Praana

Since 2003

ayurqr

Ayurveda Hospital

Panchakarma Speciality

informative brochure

TIRUPATI & VISAKHAPATNAM

www.ayurqr.com

Praana ayurar
Since 2003
Ayurveda Hospital

ఆయుర్వేద అభ్యంగనం
AYURVEDIC MASSAGE

1 శరీర అభ్యంగనం
Full body Massage

2 శిరో గ్రీవ స్కంధ అభ్యంగనం
Head Neck Shoulder Massage

3 కటి పృష్ట అభ్యంగనం
Back and Spinal Cord Massage

4 పాదా అభ్యంగనం
Foot and Leg Massage

ఆయుర్వేద అభ్యంగనం అనగా శరీరం మీద అపాదామస్తకం వివిధ రకాలు అయిన ఔషదయుక్త తైలంలు తో ఒక క్రమ పద్ధతిలో చేసే మర్దనం ని అభ్యంగనం అని చెప్పవచ్చు. ఈ అభ్యంగనం ద్వారా శరీరం నందు వాతం శమించి రక్త ప్రసారణ, నాడీ వ్యవస్థ బాగా మెరుగు పడి శారీరక అవయవాలు అన్ని చక్కగా పనిచేయును. చర్మం మృధువుగా ఉండును, సుఖ నిద్ర కలుగును, ఇంద్రియాలు అన్ని చక్కగా పని చేయును.

Ayurveda Abhyanganam is a popular and very old traditional non deep tissue Massage with luke warm Ayurveda medicated oils. Medicated Oils are the most essential and important component of the Ayurveda Abhyanganam and these Oils are applied on the entire body or specific area of the body with experienced and qualified therapists or Ayurveda doctors.

After oil application they do the gentle massage procedures in different directions from top to bottom and side to side in 7 positions and do the pressure on marma points (Vital points of the body according to Ayurveda).

The Ayurveda Abhyanganam improves the overall body health, immunity, strength and wellness.It improves mainly blood circulation system, lymphatic drainage system, neuro functioning system, joint strength, skin glow. It gives sound sleep, control the blood pressure, diabetes, and improve quality of sense organs.

For Appointment
Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976
VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

Since 2003

Praana ayurar

Ayurveda Hospital

ఆయుర్వేద ఉద్వర్తనం

Deep Tissue massage with blend of Oils & Medicated & Aromatic powders

ఆయుర్వేదం ప్రకారం ఉద్వర్తనం అనగా నలుగు పెట్టడం అంటే శరీరం అంత అభ్యంగనం చేసి తరువాత ఔషదయుక్త మరియు సుగంధయుక్త చూర్ణంలుతో రోమాలుకి వ్యతిరేకంగ ఎక్కువ ఒత్తిడితో శరీరం మీద మర్ధనం చేసే ప్రక్రియ. ఈ ప్రక్రియని ఎక్కువగా శరీరం బరువు తగ్గడానికి, శరీర దౌర్గంధ్యం పొగట్టడానికి, చర్మ సౌందర్యానికి, రక్తప్రసారణం పెంచడానికి ఉపయోగపడును.

The procedure of massaging the entire body or local areas with deep pressure in a opposite to the hair orientation is called Udwartnam.

The benefits of udwartnam is to reduce the weight loss. Improve the skin tone, glow, colour and Reduce the body odour.

For Appointment

Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976
VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

అభ్యంగన స్నానకర్మ
Ayurveda Bath

అభ్యంగణ స్వేదం
Ayurveda steam

Since 2003
Praana ayurar
Ayurveda Hospital

అభ్యంగన మరియు ఉద్వర్తనం తరువాత చేయు స్నానము లేదా శరీరం కి ఆవిరి ద్వారా పట్టించే స్వేదం. ఈ ప్రక్రియ చాలా ముఖ్యమైనది కారణం ఈ స్నానం లేదా స్వేద కర్మ ద్వారా మలినములు అన్ని తొలగి, శ్రమ తగ్గి, శరీరం బలం పెరిగి, చర్మ కాంతి పెరిగి, మనో ఆహ్లాదం పెరిగి, సుఖనిద్ర కలిగి, చక్కని ఆరోగ్యం కలుగును.

ఈ స్నానం లేదా స్వేద కర్మ లో నీళ్ల యందు సుగంధ మరియు ఔషద గుణాలు కలిగిన ఆకులు లేదా వేళ్ళు లేదా చూర్ణలు ని ఉపయోగిస్తారు.

The herbal bath or herbal steam after Abhyanganam or udwartnam is called Ayurveda bath or Ayurveda steam.

The benefits of bath or steam is to eliminate the toxins from skin, reduce the stress and strain, improve the body strength, improve the skin glow, colour, tone, improve the mind relaxation and improve the quality of sleep.

