

## मुलांचे आरोग्य आणि अमृतप्राशन

आयुर्वेदातील 'सुवर्णप्राशन' या विशिष्ट संस्काराची वाढती लोकप्रियता आणि त्याचा मुलांच्या सर्वांगीण आरोग्यावर होणाऱ्या चांगल्या परिणामांमुळे, पूर्ण गोवा राज्यातील मुले त्याचा लाभ घेत आहेत. गेल्या १७ वर्षांत जवळजवळ १ लाख ९० हजार मुलांना, कामाक्षी आरोग्यधामतील कौमारभृत्य (Ayurveda Pediatric) विभागातर्फे राज्यातील 5 centers मध्ये सुवर्णप्राशन घातले गेले. त्यामुळे मुलांना त्यांचे आरोग्य जपण्यासाठी लाभ झाला.

त्याचप्रमाणे वय वर्षे 4 ते 10 वयोगटातील मुलांसाठी अमृतप्राशन हा कार्यक्रम गेली 7 वर्षे राबवण्यात येत आहे. ज्यामधील औषधे मुलांची Immunity वाढवण्यासाठी, वारंवार होणारी सर्दी, खोकला, skin disease, Allergy इत्यादी विविध आजारांवर गुणकारी ठरत आहे.

'कौमारभृत्य / बालरोग' ही आयुर्वेदाच्या आठ Branches पैकी एक विशिष्ट शाखा ज्यामध्ये बालकांचे पालन-पोषण, त्यांना होणारे आजार, त्यांची चिकित्सा यांचे वर्णन आढळते. इ.स.पूर्व 7 व्या शतकात आयुर्वेदातील विविध शास्त्रज्ञांपैकी आचार्य महर्षि काश्यप यांनी काश्यप संहिता या ग्रंथाची निर्मिती केली. ज्यामध्ये बालकाला केंद्रबिंदू मानून त्या संबंधी संपूर्ण वर्णन केलेले आहे. त्यापैकी एक विशिष्ट उपक्रम म्हणजे 'लेहन'.

**'सुखं दुःखं हि बालानां दृश्यते लेहनाश्रयाः।' - का.सू. लेहाध्याय.**

वरील संदर्भात आचार्य काश्यप यांना असे सांगायचे आहे कि, सुख आणि दुःख म्हणजेच आरोग्य आणि अनारोग्य हे लेहन ह्या विधिवर अवलंबून असते.

**लेहन म्हणजे काय ?**

लहान मुलांना विशिष्ट औषधी मध आणि तूप या सोबत चाटण स्वरूपात दिल्या जातात. या विधीचा खूप जण परंपरागत आपल्या मुलांसाठी वापर करतात. विविध आजार व त्यांची लक्षणे लक्षात घेऊन जर औषधी लेहन स्वरूपात मुलांना दिली तर निश्चित त्याचा त्यांच्या आरोग्य रक्षणासाठी फायदा होतो.

सध्याच्या corona च्या काळात अशा प्रकारच्या लेहनाचा मुलांना त्यांची व्याधिप्रतिकारशक्ती वाढवण्यासाठी आणि त्यांच्या विविध श्वसनसंस्थेसंबंधित विकारांसाठी (वारंवार होणारी सर्दी, खोकला, श्वास इ.) यांमध्ये फायदा होताना दिसतो.

अमृतप्राशनासाठी(लेहन) वापरण्यात येणारे औषध हे 'कामाक्षी आरोग्यधाम' येथे बनवलेले असून प्रत्येक महिन्याच्या दुसऱ्या शनिवारी 9:30 am. ते 4:00 pm. या कालावधी मध्ये उपलब्ध असते. त्याच बरोबर दररोज देण्यासाठी Granules स्वरूपान हे औषध दिले जाते. Prevention is always better than cure या तत्त्वाला अनुसरून जर मुलांनी हे औषध घेतले तर निश्चितच त्यांना निरोगी राहण्यासाठी त्याची मदत होईल. तसेच लहान मुलांच्या इतर आजारांवर वैद्यकीय तपासणी करायची असल्यास कौमारभृत्य विभागात संपर्क करावा .

अक्षय राहो आरोग्य बालकांचे । फुलणे जणू वसंताचे ॥  
हसत खेळत गोड क्षणांचे । योगदान है अमृतयोगाचे ॥

संपर्क: 0832-2306309

कामाक्षी आरोग्यधाम

कौमारभृत्य विभाग

शिरोडा- 403103



**Presentation of Amrut Yog Granules and Pamphlet**  
**Dr. Anura P. Bale - Principal & Hospital Superintendent**  
**Dr. Sumod Khedekar - Asst. Professor, Dept. of Kaumarbhritya**  
**Kamakshi Arogya Dham, Shiroda**