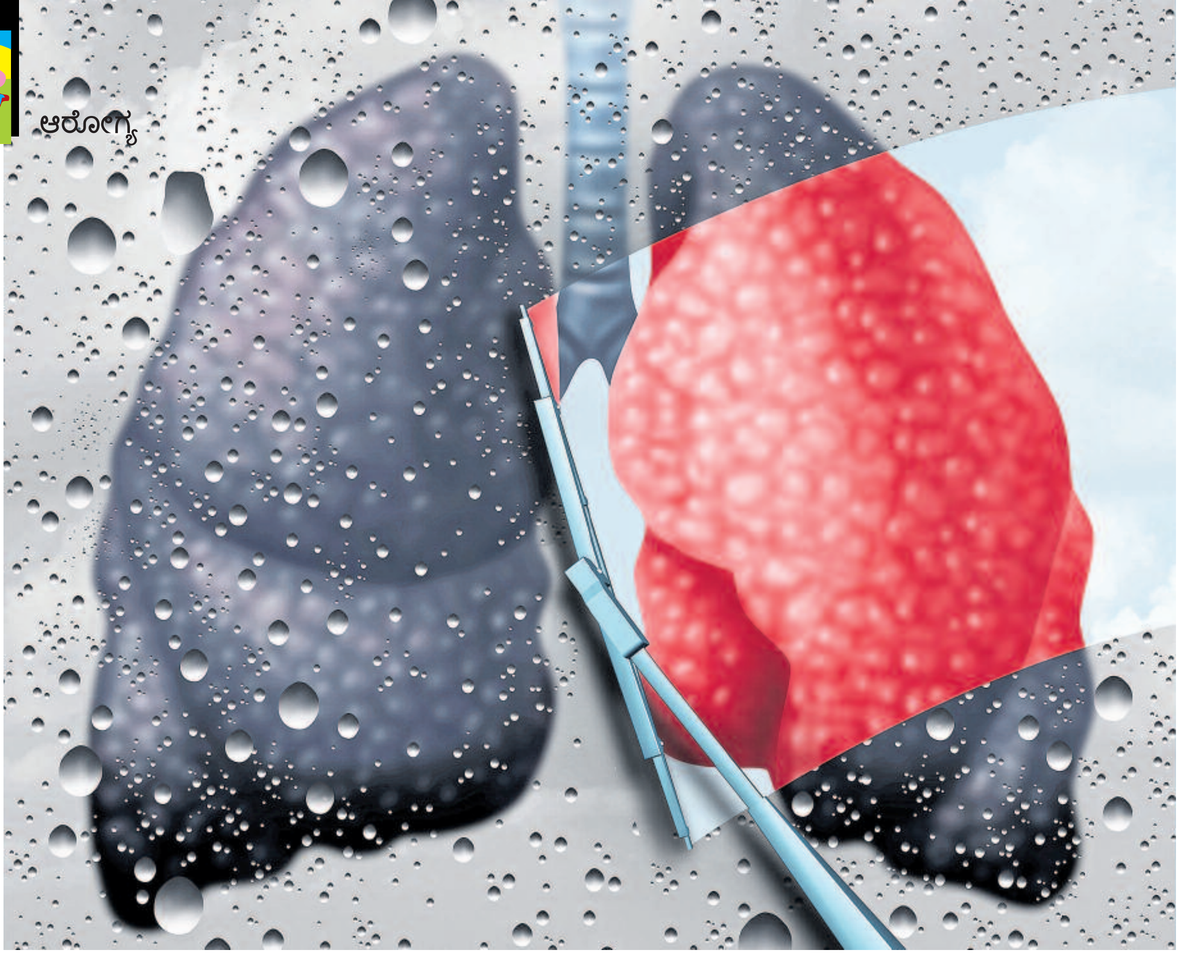

ಆಸ್ತಮಾಕ್ಕೆ ಅಮೃತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪುಟ್ಟ ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ವಯೋವೃದ್ಧರವರೆಗೆ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಾಡುವ ರೋಗ ಆಸ್ತಮಾ ಮತ್ತು ಸೈನುಸೈಟಿಸ್. ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಇವೆರಡಕ್ಕೂ ಉತ್ತಮ ಔಷಧಿಗಳಿವೆ.

■ ಡಾ. ಜಿ. ನರಸಿಂಹಸ್ವಾಮಿ

ಆಸ್ತಮಾ ಶೀತ ಪ್ರಕೃತಿಯ ದೇಹ ಇರುವವರನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಾಧಿಸುವ ರೋಗವಾದರೂ ಚಳಿಗಾಲದ ಥಂಡಿ ಗಾಳಿಗೆ ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದವರನ್ನೂ ಕಾಡುತ್ತದೆ.

