RESEARCH ARTICLE

INTERNATIONAL RESEARCH JOURNAL OF TAMIL
சர்வதேசத் தமிழ் ஆய்விதழ்

OPEN ACCESS

உணவை மருந்தாக மாற்றும் சித்தர்களின் அறிவியல் - திராட்சைக் குடிநீர் எனும் காமாலை மருந்து

து. மாண்டெலா [அ, *], ஜெ. அன்புஜெபசுனில்சன் [அ]

[அ] தமிழ்த்துறை, சித்த மருத்துவத்துறை, அறிவியல் புலம், தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம், தஞ்சாவூர்-613010, தமிழ்நாடு, இந்தியா.

The science of the Siddhas that turns food into medicine – the anti-diarrheal remedy of grape juice

D. Mantela [a, *], J. Anbujebasunilsan [a]

[a] Department of Siddha Medicine, Facilty of Science, Tamil University, Thanjavur-613010, Tamil Nadu, India

* Corresponding Author:
Mantela@gmail.com

Received: 07-04-2024
Revised: 23-06-2024
Accepted: 07-07-2024
Published: 30-07-2024

Check for updates

ABSTRACT

Siddha Medicine is a system of medicine known for its multi-dimensional (diet, medicine, yogic practices, morals, lifestyles) approach towards humanity. Siddhas were the ones who preserved Siddha medicine. Food is used in Siddha medicine as a cure for various ailments and as a cure for certain diseases. Siddha medicine combines the importance of food and the role of medicine as a source of well-being. All the primary energy required by the body is obtained from food. The liver is an organ that plays an important role in the development of the human body. The liver is the source of the production of proteins and biochemicals that aid in digestion for life energy and removes waste from the body to promote growth. It is the liver that is greatly affected by our almost non-traditional eating habits. The purpose of this article is to highlight with scientific data how grape juice, a herbal remedy made from everyday cooking ingredients, protects against liver damage.

Keywords: Siddha Medicine, Food, Medicines, Grape Drink, Liver Diseases

முன்னுரை

நிலமும் பொழுதுமே தமிழர்களின் தொல்லறிவியல் சிந்தனையின் வெளிப்பாடு. நிலத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டே தங்களின் உணவையும் தெய்வத்தையும் வகைப்படுத்தியவர்கள் தமிழர்கள். தமிழ்ச் சித்தர்கள் வளர்த்த சித்த மருத்துவமும் உணவையே நோய்களுக்கும் நோய் பரிகாரத்திற்கும் முதன்மையாய்ச் சுட்டுகிறது. நிலம் சார்ந்த திணை வாழ்வியலை நல வாழ்விற்கு ஆதாரமாய்க் கொள்வது சித்தர்களின் கோட்பாடு. மாறிவிட்ட , மரபிலிருந்து விலகிவிட்ட நம்முடைய வாழ்வியல் நெறிகளால் முதன்மையாகப் பாதிக்கப்படுவது நம் உடல் நலமே. உணவைச் செரிப்பிப்பதன் ஆதியாக விளங்கும் கல்லீரல் பெருமளவு கேடடைகிறது (எல் எட்வர்ட், 2013). கல்லீரல் பாதிப்புகளை சித்த மருத்துவம் வலப்பாட்டீரல் நோய் எனும் பொருண்மையில் அணுகுகிறது. மனித உடலில் நெஞ்சிலிருந்து கொப்பூழ் வரையிலான பகுதி பித்தத்தின் இருப்பிடமாகும். சித்த மருத்துவ தத்துவத்தின் படி உயிர்த் தாதுக்களில் ஒன்றாகிய பித்தத்தின் மிகுதி மற்றும் குறைவினால் கல்லீரல் பாதிப்பு ஏற்படுகிறது (நரேந்திர பட் , 2020). கல்லீரல் பாதிப்பினால் சிறுநீர், கண், நா, உடல் யாவும் மஞ்சள் நிறத்தைப் பெறும் நோயே காமாலை எனப்படும். பொதுவாக காமாலை நோய், பித்தம் அதிகரிப்பதால் வருகிறது. கல்லீரல் செல்கள் பித்தநீரை வெளிப்படுத்தாத போதும், பித்தப்பையில் இருந்து பித்தநீர்

