AVIT
AARUPADAI VEEDU INSTITUTE OF TECHNOLOGY
VINAYAKA MISSION'S RESEARCH FOUNDATION
(Deemed to be University under section 3 of the UGC Act 1956)
Accredited by NAAC
Approved by AICTE

6 th siddha day 2023

Siddhar Agathiyar is considered as the father of Siddha Medicine and was born in Star Ayilyam in the Tamil month of Margazhi. The Ministry of Ayush, Govt. of India has accorded approval for observing his birthday as Siddha Day every year. The NSS Unit of AVIT ISR CELL & Rotary club of Eagle Town celebrated 6 th siddha day on 09.01.2023 at Government Hospital Thirukkalukundram.The siddha day is observed to Mark the birth anniversary of Agasthiyar siddhar The Theme of the year is Siddha Diet and Nutrition for Healthy Life".Dr. D.Anbhuchecian Agasthi Kirubha Founder inaugurated Siddha Camp. Dr Anuratha M.D Siddha Docter delivered the lecture on siddha and it uses.Food is Medicine; Medicine is Food" is one of the core doctrines mentioned in Siddha classics for healthy life. This maxim acknowledges the emphasis laid by Siddhars on healthy eating and the nutritional importance of a balanced diet. Siddha Medicine describes the significance of balancing food (Thirithoda) ingredients namely pepper, turmeric, cumin seeds, asafoetida, dried ginger, cardamom, fenugreek and garlic maintain the homeostasis between the three humours namely Vali, Azhal and Aiyam. Siddhar Theraiyar has mentioned few dietary principles to be followed as a prophylactic measure for leading a healthy life. Example: "Always consume sour curd, never eat root tubers except yam, take meals twice a day instead of thrice daily, and take diluted buttermilk and melted ghee". The role of Siddha diet and nutrition during the COVID-19 pandemic is noteworthy. To emphasize the significance of food and nutrition, the United Nations General Assembly has declared the year 2023 as 'International Year of Millets' and hence this Siddha Day is aimed to create awareness on the theme "Siddha diet and Nutrition for Healthy Life" A siddha expo also conducted with more than 25 Herbal plants. Rt Balakrishanan President of Rotary club of Eagle town welcomed the Gathering of the camp. Prof K.Surendrababu NSS Programme Officer organized the one day siddha camp. More than 100 public people benefited through the camp, our AVIT NSS Volunteers also participated and explained the herbal plants to the public people.

vivo Y51A · Jai surya

vivo Y51A · Jai surya

தமிழ்நாடு அரசு
இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதித் துறை
செங்கல்பட்டு மாவட்டம்
யோகப்பயிற்சி மற்றும் விழிப்புணர்வு நிகழ்வு
VINAYAKA MISSION'S RESEARCH FOUNDATION
AVIT
Cordially invites you all for
Siddha Day Celebration
Topic
"Siddha Diet and Nutrition for Healthy Life"
Resorce Person
Dr. Anuradha M.D Siddha
Government Hospital, Thirukazhukundram
09th January 2023
Organised by
Institutional Social Responsibility Cell
National Service Scheme

AVIT
AARUPADAI VEEDU INSTITUTE OF TECHNOLOGY

VINAYAKA MISSION'S RESEARCH FOUNDATION
(Deemed to be University under section 3 of the UGC Act 1956)

Accredited by NAAC

Approved by AICTE

VINAYAKA MISSION'S RESEARCH FOUNDATION
Deemed to be University under section 3 of the UGC Act 1956

Accredited with 'A' Grade by NAAC

AVIT
AARUPADAI VEEDU INSTITUTE OF TECHNOLOGY

Cordially invites you all for the

Celebration of Siddha Day

Siddha Diet and Nutrition for Healty Life

09.01.2023, Monday

Government Hospital, Thirukazhukundram

Resource Person

Dr. Anuradha., M.D.,
Government Hospital,
Thirukazhukundram

In the presence of

Dr. G. Selvakumar, Principal, AVIT
Dr. S. P. Sangeetha, VP (Academics) & ISR Program Director, AVIT

