ఆయుర్వేదం - ఉపయోగాలు

నిత్య 2021 క్యాలెండర్
నిత్య తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

విన్నపము

నిత్ర పబ్లికేషన్స్ తరఫున మేము భక్తి, ఆంగ్ల పరిజ్ఞానం, విద్యా రంగం.. ఇలా అనేక రకములైన పుస్తకములను పి.డి.ఎఫ్. రూపంలో పాఠకులకు సరసమైన ధరలలో అందించుచున్నాము.

కానీ కొందరు పాఠకులు తాము కొనుగోలు చేసిన పి.డి.ఎఫ్. రూపంలో ఉన్న పుస్తకాలను వాట్సాప్ మొదలైన గ్రూపులలో షేర్ చేయుచున్నారు. ఈ విధంగా షేర్ చేయబడిన పి.డి.ఎఫ్. పుస్తకము కొద్ది గంటలలోనే అన్ని గ్రూపులలోకి చేరుచున్నది. దీనివలన మా పి.డి.ఎఫ్. స్టోర్‌లో ఆ పుస్తకము అమ్మకం విషయంలో తీవ్ర ప్రభావమును చూపుచున్నది.

మేము పుస్తకాల రూపకల్పనకు అత్యంత వ్యయ ప్రయాసలకు ఓర్చి విషయసేకరణకు అనేక గ్రంథములను, అంతర్జాలము శోధించి చేసిన ప్రయత్నములు ఈ విధముగా వ్యర్థమగుచున్నవి. కావున పి.డి.ఎఫ్. పుస్తకములు కొనుగోలు చేసిన పాఠకులు దయచేసి గ్రూపులలో షేర్ చేయవద్దని మా మనవి. ధన్యవాదములతో....

- నిత్ర యాజమాన్యము

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్
నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించదలిచినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

నిత్య 2021 క్యాలెండర్ నిత్య తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడును స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

ఆయుర్వేదం ఆయుష్షుని కాపాడి వృద్ధి చేసే వేదం ఆయుర్వేద వైద్య నారాయణ ధన్వంతరి వైద్య బ్రాహ్మణులు అని కూడా అంటారు. ఇది అధర్వణ వేదానికి ఉప వేదం. 'ఆయువిందతివేత్తివా ఆయుర్వేదః' అన్నది నానుడి అనగా ఆయువును గూర్చిన విజ్ఞానం. ఇది భారత దేశంలో అతి పురాతన కాలం నుండి వాడుకలో ఉన్న వైద్యం. ఆధునిక వైద్యం వచ్చిన తరువాత ఇది కొంచం వెనకబడినా ప్రస్తుత కాలంలో తిరిగి ప్రాచుర్యాన్ని సంతరించుకుంది. శస్త్రచికిత్స చేసే కొన్ని వైద్య రీతుల్లో ఆయుర్వేదం ఒకటి. శాఖోపశాఖలుగా విస్తరించిన ఈ వైద్య ప్రక్రియలు ఆధునిక వైద్యానికి లొంగని కొన్ని రకాలైన దీర్ఘకాలిక

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్
నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడును స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

వ్యాధుల్ని, మొండి వ్యాధుల్ని సైతం నయం చేస్తాయని చెబుతారు. దీనిలో అనేక సంప్రదాయములు ఉన్నాయి.

వేదముల వలెనే ఇది మొదట బ్రహ్మచే స్వయంగా తెలుసు కొనబడినది అంటారు. తర్వాత బ్రహ్మ నుండి దక్ష ప్రజాపతి, అతని నుండి అశ్వినీ దేవతలు, వారి నుండి ఇంద్రుడు ఆయుర్వేదమును నేర్చుకున్నారన్నది పురాణ వాక్యం. ధర్మార్థ కామ మోక్షములకు అడ్డంకిగా ఉన్న అనేక వ్యాధులను నయం చేయాలన్న సదుద్దేశంతో భరద్వాజ, ఆత్రేయ, కశ్యప, కాశ్యప, నిమి మొదలగు ఋషులు జనుల యందు దయ కలవారై, త్రిలోకాధిపతియైన ఇంద్రుని వేడిరి. అప్పుడు కాయ, బాల, గ్రహ, ఊర్ధ్వాంగ (శాలక్య), శల్య, దంష్ట్ర, జరా, వృష అను 8 విభాగాలతో కూడిన ఆయుర్వేదమును ఆ ఋషుల కు ఇంద్రుడు ఉపదేశించెను. ఆ ఋషులు పరమానందముతో భూలోకమునకు వచ్చి శిష్యులకు ఉపదేశించారు. ఆ శిష్యులలో ఉత్తముడైన అగ్నివేశుడు మొదటి గా అగ్నివేశ తంత్రము అనే గ్రంథమును రచించి విశ్వ వ్యాప్తి నొందించెను. ఈ విధంగా

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

ఆయుర్వేద అవతరణ జరిగింది. నేటికి ని ఈ ఆయుర్వేదము చక్కగా అభ్యసించబడి ఆచరణలో ఉంది.