குடலுக்கு வருகின்ற பாதையில் ஏற்படும் அடைப்பினாலும் காமாலை ஏற்படுகிறது. சித்த மருத்துவம் காமாலை நோயைப் பதிமூன்று வகைகளாகப் பகுத்து தீர்வளிக்கிறது (குப்புசாமி, 2004). காமாலை நோய்களுக்கு சித்த மருத்துவம் தாது, தாவர மூலப்பொருட்களினால் ஆன பல்வேறு மருந்துகளைப் பரிந்துரைக்கிறது. இருப்பினும் முற்றிலும் உணவு மூலப்பொருட்களையே பயன்படுத்தி எளிய விதிகளின் படி தயார் செய்யப்படும் ‘ திராட்சைக் குடிநீர்’ எனும் மூலிகை மருந்தின் செயல்கள் எவ்விதம் காமாலை நோயினின்று காக்கிறது என்பதை அறிவியல் தரவுகளுடன் விளக்குவதை இக்கட்டுரையின் நோக்கமாகும்.

காமாலை நோய்கள்

அழல் குற்றத்தைப் பெருக்கக் கூடிய உணவாதி செயல்களால் அழல் குற்றம் தன்னளவில் மிகுந்து கபக் குற்றத்தையும் துணைகொண்டு பரவு காலைத் தாக்கி குருதியின் வன்மையைக் கெடுக்கும். இதனால் வலப்பாட்டீரல் கேடடைந்து பித்து நீரின் சமநிலை பாதிப்படைந்து குருதியும் பித்தமும் கலந்து காமாலை நோய் தோன்றுகிறது (சண்முக வேலு, 2004).

காமாலை பிணி நீக்கும் வழிகளில் முதன்மையானது கேடடைந்த குற்றத்தை தன்னிலைப் படுத்தி இயல்பாக்குவதாகும். எனவே பித்தத்தை சீராக்கும் வழிமுறைகளையும் மருந்துகளையும் முதல்நிலைத் தேர்வாக சித்த மருத்துவம் கைக்கொள்கிறது. பல்வேறு மருந்துகள் இருந்தாலும் அனைத்து மூலப் பொருட்களுமே உணவு சமைப்பதில் உள்ள மூலப்பொருட்களாக உள்ள திராட்சைக் குடிநீர் எனும் மருந்தை இக்கட்டுரை ஆய்வு செய்துள்ளது.

திராட்சைக் குடிநீர்

கோயம்புத்தூரில் செயல்பட்டு வந்த சித்த ஆராய்ச்சி நிலையத்தால் முன்மொழியப்பட்ட காமாலை சிறப்பு மருந்து திராட்சைக் குடிநீர் ஆகும். இது கைகண்ட அனுபமுள்ள மருந்து. காமாலை நோய்க்கான மற்ற சித்த மருத்துவ மருந்துகளுக்கும் இதை அனுபானமாக உபயோகிப்பது சாலச் சிறந்தது (சண்முக வேலு, 2004).

தேவையான பொருட்கள்

1.	அங்கூர் திராட்சை (விதை, காம்பு நீக்கி)	60 கிராம்
2.	ஏலக்காய் (தோலுடன்)	30 எண்ணம்
3.	சீரகம்	1 தேக்கரண்டி
4.	வால்மிளகு	½ தேக்கரண்டி
5.	ரோஜாப்பூ இதழ்கள் (உலராதது)	10 கிராம்
6.	கீழக்காய் நெல்லி வேர்	12 கிராம்
7.	தண்ணீர்	2 படி

செய்முறை

மேற்கண்ட சரக்குகளைச் சட்டியிலிட்டு சிறு தீயில் காய்ச்சி நான்கில் ஒன்றாய் வற்ற வைத்து வடிகட்டி பயன்படுத்தவும்.

அளவு

30 மி. லி. இரண்டு முதல் மூன்று வேளை. 3 - 5 நாட்கள்.

