



# विश्वशांति Vishwashanti Vrittant

अंक : २०

एप्रिल २०२०

## कॅन्सरची लक्षणे

वयाच्या ४५ व्या वर्षी पाळी बंद झाल्यावर चहाण काकूना पुन्हा ५० व्या वर्षी योनिमार्गातून रक्तस्त्राव होऊ लागला. आरोग्याच्या तक्रारीबद्दल अत्यंत जागरुक असलेल्या चहाण काकांनी ताबडतोब स्त्रीरोग तज्जांकडून काकूच्या सर्व तपासण्या करून घेतल्या. त्यात अगदी प्राथमिक अवस्थेत गर्भाशयमुखाच्या कॅन्सरचे निदान झाले. लगेचच चहाण काकूना रेडिओथेरेपी चिकित्सा दिली. आज गेली १० वर्ष काकू स्वस्थ जीवन जगत आहेत.

शिरवळकर काकांची गेले वर्षभर भूक मंदावली होती व झापाट्याने वजनात घट झाली होती. पूर्वीसारखा कामाचा उत्साहही जाणवत नव्हता. त्यांच्या डॉक्टर जावयाने काकांच्या सर्व प्राथमिक तपासण्या केल्या असता रक्ताच्या कॅन्सरचे निदान झाले.

वरील उदाहरणांवरून हेच सिद्ध होते की ही सर्व लक्षणे नेहमीच कॅन्सरची नसली तरी ती दीर्घकाळ दिसल्यास वैद्यकीय तपासण्या करणे आवश्यक आहे.

कॅन्सरच्या लक्षणांचा विचार २ प्रकारे करावा लागतो. १) सर्व शरीरावर व्यक्त होणारी सामान्य लक्षणे, २) विशिष्ट अवयवांच्या कॅन्सरमध्ये व्यक्त होणारी लक्षणे

**सामान्यत:** भूक मंदावणे, वजन कमी होणे, अशक्तपणा, पचन व्यवस्थित न होणे ही लक्षणे सर्व प्रकारच्या कॅन्सरमध्ये आढळतात. याशिवाय त्या त्या कॅन्सर प्रकारांनुसार विशिष्ट लक्षणे दिसून येतात. जसे ताप येणे, अंगावर लाल रंगाची चकंदळे उठणे, नाकातून रक्तस्त्राव होणे, पाण्डुता ही लक्षणे दीर्घकाळ रहाणे ही ल्युकेमियाची लक्षणे आहेत; तर स्तन प्रदेशी गाठ जाणवणे, तेथे खाज सुटणे किंवा तेथील त्वचा लाल रंगाची होणे,

काही वेळा गाठ फुटून त्यातून पूयस्त्राव किंवा रक्तस्त्राव होणे, काखेत गाठ जाणवणे ही स्तनाच्या कॅन्सरची लक्षणे आहेत. गुदमार्गातून दीर्घकाळ रक्तस्त्राव होणे, मलप्रवृत्ती होताना त्या जागी तीव्र वेदना होणे ही गुदभागाच्या कॅन्सरची लक्षणे आहेत. अशा प्रकारे विशिष्ट प्रकारच्या कॅन्सरची विशिष्ट लक्षणे आढळतात.

अशी लक्षणे दिसल्यास तज्ज डॉक्टरांच्या सल्ल्याने कॅन्सरच्या निदानासाठी आवश्यक त्या रक्त तपासण्या, एक्स-रे, सोनोग्राफी, स्कॅन इ. करून घेणे उचित ठरते.

कॅन्सरचे निदान झाल्यास आधुनिक वैद्यकशास्त्रा-नुसार शस्त्रकर्म, रेडियोथेरेपी व केमोथेरेपी या चिकित्सा पद्धतींचा अवलंब केला जातो. या चिकित्सा पद्धतींमुळे विशेषत: रेडियोथेरेपी व केमोथेरेपीमुळे कॅन्सरच्या पेशीबरोबर चांगल्या पेशीनाही इजा पोहोचते. तसेच शरीराची प्रतिकारशक्तीही कमी होते. अशा वेळी आधुनिक चिकित्सेच्या जोडीला आयुर्वेदिक चिकित्साही उपयुक्त ठरते.

