Dr Vivek M. Chaudhari

M.D. Dravyaguna, PhD (Scholar)

Asst. Professor
Dept. Dravyaguna Vidnyan
Sumatibhai Shah Ayurved Mahavidyalaya, Pune
Consultant
Shashwat Ayurved Multispeciality Clinic & Panchakarma Center, Pune

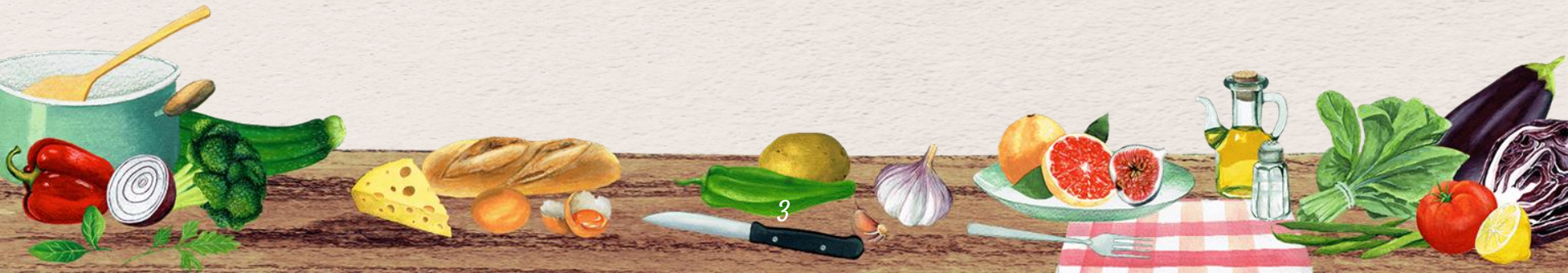
प्राणः प्राण भूतानाम् अन्नः । (अ.स.)

(अर्थात् प्राणियों में प्राण आहार ही होता है।) नित्य हिताहार विहार सेवी, समीक्ष्यकारी विषयेष्वशक्त। दाता समः सत्यपराक्षमावान् आप्तोपसेवी च भवन्त रोगः ।। (चरक))

व्यक्ति को प्रतिदिन हितकारी आहार का सेवन करना नितान्त आवाश्यक है। साथ ही दिनचर्या भी नियमित होनी चाहिए जो व्यक्ति समस्त क्रियाओं को विचारपूर्वक करता है, इन्द्रियों के विषयों में लिप्त नहीं होता, हमेशा दूसरों को ही देने की भावना रखता है, दानशील होता है, सभी में समान भाव रखती है, सत्यवादी और क्षमावान तथा अपने पूज्य व्यक्तियों के वचनों का पालन करता है, वह प्रायः रोगों से दूर रह सकता है।

आरोग्यं भोजनाधीनम् (काश्यपसंहिता, खि. 5.9)

सबसे पहले तो हमें यह जान लेना चाहिये, जैसा कि महर्षि कश्यप कहते हैं, कि आरोग्य भोजन के अधीन होता है।. सारा खेल भोजन का है। इस महावाक्य का अर्थ यह मानिये कि खाने को खानापूर्ति की तरह मत लीजिये।



अन्नं वृत्तिकराणां श्रेष्ठम् (च.सू. 25.40)

शरीर में दृढ़ता लाने वाले पदार्थों में अन्न सबसे श्रेष्ठ है

आहारः प्रीणनः सद्यों बलकृददेहधारकः । आयुस्तेजः समुत्साहस्मृत्योजोऽग्निविवर्द्धनः। (सु.चि. 24.68):

आहार से संतुष्टि, तत्क्षण शक्ति, और संबल मिलता है, तथा आयु, तेज, उत्साह, याददाश्त, ओज, एवं पाचन में वृद्धि होती है। सन्देश यह है कि साफ़-सुथरा, प्राकृतिक और पौष्टिक भोजन शरीर, मन और आत्मा की प्रसन्नता और स्वास्थ्य के लिये आवश्यक है।

Dhanya

नाम	मुद्ग(मूग)	माष(उडीद)
रस	मधुर,कषाय	मधुर
वीर्य	शीत	उष्ण
विपाक	कटु	अम्ल
इतर गुण	रुक्ष, ग्राही, लघु, विशद	स्निग्ध, गुरु, सर
दोष	कफपित्तहर	कफपित्तकर वातहर
धातु	पुष्टीप्रद, बल्य	शुक्रविरेककृत,मेदोकर,
मल	विबंधकृत	मलवृद्धीकर
विशिष्ट कर्म	वर्ण्य व्रणशोधक (सूप करण्याकरता सर्वोत्तम)	तर्पण,सारक, बल्य अभिष्यदी
रोगघ्नता / उपयोग	कफघ्न, मेदोघ्न, ज्वरघ्न	पक्तिशूल, अर्दित, श्वास, अर्श, वातव्याधी

नाम	राजमाष(चवळी)	मकुष्ठ(मटकी)
रस	मधुर,कषाय	मधुर
वीर्य	=====	शीत
विपाक	मधुर	मधुर
इतर गुण	विशद,गुरु,रुक्ष	रुक्ष,लघु
दोष	कफहर,वातकर	वातकर
धातु	बल्य,शुक्रनुत, स्तन्यवर्धक	=====
मल	सर,मलवृद्धीकर	संग्राही
विशिष्ट कर्म	रुचिप्रद,सतर्पण	कृमिकर
रोगघ्नता / उपयोग	अम्लपित्त	ज्वर, रक्तपित, छर्दि

