

கொரோனா: வருமுன் காப்போம்

பெ. பாரதஜோதி

இணைப் பேராசிரியர் & துறைத்தலைவர்

சித்தமருத்துவத் துறை

தமிழ்ப் பல்கலைக்கழகம்

நுண்ணுயிரிகள் (Microorganisms)

நுண்ணுயிரிகளை பாக்டீரியா (Bacteria), பூஞ்சை (Fungi) மற்றும் வைரஸ் (Virus) என மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம். நுண்ணுயிரிகளை கண்களால் பார்க்க இயலாது. அவற்றை நுட்பமான நுண்ணோக்கிகள் (Laboratory Microscope) மூலமே பார்க்க இயலும். இவற்றில் பாக்டீரியா மற்றும் பூஞ்சைகளைச் சாதாரண நுண்ணோக்கி மூலம் பார்க்க இயலும் (400X magnification). ஆனால், வைரஸ் மிகமிக சிறிய நுண்ணுயிரி என்பதால் அவற்றை ஆராய்ச்சி நிறுவனங்களில் உள்ள எலக்ட்ரான் நுண்ணோக்கி (Electron Microscope) மூலம் மட்டுமே பார்க்க இயலும் (10,000X magnification).

பொதுவாக, இந்த நுண்ணுயிர்கள் அனைத்து மனிதர்களுக்கும் நோய்த் தொற்றுக்களை ஏற்படுத்துகின்றன. ஆனால், பாக்டீரியா மற்றும் பூஞ்சை போன்ற நுண்ணுயிரிகள் மனிதர்களுக்குச் சில நன்மைகளையும் செய்கின்றன. உதாரணம் லாக்டோ பேசில்லஸ் (Bacteria) மற்றும் பெனிசிலின் (Fungi) போன்றவை. ஆனால், வைரஸ் மனிதர்களுக்கு நோய்த் தொற்றுக்களை மட்டுமே ஏற்படுத்தும்.

பாக்டீரியா மற்றும் பூஞ்சைகள் தன்னந்தனியே இனப்பெருக்கம் செய்ய முடியும். பாக்டீரியா மற்றும் பூஞ்சைகள் உடலுக்குள் சென்று அவை என்டோடாக்சின் மற்றும் எக்ஸோடாக்சின் போன்ற நச்சுப் பொருட்களை வெளியேற்றி தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொண்டு இனப்பெருக்கம் (Reproduction) செய்து நோய்த்தொற்றை ஏற்படுத்தும். இத்தகைய நச்சுப் பொருட்களை அழிக்கக்கூடிய எதிர்

வேதிப்பொருளைக் கண்டுபிடித்துவிட்டால் இவற்றால் ஏற்படும் நோயைக் கட்டுக்குள் கொண்டு வர முடியும் .

வைரஸ்கள் மனிதர்கள் மற்றும் விலங்குகளின் உடலில் உட்புகுந்தால் மட்டுமே பல்கிப் பெருக முடியும். வெளியே செயலற்ற நிலையில் துகள்களாக (Particle) இருக்கும் வைரஸ் மனிதன் மற்றும் விலங்குகளின் உடலுக்குள் சென்றவுடன் உயிர் நிலை (Living state) பெற்று பல்கிப் பெருக ஆரம்பிக்கும்.

வைரஸ் உயிருள்ள உடலுக்குள் சென்றவுடன் அந்த உயிரியின் மூலக்கூறு ஆதாரத்தை தன் கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டுவந்து தனக்குரிய உயிர் வேதியியல் மூலக்கூறுகள் மற்றும் புரத மூலக்கூறுகளை உற்பத்தி செய்து தன் எண்ணிக்கையை அதிகப்படுத்திக் (Multiplication) கொள்கின்றது. நுண்ணுயிரிகளில் மிக மோசமான விளைவை ஏற்படுத்தும் வைரஸ்கள் இவ்வாறு மிக எளிதாக பல்கிப் பெருகி நோய்த் தொற்றுகளை ஏற்படுத்துகின்றது.

வைரஸ்களில் டிஎன்ஏ அல்லது ஆர்என்ஏ என்று ஏதாவது ஒரு மரபியல் வடம் காணப்படும். அவற்றைச் சுற்றி ஒரு புரத உரையும் மரபியல் வடங்களுக்குப் பாதுகாப்பைத் தருகிறது. சில வைரஸ்களில் இந்த உறையை அடுத்து மற்றுமொரு கொழுப்பு பொருளால் ஆன உறை காணப்படும். இந்த கொழுப்பு பொருளால் ஆன உறை, டிஎன்ஏ மற்றும் ஆர்என்ஏ விற்கு கூடுதல் பாதுகாப்பை அளிக்கின்றது. இக்காரணத்தினால் இத்தகைய வைரஸ்கள் உயிரற்ற இடத்தில்கூட நீண்ட நேரத்திற்கு அழியாமல் வீரியத்துடன் இருக்கும் (12 மணி நேரம்).