చారిత్రక ఆభివృద్ధి

ఆ గ్రంథమును చరకుడు తిరిగి వ్రాసి దానికి చరక సంహిత అని నామకరణం చేశాడు. మరియొక సాంప్రదాయం ప్రకారం శ్రీ మహా విష్ణువు యొక్క అవతారమైన కాశీ రాజైన దివోదాసు ధన్వంతరి సుశ్రుతా ది శిష్యులచేత ప్రార్థించబడిన వాడై వారికి ఆయుర్వేదమును బోధించెను. ఆ శిష్యులందరూ వారి వారి పేర తంత్రములను రచించిరి. వాటిలో సుశ్రుత సంహిత అను నది ఎంతో ప్రాచుర్యమును పొందెను. ఇది పుస్తకరూపంలో తక్షశిల, నలందా విశ్వ విద్యాలయాల లో లభ్యమౌతుంది.

ఇతర వైద్య విధానాల తో పోలిక

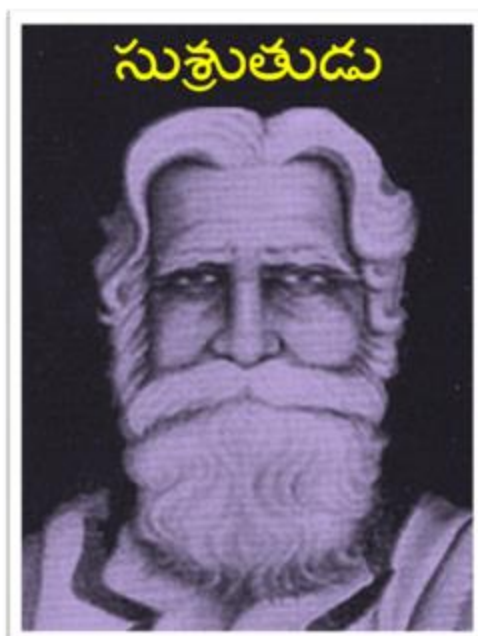
ఇతర వైద్య విధానాలతో పోల్చి చూస్తే, ఆయుర్వేదం చాలా ప్రాచీనమైనది. దానికి తోడు గా అనేక వైద్య అంశాలు విశదీకరించ బడ్డాయి. విశేషంగా శస్త్ర విద్య విషయాలు, రక్తము (blood) దాని

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించదలిచినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడును స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

ప్రాధాన్యతపై అవగాహన పెంచారు. సంగీతము, క్షవరము ఆయుర్వేదం లో ఒక భాగము.

ప్రస్తుతము ఆయుర్వేదములో పంచ కర్మ బాగా ప్రసిద్ధి చెంది ఉంది. ఈ విధానముచే కండరాలు నరములకు సంబంధించిన అనేక వ్యాధులను చికిత్స చేయవచ్చు.

వివిధ వృక్ష జాతులు, వస్తువుల ఔషధ గుణాలు, లక్షణాలను వెల్లడించే వస్తు గుణ పాఠాలు ఆయుర్వేద, యునానీ మొదలైన వైద్య విధానాల నిపుణులకు ఎంతో ఉపకరించేవి. అంతేకాక బంగారం మొదలైన వస్తువులను ధరించడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్యపరమైన ఉపయోగాలు వంటివి ఇందులో వివరిస్తారు.



సుశ్రుతుడు,

సుశ్రుతుడు ఆయుర్వేదానికి చెందిన ఒక శస్త్ర చికిత్స కుడు, అధ్యాపకుడు. క్రీ.పూ. 6వ శతాబ్దానికి చెందిన సుశ్రుతుడు, వారణాసి లో

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్ ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును. యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

జన్మించాడు. ఇతని ప్రసిద్ధ గ్రంథం సుశ్రుతుడు సంహిత వైదిక సంస్కృతంలో వ్రాయబడింది. ఈ శుశృత సంహిత లో వ్యాధులు వాటి నివారణోపాయాలు విపులంగా వ్రాయబడినవి. ఆయుర్వేద వైద్య విజ్ఞానానికి సుశ్రుతుడు గుండెకాయ వంటి వాడు. ప్రపంచంలోని యితర దేశాలు కళ్ళు తెరవక ముందే భారతదేశంలో శస్త్రచికిత్సను విజయవంతంగా నిర్వహించి ఎందరి ప్రాణాల నో కాపాడిన అపర ధన్వంతరి సుశ్రుతుడు.

కీ.పూ.600 ప్రాంతాలకు చెందిన వాడు గా చరిత్రకారులు సుశ్రుతుణ్ణి భావిస్తున్నప్పటికీ, మన భారతీయ పురాణేతిహాసాల ప్రకారం సుశ్రుతుడు 5 వేల ఏళ్ళ కంటే పూర్వం వాడే! ఉత్తర భారత దేశం లోని గంగా నదీ తీరాన వెలసిన వారణాసి పట్టణం సుశ్రుతుడి నివాస స్థానం. సుశ్రుతుడు విశ్వామిత్ర మహర్షి కుమారుడు, కాశీ రాజైన ధన్వంతరి శిష్యుడు. సుశ్రుతుడి జీవితకాలం గూర్చి భిన్న భిన్న అంచనాలు ఉన్నాయి. ప్రసిద్ధ భారత చరిత్ర పరిశోధకుడు జాన్ విల్సన్ సుశ్రుతుడు క్రీ.పూ 9-10 శతాబ్దాల నడుమ జీవించి ఉండవచ్చని

నిత్య 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

అంచనా వేశాడు. వారణాసిలో ధన్వంతరి మహర్షి వద్ద వైద్యశాస్త్రం అభ్యసించినట్టు చరిత్రకారులు పేర్కొన్నారు.