नाम	निष्पाव(पावटा)	आढकी(तूर)
रस	मधुर,कषाय	मधुर,कषाय
वीर्य	उष्ण	शीत
विपाक	अम्ल	=====
इतर गुण	रुक्ष,लघु	रुक्ष, लघु,
दोष	वातपित्तकर, कफहर	वातकर कफपित्तहर
धातु	स्तन्यवर्धक अस्त्रकृत, शुक्रनाशक	=====
मल	मूत्रल, सर, विष्टंभी (कैयदेव)	ग्राही
विशिष्ट कर्म	विदाही	वर्ण्य
रोगघ्नता / उपयोग	शोय, चिपरोग	कृमि, विषघ्न

नाम	मसूर	कलाय(वाटाणा)
रस	कषाय,मधुर	मधुर,तिक्त,कषाय
वीर्य	शीत	शीत
विपाक	मधुर	मधुर
इतर गुण	स्निग्ध, गुरु, सर	रुक्ष,संग्राही
दोष	पित्तकफ वातकर	कफपित्तहर, वातकर
धातु	बल्य	=====
मल	ग्राही	=====
रोगघ्नता / उपयोग	आध्मानकारक,वर्ण्य	खञ्जत्व, पंगुत्वकारी

नाम	चणक(हरभरा)	कुलत्थ (कुळीथ)
रस	कषाय,मधुर	मधुर,कषाय
वीर्य	शीत	उष्ण
विपाक	=====	अम्ल
इतर गुण	लघु,रुक्ष	रुक्ष,लघु
दोष	वातकर,पित्तकफहर	वातपित्तकर,कफहर
धातु	पुंसत्वनाशक,पुंसत्वकारक	स्तन्यवर्धक अस्त्रकृत, शुक्रनाशक
मल	कषाय,मधुर	मधुर,कषाय
रोगघ्नता / उपयोग	ज्वर	शोथ, अर्श, हिक्का, आध्मान, आनाह, शुक्राश्मरी, श्वास, कास, पीनस, मेदोविकार, कृमि, अश्मरी

	शाली (तांदूळ)	व्रीही	गोधूम (गहू)
रस	मधुर,कषाय	मधुर	मधुर
विपाक	मधुर	अम्ल	मधुर
वीर्य	शीत	शीत	शीत
दोष	पित्तघ्न, ईषत् वातकफकर	त्रिदोषघ्न	वातपित्तघ्न, कफकृत
धातु	बृहण, वृष्य, बल्य	बल्य	बृंहण, बल्य, संधानकृत्, शुक्रकर
मल	बद्ध, अल्पवर्चस्	ग्राही	
गुण	लघु, स्निग्ध	स्निग्ध, ग्राही, लघु, मृदू, अल्पाभिष्यंदी	स्निग्ध, गुरु, सर
कर्म	मूत्रल		वर्ण्य, जीवन, स्थैर्यकृत्
रोगघ्नता	ज्वर	ज्वर	व्रण

	यव (जव)	रकत शाली
रस	मधुर	मधुर,कषाय
विपाक	मधुर	कटु
वीर्य	शीत	शीत
दोष	पित्तकफघ्न, वातकर	त्रिदोषघ्न
धातु	मेदोघ्न	शुक्रकर, बल्य
मल	प्रबध्द मूत्र, बहुवर्चस्	मूत्रल
गुण	रुक्ष, गुरु, मृदू, अनभिष्यंदी पिच्छिल, लेखन, लघु (च.)	स्निग्ध, लघु, तीक्ष्ण, रुक्ष
कर्म	मेधावर्धक, अग्निवर्धक, स्थैर्यकृत्	वर्णकृत्, हृद्य, व्रणरोपक
रोगघ्नता	प्रमेह, तृष्णा, पीनस, श्वास, कास	तृष्णा, ज्वर,विष, उरुस्तंभ,कण्ठरोग, त्वचारोग,कफरोग

Shaka

	अगस्ति (हादगा)	कदली कुसुम (केळाचा फुल)	शेवग्याचा पुष्प
रस	तिक्त, कषाय	मधुर, कषाय, तिक्त	कटु
विपाक	कटु	कटु	कटु
वीर्य	शीत, नातिशीतोष्ण	शीत,	उष्ण
दोष	कफपित्तघ्न, वातकर	त्रिदोषघ्न	वातपित्तघ्न, कफकृत
मल	ग्राही		ग्राही
गुण	स्निग्ध, गुरू	तीक्ष्ण	रुक्ष, गुरु
कर्म	दीपन	नेत्र्य, स्नायुशोथकृत्	
रोगघ्नता	चातुर्थिक ज्वर, नक्तान्ध श्वेतप्रदर	रक्तपित्त, क्षय	कृमि, विद्रधि, गुल्म, प्लीहा रक्तपित्त, अ. प्रतिश्याय कास, कर्णरोग

	तण्डुलियक (तांदुळजा)	पालक्य (पालक)	घोटिका (घोल्
रस	मधुर	मधुर, कषाय	लवण, कटु, अम्ल
विपाक	मधुर	मधुर	कटु,
वीर्य	शीत	शीत	उष्ण
दोष	पित्तकफहर	पित्तहर, वातकफकर	वातकर, पित्तकफहर
मल	मलमूत्रोत्सर्जक	भेदन,विष्टंभी (चरक)	सर
गुण	लघु, रुक्ष	रुक्ष गुरु पिच्छिल,	रुक्ष
कर्म	रुच्य, दीपन		दीपन, वाकूदोषहर
रोगघ्नता	कफविकार, पित्तविकार रक्तविकार, विषघ्न अ. विस्फोट, कण्डू, मूत्रदाह, अतिस्वेद नेत्ररोग हस्त, पाद, नेत्रदाह, रक्तप्रदर, कष्टार्तव विषरोग (मूषकविष), शीतपित्त.	मद, श्वास, पित्तरोग, रक्तरोग कफरोग अ. यकृतरोग, अश्मरी मेधावर्धक, कास, गर्भस्त्राव, गर्भिणीरोग-पाण्डु	शोथ, व्रण, श्वास कास, विष, प्रमेह,