For Appointment
Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976
VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

ఆయుర్వేద ధారా చికిత్స
Ayurveda Dripping Therapy

Since 2003
Praana ayurar
Ayurveda Hospital

ఆయుర్వేద "ధారా" చికిత్స అనగా శరీర అభ్యంగనం అనంతరం ఏదయినా ఒక శరీర భాగం మీద తగినంత ఎత్తు నుంచి, తగినంత ఉష్ణోగ్రతని పాటిస్తూ ప్రత్యేకమైన పాత్రలు తో వివిధ రకాల ఔషదయుక్త నూనెలు, కాషాయాలు, క్షీరంతో చేయు కేరళ సంప్రదాయ చికిత్స ని "ధార" అని చెప్పవచ్చును.

ఈ చికత్స శిరస్సు మీద నూనె తో చేస్తే థైల శిరోధార, తక్రం (majjiga) తో చేస్తే తక్ర శిరోదార అని, కంటి మీద చేస్తే నేత్ర ధార అని, క్షీరం తో చేస్తే క్షీర ధార అని, దాన్యామ్లం తో చేస్తే దాన్యమ్లాధార అని చెప్పవచ్చు.

వీటి అన్నింట్లో ఆయిల్ తో చేసే శిరోధార అతి ముఖ్యమైనది కారణం ఇది శరీర వాత దోషం ని నియంత్రించి తద్వారా శరీరం మొత్తం ని అదుపులో ఉంచును.

దీని వలన మానసిక ఉల్లాసం, ప్రశాంతత, శారీక బలం, ఓజో వృద్ధి కలుగును

మిగిలిన ధార చికిత్సలు ఆయా వ్యాధులుని అనుసరించి చేయబడును

Ayurveda dhara is a profoundly relaxing and rejuvenating Ayurvedic treatment that involves a gentle, continuous stream of medicated warm oil or decoction or milk or butter milk poured onto the selected area of body. If we use the oil or buttermilk on forehead it is called Shirodhara or if we use Dhanyamlam on body it is called Dhanyamladhara. If we do on eye it's called Netradhara. These all are depends upon the disease condition.

The main benefits of Dhara therapy

- Calm the mind and nervous system
- Reduce stress and anxiety
- Improve sleep quality
- Enhance mental clarity and focus
- Balance the doshas (Vata, Pitta, Kapha)
- Nourish and rejuvenate the skin and hair

For Appointment

Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976

VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

కేరళీయ వస్తీ కర్మలు
Keraleeya Oil Retaining Therapies

Since 2003

Praana ayurar

Ayurveda Hospital

ఈ చికిత్సలు కేరళీయ అష్టవర్గ వైద్యలు చే చెప్పబడినవి. ఆయుర్వేద శాస్త్రం లో వీటి ప్రస్తావన ఎక్కడ చెప్పబడలేదు. ఈ చికిత్సలు ముఖ్యంగ కీళ్ళ వ్యాధులు, సంధులు, ఏముకులు, వ్యాధులులో ఎక్కువగా మరియు నేత్ర వ్యాధులు లో కూడా చెప్పబడినవి. దీనిలో నడుము మీద కటివస్తీ, మెడ మీద చేసే గ్రీవ వస్తీ, మోకాళ్ళు మీద చేసే జాను వస్తీ, కంటి మీద నేత్ర వస్తీ ముఖ్యంగా చెప్పవచ్చును.

నడుము సమస్యలకి నడుము మీద పిండితో కట్టుకట్టి దానిలో గోరి వెచ్చని ఔషదయుక్త నూనె పోసి వుంచు ప్రక్రియని కటి వస్తీ అని, ఈ విధంగా మెడ మీద చేస్తే గ్రీవ వస్తీ అని, మోకాళ్ళు మీద చేస్తే జాను వస్తీ అని, కంటి మీద చేస్తే నేత్ర వస్తీ అని పిలుస్తారు.

The Keraleeya Vasti treatments are a traditional Ayurvedic therapy that involves retaining warm medicated oil over the local areas (Low back, Neck, Knees & eyes). It's mainly done to treat the spinal cord problems, joint issues, eye problems etc. including chronic pain, stiffness, muscle spasms also.

During the procedure, a reservoir made of black gram dough is formed on local areas like lower back, Neck, Knee joints & eyes with warm medicated oils or ghee. This oil or ghee is retained for a specific duration, usually around 30 to 45 minutes, allowing the therapeutic properties of the oil to work on the affected area. The procedure is done on lower back is called KATI VASTI, on neck is called GREEVA VASTI, on knee joints is called JAANU VASTI, on Eyes is called NETRA VASTI.

