

# CCRAS செய்திப் பரப்புரை



ஆயுர்வேத அறிவியல் ஆராய்ச்சிக்கான மத்திய கவுன்சில்  
ஆயுஷ் அமைச்சகம், இந்திய அரசு, புது டெல்லி



ஜனவரி - மார்ச் 2026 | தொகுதி - III | இதழ் - 1 | <https://ccras.nic.in/ccras-bulletin>

## ஆசிரியர் குழு

### தலைமைப் பதிப்பாசிரியர்

பேராசிரியர் (வைத்யா) ரபிநாராயண் ஆச்சார்யா  
தலைமை இயக்குநர், CCRAS, புது டெல்லி

### துணை தலைமைப் பதிப்பாசிரியர்

டாக்டர் நாராயணம் ஸ்ரீகாந்த் துணைத் தலைமை  
இயக்குநர், CCRAS, புது டெல்லி

### நிர்வாகப் பதிப்பாசிரியர்

திரு. நெளஷாத் அகமது (நூலகம் மற்றும் தகவல்  
அதிகாரி & வெளியீடு மற்றும் ஊடகத் தொடர்புப்  
பொறுப்பாளர்)

### இணைப் பதிப்பாசிரியர்கள்

- டாக்டர் ஏ.கே. மீனா AD (வேதியியல்)
- டாக்டர் ரேணு சிங் RO (ஆயுர்வேதம்)
- டாக்டர் ராகேஷ் நாராயணன் RO (ஆயுர்வேதம்)
- டாக்டர் தீபக் லம்பா RO (மருந்தியல்)
- டாக்டர் தீரஜ் சிங் ராஜ்புத் RO (ஆயுர்வேதம்)
- டாக்டர் எமி எஸ். சுரேந்திரன் RO (ஆயுர்வேதம்)
- டாக்டர் அரவிந்த் குமார் RO (ஆயுர்வேதம்)
- டாக்டர் நீது கேசவன் RO (ஆயுர்வேதம்)
- டாக்டர் அஷிமா ஜெயின் RO (நோயியல்)
- டாக்டர் லிஜிமா சி RO (ஆயுர்வேதம்)
- டாக்டர் யஷ்பால் பரத்வாஜ் RO (தாவரவியல்)
- திரு. கமலேஷ்வர் சிங் ARO (தாவரவியல்)
- செல்வி. பிரீத்தி சர்மா ARO (வேதியியல்)

### வட்டார மொழிப் பதிப்பாசிரியர்கள்

- தமிழ்:**  
திரு. சி. பிரேம் குமார், உதவி ஆராய்ச்சி அதிகாரி, CSMCARI  
சென்னை  
**மலையாளம்:**  
டாக்டர் வி.சி. தீப, உதவி இயக்குநர், NARIP செருதுருத்தி  
**கன்னடம்:**  
டாக்டர் பவ்யா பி.எம், CARI பெங்களூரு  
**தெலுங்கு:**  
டாக்டர் ஸ்ரீதேவி வெணிகல்லா, NIIMH ஹைதராபாத்  
**இந்தி:**  
டாக்டர் வி.கே. லாவண்யா, CCRAS தலைமையகம் டெல்லி  
**அசாமி:**  
டாக்டர் ஜியூதி ராணி தாஸ், CARI கவுகாத்தி  
**பஞ்சாபி:**  
டாக்டர் ஹர்பன்ஸ் சிங், RARI ஜம்மு  
**உருது:**  
டாக்டர் அஷ்பக் அகமது, NIIMH ஹைதராபாத்  
**குஜராத்தி:**  
டாக்டர் சோஜித்ரா நிரல், RARI அகமதாபாத்  
**மராத்தி:**  
டாக்டர் ரசிகா கோல்ஹே, RARI புனே  
**பெங்களூரி:**  
டாக்டர் ஸ்ரேயா தத்தா, CARI கொல்கத்தா  
**ஒடியா:**  
டாக்டர் பனமாலி தாஸ், CARI புவனேசுவரம்

### தொழில்நுட்ப ஆதரவு

டாக்டர் தானியா ரே, அறிவியல் எழுத்தாளர்

### வரைபட வடிவமைப்பாளர்

முகமது ஹாசன் அன்சாரி, வரைபட  
வடிவமைப்பாளர்

## இந்த இதழில்

### ஆசிரியர் உரை

பண்டைய ஞானத்திலிருந்து நவீன ஆதாரங்கள் வரை: சமகால யுகத்தில் ஆயுர்வேதத்தின்  
பயன்பாட்டுத் திறனை CCRAS செய்தி அறிக்கை வெளிப்படுத்துகிறது.

பக்க எண்.

1

### மருத்துவ ஆராய்ச்சி

பாக்டீரியல் வஜினோசிஸ் மேலாண்மையில் 'புஷ்யானுக சூர்ணம்' சிறந்த மருத்துவ  
முடிவுகளைக் காட்டுகிறது.

3

குவாலியர் கிராமப்புறங்களில் ஆரோக்கியம் மற்றும் பழக்கவழக்கங்களை  
மேம்படுத்துதல் மற்றும் மக்களின் அன்றாடப் பழக்கவழக்கங்களில் மாற்றத்தைக்  
கொண்டு வருதல்

3

மருத்துவ ஒருமித்த கருத்து: பாதுகாப்பான மற்றும் தரப்படுத்தப்பட்ட மர்ஷ நல்ய  
சிகிச்சைக்கான வழிமுறை

4

தசை-எலும்பு நோய்களுக்குப் பரிந்துரைக்கப்படும் 'திரயோதசாங்க குக்லஷு' மருந்தின்  
பாதுகாப்பை சமீபத்திய ஆய்வு ஆதாரத்துடன் உறுதிப்படுத்துகிறது.

5

டிஜிட்டல் கண் சோர்வை நிர்வகிப்பதில் ஆயுர்வேதத்தின் பங்கினை மருத்துவ ஆய்வு  
சிறப்பித்துக் காட்டுகிறது.

6

ஒற்றைத் தலைவலிக்கு ஆயுர்வேத 'அக்னிகர்மா' சிகிச்சை விரைவான நிவாரணம்  
அளிப்பதாக மருத்துவ ஆய்வறிக்கை தெரிவிக்கிறது

7

### சுகாதார அமைப்பு ஆய்வு

தமிழ்நாட்டின் பழங்குடியின மக்களிடையே தொற்றாத நோய்களின் மறைந்திருக்கும்  
பாதிப்பை ஆய்வு வெளிப்படுத்துகிறது.

8

### மருந்தியல் மற்றும் உயிர்வேதியியல் ஆய்வு

மருந்தினால் ஏற்படும் சிறுநீரகப் பாதிப்பிலிருந்து பாதுகாப்பில் ஆயுர்வேதக் கூட்டு  
மூலிகை மருந்தான 'ஸ்வதம்ஷ்ட்ராதி கன்' நம்பிக்கை அளிக்கிறது.

9

வில்வ இலைச் சாற்றைப் பயன்படுத்தி தயாரிக்கப்படும் Co<sub>2</sub>O<sub>3</sub> நானோ துகள்கள்,  
உயிர்மருத்துவ மற்றும் சுற்றுச்சூழல் பயன்பாடுகளுக்கு வழிவகுக்கின்றன.

10

### மருந்து ஆராய்ச்சி மற்றும் மூலிகைத் தாவர ஆய்வு:

புற்றுநோய், வீக்கம் மற்றும் நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பு ஆராய்ச்சியில் 'பிரண்டை' வலுவான  
சாத்தியக்கூறுகளை வெளிப்படுத்துகிறது

11

சுற்றுச்சூழலுக்கு உகந்த மாற்று: எதிர்கால மருந்துகளுக்காக வேங்கை மரத்தின்  
வைரக்கட்டைக்கு மாற்றக் கிளைகளைப் பயன்படுத்த ஆராய்ச்சி ஆதரிக்கிறது.

12

கேரளாவின் பழங்குடியின அறிவு, மறைந்திருக்கும் மருத்துவத் தாவரங்களின்  
பன்முகத்தன்மையை வெளிப்படுத்துகிறது.

13

இட அமைவு முக்கியம் என்பதை காட்டும் ஆய்வு: இமயமலைப் (ராணிக்கேத்) பகுதியில்  
விளையும் திப்பிலி உயர்ந்த மருத்துவ வீரியத்தை வெளிப்படுத்துகிறது.

14

### இலக்கிய ஆராய்ச்சி

"பிரமேக ரோகத்தைப் பரிசோதிப்பதற்கான ஆயுர்வேத அடிப்படையிலான மருத்துவ  
முறைகள்" என்ற CCRAS புத்தகம், பிரமேக (நீரிழிவு) நோயறிதலுக்கு ஆயுர்வேத அறிவியல்  
துல்லியத்துடன் வழங்குகிறது.

15

# ஆசிரியர் உரை

பண்டைய ஞானத்திலிருந்து நவீன ஆதாரங்கள் வரை: சமகால யுகத்தில் ஆயுர்வேதத்தின் பயன்பாட்டுத் திறனை CCRAS செய்தி அறிக்கை வெளிப்படுத்துகிறது.



பேராசிரியர் (வைத்தியர்) ரவிநாராயண் ஆச்சார்யா  
தலைமைப் பதிப்பாசிரியர், CCRAS செய்தி அறிக்கை  
இயக்குநர் ஜெனரல்,  
CCRAS, ஆயுர்வே அமைச்சகம், இந்திய அரசு, புது தில்லி

ஆயுர்வேத அறிவியலுக்கான மத்திய ஆராய்ச்சி குழுமத்தின் (CCRAS) செய்திப் பரப்புரை, அதன் ஆராய்ச்சிகளிலிருந்து சான்றுகள் அடிப்படையிலான பங்களிப்புகளை வழங்குகிறது; இது பாரம்பரியமாகப் பின்பற்றப்பட்டு வந்த ஒரு மருத்துவ முறையிலிருந்து, சான்றுகள் மற்றும் ஆராய்ச்சிகளை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஒரு சுகாதாரத் துறையாக ஆயுர்வேதம் மாறி வருவதைப் பிரதிபலிக்கிறது. இந்த இதழில் மருந்தக முன்னாய்வு, மருந்தியல் ஆய்வுகள், மருந்து ஆராய்ச்சி, பொது சுகாதாரக் கணக்கெடுப்புகள் மற்றும் இலக்கிய ஆராய்ச்சிகள் ஆகியவை இடம்பெற்றுள்ளன; இவை ஒவ்வொன்றும் ஆயுர்வேதத்தின் நடைமுறைப் பயன்பாடுகளைச் சிறப்பித்துக் காட்டுகின்றன.

## மருத்துவ ஆராய்ச்சி:

### ஒருமித்த வளர்ச்சி மற்றும் தரப்படுத்தல்

இந்த இதழின் ஒரு முக்கியப் பங்களிப்பு 'மர்ஷ் நன்ய' சிகிச்சைக்கான மருத்துவ ஒருமித்த வழிகாட்டுதல்களை உருவாக்கியதாகும். இது மூக்கு வழியாக மருந்து எண்ணெய்களைச் செலுத்தும் ஒரு பஞ்சகர்மா சிகிச்சை முறையாகும். மருத்துவ நடைமுறையில் சீரான தன்மையை உறுதிப்படுத்தவும், அபாயங்களைக் குறைக்கவும் மற்றும் பல்வேறு சூழல்களில் சிகிச்சையின் முடிவுகள் மாறாமல் இருப்பதை மேம்படுத்தவும் நடைமுறை நெறிமுறைகளைத் தரப்படுத்துவது அவசியமாகும். ஒருமித்த கருத்து அடிப்படையிலான இந்த கட்டமைப்புகள், ஆயுர்வேத சிகிச்சை முறைகளை முதன்மை மற்றும் ஒருங்கிணைந்த சுகாதார அமைப்புகளில் நெறிமுறை சார்ந்து இணைப்பதற்கான அவசியமான ஒரு படியாகும்.

## மருந்தக முன்னாய்வு: செயல்திறன் மற்றும் பொருந்தக்கூடிய தன்மை

உலகளவில் அதிகப் பரவல் மற்றும் மீண்டும் மீண்டும் வரும் நோய் நிலை கொண்ட 'பாக்டீரியல் வஜினோசிஸ்' மேலாண்மையில், 'புஷ்யானுகு சூர்ணத்தின்' பங்கினை மதிப்பீடு செய்த ஒரு மருத்துவப் பரிசோதனை, நம்பிக்கையளிக்கும் சிகிச்சை முடிவுகளைத் தெரிவிக்கிறது. வழக்கமான நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகள் மருந்துகள் மற்றும் அவற்றால் ஏற்படும் பக்கவிளைவுகளின் மீதான தேவையைக் குறைக்கும் ஒரு முழுமையான மாற்றீட்டை இவை முன்மொழிவதால் இந்த கண்டுபிடிப்புகள் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன. இதனுடன் இணைந்து, நீண்ட நேரம் திரை பார்ப்பதால் ஏற்படும் 'டிஜிட்டல் கண் சோர்வு' என்ற வாழ்க்கை முறை கோளாறுகள் குறித்த சிகிச்சை முறைகளில், பாரம்பரிய ஆயுர்வேத மருந்து சூத்திரங்களின் தழுவல் மேலாண்மையானது. நவீனக்கலாச் சிகிச்சை முறைகள் குறைந்த அளவிலான மற்றும் பெரும்பாலும் அறிகுறிகளுக்கு மட்டுமே நிவாரணம் அளிக்கும்.

## பாதுகாப்பு மதிப்பீடு

ஏற்கனவே உள்ள ஆயுர்வேதக் கூட்டு மருந்துகளுக்கான ஆதாரங்களை வலுப்படுத்தும் விதமாக, தசை மற்றும் எலும்பு தொடர்பான நோய்களுக்குப் பரவலாகப் பரிந்துரைக்கப்படும் 'திரயோதசாங்குக் குக்குலு' மருந்தின் பாதுகாப்பு மதிப்பீடு, முறையான பாதுகாப்புத் தரவுகளை வழங்குகிறது. இது மருத்துவ ரீதியாக இந்த மருந்தை இன்னும் விரிவாகப் பயன்படுத்த ஆதரவளிக்கிறது. சான்றுகள் அடிப்படையிலான மருத்துவத்தின் ஒரு முக்கியத் தூண் 'பாதுகாப்பு விவரக்குறிப்பு' ஆகும்; இத்தகைய ஆவணங்கள் மருத்துவர்கள் மற்றும் நோயாளிகளின் நம்பிக்கையை வலுப்படுத்துவதோடு, பிற பாரம்பரிய ஆயுர்வேத மருந்துகளின் முறையான செல்லுபடியாக்கம் செய்வதற்கு ஒரு முன்மாதிரியாகவும் அமைகின்றன.

## மருத்துவ ஆய்வறிக்கை

ஆயுர்வேத வெப்ப சிகிச்சை முறையான 'அக்னிகர்மா' பற்றிய ஆய்வறிக்கை, தீவிரமான ஒற்றைத் தலைவலி பாதிப்பில் மிக விரைவான மற்றும் குறிப்பிடத்தக்க நிவாரணத்தைப் பதிவு செய்துள்ளது. பல நோயாளிகளுக்கு வழக்கமான மருந்துகளால் மட்டுப்படுத்தப்பட்ட பலன்களை கிடைக்கும் நிலையில், குறைந்த செலவிலான மற்றும் குறைந்த ஊடுருவல் கொண்ட ஆயுர்வேதத் தலையீடுகள் ஒற்றைத் தலைவலிக்குச் சிறந்த மருத்துவ ஆதரவை வழங்கக்கூடும் என்பதை இது காட்டுகிறது. ஒரு தனிப்பட்ட நபர் மீதான ஆய்விலிருந்து முழுமையான முடிவுகளை எடுப்பதில் எச்சரிக்கை தேவை என்றாலும், இந்த கவனிப்பு மேலதிக ஆய்வுகளுக்கான ஒரு வலுவான கருதுகோளை வழங்குகிறது.

## சுகாதார அமைப்புகள் மற்றும் சமூக ஆராய்ச்சி

தமிழகத்தில் உள்ள பழங்குடியின சமூகத்தினரிடையே தொற்றா நோய்களின் (NCDs) மறைந்திருக்கும் பாதிப்புகளைச் சுகாதார அமைப்புகள் குறித்த ஆராய்ச்சி முன்னிலைப்படுத்துகிறது. மோசமான துப்புரவு வசதிகள், பாதுகாப்பற்ற குடிநீர், குறைந்த எழுத்தறிவு மற்றும் சுகாதாரச் சேவைகளைப் பெறுவதில் உள்ள மட்டுப்படுத்தப்பட்ட வாய்ப்புகள் ஆகியவை ஆரோக்கிய விளைவுகளைப் பெருமளவில் பாதிக்கின்றன என்பதை இது காட்டுகிறது. இந்தச் சவால்கள், தொடர்ச்சியான தொற்றுநோய்கள் மற்றும் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டுடன் இணைந்து ஒரு 'இரட்டைப் பாதிப்பை' உருவாக்குகின்றன. அரசு மற்றும் தன்னார்வத் தொண்டு நிறுவனங்களின் முயற்சிகளால் முன்னேற்றங்கள் ஏற்பட்டிருந்தாலும், உள்கட்டமைப்பு மற்றும் சுகாதாரச் சேவைகளை வழங்குவதில் இன்னும் பெரிய இடைவெளிகள் நீடிக்கின்றன. குறைந்த அளவிலான கழிப்பறைப் பயன்பாடு மற்றும் ஊட்டச்சத்து

குறித்த போதிய விழிப்புணர்வு இல்லாமை போன்ற நடத்தை சார்ந்த சிக்கல்கள், திட்டங்களின் செயல்திறனைக் குறைக்கின்றன. இந்த ஆய்வின் முடிவுகள், பழங்குடியினர் போன்ற நலிந்த பிரிவினருக்காக அனைவரையும் உள்ளடக்கிய பொதுச் சுகாதார உத்திகளின் அவசியத்தை வலியுறுத்துகின்றன. ஆராய்ச்சியாளர்கள், கலாச்சாரத்திற்கு ஏற்ற வகையிலான தலையீடுகள், மேம்படுத்தப்பட்ட ஆரம்பச் சுகாதாரம், தூய்மையான குடிநீர் மற்றும் துப்புரவு வசதிகளைப் பரிந்துரைக்கின்றனர். மேலும், ஊட்டச்சத்து கல்வி மற்றும் எழுத்தறிவை மேம்படுத்தி, தொற்றா நோய்களை முன்கூட்டியே கண்டறிந்து நிர்வகிப்பதற்காக அவற்றை விரிவுபடுத்தப்பட்ட பரிசோதனைகளுக்கும் அவர்கள் அழைப்பு விடுக்கின்றனர்.