	हरभरा	सर्षप)शिरसाची भाजी(	पुनर्नवा
रस	अम्ल मधुर	कटु सक्षार, लवण, मधुर	मधुर, तिक्त, कषाय, कटु
विपाक	मधुर	अम्ल	कटु
वीर्य	उष्ण	उष्ण	उष्ण
दोष	वातकफहर, पित्तकर	त्रिदोषकर	वातकफहर
मल	विष्टंभी	बहुमलमूत्रकर	सर
गुण	गुरु	विदाही, गुरु, रुक्ष, तीक्ष्ण	रुक्ष
कर्म			दीपन, हृद्य, रोचन, अर्श
रोगघ्नता	ज्वर, छर्दि कास	कृमि, शीतपित्त त्वचाविकार गुल्म, शोथ	उदर, विष, व्रण, पाण्डु, शोथ अ. कामला, नेत्ररोग यकृतरोग..

	कुसुम्भम् (करडई)	मेथी	कुष्माण्ड (कोहळा)
रस	अम्ल	कटु	मधुर
विपाक	अम्ल	कटु	मधुर
वीर्य	उष्ण	उष्ण	शीत
दोष	वातपित्तकर, कफघ्न	वातकफघ्न, पित्तकर, वातावरोधक	त्रिदोषहर
मल		मलमूत्रावरोधक	ग्राही,
गुण	रुक्ष	लघु, रुक्ष	गुरु, रुक्ष
कर्म		दीपन, हृद्य,	केश्य, वीर्यवर्धक, बस्तिशुद्धीकर
रोगघ्नता	अनन्नाभिलाषा, कृमि रक्तपित्त, कफरोग, अरुचि, गलरोग	अरोचक, वातरक्त, ज्वर, कास, क्षय, कृमि, छर्दि, अर्श	पित्त, रक्तविकार, विषघ्न, हृदयाच्या स्नायुंना बल्य, बद्धकोष्ठ, रक्तज अर्श, नासागत रक्तस्राव, मूत्रल दुःस्वप्नदर्शन, निद्रानाश

	अलाबु (दुधी भोपळा)	एर्वारु (काकडी)	कोशातकी (घोसाळे)
रस	मधुर	मधुर	कटु
विपाक	मधुर	मधुर	कटु
वीर्य	शीत	शीत	शीत
दोष	पित्तकफघ्न	पित्तघ्न, कफवातकर	पित्तवातहर
मल	ग्राही, मूत्रल	भेदन	भेदन
गुण	गुरु, रुक्ष	गुरु, रुक्ष	स्निग्ध, लघु, तीक्ष्ण, रुक्ष
कर्म	हच, रुच्य	रुच्य, दीपन, रक्तपित्तहर	दीपन
रोगघ्नता	अरुचि, भारक्षय, क्लम, श्रमनाशक, अर्श, कृशता, मूत्रदाह, हस्तपाददाह, शुक्रनाश नेत्रदाह, नेत्रशूल	तृष्णा, दाह, शूल	कास, विषरोग, रक्तपित्त मधुमेह, स्थौल्य, अतिक्षुधा, मलावष्टंभ, श्रम, कफरोग कृमी, अकाली शुक्रस्राव, क्लम, प्रतिश्याय, दाह, मूत्रशर्करा

	पटोल (कडू पडवळ)	बिम्बीफल (तोंडली)	शियुफल (शेवगा
रस	कटु, तिक्त	मधुर	मधुर, कटु, तिक्त
विपाक	मधुर	मधुर	कटु
वीर्य	उष्ण	शीत	उष्ण
दोष	त्रिदोषहर	पित्तवातघ्न, कफकर	कफवातघ्न, पित्तकर
मल	सर, अनुलोमक	स्तंभक	
गुण	लघु, स्निन्ध	गुरु, लेखन	लघु, तीक्ष्ण, रुक्ष
कर्म	पाचन, दीपन, हृद्य, रुच्य	लेखन, रुच्य, वामक दाहघ्न	दीपन, रोचन, विदाहकृत्,
रोगघ्नता	व्रण तृप्तीघ्न, अतितृष्णा, मदोघ्न, कामला, इंद्रलुप्त, विस्फोट, दाह	कास, क्षय अतिसार, रक्तपित्त, पाण्डु, कामला, स्तन्यवृद्धी, श्वास, अरुचि, मधुमेह, जिह्वालिप्तता	शूल, कुष्ठ, क्षय, श्वास

Phala

नाम	आम्रफल (आंबा)	कदली (केळी)	पनस (फणस)
रस	मधुर,कषाय	मधुर	मधुर,कषाय
वीर्य	शीत	शीत	शीत
विपाक	मधुर	मधुर	मधुर
इतर गुण		स्निग्ध, गुरु,	
दोष	वातकर, कफपित्त	वात	कफहर,वातकर
मल	ग्राही	ग्राही	मांसमेदवर्धक, शुक्रजनन, धातुवर्धक
विशिष्ट कर्म	वर्ण्य	=====	संतर्पण
रोगघ्नता / उपयोग	रक्तपित्त, व्रण, योनिव्यापद, अतिसार, प्रमेह अ. स्तन्यवर्धक निद्राजनन, कास, शुक्रवर्धक, बहुमूत्रता, रक्तविकार, तृष्णा विरोग, नेत्र्य	योनिव्यापद, दाह, क्षय, तृष्णा, नेत्ररोग, रक्तपित्त अ. अम्लपित्त, मूत्रदाह, कृशता जीर्ण श्वास	रक्तपित, श्रम, अ. अम्लपित्त, भस्मक, व्रण, मांसक्षय, दुर्बलता