மூலப்பொருட்கள் உணவாகும் விதம்

1. அங்கூர் திராட்சை
    - பாயாசம் உள்ளிட்ட பல்வேறு இனிப்பு வகைகள்
    - சாறு
    - புலவு போன்ற சாத வகைகள்

2. ஏலக்காய்
    - **இனிப்புகள்**
    - **சுவையூட்டப்பட்ட பானங்கள்**
    - மாமிசம் சேர்ந்த உணவுகள்
    - மணமூட்டியாக பல்வேறு உணவுகளில்

3. சீரகம்
    - ரச வகைகள்
    - தாளிப்புகள்
    - குழம்பு மற்றும் சாத வகைகள்
    - பொடி வகைகள்
    - துவையல்
4. வால்மிளகு
    - ரச வகைகள்
    - பொடி வகைகள்
    - துவையல்
5. ரோஜாப்பூ இதழ்கள்
    - குல்கந்து
    - இனிப்புகள்
    - **சுவையூட்டப்பட்ட பானங்கள்**
    - மணமூட்டியாக பல்வேறு உணவுகளில்

சித்தர்களின் குணபாட அடிப்படையிலான மூலப்பொருட்களின் வகைப்பாடு:

பஞ்ச பூத பஞ்சீகரணம் எனும் ஐம்பூதக் கொள்கையே சித்த மருத்துவத்தில் அனைத்திற்குமான தோற்ற மூலம்.

"நிலம் தீ நீர் வளி விசும்போ டைந்துங்

கலந்த மயக்கம் உலகம் ஆதலின்" தொல்காப்பியம்- பொருளதிகாரம் 635 (க சு உத்தமராயன், 2004)

நிலம், நீர், தீ, காற்று, ஆகாயம் எனும் ஐந்து பூதங்களும் குறிப்பிட்ட விகிதத்தில் இணைவதாலேயே பிரபஞ்ச தோற்றம் நிகழ்கிறது. சுவைகளும் பொருட்களும் இவ்விதமே உருவாகின்றன (வேணுகோபால், 1993). எனவே நோயைப் பரிகரிப்பதற்கான மருந்து உற்பத்தி மற்றும் மூலப்பொருட்கள் தேர்வில் சுவைகள் முக்கிய இடம் பெறுகின்றன (ராஜேஸ்வரி 2023). கீழ்க்காணும் அட்டவணை திராட்சைக் குடிநீர் மூலப்பொருட்கள் சித்தர் மருந்தறிவியல் படி எவ்விதம் பிரிவடைகிறது என்பதைக் காட்டுகிறது.

வ. எண்	மூலப்பொருட்கள்	சுவை	குணம்	வீரியம் (பிரிவு)
1	அங்கூர் திராட்சை	இனிப்பு	தட்பம்	இனிப்பு

2	ஏலக்காய்	கார்ப்பு	வெப்பம்	கார்ப்பு
3	சீரகம்	கார்ப்பினிப்பு	தட்பம்	இனிப்பு
4	வால்மிளகு	கார்ப்பு, விறுவிறுப்பு	வெப்பம்	கார்ப்பு
5	ரோஜாப்பூ இதழ்கள்		தட்பம்	இனிப்பு
6	கீழக்காய் நெல்லி வேர்	துவர்ப்பு, கைப்பு , புளிப்பு, இனிப்பு	தட்பம்	இனிப்பு

(முருகேச முதலியார், 2003)

சரக்குகள் பெரும்பாலும் இனிப்பு சுவையையும் தட்ப வீரியத்தையும் கொண்டிருப்பதால் பித்தக் குற்றக் கேட்டினால் உண்டாகும் காமாலை நோயை தீர்ப்பதில் சிறப்பான ஆட்சி புரியும்.

நவீன அறிவியல் அடிப்படையிலான தரவுகள்

திராட்சைக் குடிநீரின் ஒவ்வொரு பொருளும் எவ்விதம் காமாலை நோயினின்று ஈரலைக் காக்கிறது என்பதை நவீன அறிவியல் பல்வேறு பகுப்பாய்வுகள் மூலம் கண்டறிந்துள்ளது. தாவர வேதி மூலக்கூறுகளைக் கண்டறிதல், எந்தெந்த மூலக்கூறுகள் ஈரல் பாதிப்பைத் தடுக்கின்றன என வகைப்படுத்துதல், உயரியல் ஆராய்ச்சிக்கென உள்ள விலங்கு மாதிரிகளில் எந்த விலங்குகளில் எவ்விதமான புறக்காரணி மூலம் கல்லீரல் பாதிப்பு ஏற்படுத்தப்பட்டு பின் அனுமதிக்கப்பட்ட வழிமுறைகள் மூலம் பிணிநீக்கம் செய்யப்படுகிறது என்பதை தொகுத்தல் உள்ளிட்டவற்றை பல்வேறு ஆய்வியலாளர்கள் ஆவணப்படுத்தியுள்ளனர். அவற்றை எளிய முறையில் கீழ்வரும் அட்டவணை விளக்குகிறது.

