



TREATMENT INJUSTICE (NGO)

JOINT PAIN

जोड़ दर्द





JOINT PAIN & INFLAMMATION

Arthritis, Rheumatoid Arthritis, Psoriatic Arthritis, Osteo Arthritis, Cervical Spondylosis, Ankylosing Spondylitis / Slipped / Prolapsed Disc, Gout, Sciatica Etc.

मानव शरीर में लगभग **31/2 करोड़ नसें-नाड़ियां** होती हैं। ये सभी नसें हमारी नाभि से या हमारी रीढ़ की हड्डी से जुड़ी होती हैं। जोड़ों में, घुटनों - कमर - कंधे में दर्द, गठिया, आमवात आदि रोगों का कारण इन नसों में सम्यक रक्त, ऑक्सीजन का न पहुंचना, मोटापा, Uric Acid, ESR का बढ़ना, हड्डी का घिसना या हड्डी के बीच का तरल Synovial Fluid यानि घुटने की ग्रीस का सूखना या

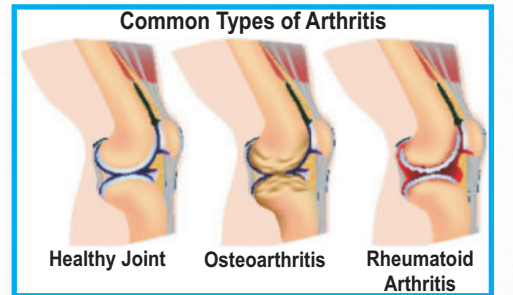


Cholesterol and Diabetes आदि का बढ़ना होता है। आयुर्वेद में **यह सब वात दोष** के अंतर्गत आते हैं। कभी वात दोष अकेला, कभी पित्त, रक्त या कफ दोष के साथ मिलकर जोड़ों की तकलीफें, Disc Problems आदि



को उत्पन्न करता है। वात दोष के प्रकुपित होने का कारण है हमारा अनुचित खान-पान, अनुचित जीवनशैली, तनाव, मोटापा, पाचन सम्बन्धी विकृतियां आदि। **ये रोग जानलेवा नहीं हैं परन्तु अत्यधिक दर्द, सूजन और शरीर के अंगों का सही प्रकार से संचालन न हो पाने से रोजमर्रा के कामकाज व स्वभाविक जीवन जीने में परेशानी होती है।** कभी-कभी शरीर के कुछ अंग टेढ़े भी हो जाते हैं। आधुनिक विज्ञान में इन्हें Arthritis, Rheumatoid Arthritis, Psoriatic

Arthritis, Osteo Arthritis, Cervical Spondylosis, Slipped / Prolapsed Disc, Gout, Ankylosing Spondylitis, Sciatica आदि अनेक नामों से जाना जाता है। पर आमतौर पर यह सभी रोग वात प्रकोप जन्य ही होते हैं। वात दोष तथा सम्बन्धित धातु/दूष्य को सामान्य करके इन बीमारियों पर काबू पाया जा सकता है। **वस्तुतः इस रोग में**



ऑपरेशन की कोई जरूरत नहीं होती। उचित खान-पान और

जीवनशैली को अपनाकर तथा उचित-प्रभावकारी आयुर्वेदिक औषधियों के प्रयोग से कुपित दोष शान्त हो जाते हैं और रोगी को बहुत जल्दी आराम आ जाता है। **नियमित व्यायाम, आयुर्वेद पंचकर्म, योग, प्राणायाम, समय पर सोना-जागना तथा संतुलित आहार लेने से इन रोगों की रोकथाम भी की जा सकती है।** तैलीय, अत्यधिक ठंडी व बासी चीजों से परहेज तथा शरीर को सक्रिय रखना भी अत्यंत आवश्यक है। समय रहते उचित देखभाल और आयुर्वेदिक उपचार अपनाने से न केवल दर्द में राहत मिलती है, बल्कि जोड़ों की कार्यक्षमता भी धीरे-धीरे पुनः सामान्य होने लगती है, जिससे व्यक्ति स्वस्थ और सक्रिय जीवन जी सकता है।



PAIN KILLER के साइड इफ़ेक्ट

लगातार पेन किलर दवाइयाँ लेने से

Kidney Damage / Kidney Failure Risk बढ़ता है।

https://link.springer.com/article/10.1186/s12882-017-0673-8?utm_source=chatgpt.com



पेन किलर दवाइयाँ **Liver Failure / Toxicity**
का कारण बनती है।

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7347500/>

लंबे समय तक पेन किलर लेने से

Heart Attack & Cardiovascular Risk बढ़ जाता है।

https://link.springer.com/article/10.1186/s12882-017-0673-8?utm_source=chatgpt.com



लंबे समय तक पेन किलर के साथ Antibiotic लेने से
Antibiotic Resistance होता है
(Indirect Misuse Pattern)

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/antimicrobial-resistance>

पेन किलर का Long Term Use

Reproductive Health (Sperm & Egg Quality)
खराब करती है।

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8915900/>



पेन किलर लगातार लेने से **Pregnancy**
& **Baby Development Risk** का खतरा रहता है।

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3683088/>

पूरे GI Track को अन्दर से खराब कर रही है
दर्द को कम करने वाली दवा

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9162824/#:~:text=The%20top%2010%20in,duodenitis%2C%20and%20naevus%20flammeus>





PAIN KILLER के साइड इफ़ेक्ट

Modern lifestyles make people increasingly sensitive to pain, leading to indiscriminate pill-popping. Over-the-counter pain medicines carry risks of mild to moderate side effects, often overlooked in the pursuit of relief.