नाम	नारिकेल(नारळ)	कालिन्दम(कलिंगड)	नारङ्ग (नारिंगी)
रस	मधुर	मधुर	मधुर, अम्ल
वीर्य	शीत	शीत	उष्ण
विपाक	मधुर	मधुर	मधुर
दोष	वात, पित्तकफहर	वातपित्त कफ	कफपित्तकर, वातहर
मल	विष्टंभी	मूत्रल,	सारक, मूत्रल
विशिष्ट कर्म	पाचक, तर्पक, बस्तिशोधक, चिरपाकी		रुचिकर, हृदय, अग्निदीपक रक्तवर्धक
रोगघ्नता / उपयोग	क्षत, क्षय, कास, रक्तविकार, दाह अ.व्रण, पाददारी, शुक्रक्षीणता,	दाह, उदर, उन्माद, अपस्मार, मूर्च्छा नेत्रास अहितकर	वातव्याधी, अ.सद्यतर्पक,ज्वर,गोवर, ,मदात्यय,रसरक्तापोषक,अत्यार्तव

नाम	कपित्थ (कच्चे कवठ)	अक्षोटक (अक्रोड)	वाताद (बदाम)
रस	कषाय, अम्ल,	मधुर,	अम्ल,मधुर,कषाय,
वीर्य		उष्ण	उष्ण
विपाक	मधुर	मधुर	मधुर
इतर गुण	लघु, लेखन, रुक्ष	स्निग्ध, गुरु	स्निग्ध, गुरु
दोष	वातपित्तकर, कफहर	वातहर, कफपित्तकर	वातहर, कफपित्तकर
धातु		वीर्यवर्धक, बृंहण, वृष्य, बल्य	वृष्य, शुक्रल
मल	संग्राही	सर	सर
विशिष्ट कर्म	कण्ठघ्न, चिरपाकी, हृद्य हृद्य स्वर्य(सु.सं.), रुच्य.	हृद्य	
रोगघ्नता / उपयोग	विषरोग, हिक्का, मूत्रविकार, छर्दि	क्षय, वातरक्त, दाह	

नाम	जम्बू(जांभूळ)	बदर(बोर)	आमलकी(आवळा)
रस	मधुर,कषाय, अम्ल	मधुर,कषाय	मधुर, अम्ल, कटु, तिक्त कषाय
वीर्य	शीत	शीत,उष्ण	शीत
विपाक	मधुर	मधुर	मधुर
इतर गुण	रुक्ष, गुरू,लेखन	स्निग्ध, गुरु	रुक्ष
दोष	कफपित्तहर,वातकर	वातपित्तहर	त्रिदोषहर
धातु		वीर्यवर्धक, पुष्टीकर	शुक्रजनक, मेदोहर, संधानकर
मल	विष्टंभी, ग्राही, मूत्रसंग्राही	सारक	स्वेदजनन, मूत्रल
विशिष्ट कर्म	=====	=====	नेत्र्य
रोगघ्नता / उपयोग	रुच्य कण्ठघ्न	विबंधकृत, आध्मानकृत	तृष्णा, मेदोरोग, रक्तपित्त, मधुमेह अ. कृमि, क्षय, योनिव्यापद

नाम	खर्जूर (खजूर)	वृक्षाम्ल (आमसूल)	करमर्द
रस	कषाय, मधुर,	अम्ल, कटु, कषाय	मधुर,कषाय, अम्ल
वीर्य	शीत	उष्ण	उष्ण
विपाक	मधुर	=====	=====
इतर गुण	गुरु, स्निग्ध,	रुक्ष ग्राही लघु	लघु
दोष	वातपित्तहर	कफवातहर	कफपित्तकर,वातहर
धातु	पुष्टीकर	=====	
मल	विष्टंभी	ग्राही	सारक
विशिष्ट कर्म	तर्पण, हृद्य, रुच्य	रोचन, दीपन, पाचक	रोचक
रोगघ्नता / उपयोग	क्षतक्षय, रक्तपित्त, आध्मान, ज्वर अभिघात, तृष्णा, कास, श्वास, मूर्च्छा, मदात्यय, राजयक्ष्मा अ. रक्तवर्धक, व्रण, बलवर्धक	तृष्णा, अर्श, ग्रहणी, गुल्म, शूल, हृद्रोग, कृमि अ. शीतपित्त	अ. शोष, विषघ्न, मदात्यय आध्मान, शूल, क्षुधावर्धक पाचक

