

स्मृति भ्रंश

एल्जीमर्स रोग

एल्जीमर्स में दिमाग
का शीघ्र ही सिकुड़न
एवं अपजनन होता है।



केन्द्रीय आयुर्वेदीय विज्ञान अनुसंधान परिषद्
आयुष मंत्रालय

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

एल्जीमर्स रोग क्या है ?



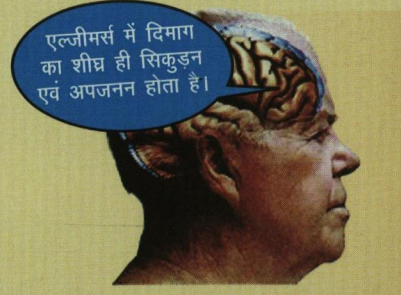
मस्तिष्क जन्य प्रगतिशील अपजनन रोग, जो मनोभ्रम एवं स्मृतिनाश के स्वरूप में वृद्ध अवस्था में देखा जाता है। इस रोग की तुलना आयुर्वेद में वर्णित स्मृति भ्रंश के लक्षणों के साथ की जा सकती है।



इसके क्या लक्षण है ?

सामान्य नैदानिकीय लक्षण

- बुद्धि का स्थिर न रहना (धी विभ्रम)
- मन का चंचल हो जाना (सत्त्व विभ्रम)
- दृष्टि में व्याकुलता दिखाई देना (आकुल दृष्टि)
- अप्रासंगिक बातें बोलना (अबोधवाक्यम)
- मस्तिष्क शून्यता
- निद्रानाश
- भूलने की प्रवृत्ति (स्मृति विभ्रंश)



इसके क्या कारण है ?

आयुर्वेद मानता है कि यह रोग विकृत जीवन शैली एवं आहार विहार की आदतों के कारण होता है। उदाहरणतः निम्न हेतुओं की दीर्घकालीन उपस्थिति इस रोग के निर्माण में सहायक होती है।

- विरुद्ध आहार
- दुष्ट अस्वच्छ और अस्वास्थ्यकर भोजन
- रुक्ष एवं शीत आहार
- देवता, गुरु तथा पूज्यनीय लोगों की निन्दा करना
- भय, हर्ष और क्रोध
- अधिक चिन्ता एवं घृणात्मक स्वभाव



आयुर्वेद चिकित्सा स्वरूप

1. दैव व्यापाश्रय चिकित्सा :

मन्त्र जप तथा अन्य धार्मिक क्रियाएँ करना, कीमती रत्नों / पत्थरों को धारण करना आदि प्रयोग।

2. सत्त्वावजय चिकित्सा :

आश्वासन और मनोविज्ञान चिकित्सा, सकारात्मक सोच और उद्देश्यपूर्ण जीवन

3. युक्ति व्यापाश्रय चिकित्सा :

- A शरीर शुद्धि पंचकर्मचिकित्सा : इसे आयुर्वेद चिकित्सक की देख रेख में करे।
- B संशमन चिकित्सा : इसके अन्तर्गत औषधियों का प्रयोग करते हैं। इस रोग में मेध्य औषधियों का प्रयोग किया जाता है। यथा—हरिद्रा, मण्डूकपर्णी ब्राह्मी, पंचगव्यघृत, स्मृति सागर रस आदि



हरिद्रा (करकुमा लोंगा)



ज्योतिष्मती (सिलेस्ट्रस पेनिकुलेटस)



अश्वगंधा (विधैनिया सोमनीफेरा)

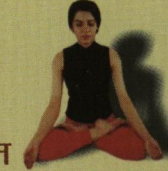


मण्डूकपर्णी (संटेला एशियाटिका)

क्या करे (पथ्य) ✓

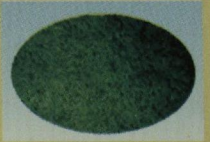
जीवन शैली :

- ✓ प्राणायाम
- ✓ स्वाभाविक जीवन
- ✓ ध्यान और योगासन
- ✓ स्वयं को रचनात्मक कार्यों में व्यस्त रखना।



क्या खार्ये :

- ✓ पटोल फल और शाक
- ✓ कुष्माण्ड फल
- ✓ द्राक्षा
- ✓ मूंग दाल
- ✓ शालि चावल
- ✓ गाय का ताजा दूध
- ✓ सात्विक भोजन



क्या न करें (अपथ्य): ✗

जीवन शैली

- ✗ मद्यपान और तम्बाकू सेवन
- ✗ वेगविधारण जैसे निद्रा, क्षुधा एवं प्यास
- ✗ दूसरों को क्षति पहुँचाना

क्या न खाएँ

- ✗ दूषित, अस्वच्छ भोजन
- ✗ अधिक उष्ण एवं मसालेदार भोजन
- ✗ असात्म्य भोजन
- ✗ सामिष भोजन