నూతన మిలీనియం సందర్భంగా 2000 సంవత్సరంలో బ్రిటన్ లోని వైద్య శాస్త్ర అంతర్జాతీయ సంస్థ ఒక జాబితాను వెలువరించింది. అందులో ప్రపంచ ప్రసిద్ధి పొందిన శస్త్ర చికిత్స వైద్యుల ఫోటోల తో, వారి వివరాలు పేర్కొన్నారు. ఆ జాబితాలో తొలి చిత్రం ఆచార్య సుశ్రుతుని ది. ఈయన ప్రపంచంలో మొట్టమొదటి శస్త్ర వైద్య శిఖామణిగా పేర్కొనడం జరిగింది. ”

వైద్య శాస్త్రంలోని ఆనాటి విభాగాలన్నిటిలో ప్రావీణ్యత సాధించడమే కాక ఒక గొప్ప శస్త్ర చికిత్సకు ని గా ఘన కీర్తి ని ఆర్జించాడు. సుఖ ప్రసవం కోసం కొన్ని క్లిష్ట పరిస్థితులలో సిజేరియన్ ఆపరేషన్ లను కూడా ఆవిష్కరించాడు. మూత్ర పిండంలోని రాళ్లను తొలగించడంలో నైపుణ్యం సాధించారు. విరిగిన ఎముకలు అతికించడంలో, కంటి శుక్లాలను రూపుమాపడంలో విశేష కృషి చేశారు.

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

ఆయుర్వేద వైద్యానికి శస్త్రచికిత్సను జోడించి, మానవులకు పరిపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని యివ్వడం లో, విపత్కర పరిస్థితుల్లో తెగిన శరీరావయవాలను శస్త్రచికిత్స ద్వారా అతికించటంలో అందె వేసిన చేయి సుశ్రుతుని ది. కొన్ని వేల సంవత్సరాల క్రితమే శస్త్రచికిత్స కోసం 120 రకాల వైద్య పరికరాలను సుశ్రుతుడు ఉపయోగించేవాడట!

తెగిన శరీర భాగాలను అతికించటం, శరీరంలో పేరుకున్న లేదా చొరబడిన విదేశీ పదార్థాలు (ఫారిన్ ఆంటీ బాడీస్) ను కనుగొని తొలగించటం, పుచ్చిన, దెబ్బతిన్న దంతాలను తొలగించడం, వరి బీజం (బుడ్డ) రోగికి హాని కలగకుండా శస్త్రచికిత్స చేసి వేరుచేయడం యివన్నీ ప్రపంచ వైద్యులకు పరిచయం చేసింది సుశ్రుతుడే!

ప్రొస్టేట్ గ్రంథిని ఏఏ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ ఎలా తొలగించాలి? ఎముకలు చిట్లడం ఎన్ని రకాలుగా ఉంటుంది? దానికి శస్త్రచికిత్స చేయడానికి సూత్రాలు ఏవి? యిలాంటి ఎన్నో శాస్త్రీయ పద్ధతులను సుశ్రుతుడు వేల సంవత్సరాల క్రితమే శోధించి మానవ జాతికి అందించాడు. ఎముకలు విరగడం అనేది 12 రకాలుగా ఉంటుందని

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించదలిసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

కనుగొన్నాడు. మూత్రనాళంలో పేరు కొనే రాళ్ళను తొలగించడం ఎలాగో సశాస్త్రీయంగా నిర్వహించి నిరూపించాడు. అతి సున్నితమైన కంటి లో ఏర్పడే శుక్లాలను తన శస్త్రచికిత్స విధానం ద్వారా విజయవంతంగా తొలగించాడు. పొట్ట భాగాన్ని, జీర్ణాశయ పొరలను చీమ తలకాయంత సన్నని సూదులతో కుట్లు చేసి అతికించి ప్రపంచాన్ని నివ్వెరపరిచాడు.

పోస్ట్‌మార్టం (శవ పరీక్ష) వేల ఏళ్ళ క్రితమే నిర్వహించి మార్గదర్శకత్వం వహించిన తొలి శాస్త్రవేత్త సుశ్రుతుడు. గర్భిణీ స్త్రీ ఉదరంలో శిశువు క్రమ వికాసం, ఫలదీకరణ దశలు, తొమ్మిది నెలల్లో గర్భాశయంలో చోటుచేసుకునే క్రమ పరిమాణాలు, శిశువు పెరుగుదలలోని దశల గురించి ఎంతో విజ్ఞానాన్ని అందించాడు సుశ్రుతుడు.