नाम	दाडिम (डाळिंब)	द्राक्षा (मनुका)	अम्लिका (चिंच)
रस	मधुर, अम्ल, कषायानुरस	मधुर,कषाय	अम्ल
वीर्य	नात्युष्णा	शीत	उष्ण
विपाक	मधुर	मधुर	अम्ल
इतर गुण	दीपन, लघु, स्निग्ध	स्निग्ध, गुरु,	गुरु,रुक्ष
दोष	त्रिदोषहर	कफपित्तकर वातहर	कफपित्तकर वातहर
धातु	वीर्यवर्धक	वीर्यवर्धक पुष्टीकर	रक्तस्त्रावर्धक, मेदोघ्न
मल	संग्राही	सारक, सृष्टमूत्रविट्	सारक, भेदन
विशिष्ट कर्म	हद्य, तर्पण, पथ्यकर	रुचिकर, हच आध्मानकृत	अग्निदीपक, बस्तिशोधक
रोगघ्नता / उपयोग	कण्ठ-मुखरोग, दाह, ज्वर अ. रक्तपित्त, अम्लपित्त, कृमी मूत्रदाह, दंतरोग, नेत्ररोग	ज्वर, तृष्णा, श्वास, वातरक्त मोह, दाह, मूत्रकृच्छ्र, शोष, मदात्यय, रक्तपित्त, क्षत, क्षय अर्श, क्षीणशुक्र, प्रसेक, हल्लास, छर्दि, मलावष्टंभ, पित्तज शूल वातानुलोमक	तृष्णा, भ्रम, क्लम अ. मूत्रदाह, विषघ्न, श्वेतप्रदर, अर्श, शुक्रवर्धक

नाम	जम्बीर(ईडलिंबू)	बीजपूर:(महाळुंग)
रस	अम्ल	मधुर, अम्ल
वीर्य	उष्ण	उष्ण
विपाक	अम्ल	अम्ल
इतर गुण	गुरु	लघु
दोष	वातकफहर, पित्तकर	वातकफहर, पित्तकर
धातु	=====	बृंहण
मल	विबंधनाशक	
विशिष्ट कर्म	हृद्य, दीपन	हृद्य, रुच्य, दीपन, कण्ठ्य, जिव्हाशोधक
रोगघ्नता / उपयोग	शूल, छर्दि, तृष्णा, कृमि, आमदोष आस्यवैरस्य, कफोत्क्लेश, मेदोघ्न, अ. मूत्रदाह, हृद्रोग, वृक्करोग, हल्लास, मूत्रशर्करा	श्वास, कास, तृष्णा, छर्दि दोन रक्तपित्त

Aahar as per Vyadhi

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shak	Mansa	Dugdha	Krutanna
Jwar	शाली एक वर्ष जुना तांदूळ, गहू, रक्तशाली, साठेशाली	डाळिंब, आवळा, फालसा, मनुके	तांदूळा, चाकवत, कोळा मूळा, पडवळ,गुळवेल, माठ, कारले, हरणदोडी, पीलु, कटोली, पुनर्नवा	लावा, कपिजल, हरिण, शरभ, ससा, कालपुच्छ, कुरंग, मृग, कुकुट	गाईचे दूध, तूप	❖ मूग, मसूर, हरभरे, कुळीथ, यव (भाजलेल्या) यांचा यूष, ❖ रक्तशाली पेया, ❖ लाजा मंड, ❖ गोड ताकात तयार केलेले खड्यूष ❖ ज्वरनाशक औषधांच्या काढयात शिजवलेला भात, ❖ पेया ❖ खडीसाखर, सुंठ, जिरे, पिंपळी.

Vyadhi	Mansa	Dugdha
जीर्णज्वर	एण, चिमणी, हरीण, मोर, लावा, ससा, तित्तिर, कोंबडा, क्रौंच, कुरंग, चकोर, कपिजल, वार्तिक, कालपुच्छ	शेळीचे दूध, तूप

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shak	Mansa	Dugdha	Krutanna
अतिसार	जुने साठेसाळी मूग, उडीद	भव्य, बेलफळ, कवठ, बोर, बेल, डाळिंब, ताडफळ, वडाचे फळ, जांभूळ, खरबुज	शाक केळफूल, आले, सुंठ, कमलकंद, चुका, पिंपळी, भांग, जायफळ, अफू, जिरे, कुडा, धणे, निंब, बकुळ, चांगेरी, शतावरी, बला, कचोरा, कोवळा मुळा, वासनवेल, भोपळा, चाकवत, ब्राह्मी, घोळ, हरीणदोडी शिवी	ससा, लावा, हरीण, कपिजत मांसरस, एण, छोट्या आकाराचे मासे, कोंबडा	बकरीचे दूध, गाईचे दूध-दही-ताक	❖ विलेपी, ❖ मंड, ❖ मसूर, तुरीचा यूष, ❖ मंड, पेया, षडंग पानीय, ❖ तिळ कल्क, ❖ दधि मंड + मध ❖ उडीद व मूग सिद्ध पेया ❖ यवागु

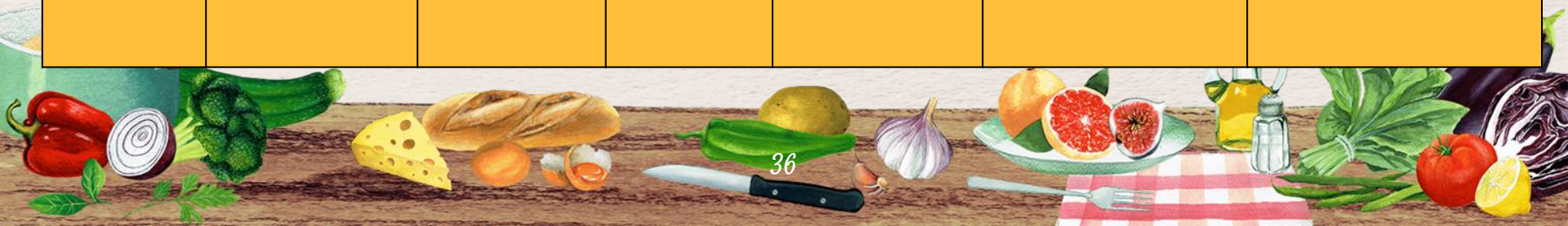
Vyadhi	Dugdha	Krutanna
प्रवाहिका ,	धारोष्ण दूध, दही	❖ बिल्वसिद्ध यवागु, ❖ डाळिंबसिद्ध स्निग्ध भोजन, ❖ मूलक यूष, ❖ बदर यूष, ❖ सुंठ चूर्ण सातु तूप अथवा तेलात भाजून खावेत. ❖ उकडलेले उडीद लोणी खावे, ❖ मरीच वटक, ❖ बकरीचा नसर + डाळिंब, ❖ धणे व सुंठ चूर्ण घालून तुप तेलात शिजवून तो भाताबरोबर खावा. ❖ सुरा तूप तेल, ❖ सुंठ + बोर चूर्ण+ दही + तूप +तेल+मध, + पाचक द्रव्यांनी सिद्ध केलेला भात