For Appointment

Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976

VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

కేరళీయ ఖిజి స్వేద చికిత్సలు
Keraleeya Polutice therapy

Praana
ayurar
Since 2003
Ayurveda Hospital

ఖిజి అనే పదం మలయాళం భాషలో చెప్పబడింది ఖిజి అనగా ఒక వస్త్రం లో ఔషదయుక్త ద్రవ్యంలు ని చిన్న మూటలగ కట్టి వాటిని వేడిచేస్తూ శరీరం మీద వివిధ దిశలులో మర్ధనం చేస్తూ వుండే స్వేద కర్మని ఖిజి అని లేదా తెలుగు లో పిండ స్వేదం అని చెప్పవచ్చును

ఈ ఖిజి లో వాడే ద్రవ్యం ని బట్టి ఖిజి యొక్క పేరు మారుతుంది.

1. పత్ర పిండ స్వేదం / ఏలా ఖిజి – వస్త్రం లో వివిధ ఆకులు ని వాడి చేసే ఖిజి ని పత్రాపిండ స్వేద కర్మ అని చెప్పవచ్చును. దీనిని ముఖ్యముగా కీళ్ళ మరియు, కండరాల సమస్యలు లో, శరీర నొప్పలు మరియు, సంధి వాపులో బాగా ఉపయోగిస్తారు.

2. చూర్ణ పిండ స్వేదం / పొడి ఖిజి – వస్త్రం నందు ఔషదయుక్త చూర్ణంలు ఉపయోగించి చేసే ప్రక్రియని చూర్ణ పిండ స్వేదం అని చెప్పవచ్చును.

3. శష్టికశాలి పిండ స్వేదం / నవరఖిజి – దీని అందు కేరళలో దొరికే నవరా బియ్యంని, పాలు, ఔషదయుక్త కాషాయాలు తో అన్నం వలె వండి ఆ అన్నం ని వస్త్రం లో కట్టి వాటితో చేసే చికిత్సని శష్టికశాలి పిండ స్వేదం లేదా నవరఖిజి అని చెప్పవచ్చును. దీనిని ముఖ్యంగా న్యూరో వ్యాధులు, కండరాల బలహీనత, శరీర దౌర్భల్యం నందు చాలా ఉపయోగపడును.

Kizhi means poultice in Malayalam language. In Sanskrit, it is known as Pinda Sweda. A Kizhi is a poultice that is densely packed with herbal ingredients and heated in warm herbal oil or decoction throughout the treatment. The Kizhi is massaged over the affected area or the whole body as required.

Mainly 3 types of khizis are available.

1. Ela khizis/ Patrapinda sweda – Elakizhi (Ela meaning Leaves; Kizhi meaning Bolus or Potli) is an Ayurvedic treatment which includes sweat inducing method. It is a process in which herbal leaves are fried with some medicated oil and other ingredients and are tied in a potli. This potli is dipped into hot medicated oil and then applied slowly all over the body or the affected area. It relieves body pain, stiff joints, back aches and similar ailments. Elakizhi is a massage therapy, which is highly effective in treatments of ailments affecting the bones and joints. Highly advisable for bone and joint conditions such as Arthritis, Spinal problems, Spondylitis, Lower Back Pain, sports injuries etc.

2. Podi khizis/ Choorna pinda sweda – Podikizhi is the common type of Ayurvedic massage technique that helps in alleviating pain and reduces swelling occurred due to arthritis, muscular spasm and rheumatism. Choornam(powder) is the main ingredient in this. The choornam is selected according to the prakriti and current disease status of the individual.

3. Navara khizi/ Sasthika saali swedam – Navarakizhi (Navara- Medicated rice; Kizhi- Bolus or Potli) is one of the most popular sweat inducing therapies which is used to relieve pain and stiffness in the muscles. It helps in improving Neuro and muscle strength. Nourish and strengthen the body tissues including bones, muscles and soft tissues.

For Appointment

Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976
VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

కేరళీయ ఫిజిచిల్ (కాయసేకం) చికిత్స
Keraleeya phizichil or kayaseka Therapy

Since 2003
Praana ayurar
Ayurveda Hospital

కేరళ అష్టవైద్య కుటుంబం వాళ్లు ఈ ఆయుర్వేద కాయసేకం లేదా సర్వాంగధార చికిత్సని చెప్పడం జరిగింది. దీనిని మలయాళ భాషలో ఫిజిచిల్ గా పిలవబడే చాలా ప్రాముఖ్యం గల చికిత్స గా చెప్పవచ్చును.

ఈ చికిత్స నందు ఔషదయుక్తమైన వివిధ రకాలు నూనెలు ని కలిపి వాటిని వేడిచేసి శరీరంపై కొన్ని ప్రత్యేకమైన పాత్రలు తో పోస్తూ మొత్తం శరీరం అంత అభ్యంగనం చేస్తూ వుండే ప్రక్రియని కాయసేకం లేదా ఫిజిచిల్ గా చెప్పవచ్చును.

కాయసేకం వలన అన్ని వ్యవస్థలు బలం గా తయారగును ముఖ్యం గా నరాలు వ్యవస్థ, రక్తప్రస రణ వ్యవస్థ, కీళ్లు, బలపడును. ఇంద్రియాలు అన్ని చక్కగా పనిచేయును.