మానవ శరీర నిర్మాణం అధ్యయనం, శరీర భాగాల విశ్లేషణ వంటి వివరాలు పేర్కొన్నాడు. శస్త్రచికిత్స అనంతరం పుట్టే నొప్పిని తగ్గించేది గా ఆల్కహాల్ (మదిర) ను గుర్తించాడు. మానవ శరీరం జీవితపు

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

వివిధ దశల్లో 1120 రకాల వ్యాధులకు గురి అయ్యే అవకాశాలున్నాయని తీర్మానించాడు.

తన జీవిత కాలంలో ఎందరికో ఆరోగ్యాన్ని ప్రసాదించి, వందలాది మంది శిష్యులను తయారుచేశాడు సుశ్రుతుడు. అంతే కాక శస్త్రచికిత్సకు సంబంధించిన సమగ్ర సమాచారంలో "శుశృత సంహిత" అనే గొప్ప గ్రంథం రాశాడు సుశ్రుతుడు.

శస్త్రచికిత్స కోసం ఎముకలతో, రాతితో చేసిన పదునైన పనిముట్ల వాడకాన్ని నిషేధించాడు. శస్త్రచికిత్స చేసే వారికి కొన్ని నియమ నిబంధనలు సూచించారు. శరీర నిర్మాణ శాస్త్రం పట్ల గాఢమైన అవగాహన ఉండాలని చెప్పారు. స్వయంగా వివిధ ప్రయోగాలు చేశారు. ఆరోగ్యంగా ఉండి పిన్న వయసులో మరణించిన వ్యక్తి మృతదేహాన్ని గడ్డిలో చుట్టి, నిరంతరం ప్రవహించే నీటిలో కొద్దికాలం ఉంచి తీసిన తర్వాత శిష్యులందరి సమక్షంలో ఆ దేహాన్ని కోసి, అవయవాలకు సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని వివరించేవారు.

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించదలచినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

శుశృత సంహిత అనే ఆయుర్వేద గ్రంథం ఆయుర్వేద వైద్యులకు లభించిన మొట్టమొదటి ప్రామాణిక గ్రంథం. దీనిని సుశ్రుతుడు సంస్కృతంలో రచించాడు. ఈ "శుశృత సంహిత" లలో 184 అధ్యాయాలు ఉన్నాయి. దీనిలో మనిషి సాధారణంగా గురి కాబడే వ్యాధులు 1120 గా నిరూపించబడింది. అలాగే మానవ శరీరం నిర్మాణం తీరుతెన్నుల గురించి, ప్రతి అవయవ నిర్మాణం గురించి విపులంగా చెప్పబడింది. 700 పై బడిన ఔషధీ మొక్కల లక్షణ విశేషాలు - ఏ వ్యాధికి ఏ మొక్క ఎలా ఔషధంగా ఉపయోగపడి రోగాన్ని ఎలా తగ్గిస్తుందో ఉదాహరణ పూర్వకంగా నిరూపించబడింది. 64 రకాల ఖనిజాల నుండి మందులను ఎలా తయారు చేసుకోవాలో యివ్వబడినాయి. అంతేకాక జంతు సంబంధమైన అవయవాల నుండి 57 ఔషధాలను తయారుచేసే వైద్య విజ్ఞానం ఉంది.

సుశ్రుత సంహితలో సంపూర్ణ ఆయుర్వేద శస్త్రచికిత్సా విజ్ఞానం యిమిడి ఉంది. ఈ గ్రంథంలో ప్రధానంగా రెండు భాగాలు ఉన్నాయి.

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

మొదటిది పూర్వ తంత్ర కాగా రెండోది ఉత్తర తంత్ర, ఈ గ్రంథంలో ఆయుర్వేద శాస్త్రంలో చెప్పబడిన "అష్టాంగ హృదయం " వివరించబడింది.

ఈ గ్రంథంలో 101 శస్త్ర పరికరాల గురించి వివరించాడు. సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని నిర్వహించుటకు అందరికీ ప్రయోజనకరమైన అనువైన విధానాలతో, తేలికగా అర్థం చేసుకునే విధంగా ఈ గ్రంథ రచన చేశారు. ఈ రోజున కూడా వైద్య సమాచారం నిమిత్తం ఒక బంగారు నిధి తరహాలో ఈ గ్రంథం ఉపయోగపడుచున్నది. ఏ చిన్న సర్జరీ లేకుండా అనేకానేక వ్యాధులను నియంత్రించడానికి, తగ్గించడానికి ఎన్నో సూచనలు ఈ గ్రంథంలో చోటుచేసుకున్నాయి.

సుశ్రుతుడు ప్రకృతి ఆరాధకుడు. జంతు, వృక్ష ప్రపంచాల మీద సుదీర్ఘమైన దృష్టి సారించి అనేక అమూల్య అంశాలను వెలువరించారు. సంవత్సరంలోని భిన్న భిన్న ఋతువులలో ఆయా వాతావరణాలకు అనుగుణంగా మెసిలి, వ్యాధిరహితంగా, ఆరోగ్యంగా ఎలా మెలగాలో వివరించారు. ఏఏ కాలాల్లో ఏ

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడును స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

కూరగాయలు, ఏ పండ్లు తిన వలెనో వివరించారు. తృణధాన్యాలు, పప్పు దినుసులు వాడకం గూర్చి సోదాహరణం గా పలు ఆసక్తికర అంశాలను తెలిపారు.