ஆர்என்ஏ மரபியல் பொருட்களை கொண்டுள்ள வைரஸ் ஆர்என்ஏ வைரஸ் என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இந்த ஆர்என்ஏ வைரஸ், ஒற்றை வட ஆர்என்ஏ வைரஸ் (Single strand - RNA ss) மற்றும் இரட்டை வட ஆர்என்ஏ வைரஸ் (Double strand - RNA ds) என்று இரண்டாக காணப்படுகின்றது. பெரும்பாலான வைரஸ்கள் ஒற்றை வட வைரஸ்கள் ஆகும்.

டிசம்பர் 2019 ல் சீனாவிலுள்ள வுஹான் மாகாணத்தில் தொடங்கி இன்றுவரை உலகையே அச்சுறுத்திக் கொண்டிருக்கும் கொரோனா வைரஸ் ஒற்றை வட ஆர்என்ஏ வைரஸ் ஆகும்.

சித்த மருத்துவத்தில் கொரோனா வைரஸ்

வைரஸ் நோய்க்கு கூறப்பட்டுள்ள குறி குணங்களும் சித்த மருத்துவத்தில் கூறப்பட்டுள்ள முக்குற்ற சுரத்திற்கான குறி குணங்களும் பெரும்பாலும் ஒரே குறி குணங்களாக காணப்படுகின்றது.

சித்த மருத்துவத்தில் முக்குற்ற சுரத்தின் குறிகுணங்கள்

வியர்வை, இருமல், நாவறட்சி, மிகுந்த நீர்வேட்கை, தலைசுற்றல், மூட்டுகளில் வலி, சோம்பல், கோழை அதிகமாதல், மூச்சு விட சிரமம், கைகால் சில்லிட்டு மேல் மூச்சு எனும் குணங்களுடன் உயிரைக் கொல்லும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது (குப்புசாமி முதலியார், 1936) .

கொரோனா வைரஸ் நோய்த் தொற்றுக்கான குறிகுணங்கள்

திசுக்களில் வீக்கம், தொண்டை வறட்சி, வீக்கம், அளவிற்கதிகமான சளி உற்பத்தி, வாந்தி, தசை மற்றும் எலும்புகளில் வலி, சோம்பல், மூச்சுத் திணறல் குணங்களுடன், நுரையீரல் பாதிப்பால் நிமோனியா சுரத்தை தொடர்ந்து நுரையீரல் செயலிழந்து மரணத்தை ஏற்படுத்தும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

சித்த மருந்துகள்

கரோனா வைரஸ் நோயைப் பொருத்தவரை காய்ச்சல், சளியை அடிப்படையாகக் கொண்டது. இதற்கு இன்னும் மருந்துகள் அதிகாரப்பூர்வமாக அறிவிக்கப்படவில்லை என்றாலும், தப்போதைய சூழ்நிலையில் நிலவேம்புக் குடிநீர், ஆடாதோடை மணப்பாகு

ஆகியவற்றை அருந்த மத்திய அரசின் ஆயுஷ் பரிந்துரை செய்துள்ளது. பொதுவாக வைரஸ் காய்ச்சலில் இருந்து நம்மை தற்காத்துக் கொள்வதற்கு நிலவேம்புக் குடிநீர், ஆடாதோடைக்குடிநீர், கபசுரக்குடிநீர், நச்சுசுரக்குடிநீர் போன்றவற்றை சாப்பிடலாம்.

நிலவேம்புக்குடிநீர்

நிலவேம்பு குடிநீரில் நிலவேம்பு, பற்படாகம், கோரைக்கிழங்கு, சுக்கு, விளாமிச்சைவேர், வெட்டிவேர், மிளகு, சந்தனம், பேய்ப்புடல் ஆகிய ஒன்பது வகையான மூலிகைகள் அடங்கியுள்ளதால், எந்த வைரஸ் காய்ச்சலாக இருந்தாலும் கட்டுப்படுத்தும். உடல் வெப்பத்தைக் குறைக்கும் தன்மை நிலவேம்புக் குடிநீருக்கு உள்ளது. இதை, பாதிக்கப்பட்டவர்கள் நாள்தோறும் காலை, இரவு இரு வேளை பருகலாம். இதுபோல, தொடர்ந்து 10 நாட்களுக்குக் குடிக்கலாம். பாதிப்பு இல்லாதவர்கள் முன்னெச்சரிக்கையாக வாரத்தில் இரு நாட்கள் பருகி வந்தால் நல்லது. ஆனால், கசாயம் தயாரித்து 3 மணிநேரத்துக்குள் குடித்துவிட வேண்டும். வைரஸ் காய்ச்சலிலிருந்து நம்மை தற்காத்துக் கொள்வதற்கு நிலவேம்புக் குடிநீர் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது. டெங்கு காய்ச்சலுக்கு நிலவேம்புக் குடிநீர் மிக முக்கியமான தீர்வாக கண்டறியப்பட்டது (Christian *et al.*, 2015; Rubeena *et al.*, 2018; Jain *et al.*, 2018).

