हर इंसान-एक समान | एक राष्ट्र-एक जान | मेरा भारत महान

समता आन्दोलन समिति (रजि.)

प्रान्तीय कार्यालय :जी-3, संगम रेजीडेन्सी, प्लाट नं. 9-10, गंगाराम की ढाणी, वैशाली नगर, जयपुर

Website :www.samtaandolan.co.in Email :samtaandolan@yahoo.in

माननीय श्री पानाचन्द जैन
संरक्षक (पूर्व न्यायाधिपति)

माननीय श्री अशोक कुमार सिंह
संरक्षक (पूर्व मेजर जनरल)

माननीय श्री भागीरथ शर्मा
संरक्षक (पूर्व आई. ए. एस.)

पाराशर नारायण शर्मा
अध्यक्ष, मो. 094133-89665

विमल चौरड़िया
महासचिव , मो. 094140-58289

ललित चाचाण
कोषाध्यक्ष , मो. 094140-95368

प्रान्तीय उपाध्यक्ष एवं
पदेन सम्भागीय अध्यक्ष :-

जयपुर
ऋषिराज राठौड़
मो. 9694348039

अजमेर
एन. के.झामड़
मो. 9414008416

बीकानेर
वाई. के. योगी
मो. 9414139621

भरतपुर
हेमराज गोयल
मो. 9460926850

जोधपुर
कैलाश राजपुरोहित
मो. 8963095311

कोटा
डॉ. अनिल शर्मा
मो. 9414662244

उदयपुर
दूल्हा सिंह चूण्डावत
मो. 9571875488

क्रमांक 53880 दिनांक : 31.12.2020

श्रीमान ————————,
सांसद, लोकसभा/राज्यसभा,
नई दिल्ली।

▶नव वर्ष की हार्दिक शुभकामनाएँ◀

विषयः– आपके क्षेत्र में निवासी नागरिकों को कोविड–19 महामारी से बचाने के लिए आयुष मंत्रालय (भारत सरकार) द्वारा निर्धारित उपचार/निदान को घर–घर पहुंचाने बाबत।

महोदय,

विनम्र निवेदन है कि भारत सरकार के आयुष मंत्रालय द्वारा कोविड–19 महामारी से बचाव, उपचार और स्वास्थ्य लाभ के लिए आयुर्वेद एवं योग–प्राणायाम पर आधारित नैदानिक प्रबंधन का प्रोटोकॉल दिनांक 06.10.2020 को जारी किया गया है। इस अति महत्वपूर्ण नैदानिक प्रबंधन के प्रोटोकॉल को केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री श्री हर्षवर्धन एवं केन्द्रीय आयुष मंत्री श्री श्रीपद नाइक ने सामुहिक प्रेस कांफ्रेंस के जरिये जारी किया है जिसे सार्वजनिक हित में आयुष मंत्रालय की अधिकृत वेबसाइट पर भी अपलोड किया गया है। आयुर्वेद और योग–प्राणायाम के आधार पर कोविड–19 महामारी से बचाव, उपचार और स्वास्थ्य लाभ का नैदानिक प्रबंधन देश के सर्वोच्च छः संस्थानों के विशेषज्ञों द्वारा तैयार किया गया है।

इस अति महत्वपूर्ण एवं कारगर नैदानिक प्रबंधन के आठ पृष्ठीय प्रोटोकॉल जारी होने की तारीख 06.10.2020 के पश्चात हमारे देश में कोविड–19 महामारी के मरीजों की संख्या में तेजी से कमी हो रही है। जिससे इसकी व्यापक स्वीकार्यता और उपयोगिता साबित हो रही है। हमारी संस्था द्वारा इस आठ पृष्ठीय प्रोटोकॉल का सहज, सुगम सारांश एक पृष्ठ के पैम्फलेट में जारी किया गया है जो इस पत्र के साथ संलग्न है। इस पैम्फलेट का आयुर्वेद के क्षेत्र में राष्ट्रीय स्तर पर ख्याति प्राप्त मूर्धन्य विद्वान प्रो. वैद्य श्री बनवारी लाल गौड(पूर्व कुलपति, राजस्थान आयुर्वेद विश्वविद्यालय एवं पूर्व निदेशक राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान), प्रो. संजीव कुमार शर्मा(वर्तमान निदेशक राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान, जयपुर) के अलावा वयोवृद्ध जस्टिस श्री पानाचंद जैन के करकमलों से विमोचन भी करवाया गया है जिसकी तस्वीरें इस पत्र के पीछे देखी जा सकती हैं। राजस्थान के महामहिम राज्यपाल श्री कलराज मिश्र के मार्फत यह पैम्फलेट देश के करोड़ों नागरिकों को लोकार्पित भी किया गया है।