Kaya Seka or Sarvanga Dhara or Pizhichil is a special treatment procedure followed by traditional asta vaidyas (physicians) of Kerala. The word Pizhichil in Malayalam language literally means “ squeezing”. Here the whole body is bathed in streams of luke-warm medicated oil with simultaneous soft massage.

This treatment regenerates and rejuvenates the body. It is especially good for Vata disorders such as arthritis, paralysis, hemiplegia, sexual weakness and nervous disorders. It is also used for rheumatism and other inflammatory diseases. It also helps to reduce body weight.

For Appointment

Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976
VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

పంచకర్మ శోధన చికిత్స
Dosha elimination & Balancing Treatment

Since 2003

Praana ayurar

Ayurveda Hospital

ఆయుర్వేద శాస్త్రం నందు అంత్యంత ప్రామాణికం మరియు ప్రాముఖ్యత గల చికిత్సగా మరియు ప్రపంచం లో ఏ ఇతర వైద్య విధానం లో ఉండని శరీర దోషాలుని వెలికి తీసి దాతువులుని రోగం బారిన పడకుండా చేయగల అద్భుతమైన చికిత్సా ప్రక్రియ గా చెప్పవచ్చును

" తాన్యుపస్తత దోషానామ్ స్నేహాస్వేదోపపాదనైహా।

పంచకర్మాని కుర్వీత మాత్ర కాలౌ విచారయేత్॥ - చ. సూత్ర 2/16

చరక మహర్షి తన గ్రంథంలో సూత్రస్థానం నందు మొదట గా పంచకర్మ గురించి ప్రయోజనం గురించి చెప్పబడింది అలానే చికత్స స్థానం నందు, సిద్ధి స్థానం చాలా ఎక్కువగా విశిదీకరించి చెప్పబడింది

శరీరం నందు ప్రకోపం చెందిన మరియు దూషించబడిన దోషాలు, దాతువుల, మలాలు ని దేశం, మాత్ర, కాలం విచారించి ఆ దోషాలుని శరీరంకి స్నేహపానం, స్నేహ అభ్యంగనం, స్వేదనం ద్వారా కోష్టం లోకి తీసుకొచ్చి అక్కడ నుండి వమన, వీరేచన, వస్తి మరియు నస్య కర్మలు ద్వారా బయటకి పంపి శరీరం ని దోష రహితం మరియు వ్యాధి రహితం గా చేయడం పంచకర్మ యొక్క ప్రధాన కర్మ గా చెప్పవచ్చును.

ఈ పంచకర్మ నందు ముఖ్యంగా 3 అవస్థలు గా చేయబడును.

1. పూర్వకర్మలు - దీపనం, పాచనం, స్నేహపానం, అభ్యంగనం, స్వేదకర్మ మొదలైనవి.
2. ప్రధాన కర్మలు - వమనం, విరేచనం, అస్తాపన వస్తి, అనువాసన వస్తి, నస్య కర్మలు
3. పశ్చాత కర్మలు - ఆహార నియమాలు, సంసర్జన కర్మ, వ్యాయామ నియమాలు, శమన ఔషాధాలు మొదలైనవి.

ఈ పంచకర్మ ద్వారా అర్యోగ్య వంతునికి ఇంకా చక్కని ఆరోగ్యం మరియు రోగికి రోగ విముక్తి కలిగించే అద్భుతమైన ప్రక్రియ గా పంచకర్మ ని చెప్పవచ్చును.

Panchakarma is a treatment procedure for the body, mind, and consciousness that eliminates the doshas and rejuvenates the tissues. It is based on Ayurvedic principles, every human is a unique phenomenon manifested through the five basic elements of Ether, Air, Fire, Water, and Earth.

The combination of these elements are three doshas (tridosha): Vata, Pitta, and Kapha, and their balance is unique to each individual. When this doshic balance is disturbed it creates disorder resulting in disease.

Panchakarma is done individually for each person with their specific constitution and specific disorder in mind, thus it requires close observation and supervision.

Treatment classified into 3 stages.

1. pre-purification phase - Deepana, paachana, Snehana and Swedana.
2. Main purification phase - Vamana, virechana, Vasti, nasyam.
3. Post purification phase - Diet restrictions, excercise and oral medication etc

For Appointment

Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976

VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

ఆయుర్వేద వమన మరియు విరేచన కర్మలు

Ayurveda Vomiting & Purgation Therapy

Since 2003

Praana ayurar Ayurveda Hospital

పంచకర్మలు అందు మొదటి రెండు కర్మలు గా వమన & విరేచన కర్మలు చెప్పబడినవి.