‘कॅन्सर व आयुर्वेद’ हे दोन शब्द ऐकल्यावर मनात पहिला प्रश्न उद्भवतो तो म्हणजे आयुर्वेदात कॅन्सरचा उल्लेख आहे का? कॅन्सरचा आयुर्वेदीय संहितांत त्या नावाने उल्लेख नसला तरी आयुर्वेदीय संहितांमध्ये उल्लेख केलेल्या दुष्ट व्रण, दुष्ट ग्रंथी, दुष्ट अर्बुद, दुष्ट नाडीव्रण, दुष्टविद्रधी, धातुगत - धातुपाक अवस्था यांचे कॅन्सरशी साधर्म्य आढळते. या व्याधींचा विचार करून आयुर्वेदीय चिकित्सा केल्यास ती निश्चितच लाभदायी ठरते. आयुर्वेदिक चिकित्सेने कॅन्सर पूर्णपणे बरा होत नसला तरी आयुर्वेदीय चिकित्सेने कॅन्सरग्रस्त रुग्णांच्या आयुष्याची खालावत जाणारी गुणवत्ता सुधारणे, रुग्णांचे आयुर्मान वाढणे, केमोथेरेपी - रेडियोथेरेपीमुळे उद्भवणारा त्रास कमी होणे असे फायदे बहुतांशी रुग्णांत दिसून येतात.

# व्यथा कॅन्सर रुगणंच्या - फुंकर आयुर्वेदाची रुगणानुभव - १६



Name - PVP	Sex -Male
Type of Cancer	CA Left border of Tongue (Jun. 2013), Stage III, Grade II CA Thyroid (Mar. 2014), Stage I, Grade I
Age at diagnosis	56 years (2013)
Present age	62 years (2020)
Date of diagnosis	26/06/2013
Duration of Ayurvedic treatment	6 years (May 2014 to May 2020, patient still under Ayurvedic treatment).
Panchakarma treatment	1 Set - Basti and Mukha Upakrama – Aug. to Sept. 2015.
Status at enrollment w.r.t. Conventional treatment	<ul style="list-style-type: none"> <li>Post Surgery, Post Radiation and Concurrent Chemotherapy for Tongue Carcinoma.</li> <li>Post Surgery, Ongoing Radio-iodine therapy for Thyroid Carcinoma.</li> </ul>
Details of Conventional treatment	<ul style="list-style-type: none"> <li>Surgery –           <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Total Glossectomy and Left Modified Neck Dissection – 25/07/2013.</li> <li>b) Total Thyroidectomy – 13/03/2014.</li> </ul> </li> <li>Radiation with concurrent 6 Cycles of Chemotherapy – Sept. 2013 to Oct. 2013.</li> <li>Radio-iodine therapy - 3 times till Dec. 2015.</li> </ul>
Outcome of adjunct Ayurvedic treatment	<ul style="list-style-type: none"> <li>Symptomatic relief in neck stiffness, pain in jaws &amp; improvement in speech.</li> <li>Significant improvement in Quality of life.</li> <li>In spite of aggressive nature of the disease i.e. 2 malignancies (CA Tongue, CA Thyroid), disease is under control.</li> </ul>
Survival (DFS / OS)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patient has Overall Survival (OS) of 7 years.</li> <li>Reported 5 years Relative Survival Rate (RSR) in such cases is 39%.</li> </ul>

दिनांक १० डिसेंबर, २०१२ रोजी ३५ वर्षांच्या प्रदीर्घ सेवेनंतर बँकेतून स्वेच्छानिवृत्ती स्वीकारली आणि दिनांक १६ जून २०१३ रोजी मुंबईच्या टाटा हॉस्पिटलमध्ये मला जीभेचा कर्करोग झाला असल्याचे निदान झाले. एका काळ्याकुट्ट कालखंडाची सुरुवात झाली.

दिनांक २५ जुलै, २०१३ रोजी टाटा हॉस्पिटलमध्ये शस्त्रक्रिया केली गेली. सुरुवातीला जीभेचा थोडासाच भाग काढून टाकायचे ठरले होते. परंतु शस्त्रक्रियेदरम्यान संपूर्ण जीभच काढून टाकली. त्यातच भर म्हणून की काय, कर्करोगाची लागण थायरॉइड ग्रंथीला झाल्याचे निर्दर्शनात आले. नंतरच्या कालावधीत रेडिइशन, केमोथेरपी वर्गेरेचे सोपस्कार पार पडल्यावर मार्च २०१४ मध्ये थायरॉइडची शस्त्रक्रिया पार पडली.

