चित्तोद्वेग

(ऐंग्जाइटी न्यूरोसिस)

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।

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

मानसिक दोष (रज और तम) के दूषित होने के परिणाम स्वरुप मस्तिष्क का अशान्त होना चित्तोद्वेग कहलाता है।

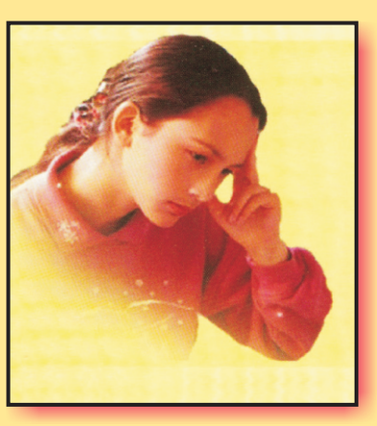
इसके क्या कारण है?

(1) आहार जन्य कारण:

असंयोज्य, दूषित और गन्दा भोजन का नियमित प्रयोग करने से।

(2) मानसिक कारण:

(अ) अत्यधिक डर, दुख या खुशी से प्रभावित होना।
(ब) दूसरों के प्रति हीन दृष्टि (अवनमन) से व्यवहार करना और मानवमूल्यों का आदर ना करना।



इसके क्या कारण है?

- मन की अस्थिरता
- अशान्ति
- बुद्धिलोप
- चिन्तित भाव
- असबंद्ध भाषण/अप्रासंगिक बातें बोलना

शरीर पर मानसिक तनाव का प्रभाव

- उच्चरक्तचाप
- अर्धावभेदक (माईग्रेन)
- अनिद्रा
- मनोवसाद
- दौर्बल्य
- पाचन संबंधी विकार
- अम्लपित्त
- यौवनपीडिका
- त्वक विकार
- कब्ज या अतिसार (दस्त)

आयुर्वेदीय उपचार

चित्तोद्वेग एक मनोवैज्ञानिक विकार है जिसकी चिकित्सा रसायन औषधियों विशेषतः मेध्य रसायन द्वारा की जाती है जैसेः

- मण्डूकपर्णी *(सेंटेला एशियाटिका)*
- ब्रह्मी *(बेकोपा मोनिरी)*
- यष्टीमधु *(ग्लाईसिरिजा ग्लेब्रा)*

पथ्य (क्या करें) ✔

✔ रोगी को पुराना चावल, घृत, अंगूर फल, मुन्नका, दूध, सफेद लौकी खाने के लिए दें।
✔ ध्यान का अभ्यास करें। प्राणायाम करें।

अपथ्य (क्या न करें) ✘

✘ गर्म मसालेदार एवं विरूद्ध आहार का सेवन न करें।
✘ मदिरापान/मद्यपान न करें।
✘ प्राकृतिक अधारणीय वेगों का अवरोध न करें।

सी.सी.आर.ए.एस का योगदान
बहुवानस्पतिक चित्तोद्वेगरोधी
यौगिक औषध का विकास
संदर्भ : जे.आर.ए.एस., अंक **XIII,**
संख्या **3-4,** पृ. **107-116**