



माधवप्रिया  
आयुर्वेदिक क्लिनिक व पंचकर्म केंद्र

# माधवप्रिया

आयुर्वेदिक क्लिनिक व पंचकर्म केंद्र

डॉ. संतोष रावसाहेब देशमुख  
एम. डी. आयुर्वेद, मुंबई

## मानसिक रोग (फीट व वेडेपणा) यांचे पथ्य

चिकित्सा सूत्र :

"शुद्धस्याचारविभ्रंशे तिक्ष्णं नावनमज्जनम् ।  
ताडनं च मनोबुद्धिदेहसंवेजनं हितम् ॥" च. चि.

नाष्टा : (खालील पैकी नाष्टयाला एक पदार्थ खावा.)

- दुग्धाहार - गाईचे दूध, सुंठ/वेलची सिद्ध, आल्याचा चहा अर्धा अर्धा कप चालेल.
- फलाहार- डाळींब, आंबा, द्राक्षे, कोहळा, अंजीर, पेठा, नारळ, कवठ.
- युष सुप - मूगाचे सुंठ, धणे, जिरे व तुपाची फोडणी दिलेले सूप किंवा खालील वर्णित फळभाज्या, पालेभाज्यांचे सूप किंवा भाताची पेज
- लघ्वाहार- रव्याचा उपमा शिरा/भाजलेले पोहे/मुगाचे लाडू

जेवण :

- फळभाज्या- सर्व चालतील (बटाटा, टोमॅटो, भरताचे वांगे, रताळी सोडून)
- पालेभाज्या-शेवगा, पालक, चवळाई (तादुळजा), चाकवत.
- धान्य- गव्हाचे फुलके/ज्वारी यांची भाकरी, जुनी ताबडी साळ.
- भात- जुन्या तांदळाचा भाजून केलेला भात/मुगाची खिचडी.
- कढण/सूप - वर वर्णन केलेले घ्यावे.
- मांसाहार - कोंबडी, बोकड, कासव यांचे सूप बोकडीच्या पायांचे सूप.
- दुधांचे पदार्थ - लोणी, तूप.
- संस्कारित जल- उष्णोदक (गरम केलेले पाणी) जटामांसी, गुग्गुळ, कंकोळ सिद्धजल
- इतर - सुंठ, आले, गाजर, ओली हळद, शिंगाडा, लसूण.

## विहार :

- त्रासन चिकित्सा
- धूपण, अंजन
- ब्रह्मचर्य पाळावे (शारीरिक संबंध ठेऊ नये).

## विशिष्ट पथ्य :

- कोहळ्याचे बी + मध याने चांगला लाभ किंवा वेखंड चूर्ण + मध
- वैधांचा सल्ला घेऊन गव्हाचे सत्व कोहळ्यासह/ द्राक्षारसासह प्यावे.
- बसमध्ये, येता जाता रस्त्यावर खाणे टाळावे.
- बटाटा, साबुदाणा, अरबी, बीट खाऊ नये. कांदा, लसूण खाऊ नये.
- शिळे, शुष्क अन्न व सॉस खाऊ नये.
- व्यसने (सुपारी, पान, तंबाखू, गुटखा) करू नये.
- दही, बर्फी, रबडी, श्रीखंड, पेढे खाऊ नये.
- रात्री जागरण व दिवसा झोप पूर्णतः वर्ज्य करावे.

**पंचकम** : बस्ति नस्य, अग्नीकर्म , शिरोधारा, पिचू धूम्रपान, सिरावेध



अधिक माहिती करीता खाली दिलेल्या चिन्हांवर क्लिक करा

सर्व आजारांच्या पथ्य-अपथ्यांची अनुक्रमणिका →  index

क्र.	माधवप्रिया शाखा	संपर्क	पत्ता
१	घाटकोपर - प्रमुख शाखा	7045607187	
२	कांदिवली	7304751357	
३	गिरगाव	022-22081081	
४	पुणे - तिसरा रविवार	8169507436	
५	कोल्हापूर - पहिला रविवार	7045607187	