Event Coordinators

Mr. K. Surendrababu,
ISR Chief Coordinator & NSS programme officer
Ms. S. Leelavathy, NSS programme officer
Dr. P.S. Aravind Raj, Asso. Prof., Civil & Rotaract Coordinator

Organized by : Institutional Social Responsibility Cell, AVIT & National Service Scheme, AVIT

NATIONAL SERVICE SCHEME

AVIT
AARUPADAI VEEDU INSTITUTE OF TECHNOLOGY

VINAYAKA MISSION'S
RESEARCH FOUNDATION
(Deemed to be University under section 3 of the UGC Act 1956)

Accredited by NAAC

Approved by AICTE

AVIT
AARUPADAI VEEDU INSTITUTE OF TECHNOLOGY

ஆறுபடை வீடு தொழில் நுட்ப கல்லூரி

ரோடோரி கிளப் ஆப் ஈகில் டவுன்

இணைந்து நடத்தும்

சித்த மருத்துவம் தினம்

நாள் : 09, ஜனவரி 2023

இடம் : அரசு மருத்துவமனை திருக்கழுக்குன்றம்

- சித்த மருத்துவம் என்பது ஒரு பாரம்பரிய மருத்துவ முறையாகும்
- சித்த என்ற வார்த்தை 'சித்தி' என்று தமிழ் வார்த்தையிலிருந்து பெறப்பட்டது.
- அகத்தியர் சித்தர் சித்தமருத்துவத்தின் முதன்மையானவர்.
- உணவே மருந்து, மருந்தே உணவு என்பது சித்தர் வாக்கு. பசியாற்றும் உணவே, உயிர் காக்கும் மருந்தாகவும் செயல்படுகிறது. இந்த கருத்தாக்கத்தை கொண்டு இயங்கிவருவது சித்தமருத்துவம்.
- சித்த மருத்துவத்தின் முக்கிய அம்சம் அதன் மருந்துகளில் எந்தவித பக்க விளைவுகளும் ஏற்படாது.
- நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம் நோயற்று வாழ கடைபிடிக்க வேண்டிய பயிற்சிகள், உண்ணத்தக்க உணவுகள், நோய்தடுப்பு முறைகள், நோய் தோன்ற காரணங்கள், நோய் தோன்றிய பின் அதன் தீர்வுக்கான வழிமுறைகள் ஆகியவற்றை பற்றி மருத்துவ முறையே சித்த மருத்துவமாகும்.

VINAYAKA MISSION'S
RESEARCH FOUNDATION
Deemed to be University under section 3 of the UGC Act 1956

Accredited with 'A' Grade by NAAC

1800 309 4350
www.avit.ac.in

Scan the QR code to access
AVIT Admission site

சித்த மருத்துவத்தின் பயன்கள்

இயற்கையான பொருட்களைக் கொண்டு மருந்துகள் தயாரிக்கப்படுகின்றது. இயற்கை மூலிகைகள் சுலபமாகக் கிடைக்கக்கூடியவை என்பதால் மருந்துகளையும் குறுகிய காலத்தில் தயாரிக்கலாம். சித்த மருத்துவ முறையில் தயாரிக்கப்பட்ட மருந்துகள் அதிகமானவை பல ஆண்டுகள் கெடாது. சித்த மருத்துவமானது நீண்ட நாள்பட்ட நோய்களைக் கூட குணப்படுத்த கூடியது. அறுவை சிகிச்சைகள் மூலம் குணப்படுத்தக் கூடிய நோய்களைக் கூட சித்த மருத்துவ முறைகள் மூலம் அறுவை சிகிச்சை இன்றி குணப்படுத்த முடியும்.

சமையலறையே மருந்தகம்

நாம் அன்றாட சமையலறையில் உபயோகப்படுத்தும் பொருட்களே மருந்தாக அமைகின்றது.

