

ஒருவயதிற்கு மேல் குழந்தைகளுக்கு பல வித தொற்று நோய்கள் ,ஊட்டச்சத்துக் குறைபாடு நோய்கள் வருகிறது.

இதனை சித்த மருத்துவத்தில்

மாந்தம் - (21 வகைகள் 1-3 வயது வரை)  
கணம் - (24 வகைகள் 3-7 வயது வரை)  
கரப்பான் - (8 வகைகள் 1-3 வயது வரை)  
அக்கரம் - (7 வகைகள்)  
சுரம் - (20 வகைகள்)  
கழிச்சல் - (8 வகைகள்)  
சுரம் - (3 வகைகள்)  
வலிப்பு - (4 வகைகள் 18 வயது வரை)



பாண்டு, சோபை, காமாலை

கிருமிகள் என்ற பிரிவுகளாகப் பிரித்துள்ளனர்.

இருமலின் குறிகுணங்கள் :-

தொண்டை வலி, மூக்கில் நீர் வடிதல், குரலோசை மாறுதல், வாய் ஓயாமல் இருமல், ஆரம்பத்தில் கோழை சரிவர வெளியிடாமை பின் நாள் செல்லச் செல்ல கோழையும் சளியும் மிகுதியாக வெளிவரல் ,பசியின்மை, கண் சிவத்தல், தூங்கமுடியாதிருத்தல் போன்றவையாகும்.

1. குழந்தைகளின் இருமலுக்கு இருமல் சூரணம்

- ஆடாதோடை இலை
- கடுக்காய்
- கண்டங்கத்திரி இலை
- துளசி இலை
- அதிமதுரம்

அனைத்தும் சம அளவு எடுத்து பொடித்து சலித்து எடுத்து சூரணம் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்

குழந்தையின் வயது, எடைக்குத் தக்க 1/2 முதல் 1 தேக்கரண்டி நெய்யில் கலந்து தர இருமல், கோழை, கபம் தீரும்.

- வால்மிளகு
- சிற்றரத்தை
- அதிமதுரம்
- திப்பிலி

ஒவ்வொன்றும் 5 கிராம் எடுத்து, பொடித்து 250 மிலி தண்ணீரில் இட்டு நன்றாகக் காய்த்து இறக்கவும்.

- 10 மிலி முதல் 20 மிலி வரை காலை, மாலை இருவேளை அருந்தவும் பின் 10 மிலி பால் பருகத் தர இருமல் தீரும்.

- கண்டங்கத்திரி பழம்
- அமுக்கரா கிழங்கு
- சிறுதிப்பிலி

சம அளவு எடுத்து பொடித்து வைத்துக்கொள்ளவும்

- 250-500 மிகி அளவு தேனில் தர இருமல் தீரும்.

- கடுக்காய்
- சுக்கு
- திப்பிலி

சம அளவு எடுத்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்

- குழந்தையின் எடைக்கு ஏற்ற அளவு எடுத்து தேனில் தர இருமல் தீரும்.



- ஆடாதோடை
- அதிமதுரம்
- திப்பிலி

சம அளவு எடுத்து 8 பங்கு நீர் விட்டு 1/8 காய்ச்சி வடித்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

- அத்துடன் சிறிது தேன் கலந்து தர இருமல் தீரும்.

## 2. வயிற்றுப்போக்கு அல்லது பேதி (Diarrhoea)

ஒரு நாளைக்கு 3-4 முறைக்கு மேல் தொடர்ந்து மலம் நீராக செல்லல்

**குறிகுணங்கள்:-**

- உடல் சோர்வு
- தண்ணீர் தாகம் அதிகரிப்பு
- வயிற்று வலி
- பசியின்மை



**வயிற்றுப்போக்கிற்கு வீட்டு மருத்துவம்:**

அ) ஒரு கைப்பிடி அளவு கொய்யா

இலையை அரைத்து, நீரில் கலந்து கொதிக்க வைக்கவும். அதனுடன் 1 தேக்கரண்டி சீரகப்பொடியை சேர்த்துக் கொள்ளவும். இக்கசாயத்தை வடிக்கட்டவும்

- 1 தேக்கரண்டி நான்கு வேளை தர வயிற்றுப் போக்கு மட்டுப்படும்.

ஆ) மாங்கொட்டை பருப்பு  
கருவேப்பில்லை இலை  
சுண்டைவற்றல்  
வெந்தயம்  
ஓமம்

சம அளவு எடுத்து பொடித்து சூரணித்து பசுந்தயிரில் 250 மிகி காலை மாலை தரவும்.

இ) சுக்கு  
மிளகு  
வசம்பு  
சின்ன வெங்காயம்

சம அளவு எடுத்து அரைத்து மோரில் கலந்து தரலாம்.

ஈ) மாதுளைப்பழத் தோல், சுக்கு சம அளவு எடுத்து ஒன்றிரண்டாக தட்டி 8 பங்கு நீர்விட்டு 8-ல் ஒன்றாக வற்றவைத்து சிறிது தேன் கலந்து தர கழிச்சல், பேதி தீரும்.