### மருந்தியல் மற்றும் உயிர்வேதியியல் ஆராய்ச்சி:

ஸ்வதம்ஷ்ட்ராதி கன' எனப்படும் பல மூலிகைகள் கலந்த ஆயுர்வேத மருந்து குறித்து மேற்கொள்ளப்பட்ட ஒரு முன்-மருத்துவ ஆய்வு, நவீன மருந்துகளால் ஏற்படும் சிறுநீரகப் பாதிப்பிற்கு எதிராக அது செயல்படும் திறனை நிரூபிக்கிறது - மருத்துவத் தலையீட்டால் ஏற்படும் சிறுநீரக நச்சுத்தன்மை குறித்த கவலைகள் அதிகரித்து வரும் நிலையில், இது மிகுந்த மருத்துவ முக்கியத்துவம் வாய்ந்த ஒரு கண்டுபிடிப்பாகும்.

வில்வ இலைச் சாற்றைப் பயன்படுத்தி  $CO_2$  நானோ துகள்களை உயிரியல் முறையில் தயாரிப்பது குறித்த ஆராய்ச்சி, நவீன தொழில்நுட்பம் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் அறிவியலில் ஆயுர்வேதத்தின் பொருத்தத்தை வெளிப்படுத்துகிறது.

### மருந்து ஆராய்ச்சி மற்றும் மூலிகைத் தாவர ஆய்வு :

பிரண்டை குறித்த விரிவான மருந்தியல் மதிப்பாய்வு, அதன் புற்றுநோய் எதிர்ப்பு, வீக்கம் எதிர்ப்பு மற்றும் கிருமி எதிர்ப்பு பண்புகளை முன்னிலைப்படுத்துகிறது. இது வருங்கால மருந்து தயாரிப்பு வரிசையில் ஒரு முன்னுரிமை பெறக்கூடிய மூலிகையாக இதனை மாற்றுகிறது.

கூடுதலாக, இமயமலையின் ராணிகெத் பகுதியில் பயிரிடப்பட்ட திப்பிலி குறித்த ஓர் ஆய்வு, ஒரு மருந்தின் புவியியல் இருப்பிடம் அதன் மருத்துவ வீரியத்தை கனிசமானத் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறது. இது ஆயுர்வேத மூலப்பொருட்களைச் சேகரிப்பதற்கான தரப்படுத்தல் மற்றும் மருந்தியல் விவரக்குறிப்புகளுக்கு மிக முக்கியமான ஒரு கருத்தாகும்.

### வளங்களின் நிலையான பயன்பாடு

வேங்கை மரம் குறித்த ஆய்வு, மருத்துவ தயாரிப்புகளுக்கு அதன் வைரக்கட்டைக்குப் பதிலாகக் கிளைகளைப் பயன்படுத்துவதை ஆதரிக்கிறது. இது சிகிச்சை தரத்தில் சமரசம் செய்யாமல், சுற்றுச்சூழல் சீரழிவுக்குக் காரணமாகாமல் மருந்து தயாரிப்பதற்கான ஒரு சுற்றுச்சூழல் பாதிப்பில்லாத அணுகுமுறையை பிரதிபலிக்கிறது.

### இனப்பரிணாமத் தாவர இனங்களை ஆவணப்படுத்தல்

கேரளாவின் பழங்குடியின மருத்துவ அறிவை ஆவணப்படுத்தும் ஒரு முறையான கணக்கெடுப்பு, பாரம்பரியமாகப் பயன்படுத்தப்படும் பல்வேறு தாவர இனங்களையும் பூர்வீக குணப்படுத்தும் முறைகளையும் வெளிப்படுத்துகிறது.

### இலக்கிய ஆராய்ச்சி:

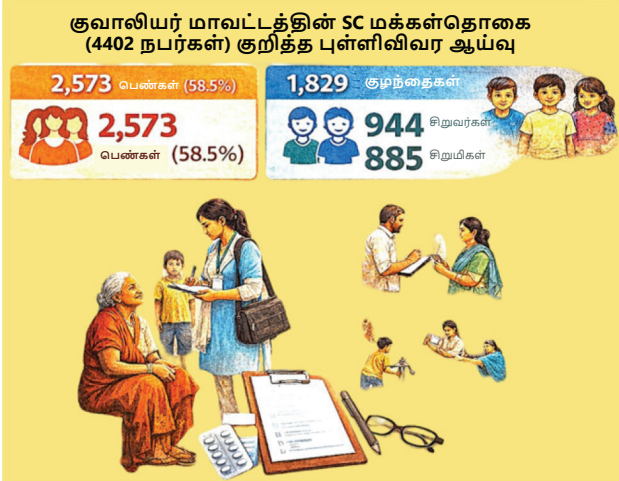
'பிரமேகம்' (நீரிழிவு நோய்) பரிசோதனைக்கான ஆயுர்வேத அடிப்படையிலான மருத்துவ முறைகள் குறித்த CCRAS-இன் வெளியீடு, ஒரு கட்டமைக்கப்பட்ட மற்றும் அறிவியல் ரீதியாக விளக்கக்கூடிய ஒரு சட்டகத்தை முன்வைக்கிறது. இது ஒருங்கிணைந்த சுகாதாரப் பராமரிப்புத் துறையில் ஆயுர்வேதத்தின் நோய் கண்டறிதல் துல்லியத்தையும் அதன் நம்பகத்தன்மையையும் மேம்படுத்துகிறது.

ஒட்டுமொத்தமாகப் பார்க்கும்போது, இந்த இதழில் வழங்கப்பட்டுள்ள ஆய்வுகள் ஒரு மாற்றம் பெற்று வரும் துறையைப் பிரதிபலிக்கின்றன. ஆயுர்வேதம் இனி பாரம்பரியக் கண்ணோட்டத்தில் மட்டும் பார்க்கப்படுவதில்லை; மாறாக, இது பெருகிய முறையில் கடுமையான சோதனை சரிபார்ப்பு, முறையான தரவு உருவாக்கம் மற்றும் விமர்சன ரீதியான அறிவியல் ஆய்வுக்கு உட்படுத்தப்படுகிறது. முதன்மை சுகாதாரத் துறையில் ஆயுர்வேதத்தை அர்த்தமுள்ள வகையில் இணைப்பதற்கு இந்த பரிணாம வளர்ச்சி அவசியமானது. அங்கு சான்றுகள் அடிப்படையிலான நடைமுறைகளே தரநிலையாகக் கருதப்படுகின்றன.

பல ஆய்வுகள் ஆரம்ப நிலையிலேயே இருந்தாலும், இன்னும் பெரிய அளவிலான பல-மைய சோதனைகள் தேவைப்பட்டாலும், நாம் செல்லும் திசை தெளிவாக உள்ளது. தீவிர ஆராய்ச்சி, பன்முகத்துறை ஒத்துழைப்பு மற்றும் பொது சுகாதார முக்கியத்துவம் ஆகியவற்றின் மூலம், CCRAS பண்டைய ஞானத்திற்கும் நவீன அறிவியலுக்கும் இடையே ஒரு பாலத்தை தொடர்ந்து உருவாக்கி வருகிறது. இதன் மூலம் ஆயுர்வேதத்தை ஒரு நம்பகமான, சான்றுகள் அடிப்படையிலான மருத்துவமாக நிலைநிறுத்துகிறது.



பொதுவான நோய்கள், வளர்ச்சி மற்றும் மேம்பாடு குறித்து இந்த ஆய்வானது கவனம் செலுத்தியது.



### பட ஆதாரம்: AI-ஆல் உருவாக்கப்பட்ட படம்

கணக்கெடுப்பில் பங்கேற்ற பெண்களில், சுமார் 35% பேர் மாதவிடாய் வலியையும், 14% பேர் ஒழுங்கற்ற மாதவிடாய் சுழற்சியையும் அனுபவிப்பதாகத் தெரிவித்தனர். ஒரு நேர்மறையான விஷயமாக, கிட்டத்தட்ட 90% பிரசவங்கள் மருத்துவமனைகள் அல்லது சுகாதார நிலையங்களில் நடந்துள்ளன; இது அரசு மற்றும் தனியார் மகப்பேறு சேவைகளின் அதிகரித்த பயன்பாட்டைக் காட்டுகிறது. சுமார் 10% பிறப்புகள் மட்டுமே வீட்டில் நிகழ்ந்துள்ளன, மேலும் சுமார் 97% பிரசவங்கள் சாதாரண சுகப்பிரசவங்களாக இருந்துள்ளன.

இருப்பினும், இனப்பெருக்க ஆரோக்கியம் குறித்த விழிப்புணர்வில் சில இடைவெளிகள் இருப்பதை இந்த ஆய்வு வெளிப்படுத்தியுள்ளது. சுமார் 44% பெண்களுக்குக் மகப்பேறு கட்டுப்பாட்டு முறைகள் பற்றித் தெரியவில்லை, மேலும் 56% பெண்கள் முறையான மாதவிடாய் சுகாதார முறைகளைப் பின்பற்றுவதில்லை. உணவைப் பொறுத்தவரை, சுமார் 72% பெண்கள் அசைவம் மற்றும் சைவம் கலந்த உணவை உட்கொள்வதாகத் தெரிவித்தனர். மேலும், சுமார் 15% பெண்கள் போதைப் பழக்கத்திற்கு (முக்கியமாக குட்கா அல்லது பான் மசாலா) அடிமையாக இருப்பதையும் இந்த ஆய்வு கண்டறிந்துள்ளது.

மருத்துவமனை பிரசவங்கள் போன்ற சுகாதாரச் சேவைகள் மேம்பட்டு வந்தாலும், குடும்பக் கட்டுப்பாடு, மாதவிடாய் சுகாதாரம் மற்றும் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறை குறித்த விழிப்புணர்வு இந்தச் சமூகங்களில் இன்னும் தேவை என்பதை இந்த முடிவுகள் உணர்த்துகின்றன. வீட்டு வசதி மற்றும் துப்புரவு ஆகியவை இன்னும் கவலைக்குரிய பகுதிகளாகவே உள்ளன. 91% வீடுகளில் கழிப்பறை வசதி உள்ளது மற்றும் 71% வீடுகளில் போதுமான காற்றோட்டம் உள்ளது; ஆனால் கிட்டத்தட்ட 80% மக்கள் சுத்திகரிக்கப்படாத குடிநீரையே சார்ந்துள்ளனர் மற்றும் சுமார் 80% வீடுகளில் திறந்தவெளி கழிவுநீர் வடிகால் அமைப்புகளே உள்ளன.

குழந்தைகளைப் பொறுத்தவரை, தடுப்பூசி போடும் விகிதம் 95% ஆக உள்ளது. இருப்பினும், 6-12 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளில் கிட்டத்தட்ட 21% பேர் பள்ளிக்குச் செல்லவில்லை. சுவாசப் பாதை தொற்றுக்கள் - 16.5% மிகவும் பொதுவான தொடர் நோயாகக் காணப்பட்டது, அதைத்

தொடர்ந்து தோல் மற்றும் குடல் தொற்றுக்கள் இருந்தன. வளர்ச்சி மதிப்பீட்டில் சுமார் 93% குழந்தைகள் வயதுக்கேற்ற உயரத்தைக் கொண்டிருந்தனர், ஆனால் 19% குழந்தைகள் எடை குறைவாக இருந்தனர். கடுமையான ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு மிகக் குறைவாக (0.16%) இருந்தது, மேலும் 99.8% குழந்தைகளின் உட்டுமொத்த வளர்ச்சி நிலை இயல்பாக இருந்தது.

மருத்துவமனை பிரசவங்கள் மற்றும் தடுப்பூசி சேவைகள் வலுவாகச் சென்றடைந்தாலும், துப்புரவு, மாதவிடாய் சுகாதாரக் கல்வி மற்றும் குழந்தை ஊட்டச்சத்து ஆகியவற்றில் இன்னும் கூடுதல் கவனம் தேவை என்பதை இந்த முடிவுகள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன. தற்போதுள்ள பொதுச் சுகாதாரத் திட்டங்களுடன், கலாச்சார ரீதியாக ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய ஆயுர்வேத அடிப்படையிலான ஆதரவை இணைத்து முதன்மை சுகாதார நிலையங்களை வலுப்படுத்துவது நல்ல பலனைத் தரும் என்று இந்த ஆய்வு பரிந்துரைக்கிறது.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** சர்மா டி, சிங் என்.கே, ஸ்ரீவஸ்தவா பி மற்றும் பலர். மத்தியப் பிரதேசத்தின் குவாலியர் மாவட்டத்தில் உள்ள பட்டியல் சாதியின சமூகத்தைச் சேர்ந்த பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளின் ஆரோக்கியம் தொடர்பான புள்ளிவிவர விவரங்கள் குறித்த ஓர் அவதானிப்பு குறுக்குவெட்டு கணக்கெடுப்பு ஆய்வு. ஆயுர்வேத அறிவியலில் ஆராய்ச்சி இதழ். 2026 ஜனவரி 1;10(1):27-36.

**மேற்கோள் இணைப்பு:** ([https://journals.lww.com/jras/fulltext/2026/01000/an\\_observational\\_cross\\_sectional\\_survey\\_study\\_on.3.aspx](https://journals.lww.com/jras/fulltext/2026/01000/an_observational_cross_sectional_survey_study_on.3.aspx))

### மருத்துவ ஒருமித்த கருத்து: பாதுகாப்பான மற்றும் தரப்படுத்தப்பட்ட மர்வு நஸ்ய சிகிச்சைக்கான வழிமுறை

பாரம்பரிய ஆயுர்வேத சிகிச்சைகளை நவீன சான்றுகள் அடிப்படையிலான நடைமுறைகளுடன் ஒருங்கிணைக்கும் ஒரு முயற்சியாக, ஆயுர்வேதத்தின் முக்கிய சிகிச்சை முறையான 'மர்வு நஸ்ய' குறித்த மருத்துவ ஒருமித்த கருத்து அறிக்கைகளைச் சமீபத்திய சாத்தியக்கூறு ஆய்வு ஒன்று உருவாக்கியுள்ளது. இந்த முயற்சி, தரப்படுத்தப்பட்ட மருத்துவ நடைமுறை வழிகாட்டுதல்களை நிறுவுவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது; இது இச்சிகிச்சைமுறை கற்பிக்கப்படும், நடைமுறைப் படுத்தப்படும் மற்றும் மதிப்பீடு செய்யப்படும் விதத்தில் ஒரு மாற்றத்தை ஏற்படுத்தக்கூடும். இந்த ஆராய்ச்சியில் சர்வதேச அளவில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட RAND/UCLA பொருத்தப்பாட்டு (RAM) முறை பயன்படுத்தப்பட்டது. இது மருத்துவ முறைகளின் பொருத்தப்பாட்டைத் தீர்மானிக்க, அறிவியல் சான்றுகளுடன் நிபுணர்களின் கருத்துகளையும் இணைக்கும் ஒரு கட்டமைக்கப்பட்ட அணுகுமுறையாகும். ஆராய்ச்சியாளர்கள் இந்தியா முழுவதிலும் உள்ள பல்வேறு புவியியல் பகுதிகள், நகர்ப்புறம் மற்றும் கிராமப்புற சூழல்களைப் பிரதிநிதித்துவப்படுத்தும் வகையில், மருத்துவப் பயிற்சி, ஆராய்ச்சி, கல்வி மற்றும் நிர்வாகம் எனப் பன்முகத் திறமை கொண்ட ஆயுர்வேத நிபுணர்களைத் தேர்ந்தெடுத்தனர்.

நிபுணத்துவத்தின் உயர் தரத்தைப் பேணுவதற்காக, மர்வு நஸ்ய சிகிச்சையில் பத்தாண்டுகளுக்கு மேல் மருத்துவ அனுபவம் கொண்ட ஆயுர்வேத மருத்துவர்கள் மட்டுமே இந்த ஆய்வுக்குத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டனர். ஆய்வு அறிக்கையின்படி, ஆரம்பத்தில் தொடர்பு கொள்ளப்பட்ட 13 நிபுணர்களில், செவ்வியல் ஆயுர்வேத நூல்களிலும் நஸ்ய சிகிச்சை தொடர்பான சமகால அறிவியல் இலக்கியங்களிலும் நன்கு தேர்ச்சி பெற்ற ஒன்பது நிபுணர்கள் பங்கேற்கச் சம்மதித்தனர். இது RAM கட்டமைப்பின் கீழ் பரிந்துரைக்கப்பட்ட நிபுணர் குழுவின் எண்ணிக்கையுடன் ஒத்துப்போகிறது. ஆராய்ச்சி

குழுவினர், செவ்வியல் ஆயுர்வேத இலக்கியங்கள், நவீன அறிவியல் ஆய்வுகள், மருத்துவர்களின் உள்ளீடுகள் மற்றும் முன்னணி ஆயுர்வேத மருத்துவமனைகள் மற்றும் கல்வி நிறுவனங்களில் இருந்து பெறப்பட்ட கணக்கெடுப்பு முடிவுகளை விரிவாக ஆய்வு செய்து, மருத்துவச் சூழல்கள் மற்றும் சிறந்த நடைமுறை அறிக்கைகளின் (BPSs) வரைவை உருவாக்கினர். வெளியிடப்பட்ட தரவுகள் குறைவாகவே உள்ள நிலையில், இந்த பரிந்துரைகளை வடிவமைப்பதில் நிபுணர்களின் நுண்ணறிவு முக்கியப் பங்கு வகித்தது.