ஜாதிக்காய் : தூக்கமின்மை ஏற்படுகின்ற போது ஜாதிக்காயைக் கொடுத்தால் பக்க விளைவுகள் இன்றி பாதுகாப்பான உறக்கம் எழுப்பியாகச் செயல்படும். வாந்தி பேதியில் கடுமையாக பாதிக்கப்பட்டவர்கள் தண்ணீர் தாகம் அதிகளவில் இருக்கும். இதற்கு ஜாதிக்காயை தண்ணீரில் ஊற வைத்து, அந்த நீரை பருகினால் தாகம் தணியும்.

கொத்தமல்லி : வீடுகளில் சமையல் கூடத்தில் முக்கிய இடம் பிடித்திருக்கும் கொத்தமல்லி விதையை வாயில் போட்டு மென்று வந்தால் வாய் துர்நாற்றத்தை போக்கும். அத்துடன் பசியைத் தூண்டி வயிற்றில் உள்ள வாயுவை நீக்கும். கொத்தமல்லி இலையில் வைட்டமின் ஏ சத்து அதிகளவில் உள்ளது. கொத்தமல்லி பொடியை தினமும் உபயோகித்தால் இருதயம் வலிமை பெறும். உடலுக்கு வன்மையும், ஆண்மையும் அதிகரிக்கும்.

சீர்+அகம் = சீரகம் : வயிற்றைச் சீர் செய்வதாலேயே இப்பெயர் பெற்றது. சீரகத்தை மணத்திற்காகவும், செரிமானத்திற்காகவும் உணவில் சேர்ப்பது ஒவ்வொரு வீட்டிலும் வழக்கம். வெந்நீரில் சீரகத்தை போட்டு சிறிது நேரத்திற்கு பின்பு அருந்துவது வழக்கம். பித்த சம்பந்தமான நோய்களைத் தீர்ப்பதில் இது சிறந்து விளங்குகிறது. மேலும் வயிறு, சம்பந்தமான நோய்களிலும் இதை அதிகம் உபயோகப்படுத்துகிறார்கள்.

திப்பிலி : திப்பிலி, சுக்கு, மிளகு திப்பிலி வேர், சீரகம், ஏலம், வாய் விடங்கம் மற்றும் கடுக்காய் இவைகளை இளவறுப்பாக வறுத்து நன்கு பொடி செய்துகொண்டு அத்துடன் சர்க்கரை பாகு காய்ச்சி அதில் தேன் கலந்து சிறிய அளவில் காலை, மாலை சாப்பிட்டு வந்தால் இருமல், இரைப்பு நாவறட்சி மற்றும் தலைச்சுற்றல் போன்றவை அடியோடு நீங்கும்.

கிராம்பு : கிராம்பில் பலவித மருத்துவ குணங்கள் உள்ளன. இவை பெரும்பாலும் ஊக்கு வித்தல், தூண்டுதல் உண்டாக்கும் பொருளாக உள்ளது. பல வலிகளைப் போக்குவதுடன் வயிற்றுப் பொருமல், குதவழிக் காற்றோட்டம் போன்றவற்றுக்கும் மிகச் சிறந்த நிவாரணி.

கடுகு : கடுகு சிறுத்தாலும் காரம் குறையாது என்பார்கள். அதுபோல ஏராளமான மருத்துவ குணங்களை கொண்டது கடுகு.

திரிகடுகம் என்னும் மூன்று மருத்துவ பொருட்களில், முதல் இடம் கடுகிற்கு உண்டு. அதனால் தான் எல்லா குழம்புகளிலும் கடுகை தாளித்து சேர்க்கிறார்கள்.கோடை காலங்களில் உடலில் ஏற்படும் கட்டிகளுக்கு கடுகு அரைத்துப் பூசப்படுகிறது. கடுகு விதைகளில், உடலுக்கு அவசியமான எண்ணைச் சத்து உள்ளது.