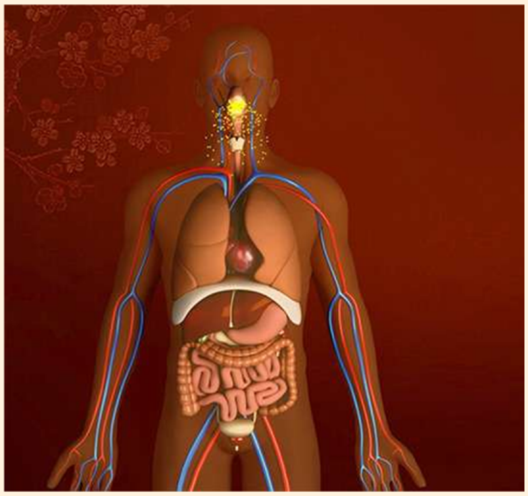
" తత్ర దోష హరణం ఊరధ్వ భాగం వమన సంజ్ఞకం, ఆదోభాగం విరేచన సంజ్ఞకం"! – చ. కల్ప. 1/4.

1. వమన కర్మ – స్నేహం పానం చేసి అభ్యంగన, సేద కర్మలు చేసుకొని శరీరం నందు ప్రకోపించన కఫ దోషాలుని కోష్టం లోకి తీసుకొచ్చి అక్కడ నుంచి వమన కారక ఔషదాలు ఇచ్చి దూషిత కఫము ని ఊర్ధ్వ భాగం అనగా నోటి నుంచి బయటకు పంపే చికిత్సని వమన చికిత్స అని చెప్పవచ్చును. ఈ వమన కర్మలుని 20 రకాల కఫదోష రోగాలు నందు మరియు శ్వాస సంబంధ వ్యాధులు, చర్మ వ్యాధులు, కఫజ సంబంధ అర్బుద వ్యాధులు, ఊబాకాయం, స్త్రీ ఋతుస్రావ వ్యాధులు నందు చాలా ఉపయోగం

2. విరేచన కర్మ – స్నేహం పానం చేసి అభ్యంగన, సేద కర్మలు చేసుకొని శరీరం నందు ప్రకోపించన పిత్త దోషాలుని కోష్టం లోకి తీసుకొచ్చి అక్కడ నుంచి వీరేచన కారక ఔషదాలు ఇచ్చి దూషిత పిత్తముని అధో భాగం అనగా గుద మార్గం ద్వారా బయటకు పంపే చికిత్సని విరేచన చికిత్స అని చెప్పవచ్చును. ఈ విరేచన కర్మని 40 రకాల పిత్త సంబంధ వ్యాధులు నందు, ముఖ్యంగా ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధులు, పక్షవాత వ్యాధులు, రూమటాయిడ్ కీళ్ళ వ్యాధి నందు, చర్మ రోగాలు నందు, లివర్ సంబంధ వ్యాధులు నందు చాలా ప్రయోజనం అని చెప్పవచ్చును.

1.Vamana karma / Vomiting Therapy– It is a first Therapy of Panchakarma procedures and it is a potent kapha Dosha cleansing and detoxification procedure. Vamana facilitates the expulsion of accumulated kapha dosha and restoring dosha equilibrium and vitality.

Vamana therapy is used in the treatment of respiratory conditions like allergies, sinusitis, and metabolic conditions such as obesity, Diabetes and harmonal problems like PCOD, Thyroid and skin problems. During the therapy, patients undergo preparatory measures or Purvakarma, followed by the ingestion of medicated herbal decoctions to induce vomiting. The process is supervised by trained Ayurveda doctors to ensure safety and efficacy. After the therapy, patients experience improved digestion, respiratory function, and overall well-being along with symptom alleviation.



2.Virechana karma/ Purgation Therapy – It is a second procedure of Panchakarma. This procedure is to eliminate the accumulated pitta dosha and toxins from the body through anal route. It is restoring balance the pitta dosha and rejuvenating vitality.

It is particularly beneficial for addressing most GI disorders, metabolic disorders like obesity, and chronic skin conditions like psoriasis and vitiligo. Patients undergo Purvakarma preparations followed by consuming specialized herbal formulations to induce controlled purgation. This process is closely monitored by experienced practitioners to ensure safety and effectiveness. Following Virechana

For Appointment

Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)

Chief Consultant, Panchakarma Specialist

(Regd. No: 20989)

Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI

0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976

VIZAG

0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

ఆయుర్వేద వస్తి కర్మ
Ayurveda Enema Therapy

Since 2003
Praana ayurar
Ayurveda Hospital

పంచకర్మ చికిత్స నందు 3వ, 4వ ప్రక్రియలు గా వీటిని చెప్పవచ్చును. ఈ వస్తి నందు ఆస్థాపన(కషాయ) మరియు అనువాసన(స్నేహం) వస్తులుగా ఈ రెండు చెప్పబడినవి. మొత్తం ఆయుర్వేదశోధన చికిత్సలు లో అత్యంత ప్రాముఖ్యం కలిగిన మరియు అత్యంత రోగ నివారణ చేయగల చికిత్సగా మరియు ఒక వ్యాధి యొక్క పూర్తి చికిత్సలో వస్తి కర్మని " అర్ధ చికిత్స " గ చెప్పవచ్చును.

