कास

तुलसी

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

कास क्या है ?

कास श्वसनवह संस्थान की विकृति के कारण श्लेष्मा युक्त अथवा रहित,उरः प्रदेश में परेशानी के साथ उत्पन्न होता है। यह प्रायः शीत एवं वर्षा ऋतु में होता है।

कास रोग में नीचे से अवरूद्ध या ऊपर की ओर से धकेला गया प्राण वायु उर्ध्व स्रोतस् में जाकर उदान वायु से मिलकर शिरः स्थित सभी स्रोतसों को पूरित करते हुये शुष्क या आर्द्र, कास को उत्पन्न करता है ।

कास के क्या लक्षण हैं ?

- उत्तेजित शुष्क या आर्द्र कास श्लेष्मा के साथ उरःप्रदेश में शूल एवं कठिनता को उत्पन्न करता है
- आवाज के साथ श्वास लेना एवं श्वास कृच्छता
- मन्द ज्वर

आयुर्वेदीय उपचार

आयुर्वेद में कास रोग की चिकित्सा में अनेक वातशामक औषधियाँ से निर्मित स्निग्ध योगों, धुम्रपान, अम्यंग, परिषेक तथा स्निग्ध स्वेद का प्रयोग होता है।

- स्नेहन
- वमन
- विरेचन

हल्दी

कतिपय उपयोगी आयुर्वेदिक औषिधियाँ

- सितोपलादि चूर्ण
- कण्टकारी घृत
- लवंगादि वटी
- खदिरादि वटी
- एलादि वटी
- वासावलेह
- त्रिकटु चूर्ण मधु के साथ

कण्टकारी

कास (श्लेष्मा कास) में कुछ उपयोगी औषधीय पौधे

- यष्टीमधु (Glycyrrhiza glabra)
- कण्टकारी (Solanum xanthocarpum)
- तुलसी (Ocimum sanctum)

वासा

- पिप्पली (Piper longum)
- पुष्करमूल (Inula racemosa)
- वासा (Adhatoda vasica)
- हरिद्रा (Curcuma longa)

पुष्करमूल

पथ्य (क्या करें)✓

- ✓ गेहूँ, मूँग, पुराना चावल, लहसुन, हरिद्रा, अदरक, कालीमिर्च का प्रयोग
- ✓ बकरी का दूध, मधु, गर्म पानी एवं फलों में आमला तथा द्राक्षा लाभकारी हैं ।
- ✓ नियमित शारीरिक एवं श्वसनिक व्यायाम, प्राणायाम व योग करना

अपथ्य (क्या न करें) ✖

- ✖ मिठाईयाँ, ठण्डे भोज्य पदार्थ, दही, दूषित जल, सरसों के पत्ते, अपक्व भोजन
- ✖ शीत एवं आर्द्र वातावरण, धूप, धूल एवं धुआँ से बचाव करें।

पिप्पली

यष्टीमधु