கொரோனா சிகிச்சையில் சித்த மருத்துவத்தின் பங்கு

1. நிலவேம்பு குடிநீர்
2. கபசுர குடிநீர்
3. பிரம்மானந்தனபரவம் மாத்திரை
4. திரிகடுகு மாத்திரை
5. அமுக்கரா சூரணம்
6. நெல்லிக்காய் லேகியம்
7. ஆடாதொடை மனப்பாகு
8. மஞ்சள் கொம்பு புகை / ஓம பொட்டணம்

போன்ற சித்த மருந்துகள் கொரனாவின் தீவிர தன்மையை குறைத்து மிகுந்த பயனளிக்கும்.

AVIT
AARUPADAI VEEDU INSTITUTE OF TECHNOLOGY

VINAYAKA MISSION'S RESEARCH FOUNDATION
(Deemed to be University under section 3 of the UGC Act 1956)

Accredited by NAAC

Approved by AICTE

VINAYAKA MISSION'S RESEARCH FOUNDATION
Deemed to be University under section 3 of the UGC Act 1956

Accredited with 'A' Grade by NAAC

AVIT
AARUPADAI VEEDU INSTITUTE OF TECHNOLOGY

Cordially invites you all for

6th Siddha Day Celebration

Topic

"Siddha Diet and Nutrition for Healthy Life"

Resorce Person

Dr. Anuradha M.D

Government Hospital, Thirukazhukundram

09th January 2023

Government Hospital, Thirukazhukundram

Organised by

Institutional Social Responsibility Cell

National Service Scheme

திருக்கழுக்குன்றம் அரசு மருத்துவமனையில் இலவச சித்த மருத்துவ முகாம்

ஆன்மீக அன்பர் அகஸ்திய கிருபா அன்பு செழியன் துவக்கி வைத்தார்

திருக்கழுக்குன்றம், ஜன.10: 6வது தேசிய சித்த மருத்துவ தினத்தையொட்டி இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி பிரிவு மருத்துவமனை, பையனூர் ஆறுபடைவீடு பொறியியல் கல்லூரி, ரோட்டரி கிளப் ஆப் சகில் டவுன், திருக்கழுக்குன்றம் சித்த மருத்துவ பிரிவு இணைந்து இலவச சித்த மருத்துவ முகாமினை நடத்தியது திருக்கழுக்குன்றம் தாலுகா அரசு மருத்துவமனையில் நடைப்பெற்ற முகாமிற்கு காஞ்சிபுரம், செங்கல்பட்டு மற்றும் திருவள்ளூர் மாவட்டங்களுக்கான சித்த மருத்துவ அலுவலர் டாக்டர் அய்யாசாமி தலைமை தாங்கினார். திருக்கழுக்குன்றம் உதவி மருத்துவ அலுவலர் (சித்தா) அனுராதா வரவேற்றார். திருக்கழுக்குன்றம் தாலுகா மருத்துவமனை தலைமை மருத்துவர் ஜோன் பெலிசிட்டா ஆறுபடைவீடு பொறியியல் கல்லூரி துணை முதல்வர் முனைவர் சங்கீதா, திருக்கழுக்குன்றம் ரோட்டரி கிளப் ஆப் சகில் டவுன் தலைவர் பாலசுந்தரம், சமூக சேவையாளர் ஆர்.டி.மணி, ஆறுபடைவீடு கல்லூரி நாட்டு நலப்பணி திட்ட அலுவலர் சுரேந்திரபாபு, உள்ளிட்டோர் முன்னிலை வகித்தனர். இம்முகாமில் ஆன்மீக அன்பர் அகஸ்திய கிருபா டாக்டர் அன்புச் செழியன் மற்றும் மாவட்ட சித்தா மருத்துவ அலுவலர் அய்யாசாமி ஆகியோர் அகத்தியர் வழிபாட்டுடன் முகாமினை துவக்கி வைத்து சிறப்புரையாற்றினர். அதனைத் தொடர்ந்து மூலிகை கண்காட்சி, சத்துணவு மற்றும் சிறுதானிய உலர் கண்காட்சி, மூலிகை மருத்துவ மரக்கன்றுகள் வழங்குதல் என நடைப் பெற்றது இம்முகாமில் திருக்கழுக்குன்றம் மற்றும் சுற்றுப்புற கிராமங்களிலிருந்து சுமார் 200க்கும் மேற்பட்டோர் முகாமில் பங்கேற்று பயனடைந்தனர். சித்தா உதவி மருத்துவ அலுவலர்கள் மகேந்திரன் (எழிச்சூர்), ஜெயபிரதாப் (சாலவாக்கம்) மற்றும் மருந்தாளுநர் கிருபானந்தன், சித்தா மருத்துவமனை பணியாளர் ஒரூரம்மான் ரெயின் போஸ் அறக்கட்டளை நிறுவனர் செல்வகுமார் உள்பட பலர் கலந்துக் கொண்டனர்.