సుశ్రుతుడు తన గ్రంథ రచన ప్రారంభించక పూర్వమే ప్రకృతిలో అనుసంధానమై వివిధ ప్రయోగాలు చేశారు. ఏ ఏ మొక్క మానవుని కి ఎన్ని విధాలుగా ఉపయోగపడిందో కూలంకషం గా అధ్యయనం చేశారు. అంతేకాదు, తమ గాఢ అధ్యయనం ద్వారా తన శిష్యులకు సరళంగా బోధించేవారు. ప్రాక్టికల్స్ కూడా దగ్గరుండి చేయించేవారు. శస్త్ర చికిత్సకు ప్రాధాన్యత నిస్తూనే, వైద్య చికిత్సలో వాడే మూలికలను, క్షార పదార్థాలను, లోహాలను కూడా వర్గీకరించి వివరించేవారు. దాదాపు 14 రకాల బ్యాండేజీలను ఆయా గాయాల తీవ్రత, స్థాయిల ను అనుసరించి తయారుచేసే విధానం కూడా తన గ్రంథంలో వివరించారు. గాయాలు త్వరితంగా నయం కావడానికి అతి ఉష్ణం లేదా అతి శీతల వాతావరణం గాని, పూర్తిగా తడి లేదా పూర్తిగా

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజు ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

పొడిగా ఉండడం గాని ఒకే తరహా ఫలితాలను అందిస్తాయని విశ్లేషించి వైద్య చికిత్సలో నూతన ఆవిష్కరణ చేశారు.

ఔషధాల తయారీకి ఉపయోగపడు మొక్కలు తులసి నుంచి ఆముదం వరకు, ఔషధోపయోగ గుల్మాలు సీతాఫలం మొదలైన పండ్ల గురించి, వృక్షాలు నేరేడు, మారేడు మొదలైన వాటి గూర్చి తన గ్రంథంలో వివరించటానికి పూర్తి అధ్యాయం కేటాయించాడు. వందలాది మొక్కలు, వృక్షాలు, మూలికలు, సుగంధ ద్రవ్యాలు గూర్చి, వాటిని ఉపయోగించు కొనే విధానాలను గూర్చి విశ్లేషణ చేస్తూ ఎంతో సమాచారాన్ని తన గ్రంథ రచన లో పొందుపరిచాడు.

అత్యవసరమైన పనిమీద ఒక వ్యక్తి అడవిలో నుండి ప్రయాణిస్తూ పరుగులు తీస్తున్నాడు. మార్గమధ్యంలో అకస్మాత్తుగా ఒక ప్రమాదం జరిగి అతని ముక్కు తెగిపడింది. రక్తం విపరీతంగా కారుతుండగా తెగిన ముక్కు భాగాన్ని అరచేతిలో పట్టుకొని సమీపంలోని ఒక ఋషి ఆశ్రమానికి చేరుకున్నాడు. తలుపు తట్టాడు. అర్ధ రాత్రి వేళ సుశ్రుతుడు నిద్రనుంచి మేల్కొని తలుపు తీసి చూస్తే ఒక యాత్రికుడు ముఖమంతా

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్
నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

రక్తసిక్తమై రోదిస్తూ కనిపించాడు. అతడి ముక్కు విరిగి వుండడం సుశ్రుతుడు గమనించాడు. రక్తం ధారగా ప్రవహిస్తోంది. ముందు అతడికి ధైర్యం చెప్పి లోపలికి తీసుకువెళ్లాడు.

ఆ రోజుల్లో మనిషికి మత్తు కలిగించే మందులు లేవు. నీటితో అతడి గాయాన్ని కడిగాడు. మూలికా రసంతో అద్దాడు. తర్వాత అతనికి మత్తునిచ్చే నిమిత్తం ఒక చిన్న గిన్నెడు సుర (మద్యం) ఇచ్చి తాగించాడు. అతడు నెమ్మదిగా స్పృహ కోల్పోగా, వెంటనే అతి సూక్ష్మమైన కత్తులు, సూదులతో చికిత్స ప్రారంభించాడు. ఒక ఆకు తో అతని ముక్కును కొలిచారు. అతి చిన్నది, పదునైన కత్తిని వేడి చేసి, దవడ భాగం నుంచి కొంత కండ తీసుకున్నాడు. దానిని రెండు ముక్కలుగా చేసి బహు జాగ్రత్తగా అతని ముక్కు పుటాలులో అమర్చారు. ముక్కు ఆకారాన్ని సరిచేసి, బియ్యపు పిండిని అద్ది, చందనపు (గంధం) పట్టు వేసారు. దాని మీద బూరుగు దూది ని పెట్టి, ఔషధ నూనె ను పోసి, చక్కగా కట్టు కట్టారు. వన మూలికల నుంచి సేకరించిన మిశ్రమ నూనె బాగా పనిచేసింది. రెండు రోజుల్లో అతడు

నిత్య 2021 క్యాలెండర్ నిత్య తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజు ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించదలిచినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడును స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

నెమ్మదిగా కోలుకున్నాడు. అతను ఆహార విహారాల్లో ఏ విధంగా మసలు కోవాలో ఏయే మందులు సేవించా లో వివరాలను సుశ్రుతుడు వివరించి పంపించాడు.

