंगे तथा प्रेशर ठीक से आ रहा है। या नहीं।

Ans (3) जिसकी लंबाई और चौड़ाई 4 इंच से 5 इंच होती है।

Ans (4) संहिताओं के अनुसार कटि स्तम्भ, मन्या स्तम्भ में पंचकर्मों निषेध बताया है परन्तु Syngtomatic relif के लिए बिना तेल का प्रयोग किए Steam या सिकाई की जा सकती है, यदि मरीज का वजन बहुत कम है। मरीज को पूरे शरीर में अत्याधिक पीड़ा हो तो दवा में थोड़ा सा Stable होने पर ही पंचकर्म करना चाहिए।

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

Ans (5) Head Massage – 10 - 15 min
Body massage - 30-35 min
(steam) स्वेदन - 5 - 10 min

यह समय निर्धारित मरीज की सहन शक्ति और अन्य किसी परिस्थिति में घटाया या बढ़ाया जा सकता है।

Ans (6.) Kati basti time - 30 to 40 mint. times.

All over - very good

9/11/23

Shuddhi Ayurveda Panchkarma Clinic
(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt. Ltd.)
Plot No 640, Ground Floor, Secot 5,
Vaishali, Ghaziabad-201014

Hemant (Therapist)

(30/50)

Ans -1 अभ्यंगम के बाद यदि रोगी को घबराहट या कमजोरी महसूस हो या बी.पी. समस्या दिखायी दे तो रोगी को आराम करने के लिए बेड पर लिटा देना चाहिए और रोगी को सामान्य पानी पिलाना चाहिए। रोगी को लम्बी गहरी श्वास लेने के लिए बोलें। जबकि तक रोगी की अवस्था सामान्य न हो जाए तब तक रोगी को स्वेदन नहीं देना चाहिए। रोगी को आराम करने के पश्चात बी.पी. चेक करके, कोमा सामान्य होने पर स्वेदन दें।

Ans-2 अभ्यंगम करते समय प्रारम्भ अभ्यंगम दबाव के विषय में पूछेंगे और अभ्यंगम ~~करते समय~~ के बारे में भी पूछते रहें मध्य में कि अभ्यंगम दबाव ज्यादा या कम तो नहीं है।

Ans - 3. जिसकी लम्बाई और चौड़ाई. लम्बाई 5 इंच और चौड़ाई 4 इंच होती है।

Ans: 4. संहिताओं के अनुसार कोर स्तम्भ, मन्सा स्तम्भ, में पंचकर्म निषेध बताया है परन्तु symptomatic relif के लिए बिना तेल का प्रयोग किया steam या शिकाय की जा सकती है। यदि मरीज का वजन बहुत कम है तो मरीज को पूरे शरीर में अत्यधिक पीड़ा हो तो दवा से थोड़ा stable होने पर ही पंचकर्म करना चाहिए।

Ans. - 5. Head Massage = 10-15 mnt
Body massage = 30-45 mint
Steam = 5-10 mint

यह समय निर्धारित मरीज की सहन शक्ति और अन्य किसी परिस्थियों में घटाया या बढ़ाया जा सकता है।

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

Ans: - 6. मरीज को कटि बस्ती 30-45 मिनट तक दी जाती है।

Over all - good

Need More Training.

9/11/24

Shuddhi Ayurveda Panchkarma Clinic
(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt. Ltd.)
Plot No 640, Ground Floor, Secot 5,
Vaishali, Ghaziabad-201014

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

Riya (Female Attendant) (35/50)

Ans (1) अभ्यंग के बाद मरीज को घबराहट हो या उसका High B.P बढ़ जाये तो मरीज को आराम कराना है और Normal Temp का मिलकर पानी पिलायें मरीज से लम्बी गहरी सांस लेने के लिये कहे मरीज को Steam के नीचे लिये तभी लेकर जाये जब उसका High B.P Normal हो जाये यदि ऐसा नहीं होने पर Steam न करें और Low गुनगुन water से नहाने को कहे

Ans (2) अभ्यंग करते समय रोगी से प्रारम्भ मे अभ्यंग दबाव के बारे मे जानेगे और अभ्यंग करते समय और मध्य मे भी पूछते रहेंगे! कि अभ्यंग दबाव ज्यादा या कम तो नहीं है