Vyadhi	Dhanya	Dugdha	Krutanna
वातातिसार,	यव, शाली, रक्तशालीमूग, उडीद	ताक, दही, दधिसर,	❖ यवागु ❖ तर्पण, ❖ विलेपी, ❖ खड ❖ गुंजनक यूष ❖ ओदन
पित्तातिसार		बकरीचे दूध, शेळीचे दूध, नवनीत,	❖ यवागु ❖ मंड ❖ तर्पण ❖ यूष ❖ पेया ❖ ओदन

Vyadhi	Dhanya	Shak	Mansa	Dugdha	Krutanna	other
संग्रहणी	जुने साठेसाळी, गहू, मूग, कुळीथ,	क्षुद्र फणस, अम्ल व मधुर डाळिंब, कमरंग फळ, बेल फळ, कवठ, वडाची फळे, जांभूळ, टेंभूर्णी, केळ	हरिण, तित्तिर पक्षी यांचा मांसरस, क्षुद्र मासे, सालुखी, कोकिळा, बिळात रहाणाऱ्या पक्षांचे मांस	गाय, मेंढी व शेळीच्या दुधाचे दही, बकरीच्या दुधापासून तयार केलेले लोणी, दही, तूप, लोणी काढलेले ताक	❖ मसूर, तूर, मूग यांचा रस, ❖ सुरामंड, सौवीरक, तुषोदक, कांजी, मस्तु, ❖ क्रव्याद/ जांगल मांसरस, ❖ दधिसिद्ध यवागु, ❖ मुद्गादि यूष, कुलत्थ यूष, ❖ पायस, ❖ कृशरा, गोधूम चूर्ण, ❖ लाजा मंड	उष्णोदक, मस्तु, कांजी, अरीष्ट, मूत्र, तिळाचे तेल, मद्य ताड़ी (ताडीसेवनामुळे ग्रहणी या व्याधीमुळे कृश झालेली व्यक्ती पुष्ट होते

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shaka	Mansa	Dugdha	other
अर्श	जुने लोहित शाली, साठेसाळी, जव, गहू, महाशाली. शिबी कुळीथ, मूग, कोद्रव, मटकी, तूर	अम्लिका, कवठ, आवळा, पीलुचे फल खाऊन ताक प्यावे	पटोल, धतुर, लसुण, चित्रक, पुनर्नवा, सुरण, चाकवत, गुळवेल, जीवन्ती, लिंबू, सुंठ, आवळा, चुका, वासनवेल, कोथिंबीर, आले, पांढरा कांदा, बिब्बा, अडुळसा, काळे मिरे, वांगे, शठी, गुंजनक, कांदा, उपोदिका, तंडुलीय, लोणी, काकमाची.	मृग, बकरा	लोणी, ताक, दूध, तूप, बकरीचे दूध, दह्याची निवळी	गोमूत्र मोहरी चे तेल

Vyadhi	Dhanya	Shak	Mansa	Dugdha	Phala	Krutanna
रक्तार्श	रक्तशाली, साठेसाळी मूग, मसूर	चाकवत, कांदा	जांगल मांस/ मांसरस	शेळीच्या दुधाचे लोणी, तूप, दूध	❖ डाळिंब, ❖ आवळा, काश्मरी फळ, ❖ बोरकुट, ❖ आमसूल ❖ चिंच	❖ पांढरा कांदा सुरा तेल, तूप लाजा, ताक बोरकुट घालून शाक तयार करावी,



Vyadhi	Dhanya	Shak	Dugdha	Krutanna
गुदभ्रंश	शाली, साठेसाळी, जव, गहू	निंब, पटोल, चाकवत, ठंडुलिय, जीवन्ती, उपोदिका, अश्वबला	दूध, तूप	❖ बालमूलक, पलाण्डु, असन, मटाराचे यूष ❖ निंब यूष ❖ पटोल यूष

Vyadhi	Dhanya	Shak	Phala	Mansa	Dugdha	Krutanna
अग्निमांद्य, अजीर्ण	लोहित शाली, जव	वैताग्र, चाकवत, मूळा, सण, शेवग्याच्या शेंगा, पडवळ, वांगे, कमळ, कारले, रिगणीफळ, आले, प्रसारणी, चुका, करड़, पित्तपापडा, वेळ, मेथी, धने	कोहळा, केळे, आवळा, डाळिंब, अम्लवेतस, लिंबू, महाळुग	ससा लावा, क्षुद्र मासे	लोणी, तूप, ताक, दही	❖ लाजा मंड, ❖ विलेपी ❖ मुगाचा रस. लवण, ओवा, मिरे, जिरे, तांबूल, सुंठ