आप श्रीमान से करबद्ध प्रार्थना है कि कृपया इस अतिमहत्वपूर्ण और कारगर प्रोटोकॉल को जनहित में घर–घर पहुंचाने के लिए कृपया आपकी सरकारी निधी से अपने क्षेत्र के प्रमुख अखबारों में संलग्न पैम्फलेट को प्रकाशित करवायें अथवा पैम्फलेट बनवाकर बटवायें अथवा आपको जैसा भी माध्यम उचित लगे उस माध्यम से आपके क्षेत्र के नागरिकों तक घर–घर यह जानकारी पहुंचाने में सार्थक सहयोग करें ताकि आपके क्षेत्र के नागरिकों को कोविड–19 महामारी से स्थायी रूप से मुक्ति मिल सके। यदि आप आवश्यक समझें तो हमारे पैम्फलेट के नीचे निवेदक, समता आन्दोलन समिति के स्थान पर आप अपना नाम लिखवा सकते हैं या सौजन्य के रूप में आप अपना नाम लिखवा सकते हैं।

सकारात्मक और त्वरित कार्यवाही के लिए हम आपके सदैव आभारी रहेंगें।

भवदीय,

संलग्नः– उक्तानुसार

(पाराशर नारायण शर्मा)
अध्यक्ष

राजस्थान के राज्यपाल महामहिम श्री कलराज मिश्र द्वारा लोकार्पण

जस्टिस श्री पानाचंद जैन द्वारा विमोचन

मूर्धन्य विद्वान प्रो. वैद्य श्री बनवारी लाल गौड(पूर्व कुलपति, राजस्थान आयुर्वेद विश्वविद्यालय एवं पूर्व निदेशक राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान) द्वारा विमोचन

प्रो. संजीव कुमार शर्मा(वर्तमान निदेशक राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान, जयपुर) द्वारा विमोचन

भारत सरकार के आयुष मंत्रालय का आह्वान

आयुर्वेद अपनाइये, कोरोना भगाइये।

मान्यवर,

हजारों वर्षों से परखी हुई भारतीय चिकित्सा पद्धति आयुर्वेद एवं योग पर आधारित कोविड–19 (कोरोना) महामारी से बचाव, उपचार / नैदानिक प्रबंधन एवं स्वास्थ्य लाभ के लिए भारत सरकार आयुष मंत्रालय द्वारा प्रबन्धन प्रोटोकॉल दिनांक 06.10.2020 को जारी किया गया है। यह प्रोटोकॉल राष्ट्रीय स्तर पर आयुर्वेद और योग के छः प्रतिष्ठित संस्थानों (AIIA, IPGTRA, NIA, CCRAS, CCRYN और अन्य राष्ट्रीय शोध संगठनों) के विशेषज्ञों द्वारा तैयार किया गया है।

1. कोविड–19 से बचाव के उपाय :

A. सामान्य और शारीरिक उपाय : (i) शारीरिक दूरी, श्वसन और हाथ की स्वच्छता रखें, मास्क पहनें (ii) एक–एक चुटकी हल्दी और नमक के गर्म पानी से गरारे करें (iii) घर से बाहर जाने और वापस आने पर अणु तैल/षड्बिन्दु तैल/तिल तैल/नारियल तैल या गाय का घी नाक में डालें (iv) अजवाईन या पुदीना या नीलगिरि तैल के साथ दिन में एक बार भाप लेना (v) नींद 7–8 घंटे (vi) मध्यम शारीरिक व्यायाम तथा (vii) योग (प्राणायाम आदि) प्रोटोकॉल (संलग्नक–एक व दो) का पालन करें।

B. आहार सम्बन्धी उपाय: (i) अदरक या धनिया या तुलसी या जीरा डालकर उबला हुआ पानी पीएँ (ii) ताजा, गर्म, संतुलित आहार लें (iii) रात्रि में गोल्डन मिल्क (150 मिली गर्म दूध में तीन ग्राम हल्दी चूर्ण) लेवें (iv) आयुष काढ़ा दिन में एक बार लेवें।