माझी अवस्था अशी झाली की, बोलताही येत नव्हते, काही खाताही येत नव्हते. नाकातून नळीव्वारे द्रव स्वरूपात अन्न दिले जात होते. काही सांगायचे असल्यास अथवा हवे असल्यास कागदावर लिहून द्यावे लागे. भूक मंदावली होती. अशा केविलवाण्या परिस्थितीत मला डॉ. सरदेशमुखांबद्दलची माहिती एका ओळखीच्या सदगृहस्थाकडून

समजली, की जे आयुर्वेदिक औषधोपचाराव्वारे कर्करोगावर उपचार आणि संशोधन करीत आहेत. मी मे २०१४ च्या दुसऱ्या आठवड्यात त्यांच्या दादर येथील दवाखान्यात गेलो. सोबत पत्नीही होती. टाटा हॉस्पिटलची सर्व कागदपत्रे बरोबर नेली होती. त्या सर्वांचा अभ्यास करून डॉ. (सौ.) गोडसे यांनी औषधोपचार सुरु केले व शनिवारी डॉ. सरदेशमुख व्यक्तिमत्त्व, मृदू बोलणे आणि औषधे यांची थोड्या दिवसातच प्रचीती येऊ लागली. परिणाम स्वरूप स्वतःहून खाण्याची इच्छा होऊ लागली. झोप व्यवस्थित होऊ लागली. वजनसुधा हळूहळू वाढू लागले. मी स्वतःच्या मनाशी निश्चय केला. ‘पुनश्च हरी ओम !’

दरम्यान मी टाटा हॉस्पिटलच्या डॉक्टरांना विनंती करून नाकातली नळी काढून टाकायला लावली, आणि थोडे थोडे अन्न तोंडाव्वारे प्राशन करू लागलो. त्यामुळे माझी जगण्याची जिह बळावली. त्यांनंतर परिश्रमपूर्वक व नेटाने बोलण्याचा प्रयत्न करू लागलो. माझी दैनंदिन कामे स्वतःच करू लागलो. घरात थोडीफार मदत करू लागलो. हळूहळू याची व्याप्ती वाढवत बाजारात जाणे, बँकेचे व्यवहार करणे अशी कामे करू लागलो. तरी बोलण्याचा प्रश्न होताच, म्हणून समोरच्याला समजले नाही तर कागदावर लिहून दाखवू लागलो. बस ट्रेनमधून एकट्याने प्रवास करू लागलो. अगदी मनापासून सांगायचे तर आयुर्वेदिक औषधांचा परिणाम आणि घरच्यांचे प्रोत्साहन यामुळे माझी शक्ती प्रबळ होत गेली. आज मी एका नामांकित सी.ए. फर्ममध्ये अर्धवेळ काम करत आहे. विशेष म्हणजे ५ वर्षांच्या खंडानंतर १० दिवसांच्या राजस्थान (मारवाड स्पेशल) दर्शन टूरवर जाऊन आलो आहे.

ह्या उपचाराचा एक भाग म्हणून मी वाघोली, पुणे येथे पंधरा दिवसांचा पंचकर्म चिकित्सा कोर्स केला आणि यात विशेष म्हणजे तिथे पंधरा दिवस मी एकटाच राहिलो. घरातील कोणीही माझ्यासोबत नव्हते. येथील एकंदरीत वातावरण आणि पंचकर्म चिकित्सेचा मला फायदा झाला.

मला इथे नमूद करण्यात अजिबात संकोच होत नाही की, आज मी जो उभा आहे त्याचे श्रेय डॉ. सरदेशमुख आणि त्यांचे सहकारी डॉक्टर्स तसेच माझे कुटुंबीय यानांच आहे. ज्यांच्यामुळे माझ्यात एक प्रकारची जिह निर्माण झाली आहे की, ज्या जोरावर मी आज कर्करोगाशी यशस्वीपणे मुकाबला करीत आहे. आता मी पूर्वप्रमाणे आनंदी जीवन जगत आहे.