#### பட ஆதாரம்: AI-ஆல் உருவாக்கப்பட்ட படம்

இந்த ஆராய்ச்சியில், தொடக்கத்தில் 75 சிறந்த நடைமுறை அறிக்கைகள் (BPSs) முன்மொழியப்பட்டு, இரண்டு சுற்று கட்டமைக்கப்பட்ட மதிப்பீடுகளுக்கு உட்படுத்தப்பட்டன. இறுதியில் 63 அறிக்கைகளில் ஒருமித்த கருத்து எட்டப்பட்டது. இவை ஆறு முக்கியப் பிரிவுகளாக வகைப்படுத்தப்பட்டன: பொதுவான கோட்பாடுகள், முன்-சிகிச்சை முறைகள், முதன்மை சிகிச்சை முறை, சிகிச்சைக்குப் பிந்தைய பராமரிப்பு, மருந்தளவு குறித்த ஆலோசனைகள் மற்றும் தர உறுதிப்பாட்டு நடவடிக்கைகள். இறுதி செய்யப்பட்ட 63 அறிக்கைகளும் மருத்துவவழிகாட்டுதல்களில் சேர்ப்பதற்குப் பொருத்தமானவை மற்றும் செல்லுபடியாகக் கூடியவை எனக் கருதப்பட்டன. இது நிபுணர் குழுவினரிடையே நிலவிய வலுவான ஒருமித்த கருத்தைப் பிரதிபலிக்கிறது. தலை உச்சியில் மருந்து வைக்கும் 'தாளம்' மற்றும் தலையில் மருந்துப் பொடியைத் தேய்க்கும் முறை ஆகிய இரண்டு நடைமுறைகள் முதன்மைப் பரிந்துரைகளில் சேர்க்கப்படவில்லை என்று ஆராய்ச்சியாளர் தெரிவித்தார். இந்த நடைமுறைகளை ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதி சார்ந்த தலையீடுகளாகக் கருத வேண்டும் என்றும், அவற்றை விரிவான மருத்துவப் பயன்பாட்டிற்கு ஏற்கும் முன் கூடுதல் சாத்தியக்கூறு ஆய்வுகள் தேவை என்றும் நிபுணர்கள் வலியுறுத்தினர்.

பாரம்பரிய சிகிச்சை முறைகளை முறையாக ஆவணப்படுத்துதல் மற்றும் உறுதிப்படுத்துதலின் முக்கியத்துவத்தை இந்த ஆய்வின் முடிவுகள் முன்னிலைப்படுத்துகின்றன. ஒரு கட்டமைக்கப்பட்ட, ஒருமித்த கருத்து சார்ந்த சட்டகத்தை நிறுவுவதன் மூலம், இந்த ஆய்வு 'மர்ஷ் நல்ய' சிகிச்சையை மருத்துவ ரீதியாகத் தரப்படுத்துவதற்கான ஒரு வலுவான அடித்தளத்தை அமைக்கிறது. இதன் மூலம் மருத்துவ மற்றும் கல்வித் துறைகளில் இச்சிகிச்சையின் நம்பகத்தன்மையும், மீண்டும் அதே முடிவுகளைத் தரும் திறனும் மேம்படுகிறது. பிற பஞ்சகர்மா சிகிச்சைகள் மற்றும் ஆயுர்வேதத் தலையீடுகளுக்கு

இது போன்ற சான்றுகள் சார்ந்த வழிகாட்டுதல்களை உருவாக்குவதற்கு இந்த அணுகுமுறை ஒரு முன்மாதிரியாக அமையும் என்று நிபுணர்கள் கருதுகின்றனர். இதன் விளைவாக உருவாகும் பரிந்துரைகள் மருத்துவர்கள், ஆராய்ச்சியாளர்கள், மாணவர்கள் மற்றும் கொள்கை வகுப்பாளர்கள் உள்ளிட்ட பலதரப்பட்ட தரப்பினருக்கு ஆதரவாக அமையும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. ஒருங்கிணைந்த மருத்துவம் குறித்த உலகளாவிய ஆர்வம் அதிகரித்து வரும் நிலையில், இத்தகைய முயற்சிகள் பாரம்பரிய அறிவு அமைப்புகளை நவீன சுகாதாரத் தரங்களுடன் இணைப்பதற்கான ஒரு முக்கியமான அடியாகும்.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** நாயர் டி.ஆர், அஷ்வதிக்குட்டி டி.வி, குமார் கே.பி, லாயிக் எஸ், கந்தாரி எஸ், சந்திரசேகரராஜ் பி, ஸ்ரீகாந்த் என், ஆச்சார்யா ஆர். மர்ஷ் நல்ய குறித்த மருத்துவ ஒருமித்த கருத்து அறிக்கைகள் - ஆயுர்வேத சிகிச்சை முறைகளுக்கான மருத்துவ நடைமுறை வழிகாட்டுதல்களை உருவாக்குவதற்கான ஒரு சாத்தியக்கூறு ஆய்வு. ஆயுர்வேதம் மற்றும் ஒருங்கிணைந்த மருத்துவ இதழ் 2026 மார்ச் 1;17(2):101298.

**இணைப்பு:** <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0975947625001743>

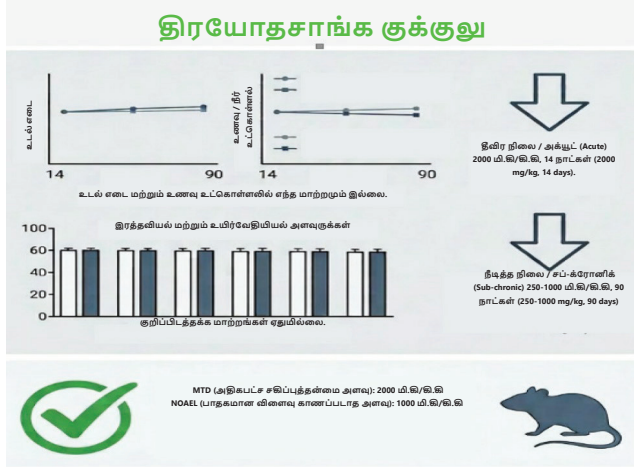
### தசை-எலும்பு நோய்களுக்குப் பரிந்துரைக்கப்படும் 'திரயோதசாங்க குக்குலு' மருந்தின் பாதுகாப்பை சமீபத்திய ஆய்வு ஆதாரத்துடன் உறுதிப்படுத்துகிறது.

கொல்கத்தாவிலுள்ள மத்திய ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சி நிறுவனத்தின் ஆராய்ச்சியாளர்கள் மேற்கொண்ட ஆய்வில், 'திரயோதசாங்க குக்குலு' எனும் ஆயுர்வேத மருந்தின் பாதுகாப்புத் தன்மை மதிப்பீடு செய்யப்பட்டுள்ளது. இது மூட்டு மற்றும் தசை தொடர்பான நோய்களுக்கு இச்சிகிச்சையைப் பயன்படுத்துவோருக்குப் பெரும் நம்பிக்கையை அளிக்கிறது. திரயோதசாங்க குக்குலு என்பது மூட்டு வலி, இறுக்கம் மற்றும் வீக்கம் ஆகியவற்றிற்குப் பொதுவாகப் பரிந்துரைக்கப்படும் ஒரு செவ்வியல் ஆயுர்வேத மருந்தாகும். இந்த மருந்து அல்வகந்தா, சீந்தில்/குடுச்சி, சுக்கு/சுந்தி மற்றும் குக்குலு போன்ற புகழ்பெற்ற ஆயுர்வேத மூலிகைகளுடன், பிற பொருட்களையும் பசு நெய்யையும் சேர்த்துத் தயாரிக்கப்படுகிறது. பாரம்பரிய மருத்துவத்தில் இந்த மூலிகைகள் வீக்கத்தைக் குறைப்பதற்கும் ஒட்டுமொத்த மூட்டு ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துவதற்கும் பெரிதும் மதிக்கப்படுகின்றன.

இந்த ஆய்வின்படி, மருந்து முதலில் தீவிர வாய்வழி நச்சுத்தன்மை மதிப்பீட்டிற்கு உட்படுத்தப்பட்டது. இதில் பரிசோதனை எலிகளுக்கு உடல் எடையில் ஒரு கிலோவிற்கு 2,000 மி.கி என்ற ஒற்றை அதிக அளவு திரயோதசாங்க குக்குலு வழங்கப்பட்டது. உடனடி நச்சு வெளிப்பாடுகள் ஏதேனும் உள்ளதா என்பதைக் கண்டறிய 14 நாட்களுக்கு அந்த எலிகள் கண்காணிக்கப்பட்டன. இக்காலத்தில் உயிரிழப்புகளோ அல்லது சிகிச்சை தொடர்பான பக்கவிளைவுகளோ பதிவாகவில்லை; இது சோதிக்கப்பட்ட அளவில் மருந்தின் பாதுகாப்பை உறுதிசெய்தது.

இதனைத் தொடர்ந்து, 90 நாட்கள் தொடர்ச்சியான வாய்வழி நச்சுத்தன்மை ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது. இதில் எலிகளுக்கு முறையே 250, 500 மற்றும் 1,000 மி.கி/கிலோ உடல் எடை என்ற அளவுகளில் மருந்து வழங்கப்பட்டது. ஆய்வு காலம் முழுவதும் விலங்குகளின் உணவு மற்றும் நீர் உட்கொள்ளல் மாற்றம், இரத்தக் கூறுகள் மற்றும் உயிரிவேதியியல் குறியீடுகள் போன்றவை முறையாகக் கண்காணிக்கப்பட்டன. இந்த ஆய்வின் முடிவில், உடலியல், இரத்தம் சார்ந்த அல்லது உயிரிவேதியியல் அளவுகளில் மருந்தின் அளவைப் பொறுத்த குறிப்பிடத்தக்க மாற்றங்கள் எதுவும் கண்டறியப்படவில்லை.

இது பரிசோதனைச் சூழலில் எந்தவிதமான முறையான நச்சுத்தன்மையையும் ஏற்படுத்தவில்லை என்பதை உணர்த்துகிறது.



### பட ஆதாரம்: AI-ஆல் உருவாக்கப்பட்ட படம்

இந்த அவதானிப்புகளின் அடிப்படையில், 90 நாட்கள் தொடர்ச்சியாக திரயோதசாங்க குக்குலு உட்கொள்ளப்பட்ட ஆய்வில், 'பக்கவிளைவுகள் காணப்படாத அளவு' (NOAEL) உடல் எடையில் ஒரு கிலோவிற்கு 1,000 மி.கி என நிர்ணயிக்கப்பட்டது. விலங்கு மாதிரிகளில் நீண்ட காலத்திற்கு இந்த அளவு மருந்து வழங்கப்பட்டபோதும் எந்தவொரு மோசமான விளைவுகளும் காணப்படவில்லை என்பதை இது குறிக்கிறது.

மருத்துவப் பயன்பாடு மற்றும் பொதுச் சுகாதாரக் கண்ணோட்டத்தில் பார்க்கும்போது, NOAEL என்பது ஒரு நச்சுயியல் குறிப்புப் புள்ளியே தவிர, அது மனிதர்களுக்கான நேரடி மருந்தளவு அல்ல என்பதைக் கவனிப்பது அவசியம். விலங்குகளிடமிருந்து பெறப்பட்ட தரவுகளை மனிதர்களுக்கான பாதுகாப்பான அளவாக மாற்றும்போது, பொதுவான அபாய மதிப்பீட்டு நடைமுறைகள் சில நிச்சயமற்ற மற்றும் பாதுகாப்பு காரணிகளை உள்ளடக்குகின்றன; இது பொதுவாகப் பரிந்துரைக்கப்படும் அளவைவிட கணிசமாகக் குறைவான அளவிலேயே அமையும். 'திரயோதசாங்க குக்குலு' மருந்தைப் பொறுத்தவரை, ஆயுர்வேத நடைமுறையில் பரிந்துரைக்கப்படும் சிகிச்சையளவுகள் பாதுகாப்பான வரம்பிற்குள்ளேயே இருக்க வாய்ப்புள்ளது என்பதை இந்தக் கண்டுபிடிப்புகள் உணர்த்துகின்றன.

ஆராய்ச்சியாளர்கள் தங்களது முடிவில், திரயோதசாங்க குக்குலுவின் பாதுகாப்புத் தன்மையை உறுதிப்படுத்தும் சோதனைச் சான்றுகளை இந்த ஆய்வு வழங்குகிறது எனக் கூறியுள்ளனர். இருப்பினும், தகுதியுள்ள மருத்துவர்களின் மேற்பார்வையின் கீழேயே இதனைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்றும், முறையான கண்காணிப்பு இன்றி மருந்தின் அளவை அதிகரிப்பதையோ அல்லது சுய மருத்துவத்தையோ தவிர்க்க வேண்டும் என்றும் அவர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர். இந்த ஆய்வு பாரம்பரிய ஆயுர்வேத மருந்துகளின் அறிவியல் ரீதியான அங்கீகாரத்திற்குப் பங்களிப்பதோடு, குறிப்பாகத் தசை மற்றும் எலும்பு மண்டலக் கோளாறுகளை நிர்வகிப்பதில் அவற்றைப் பகுத்தறிவுடன் பயன்படுத்துவதற்கு ஆதரவாக அமைகிறது.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** போரா எம், சின்ஹா பி.எம், கௌதம் எம்.கே, கைதானி எஸ்.என், உபாத்யாய எஸ்.என், ஜமதக்கனி எஸ்.பி, தீட்சித் ஏ.கே. (Toxicity studies of Trayodashang guggulu, a classical ayurvedic formulation in experimental animals). (Toxicology International). 2023;30(2):131-8.

**இணைப்பு:** <https://informaticsjournals.co.in/index.php/toxi/article/view/30617/22332>

## டிஜிட்டல் கண் சோர்வை நிர்வகிப்பதில் ஆயுர்வேதத்தின் பங்கு குறித்த மருத்துவ ஆய்வு

இன்றைய டிஜிட்டல் யுகத்தில், பலர் கணினித் திரைகள், மொபைல் போன்கள் மற்றும் பிற டிஜிட்டல் சாதனங்களை நீண்ட நேரம் பார்த்துக் கொண்டிருக்கின்றனர். இதன் விளைவாக, 'கம்ப்யூட்டர் விஷன் சிண்ட்ரோம்' - CVS எனப்படும் டிஜிட்டல் கண் சோர்வினால் பாதிக்கப்படுவோரின் எண்ணிக்கை அதிகரித்து வருகிறது. இந்த நிலை கண் வறட்சி அல்லது எரிச்சல், சிவத்தல், மங்கலான அல்லது இரட்டைப் பார்வை, கண் சோர்வு, தலைவலி, ஒளி உணர்திறன் அசௌகரியம், அதிகப்படியான கண்ணீர் சுரத்தல் மற்றும் கழுத்து, தோள், முதுகு வலி போன்ற பல அசௌகரியமான அறிகுறிகளை உண்டாக்குகிறது.

திரை தொடர்பான கண் கோளாறுகள் அதிகரித்து வரும் நிலையில், டிஜிட்டல் சாதனங்களின் நீண்டகாலப் பயன்பாட்டோடு தொடர்புடைய கம்ப்யூட்டர் விஷன் சிண்ட்ரோம் மேலாண்மையில் ஆயுர்வேதத் தலையீடுகளை மதிப்பீடு செய்யும் மருத்துவ ஆய்வில் இருந்து ஊக்கமளிக்கும் கண்டுபிடிப்புகளை மத்திய ஆயுர்வேத இருதய நோய்களுக்கான ஆராய்ச்சி நிறுவனத்தின் (CARI-CD) ஆராய்ச்சியாளர்கள் வெளியிட்டுள்ளனர்.

கம்ப்யூட்டர் விஷன் சிண்ட்ரோம் என்பது கண்கள் சார்ந்த மற்றும் கண்கள் அல்லாத பல்வேறு அறிகுறிகளை உள்ளடக்கியது. இந்த நிலை அதிகரித்து வருவதைக் கருத்தில் கொண்டும், பாதுகாப்பான மற்றும் நிலையான மேலாண்மை உத்திகளின் தேவையை முன்னிட்டும், செவ்வியல் ஆயுர்வேத சிகிச்சைகளின் மருத்துவ ஆற்றலை மதிப்பிடுவதற்காக ஆராய்ச்சியாளர்கள் இந்த ஆய்வை வடிவமைத்தனர்.

இந்த ஆய்வில் மொத்தம் 62 நோயாளிகள் சேர்க்கப்பட்டனர். பங்கேற்பாளர்களில் பெரும்பாலோர் இளைஞர்கள்; இதில் 40.32% பேர் 25-30 வயதுப் பிரிவினராகவும், 38.71% பேர் 19-24 வயதுக்கு இடைப்பட்டவர்களாகவும் இருந்தனர். பங்கேற்பாளர்களில் 70.97% பேர் ஆண்கள் மற்றும் 61.3% பேர் மேசை சார்ந்த பணிகளில் ஈடுபடுபவர்கள்; இது அவர்களின் அதிகப்படியான திரை வெளிப்பாட்டைப் பிரதிபலிக்கிறது.

