

ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹಾಗೂ ಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಪರಿಚಯ

ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಒಂದು ಅನುಪಮ ಜೀವನ ಪದ್ಧತಿ, ಔಷಧ ರಹಿತ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನ. ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುವ ಪಶು, ಪಕ್ಷಿ, ಮೃಗಾದಿಗಳಂತೆ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಮನುಷ್ಯನು ಪಡೆಯಬೇಕಾದಲ್ಲಿ ಅವನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಹೇಗೆ ಜೀವನ ನಡೆಸಬೇಕೆಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ಹಾಗೂ ಒಂದುವೇಳೆ ಕಾಯಿಲೆಯಾದಾಗ ಪುನಃ ಹೇಗೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸುವ ಅತ್ಯಂತ ಸಹಜವಾದ, ಸರಳವಾದ, ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾದ ವಿದ್ಯೆಯೇ ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ.

ಪರಿಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯ ಎನ್ನುವಾಗ ಕೇವಲ ಶರೀರ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿಯೂ ಸಹ ಅಷ್ಟೇ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಾಗ ಮಾತ್ರ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಆಧುನಿಕ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಹಾಗೂ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಡುತ್ತಿವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣ ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ವಿಕ್ರಮಿಸಿರುವುದು, ಪ್ರಕೃತಿ ಸಹಜವಾದ ಆಹಾರವನ್ನು ಹಾಗೂ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸದೇ ಇರುವುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಮಧುಮೇಹ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೃದ್ರೋಗ, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು, ಪಿ.ಸಿ.ಒ.ಡಿ, ರಕ್ತಹೀನತೆ, ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ, ಸ್ತೂಲಕಾಯ, ಫೈರಾಯ್ ಸಮಸ್ಯೆ, ಮೈಗ್ರೇನ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬದಲಾಗಿರುವ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಿಂದ ಬರುತ್ತಿರುವಂತಹ ತೊಂದರೆಗಳು. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ದುರ್ಬಳಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ನಾವಿರನ್ನೆಲ್ಲಾ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಅದೇ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಪೃಥ್ವಿ, ಜಲ, ವಾಯು, ಅಗ್ನಿ, ಆಕಾಶ ಇವುಗಳೇ ಪಂಚಮಹಾಭೂತಗಳು. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಬಳಸಬೇಕೆಂಬ ಕುತೂಹಲ ಮೂಡುತ್ತಿದೆಯೆ? ಹೌದು, ಪ್ರಕೃತಿಯು ಈ ಪಂಚಮಹಾಭೂತಗಳಿಂದ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿದ್ದು ಈ ಪಂಚಮಹಾಭೂತಗಳು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿಲ್ಲದಾಗ, ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದೈಹಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ಇರುತ್ತಾನೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಈ ಪಂಚಮಹಾಭೂತಗಳಲ್ಲಿ ಅಸಮತೋಲನವಾದಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಮಾನವನು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಈ ಪಂಚಭೂತಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು ಹೇಳುವ ಪ್ರಕಾರ, ಮಾನವನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ರೋಗಗಳು ಜನಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗಿರುವುದು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಶೇಖರಣೆಗೊಂಡ ಕಶ್ತಲಗಳು, ಅನುಚಿತ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆ, ನರಮಂಡಲಗಳ ಅನುಚಿತ ಕಾರ್ಯ ಹಾಗೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವ ಜೀವಶಕ್ತಿ ಅಥವಾ ಜೀವನೋಲ್ಲಾಸ.

ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಜಲಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಮಣ್ಣಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ವಾಯು ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಅಗ್ನಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಆಕಾಶ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಅಕೃಪಂಕ್ಷರ್, ಫಿಜಿಯೋ



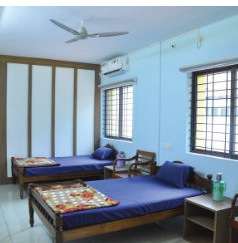
ಥರಪಿ ಮುಂತಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಹಲವಾರು ರೋಗಗಳ ಮೂಲವನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲಾಗುವುದು.

ಜಲಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ನೀರನ್ನು ಬಾಹ್ಯ ಹಾಗೂ ಅಂತರಿಕವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಉಷ್ಣಾಂಶ, ಒತ್ತಡಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಮಣ್ಣಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಮಣ್ಣನ್ನು ಶರೀರಕ್ಕೆ ಲೇಪನಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು. ದೇಹವನ್ನು ತಂಪಾಗಿಡುವಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸಂಚಾರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವಲ್ಲಿ ಚರ್ಮದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವಲ್ಲಿ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಮೇಲುಗೈ.