ஆடாதோடைக் குடிநீர்

இதேபோல, சுவாச பிரச்சனையால் ஏற்படும் மூச்சுத்திணறலுக்கு பொதுவாக ஆடாதோடை பரிந்துரை செய்யப்படுகிறது. பெரும்பாலும், குடியிருப்புப் பகுதிகளில் வளரக்கூடிய தாவரம்தான் ஆடாதோடை. இதை கசாயமாக வைத்துக் குடிக்கலாம். இத்துடன் தூதுவளை, இஞ்சி, பற்படாகம், துளசி, தும்பை, மல்லி போன்றவற்றையும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். ஆடாதோடைக் குடிநீர் கோழையகற்றி (Expectorant), சுரம் அகற்றி (Anti pyretic) போன்ற செய்கைகளை (Therapeutic activities) உடையது. பொதுவாக வைரஸ் நுரையீரலில் படியும்போது சளி உருவாகும். இதை ஆடாதோடை கசாயம் வெளியே கொண்டு வந்து குணப்படுத்தும்

தன்மையுடையது. வைரஸ் தொற்று அறிகுறி உள்ளவர்கள் நாள்தோறும் இரு வேளை குடிக்கலாம். பாதிப்பு இல்லாதவர்கள் வாரத்தில் இரு நாட்கள் பருகலாம் (Kalaiarasi *et al.*, 2013; முருகேசு முதலியார், 2002).

நச்சு சுரக் குடிநீர்

சுக்கு, கடுக்காய், நிலவேம்பு, ஆடாதோடை, சீந்திற்கொடி, பேய்ப்புடல் ஆகிய மூலிகை மருந்துகளில் ஒவ்வொன்றையும் 5 கிராம் எடுத்து நறுக்கி 3 லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு நான்கில் ஒரு பங்காக வற்றக் காய்ச்சி, பின்னர் வடித்து பருகலாம். இதை நாள்தோறும் இரு வேளை 30 - 60 மி.லி. சாப்பிட்டால் நச்சுக் காய்ச்சல்கள் எல்லாம் அகன்றுவிடும் (Anonymous, 1996).

கபசுரக்குடிநீர்

வைரஸ் காய்ச்சல்களுக்குச் சித்த மருத்துவ முறையில் கபசுரக் குடிநீர் மிகவும் பலன் தரக்கூடியது. இந்தக் கபசுரக் குடிநீர் வைரஸ் காய்ச்சல் வராமல் தடுக்கவும் உதவும். கபசுரக் குடிநீரில் 15 வகையான மூலிகைகள் அடங்கியுள்ளது.

கபசுரக் குடிநீர் செயல்படும் விதம்

சித்த மருத்துவத்தில் கூறப்பட்டுள்ள கபசுரக் குடிநீர் அறிவியல் ஆய்வுகளின் அடிப்படையில் (Saravanan *et al.*, 2018; Anitha John *et al.*, 2015) இக் குடிநீரை கொரோனா வைரஸ் நோய்த் தொற்றுக்கு வழங்கலாம். இந்த அறிவியல் ஆய்வில் கபசுரக் குடிநீருக்கு, சுரம் நீக்கி (Anti pyretic activity) வீக்கம் அகற்றி (Anti inflammatory activity) மற்றும் பாக்டீரியா நுண்ணுயிரி எதிர்ப்பு செய்கை (Antibacterial activity) போன்ற செய்கைகள் (Therapeutic activities) உள்ளதால் கொரோனா வைரசால் ஏற்படும் சுரம், திசுக்களில் ஏற்படும் வலி வீக்கம் போன்றவற்றை குறைக்கும். மேலும் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை உண்டாக்கி வைரஸ் நோய்த்தொற்றை வரவிடாமல் தடுக்கும்.

கபசுரக் குடிநீர்

Ingredients

Zingiber officinale

Piper longum

Syzygium aromaticum

Tragiain volucrate

Anacyclus pyrethrum

Hygrophilla auriculata

Terminalia chebula

Adathoda vasica

Coleus amboinicus

Saussurea lappa

Tinospora cordifolia

Clerodendron serratum

Andrographis paniculata

Cissampelos pareira

Cyperus rotundus

மூலப்பொருட்கள்

சுக்கு

திப்பிலி

இலவங்கம்

சிறுகாஞ்சொறிவேர்

அக்கிரகாரம்வேர்

நீர்முள்ளிவேர்

கடுக்காய்தூள்

ஆடாதோடைஇலை

கற்பூரவல்லிஇலை

கோஷ்டம்

சீந்தில்தண்டு

சிறு தேக்கு

நிலவேம்பு சமூலம்

வட்டத்திருப்பி வேர்

கோரைக்கிழங்கு

அளவு

200 மில்லி தண்ணீரில் 5-10 கிராம் சூரணம் சேர்த்து, மிதமான சூட்டில் கொதிக்கவைத்து 50 மில்லியாகக் குறைத்து அருந்தவும். ஒவ்வொரு முறையும் குடிநீரை புதிதாகத் தயாரித்து அருந்தவும்.