" వస్తిమ్ వినా బేషజమస్తి కించిత్। తస్మాత్ చికిత్సా అర్ధమితి బృవంతి। సర్వామ్ చికిత్సామపి వస్తిమేకే॥ – చ. సిద్ధి –1/38

ఈ వస్తి వలన ప్రధానముగ వాత దోషం పూర్తిగా నియంత్రణ జరిగి తద్వారా వాతం వలన నియంత్రంచబడే ఇతర దోషాలు, ధాతువులు, మలములు, శాఖలు, కోష్ఠములు, సంధులు, సర్వ అవయవాలు తిరిగి శరీర అధీనం లోకి వచ్చును. అందువలన ఈ వస్తి చికిత్స కి అంత ప్రాదాన్యత కలదు.

1. నిరూహ / అస్తాపన / కషాయ వస్తి – అస్థాపన వస్తి నందు ముఖ్యంగా వస్తి ద్రవ్యం నందు కాషాయం, కల్కము, స్నేహం ఇవన్నీ కలిపి వస్తి మార్గం ద్వారా లోపలికి ఇవ్వబడును. ఇది అన్ని వయస్సులు వారికి ఇవ్వండి వచ్చును. దీని వలన వయస్థాపానం, ఆయురవృద్ధి, సుఖా యువు, బలం, చక్కని జీర్ణశక్తి, చర్మ కాంతి పెరుగుట, శుక్ర బలం, వాత హారం.

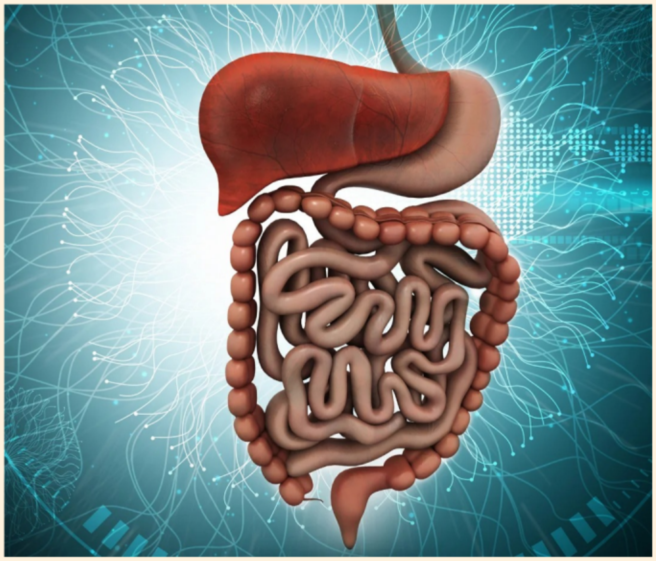
2. అనువాసన వస్తి / స్నేహ వస్తి – అనువాసన వస్తి నందు ముఖ్యంగా వస్తి ద్రవ్యం నందు ఔషదయుక్త తైలం లేదా నెయ్యి లేదా కొవ్వు స్నేహంలు ని వస్తి మార్గం ద్వారా లోపలికి ఇవ్వబడును. ఇది అన్ని వయస్సులు వారికి ఇవ్వవచ్చును. దీని వలన వయస్థాపానం,మనో నిర్మలత్వం , వీర్య పట్టుత్వం, సుఖా యువు, బలం, చక్కని జీర్ణశక్తి, చర్మ కాంతి పెరుగుట, శుక్ర బలం, వాత హారంగ పని చేయును.

ఇవి కాకుండా మాత్రవస్తి, బృంహాన వస్తి, వైతరణ వస్తి, లేఖన వస్తి, ఉత్తర వస్తి మొదలైనవి వస్తి అందు వివిధ రకములు అయినప్పటికీ అవన్నీ ఆస్థాపన మరియు అనువాసన వస్తి క్రిందకే వచ్చును.

Vasti karma is one of the main therapies used in Panchakarma treatments, that which mainly focuses on treating the disorders which are caused from the imbalance of Vata dosha. Because, Vayu is the motive force behind all physiological and pathological states of the body.

Vasti is considered as a complete treatment because it incorporates all the treatment aspects of Ayurveda in to it.

People are having a wrong understanding about Vasti karma, they always correlate it to the Enema therapy used in the contemporary treatment which is given to evacuate the faeces but the Vasti Karma which is explained in Ayurveda is entirely different from Enema,and helps to evacuate the Dosha's(Toxins) which are formed due to the imbalance of Vata Dosha



Soon after Purvakarma of Abhyanga and Swedana. The medicines which are prepared under hygienic condition are kept ready for administration. The medicated substances can be medicated oil, medicated ghee and decoctions in liquids that are selected according to patient's condition and are administered with the help of Vasti Yantra (Special device to administer medicines) via anal route.