ಫಂಕ್ಷನಲ್ ಫುಡ್ ಥರಪಿ: ಆಧುನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಆರೋಗ್ಯಯುತ ಕರುಳು ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಕರುಳು ಟ್ರಿಯನ್ (೧ ಲಕ್ಷ ಕೋಟಿ) ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಮತ್ತು ಇತರ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಇವು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳ ಅಸಮತೋಲನವೇ ನಮ್ಮ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. IBD, IBS, Rheumatoid Arthritis, ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆಗಳು, ಮೈಗ್ರೇನ್, ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್, ಎಗ್ಗಿಮಾ ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ಇದು ಪ್ರಧಾನ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಈ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳ ಸಮೂಹದ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಲು ಮತ್ತು ಇದರೊಂದಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಪ್ರೊ-ಬಯೋಟಿಕ್ ಮತ್ತು ಪ್ರಿ-ಬಯೋಟಿಕ್‌ಗಳು ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

ಪಞ್ಚಾನ್ಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆ/ ಡಯಟ್ ಥರಪಿ: 'ಆಹಾರವೇ ಔಷಧವಾಗಿರಲಿ, ಔಷಧವೇ ಆಹಾರವಾಗಿರಲಿ' ಎಂದು ಹಿಪೋಕ್ರೇಟಸ್ ಹೇಳಿದಂತೆ, ನಮ್ಮ ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯು ಹಿತಮಿತವಾಗಿ ಇರಬೇಕು, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೇಹಕ್ಕೆ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಹಾಗೂ ಆತನ ಕೆಲಸಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಆಹಾರವು ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯಿಂದ ಸಮೃದ್ಧಿಯಾಗಿರಬೇಕು. ಹೀಗೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ಖಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರಿಸುವುದು.



ಫಿಜಿಯೋಥೆರಪಿ: ಆತ್ಮಾಧುನಿಕ ವಿದ್ಯುತ್ ಉಪಕರಣಗಳು, ಮಂಜಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (Cryotherapy) ವ್ಯಾಯಾಮ ಪದ್ಧತಿಗಳು ನೋವುಗಳನ್ನು ಶಮನಗೊಳಿಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದು ದೇಹವನ್ನು ನ್ಯೂನತೆಗಳಿಂದ ಪುನಃಸ್ಥಾಪನಗೊಳಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

ಮರ್ದನ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ದೇಹದ ಅಂಗಾಂಗಗಳಿಗೆ ಮರ್ದನವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಸ್ನಾಯುಗಳು, ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು, ನರಮಂಡಲಗಳು ಉತ್ತೇಜನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ರಕ್ತಸಂಚಾರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ದೇಹ ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಚರ್ಮದ ಕಾಂತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಚರ್ಮದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ.

ಅಕ್ಯುಪಂಕ್ಚರ್ (ಸೂಜಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ) : ಸೂಜಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ದೇಹದ ವಿವಿಧ ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿನ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಬಿಂದುಗಳಿಗೆ ಚುಚ್ಚಿ ನರವ್ಯೂಹವನ್ನು ಉತ್ತೇಜನಗೊಳಿಸಿ ನೋವಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು. ಸೂಜಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಜೀವಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಮ ತೋಲನಗೊಳಿಸಿ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆ: ಯೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಬರಿದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಮಾನಸಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಲಿಷ್ಠರನ್ನಾಗಿಸುವಲ್ಲಿ ಮಹತ್ತರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.



ಯೋಗವೆಂದರೆ ತೂಕ ಕಮ್ಮಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಂಬ ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಮೂಡಿ 'ಸಮತ್ವಂ ಯೋಗ ಉಚ್ಯತೇ' - ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ಎಂದರೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿ ಇರಿಸುವುದು ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

ಯೋಗ ಎಂದರೆ ಬರೀ ಆಸನಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ದೇಹ ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಾಗೂ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ಸರಳ ವಿಧಾನವಾಗಿದೆ.

ಯೋಗವು ಯಾವುದೇ ವಯಸ್ಸಿನ ಬೇಧವಿಲ್ಲದೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಬೇಕಾದ ಒಂದು ಶಿಸ್ತು, ಆಯಾಮ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನುಗುಣವಾಗುವಂತಹ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ.

ಹೀಗೆ ಯೋಗಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ, ರೋಗಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾದ ಆಸನಗಳು, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಗಳು, ಧ್ಯಾನ, ವಿಶ್ರಾಂತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು, ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಅಭ್ಯಾಸಗಳಿದ್ದು, ಅದರದ್ದೇ ಆದ ವಿಶೇಷತೆಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ: ಪ್ರಾಣ-ಜೀವಶಕ್ತಿ, ಆಯಾಮ-ಹತೋಟಿ-ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸಿನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಹಾಗೂ ದೀರ್ಘಾಯುಷ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ಧ್ಯಾನ: ಏಕಾಗ್ರತೆ ಧ್ಯಾನದ ತಳಪಾಯ. ಏಕಚಿತ್ತತೆಯಿಂದ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯದಿಂದ ಚಿಂತಾಮುಕ್ತರಾಗುವುದೇ ಧ್ಯಾನ. ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಂಡುಬರುವ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಉದ್ದೇಗವು ಒಂದು ಕಾರಣ. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಮನಸ್ಸಿನ ಉದ್ದೇಗ ಹಾಗೂ ಚಾಂಚಲ್ಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ನಿಶ್ಚಿಂತರಾಗಿ, ಸದೃಢರಾಗಿ ಉತ್ತಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸಾಗಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿಶೇಷತೆಯೇನೆಂದರೆ ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಯಾವುದೇ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು ಹಾಗೂ ತೊಂದರೆಗಳು ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಮತ್ತು ರೋಗಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಮೂಲ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಬೇರೂರಿಸಿ ತೊಡಗಿಸುವುದು.

ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳನ್ನು ರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣದ ಮಹಾಸಾಧನವನ್ನಾಗಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸರಳ, ಸುಲಭ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಹಾಗೂ ಖಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಇದು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಈ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಧಾನವು ಚೈತನ್ಯವನ್ನು, ಆನಂದವನ್ನು, ಆಯಸ್ಸನ್ನು, ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು, ದೇಹದ ಸದೃಢತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಸೇವಾಶ್ರಮ ಆಸ್ಪತ್ರೆ

ವಿವೇಕಾನಂದ ಆರೋಗ್ಯಧಾಮ

ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಯೋಗ ಮತ್ತು ಫಿಜಿಯೋಥೆರಪಿ ವಿಭಾಗ, ಪೊನ್ನಂಪೇಟೆ

ವಿರಾಜಪೇಟೆ ತಾಲೂಕು, ಕೊಡಗು ಜಿಲ್ಲೆ -571216.



ಉಪಚರಿಸಲಾಗುವ ಕಾಯಿಲೆಗಳು

ಆಟೋಇಮ್ಯೂನ ತೊಂದರೆಗಳು, ಲೈಫ್ ಸ್ಟೈಲ್ ಡಿಸೀಸ್‌ (ಜೀವನ ಶೈಲಿಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳು), ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆಗಳು, ನರ, ಸ್ನಾಯು ಹಾಗೂ ಕೀಲುಗಳ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಥೈರಾಯ್ಡ್ ಸಮಸ್ಯೆ, Rheumatoid Arthritis (ಆಮವಾತ), ಸೋರಿಯಾಸಿಸ್, IBS, IBD, ಮಧುಮೇಹ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, PCOD, ಬೊಜ್ಜು, ಫ್ಯಾಟಿ ಲಿವರ್, ಮಾನಸಿಕ ಉದ್ದೇಗ ಹಾಗೂ ಖಿನ್ನತೆ, ಕೀಲುನೋವು, ಬೆನ್ನುನೋವು, ಕತ್ತುನೋವು, ನರದರ್ಬಲ್, ಮೈಗ್ರೇನ್, ನೈನಸ್‌ಟಿಸ್, ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ, ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ನಂತರದ ಫಿಜಿಯೋಥೆರಪಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಆಸಿಡಿಟಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಹಾಗೂ ಇತರ ದೀರ್ಘಕಾಲೀನ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಉಪಚರಿಸಲಾಗುವುದು.

ಲಭ್ಯವಿರುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು

ಅಕ್ಯುಪಂಕ್ಚರ್, ಡಯಟ್ ಅಂಡ್ ಫಾಸ್ಟಿಂಗ್ ಥೆರಪಿ (ಪಥ್ಯ ಮತ್ತು ಉಪವಾಸ ಚಿಕಿತ್ಸೆ), ಜಲಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಯೋಗಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಫಿಜಿಯೋ ಥೆರಪಿ, ಡಿಟೊಕ್ಸಿಫಿಕೇಷನ್ ಪ್ರೋಗ್ರಾಮ್, ಫಂಕ್ಷನಲ್ ಫುಡ್.

ಹೊರರೋಗಿ, ಒಳರೋಗಿಯ ವಿಭಾಗ ಹಾಗೂ ಉಚಿತ online consultation ಸೌಲಭ್ಯವಿದೆ.

ಆರೋಗ್ಯಧಾಮದಲ್ಲಿ ಈ ಕೆಳಗಿನ ದಿನಾಂಕಗಳಲ್ಲಿ 3 ದಿನಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಶಿಬಿರವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಲಾಗಿದೆ :

ವಸ್ತಿಲ್ : 16 ರಿಂದ 18

ಮೇ : 7 ರಿಂದ 9 ಹಾಗೂ 21 ರಿಂದ 23

ಜೂನ್ : 11 ರಿಂದ 13 ಹಾಗೂ 25 ರಿಂದ 27

'ಇಂಟೆಗ್ರೇಟೆಡ್ ನ್ಯಾಚರೋಪತಿಕ್ ಅಪ್ರೋಚ್'

ನೋಂದಣೆ, ಮುಂಬರುವ ಶಿಬಿರಗಳು ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ

ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ: 9606796827, 9845395293

e-mail: vivekanandaarogyadhama@gmail.com

Website: www.rkmponnampet.org