திருக்கழுக்குன்றம் அரசு மருத்துவமனையில் இலவச சித்த மருத்துவ முகாம்

திருக்கழுக்குன்றம், ஜன. 10- 6-வது தேசிய சித்த மருத்துவ தினத்தையொட்டி இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஹோமியோபதி பிரிவு மருத்துவமனை, பையனூர் ஆறுபடைவீடு பொறியியல் கல்லூரி, ரோட்டரி கிளப் ஆப் சகில் டவுன், திருக்கழுக்குன்றம் சித்த மருத்துவ பிரிவு இணைந்து இலவச சித்த மருத்துவ முகாமினை நடத்தியது.

திருக்கழுக்குன்றம் தாலுகா அரசு மருத்துவமனையில் நடைப்பெற்ற முகாமிற்கு காஞ்சிபுரம், செங்கல்பட்டு மற்றும் திருவள்ளூர் மாவட்டங்களுக்கான சித்த மருத்துவ அலுவலர் டாக்டர் அய்யாசாமி தலைமை தாங்கினார்.

திருக்கழுக்குன்றம் உதவி மருத்துவ அலுவலர் (சித்தா) அனுராதா வரவேற்றார். திருக்கழுக்குன்றம் தாலுகா மருத்துவமனை தலைமை மருத்துவர் ஜோன் பெலிசிட்டா, ஆறுபடைவீடு பொறியியல் கல்லூரி துணை முதல்வர் முனைவர் சங்கீதா, திருக்கழுக்குன்றம் ரோட்டரி கிளப் ஆப் சகில் டவுன் தலைவர் பாலசுந்தரம், சமூக சேவையாளர் ஆர்.டி.மணி, ஆறுபடைவீடு கல்லூரி நாட்டு நலப்பணி திட்ட அலுவலர் சுரேந்திரபாபு உள்ளிட்டோர் முன்னிலை வகித்தனர்.

இம்முகாமில் ஆன்மீக அன்பர் அகஸ்திய கிருபா டாக்டர் அன்புச்செழியன் மற்றும் மாவட்ட சித்தா மருத்துவ அலுவலர் அய்யாசாமி ஆகியோர் அகத்தியர் வழிபாட்டுடன் முகாமினை தொடங்கி வைத்து சிறப்புரையாற்றினர்.

அதனைத் தொடர்ந்து மூலிகை கண்காட்சி, சத்துணவு மற்றும் சிறுதானிய உலர் கண்காட்சி, மூலிகை மருத்துவ மரக்கன்றுகள் வழங்குதல் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் நடைப்பெற்றது.

இம்முகாமில் திருக்கழுக்குன்றம் மற்றும் சுற்றுப்புற கிராமங்களிலிருந்து சுமார் 200-க்கும் மேற்பட்டோர் பங்கேற்று பயனடைந்தனர்.

சித்தா உதவி மருத்துவ அலுவலர்கள் மகேந்திரன் (எழிச்சூர்), ஜெயபிரதாப் (சாலவாக்கம்) மற்றும் மருந்தாளுநர் கிருபானந்தன், சித்தா மருத்துவமனை பணியாளர் ஒரூரம்மான், ரெயின் போஸ் அறக்கட்டளை நிறுவனர் செல்வகுமார் உள்பட பலர் கலந்து கொண்டனர்.