Based on the nature of the drug administered, it is divided into two types

1. Anuvasana Vasti or Oil Enema (Sneha Vasti)
2. Niruha Vasti or Decoction Enema (Kashaya Vasti)

For Appointment
Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976
VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

నశ్య కర్మ
Nasal inhalation therapy

Since 2003
Praana ayurar
Ayurveda Hospital

పంచకర్మ చికత్సలు అయిన వమన, విరేచన, వస్తి ప్రక్రియలు ద్వారా ప్రకోపిత వాత పిత్త కఫములుని బయటకి పంపి త్రిదోషాలుని తిరిగి సామ్య అవస్థకి తీసుకొని రావచ్చు. కాని శిరస్సు నందు జనించే రోగాలుకి, శిరో దోషాలుని బయటకు పంపే అందుకు నాసామార్గము ద్వారా ఔషద ప్రయోగం చేయు ప్రక్రియని నశ్య కర్మ అని చెప్పవచ్చును.

" నస్తహః కర్మ చ కుర్వీత శిరోరోగేషు శాస్త్రవిత్! ద్వారం హి శిరసో నాసా తేన తత్ వ్యాప్య హంతి!!

శిరస్సు కి ద్వారమైన నాసారాంధ్రం ద్వారా ప్రయిగించు ఔషద యుక్త చూర్ణంలు, తైలములు, స్వరసంలుతో శిరస్సు నందు దోషాలు ని బయటకి పంపి శిరోరోగాలుని పూర్తిగా తగ్గించవచ్చును.

ఈ నశ్య కర్మ వలన ముఖ్యంగ మైగ్రెన్ తలనొప్పి, మెడ సమస్యలు, జుట్టు సమస్యలు, బ్రెయిన్ సమస్యలు, సనుసైటీస్, మొదలగు సమస్యలుకి పరిష్కారం దొరుకును.

Nasya Karma – It is a 5th trearment of Panchakarma procedures. In Ayurveda that aims to cleanse and rejuvenate the head and neck region. It involves the administration of medicated oils or powders or herbal juices into the nasal cavity, which helps to remove toxins and excess mucus from the sinuses, throat, and head.

How to do– Soon after the sneha and sweda karma of the face, neck and shoulder the patient is asked to lie on the back with a slightly elevated head with tilted back side. Then a lukewarm medication is instilled in both nostrils with the help of a proper instrument like a dropper. Once the Nasya procedure is completed a mild massage of the palms, soles, and shoulders is performed.

The benefits of Nasya Karma.
Improved Respiratory Health.
Enhanced Mental Clarity.
Headache And Migraine Relief.
Facial Paralysis And Neurological Disorders.
Sinusitis Management.
Enhanced Sensory Perception.
Stress Reduction.
Preventive Health Maintenance.

For Appointment
Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976
VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

ఆయుర్వేద మూల సిద్ధాంతంలు
Ayurveda fundamentals

Since 2003
Praana ayurar
Ayurveda Hospital

ఆయుర్వేదం అంటే? – దీర్ఘాకాలిక, సుఖమైన, ఆరోగ్య కరమైన, ఆయుష్షుని కలిగించే వైద్య శాస్త్రం.

ఆయుష్షు అంటే? – శరీరం, ఇంద్రియములు, మనస్సు, ఆత్మ ఈ నాలుగు ఒక దానితో ఒకటి విడిపోకుండా వుండే అవస్థని ఆయుష్షు అని చెప్పవచ్చును ఆరోగ్యవంతమైన ఆయుష్షుని ఇచ్చేది ఆయుర్వేదం.

ఆరోగ్యం అంటే?– శరీరం నందు దోషాలు (శారీరిక, మానసిక), ధాతువులు, మలములు, అన్ని సామ్య అవస్థలో వుండి సుఖమైన ఆయుష్షుని ఇచ్చేదే ఆరోగ్యం.

వ్యాధి అంటే? – ఆరోగ్యం కి వ్యతిరేకంగ దోషాలు, ధాతువులు, మలములు దూషించబడి వాటి ద్వారా శరీరంకి మనస్సుకు దుఃఖం కలిగే అవస్థని వ్యాధిగా లేదా రోగం లేదా అహిత ఆయుష్షు గ చెప్పవచ్చును.

వ్యాధికి కారణం? – ఋతు కాలాలు యొక్క, బుద్ధి యొక్క, ఇంద్రియర్ధాలు యొక్క అయోగ, అతియోగ, మిధ్యాయోగ కారణంలు వలన శరీరం నందు దోష, ధాతు వైషమ్యం కలిగి వ్యాధులు జనించును.