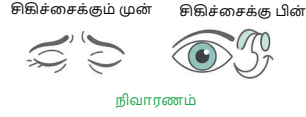
இச்சிகிச்சை முறையில் நோயாளிகளுக்குப் பின்வருவன வழங்கப்பட்டன. 3-5 கிராம் அளவில் மூன்று நாட்களுக்கு வழங்கப்பட்டது. இதனைத் தொடர்ந்து, 5 கிராம் அவிபத்திகர் சூர்ணம் இரவில் படுக்கப்போகும் முன் வெதுவெதுப்பான நீருடன் விசேசனம் (குடல் சுத்திகரிப்பு) வழங்கப்பட்டது. நஸ்ய சிகிச்சை- முதல் ஏழு நாட்களுக்கு (நாட்கள் 1-7) தினமும் காலையில் ஒவ்வொரு மூக்குத் துவாரத்திலும் தலா 8 சொட்டுகள் அணு தைலம் விடப்பட்டது. அகூடி தர்ப்பணம் - மஹாத்ரீபலாத்ய கிருதத்தைப் பயன்படுத்தி, காலையில் அடுத்தடுத்த மூன்று நாட்களுக்குச் செய்யப்பட்டது; பின்னர் 15 நாட்கள் இடைவெளிக்குப் பிறகு இது மீண்டும் செய்யப்பட்டது (நாட்கள் 8-10 மற்றும் 26-28). வாய்வழி உட்கொள்ளல் - மஹாத்ரீபலாத்ய கிருதம் 5 மி.லி அளவில் ஒரு நாளைக்கு இரண்டு முறை வெறும் வயிற்றில் வழங்கப்பட்டது. இது காலையில் ஒரு முறையும், மாலை யில் உணவுக்கு மூன்று மணி நேரத்திற்கு முன்பும் என, முதல் நாளிலிருந்து மொத்தம் 42 நாட்களுக்கு வழங்கப்பட்டது.



- கண் சோர்வு
- கண் வறட்சி
- தலைவலி
- கழுத்து வலி



- நல்லபா (முககில்) எண்ணெய் இடுதல்
- அக்ஷி தர்ப்பணம் (கண்களுக்கு நெய் கொண்டு சிகிச்சை அளித்தல்)



## பாதுகாப்பான மற்றும் பயனுள்ள ஆயுர்வேத தீர்வுகள் CCRAS

### (AI-ஆல் உருவாக்கப்பட்ட படம்)

மருத்துவத் திரையிடல் மற்றும் முறையான ஒப்புதலுக்குப் பிறகு, பங்கேற்பாளர்கள் பன்முக சிகிச்சை முறைக்கு உட்படுத்தப்பட்டனர். இதில் ஏழு நாட்களுக்கு மூக்கு வழியாக அணு தைலம் கொண்டு செய்யப்படும் நல்ய சிகிச்சை, மற்றும் மூன்று நாட்களுக்கு மஹாத்ரிபலாத்ய கிருதம் கொண்டு செய்யப்படும் அக்ஷி தர்ப்பணம் (15 நாட்கள் இடைவெளிக்குப் பிறகு மீண்டும் ஒருமுறை) ஆகியவை அடங்கும். கூடுதலாக, 42 நாட்களுக்குத் தினமும் இரண்டு முறை வெதுவெதுப்பான நீருடன் மஹாத்ரிபலாத்ய கிருதத்தை வாய்வழியாக உட்கொள்ளப் பரிந்துரைக்கப்பட்டது.

மருத்துவ மதிப்பீடானது, டிஜிட்டல் கண் சோர்வு தொடர்பான முதன்மைப் புகார்களில் புள்ளிவிவர ரீதியாக குறிப்பிடத்தக்க முன்னேற்றத்தைக் காட்டியது. இணைந்த t-சோதனை மூலமான பகுப்பாய்வில், ஆரம்ப மதிப்புகளுடன் ஒப்பிடும்போது, அனைத்து மதிப்பீட்டு நிலைகளிலும் (8, 26 மற்றும் 42-வது நாட்கள்) மற்றும் 56-வது நாளில் மேற்கொள்ளப்பட்ட தொடர் கண்காணிப்பிலும் மிக முக்கியமான முடிவுகள் ( $p < 0.001$ ) கிடைத்தன குறிப்பாக, கண்கள் வறட்சி, எரிச்சல் மற்றும் அதிகப்படியான கண்ணீர் சுரத்தல் போன்ற அறிகுறிகள் 8-வது நாளிலேயே 1% முக்கியத்துவ நிலையில் குறிப்பிடத்தக்க முன்னேற்றத்தைக் காட்டின. அதேசமயம் கண்களில் ஏற்படும் சிவத்தல் இந்த ஆரம்பக் கட்டத்தில் புள்ளிவிவர ரீதியாக மாற்றத்தைக் காட்டவில்லை. கண் சோர்வு, தலைவலி, மங்கலான பார்வை, வறட்சி, எரிச்சல் மற்றும் அதிகப்படியான கண்ணீர் சுரத்தல் ஆகியவற்றில் குறிப்பிடத்தக்க குறைவு ஏற்பட்டதாகப் பங்கேற்பாளர்கள் தெரிவித்தனர். சிலருக்குச் சிகிச்சையின் முதல் வாரத்திலேயே அறிகுறிகளில் இருந்து நிவாரணம் கிடைத்தது. புறநிலை ஆய்வுகள், கண்ணீர் படலத்தின் நிலைத்தன்மையில் முன்னேற்றம் இருப்பதைக் காட்டின. இது கண் மேற்பரப்பின் ஆரோக்கியம் மேம்பட்டிருப்பதை உணர்த்துகிறது.

சிகிச்சை முடிந்த இரண்டு வாரங்களுக்குப் பிறகு நடத்தப்பட்ட தொடர் கண்காணிப்பு, சிகிச்சையின் பலன்கள் நீடித்திருப்பதைக் காட்டியது. இது இந்தத் தலையீடுகளின் நீண்டகால செயல்திறனைச் சுட்டிக்காட்டுகிறது. முக்கியமாக, ஆய்வு காலம் முழுவதும் மருந்தினால் ஏற்படும் எந்தவொரு ஒவ்வாமை வினைகளோ அல்லது பாதுகாப்பு குறித்த கவலைகளோ கண்டறியப்படவில்லை; இது இந்தச் சிகிச்சை முறையின் சகிப்புத்தன்மையை உறுதிப்படுத்துகிறது. அணு தைலம் கொண்டு செய்யப்படும் நல்யா மற்றும் மஹாத்ரிபலாத்ய கிருதம் பயன்படுத்தப்படும் கண் சிகிச்சைகள் போன்றவை டிஜிட்டல் கண் சோர்வை

நிர்வகிப்பதில் பாதுகாப்பான மற்றும் பயனுள்ள துணை அணுகுமுறைகளாகச் செயல்படக்கூடும் என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் முடிவு செய்கிறார்கள். டிஜிட்டல் யுகத்தில் வாழ்க்கை முறை தொடர்பான கோளாறுகளைத் தீர்ப்பதில், பாரம்பரிய மருத்துவ அறிவை நவீன மருத்துவ நடைமுறையுடன் ஒருங்கிணைப்பதன் வளர்ந்து வரும் முக்கியத்துவத்தை இந்த ஆய்வு அடிக்கோடிட்டுக் காட்டுகிறது.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** மகிஜா டி, துவா எம், ஓடா எஸ் மற்றும் பலர். கம்ப்யூட்டர் விஷன் சிண்ட்ரோம் மேலாண்மையில் மஹாத்ரிபலாத்ய கிருதம் மற்றும் அணு தைல நல்யத்தின் செயல்திறன் குறித்த மருத்துவ மதிப்பீடு. (J Res Ayurvedic Sci) 2018;2(3):156-163.

**இணைப்பு:** ([https://journals.lww.com/jras/abstract/2018/02030/clinical\\_evaluation\\_of\\_efficacy\\_of\\_mahathripaladya.2.aspx](https://journals.lww.com/jras/abstract/2018/02030/clinical_evaluation_of_efficacy_of_mahathripaladya.2.aspx))

### ஒற்றைத் தலைவலிக்கு ஆயுர்வேத 'அக்னிகர்மா' சிகிச்சை விரைவான நிவாரணம் அளிப்பதாக மருத்துவ ஆய்வறிக்கை தெரிவிக்கிறது

ஒற்றைத் தலைவலி என்பது சாதாரணத் தலைவலியிலிருந்து வேறுபட்ட ஒரு சிக்கலான நரம்பியல் நிலையாகும்; இது உலகளாவிய அளவில் ஒரு பெரிய சுகாதாரப் சமையாகத் தொடர்கிறது. தலையின் ஒரு பக்கத்தில் ஏற்படும் கடுமையான துடிப்புடன் கூடிய வலி, குமட்டல் மற்றும் ஒளி, ஒலிக்கு அதிக உணர்்திறன் ஆகியவற்றைத் தன்மையாகக் கொண்ட ஒற்றைத் தலைவலி, உலகம் முழுவதும் இயலாமை ஏற்படுத்தும் முதன்மையான காரணங்களில் ஒன்றாகும். ஸ்டெராய்ட்ஸ்லாத ஒவ்வாமை எதிர்ப்பு மருந்துகள் (NSAIDs) மற்றும் டிரிப்டன்ஸ் (ஒற்றைத் தலைவலி மருந்துகள்) போன்ற தரமான சிகிச்சைகள் இருந்தபோதிலும், பல நோயாளிகள் போதிய நிவாரணமின்மை, பக்கவிளைவுகள் அல்லது மீண்டும் மீண்டும் வரும் தாக்குதல்கள் குறித்துப் புகார் தெரிவிக்கின்றனர். சமீபத்திய மருத்துவ ஆய்வறிக்கை ஒன்று, ஆயுர்வேதத்தின் பண்டைய ரூட்பமான 'அக்னிகர்மா' சிகிச்சையின் மீது கவனத்தை ஈர்த்துள்ளது. இது கட்டுப்படுத்தப்பட்ட வெப்பத்தைச் செலுத்தும் முறையாகும்; இது கடுமையான ஒற்றைத் தலைவலி தாக்குதல்களுக்கு ஒரு விரைவான நிவாரணத் தலையீடாக அமையக்கூடும். பாரம்பரியமாக நாள்பட்ட தசை மற்றும் எலும்பு வலிக்கு ஆயுர்வேதத்தில் பயன்படுத்தப்படும் அக்னிகர்மா சிகிச்சை, தோலின் குறிப்பிட்ட புள்ளிகளில் சூடாக்கப்பட்ட உலோகக் கருவியைக் (சலாகா) கொண்டு மிகச் சுருக்கமான நேரத்திற்கு வெப்பத்தை அளிப்பதன் மூலம் செய்யப்படுகிறது.

இந்த ஆய்வறிக்கை, 10 ஆண்டுகளாக மீண்டும் மீண்டும் வரும் ஒற்றைத் தலைவலியால் பாதிக்கப்பட்ட 58 வயதுப் பெண்ணின் மருத்துவ நிலையை ஆவணப்படுத்துகிறது. அவர் மூன்று நாட்களாகத் தொடர்ந்த கடுமையான வலியுடன் மருத்துவமனைக்கு வந்தார். சாதாரண வலி நிவாரணிகள் அவருக்குப் பலன் அளிக்கவில்லை, மேலும் அவரது வலியின் தீவிரம் 10/10 என்ற அளவில் (அதிகபட்ச வலி) இருந்தது. மருத்துவர்கள் அவரது வலது நெற்றிப் பகுதியில் அதிக வலி இருந்த புள்ளியில் அக்னிகர்மா சிகிச்சையை மேற்கொண்டனர். ஆய்வறிக்கையின்படி, இந்தத் தலையீடு மிக விரைவான அறிகுறி முன்னேற்றத்தை ஏற்படுத்தியது. இரண்டு நிமிடங்களுக்குள், நோயாளி தனது துடிப்புடன் கூடிய வலி குறிப்பிடத்தக்க அளவு குறைந்ததை உணர்ந்தார். ஐந்து நிமிடங்களில், அவரது வலி மதிப்பெண் கிட்டத்தட்ட பூஜ்ஜியமாகக் குறைந்தது. மேலும், அந்த நோயாளி ஒளியைத் தாங்கும் திறனை மீண்டும் பெற்றார் மற்றும் எவ்வித அசௌகரியமும் இன்றி கண்களைத் திறக்க முடிந்தது.



பட ஆதாரம்: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11282372/>

இந்தச் சிகிச்சை முறை நோயாளியால் நன்கு ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டது; அக்னிகர்மா செய்யப்பட்ட இடத்தில் தற்காலிகமான ஒரு லேசான அசௌகரியம் மட்டுமே இருந்தது. தோலில் சிறிய அளவில் நிறமாற்றம் ஏற்பட்டது, ஆனால் அது சுமார் ஆறு வாரங்களுக்குள் முழுமையாக மறைந்துவிட்டது; நிரந்தரமான தழும்புகள் ஏதும் ஏற்படவில்லை. இந்த சிகிச்சையினால் ஏற்பட்ட விளைவின் பின்னணியில் உள்ளதாகக் கருதப்படும் வழிமுறை, ஒற்றைத் தலைவலியின் நோயியல் பாதையில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கும் முக்கிளை நரம்பின் வழியாகச் செல்லும் வலி சமிக்ஞைகளை மாற்றியமைப்பதாகும். கட்டுப்படுத்தப்பட்ட வெப்பத் தூண்டுதலானது, வலி சமிக்ஞை கடத்தப்படுவதைத் தற்காலிகமாகத் தடுத்தோ அல்லது முறியடித்தோ ஒற்றைத் தலைவலித் தாக்குதலைக் குறைப்பதாக ஆராய்ச்சியாளர்கள் கருதுகின்றனர்.

ஒரு சிறிய முன்னோடி ஆய்வின் துணைச் சான்றுகள், அக்னிகர்மா சிகிச்சையை ஆயுர்வேத மூலிகை மருந்துகளுடன் இணைத்துச் செய்வது, ஒற்றைத் தலைவலித் தாக்குதல்களின் எண்ணிக்கை மற்றும் அதனுடன் தொடர்புடைய உணர்்திறன் பாதிப்புகளைக் குறைக்கக்கூடும் என்று தெரிவிக்கின்றன. இருப்பினும், இவை ஆரம்பகட்டக் கண்டுபிடிப்புகள் மட்டுமே என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர். அக்னிகர்மா சிகிச்சையானது வழக்கமான நவீன மருத்துவ சிகிச்சைகளுக்கு மாற்றாகக் கருதப்படாவிட்டாலும், கடுமையான ஒற்றைத் தலைவலிக்குக் குறைந்த செலவிலான, விரைவாகச் செயல்படும் ஒரு கூடுதல் சிகிச்சை விருப்பமாக இருக்கக்கூடும். இச்சிகிச்சையை விரிவான மருத்துவப் பயன்பாட்டிற்குப் பரிந்துரைக்கும் முன், அதன் செயல்திறன், பாதுகாப்பு மற்றும் அதன் செயல்பாட்டு வழிமுறைகளை உறுதிப்படுத்த பெரிய அளவிலான, கட்டுப்படுத்தப்பட்ட ஆய்வுகள் தேவைப்படுகின்றன.

ஆதாரக் குறிப்பு: பாலகிருஷ்ணன் பி, சுரேந்திரன் இ.எஸ், ராஜ் எல்.எஸ். கடுமையான ஒற்றைத் தலைவலிக்கு அக்னிகர்மா சிகிச்சை மூலம் உடனடி வலி நிவாரணம் - ஒரு வழக்கு அறிக்கை. (Journal of Ayurveda and Integrative Medicine). 2024 மே 1;15(3):100953.

இணைப்பு: (<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11282372/>)

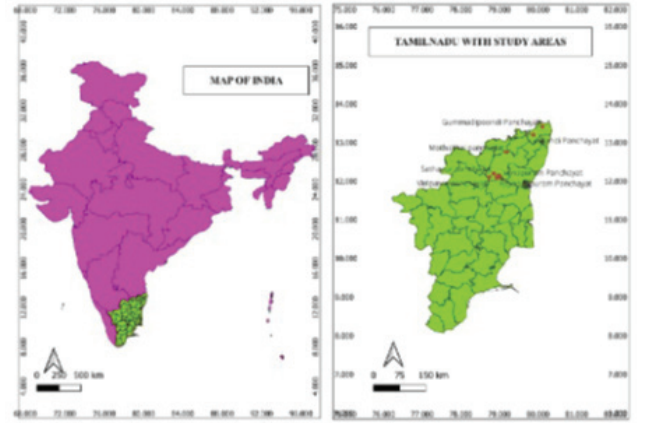
## சுகாதார அமைப்பு ஆய்வு

### தமிழ்நாட்டின் பழங்குடியின மக்களிடையே தொற்றா நோய்களின் மறைந்திருக்கும் சுவையை வெளிப்படுத்தும் ஆய்வு

சென்னை, பிராந்திய ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சி நிறுவனத்தின் ஆராய்ச்சியாளர்கள் சமீபத்தில் நடத்திய ஆய்வு, தமிழ்நாட்டின் பழங்குடியின மக்கள் எதிர்கொள்ளும் சுகாதார சவால்கள் குறித்து புதிய வெளிச்சத்தைப் பாய்ச்சியுள்ளது. சமூக-பொருளாதாரப்

பின்னடைவு, சுற்றுச்சூழல் இடர் காரணிகள் மற்றும் அதிகரித்து வரும் தொற்றா நோய்களின் (NCDs) பாதிப்பு ஆகியவற்றுக்கு இடையேயான ஒரு சிக்கலான தொடர்பை இந்த ஆய்வு வெளிப்படுத்துகிறது. மாநிலத்தின் மக்கள் தொகையில் சுமார் 1.1% (ஏறத்தாழ 7.95 லட்சம் நபர்கள்) மட்டுமே பழங்குடியினராக இருந்தபோதிலும், தரமான மற்றும் மலிவு விலையிலான சுகாதாரச் சேவைகளைப் பெறுவதில் இந்தச் சமூகத்தினர் இப்போதும் குறிப்பிடத்தக்க அளவில் பின்தங்கியே உள்ளனர்.

இந்த ஆய்வு ஆகஸ்ட் 2020 முதல் மார்ச் 2021 வரை, திருவள்ளூர் மற்றும் திருவண்ணாமலை மாவட்டங்களில் உள்ள பழங்குடியினர் அதிகம் வசிக்கும் எட்டு பஞ்சாயத்து பகுதிகளில் நடத்தப்பட்டது. ஆராய்ச்சியாளர்கள் 1,729 வீடுகளுக்கு நேரடியாகச் சென்று 7,074 நபர்களிடம் கட்டமைக்கப்பட்ட நேர்காணல்கள் மூலம் கணக்கெடுப்பு நடத்தினர். தொற்றா நோய்களின் பரவல் மற்றும் அதனுடன் தொடர்புடைய சமூக-மக்கள்தொகை மற்றும் சுகாதாரத்தின் சுற்றுச்சூழல் காரணிகளை மதிப்பீடு செய்வதை இந்த ஆய்வு நோக்கமாகக் கொண்டிருந்தது.