C. उच्च जोखिम आबादी या सम्पर्कों में कोविड–19 से बचने के लिए: (i) अश्वगंधा का 500 मिलीग्राम एक्स्ट्रेक्ट या 1–3 ग्राम चूर्ण एक माह तक दिन में दो बार गर्म पानी से लें (ii) गुडूची घनवटी/गिलोय घनवटी/संशमनी वटी का 500 मि.ग्रा. एक्स्ट्रेक्ट या 1–3 ग्राम चूर्ण एक माह तक दिन में दो बार गर्म पानी से (iii) च्यवनप्राश 10 ग्राम गर्म पानी/दूध के साथ प्रति दिन लेवें।

2. लक्षण रहित कोविड–19 पोजिटिव मरीज का उपचार एवं नैदानिक प्रबंधन:

(I) गुडूची घनवटी/गिलोय घनवटी/संशमनी वटी का 500 मिलीग्राम एक्स्ट्रेक्ट या 1–3 ग्राम चूर्ण एक माह तक दिन में दो बार गर्म पानी से (ii) गुडूची + पिप्पली का जलीय एक्स्ट्रेक्ट 375 मिलीग्राम लगातार 15 दिनों तक गर्म पानी से दिन में दो बार (iii) आयुष–64 (500 मिलीग्राम) लगातार 15 दिनों तक दिन में दो बार गर्म पानी से लेवें।

3. हल्का कोविड–19 पोजिटिव मरीज का उपचार एवं नैदानिक प्रबंधन : (बुखार, थकान, सूखी खाँसी, गले में खरास, नाक बंद लेकिन श्वास फूलने से पहले)

(I) गुडूची.+ पिप्पली का जलीय एक्स्ट्रेक्ट 375 मिलीग्राम लगातार 15 दिनों तक दिन में दो बार गर्म पानी से (ii) आयुष–64 (500 मिलीग्राम) लगातार 15 दिनों तक दिन में दो बार गर्म पानी से लेवें।

4. हल्का कोविड–19 पोजिटिव मरीज का विशेष उपचार एवं नैदानिक प्रबंधन :

(I) शारीरिक दर्द/ सिरदर्द के साथ बुखार के लिए नागरादि कषाय (ii) खाँसी के लिए शहद के साथ सितोपलादि चूर्ण गले में खरास/स्वाद में कमी के लिए व्योषादि वटी (iii) थकान के लिए च्यवनप्राश (iv) हाइपोक्सिया के लिए वासावलेह (v) दस्त के लिए कुटज घनवटी और श्वास फूलने पर कनकासव भी संलग्नक–3 के अनुसार या आयुर्वेद चिकित्सक के परामर्श अनुसार ले सकते हैं।

5. कोविड–19 पश्चात् उपचार एवं नैदानिक प्रबंधन: (i) अश्वगंधा का एक्स्ट्रेक्ट 500 मिलिग्राम या चूर्ण 1–3 ग्राम एक माह तक गर्म पानी से दिन में दो बार (ii) च्यवनप्राश 10 ग्राम प्रतिदिन गर्म पानी/दूध के साथ एक बार (iii) रसायन चूर्ण एक माह तक प्रतिदिन शहद के साथ दो बार।

6. कोविड–19 की रोकथाम के लिए तथा कोविड–19 के बाद परिचर्या के लिए योग (प्राणायाम आदि):

संलग्नक–1 एवं 2 में योग प्रोटोकॉल 45 मिनिट एवं 30 मिनिट की अलग–अलग सारणी में बताये गये हैं, इनकी नियमित पालना भी आवश्यक है।

नोट:– उपर्युक्त प्रोटोकॉल (तीनों संलग्नकों सहित) की विस्तृत जानकारी भारत सरकार आयुष मंत्रालय की वेबसाईट पर एवं समता आंदोलन की वेबसाइट www.samtaandolan.co.in के होम पेज पर उपलब्ध है जिसका गम्भीरता से अवलोकन और पालन करेंगे तो शीघ्र ही भारत देश कोविड–19 से मुक्त हो जायेगा। कृपया आयुर्वेद एवं मानवता की सेवा के लिए इस पैम्फलैट को लगातार प्रचारित करते रहें। सादर।

निवेदक : समता आन्दोलन समिति (रजि.)

Indu Printers, Bkn # 9828579704