దోషాలు అంటే? – మాతృ గర్భం నుంచే శరీరం లోకి ప్రకృతి సిద్ధంగ ప్రవేశించి శరీరం యొక్క ఆరోగ్యం కి, అనారోగ్యం కి కారణం భూతమైన భావాలుని దోషాలుగా చెప్పవచ్చును. ఇవి వాత, పిత్త, కఫ అనే 3 శారీక దోషాలు, సత్వ, రజో, తమో గుణాలు అనే 3 మానసిక దోషాలు ప్రధానమైనవి.

చికిత్స అంటే? – రోగి యొక్క రోగం నందు ప్రమేయం వున్న దూషిత లేదా వికృతి చెందిన దోష, ధాతు, మలములుని ప్రశస్తమైన వైద్యుడు, ఔషదం, సహాయక సిబ్బంది తో మరల సామ్య స్థితికి తీసుకొచ్చి సుఖమైన ఆరోగ్యం ఇచ్చే ప్రక్రియనే చికిత్స గ చెప్పవచ్చును. ఈ చికిత్స లో అంత్యంత ప్రధానమైనది " పంచకర్మ " అనబడే శోదన చికిత్స.

What is Ayurveda? – The ancient medical science from Vedic scriptures which explains the healthy and happy living for maximum years(AYUSH) with out any diseases.

What is Ayush? – The stage of an undivided combination of body, senses, mind and soul is called Ayush. The science which explains Ayush is called Ayurveda.

What is Health? – The balance of physical Doshas vata pitta kapha, dhatu, malas and mental doshas Satwa, rajo, tamo in the human body is called Health.

What is Disease? – The imbalance of Physical and mental doshas in the human body which creates abnormal functioning of the systems and leads to decrease of the Ayush is called Disease.

Causes of Disease? – The un utilisation or hyper utilisation or wrong utilisation of three seasonal activities, senses and mind are the main causes for imbalance the body doshas, dhatus. The imbalance of Dosha dhatus leads to diseases.

What are Doshas? – The main health driving forces of the body are called doshas which come from the embryonic stage of the body. This combination of these forces will decide our constitution and nature. These are three main physical Doshas Vata, Pitta, Kapha and three main mental Doshas Satwa, Rajo, Tamo doshas.

What is the Treatment? – The process which corrects the imbalance of the Dosha dhatu malas in the diseased body to get the happy Ayush with the help of the Best Doctor, Best Medicine and Best Medical Assistance is called Treatment.

For Appointment

Dr. M. Trinadha Rao, M.D (Ayu)
Chief Consultant, Panchakarma Specialist
(Regd. No: 20989)
Cell: 9440 976 976 | 8886 111 107

TIRUPATI
0877- 2233107, 8886 111 207, 9440 976 976

VIZAG
0891-2788899, 833 108 2 104, 9440 976 976

Since 2003

Praana ayurqr

Ayurveda Hospital

About Ayurqr Ayurveda Specialty Hospital

Ayurqr Ayurveda Specialty hospital with over 20yrs experience in the Ayurveda health care services in Tirupati and Viskhapatnam. We specialize in providing our patients with pure Ayurveda health services like consultations, Panchakarma, Kerala therapies, Ayurveda medicines, Natural beauty treatments, Proper diet advice and counseling for all ailments. Our staffs have been well trained in all treatments and procedures.

Dr. M.Trinadha Rao MD (Ayu) is a founder and chief consultant of Ayurqr Ayurveda Hospital. He did the Master degree i.e. MD in Ayurveda from NTR health university in 2003 and also did "Yoga Shiromani" Teacher training course (TTC 2000 batch) at SHIVANANADA INTERNATION YOGA TRAINING CENTER, NEYYARDAM, TRIVENDRUM.

He has been practicing pure Ayurveda Health System for 22yrs and given very satisfactory results in more than 20000 of cases. He worked for Ultimate Ayurveda, Auckland, New Zealand in period of 2007 to 2009. Having very good experience in treating Neuro, Ortho, Spine, Skin, Cardiac, Cancer, Autoimmune diseases, chronic kidney diseases, Liver infections, pneumonia, and allergic problems.

TIRUPATI

6-7-554, Sripuram Colony,
ISKON Temple Road, Near SBi, Tirupati - 517 501
Ph: 0877 - 22 33 107, Cell: 8886 111 207

VIZAG

50-105-1/2, Opp NRI Hospital,
Seetammadhara, Visakhapatnam - 530013.
Ph: 0891 - 27 888 99, Cell: 833 108 2 104

THE ARYA VAIDYA SALA KOTTAKAL

Estd : 1902

Vaidyaratnam P.S. Varier's

KOTTAKKAL ARYA VAIDYA SALA

Authorised Dealer

Ayurqr

(GSTIN: 37AGHPR8046E2Z3)

Estd : 1902

Kottakkal ayurveda