பட ஆதாரம்: <https://www.ijam.co.in/index.php/ijam/article/view/5698/1401>

ஆய்வின் முடிவுகளின்படி, கணக்கெடுக்கப்பட்ட மக்கள் தொகையில் 8.98% பேர் குறைந்தது ஒரு தொற்றா நோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். இவர்களில், மூட்டுத் தேய்மானம்/ ஒவ்வாமை என்பது மிகவும் பரவலாகக் காணப்படும் பாதிப்பாக (7.39%) உள்ளது; இதனைத் தொடர்ந்து நீரிழிவு நோய் (1.46%) காணப்படுகிறது. பக்கவாதம் மற்றும் ஆஸ்துமா போன்றவை ஒப்பீடுகையில் குறைவாகவே உள்ளன. இந்த எண்கள் சிறியதாகத் தோன்றினாலும், போதிய மருத்துவப் பரிசோதனை வசதிகள் இல்லாததாலும், சுகாதாரச் சேவைகளை அணுகுவதில் உள்ள சிரமங்களாலும் உண்மையான பாதிப்பு மறைக்கப்பட்டிருக்கலாம் என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் எச்சரிக்கின்றனர்.

இந்த ஆய்வின் ஒரு முக்கிய அம்சம் அந்த மக்களின் சமூக-மக்கள்தொகை விவரங்கள் ஆகும். பெரியவர்களில் பாதிக்கும் மேற்பட்டோர் (50.27%) படிப்பறிவற்றவர்களாக உள்ளனர்; இது மாநில சராசரியை விட மிக அதிகமாகும். குறிப்பாகப் பெண்களிடையே படிப்பறிவு இடைவெளி மிகவும் அதிகமாக இருந்தது. மக்கள் தொகையில் ஆண்களும் பெண்களும் சம அளவில் இருந்தனர், மேலும் பெரியவர்களில் பெரும்பாலோர் (76.63%) திருமணமானவர்கள். அவர்கள் செய்யும் உடலுழைப்பு சார்ந்த வேலைகளின் காரணமாக, பெரும்பாலானோர் நடுத்தர அளவிலான உடல் செயல்பாடுகளில் ஈடுபடுவதாகத் தெரிவித்தனர். ஆய்வின்படி, ஏறத்தாழ அனைவரும் (99.86%)

அசைவ உணவை உட்கொள்கின்றனர்; இது புரதக் கிடைப்பைக் காட்டினாலும், உணவில் போதிய பன்முகத்தன்மை இல்லாததால் நுண்ணூட்டச்சத்து குறைபாடுகள் இருக்கக்கூடும் என்பதை உணர்த்துகிறது. மேலும், வாழ்க்கை முறை மற்றும் நடத்தை சார்ந்த அபாயக் காரணிகள் உருவாவதையும் இது காட்டுகிறது. புகையிலை பயன்பாடு, புகைபிடித்தல் மற்றும் மது அருந்துதல் போன்றவை முறையே 2.43%, 13.22%, மற்றும் 10.70% மக்களிடையே காணப்படுகின்றன; இவை நாள்பட்ட நோய்களின் அபாயத்தை அதிகரிக்கும் பழக்கங்களாகும். சுற்றுச்சூழல் நிலைகளைப் பொறுத்தவரை, 60.4% வீடுகளில் போதிய காற்றோட்ட வசதி இல்லை, மேலும் 99.2% வீடுகள் திறந்தவெளி கழிவுநீர் வடிகால் அமைப்புகளையே நம்பியுள்ளன. 82.1% வீடுகளில் கழிப்பறை வசதிகள் இருந்தபோதிலும், அதன் பயன்பாடு குறைவாகவே உள்ளது; 17.06% குடும்பங்கள் இன்னும் திறந்தவெளியில் மலம் கழிக்கும் பழக்கத்தைக் கொண்டுள்ளன. குடிநீர் பாதுகாப்பும் ஒரு பெரும் கவலையாக உள்ளது: கிட்டத்தட்ட 98.8% பேர் சுத்திகரிக்கப்படாத நீரையே உட்கொள்கின்றனர், இது குடல் தொற்று நோய்களுக்கான வாய்ப்பை அதிகரிக்கிறது. பாதிக்கும் மேற்பட்ட வீடுகள் ஓலை வீடுகளாகவும், சமைப்பதற்கு விறகு, மாட்டு சாணம் மற்றும் நிலக்கரி போன்ற உயிரியல் எரிபொருட்களையே பயன்படுத்துவதாலும் உட்புறக் காற்று மாசுபாடு மற்றும் சுவாசப் பிரச்சினைகள் ஏற்படுகின்றன.

இந்தச் சமூகங்களில் உள்ள குழந்தைகள் கூடுதல் சவால்களை எதிர்கொள்வதாக ஆய்வு தெரிவிக்கிறது. கணக்கெடுக்கப்பட்ட 2,031 குழந்தைகளில், 10 வயதுக்குட்பட்டவர்களில் கிட்டத்தட்ட மூன்றில் ஒரு பங்கினர் பள்ளிக்குச் செல்வதில்லை. சுவாசம், குடல் மற்றும் தோல் தொடர்பான நோய்த்தொற்றுகள் அவர்களுக்கு மீண்டும் மீண்டும் ஏற்படுவதாகப் பதிவாகியுள்ளது. அதிர்ச்சியளிக்கும் விதமாக, எந்தவொரு குழந்தையும் இரும்புச்சத்து அல்லது வைட்டமின்கள் போன்ற ஊட்டச்சத்து மிகை நிரப்பிகளை பெறுவதில்லை; இது அவர்களின் நீண்டகால வளர்ச்சி குறித்த கவலைகளை எழுப்புகிறது. வளரிளம் பெண்களில் 11%-க்கும் அதிகமானோருக்கு மாதவிடாய் சுழற்சி தாமதமாவது, அவர்களின் அடிப்படையான ஊட்டச்சத்துக் குறைபாட்டைச் சுட்டிக்காட்டுகிறது.

மோசமான துப்புரவு வசதிகள், பாதுகாப்பற்ற குடிநீர், குறைந்த படிப்பறிவு மற்றும் சுகாதாரச் சேவைகளை அணுகுவதில் உள்ள சிரமங்கள் போன்ற சுற்றுச்சூழல் மற்றும் சமூக-பொருளாதாரக் காரணிகள் ஒன்றிணைந்து, பழங்குடியின மக்களின் ஆரோக்கியத்தை எவ்வாறு பாதிக்கின்றன என்பதை இந்த ஆய்வு அடிக் கோடிட்டுக் காட்டுகிறது. தொற்று நோய்கள் மற்றும் ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடுகள் நீடித்திருக்கும் அதே வேளையில், விளிம்புநிலை சமூகத்தினரிடையே தொற்றா நோய்களின் (NCDs) சமை அதிகரித்து வருவதை இந்தக் கண்டுபிடிப்புகள் உறுதிப்படுத்துகின்றன. அரசு மற்றும் தன்னார்வத் தொண்டு நிறுவனங்கள் உள்கட்டமைப்பு மற்றும் சுகாதார விநியோகத்தை மேம்படுத்துவதில் முன்னேற்றம் கண்டிருந்தாலும், இன்னும் குறிப்பிடத்தக்க இடைவெளிகள் உள்ளன. கழிப்பறை வசதிகளைக் குறைவாகப் பயன்படுத்துதல் மற்றும் ஊட்டச்சத்து-சுகாதாரம் குறித்த போதிய விழிப்புணர்வு இல்லாமை போன்ற நடத்தை சார்ந்த காரணிகள், தற்போதுள்ள திட்டங்களின் செயல்திறனைத் தொடர்ந்து கட்டுப்படுத்துகின்றன. இந்தியா தற்போது தொற்று நோய்கள் மற்றும் தொற்றா நோய்கள் ஆகிய இரண்டின் சமையையும் எதிர்கொண்டு வரும் நிலையில், பழங்குடியினர் போன்ற பாதிக்கப்படக்கூடிய மக்கள் நாட்டின் பொதுச் சுகாதார

முன்னேற்றத்தில் பின்தங்கிவிடக் கூடாது என்பதை இந்த ஆய்வு வலியுறுத்துகிறது. இந்தச் சவால்களை எதிர்கொள்ள கலாச்சார ரீதியாக இணக்கமான, இலக்கு நோக்கிய தலையீடுகள் அவசியம் என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர்.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** ஸ்ரீநிவாஸ் பி, தேவி கே.பி, ஆஷா எஸ், கிருஷ்ணா சி.எம், கசாரே கல்பனா, மகிஜா டி, ஆபா சர்மா, ஏ. முகமது காலிபத்துல்லா, நாராயணம் ஸ்ரீகாந்த். தமிழ்நாட்டின் திருவள்ளூர் மற்றும் திருவண்ணாமலை மாவட்டங்களில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட பகுதிகளில் உள்ள பழங்குடியினரின் ஆரோக்கியம் மற்றும் மக்கள்தொகை விவரம்: ஒரு ஆய்வு. (International Journal of Ayurvedic Medicine), தொகுதி 16 (1), 2025; 94-99.

**இணைப்பு:** <https://www.ijam.co.in/index.php/ijam/article/view/5698>

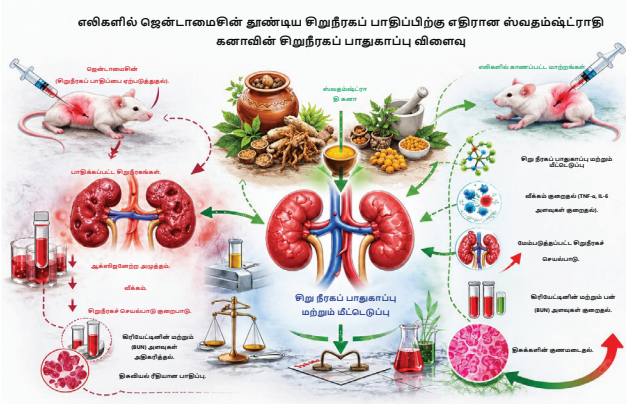
## மருந்தியல் மற்றும் உயிர்வேதியியல் ஆராய்ச்சி

**மருந்தினால் ஏற்படும் பாதிப்பிலிருந்து சிறுநீரகங்களைப் பாதுகாப்பதில் "ஸ்வதம்ஷ்ட்ராதி கன" எனும் ஆயுர்வேதக் கூட்டு மூலிகை மருந்து நம்பிக்கை அளிப்பதாக முன்-மருத்துவ ஆய்வு தெரிவிக்கிறது.**

உடலின் திரவம் மற்றும் மின்பகுபொருட்களின் அளவை ஒழுங்குபடுத்துதல், கழிவுகளை வெளியேற்றுதல், அமில-கார சமநிலையைப் பேணுதல் மற்றும் இரத்த அழுத்தத்தைக் கட்டுப்படுத்தும் ஹார்மோன்களைச் சுரத்தல் ஆகியவற்றின் மூலம் உடலியல் சமநிலையைப் பராமரிப்பதில் சிறுநீரகங்கள் முக்கியப் பங்கு வகிக்கின்றன. இருப்பினும், சிறுநீரகங்களுக்குத் தங்களை மீண்டும் புதுப்பித்துக்கொள்ளும் திறன் குறைவாக இருப்பதால், நச்சுக்களின் பாதிப்பிற்கு அவை எளிதில் உள்ளாகின்றன; இது பெரும்பாலும் நீண்டகால சிக்கல்களுக்கும் சிறுநீரக நச்சுத்தன்மைக்கும் வழிவகுக்கிறது.

சமீபத்திய முன்-மருத்துவ ஆய்வு ஒன்று, "ஜென்டாமைசின்" எனும் பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படும் ஒரு நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பி மருந்தினால் ஏற்படும் சிறுநீரகப் பாதிப்பைக் குறைப்பதில், 'ஸ்வதம்ஷ்ட்ராதி கன' எனும் பாரம்பரிய ஆயுர்வேதக் கூட்டு மூலிகை மருந்தின் சிறுநீரகப் பாதுகாப்புத் திறன் குறித்த ஊக்கமளிக்கும் சான்றுகளை வழங்கியுள்ளது. இந்த ஆய்வில், சம அளவு நெருஞ்சி முள், ஆமணக்கு, மாவி லிங்கம் மற்றும் சுக்கு ஆகியவற்றைக் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்ட 'ஸ்வதம்ஷ்ட்ராதி கன' மருந்தின் பாதுகாப்பு விளைவுகளை ஆராய்ச்சியாளர்கள் ஆராய்ந்தனர். இந்த மூலிகைகள் வீக்கத்தைக் குறைக்கும் மற்றும் ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்பு செயல்பாடுகள் உள்ளிட்ட பல்வேறு மருத்துவ குணங்களுக்காகப் பாரம்பரியமாக அங்கீகரிக்கப்பட்டவை. இந்த ஆய்வானது விஸ்டார் எலிகளில் செய்யப்பட்ட தீவிர வாய்வழி நச்சுத்தன்மை மதிப்பீட்டுடன் தொடங்கியது. இதில் 2,000 மி.கி/கிலோ அளவு வரை இந்த மருந்து பாதுகாப்பானது என்பதும், 14 நாட்கள் கண்காணிப்பில் நச்சுத்தன்மையோ அல்லது உயிரிழப்போ ஏற்படவில்லை என்பதும் உறுதி செய்யப்பட்டது. இதனைத் தொடர்ந்து, 10 நாட்களுக்கு வயிற்று அறை வழியாக வழங்கப்பட்ட ஜென்டாமைசின் மூலம் எலிகளுக்குச் சிறுநீரக நச்சுத்தன்மை செயற்கையாகத் தூண்டப்பட்டது. ஜென்டாமைசின் சிறுநீரகத் திசுக்களில் ஆக்ஸிஜனேற்ற அழுத்தத்தைத் தூண்டி, லிப்பிட் பெராக்சிடைஷன், செல் சவ்வு பாதிப்பு மற்றும் சிறுநீரகச் செயல்பாடு குறைபாட்டிற்கு வழிவகுக்கும் என்று அறியப்படுகிறது. இது பொதுவாக இரத்த யூரியா நைட்ரஜன் (BUN), கிரியேட்டினின் மற்றும் புரோட்டீனாரியா (சிறுநீரில் புரதம் வெளியேறுதல்) போன்ற பயோ-மார்க்கர்களின் அளவு

அதிகரிப்பதன் மூலமும், ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்பு என்சைம் செயல்பாடு குறைவதன் மூலமும் பிரதிபலிக்கிறது.



### பட ஆதாரம்: AI-ஆல் உருவாக்கப்பட்ட படம்

'ஸ்வதம்ஷ்ட்ராதி கன' மருந்து அளிக்கப்பட்ட எலிகளிடம், நோய் பாதிப்பால் ஏற்பட்ட மாற்றங்கள் குறிப்பிடத்தக்க அளவில் சீரடைந்திருப்பதை ஆய்வு முடிவுகள் வெளிப்படுத்தின. முக்கியமாக, மலோன்டியால்டிஹைட் (MDA) அளவுகளில் குறிப்பிடத்தக்க குறைவு காணப்பட்டது; இது சிறுநீரக செல் சவ்வுகளில் ஏற்பட்ட ஆக்ஸிஜனேற்ற பாதிப்பு குறைந்திருப்பதை உணர்த்துகிறது. மேலும், சிகிச்சை அளிக்கப்பட்ட குழுக்களின் உடல் எடை அதிகரித்தது, இது உடலில் ஒட்டுமொத்த நச்சுத்தன்மை இல்லை என்பதைக் குறிக்கிறது.

உயிர்வேதியியல் பகுப்பாய்வில், இரத்த யூரியா நைட்ரஜன் (BUN), சீரம் கிரியேட்டினின் மற்றும் புரோட்டினூரியா அளவுகள் கணிசமாகக் குறைந்திருந்தன, குறிப்பாக அதிக மருந்தளவு அளிக்கப்பட்ட குழுவில் சிறுநீரகச் செயல்பாடு சிறப்பாக மேம்பட்டிருந்தது. சோடியம் மற்றும் குளோரைடு அளவுகள் குறைந்ததோடு, பொட்டாசியம் அளவும் சீரடைந்து மின்பகுபொருள் சமநிலை மீண்டும் நிலைநாட்டப்பட்டது. முக்கியமாக, சிகிச்சை அளிக்கப்பட்ட விலங்குகளில் ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்புத் திறன் அதிகரித்தது. சூப்பர் ஆக்சைடு டிஸ்முடேஸ் (SOD) மற்றும் கேட்டலேஸ் (CAT) போன்ற என்சைம்களின் செயல்பாடுகள் ஆரோக்கியமான எலிகளுக்கு இணையாக உயர்ந்தன. இந்த என்சைம்கள் ஆக்ஸிஜனேற்ற அழுத்தத்தைச் சமன் செய்து சிறுநீரகத் திசுக்களைப் பாதுகாப்பதில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கின்றன.

திசுப்பயன் ஆய்வில், வழங்கப்பட்ட மருந்தின் அளவைப் பொறுத்து சிறுநீரகக் கட்டமைப்பில் குணமடைதல் காணப்பட்டது. சிறுநீரக முடிச்சுகளில் ஏற்பட்ட இரத்த நெரிசல் மற்றும் திசு இறப்பு போன்ற பாதிப்புகள் இந்த மூலிகை மருந்து அளிக்கப்பட்ட விலங்குகளில் பெருமளவு குறைந்திருந்தன; இது திசுக்கள் குறிப்பிடத்தக்க அளவில் சீரமைக்கப்பட்டதைக் காட்டுகிறது. இந்த மருந்திலுள்ள டானின்கள் மற்றும் கூமிரின்சுள் போன்ற உயிரியக்கக் சேர்மங்களே இந்த விளைவுகளுக்குக் காரணம் என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் கருதுகின்றனர். இந்த வேதிப்பொருட்கள் ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்பு, வீக்க எதிர்ப்பு மற்றும் இரத்த நாளங்களை விரிவுபடுத்தும் பண்புகளைக் கொண்டுள்ளன. இவை சிறுநீரக இரத்த ஓட்டத்தை மேம்படுத்தவும், திசு நார்வளர்ச்சியைக் குறைக்கவும், நச்சு நீக்கத்தை அதிகரிக்கவும் உதவுகின்றன.