Ans (3) जिसकी लम्बाई और चौड़ाई 4 इंच से 5 इंच होती है

Ans (4) संहिताओ के अनुसार कटि स्तम्भ मन्या स्तम्भ मे पंचकर्मा निषेध बताया है परन्तु Synptonatic Relief के लिए बिना तेल का प्रयोग Steam या सिकाई की जा सकती है यदि मरीज का वजन बहुत कम है मरीज को पूरे शरीर मे अत्याधिक पीड़ा हो तो दवा से थोड़ा सा Stable होने पर ही पंचकर्मा करना चाहिए

Ans (5) Head मसाज = 10-15 Min

Body मसाज - 30-35 Min.

(Steam) स्वेदन - 5-10 Min

समय निर्धारित मरीज की सहन शक्ति और अन्य किसी परिस्थिति मे घटाया या बढ़ाया जा सकता है

Ans (6) Kati Basti time 30 to 40 mint. Timer.

Allover - good.

Shuddhi Ayurveda Panchkarma Clinic
(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt. Ltd.)
Plot No 640, Ground Floor, Secot 5,
Vaishali, Ghaziabad-201014

28/50

Vivek (Attendant)

उत्तर ① अभ्यंग के बाद मरीज़ को घबराहट हो या उसका रक्त चाप बढ़ जाये तो मरीज को आराम कराना चाहिए और Normal पानी पिलाना चाहिए और रोगी को आराम कराना चाहिए। और रोगी को लम्बी गहरी श्वास लेने के लिए कहे। मरीज को स्वेदन के लिए तभी लेकर जाए जब उसका बी पी सामान्य हो जाये यदि ऐसा होने पर स्टीम न करे।

उत्तर ② अभ्यंग करते समय रोगी से प्रारम्भ में अभ्यंग दबाव के बारे में पुछना चाहिए और अभ्यंग करते समय भी और मध्य में भी पूछते रहते है कि दबाव कम या ज्यादा तो नहीं है।

उत्तर ③ इसकी लम्बाई — 4 इंच से 5 इंच होती है।

उत्तर ④ संहिताओं के अनुसार कटिस्तम्भ मान्य स्तम्भ में पंचकर्म निषेध बताया है परन्तु क्लिनिक के लिए बिना तेल का प्रयोग स्टीम या सिकाई की जा सकती है यदि मरीज का वजन बहुत बढ़ा है, मरीज को पूरे शरीर में अत्यधिक पीड़ा हो तो दवा से थोड़ा स्टेबल होने पर ही पंच कर्म करना चाहिए।

Shuddhi AYURVEDA

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

उत्तर (5) Head massage — 10 – 15 mintes
Boday massage — 30 – 35 mi
Steem — 5 – 10 mi

समय निर्धारित मरीज की सहन शक्ति और अन्य किसी परिस्थिति को घटाया या बढ़ाया जा सकता है।

Ans (6) कटि बस्ति समय — 30 – 40 mintes
देना होता है।

Over all - Good.
Need More Training

Sonam 9/11/..

Shuddhi Ayurveda Panchkarma Clinic
(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt. Ltd.)
Plot No 640, Ground Floor, Secot 5,
Vaishali, Ghaziabad-201014

Shuddhi AYURVEDA

SHUDDHI AYURVEDA PANCHKARMA CLINIC

(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt.Ltd)

Plot No 640, Ground Floor, Sector 5, Vaishali, Ghaziabad-201014

Panchakarm Exam Outcome:

An Exam was conducted on 9th nov- 21 for therapists and attendants, they all performed very well. But I will request HR for appraisal of Hemant kumar and Ruby, Vivek and Riya, are guided to clear their doubts time to time and Routine monthly trainings will be organised Regularly for their growth and to increase knowledge about updates and to improve our workings.

9/11/21.

Shuddhi Ayurveda Panchkarma Clinic
(A Unit of Jeena Sikho Lifecare Pvt. Ltd.)
Plot No 640, Ground Floor, Secot 5,
Vaishali, Ghaziabad-201014