வ. எண்	திராட்சைக் குடிநீர் மூலப்பொருட்கள்	தாவர வேதிப்பொருட்கள்	மருந்தறிவியல் மாதிரிகள்	செயல் பாடு
1	அங்கூர் திராட்சை	ஸ்டில்பீன் பெறுமங்கள் (டிரான்ஸ் ரெஸ்வெராட்ரோல் (டிரான்ஸ்-3, 5, 40-ட்ரைஹைட்ராக்ஸிஸ்டில்பென்)	அசெட்டமினோஃபென் தூண்டப்பட்ட கல்லீரல் டிஎன்ஏ சிதைவு உண்டாக்கப்பட்ட எலிகள்	ஈரல்தேற்றி
2	ஏலக்காய்	பாலிஃபீனால்ஸ், ஃபிலெவானாய்டுகள், சின்னமிக் அமில பெறுமங்கள் மற்றும் நறுமண எண்ணெய்கள் கோபெரோல், இண்டோல் 3 கார்பினோல்	ஜென்டாமைசின் மூலம் கல்லீரல் அழற்சி உண்டாக்கப்பட்ட ஆண் அல்பினோ எலிகள்	ஈரல்காப்பு (அல்கலிஃபா, 2022)
3	சீரகம்	α-பினென், லிமோனென், 1,8-சினியோல், லினலூல், α-டெர்பினோல்	நிமிசுலைட் நச்சேற்றப்பட்ட எலிகள்	
4	வால்மிளகு	பாலிபீனாலிக்ஸ் மற்றும்	மேம்படுத்தப்பட்ட	ஈரல்தே

		ஃபிளாவனாய்டுகள் (ருடின், கேடசின், கேலிக் அமிலம், காஃபிக் அமிலம், ஃபெருலிக் அமிலம், முதலியன), லிக்னான்கள் (கியூபிபினினோலைடு, ஹினோகினின், யடீன் மற்றும் ஐசோயடீன் போன்றவை), கொழுப்பு அமிலங்கள் (லாரிக் அமிலம், ஹெக்ஸாடெகானோயிக் அமிலம், 9-பால்மிடிக் அமிலம், ஆக்டாடெசினோயிக் அமிலம் போன்றவை), மற்றும் ஆவியாகும் சேர்மங்கள் (யூஜெனால், β-க்யூப்பீன், α-கியூபெபீன்)	கார்பன் டெட்ரா குளோரைடின் ஆக்சிஜனேற்ற விளைவால் கொறித்துண்ணிகளில் ஏற்படுத்தப்பட்ட கல்லீரல் கேடு.	ற்றி (அல்சைத், 2015)
5	ரோஜாப்பூ இதழ்கள்		ஆக்ஸிஜனேற்ற அழுத்தம் மற்றும் COX-2 மரபணு வெளிப்பாட்டினால் எலிகளில் உண்டாக்கப்பட்ட கல்லீரல் அழற்சி	ஈரல்காப்பு (டாட்கா, 2019)
6	கீழக்காய் நெல்லி வேர்	கூமரின், கேலிக் அமிலம், எலாஜிக் அமிலம், எத்தில் பிரேயிஃபோலின், கொரிலாஜின், கார்பாக்சிலேட், ஃபிளாவனாய்டு, குர்செடின், ருடின், அஸ்ட்ராகலின், குர்செடின், ஐசோகுவர்சிட்ரின், பைலாந்தின், ஹைப்போபிலாந்தின், நைட்ரந்தின், நிர்டெட்ராலின், பைல்டெட்ராலின், ஹினோகினின்.	எத்தனால் நச்சினால் கல்லீரல் பாதிக்கப்பட்ட எலிகள்	