ప్రపంచానికి ప్లాస్టిక్ సర్జరీని పరిచయం చేసింది సుశ్రుతుడే! తెగిన భాగాలను శరీరంలోని మరొక అవయవం నుండి కొంతభాగం తీసి తెగిన చోట అమర్చి పూర్వ రూపానికి తీసుకురావడమే ప్లాస్టిక్ సర్జరీ! ప్లాస్టిక్ సర్జరీలో, రైనోప్లాస్టీ (ముక్కు నిర్మాణమును ప్లాస్టిక్ సర్జరీ ద్వారా సరిదిద్దడం) మీద ప్రఖ్యాతి చెందిన, సాధికార గ్రంథం "సుశ్రుత సంహిత" రాశాడు.

ప్లాస్టిక్ సర్జరీకి సంబంధించిన మూల సూత్రాలను సుస్పష్టంగా వివరించాడు సుశ్రుతుడు. అతి సున్నితమైన శరీర భాగాల నుండి చర్మాన్ని వేరుచేసి కొత్త చర్మంతో కప్పడం, కండరాలను తిప్పి దెబ్బతిన్న భాగాలపై మేకప్ చేయడం, పూర్తిగా కాలిన చర్మాన్ని తొలగించి కొత్త చర్మం కప్పడం వంటి ప్లాస్టిక్ సర్జరీ శస్త్రచికిత్సా

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడును స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

విధానాన్ని వైద్యులకు స్పష్టంగా అవగాహన కలిగించారు సుశ్రుత మహర్షి తన "సుశ్రుత సంహిత" గ్రంథంలో!

పాశ్చాత్య అల్లోపతీ విధానం పుట్టక ముందు ఎన్నో వేల సంవత్సరాలకు పూర్వమే ఆయుర్వేదాన్ని పెంచి పోషించి, అధునాతన శస్త్రచికిత్సా నిపుణులకు సైతం అచ్చెరువు గొ లిపే విధంగా విజయవంతమైన ఎన్నో శస్త్ర చికిత్సలను జరిపి ప్రపంచ వైద్యులకు మార్గదర్శిగా నిలిచిన క్రాంతి దర్శి సుశ్రుత మహర్షి.

సుశ్రుతుడు రాసిన గ్రంథ రచన ఆధారంగా ఈయన స్వయంగా అనుసరించిన వైద్య చికిత్సా విధానాలు అనేకం తెలియ వస్తాయి. శస్త్ర చికిత్సను అతి నైపుణ్యంతో నిర్వహించడానికి కొన్ని జంతువుల వెంట్రుకలను, బాగా ఎదిగిన వెదురు చెట్ల బొంగులను, కొన్ని ప్రత్యేక లక్షణాలు కలిగిన చెట్ల బెరడుతో చేసిన కుంచెలను వాడేవారు. వైద్యుడి వేష భాషలు ఎలా ఉండాలో ముఖ్యంగా ప్రవర్తన ఏ తీరులో ఉండాలో చెప్పారు. మంచి ఆరోగ్యంలో ఉండి, పూర్తి చేతనతో,

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

ఉత్సాహంగా శస్త్రచికిత్సలు చేయాలన్నారు. శస్త్ర పరికరాలను ఎప్పటికప్పుడు ఉష్ణ జలంతో పరిశుభ్ర పరచాలని హితవు పలికారు.

సున్నితమైన అవయవాలను అతికించే ముందు ఏ మాత్రం అవకాశం ఉన్నా పూర్వ కర్మ చికిత్స (ఫిజియో థెరపీ) ను ఆ వ్యక్తికి అందించాలని, అప్పుడే శస్త్ర చికిత్సకు సం సిద్ధుడై, చికిత్స అనంతరం త్వరిత గతిన స్వస్థతను పుంజుకుంటాడని వివరించారు. మానవులకు హాని కలిగించే, వ్యాధులను ఏర్పరచి క్రిమికీటకాలను పేర్కొంటూ వాటిని వర్గీకరణ చేశారు. ఏ క్రిమి/కీటకం దాడి చేసి అనారోగ్యం కలిగిస్తే ఏవిధమైన మూలికా వైద్యం అవసరమో వివరించారు.