Vyadhi	Dhanya	Shak	Phala	Mansa	Dugdha	Krutanna
पाण्डु	यव गहू, भात, शाली, कुळीथ, तूर	पडवळ, जीवन्ती, मत्स्याक्षी, गुळवेल, तांदुळजा, पुनर्नवा, द्रोणपुष्पी, कांदा, मुळा, लसूण, तोंडली, हळद	जीर्ण कुष्माण्ड, हिरवे केळ, आंबा, आवळा, द्राक्ष	शृंगी मासा, कोंबडा	म्हशीचे तूप, गाईचे दूध, तूप, ताक, लोणी	❖ मूग, तूर, मसूर यांचे यूष ❖ शिग्रु बीज सैंधव, ❖ जांगल प्राण्यांचा मांसरस

Vyadhi	Dhanya	Shak	Phala	Mansa	Dugdha	Krutanna	other
रक्तपित्त	जुनी साठेसाली, प्रियंगु, नीवार, पत्र, गहू, शिवी मूग, मसूर, हरभरे, तूर, मटकी, कोरदूष, श्यामाक	तांदुळजा, पटोल, बेतारा, आले, कोहळा, अडुळसा, गोड्या चिलीची भाजी, कचौरा, शिंगाडे, पुष्करमूळ, पद्मकंद, चुका, किरातितिक्त, कडुनिंब, पाढरा भोपळा, कुडा, सुका मुळा, जिरे, बृहती, बांगे, कोविदार, काश्मरी, शाल्मली, प्लक्ष, वेतस	फणस, केळे, ताडफळ, डाळिंब, खजूर, आवळा, नारळ, कवठ, फालसा, द्राक्षा, ऊस, आंबा,	बकरी, खेकडा, मत्स्य, पक्षी मांसरस, हरीण, कोंबडा	गाईचे दूध, शेळीचे दूध, तूप, म्हशीचे तूप	❖ उत्पल वर्णसिद्ध क्षीर, ❖ तर्पण, पेया, यूष, यवागु, मांसरस,	बडीशेप, लाह्या, सातू, मध, साखर, चारोळी, गजपिंपळी

Vyadhi	Dhanya	Shak	Phala	Mansa	Dugdha	Krutanna	other
राजयक्ष्मा	शिवी मूग, कुळीथ	मुळा	डाळिंब, आवळा	प्रसेक मांस लोह शलाकेवर लपेटून भाजावे व त्याबरोबर भाजलेले यव व चणे खावे. मासयुक्त वटक, मासरस	शेळीचे दूध, तूप	बेसवार	लघुपनमूळ / भुईआवळा / धणे, सुंठ / पाठवण, सालवण, मुद्रपर्णी सिद्ध जल

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shaka	Mansa	Dugdha	Krutanna	other
कास	साठेसाळी, गहू, यव शिवी मूग, कुळीथ, तीळ, उडीद	द्राक्षे, महाळुग, बोर, डाळिंब, कवठ	तोंडले, मुळा, कासविदा, जीवन्ती, सुनिषण्णक, चाकवत, चुका, काकमाची	जगल, बिलेशय, मासे, डुकर, कोंबडा	शेळीचे दूध, तूप, दही	लेह, तूप गूळ, गुळाचे पदार्थ	लाह्या, मध, स्वेदन, विरेचन, धूमपान, गूळ, सुंठ, पिंपळी, मिरे, आमसूल, ओवा.

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shaka	Mansa	Dugdha	Krutanna	other
श्वास	जुने साठेसाळी, रक्तशालि, गहू, जब कुळीथ	लिंबू, केळी फूल, अम्लवेतस पिलु	बांगे, लसुण, तोंडले, मिरे, पुष्करमूल , मुळा	ससा, मोर, कोंबडा, मृग, आनूप, जांगल मांस	दह्याची निवळ, जुने तूप, शेळीचे दूध, गाईचे तूप	आनूप देशातील प्राण्यांचा मांसरस तूप, तंडुलोदक	त्रिकटु सौर्वचल, बिडलवण, हिंग, जिरे, कचौरा, सुंठ + गूळ, मघ

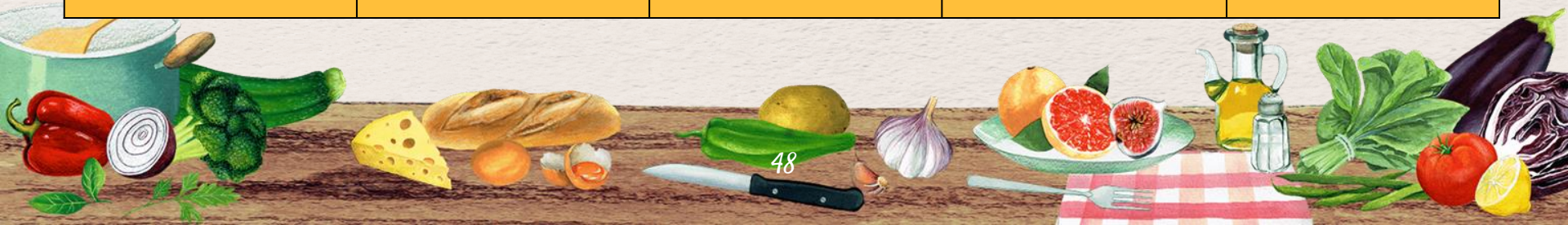
Vyadhi	Dhanya	Phala	Krutanna	other
छर्दी	साठीसाळी, गहू, भाजलेले गहू, तांदूळ, वाटाणे, उडीद, भाजलेले मूग व चणे	नारळ, लिंबू, आवळा, बोर, द्राक्ष, कवठ, हिरडा, डाळिंब, महाळुंग, आंबा, मनुका	लाजा मंड, खांडव, पानक, अवलेह	फुलाचा मध, गोमूत्र, काबिलिक, महा, सुरा, जायफळ वाळ साखर, बडिशेप, नागकेशर,