இலவச சித்த மருத்துவ முகாம்

திருக்கழுக்குன்றம், ஜன.11: தேசிய சித்த மருத்துவ தினத்தை முன்னிட்டு திருக்கழுக்குன்றம் சித்தா மருத்துவ பிரிவு மற்றும் பையனூர் ஆறுபடைவீடு பொறியியல் கல்லூரி, ரோட்டரி கிளப் ஆகியவை சார்பில் சித்தா மருத்துவ முகாம் திருக்கழுக்குன்றம் அரசு மருத்துவமனை வளாகத்தில் நடந்தது. சித்த மருத்துவ மாவட்ட அலுவலர் அய்யாசாமி தலைமை தாங்கினார். திருக்கழுக்குன்றம் உதவி சித்த பிரிவு மருத்துவ அலுவலர் அனுராதா முன்னிலை வகித்தார்.

அகஸ்திய கிருபா அன்புசெழியன் மற்றும் திருக்கழுக்குன்றம் மருத்துவமனை தலைமை மருத்துவர் ஜோன் பெலிசிட்டா ஆகியோர் முகாமை துவக்கி வைத்தனர். முகாமின்போது, சித்த வைத்தியத்தின் பயன்கள் மற்றும் மூலிகை வகைகளில் எந்தெந்த மூலிகை என்னென்ன பயன்களை கொடுக்கும் என்பது குறித்து விளக்கம் அளிக்கப்பட்டது. இதில், ஆறுபடைவீடு பொறியியல் கல்லூரி துணை முதல்வர் சங்கீதா, கல்லூரியின் நாட்டு நலப்பணி திட்ட அலுவலர் சுரேந்திரபாபு, திருக்கழுக்குன்றம் ரோட்டரி கிளப் தலைவர் பாலசுந்தரம், சமூகசேவகர் ஆர்.டி.மணி, ரெயின்போ செல்வக்குமார் மற்றும் பள்ளி மாணவ-மாணவிகள் உட்பட 200க்கும் மேற்பட்டோர் கலந்து கொண்டனர்.

தேசிய சித்தர் தின விழா

திருக்கழுக்குன்றம், ஜன. 10— அகத்திய முனிவரின் பிறந்த நாள், ஐந்து ஆண்டுகளாக, தேசிய சித்தர் தினமாகக் கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. இந்நாளான நேற்று, ஆறாம் ஆண்டு சித்தர் தினம் கொண்டாடப்பட்டது.

இதை முன்னிட்டு, திருக்கழுக்குன்றம் அரசு மருத்துவமனை, சித்த மருத்துவ பிரிவில், விநாயகா மிஷன்ஸ் ஆறுபடை தொழில்நுட்பக் கல்லூரி, ரோட்டரி சங்கம் ஆகியவை இணைந்து, விழா கொண்டாடப்பட்டது.

அகத்தியர் சிலைக்கு சிறப்பு வழிபாடு நடத்தியதைத் தொடர்ந்து, இருளர் பழங்குடி பெண்கள் நல சங்கத்தினரின் மூலிகைக் கண்காட்சி, ஒருங்கிணைந்த குழந்தைகள் திட்டப் பிரிவினரின் ஊட்டச்சத்து உணவு, சிறுதானிய கண்காட்சி ஆகியவை நடத்தப்பட்டன.

மாவட்ட சித்த மருத்துவ அலுவலர் அய்யாசாமி, அகத்தியரின் பாரம்பரிய சித்த மருத்துவம், நாம் பயன்படுத்த வேண்டிய அவசியம் குறித்து விளக்கி, விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தினார்.

மருத்துவ அலுவலர் ஜோன் பிரிசிட்டா, உதவி சித்த மருத்துவர் அனுராதா உள்ளிட்டோர் பங்கேற்றனர்.