இந்த ஊக்கமளிக்கும் முடிவுகளுக்கு மத்தியிலும், இந்த ஆய்வில்

சில வரம்புகள் உள்ளதை ஆராய்ச்சியாளர்கள் ஒப்புக்கொண்டுள்ளனர். இந்த மதிப்பீடு ஆக்ஸிஜனேற்ற அழுத்தம் மற்றும் அப்போப்டோசிஸ் (செல்லுறப்பு) ஆகியவற்றில் மட்டுமே கவனம் செலுத்தியது. நோய் எதிர்ப்புத் திறன், திசு நார்வளர்ச்சி மற்றும் நாளங்களின் செயல்பாடுகள் போன்ற பிற முக்கிய வழிமுறைகள் குறித்து வருங்கால ஆய்வுகளில் ஆராயப்பட வேண்டியுள்ளது. ஒட்டுமொத்தமாக, 'ஸ்வதம்ஷ்ட்ராதி கன' மருந்தின் சிறுநீரகப் பாதுகாப்புத் திறனுக்கு இந்த ஆய்வு ஒரு வலுவான அடித்தளத்தை அமைத்துள்ளது. சிகிச்சை அளிக்கப்பட்ட எலிகளின் உடல் நிலையும் சிறுநீரகத் திசுக்களும் இயல்பு நிலைக்குத் திரும்பியிருப்பது, இந்த மருந்து ஒரு சிறந்த சிகிச்சை காரணியாக விளங்குவதற்கான சாத்தியக்கூறுகளைக் காட்டுகிறது. இருப்பினும், மனிதர்களுக்கும் நீண்டகால சிறுநீரக நோய்களுக்கும் இது எவ்வாறு பொருந்தும் என்பதை உறுதிப்படுத்த மேலதிக ஆய்வுகளும் மருத்துவ பரிசோதனைகளும் அவசியம் என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர்.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** போசான் டி. விக்ரம் இ.என், யாதவ் பி. இளவரசன் ஆர். காலிப் ஆர், பிரதீப் பி. எலிகளில் ஜென்டாமைசின் மூலம் தூண்டப்பட்ட சிறுநீரகப் பாதிப்பில் ஸ்வதம்ஷ்ட்ராதி கன மருந்தின் பாதுகாப்பு விளைவு. (Journal of Drug Research in Ayurvedic Sciences). 2026 ஜனவரி 1;11(1):68-76.

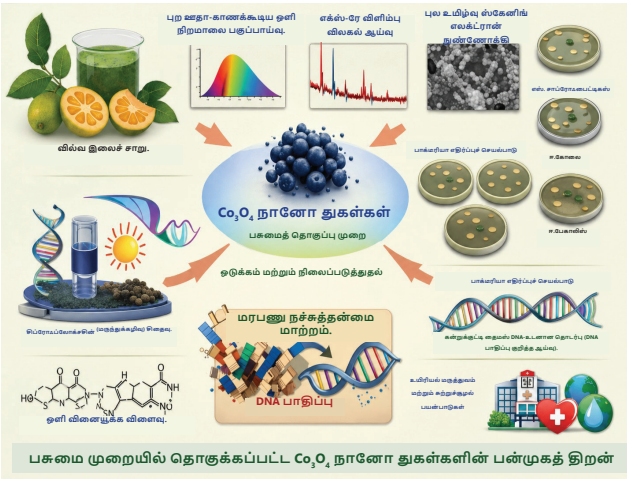
**இணைப்பு:** [https://journals.lww.com/dra/fulltext/2026/01000/nephroprotective\\_effect\\_of\\_swadarnadi\\_khana\\_a.8.aspx?context=latestarticles](https://journals.lww.com/dra/fulltext/2026/01000/nephroprotective_effect_of_swadarnadi_khana_a.8.aspx?context=latestarticles)

### வில்வ இலைச் சாற்றைப் பயன்படுத்தி உயிரியல் முறையில் தயாரிக்கப்பட்ட Co<sub>3</sub>O<sub>4</sub> நானோ துகள்கள்: உயிரிமருத்துவ மற்றும் சுற்றுச்சூழல் பயன்பாடுகளில் புதிய மைல்கல்

சுற்றுச்சூழல் நட்பு நானோ தொழில்நுட்பத்தின் ஆற்றலை ஒரு அறிவியல் ஆய்வு முன்னிலைப் -படுத்தியுள்ளது. தாவரச் சாறுகளைப் பயன்படுத்தித் தொகுக்கப்பட்ட கோபால்ட் ஆக்சைடு நானோ துகள்கள் (Co<sub>3</sub>O<sub>4</sub> NPs), சுகாதாரம் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் சீரமைப்பில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கக்கூடும் என்பதை இது நிரூபித்துள்ளது. ஆய்வாளர்கள், ஆயுர்வேதம் போன்ற பாரம்பரிய இந்திய மருத்துவ முறைகளில் பரவலாகப் பயன்படுத்தப்படும் வில்வ மரத்தின் இலைச் சாற்றைப் பயன்படுத்தி 'பசுமைத் தொகுப்பு' முறையைக் கையாண்டனர். இந்தத் தாவரச் சாறு, நானோ துகள்களை உருவாக்குவதற்கான ஒரு இயற்கை ஒடுக்கி மற்றும் நிலைநிறுத்தியாக செயல்பட்டது. இது வழக்கமான வேதியியல் தொகுப்பு முறைகளுக்கு மாற்றாக, நிலையான மற்றும் செலவு குறைந்த ஒரு வழியாகும். 'UV-விசிபிள் ஸ்பெக்ட்ரோஸ்கோபி' மூலம் இந்த நானோ துகள்களின் உருவாக்கம் உறுதி செய்யப்பட்டது; இது 2.1 eV என்ற 'பேண்ட் கேப்' ஆற்றலை வெளிப்படுத்தியது. எக்ஸ்-ரே டிஃப்ரக்டன் (XRD) மூலமான கட்டமைப்பு பகுப்பாய்வு, இந்த நானோ துகள்களின் படிகத் தன்மையை உறுதிப்படுத்தியது. அதே சமயம், ஃபீல்ட் எமிஷன் ஸ்கேனிங் எலக்ட்ரான் மைக்ரோஸ்கோபி (FE-SEM) ஆய்வானது, இவை சுமார் 60.50 நானோ மீட்டர் சராசரி துகள் அளவுடன், தனித்துவமான பாறை போன்ற வடிவத்தைக் கொண்டிருப்பதை வெளிப்படுத்தியது. மேலும், -21.3 mV என்ற 'சீட்டா பொட்டன்ஷியல்' மதிப்பானது, இது ஒரு நிலையான கூழ்ம அமைப்பைக் கொண்டிருப்பதைச் சுட்டிக்காட்டியது.

இந்த ஆய்வு, உயிரியல் முறையில் தொகுக்கப்பட்ட இந்த நானோ துகள்களின் உயிரியல் பண்புகளையும் ஆராய்ந்தது. குறிப்பாக, இந்த Co<sub>3</sub>O<sub>4</sub> நானோ துகள்கள் ஸ்டீஃபிலோகோக்கல்

சப்ரோபிடிக்ஸ், எஸ்கெரிச்சியா கோலி மற்றும் என்டோரோகோக்கஸ் பேகாலிஸ் உள்ளிட்ட பல நோய்க்கிருமிகளுக்கு எதிராக வலுவான பாக்கிரியா எதிர்ப்புச் செயல்பாட்டைக் காட்டின; இவற்றின் வளர்ச்சித் தடுப்பு மண்டலங்கள் 20 மி.மீ வரை எட்டின. சால்மோனெல்லா டைபிமூரியம் கிருமிக்கு எதிராக ஒப்பிட்டளவில் 12 மி.மீ என்ற குறைவான அளவிலான செயல்பாடே காணப்பட்டது. நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பு விளைவுகளுடன் சேர்த்து, இந்த நானோ துகள்கள் அளவிடக்கூடிய ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்புத் திறனையும் வெளிப்படுத்தின. 'DPPH ஸ்கேவெஞ்சிங்' சோதனைகளைப் பயன்படுத்தி, 100 mg/mL செறிவில் சுமார் 8.08% செயல்பாட்டு அளவை ஆராய்ச்சியாளர்கள் கவனித்தனர்; குறைந்த செறிவுகளில் இந்த அளவில் மிகச்சிறிய குறைவே காணப்பட்டது. குறைந்த மருந்தளவுகளிலும் இந்த நானோ துகள்கள் தங்களின் ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்புத் திறனைத் தக்கவைத்துக் கொள்ளக்கூடும் என்பதை இந்தக் கண்டுபிடிப்புகள் உணர்த்துகின்றன.



**பட ஆதாரம்: AI-ஆல் உருவாக்கப்பட்ட படம்**

மரபணுப் பொருட்களுடனான தொடர்புகளை ஆராய்ந்தது இந்த ஆராய்ச்சியின் ஒரு முக்கிய அம்சமாகும். இந்த நானோ துகள்கள் கன்றுக்குட்டியின் கழுத்து கணையச் சுரப்பி (தைமஸ்) டி.என்.ஏ-வுடன் வலுவான பிணைப்புத் தன்மையைக் காட்டின; இது பெரும்பாலும் π-π அடுக்கிவைப்பு மற்றும் மின்னியல் ஈர்ப்பு மூலம் நிகழ்கிறது. இதன் உள்ளார்ந்த பிணைப்பு மாற்றி (Kb), 4 x 10<sup>-2</sup> என கணக்கிடப்பட்டது; இது ஒப்பிட்டளவில் உயர்ந்த அளவிலான பிணைப்பைக் குறிப்பதோடு, மரபணு மாற்றங்களை ஏற்படுத்தும் திறனையும் உணர்த்துகிறது. சுற்றுச்சூழல் பயன்பாடுகளும் இந்த ஆய்வில் மதிப்பீடு செய்யப்பட்டன. தொகுக்கப்பட்ட இந்த நானோ துகள்கள், 'சிப்ரோஃப்ளோக்ச்சின்' எனும் மருந்துச் சேர்மத்தை ஒளிச்சிதைவு செய்வதில் சிறந்த திறனை வெளிப்படுத்தின. புற ஊதா (UV) ஒளியின் கீழ் 70 நிமிடங்களுக்குள் சுமார் 73% சிதைவை இவை எட்டின. இது கழிவுநீர் சுத்திகரிப்பு மற்றும் மாசுபடுத்திகளை அகற்றுவதில் இவற்றின் சாத்தியமான பயன்பாட்டை முன்னிலைப்படுத்துகிறது.

பாரம்பரியமாக வீக்கம், காய்ச்சல், காசநோய் மற்றும் குடல் கோளாறுகளுக்குப் பயன்படுத்தப்படும் வில்வ மரம், பாரம்பரிய அறிவை நவீன நானோ அறிவியலுடன் இணைப்பதன் மூலம் இந்த ஆய்விற்கு கூடுதல் மதிப்பினைச் சேர்க்கிறது என்று நிபுணர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர். ஒட்டுமொத்தமாக, பசுமைத்

தொகுப்பு முறையில் தயாரிக்கப்பட்ட Co<sub>3</sub>O<sub>4</sub> நானோ துகள்களின் பன்முகத் தன்மையை இந்த முடிவுகள் உறுதிப்படுத்துகின்றன. இவை பாக்கிரியா எதிர்ப்பு, ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்பு, டி.என்.ஏ பிணைப்பு மற்றும் ஒளிச்சிதைவு பண்புகளைக் கொண்டுள்ளன இத்தகைய நானோ பொருட்கள் உயிரியல் மருத்துவம், சுற்றுச்சூழல் தாய்மை மற்றும் சிகிச்சை முறைகளில் மேலும் மேம்படுத்தப்படலாம் என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் நம்புகின்றனர். வருங்கால ஆய்வுகள், வினைத்திறன் கொண்ட ஆக்ஸிஜன் இனங்களின் (ROS) உருவாக்கம், உயிரணு நச்சுத்தன்மை மற்றும் தொழில்முறைப் பயன்பாட்டிற்காக உற்பத்தியை அதிகரித்தல் ஆகியவற்றில் கவனம் செலுத்தும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** நாராயணன் எல், செல்லப்பாண்டி டி, பிரியா எஸ், திப்பசுவாமி சுவாமி சி, சரவணன் எம், கிருஷ்ணா கே.வி, அசோகன் எச், தல்லாடா வி, சித்ரா எஸ், எஸ் ஆர் எஸ், கோஷி கே. Co<sub>3</sub>O<sub>4</sub> நானோ துகள்களின் உயிரியல் வழித் தொகுப்பு: பாக்கிரியா எதிர்ப்பு, ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்பு, டி.என்.ஏ பிணைப்பு மற்றும் மருந்துச் சிதைவு ஆய்வுகளுக்கான ஒரு பன்முக அணுகுமுறை. (Journal of Sol-Gel Science and Technology). 2026 மார்ச்;117(3):85.

**இணைப்பு:** <https://link.springer.com/article/10.1007/s10971-026-07115-1>

**மருந்து ஆராய்ச்சி & மருத்துவத் தாவரக் கணக்கெடுப்பு**  
**புற்றுநோய், வீக்கம் மற்றும் நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பு ஆராய்ச்சியில் 'பிரண்டை' வலுவான சாத்தியக்கூறுகளை வெளிப்படுத்துகிறது**

எலும்பு முறிவைக் குணப்படுத்துவதற்கும், வீக்கத்தைக் குறைப்பதற்கும் பாரம்பரிய மருத்துவத்தில் நீண்டகாலமாக மதிக்கப்படும் பிரண்டை தாவரத்தின் மருத்துவத் திறனைச் சமீபத்திய அறிவியல் ஆய்வு வெளிப்படுத்தியுள்ளது. ஆராய்ச்சியாளர்கள் விரிவான மருந்தியல் மற்றும் தாவரவேதியியல் ஆய்வுகளை மேற்கொண்டு, மேம்பட்ட கணினி வழி பகுப்பாய்வுடன் இணைத்தபோது, அதன் முக்கிய உயிரியக்கச் சேர்மங்களில் ஒன்றில் நம்பிக்கையளிக்கும் மருந்து போன்ற பண்புகள் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது.

இந்த ஆய்வு, தாவரத்தின் மேக்ரோஸ்கோபிக் (புறத்தோற்றம்) மற்றும் மைக்ரோஸ்கோபிக் (நுண்ணிய அமைப்பு) அம்சங்களை உறுதிப்படுத்தும் விரிவான பரிசோதனையுடன் தொடங்கியது. உலர்த்தும்போது ஏற்படும் எடை இழப்பு, சாம்பல் மதிப்புகள், சாறு மதிப்புகள் (Extractive values) மற்றும் pH அளவு உள்ளிட்ட தரமான இயற்பியல்-வேதியியல் மதிப்பீடுகள், தாவரப் பொருளின் தாய்மை மற்றும் தரத்தை உறுதிப்படுத்தின. மேலதிக ஆய்வுகளுக்குத் தாவரத்தின் பொருத்தப்பாட்டை உறுதிப்படுத்த இந்த அளவீடுகள் அவசியமானவை. இத்தகைய அளவுருக்கள், கலப்படம் அல்லது மாசுபாட்டைக் கண்டறிவதில் முக்கியமானவை என்பதோடு, ஆய்வின் கண்டுபிடிப்புகளின் நம்பகத்தன்மையை வலுப்படுத்துகின்றன.



**பட விளக்கம்:** பிரண்டையின் உலர்த்தப்பட்ட தண்டுப் பகுதிகள் அதன் புறத்தோற்றப் பண்புகளை விளக்கும் காட்சி.

**பட ஆதாரம்:** <https://link.springer.com/article/10.1007/s44395-025-00035-z#Sec9>

ஆரம்பகட்டத் தாவரவேதியியல் ஆய்வுகள், ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்பு மற்றும் மருத்துவப் பண்புகளுக்குப் பெயர்பெற்ற ஃபிளாவனாய்டுகள், பீனால்கள் மற்றும் டானின்கள் போன்ற முக்கியமான இரண்டாம் நிலை வளர்சிதை மாற்றப் பொருட்கள் இருப்பதை வெளிப்படுத்தின. இதனைத் தொடர்ந்து, ஆராய்ச்சியாளர்கள் 'காலம் குரோமடோகிராபி' முறையைப் பயன்படுத்தி, தாவரத்தின் ஹெக்ஸேன் சாற்றிலிருந்து ஒரு முக்கிய உயிரியக்கக் கூறுகளைப் பிரித்தெடுத்தனர்.

β-சிட்ரோஸ்டெரால் என அடையாளம் காணப்பட்ட இந்தச் சேர்மம், ஒரு வெள்ளை படிகத் திண்மமாகப் பெறப்பட்டு, மறுபடிக்கமக்கல் மூலம் மேலும் தூய்மைப்படுத்தப்பட்டது. FTIR, புரோட்டான் மற்றும் கார்பன் NMR ஸ்பெக்ட்ரோஸ்கோபி மற்றும் மாஸ் ஸ்பெக்ட்ரோமெட்ரி உள்ளிட்ட மேம்பட்ட பகுப்பாய்வு நுட்பங்கள் அதன் மூலக்கூறு கட்டமைப்பை உறுதிப்படுத்தின. பீட்டா-சிட்ரோஸ்டெரால் என்பது நன்கு அறியப்பட்ட ஒரு தாவர ஸ்டெரால் ஆகும், ஆனால் இந்த ஆய்வு இந்தப் குறிப்பிட்ட மருத்துவத் தாவரத்தின் பின்னணியில் அதன் முக்கியத்துவத்தை முன்னிலைப்படுத்துகிறது.