डॉ. सरदेशमुख आणि सहकारी यांचा मी मनःपूर्वक आभारी आहे.

**याणी :** पाण्याला संस्कृतमध्ये जीवन हा समर्पक पर्याय आहे. आयुर्वेदाने पावसाचे पाणी, समुद्राचे पाणी, नदीचे-तलावाचे-विहिरीचे-झन्याचे पाणी असे पाण्याचे विविध प्रकार व त्यांचे गुणधर्म सांगितले असून त्यापैकी ‘गांगबु’ म्हणजे पावसाचे जमिनीस स्पर्श न झालेले पाणी सर्वश्रेष्ठ सांगितले आहे. तसेच शरद ऋतूत रात्री

अगस्ति ताऱ्याचा उदय झाल्यावर त्यामुळे शैत्य प्राप्त झालेल्या जलास ‘हंसोदक’ म्हटले असून तेही गुणांनी श्रेष्ठ सांगितले आहे. शरीरास व मनास आल्हाद देणाऱ्या व मूर्च्छा नष्ट करणाऱ्या सर्व द्रव्यांत पाणी हे सर्वश्रेष्ठ सांगितले आहे. पाणी स्वभावत: गोड चवीचे, थंड गुणाचे व तृष्णा शमन करणारे असून ते शरीरातील प्रामुख्याने रस, रक्त, मेद व शुक्र या जल महाभूत प्रधान धातूंचे पोषण करते. पावसाळ्यात कोमट पाणी, हिवाळ्यात उष्णोदक म्हणजे गरम पाणी व उन्हाळ्यात शीतोदक म्हणजे स्वभावत: थंड झालेले पाणी प्यावे. पाणी तहान लागल्यावरच प्यावे. तहानेपेक्षा अधिक पाणी पिणे किंवा सकाळी उठल्यावर रिकाम्यापोटी अधिक पाणी पिणे योग्य नाही. यामुळे भूक मंदावते, पचन बिघडते व सर्दी-खोकला-दमा-आमवात असे कफाचे विकार उद्भवतात. योग्य प्रमाणात पाणी प्यायल्याने अन्नपचनास आवश्यक क्लेदाचे पोषण होते. जेवणापूर्वी पाणी प्यायल्यास कृशता येण्यास व जेवणानंतर पाणी प्यायल्यास जाडेपणा वाढण्यास मदत होते. जेवताना मध्ये मध्ये योग्य प्रमाणात पाणी पिणे हितकर. रात्री झोपताना कमीत कमी पाणी प्यावे. वारंवार उकळून गार केलेले पाणी पिऊ नये. शक्यतो फ्रीजमधील पाणी पिणे टाळावे. त्यामुळे भूक मंदावते, पचन बिघडते व कफाचे विकार बळावतात. उन्हाळ्यात तहान शमविण्यासाठी मातीच्या मडक्यात मोकळ्या हवेवर ठेवलेले पाणी व त्यामुळे स्वभावत: थंड झालेले पाणी पिणे हितकर.

**उष्णोदक :** उकळलेल्या गरम पाण्यास आयुर्वेदाने ‘उष्णोदक’ ही संज्ञा दिली असून असे पाणी पचायला हलके, भूक वाढविणारे, पचन सुधारणारे, कफविकारांत पथ्यकर व वातदोषाचे अनुलोमन करणारे आहे. मलावष्टंभाच्या तक्रारीत असे पाणी पथ्यकर. सकाळी उठल्यावर व रात्री झोपताना साधारणत: १०० मिली. उष्णोदक घ्यावे.

**याण्याच्या काढा :** पाणी १/४, १/८ किंवा १/१६ आटवून उकळविणे याला ‘पाण्याचा काढा’ म्हणतात. असा पाण्याचा काढा पचायला अतिशय हलका असल्याने कफदोषाच्या व जीर्ण आमाच्या (अपाचित दोषांच्या) विकारांत भूक अतिशय मंदावल्यास तसेच अतिसारात पथ्यकर आहे.

**शूतशीतजल :** उकळून गार केलेले पाणीही पचनास तुलनेने हलके

असून तहान शमविण्यास पथ्यकर आहे.