ಶೀತ ಮತ್ತು ಸೈನುಸೈಟಿಸ್ ಜನರನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಾಡುವ ತೊಂದರೆ, ಆದರೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನಂತಹ ಮಹಾನಗರದಲ್ಲಿ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ 3 ಅಥವಾ 4 ಬಾರಿಯಾದರೂ ಇದು ಬಾಧಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಋತು ವೈಪರೀತ್ಯ. ಎಲ್ಲಾ ರೋಗಗಳಿಗೂ ಮೂಲವಾಗಿ ಮೊದಲು ಶೀತಬಾಧೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಮೂರು ದಿವಸ ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ರೋಗದ ಲಕ್ಷಣವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಸೀನುವಿಕೆ, ತಲೆನೋವು, ಉಸಿರು ಕಟ್ಟುವಿಕೆ, ಕೆಮ್ಮು, ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಸೊರಗುಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಆಯಾಸ ಇವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಶೀತದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು. ಇವು 2 ರಿಂದ 14 ದಿವಸಗಳವರೆಗೆ ಇರುತ್ತವೆ. ಇದರ ಹೊರತಾಗಿ ಶೀತವೇನಾದರೂ ಪದೇ ಪದೇ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಬಹಳ ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಕಾಡಿದರೆ ಅದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಶೀತವೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅಲರ್ಜಿ ಅಥವಾ ಸೈನುಸೈಟಿಸ್ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಸೈನುಸೈಟಿಸ್

ಮೂಗಿನ ಒಳ ಪದರದ (ಮ್ಯೂಕಸ್ ಮೆಂಬ್ರೇನ್) ಹಣೆ ಮತ್ತು ಮುಖದ ಮೂಳೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ರಂಧ್ರಗಳ ಒಳಭಾಗವು ಸೋಂಕಿಗೊಳಗಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ರಂಧ್ರಗಳಿಂದ ಸೋಂಕಿಗೊಳಗಾದ ದ್ರವವು ಮೂಗಿನೊಳಗೆ ಸೋರಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂಗಿನ ಒಳಪದರದ ಉರಿಯೂತದಿಂದಾಗಿ ದ್ರವವು ಸ್ರವಿಸದೆ ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ತೀವ್ರವಾದ ನೋವು, ಕೀವು ಮತ್ತು ದುರ್ಗಂಧಯುಕ್ತ ಕಫಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮೂಗಿನ ಒಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ನಿರ್ವಾತ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಣ್ಣುಗಳ ಮೇಲ್ಭಾಗ, ಮಧ್ಯಭಾಗ ಮತ್ತು ಹಿಂಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ನೋವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಗಲ್ಲದ ಭಾಗದಲ್ಲೂ ನೋವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಸೋಂಕಿಗೊಳಗಾದ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು ಮತ್ತು ತಲೆನೋವು ಬೆಳಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದು ಸಂಜೆಯ ವೇಳೆಗೆ ಕ್ಷೀಣಿಸುತ್ತದೆ. ಹಣೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದ ನೋವಿರುತ್ತದೆ. ಮೂಗಿನ ಒಳಪದರದ ಉರಿಯೂತದಿಂದ ಸ್ರವಿಸುವಿಕೆ ನಿಂತು ನಿರ್ವಾತ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದಾಗಿ ಹಳದಿ ಹಸಿರು ಬಣ್ಣ ಮಿಶ್ರಿತ ಕೀವು ಮೂಗಿನಿಂದ ಹೊರಬರಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ವಾಸನಾ ಶಕ್ತಿ, ರುಚಿ ನೋಡುವ ಶಕ್ತಿ ಕುಂದುತ್ತದೆ. ಜ್ವರ ಬಂದಂತಾಗಿ ಗಂಟಲು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಕೆಮ್ಮು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಂತಹ ಸೈನಸ್ ಇನ್‌ಫೆಕ್ಷನ್ (ಸೋಂಕು) ಗುಣವಾಗಲು ಬಹಳ ದಿನಗಳು ಬೇಕಾಗುವುದು ಅಥವಾ ದೀರ್ಘ ಕಾಲದ ವ್ಯಾಧಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಬಹುದು. ಕೆಲವು ಸಲ ದೀರ್ಘ ಕಾಲದ