మెదడు (పెద్ద మెదడు) లో చిక్కుకుపోయిన శల్యాన్ని వెలుపలి కి తీసుకు రావటానికి కూడా చికిత్సను సూచించారు. కపాలానికి రంధ్రం చేసి, మెదడులోని శల్యాన్ని తీసే విధానానికి అంకురార్పణ చేశారు. శరీరంలో ప్రవహించే రక్తంలో అతి సూక్ష్మ క్రిములు పుట్టి, ధమనులు సిరలలో జీవిస్తూ పలురకాల అస్వస్థతలకు గురిచేయగలవని, నిర్లక్ష్యం చేస్తే ప్రాణానికి ముప్పు ఏర్పడుతుందని

నిత్య తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

చెప్పారు. ఈ విధంగా మానవుడికి దాపురించే వ్యాధికారకాలు, చికిత్సా విధానాలను తమ గ్రంథ రచనలో ఇమిడ్చి, మానవ జాతికి మహోపకారం చేశారు. ఈనాటికీ వైద్య విజ్ఞాన కోశంగా ఉపయోగపడుతున్న "సుశ్రుతసంహిత" లోని ముఖ్యాంశాలు దేశ దేశాల వారికి మౌలిక ప్రయోజనకరంగా ఉన్నాయి. సుశ్రుతుడు అంకురార్పణ చేసిన అనేక వైద్య చికిత్సలు ఆయుర్వేద వైద్య విధానం ద్వారా మనకు పరిచయం కావడంతో ఏమంత విశేషంగా అనిపించక పోవచ్చు.

సుశ్రుతుని గ్రంథ రచనలు కొన్ని టిబెట్ ప్రాంతానికి ఆ కాలంలోనే తరలి వెళ్ళాయి. ఈయన వైద్య సంప్రదాయానికి చెందిన శల్య చికిత్సకు లు ఉండేవారని, వారు ఉపయోగించిన శస్త్ర పరికరాలు చిత్రపటములే కాక, ఆయా పరికరాలలో కొన్ని పురావస్తు పరిశోధకులకు లభించినట్లు తెలియవచ్చింది. క్రీ.పూ. 8 వ శతాబ్దానికి చెందిన ఈయన గ్రంథం "అమృత అష్టాంగ హృదయ గుహ్యోపదేశ తంత్ర" ఈ రోజున మన దేశంలో లభించదు.

నిత్య 2021 క్యాలెండర్ నిత్య తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించదలచినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడును స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

అయినప్పటికీ ఈ గ్రంథం అనువాదం టిబెట్ లో "గుష్టి" (నాలుగు వైద్య శాస్త్ర తంత్రములు) పేరుతో లభిస్తున్నవి.

సుశ్రుతుడు, చరకుడు సృజించిన వైద్య విధానాలు క్రీస్తు పూర్వ కాలంలోనే ఆగ్నేయాసియా, ఉత్తర ఆసియా, మధ్య ప్రాచ్య దేశాలలో బాగా వాడుక లో వున్నాయని రూఢి అయింది. మధ్య ప్రాచ్యంలో ఏడవ శతాబ్దిలోనూ చరకుని గ్రంథాలు, సుశ్రుతుని వైద్య సంహితలు అరబ్బీ భాష లోకి తర్జుమా చేయడం జరిగింది. ముస్లిం ప్రముఖ చరిత్రకారుడు ఫరిస్తా రాసిన చరిత్ర రచన ఆధారంగా మరి 16 ప్రాచీన భారతీయ వైద్య శాస్త్ర గ్రంథములు కూడా 8 వ శతాబ్దం నాటికి అరబ్బులకు పరిచయం కాగలిగాయి.

ఫరిస్తా రాసిన రాతల ప్రకారం మరికొన్ని ఆసక్తికర అంశాలు తెలియ వస్తాయి. మహమ్మదీయ ప్రముఖుడు ఖలీఫా హరున్ అల్ రషీద్ కు అత్యవసర వైద్యం చేయడానికి "మనక్" అనే భారతీయ వైద్యుడిని హడావుడిగా అరేబియాకు పిలిపించుకున్నారు. ఆ తర్వాత "మనక్" బాగ్దాద్లో స్థిరపడి అక్కడి ఆస్పత్రికి అధికారిగా నియమితులైనట్లు,

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజు ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

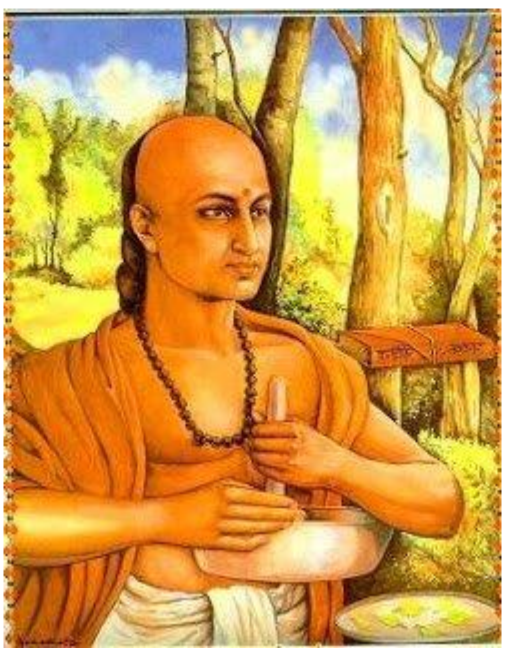
మనక్ తో పాటు మరో ఆరుగురు భారతీయ వైద్యులను తమ దేశానికి ఆహ్వానించినట్లు మొదలగు చారిత్రాత్మక ఆధారాలను ఫరిస్తా తన గ్రంథ రచనలో పేర్కొన్నాడు.