**सिध्दजल :** ही आयुर्वेदातील पथ्यकर आहारीय कल्पना असून यात औषधी द्रव्य पाण्यात घालून पाणी उकळले जाते, जेणे करून पाण्यावर त्या औषधांचा संस्कार झाल्याने ते विशिष्ट व्याधीत हितकर ठरते.

**ओव्याचे याणी :** १ कप पाण्यात १/४ चमचा ओवा घालून खळखळून उकळलेले पाणी कोमट प्यावे. असे पाणी गॅसेस, अपचन, पोटफुगी, मलावष्टंभ या विकारांत तसेच मांसाहारासारखे जड जेवण झाल्यास पथ्यकर.

**धृष्ण्याचे याणी :** १ ग्लास पाण्यात १ चमचा धणे कुटून रात्रभर भिजत ठेवावे. सकाळी धणे हाताने चूरडून पाणी प्यावे व धणे चावून खावे. असे पाणी शरीरात थंडावा निर्माण करते. उन्हाळे लागणे, लघवीची आग होणे अशा उष्णतेच्या विकारांत हितकर आहे.

**शुष्ठी सिध्द जल :** १ ग्लास पाण्यात १ ते २ चिमूट सूंठ पावडर घालून गरम केलेले पाणी अपचन, सर्दी, खोकला असे कफाचे विकार यांत लाभदायी ठरते.

**चंदन-बाळा सिध्द जल :** चंदन उगाळून त्याचे १ चमचा गंध व वाळा मातीच्या मडक्यातील पाण्यात घालून ठेवून थंड झाल्यावर सेवन केलेले चंदन-बाळ्याचे पाणी ग्रीष्म व शरद ऋतूतील उन्हात तहान शमविण्यास, शरीरातील उष्णता कमी करण्यास हितकर ठरते.

**गुलाब किंवा जाईच्या पाकळ्युंनी भावित जल :** मातीच्या मडक्यातील पाण्यात गुलाबाच्या पाकळ्या किंवा जाईची फुले घालून सुवासित केलेले पाणी उन्हाळ्यात तहान शमविते. मनास आल्हाद देते व पर्यायाने पित्तविकारांत पथ्यकर ठरते.

**सुवर्णसिध्द जल :** सोन्याचे वळे पाण्यात दोलायंत्राने टांगून, तापवून स्वांगशीत केलेले सुवर्णसिध्द जल व्याधिप्रतिकारशक्ती, शरीराचे बल, धारणाशक्ती व स्मरणशक्ती वाढविते.

**नारिकेलीदक :** शहाळ्याचे पाणी गोड, तुरट, किंचित आंबट चवीचे असून मूत्राशयाची शुद्धी करते. शरीरातील उष्णता कमी करते, दाह शमविते म्हणून उन्हाळ्यात दुपारी सेवन करणे चांगले.



### पथ्यकर पाकळी खजूर, अंजीर, काळ्या मनुका सिध्द क्षीर

**घटकद्रव्ये :** खजूर २, अंजीर १, काळ्या मनुका ५-१०, अर्धा कप गाईचे दूध, अर्धा कप पाणी.



**कृती :** खजूर, अंजीर, काळ्या मनुका १ ते २ तास बिया काढून पाण्यात भिजवावे. मिक्सरमध्ये एकजीव करावे. अर्धा कप गाईचे दूध व अर्धा कप पाणी घालून तापविलेले दूध कोमट झाल्यावर वरील मिश्रण एकत्र करून घ्यावे. या दूधात वरील मिश्रण एकत्र करून घ्यावे.

**उपयोग :** रक्तवृद्धीसाठी उपयोगी, मलबधता कमी करते.



गुडूची (*Tinospora cordifolia*) सामान्यपणे 'गुळवेल' या नावाने ओळखली जाणारी वनस्पती असून Menispermaceae या कुळातील ही वनस्पती आहे.

ही बहुर्षायु, लांब विशेषत: आंबा, कडुलिंब या सारख्या झाडांवर चढणारी वेल आहे. याची साल भुरकट रंगाची असते तर या वेलीची पाने ही हवदयाकृती, एकांतर व शेवटी टोकदार अशी असतात. पुष्ट हे गुच्छ स्वरूपात किंवा एक-एकटे (Solitary) असून याची फळे वाटाण्याच्या आकाराची व लाल रंगाची असतात.

