हृदय रोग

कोरोनरी हार्ट डिज़ीज (सी. एच.डी.)

केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्

आयुष मंत्रालय

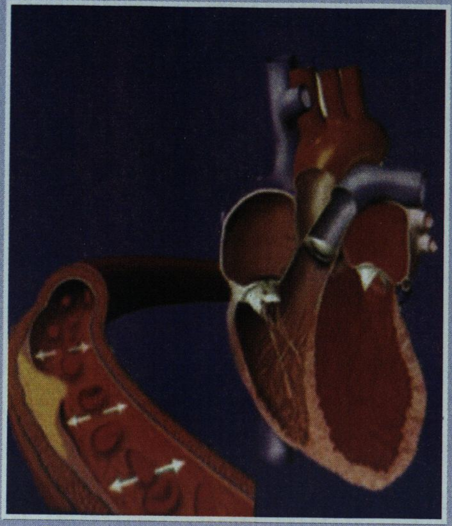
(आयुर्वेद, योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा, यूनानी, सिद्ध एवं होम्योपैथी)

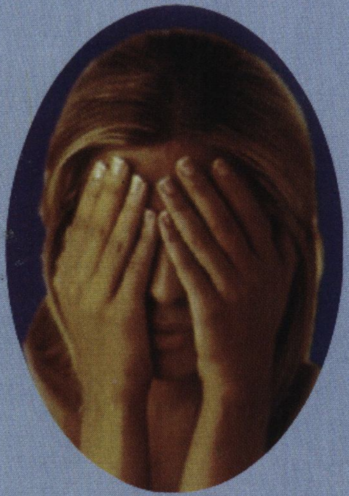
भारत सरकार

हृदय रोग (सी.एच.डी) क्या है?

दूषित हुए दोष हृदय में जाकर रस धातु को दूषित कर हृदयस्थ धमनी रोध उत्पन्न करते हैं।

कोरोनरी हार्ट डिज़ीज़ एक प्रकार का हृदयरोग है जो दोषों के प्रकोप के कारण उत्पन्न होता है। इसमें हृदय में वेदना का अनुभव होता है।





इसके क्या कारण है?

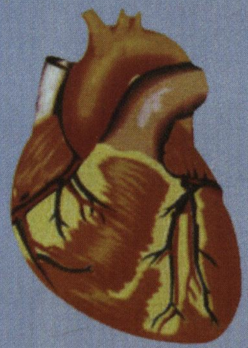
आयुर्वेद विकृत आहार एवं जीवन शैली को हृदय रोगों का प्रमुख कारण मानता है। कुछ अन्य कारण इस प्रकार हैः-

- शारीरिक/मानसिक तनाव
- खाए गए भोजन के पचने से पहले पुनः भोजन करना।
- अधारणीय वेगों को धारण करना।

इसके लक्षण है?

हृदय रोग (सी.एच.डी) निम्नलिखित किसी प्रकार से लक्षित हो सकता हैः

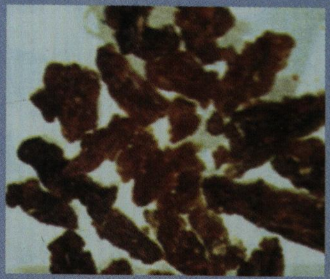
- श्वास लेने में कष्ट।
- शरीर का वर्ण विकृत होना।
- जी मिचलाना।
- छाती में दर्द का होना।



आयुर्वेदीय उपचारः

आयुर्वेदीय चिकित्सा विकृत हुए दोष पर निर्भर करती है। सामान्यतः निम्न चिकित्साएं की जाती हैः

अ) लंघन (उपवास)
ब) पंचकर्म - जैसे वमन विरेचन इत्यादि



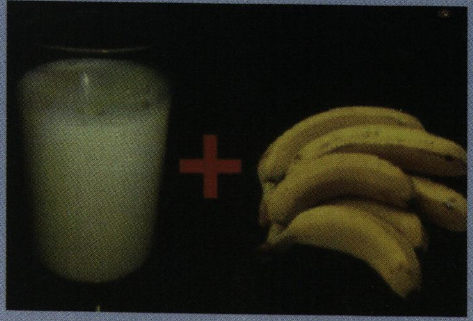
स्नेहशामक एवं हृच्छूलरोधी औषधियाँ जैसे पुष्करमूल एवं गुग्गुलु द्वार लाक्षणिक चिकित्सा भी लाभदायक है।

✔ पथ्य (क्या करें)

- ✔ कुछ खाद्य पदार्थ जैसे पुराने चावल, मूंग दाल, कुलत्थ दाल, कद्दू, अदरक, लहसुन, प्याज एवं गुड़ आदि।
- ✔ फल जैसे अनार, अंगूर, नारियल इत्यादि।
- ✔ ध्यान एवं नियमित योग साधना।

✗ अपथ्य (क्या न करें)

- ✗ विरूद्ध आहार जैसे मछली एवं दही, केला एवं दूध इत्यादि से परहेज करें।
- ✗ विलासपूर्ण जीवन शैली मत अपनाएं।
- ✗ क्रोध, चिंता एवं भय युक्त मत रहें।
- ✗ अधारणीय वेगों को धारण मत करें।



सी.सी.आर.ए.एस. का योगदान

- पुष्कर गुग्गुलु का हृच्छूलरोधी एवं स्नेहशामक निदान चिकित्सात्मक अध्ययन
  संदर्भ : आयुर्वेद एवं सिद्ध अनुसंधान पत्रिका अंक 12, नं. 1-2, पृष्ठ सं - 1-18