உ) வசம்பு - 4 கிராம்

நுணாயிலை - 1 கைப்பிடி

ஓமம் - 4 கிராம்

வசம்பை சட்டியிலிட்டு கருக்கி , அதனுடன் நுணாயிலையைச் சேர்த்து வறுத்து பின் ஓமத்தை அதனுடன் இட்டு ஓமம் வெடிக்கும் தருவாயில் 1/2 லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு 1/8—ஆக வற்றவைத்து வடித்து தர பேதி நிற்கும்.

## சுரம்

சுரம் தனியாகவும் அல்லது பிறநோய்களுக்கு துணையாகவும் வரும்.

குறிகுணங்கள்:-

தலைகனமாக இருத்தல்  
பசியின்மை  
உடல் சோர்வு  
கண் எரிச்சல்  
தலைவலி  
நாவறட்சி



சுரத்திற்க்கான மருத்துவ குறிப்புகள்:-

1. நிலவேம்பு குடிநீர்

2. ஆடுதீண்டாப்பாளை இலை, லவங்கப்பட்டை நிழலில் உலர்த்தி பொடித்து சூரணித்து வஸ்திரகாயம் செய்து எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டரைத்து பருத்திக்கொட்டை அளவு மாத்திரைகளாக்கி நிழலிலுலர்த்தி தேனில் 1 அல்லது 2 மாத்திரை தரவும்.

3. விஷ்ணுகிரந்தி குடிநீர்:-

விஷ்ணுகிரந்தி, சுக்கு, கடுக்காய் தோல், வாலுமுனை, இண்டு சம அளவு எடுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்து குடிநீர் செய்து காலை மாலை தர சுரம் தீரும்.

4. சுக்கு , கடுக்காய் , சீந்தில், நிலவேம்பு, பேய்புடல் சம அளவு எடுத்து ஒன்றிரண்டாக பொடித்து சுரம் கண்டவுடன் இப்பொடியில் 1/2 தேக்கரண்டி இட்டு 200 மிலி தண்ணீரை 50 மிலியாக காய்த்து வடித்து காலை மாலை இருவேளை தேன் சேர்த்து தர சுரம் தீரும்.

## ஏழு மாதம் முதல் பன்னிரண்டு மாதம்(1 வயது) குழந்தைகளுக்கு

### கேழ்வரகு பால் கஞ்சி

சுத்தம் செய்யப்பட்ட கேழ்வரகினை நான்கு மணி நேரம் ஊறவைத்து அரைத்துக்கொள்ளவும். அரைத்த விழுதினை வடிகட்டி கேழ்வரகு பாலைத் தனியாக எடுத்துக்கொள்ளவும். பின்னர், அப்பாலினை மிதமான தீயில் வைத்து கிளறிக் கொண்டே காய்ச்சி கஞ்சிப்பதம் வரும்பொழுது சிறிது உப்பு, சிறிது சர்க்கரை (நாட்டு சர்க்கரை (அ) வெல்லம்) சேர்த்து இறக்கவும்.

### சத்து மாவுக் கஞ்சி

தேவையானவை :-

- |                      |   |           |
|----------------------|---|-----------|
| 1. கேழ்வரகு          | } | சம அளவு   |
| 2. சோளம்             |   |           |
| 3. மக்காச்சோளம்      |   |           |
| 4. கோதுமை            |   |           |
| 5. கைக்குத்தல் அரிசி |   |           |
| 6. வரகரிசி           |   |           |
| 7. திணையரிசி         |   |           |
| 8. கம்பு             |   |           |
| 9. சாமை அரிசி        |   |           |
| 10. கடலை பருப்பு     | } | 3/4 பங்கு |
| 11. பச்சை பயறு       |   |           |
| 12. நிலக்கடலை        |   |           |
| 13. உடைத்த கடலை      |   |           |
| 14. பார்லி           | } | 1/4 பங்கு |
| 15. முந்திரி         |   |           |
| 16. பாதாம்           |   |           |
| 17. சுக்கு           |   |           |



### செய்முறை:-

மேற்கூறிய பொருட்களில் சுக்கு தவிர மற்ற பொருட்களை எல்லாம் தனித்தனியாக மிதமான தீயில் இளம் வறுப்பாக வறுத்துக் கொள்ளவும். சுக்கினை மேல் தோல் நீக்கி சுத்தி செய்யவும். பின்னர் அனைத்து சர்க்குகளையும் ஒன்றாக அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

### கஞ்சி தயாரிக்கும் முறை:-

பாத்திரத்தில் 1/2 டம்ளர் தண்ணீர் எடுத்துக் கொதிக்க வைக்க வேண்டும். மற்றொரு பாத்திரத்தில் 1 கரண்டி (20 கிராம்) சத்துமாவினை சிறிது தண்ணீர் விட்டு கட்டி இல்லாமல் நன்றாக கரைத்து கொள்ளவும். கொதிக்கின்ற தண்ணீரில் கரைத்த மாவினை விட்டு கிளறிக் கொண்டே வந்து, கெட்டி ஆனதும் அதில் 1 டம்ளர் பசும்பாலினை கலந்து, சுவைக்கேற்ப சர்க்கரை (நாட்டுச் சர்க்கரை) மற்றும் 1 சிட்டிகை உப்பு சேர்த்து நன்கு கிளறி இறக்கவும்.