गुडूची ही अतिशय सात्विक व रसायन अशी वनस्पती समजली जाते. गुळवेल विशेषत: ताप, मधुमेह, कावीळ, अम्लपित्त, सांधेदुखी व हृदयाचे विकार यांमध्ये अतिशय उपयुक्त आहे. रोगप्रतिकार क्षमता वाढवण्याकरीता रसायन म्हणून ही वनस्पती उपयोगी आहे.

ही वनस्पती वात-पित्त-कफ या तिनही दोषांचे शमन / कमी करणारी आहे. कर्करोगामध्ये विशेषत: ल्युकेमिया तसेच कर्करोगात ताप हे लक्षण असल्यास अतिशय गुणकारी वनस्पती आहे.

### वैशिष्ट्ये :

गुळवेल, तुळस इ. पासून ग्रंथोक्त पध्दतीने बनविलेली विशिष्ट औषधी.



### उपयोग :

विविध कारणांमुळे येणाऱ्या तापामध्ये, मुख्यत: एक दिवस सोडून येणारा (विषमज्वर) व वारंवार येणारा ताप यावर उपयुक्त. तसेच तापाशी संबंधित सर्दी व खोकला यामध्ये सुध्दा उपयोगी.

मात्रा : २ गोळ्या दिवसातून दोनदा कोमट पाण्याबरोबर.

### आयुर्वेदाने कृमी हे अनेक आजारांचे काशण सांगितले आहे

हॉजकिन्स् व नॉन-हॉजकिन्स् लिम्फोमाच्या रुग्णांने वैद्यांच्या सल्ल्याने कृमीनाशक बस्ति व आहारात लसूण, शेवग्याच्या शेंगा, मेथी, कारल्याची भाजी असा कृमीनाशक आहार घेणे हितकर आहे.

कृमींची निर्मितीच होऊ नये म्हणून दही, केळे, काकडी, पनीर, चीज व मांसाहार टाळावा. तसेच पालेभाज्यांचा अतिवापर, चॉकलेट्स् सारख्या गोड पदार्थांचे अतिसेवन टाळावे.

आयुर्वेदाने 'अपकर्षण' म्हणजे कृमींचा नाश करणे, 'प्रकृतिविधात' म्हणजे कृमी निर्माण होण्याची प्रवृत्ती कमी करणारा आहार औषधे व 'निदानपरिवर्जन' म्हणजे कृमीकर आहार विहाराचा त्याग करणे ही कृमी चिकित्सेची त्रिसूत्री सांगितली आहे.

**या अंकातील सर्व उपाय आयुर्वेदिक वैद्यांच्या मार्नदर्शनास्वाली योजावेत.**

### ❖ देणगीद्वारांना निवेदन ❖

आयकर अधिनियम 35 (1) (ii) व 80 (G) अंतर्गत देणग्या चेक / डिमांड ड्राफ्टने 'भारतीय संस्कृति दर्शन ट्रस्ट' या नावाने स्वीकारल्या जातील.

**प्रकाशक : भारतीय संस्कृति दर्शन ट्रस्ट**

संपादक : डॉ. सदानंद प्र. सरदेशमुख

विश्वशांति धाम, केसनंद रोड, वाघोली, पुणे - ४१२२०७,  
फोन : ०२०-६७३४६००० / ९५४५५०८८९०

ईमेल : vsv@bsdt.in, वेबसाईट : www.bsdt.in

**आयुर्वेद महाविद्यालय : ०२०-६७३४६१५२**

**आयुर्वेद हॉस्पिटल अॅण्ड रिसर्च सेंटर : ०२०-६७३४६१०४ / ६१३०**

**इंटिग्रेटेड कॅन्सर ट्रीटमेंट अॅण्ड रिसर्च सेंटर : ०२०-६७३४६००० / ६१२१**

**अर्थर्व नेचर हेल्थकेअर प्रा.लि. : ०२०-२०२६१३६४, ८४४६००९३७६**

प्रकाशन समिती सदस्य : डॉ. वासंती गोडसे, डॉ. पल्लवी मोदे, श्री. राधेश कुलकर्णी, श्री. श्याम शितोळे