చరకుడు

ఆయుర్వేద శాస్త్రానికి సుశ్రుతుడు గుండెకాయ అయితే చరకుడు వెన్నెముక వంటి వాడు. భారతీయ ఆయుర్వేదానికి అనితరసాధ్యమైన పరిపూర్ణత సాధించి పెట్టిన చరకుడు క్రీ.పూ.8 వ శతాబ్దానికి చెందినవారు. మన పురాణాలలో "చరకులు" అంటే సంచరిస్తూ వైద్యం చేసేవారు గా చెప్పబడింది. చరకుడు తన శిష్య వైద్యులతో గ్రామాలు తిరుగుతూ అక్కడి ప్రజలకు అవసరమైన వైద్య సేవలు అందించేవాడని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. కొన్ని సంవత్సరాల తరువాత రోగులకి వైద్యం అవసరం కోసం క్షవరం అవసరమైనది, ఆ తరువాత కాలములో కొంతమంది "చరకులు" కాస్తా "క్షురకులు" గా మార్పు చెందారు. చరకుడు కాశ్మీరునకు సంబంధించినవాడు.

నిత్య 2021 క్యాలెండర్ నిత్య తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

ప్రాచీన ఆయుర్వేద గ్రంథాలలో చరకుని గురించి ఒక ఆసక్తిదాయకమైన కథ ఉంది. క్షీరసాగర మథనంలో పుట్టిన ధన్వంతరి మొదటగా ఆయుర్వేద విజ్ఞానాన్ని సర్ప రాజైన ఆదిశేషుకి ఉపదేశించాడు. ఒకసారి ఆయన భూలోకానికి వచ్చి తీవ్రమైన ఒకానొక వ్యాధికి గురయ్యాడు. కదలడానికి కూడా కష్టమైపోయింది. ఈ విచిత్ర పరిస్థితిలో తన వ్యాధిని పోగొట్టుకోవాలంటే ముని కుమారునిగా జన్మించిన ఆదిశేషునే చరకునిగా చెబుతారు. "చర" అంటే భూమి మీద సంచరించేవి అని అర్థం.



చరకుడు గొప్ప ఆయుర్వేద శిఖామణి. సుశ్రుతుడి లాగానే చరకుడు కూడా "చరక సంహిత" అనే గొప్ప ఆయుర్వేద సమగ్ర విజ్ఞాన గ్రంథం రచించాడు. చరకుని ఆయుర్వేద పరిజ్ఞానం మహోత్కృష్టమైనది. చరక సంహిత వెలువడిన కొన్ని శతాబ్దాల

నిత్ర 2021 క్యాలెండర్ నిత్ర తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజూ ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.

తరువాత కూడా అనేక మంది వైద్య శాస్త్రవేత్తలు చరక సంహితను మళ్ళీ మళ్ళీ తిరిగి రచించి ఎన్నో వ్యాఖ్యానాలు రాశాడు. వాళ్ళ లో కాశ్మీకరుడు, ధృవ బాల మొదలైన వాళ్ళు ముఖ్యులు. "చరకసంహిత" క్రీ.శ.987 లో అరబ్, పర్షియన్ భాషల్లోకి అనువదించబడింది.

శరీరానికి కలిగే వ్యాధులు ముఖ్యంగా వాత, పిత్త, శ్లేష్మ దోషాల వల్లే కలుగుతాయని సిద్ధాంతీకరించాడు చరకుడు. ఆయుర్వేద వైద్యుల చిట్టాలో ముఖ్య ఔషధాలలో ఒకటైన ఉసిరికాయ, తానికాయ, కరక్కాయలతో తయారైన త్రిఫల చూర్ణం చరకుడు ప్రసాదించినదే! అలాగే వ్యాధికి జరిపే చికిత్సకంటే ముందు వ్యాధి కారణాలను కనుగొనడం ముఖ్యమని ప్రతిపాదించాడు చరకుడు. క్యాన్సర్ కణాలకు, పక్షవాతం, మూర్ఛ, కుష్టు వ్యాధి, చూపు మందగించటం లేదా పూర్తిగా పోవడం వంటి వ్యాధులకు అతి సులభమైన నివారణోపాయాలను చరకుడు తన చరక సంహితలో పొందుపరిచాడు.

నిత్య 2021 క్యాలెండర్ నిత్య తెలుగు క్యాలెండర్
ప్రతిరోజు ఆ రోజు విశేషాలతో నోటిఫికేషన్లు మొదలైన మరెన్నో విషయములు గురించి తెలుగులో మీకు ఈ యాప్‌లో లభించును.
యాప్‌ను ఉపయోగించవలసినవారు ఈ క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి. లేదా bit.ly/telugucalendar2020 ని ప్లేస్టోర్‌లో డౌన్‌లోడ్ చేసుకోగలరు.