வைரஸ் தொற்றுக்களில் இருந்து நம்மை பாதுகாத்துக்கொள்ளவும், நம் உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கவும் இந்த கபசரக் குடிநீர் மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

சித்த மருத்துவத்தில் கை கழுவும் நீர் (Siddha Sanitizer)

படிகாரக் கல்லை நன்கு பொடித்துக் கொள்ள வேண்டும். 5 கிராம் படிகாரத்திற்கு 2 லிட்டர் நீர் விட்டு நன்கு காய்ச்ச வேண்டும்.

ஆறிய பின்பு வடிகட்டி பாட்டில்களில் ஊற்றி வைத்துக்கொண்டு கை, கால்களை சுத்தம் செய்ய பயன்படுத்தலாம் (தியாகராஜன், 1952).

ஒரு லிட்டர் நீரில் 5 கிராம் உப்பு மற்றும் பத்து கற்பூரவல்லி இலைகளை சேர்த்து நன்கு கொதிக்கவைத்து கிருமி நாசினியாகப் பயன்படுத்தலாம்.

வேப்பிலை, மஞ்சள் இரண்டையும் நீர் விட்டு நன்கு அரைத்து பின்பு கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி கிருமிநாசினியாகப் பயன்படுத்தலாம் (முருகேச முதலியார், 2002).

கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் இவற்றை வகைக்கு 5 கிராம் எடுத்துக்கொண்டு ஒரு லிட்டர் நீரில் நன்கு கொதிக்க வைத்து ஆறிய பின்பு கிருமி நாசினியாகப் பயன்படுத்தலாம் (முருகேச முதலியார், 2002).

சான்றாதாரங்கள்

குப்புசாமி முதலியார், க. ந., 1936. **சித்த மருத்துவம்**, இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதி துறை, சென்னை.

தியாகராஜன், இரா.,1952. **குணபாடம் - தாது ஜீவ வகுப்பு**, முதல் பதிப்பு, இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதி துறை, சென்னை.

முருகேச முதலியார், க. ச., 2002. **குணபாடம் - மூலிகை வகுப்பு**, இரண்டாம் பதிப்பு, இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதி துறை. சென்னை.

Anitha John, R. Jayachandran, Sasikala Ethirajulu and P.Sathiyarajeswaran, 2015. Analysis of Kabasurakudineer chooranam- A Siddha formulation. *International Ayurvedic Medical Journal* Volume 3; Issue 9; September-2015 ISSN:2320 50913

Anonymous, 1996. **Theraiyar Kudineer (Moolamum Uraiyum)**. Second edition, Central Research council of Ayurveda and Siddha, New Delhi.

- Christian, G.J, *et al.*, 2015. Protective Effect of Poly Herbal Siddha Formulation- Nilavembu Kudineer against Common Viral Fevers Including Dengue: A Case Control Approach. *International Journal of Pharmaceutical Sciences and Research* **6(4)**: 1656 - 1660p
- Jain *et al.*, 2018. Antiviral activity of ethanolic extract of Nilavembu Kudineer against Dengue and Chikungunya virus through *in vitro* evaluation. *Journal of Ayurveda Integr. Med.* (2018), <http://doi.org/10.1016/j.jam.2018.05.006>.
- Kalaiarasi *et al.*, 2013. A Combination of Nilavembu Kudineer and Adathodaimanapagu in the Management of Dengue Fever. *Int. J. Curr. Res.* ; **5(04)**: 978–981p.
- Rubeena M, Divya KG and Sunil KKN. Bioactive molecules in Siddha Polyherbal Nilavembu Kudineer alleviating symptoms of Dengue/ Chikugunya. *Traditional Medicine Research*, 2018, **3(5)**:215-229.
- Saravanan. J, Neethu Devasia ., Gopalasatheeskumar K., Sanish Devan. V, Thanga Kokila K and Sanjay M, 2018. Anti-Inflammatory, antipyretic and antibacterial study of Kabasura Kudineer Chooranam', *International Journal of Current Advanced Research*, **Volume 7**; Issue **2(F)**; February 2018; pp. 9992-9997. ISSN: O: 2319-6475, ISSN: P: 2319-6505,