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shaka	Mansa	Krutanna
वातव्याधि	गहू, एक वर्ष जूना साठेसाळी , शाली, यव. कुळीथ, उडीद, जवस	गोड डाळिंब, अम्ल डाळिंब पिकलेले ताडफळ, आंबा, फालसा, लिंबू, बोर, द्राक्षे, मोहाची फळ, चिंच, नागि	पटोल, शेवगा, वांगे, लसुण, सुंठ, गोखरू, निंब, पांगरा	चिमणी, कोंबडा, मोर, तित्तिर, डुक्कर, आनूप मांस	पंचमूळसिद्ध क्षीर, आंबट फळांचा रस, धान्ययूष, मुद्रयूष, मांसरस, जांगल मांसरस, भरपूर स्नेह घातलेले धान्य व मांसरस खडीसाखर, मिरे, दशमूळ, वसा, मज्जा, तांबूल

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shaka	Mansa	Dugdha	Krutanna	other
वातरक्त	साठेसाळी नीवार, कलम, तांदूळ, रक्तशाली गहू	आवळा, द्राक्षे, कोहळा	उपोदिका, काकमाची, वैताग्र, सुनिषण्णक, चाकवत, कारवेद्रक, तन्दुलीयक, पटोल, आले, सुरण, कोकीलाक्ष शतावरी	लावा, कोंबडा, प्रतुद व विष्किर मांस	मेंढीचे, शेळीचे, म्हशीचे गाईचे दूध, ताक, लोणी, तूप	ओदन और पेया, मुद्रपायस, औदक, प्रसह व आनूप मांस वेशवार	सुंठ, मध, त्रिफळा, गुळवेल, साखर, तेल, साधु, अरिष्ट, सुरा, आसव, अभ्यंग, कापूर, अगरू, देवदार तेलाचे मर्दन, सेक, लेप, उपनाह, घृतपान,

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shaka	Mansa	Krutanna
हृद्रोग	जीर्ण शाली मूग, कुळीथ	कर्मरंग फल, कोहळा, आंबा, डाहिब, केळ	पटोल, बहाव्याच्या पाल्याची भाजी, ताजी पीठवण, लसुण, हिरडा	जांगल पशु पक्षी मांसरस	मूग, कुळीथ यांचा यूष राग, खांडव, शेळी व मेंढीचे ताक,

Vyadhi	Dhanya	Phala	Shaka	Mansa
अश्मरी	गहू, जीर्णशाली, यव. "शिबी कुळीथ, मूग.	कोहळा.	आले, कासवीण, गोक्षुर, वायवर्णा, पाषाणभेद, वैणव, रेणुका, सालवण	जंगलातील पशूचे मांस



Vyadhi	Dhanya	Phala	Shaka	Mansa	Dugdha	Krutanna
प्रमेह	नीवार, काँगु, कोर, श्यामाक, कुरुविन्दक, गहू, यव, शालीपष्टिक, उद्यालक, तृणधान्य,भाजलेले चणे, मूग, कुळीथ, मटकी, तीळ लाह्या	उंबर, कवठ, जांभूळ, खजुर, ताड, आमलकी चिंच,	शेवगा, पटोल, पुनर्नवा, कारले, निवळीचे बीज, रिंगणी, लसुण, गोखरू, उंदीरकानी तिरफळ, निंब, कमलकंद, खैर, सर्प, अतसी, गाजर	हरिण, लावा, जगलमी, शुष्क मास	ताक	यवापासून व गव्हापासून केलेले पदार्थ, यवदन, अपूप, पूर्णकोष्ठ, धानोसुंबक, कुल्माष, उत्कारीका, शष्कुलिका, आवळ्याची चटणी व लोणचे, वासून तयार केलेली पोळी, दलिया, मधखदिरतिदुफल मरिच, मूग, कुळीथ, आढकी, चणक यांचे यूष, वनचटक मांसरस

Vyadhi	Dhanya	Shaka	Mansa	Dugdha	Krutanna	other
मेदोरोग	कुळीथ चणक, मसूर, मूग, तूर	वांगे, त्रिफळा, त्रिकटु, बेलची, पालेभाज्या	पिंगट वर्णाचे मासे	ताक	वांग्याचे भरीत, पिप्पल्यादि कषाय सिद्ध आहार	प्रियंगु चूर्ण, - मप, लाजा, गुगुळ, लोहभस्म, क्षार, शिलाजीत, अगरु लेप, कोष्ण जल, चिंता, श्रम, जागरण, मैथुन, उटणे, लंघन, रेचन, वमन,

Vyadhi	Dhanya	Shaka	Mansa	Dugdha	other
कुष्ठ	तांदूळ, गहू, शिबी मूग, मसूर, कुळीथ	वैताग्र, पटोल, वांगे, कावळी, कडुनिंब पाला, लसुण, चाकवत, पुनर्नवा, टाकल्याची पाने, बिब्बा, खैर, चित्रक, हिरडा, बेहडा, आवळा, जायफळ, नागकेशर, दोडका, करंज, शाल, देवदार, अगरू, कस्तुरी, चंदन, कटुका	जांगल मांसरस	ताक + बावची, तूप	दर १५ दिवसानंतर यमन, कृतान सिद्ध तक्र, निंब,