Common pain medicines used in India with there side effects-

- Aceclofenac
- Tramadol
- Naproxen
- Ibuprofen
- Codeine
- Aspirin
- Diclofenac
- Acetaminophen

मेडिसिन के अलावा मॉडर्न मेडिकल साइंस में घुटनों की बीमारियाँ होने पर **Knee Replacement Surgeries/knee Arthroplasty** की जाती है, जिसके Minor से Major साइड इफ़ेक्ट हो सकते हैं !



पेन किलर के साइड इफ़ेक्ट्स में रेस्पिरेटरी डिप्रेशन भी आता है जो बन सकता है मौत का कारण

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537060/#:~:text=The%20organs%20most,result%20in%20death>

पेन किलर के लगातार इस्तेमाल से हो सकता है Loss of LIBIDO और SEXUAL DYSFUNCTION

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK526029/#:~:text=Constipation%20is%20one,cramps%2C%20and%20pancreatitis>



पेन किलर के इस्तेमाल से हो सकते हैं जानलेवा एलर्जिक रिएक्शंस

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3643350/#:~:text=A%2038%20year%20old'%20male,his%20palate%20and%20buccal%20mucosa.>

पेन किलर के रेगुलर इस्तेमाल से नीचे दिए गए बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है..

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK526078/>

- Pancreatitis — अग्नाशयशोथ (पैंक्रियास की सूजन)
- Sepsis — सेप्सिस (शरीर में फैला गंभीर संक्रमण)
- Intracranial hemorrhage — मस्तिष्क के अंदर रक्तस्राव
- Cholecystitis — पित्ताशय की सूजन (गॉलब्लैडर की सूजन)
- Acute cerebrovascular accident — तीव्र मस्तिष्काघात / स्ट्रोक
- Peptic ulcer disease or gastritis — पेटिक अल्सर रोग या गैस्ट्राइटिस (अमाशय की सूजन)
- Idiopathic thrombocytopenic purpura — अज्ञात कारण से प्लेटलेट्स की कमी (आईटीपी)
- Diabetic ketoacidosis — डायबिटिक कीटोएसिडोसिस (शुगर के कारण खून में एसिड बढ़ना)
- Alcoholic ketoacidosis — अल्कोहोलिक कीटोएसिडोसिस (अत्यधिक शराब से खून में एसिड बढ़ना)
- Bacterial and viral encephalitis — बैक्टीरियल एवं वायरल एन्सेफलाइटिस (मस्तिष्क की सूजन/संक्रमण)
- Bleeding esophageal varices — इसोफेगल वेरीसीज़ से रक्तस्राव (अन्ननली की सूजी हुई नसों से खून बहना)
- Bacterial and viral meningitis — बैक्टीरियल एवं वायरल मेनिन्जाइटिस (मस्तिष्क की झिल्लियों का संक्रमण)
- Thrombotic thrombocytopenic purpura — थ्रोम्बोटिक थ्रोम्बोसाइटोपेनिक पुरपुरा (खून में थक्के बनना व प्लेटलेट्स की कमी)





PAIN KILLER के साइड इफ़ेक्ट



पेन किलर से बढ़ता है अल्सर का खतरा

<https://www.nhs.uk/medicines/ibuprofen-for-adults/side-effects-of-ibuprofen/#:~:text=black%20poo%20or,a%20kidney%20problem>

दर्द की इस दवाई से हो सकता है हार्ट अटैक व स्ट्रोक का खतरा

[https://www.drugs.com/sfx/diclofenac-side-effects.html#:~:text=Oral%20route%20\(Capsule\)-,NSAIDs%20cause%20an%20increased%20risk%20of%20serious%20cardiovascular%20thrombotic%20events%2C%20including,or%20GI%20bleeding%20are%20at%20greater%20risk%20for%20serious%20GI%20events.,-Oral%20route%20](https://www.drugs.com/sfx/diclofenac-side-effects.html#:~:text=Oral%20route%20(Capsule)-,NSAIDs%20cause%20an%20increased%20risk%20of%20serious%20cardiovascular%20thrombotic%20events%2C%20including,or%20GI%20bleeding%20are%20at%20greater%20risk%20for%20serious%20GI%20events.,-Oral%20route%20)



ब्लड डिसऑर्डर व असाधारण ब्लीडिंग का खतरा

<https://www.nhs.uk/medicines/naproxen/side-effects-of-naproxen/#:~:text=vomiting%20blood%20or,damage%20or%20infection>

Knee Replacement Surgery की जटिलतायें....

