

# अथ आयुर्धामः

आयुर्वेद क्लिनिक एवं पंचकर्म सेंटर

Dr. Parmeshwar Arora

M.D. (Ayurveda) B.H.U. Gold Medalist

C.C.Y.P. Diploma in Yoga (B.H.U.)

## Samdeepan Dose:

2 Capsules – thrice a day (after breakfast, before lunch and dinner).

### Please Note:

Because of wrong dietary habits and faulty life-style issues, most of us suffer with some kind of digestive issues - most serious forms include problems like Irritable Bowel Syndrome (IBS), Colitis, Ulcerative Colitis etc.

We strongly recommend **Ath Samdeepan** Capsules for taking care of all of these conditions. Course of Medication may vary from 3 months to 6 months depending on the nature and severity of disease. **Athgol (natural fiber for better bowel clearance)** is being added to this pack complementary – which should be taken – 1 to 2 tea-spoon with warm water at bed time.

In severe condition of any of above mentioned conditions, you may also take a classical Ayurvedic medicine – **Kutjarishta** available at majority of Ayurvedic medicine shops: 4 tea-spoon (20 ml) with equal quantity of water – after lunch and dinner. Additionally, you may also add **Chitrakadi Vati** 2 tablets twice a day after meals along with **Kutjarishta** for better results.

## समदीपन मात्रा :

अथ समदीपन – २ कैप्सूल – दिन में तीन बार (नाश्ते के बाद, दिन के खाने और रात के खाने के पहले)

### कृपया नोट करें:

गलत खान-पान और जीवन-शैली के कारण हममें से अधिकतर लोगों को पाचन सम्बन्धी परेशानियाँ होती हैं। अगर इन परेशानियों को शुरुआत में ही ठीक ना किया जाए तो यह बढ़ कर गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का रूप ले सकती हैं जैसे कि - संग्रहणी (आई बी एस), कोलाइटिस, अल्सरेटिव कोलाइटिस आदि।

ऐसे में हम **अथ-समदीपन** लेने की सलाह देते हैं जो इन सब परेशानियों में आपकी सहायता कर सकता है। बिमारी के प्रकृति और तीव्रता के आधार पर अथ अर्धारी को ३ से ६ महीने के लिए लिया जाना चाहिए। इसके साथ साथ कब्ज़-नाशक अथ-गोल (साथ में भेजी जा रही है) – १ से दो चम्मच – हलके गरम पानी में रात में सोते समय लें।

यदि समस्या अधिक हो तो **कुट्जारिष्ट** (आयुर्वेदिक क्लासिकल औषधि), जो कि अधिकतर आयुर्वेदिक दवाइयों की दुकान पर उपलब्ध हैं, का भी प्रयोग करें – ४ चम्मच (२० मि.ली.) – बराबर मात्रा में पानी के साथ – दिन में दो बार - दिन और रात के खाने के बाद। इसके अतिरिक्त **चित्रकादि वटी** की २ गोलियां भी लेनी चाहिए।