இதன் மருத்துவத் திறனை மதிப்பிடுவதற்காக, ஆராய்ச்சிக் குழு 'இன்-சிலிகோ' மூலக்கூறு பிணைப்பு ஆய்வுகளை நடத்தியது. இந்த உருவகப்படுத்துதல்கள், பீட்டா-சிட்ரோஸ்டெரால் மற்றும் பல உயிரியல் முக்கியத்துவம் வாய்ந்த இலக்குகளுக்கு இடையே வலுவான பிணைப்புத் தன்மையை நிரூபித்தன. குறிப்பாக, இது மனித டைஹைட்ரோஃபோலேட் ரிடக்டேஸ் (hDHFR) உடன் அதிக பிணைப்பு ஆற்றலைக் காட்டியது; இது நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பு மற்றும் புற்றுநோய் எதிர்ப்பு மருந்து மேம்பாட்டில் அதன் சாத்தியமான பயன்பாட்டை உணர்த்துகிறது. அதேபோல், எண்டோடெலியல் நைட்ரிக் ஆக்சைடு சிந்தேஸ் (eNOS) உடனான குறிப்பிடத்தக்கத் தொடர்பு, வீக்க எதிர்ப்பு மற்றும் இருதய ஆரோக்கிய நன்மைகளைச் சுட்டிக்காட்டுகிறது.

மேலும் கணினி வழி பகுப்பாய்வின் மூலம், புரோஸ்டேட் மற்றும் கணையப் புற்றுநோய்களுடன் தொடர்புடைய இலக்குகளுடனும், காசநோய் தொடர்பான புரதங்களுக்கு எதிரான பாக்கிரியா எதிர்ப்புச் செயல்பாட்டிலும் சாதகமான தொடர்புகள் வெளிப்பட்டன. ADMET விவரக்குறிப்பு மூலம் இந்தச் சேர்மம் ஏற்றுக்கொள்ளத்தக்க மருந்தியல் மற்றும் மருந்து போன்ற பண்புகளைக் கொண்டிருப்பது உறுதி செய்யப்பட்டது; இது ஒரு சாத்தியமான சிகிச்சை காரணியாக அதன் நிலையை வலுப்படுத்துகிறது.

இந்த ஊக்கமளிக்கும் கண்டுபிடிப்புகள் இருந்தபோதிலும், இந்த முடிவுகள் கணினி மாதிரிகளை அடிப்படையாகக் கொண்டவை என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் எச்சரிக்கின்றனர். இதன் செயல்திறன், பாதுகாப்பு மற்றும் செயல்பாட்டு வழிமுறைகளை உறுதிப்படுத்த ஆய்வக சோதனைகள், விலங்கு ஆய்வுகள் மற்றும் மருத்துவப் பரிசோதனைகள் மூலம் மேலதிக சரிபார்ப்பு அவசியம் என்பதை அவர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர்.

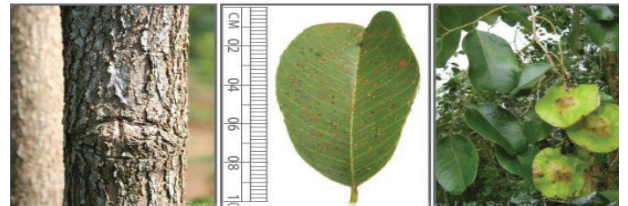
பாரம்பரிய அறிவை நவீன அறிவியல் நுட்பங்களுடன் ஒருங்கிணைப்பதன் வளர்ந்து வரும் முக்கியத்துவத்தை இந்த ஆய்வு அடிக்கோடிட்டுக் காட்டுகிறது. பாரம்பரிய மருந்தியல் ஆய்வை அதிநவீன கணக்கீட்டுக் கருவிகளுடன் இணைப்பதன் மூலம், ஆராய்ச்சியாளர்கள் தாவர அடிப்படையிலான மருந்துகளைக் கண்டறிவதில் புதிய பாதைகளைத் திறக்கின்றனர். இது பழங்கால மருந்துகளை எதிர்கால மருந்தியல் தயாரிப்புகளாக மாற்றும் ஆற்றல் கொண்டது.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** கோஷ் கே, கோபால் கே, நாராயணன் எல், கிருஷ்ணா வி.கே, பாண்டே ஏ, செளமியா எம்.சி, துர்கா கே.எஸ், பிரியா எஸ், சுசீம் எஸ்.ஆர், சித்ரா எஸ், மீனா ஏ.கே. பிரண்டையின் (*Cissus quadrangularis* L) விரிவான மருந்தியல் மதிப்பீடு, உயிரியக்கச் சேர்மத்தைப் பிரித்தெடுத்தல், கட்டமைப்பைக் கண்டறிதல் மற்றும் கணினி வழி பகுப்பாய்வு. (Discover Pharmaceutical Sciences). 2026 பிப்ரவரி 13; 2(1):6.

**இணைப்பு:** <https://link.springer.com/article/10.1007/s44395-025-00035-z#Sec9>

**சுற்றுச்சூழலுக்கு உகந்த மாற்று: எதிர்கால மருந்துகளுக்காக வேங்கை மரத்தின் வைரக்கட்டைக்கு மாற்றாக கிளைகளைப் பயன்படுத்த ஆராய்ச்சி ஆதரிக்கிறது.**

பொதுவாக பிளை அல்லது கினோ என்று அழைக்கப்படும் வேங்கை மரம், அதன் பரந்த அளவிலான மருத்துவப் பயன்களுக்காக, குறிப்பாக நீரிழிவு (பிரமேகம்), இரத்த சோகை (பாண்டு), உடல் பருமன் (மேதோதோஷம்) மற்றும் தோல் வியாதிகள் (குஷ்டம்) ஆகியவற்றை நிர்வகிப்பதில் ஆயுர்வேதத்தில் நீண்டகாலமாக மதிக்கப்படுகிறது. இந்த மரத்தின் வைரக்கட்டை பகுதி அதன் மருத்துவ குணங்களுக்காக விசேஷமாகப் போற்றப்படுகிறது.



**பட ஆதாரம்:** <https://www.asia-medicinalplants.info/pteroctarpus-marsupium-roxb>

இருப்பினும், வைரக்கட்டையைத் தொடர்ந்து சேகரிப்பது மரத்தின் உயிர்வாழ்விற்குப் பெரும் அச்சுறுத்தலாக அமைகிறது; இது மரத்தின் கட்டமைப்பை பலவீனப்படுத்துவதோடு, சுற்றுச்சூழல் பாதிப்புகள் மற்றும் பூச்சிகளால் எளிதில் பாதிக்கப்படும் நிலையை உருவாக்குகிறது. பாரம்பரிய மருத்துவத்தையும் சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பையும் ஆதரிக்கும் நோக்கில், வேங்கை மரத்தில் நடத்தப்பட்ட ஒரு ஆய்வில், இம்மரத்தின் சிறிய கிளைகள், பாரம்பரியமாகப் பயன்படுத்தப்படும் வைரக்கட்டைக்கு ஒரு நம்பிக்கையளிக்கும் மற்றும் நிலையான மாற்றாக ஆராய்ச்சியாளர்களால் அடையாளம் காணப்பட்டுள்ளன. இந்தக் கவலையை நிவர்த்தி செய்யும் வகையில், மரத்திற்கு அதிக பாதிப்பை ஏற்படுத்தாத சிறிய கிளைகள், வைரக்கட்டைக்கு ஒரு பயனுள்ள மாற்றாக இருக்கும் என்று சமீபத்திய ஆய்வு ஆராய்ந்தது. ஆராய்ச்சியாளர்கள் உயர்-செயல்திறன் மெல்லிய-அடுக்கு குரோமடோகிராபி (HPTLC), உயர்-செயல்திறன் திரவ குரோமடோகிராபி (HPLC) மற்றும் உயர்-தெளிவுத்திறன் திரவ குரோமடோகிராபி-மால் ஸ்பெக்ட்ரோமெட்ரி (LCMS/MS) போன்ற மேம்பட்ட நுட்பங்களைப் பயன்படுத்தி வைரக்கட்டை மற்றும் சிறிய கிளைகளுக்கு இடையே விரிவான தாவரவேதியியல் மற்றும் மூலக்கூறு பகுப்பாய்வுகளை மேற்கொண்டனர்.

இந்த ஆய்வின் முடிவுகள் இரண்டு தாவரப் பகுதிகளுக்கும் இடையே விசக்கத்தக்க ஒற்றுமைகளை வெளிப்படுத்தின. வைரக்கட்டை மற்றும் சிறிய கிளைகள் ஆகிய இரண்டுமே கிட்டத்தட்ட ஒரே மாதிரியான தாவரவேதியியல் விவரக்குறிப்புகளைக் கொண்டிருந்தன. குறிப்பாக, ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்பு மற்றும் நீரிழிவு எதிர்ப்புப் பண்புகளுக்குப் பெயர்பெற்ற முக்கிய உயிரியக்கக் சேர்மானான கேட்டசின், இரண்டு பகுதிகளிலும் சம அளவில் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது. பாரம்பரியமாகப் பயன்படுத்தப்படும் வைரக்கட்டைக்கு இணையான மருத்துவத் திறனைச் சிறிய கிளைகளும் கொண்டிருக்கக்கூடும் என்பதை இது உணர்த்துகிறது.

ஆய்வை மேலும் வலுப்படுத்தும் விதமாக, மூலக்கூறு பிணைப்பு ஆய்வுகள் மூலம் வீக்கம் மற்றும் நாள்பட்ட நோய்களில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கும் TNF-α புரதத்திற்கு எதிராக வலுவான பிணைப்புத் திறன் கொண்ட 21 உயிரியக்கக் சேர்மங்கள் அடையாளம் காணப்பட்டன. குறிப்பிடத்தக்க வகையில், இவற்றில் 12 சேர்மங்கள் வைரக்கட்டை மற்றும் சிறிய கிளைகள் இரண்டிலும் பொதுவாகக் காணப்பட்டன. கிராவோலெனிக் அமிலம், டெலடோசைடு-பி மற்றும் ஃபுளுசினோலோன் போன்ற சேர்மங்கள் இரண்டு தாவரப் பகுதிகளிலும் இருந்தன; இது அவை ஒரே மாதிரியான மருந்தியல் முக்கியத்துவத்தைப் பகிர்ந்து கொள்வதைக் காட்டுகிறது.

கூடுதலாக, மூலக்கூறு இயக்கவியல் உருவகப்படுத்துதல்கள், குறிப்பாக பெனெதைல் 6-காலோயில்கிளுகோசைடு போன்ற சில தாவர வேதிப்பொருட்கள், 100-நானோ விநாடி உருவகப்படுத்துதல் காலத்தில் TNF-α புரதத்துடன் மிக உயர்ந்த நிலைத்தன்மையையும் வலுவான பிணைப்பையும் வெளிப்படுத்துவதை நிரூபித்தன. இந்தத் தொடர்புகள் மரத்தின் வீக்க எதிர்ப்பு மற்றும் புற்றுநோய் எதிர்ப்புப் பண்புகளை மேலும் உறுதிப்படுத்துகின்றன.

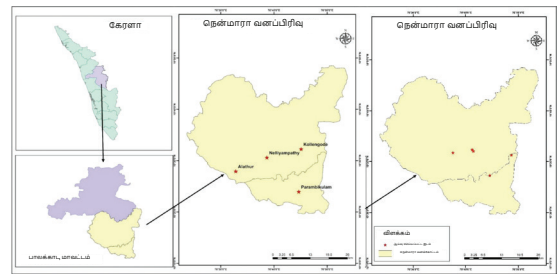
வைரக்கட்டைக்கு பதிலாகச் சிறிய கிளைகளைப் பயன்படுத்துவது வேங்கை மரங்களின் மீதான சுற்றுச்சூழல் அழுத்தத்தைக் கணிசமாகக் குறைக்கும் என்று நிபுணர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர். இது மருத்துவப் பயன்பாட்டிற்கான தட்டுப்பாடின்றி அதே சமயம் மரங்களைப் பாதுகாக்கும் நிலையான அறுவடை முறைகளை ஊக்குவிக்கும். இந்த முடிவுகள் ஊக்கமளிப்பதாக இருந்தாலும், சிறிய கிளைகளின் செயல்திறன் மற்றும் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்த மேலதிக மருந்தியல் மற்றும் மருத்துவ ஆய்வுகள் அவசியம் என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர். இருப்பினும், பாரம்பரிய மருத்துவத்தில் தாவரப் பாகங்களைப் பயன்படுத்துவது குறித்த சிந்தனையை மாற்றி அமைக்க இந்த ஆய்வு ஒரு வலுவான அறிவியல் அடித்தளத்தை வழங்கியுள்ளது.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** மீனா ஏ.கே, சர்மா பி, பிரகாஷ் ஓ, பார்தி வி, உமர் டி, சிங் ஏ, ஜெரா வி, ஸ்ரீகாந்த் என், ஆச்சார்யா ஆர். நிலையான மாற்றுப் பயன்பாட்டிற்காக வேங்கை மரத்தின் வைரக்கட்டை மற்றும் சிறிய கிளைகளின் தாவரவேதியியல் மற்றும் மூலக்கூறு பிணைப்பு பகுப்பாய்வு. (*Journal of Drug Research in Ayurvedic Sciences*). 2026 ஜனவரி 1; 11(1):38-50.

**இணைப்பு:** [https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/phytochemical\\_and\\_molecular\\_docking\\_analysis\\_of.5.aspx?context=latestarticles](https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/phytochemical_and_molecular_docking_analysis_of.5.aspx?context=latestarticles)

### கேரளாவின் பழங்குடியின அறிவு, மறைந்திருக்கும் மருத்துவத் தாவரங்களின் பன்முகத்தன்மையை வெளிப்படுத்துகிறது.

கேரள மாநிலம் பாலக்காடு மாவட்டத்தில் உள்ள நென்மாரா வனப்பகுதியில், செருதுருத்தி 'பஞ்சகர்மா தேசிய ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சி நிறுவன' ஆராய்ச்சியாளர்கள் மேற்கொண்ட சமீபத்திய மருத்துவ-இனத்தாவரவியல் ஆய்வு, உள்ளூர் பழங்குடியின சமூகங்கள் பயன்படுத்தும் மருத்துவத் தாவரங்கள் குறித்த மதிப்புமிக்க பாரம்பரிய அறிவை ஆவணப்படுத்தியுள்ளது. கேரளாவின் மிகப்பெரிய மாவட்டங்களில் ஒன்றான பாலக்காடு, நீண்டகாலமாக ஆரோக்கியம் மற்றும் வாழ்வாதாரத்திற்காக வன வளங்களையே நம்பியிருக்கும் பல இனக்குழுக்களின் தாயகமாக விளங்குகிறது. நென்மாரா வனப்பிரிவில் ஒன்பது குடியிருப்புகளில் மூன்று பழங்குடியின குழுக்கள் வசிக்கின்றனர். அவர்களின் பாரம்பரிய அறிவை ஆவணப்படுத்த, ஆராய்ச்சியாளர்கள் இந்த குடியிருப்புகளில் பருவகால கள ஆய்வுகளை மேற்கொண்டு, அந்தச் சமூகங்களால் பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படும் தாவரங்களின் மருத்துவப் பயன்பாடுகளைப் பதிவு செய்தனர்.



**பட ஆதாரம்:** [https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/ethno\\_botanical\\_composition\\_of\\_nenmara\\_forest.4.aspx](https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/ethno_botanical_composition_of_nenmara_forest.4.aspx)

அறிவியல் ஆவணப்படுத்துதலுக்காகத் தாவர மாதிரிகள் சேகரிக்கப்பட்டு, அடையாளம் காணப்பட்டு, உலர் தாவர சேகரிப்புகளாக (Herbarium samples) பாதுகாக்கப்பட்டன. இந்த ஆய்வின் மூலம் 19 குடும்பங்கள் மற்றும் 26 பேரினங்களைச் சேர்ந்த 27 தாவர இனங்கள் இனத்துவ மருத்துவ முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவையாக ஆவணப்படுத்தப்பட்டுள்ளன. இவற்றில், ஜிஞ்சிபெரேசி, அஸ்டெரேசி, யூபோர்பியேசி, அப்போசைனேசி,

வேமியேசி, அகாந்தேசி, ரூட்டேசி மற்றும் ஃபேபேசி போன்ற தாவரக் குடும்பங்கள் பாரம்பரிய மருத்துவ முறைகளில் அடிக்கடி பயன்படுத்தப்படுவது கண்டறியப்பட்டது. இலைகளே மிகவும் பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படும் தாவரப் பகுதியாக இருந்தன; இது அவற்றின் எளிதான கிடைப்புத் தன்மையையும், உள்ளூர் மருத்துவ முறைகளில் கொண்டுள்ள மருத்துவ மதிப்பையும் காட்டுகிறது. ஆராய்ச்சியாளர்கள் பல்வேறு வாழ்விடங்களில் உள்ள தாவரப் பன்முகத்தன்மையை 'சோரன்சென் ஒப்பீட்டு குறியீடு' (SI) மூலமும், வகைப்பாட்டியல் வேறுபாடுகளை 'PAST 4.03' மென்பொருள் மூலமும் பகுப்பாய்வு செய்தனர். இதன் முடிவுகள், தரிசு நிலங்களுக்கும் சிதைந்த காடுகளுக்கும் இடையே அதிகப்படியான ஒற்றுமை இருப்பதைக் காட்டின; அதே வேளையில், சிதைந்த காடுகள் இனத்துவ மருத்துவத் தாவரங்களின் உயர்ந்த வகைப்பாட்டியல் வேறுபாட்டைக் கொண்டிருந்தன. பாரம்பரிய மருத்துவ அறிவை ஆவணப்படுத்துவதன் மற்றும் பாதுகாப்பதன் அவசியத்தை இந்தக் கண்டுபிடிப்புகள் முன்னிலைப்படுத்துகின்றன. மேலும், பல்லுயிர் பெருக்கம் மற்றும் பழங்குடியினரின் சுகாதார மரபுகள் ஆகிய இரண்டையும் பாதுகாக்கும் பாதுகாப்பு உத்திகளின் தேவையையும் இவை வலியுறுத்துகின்றன. இத்தகைய மதிப்புமிக்க இயற்கை மற்றும் கலாச்சார வளங்கள் எதிர்கால சந்ததியினருக்காகப் பாதுகாக்கப்படுவதை இது உறுதி செய்யும்.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** துளசி ஆர், நாயர் பி.ஜி, தீப்தி ஜி.எஸ், ரோஹித் கே.எஸ், சித்தமல்லையா என், வெங்கடேஸ்வரவு பி, சதாசுரர் டி, ஸ்ரீகாந்த் என். கேரள மாநிலம் பாலக்காடு மாவட்டத்தின் நென்மாரா வனப்பிரிவின் இனத்தாவரவியல் தொகுப்பு. (Journal of Drug Research in Ayurvedic Sciences). 2026 ஜனவரி 1; 11(1):27-37.