முடிவுரை

சித்த மருத்துவ மருந்தறிவியல் (பஞ்ச பூத பஞ்சிகரணம், முக்குற்றம் உள்ளடக்கிய சித்தர் தத்துவம்) படியும் நவீன அறிவியல் (ஆய்வுக்கூட விலங்குகளில் மேற்கொள்ளப்பட்ட உயிரியல் சோதனைகள்) முறைகளின் படியும் திராட்சைக் குடிநீர் மருந்தானது கல்லீரல் பாதிப்பால் ஏற்படும் காமாலை நோய்களைத் தீர்ப்பதில் சிறப்பாகச் செயல்படும் என்பதை அறியலாம். சித்தர்கள் அறிவியலால் உலகிற்கு அளிக்கப்பட்ட மருந்தானது பல ஆண்டுகள் கழித்து சோதனைக் கூடத்தில் பல்வேறு பகுப்பாய்வுகள் மற்றும் விலங்குகளில் நடத்தப்பட்ட ஆய்வுகளின் மூலம் உறுதி செய்யப்பட்டுள்ளது. தினசரி வாழ்வியலில் பங்குபெறும் உணவுப் பொருட்களை மட்டுமே மூலமாகக்

கொண்டு தயாரிக்கப்படும் திராட்சைக் குடிநீரை மருத்துவர்கள் அறிவுரைப்படி (நோய்க்கணிப்பு மற்றும் நோய்நிலை மிக முக்கியம்) பயன்படுத்தி காமாலையைக் குணப்படுத்த முடியும்.

References

L. Edwards and I. R. Wanless, "Mechanisms of liver involvement in systemic disease," Best Practice & Research Clinical Gastroenterology, vol. 27, no. 4, pp. 471–483, 2013.

Dr. Narendra Bhatt et al siddha traditional system products in liverdiseases, International Journal of AYUSH; 2020: 9 (2); 55-74

Rajeswari K et al , concept of diet in siddha for ideal health,Eur. Chem. Bull. 2023,12(Special Issue 4), 1101-1105

Valli Kanagarla NSSA, Kuppast IJ, Veerashekar T, Chindala Laxman Reddy. A review on benefits and uses of Vitis vinifera (Grape). RRBS (ISSN: 0974–7532), 2013; 7(5): 175-80

Alkhalifah EAR, Alobaid AA, Almajed MA, Alomair MK, Alabduladheem LS, Al-Subaie SF, Akbar A, Attimarad MV, Younis NS, Mohamed ME. Cardamom Extract Alleviates the Oxidative Stress, Inflammation and Apoptosis Induced during Acetaminophen-Induced Hepatic Toxicity via Modulating Nrf2/HO-1/NQO-1 Pathway. Curr Issues Mol Biol. 2022 Nov 2;44(11):5390-5404. doi: 10.3390/cimb44110365. PMID: 36354677; PMCID: PMC9688982.

A.M. AL-JOHANI, N.S. AL-SOWAYAN, Protective effect of ethanolic extract of Elettaria Cardamomum against gentamicin hepato-renal toxicity in male albino rats, European Review for Medical and Pharmacological Sciences 2023; 27: 4828-4841

Aamir et al, Hepatoprotective investigations of Cuminum cyminum dried seeds in nimesulide intoxicated albino rats by phytochemical and biochemical methods, 2014, Int J Pharm PharmSci, Vol 6, Issue 4, 506-510

AlSaid M, Mothana R, Raish M, Al-Sohaibani M, Al-Yahya M, Ahmad A, Al-Dosari M, Rafatullah S. Evaluation of the effectiveness of Piper cubeba extract in the amelioration of CCl4-induced liver injuries and oxidative damage in the rodent model. Biomed Res Int. 2015;2015:359358. doi: 10.1155/2015/359358. Epub 2015 Jan 14. PMID: 25654097; PMCID: PMC4310260.

Dadkhah A, Fatemi F, Malayeri MRM, Ashtiyani MHK, Noureini SK, Rasooli A. Considering the Effect of Rosa damascena Mill. Essential Oil on Oxidative Stress and COX-2 Gene Expression in the Liver of Septic Rats. Turk J Pharm Sci. 2019 Dec;16(4):416-424. doi: 10.4274/tjps.galenos.2018.58815. Epub 2019 Nov 11. PMID: 32454744; PMCID: PMC7227890.

Pramyothin P, Ngamtin C, Poungshompoo S, Chaichantipyuth C, Hepatoprotective activity of Phyllanthus amarus Schum. et. Thonn. extract in ethanol treated rats: in vitro and in vivo studies, J Ethnopharmacol. 2007 Nov 1;114(2):169-73

Funding: No funding was received for conducting this study.

Conflict of Interest: The Author has no conflicts of interest to declare that they are relevant to the content of this article.

About the License:

Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

© The Authors 2024. The text of this article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License