Postoperative bleeding | Failure of wound healing
Thromboembolic disease | Postoperative neural deficit
(Sensory or Motor) | Intraoperative vascular injury
Intraoperative or early postoperative medial collateral
ligament injury | Instability | Stiffness | Deep periprosthetic joint
infection | Periprosthetic fracture | Disruption of the extensor
mechanism | Osteolysis | Implant loosening | Implant fracture
or tibial Insert dissociation

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3528930/>



Say
NO
to excessive
use of
**Pain
Killers**





आयुर्वेद में है जोड़ों के दर्द का समाधान

अपनाया गया समग्र दृष्टिकोण बिना किसी दुष्प्रभाव के दीर्घकालिक राहत प्रदान करने में मदद करता है। भारत में आयुर्वेद का अभ्यास हजारों वर्षों से किया जा रहा है और अब यह पुराने दर्द सहित विभिन्न बीमारियों के ईलाज में अपनी प्रभावशीलता के कारण दुनिया भर में लोकप्रियता हासिल कर रहा है। जब दवाओं या सर्जरी का सहारा लिए बिना स्वाभाविक रूप से पुराने दर्द को प्रबंधित करने की बात आती है तो पंचकर्म कई संभावित लाभ प्रदान करता है। पंचकर्म उपचार से गुजरने से, लोगों को एक ही समय में अधिक शारीरिक और भावनात्मक कल्याण को बढ़ावा देने के साथ-साथ उनके लक्षणों से राहत मिलती है। आयुर्वेदिक वेलनेस सेंटर में आहार परिवर्तन, पंचकर्म चिकित्सा, प्राकृतिक चिकित्सा, आयुर्वेदिक और होम्योपैथिक चिकित्सा की मदद से कई रोगियों का ईलाज किया है।



जानु वस्ति द्वारा

घुटनों के सभी रोगों का समाधान

घुटने के दर्द, लिगामेंट इंजरी (ACL), सायनोविनयल फ्लूइड (ग्रीस) की कमी, गैप घटना, ऑस्टिओ आर्थराइटिस, सूजन में जानु वस्ति काम करती है।



देखिये ...

अश्वनी उपाध्याय जी के पिताजी को

घुटनों के दर्द का आयुर्वेद में मिला समाधान

<https://www.youtube.com/watch?v=QAQIt06br-s>



आयुर्वेद में है जोड़ों के दर्द का समाधान



Knee Osteoarthritis में लाभ (घुटनों के दर्द में फायदा)

<https://www.greenpharmacy.info/index.php/ijgp/article/view/3629>

Joint Stiffness कम करना (जकड़न में राहत)

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3215328/>



Long-term Joint Function Improvement (लंबे समय तक असर)

<https://link.springer.com/article/10.4103/1110-161X.155623>

Detoxification & Immunity Improvement (शरीर शुद्धि व रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाना)

<https://mcmedinternational.com/journal/index.php/IJTSM/article/view/95>



पंचकर्म से Osteoarthritis (Joint Pain) में Pain Reduction (RCT Study)

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20981160/>

Panchkarma + Ayurveda से Sandhigata Vata (OA) में Relief

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3215322/>



Ayurvedic Therapy (Including Panchkarma) से Pain & Disability Reduction

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12776478/>

Ayurved पंचकर्म

के महत्व को समझें..!

पंचकर्म आपके शरीर का नया जन्म है

Dr. Naresh Trehan
Renowned cardiac surgeon and
Founder of Medanta, Gurugram



पंचकर्म बॉडी डीटाक्स का साधन है

Dr. SK Sarin
Renowned liver Expert
Director of the Institute of Liver and Biliary Sciences



पंचकर्म प्रत्येक व्यक्ति को करवाना चाहिए,
मनुष्य के स्वास्थ्य को बनाए रखने का यह एक प्रमुख स्रोत है।



Prof. ISH SHARMA
MD, Ph.D AYURVEDA
Ayurveda Ambassador (Mauritius)

<https://www.instagram.com/reel/DUSRSkvCNMG/?igsh=ZzJmdWUxb2FheXdI>

हम अपने घर को रोज साफ-सफाई (Dusting) करते हैं फिर भी
दिवाली पर सफाई करने पर घर से तमाम गंदगी निकलती है, इसी तरह
भले ही हम अपने शरीर को शुद्ध रखने की कोशिश करते हैं, फिर भी इसकी
पंचकर्म शुद्धि अत्यंत आवश्यक है।

जिस प्रकार हम समय समय पर अपने स्कूटर की, बाइक की व
कार की सर्विस करवाते हैं, उसे ठीक रखने के लिए। उसी प्रकार..
अपने शरीर की शुद्धि (Servicing) क्यों नहीं करवाते..?

अगर आप भी लाखों लोगों की तरह केमिकल वाली ड्रग्स

के साइड इफेक्ट से छुटकारा पाना चाहते हो..?
तो आज ही अपनी पंचकर्म शुद्धि
JOURNEY शुरू करें।