**இணைப்பு:** [https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/ethno\\_botanical\\_composition\\_of\\_nemara\\_forest4.aspx](https://journals.lww.com/jdra/fulltext/2026/01000/ethno_botanical_composition_of_nemara_forest4.aspx)

## இட அமைவு முக்கியம் என்பதை காட்டும் ஆய்வு: இமயமலைப் (ராணிக்கேத்) பகுதியில் விளையும் திப்பிலி உயர்ந்த மருத்துவ வீரியத்தை வெளிப்படுத்துகிறது

ஆயுர்வேதத்தில் பரவலாகப் பயன்படுத்தப்படும் திப்பிலி தாவரத்தின் மருத்துவத் தரம், அது வளரும் இடத்தைப் பொறுத்து கணிசமாக மாறுபடுகிறது என்பதையும், குறிப்பாக இமயமலைப் பகுதிகளில் இருந்து சேகரிக்கப்பட்ட மாதிரிகள் குறிப்பிடத்தக்க அளவு அதிக சிசிச்சைத் திறனை கொண்டிருப்பதையும் ஒரு புதிய அறிவியல் ஆய்வு வெளிப்படுத்தியுள்ளது. வீக்க எதிர்ப்பு, ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்பு மற்றும் உயிர் மேம்பாடு பண்புகளுக்குப் பெயர்பெற்ற திப்பிலி, பல நூற்றாண்டுகளாகப் பாரம்பரிய மருத்துவத்தின் ஒரு முக்கிய அங்கமாக இருந்து வருகிறது. இதன் செயல்திறன் பெரும்பாலும் இதில் உள்ள பைப்பரின் (PP) மற்றும் பைப்பர்லோங்குமின் (PLG) போன்ற முக்கிய உயிரியக்கக் சேர்மங்களால் தீர்மானிக்கப்படுகிறது. இருப்பினும், இந்தச் சேர்மங்களின் செறிவு புவியியல் காரணிகளால் வலுவாகப் பாதிக்கப்படுகிறது என்பதை சமீபத்திய கண்டுபிடிப்புகள் உணர்த்துகின்றன.

இந்த ஆய்வில், ஆராய்ச்சியாளர்கள் இந்தியாவின் மூன்று வெவ்வேறு பகுதிகளிலிருந்து தாவர மாதிரிகளைச் சேகரித்தனர்: இமயமலைப் பட்டையில் உள்ள ராணிக்கேத் (Ranikhet), கேரளாவின் மேற்குத் தொடர்ச்சி மலைகள் மற்றும் பெங்களூரு. இந்த மாதிரிகள் தரப்படுத்தப்பட்ட முறைகளைப் பயன்படுத்தி விரிவான மருந்தியல், இயற்பியல்-வேதியியல் மற்றும் தாவரவேதியியல் பகுப்பாய்வுகளுக்கு உட்படுத்தப்பட்டன.

முக்கியக் குறியீடுகளைக் கணக்கிடுவதற்கு 'ரிவர்ஸ் ஃபேப் உயர்-செயல்திறன் திரவ குரோமடோகிராபி' (RP-HPLC) போன்ற மேம்பட்ட பகுப்பாய்வு நுட்பங்கள் பயன்படுத்தப்பட்டன; அதே வேளையில், ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்புச் செயல்பாடு DPPH சோதனைகள் மூலம் மதிப்பிடப்பட்டது. இந்த முடிவுகள் மண்டலங்களுக்கு இடையே வியக்கத்தக்க வேறுபாடுகளை வெளிப்படுத்தின.



ராணிக்கேத்திலிருந்து பெறப்பட்ட மாதிரியில் மிக உயர்ந்த அளவாக பைப்பரின்  $12.57 \pm 0.25 \text{ mg/g}$  மற்றும் பைப்பர்லோங்குமின்  $0.865 \pm 0.012 \text{ mg/g}$  என்ற செறிவில் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது. இதற்கு நேர்மாறாக, மேற்குத் தொடர்ச்சி மலைகள் மற்றும் பெங்களூரு மாதிரிகளில் 'பைப்பர்லோங்குமின்' இருப்பது கண்டறியப்படவில்லை. மேலும், ராணிக்கேத் மாதிரியானது ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்கும் பண்புகளுக்குப் பெயர்பெற மொத்த பீனால்கள் மற்றும் ஃபிளாவனாய்டுகளின் அதிகப்படியான அளவுகளுடன், மிகச்சிறந்த ஆக்ஸிஜனேற்ற எதிர்ப்புத் திறனையும் வெளிப்படுத்தியது.

ஆராய்ச்சியாளர்கள் தாவரத்தின் கனிகளில் அளவு மற்றும் நிறம் உள்ளிட்ட குறிப்பிடத்தக்க புறத்தோற்ற வேறுபாடுகளைக் கவனித்தனர். இது தாவரப் பண்புகளில் சுற்றுச்சூழல் நிலைமைகளின் செல்வாக்கை மேலும் உறுதிப்படுத்துகிறது. காலநிலை காரணிகள், மண்ணின் தன்மை மற்றும் கடல் மட்டத்திலிருந்து உயரம் ஆகியவை இந்த மாற்றங்களுக்குக் காரணமாக இருக்கலாம் என்றும், இது இறுதியில் தாவரத்தின் உயிர்வேதியியல் விவரக்குறிப்பு மற்றும் சிசிச்சை மதிப்பை பாதிக்கிறது என்றும் நிபுணர்கள் கருதுகின்றனர்.

குறிப்பிட்ட பகுதிகளிலிருந்து, குறிப்பாக ராணிக்கேத்திலிருந்து திப்பிலியைச் சேகரிப்பது, பைப்பர்லோங்குமின் சார்ந்த செயல்பாடுகளை நம்பியிருக்கும் மூலிகை மருந்துகளின் வீரியத்தை அதிகரிக்கும் என்பதை இந்த ஆய்வின் முடிவுகள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன. மருத்துவத் தாவரங்களின் தரக் கட்டுப்பாடு மற்றும் தரப்படுத்தலில் அவை விளையும் புவியியல் இருப்பிடத்தின் முக்கியத்துவத்தை இந்த ஆய்வு முன்னிலைப்படுத்துகிறது. மூலிகை மருந்துகளுக்கான உலகளாவிய தேவை அதிகரித்து வரும் நிலையில், இத்தகைய நுண்ணறிவுகள் சிறந்த கொள்முதல் உத்திகளுக்கு வழிகாட்டும் என்பதோடு, நிலையான வீரியத்தையும் மேம்பட்ட சிசிச்சை முடிவுகளையும் உறுதி செய்யும். பயிரிடுதல் மற்றும் கொள்முதல் முறைகளில் புவியியல் காரணிகளை ஒருங்கிணைப்பது, ஆயுர்வேதம் போன்ற பாரம்பரிய மருத்துவ முறைகளின் அறிவியல் அடித்தளத்தை வலுப்படுத்துவதோடு, நவீன தரக் கட்டுப்பாட்டுத் தரங்களுடன் அவற்றை இணைக்கும் என்றும் ஆராய்ச்சியாளர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர்.

**ஆதாரக் குறிப்பு:** மிஸ்ரோ எஸ், ஜீவன் ஏஎஸ், மௌரியா ஆர், ராதாகிருஷ்ணன் டி, போயினி டி, ராஜேஷ் வி.ஆர், ரோஹித் கேஎஸ், குமார் வி, மீனா ஏ.கே, ஸ்ரீகாந்த் என், ஆச்சார்யா ஆர். திப்பிலியின் (Piper longum Linn.) உயிரியக்கக் கட்டமைப்பு மற்றும் ஆக்ஸிஜனேற்ற ஆற்றலில் மண்டல மாறுபாடுகளின் தாக்கம். (Chemistry & Biodiversity). 2026 ஜனவரி; 23(1): e02460.

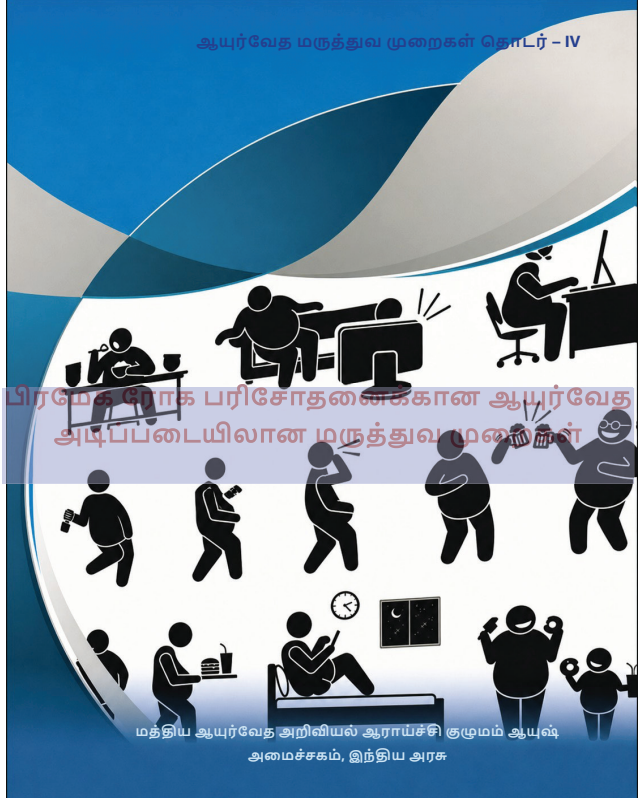
**இணைப்பு:** <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/cbdv.202502460>

## இலக்கிய ஆராய்ச்சி

### “பிரமேக ரோகத்தைப் பரிசோதிப்பதற்கான ஆயுர்வேத அடிப்படையிலான மருத்துவ முறைகள்” என்ற CCRAS புத்தகம், பிரமேக (நீரிழிவு) நோயறிதலுக்கு ஆயுர்வேத அறிவியல் துல்லியத்துடன் வழங்குகிறது.

மத்திய ஆயுர்வேத அறிவியல் ஆராய்ச்சி குழுமம் (CCRAS) வெளியிட்டுள்ள, “ஆயுர்வேத கிளினிக்கல் மெத்தட்ஸ் சீரிஸ்” தொடரின் நான்காவது தொகுப்பான “பிரமேக ரோக பரிசோதனைக்கான ஆயுர்வேத அடிப்படையிலான மருத்துவ முறைகள்” எனும் புத்தகம், வளர்சிதை மாற்ற மற்றும் சிறுநீர் கோளாறுகளுடன் தொடர்புடைய ‘பிரமேகம்’ (நீரிழிவு) நோயைக் கண்டறிவதற்கும் மதிப்பீடு செய்வதற்கும் ஒரு கட்டமைக்கப்பட்ட, சான்றுகள் அடிப்படையிலான வழிகாட்டுதலை வழங்குகிறது.

2022-ஆம் ஆண்டு வெளியிடப்பட்ட இந்தப் புத்தகம், ஆயுர்வேத அறிஞர்கள், ஆராய்ச்சியாளர்கள் மற்றும் மருத்துவர்கள் நவீன மருத்துவத் தேவைகளுக்கு ஏற்பத் தங்கள் நோய் கண்டறியும் நிகழ்வுகளை மேம்படுத்த உதவும் வகையில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. செவ்வியல் ஆயுர்வேதக் கோட்பாடுகளை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஒரு முறையான அணுகுமுறையை இது வழங்குகிறது.



**பட ஆதாரம்:** <https://publication.ccras.res.in/product/ayurveda-clinical-methods-series-iv-ayurveda-based-clinical-methods-for-examination-of-prameha-roga/>

மூன்று விரிவான பிரிவுகளாக வடிவமைக்கப்பட்டுள்ள இந்தப் புத்தகம், சரகர் சம்ஹிதை, சுஸ்ருத சம்ஹிதை, அஷ்டாங்க சங்கிரகம் மற்றும் மாதவ நிதானம் போன்ற செவ்வியல் ஆயுர்வேத நூல்களில் இருந்து எடுக்கப்பட்ட விரிவான இலக்கிய ஆய்வுகளுடன் தொடங்குகிறது. மேலும், இது NAMASTE போர்ட்டலில் இருந்து தரப்படுத்தப்பட்ட கலைச்சொற்களை ஒருங்கிணைத்து, மருத்துவ ஆவணப்படுத்தல் மற்றும் ஆராய்ச்சியில் ஒருமைப்பாட்டை மேம்படுத்துகிறது. இரண்டாவது பிரிவு, விரிவான படிவங்கள் மூலம் ஒரு புதிய, பல அடுக்கு நோய் கண்டறியும் கட்டமைப்பை அறிமுகப்படுத்துகிறது. இதில் மருத்துவரால் நிர்வகிக்கப்படும் வடிவங்கள் மற்றும் நோயாளியின் சுய-மதிப்பீட்டு வினாத்தாள்கள் அடங்கிய ஒரு ஸ்கிரீனிங் கருவி மற்றும் ‘பிரமேக-குறிப்பிட்ட நோய் கண்டறியும் படிவம்’ (PSDP) ஆகியவை அடங்கும். இந்த இரட்டை அணுகுமுறை, நோயை முன்கூட்டியே கண்டறியவும், பின்னர் பிரமேகத்தின் 20 உட்பிரிவுகளுக்குள் துல்லியமாக வகைப்படுத்தவும் உதவுகிறது. இந்த நோய் கண்டறியும் மாதிரி, தோஷம், தூஷ்யம், ஸ்ரோதஸ் மற்றும் ரோக பரீட்சை உள்ளிட்ட பரந்த அளவிலான ஆயுர்வேத மதிப்பீட்டு அளவுருக்களை உள்ளடக்கி, நோயின் முழுமையான மதிப்பீட்டை உறுதி செய்கிறது குறிப்பிடத்தக்க வகையில், சிறுநீர் பரிசோதனை மீதான வலியுறுத்தல், ஆயுர்வேத நோய் கண்டறிதலில் அதன் அடிப்படைப் பங்கை வலுப்படுத்துவதோடு, பாரம்பரிய அவதானிப்புகளை நவீன மருத்துவ நுண்ணறிவுகளுடன் இணைக்கிறது. மூன்றாவது பிரிவு, ஒரு விரிவான பயனர் கையேடாகச் செயல்படுகிறது; இது மருத்துவ நடைமுறையில் இந்தப் படிவங்களை எவ்வாறு பயன்படுத்துவது என்பது குறித்து படிப்படியான வழிகாட்டுதலை வழங்குகிறது. தெளிவான விளக்கங்கள், நேரடி மொழிபெயர்ப்புகள், ஓட்ட வரைபடங்கள் மற்றும் விளக்கப்படங்களுடன் அமைந்துள்ள இந்தக் கையேடு, பயன்படுத்துவதை எளிதாக்குவதோடு, குறிப்பாக மாணவர்கள் மற்றும் ஆரம்பகால பயிற்சியாளர்களுக்குப் பெரும் பயன் அளிக்கிறது.

ஆயுர்வேத அறிவை நடைமுறைக்கு ஏற்ற, தரப்படுத்தப்பட்ட மருத்துவக் கருவிகளாக மாற்றியது இந்தப் புத்தகத்தின் முக்கிய பங்களிப்புகளில் ஒன்று என்று நிபுணர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர். இது நோய் கண்டறியும் துல்லியத்தை மேம்படுத்துவது மட்டுமல்லாமல், சீரான தரவு சேகரிப்பையும் ஆதரிக்கிறது. இது பல மைய ஆய்வுகள் மற்றும் மருத்துவத் தணிக்கைகளுக்கு அவசியமான தேவையாகும். ஆராய்ச்சி கண்ணோட்டத்தில், கட்டமைக்கப்பட்ட இந்த மாதிரி மற்றும் வரையறுக்கப்பட்ட விளைவு மாறிகள், பிரமேகம் குறித்த எதிர்கால மருத்துவ மற்றும் அவதானிப்பு ஆய்வுகளுக்கு இப்புத்தகம் மேலும் வலுவான அடித்தளத்தை வழங்குகின்றன.

ஒட்டுமொத்தமாக, இந்த வெளியீடு சான்றுகள் அடிப்படையிலான ஆயுர்வேதத்தை முன்னெடுப்பதில் ஒரு மைல்கல்லாக அங்கீகரிக்கப்படுகிறது. பாரம்பரிய ஞானத்தை சமகால மருத்துவத் தரங்களுடன் ஒத்திசைப்பதன் மூலம், இது நோயாளியின் கவனிப்பை மேம்படுத்துவதற்கும், கல்வியை வலுப்படுத்துவதற்கும், ஆயுர்வேத நடைமுறைகளின் அறிவியல் அங்கீகாரத்தை வளர்ப்பதற்கும் ஒரு நம்பகமான வழியை வழங்குகிறது. ஒருங்கிணைந்த மற்றும் தனிப்பயனாக்கப்பட்ட மருத்துவத்தில் ஆர்வம் தொடர்ந்து அதிகரித்து வரும் நிலையில், உலகளாவிய சுகாதார நிலப்பரப்பில் ஆயுர்வேதத்தை ஒரு முக்கிய இடத்தில் நிலைநிறுத்துவதில் இத்தகைய முன்முயற்சிகள் முக்கியப் பங்கு வகிக்கும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.