AUSHADH DAANAM

Ayurvedic Evam Prakratik Chikitsa Kendra

As part of our welfare efforts, Aushadh Daanam works independently in providing medical care through Ayurveda & Naturopathy at our Sunpura, Noida (Uttar Pradesh), BHARAT at our several centre.

पंचकर्म यौगिक षट्कर्म चिकित्सा

FOR RESERVATION AND INFORMATION:

+91- 9871122601

aushadhdaanamkendra@gmail.com

Sunpura, Greater Noida West, G.B. Nagar, U.P. BHARAT

Shahada,Maharashtra,BHARAT

औषध दानम्

आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र

www.aushadhdaanamkendra.in

AUSHADH DAANAM
AYURVEDIC & PRAKRITIK CHIKITSA KENDRA
औषध दानम

औषध दानम् आयुर्वेदिक
एवं प्राकृतिक चिकित्सा
केंद्र

+91-9871122601, 9411983935

साध्य-असाध्य रोगों का प्राकृतिक उपचार

सर्वाइकल (Cervical)

साइटिका (Sciatica)

कमर दर्द (Back Pain)

पीलिया (Jaundice)

घुटनों का दर्द (Knee Pain)

माईग्रेन (Migraine)

किडनी रोग (Kidney disease)

कब्ज (Constipation)

डायबिटीज (Diabetes)

पेट रोग (Stomach Disease)

ब्लड प्रेशर (Blood pressure)

मोटापा (Over weigh)t

थाइरोइड (Thyroid)

जुकाम-खांसी (Cough cold)

बवासीर (Piles)

दमा (अस्थमा) Asthma

त्वचा रोग (Skin disease)

गैस (Acidity)

योगासन द्वारा चिकित्सा

शुल्क-नि:शुल्क

समय-एक घंटा

पदमासान (Padmasana)

अनुलोम-विलोम(Anulom-Vilom)

गोमुखासन (Gomukhasana)

वज्रासान (Vajrasana)

शशांकासन (Shashankasana)

ताड़ासन (Tadasana)

त्रिकोणासन (Trikonasana)

वृक्षासन (Tree pose)

नटराजासन (Natarajasana)

उत्तानपादासन (Uttanpadasana)

भुजंगासन (Bhujangasana)

धनुरासन (Dhanurasana)

मकरासन (Makarasana)

सेतुबंधासन (Setubandhasana)

सर्वांगासन(Sarvangasan)

आहार चिकित्सा एवं जीवन शैली परिवर्तन

(Life style and Food Therapy)

क्या न करें-क्या न खाएं

- मांस,अंडा,मछली,शहद न खाएं|
- शराब,सिगरेट, पान मसाला, गुटखा, तम्बाकू का सेवन ना करें|
- दूध तथा दूध से बने पदार्थ जैसे चाय, कॉफ़ी, खोया, पनीर,मिठाई, मक्खन, केक,पेस्ट्री आदि का सेवन ना करें |
- रिफाइंड तेल से बने तले भुने बाहर के खाद्य पदार्थ न खाएं |
- सफ़ेद चीनी प्रयुक्त खाद्य पदार्थ न खाएं (गुड़, गन्ने का जूस, पाम का गुड़, देशी खांड जैविक खजूर, नारियल का गुड़ प्रयोग कर सकते हैं |)
- समुद्री नमक न खाएं, सेंधा नमक (रॉक साल्ट) का प्रयोग करें |
- रात्रि में भोजन न करें | (यदि अति आवश्यक हो तो पानी, फल ले सकते हैं) |
- चाँदी के वर्क लगी मिठाई इत्यादि न खाएं |

क्या करें-क्या खाएं

- योग, आसन, प्राणायाम एवं ध्यान प्रतिदिन करें |
- मोबाईल का प्रयोग कम से कम करें तथा टी.वी. कम देखें |
- नींद पूरी लें | (कम से कम 6 घन्टे रात्रि में)
- यूरिया,पेस्टिसाइड,जी.एम.ओ. से बने फल सब्जी, अनाज इत्यादि के स्थान पर यथा संभव जैविक (आर्गेनिक) पदार्थों का ही प्रयोग करें
- मानसिक तनाव से बचें |
- नजदीक स्थान पर जाने के लिए वाहन के स्थान पर साईकिल का प्रयोग करें अथवा पैदल चलें|

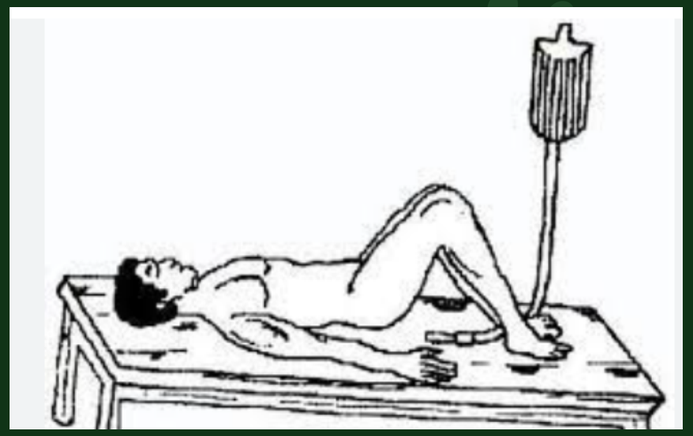
आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा	समयावधि	शुल्क
वस्तिक्रिया (एनिमा)	30मिनट	500रुपये
पोटली मसाज	30मिनट	500रुपये
जल नेती	30मिनट	500 रुपये
सूत्र नेती	30मिनट	500रुपये
कुंजल क्रिया	30मिनट	500 रुपये
नाभि वस्ती	30मिनट	300 रुपये
सम्पूर्ण चादर लपेट	30मिनट	500 रुपये
गर्म पादप स्नान	30मिनट	300 रुपये
भाप स्नान (स्टीम बाथ)	30मिनट	500 रुपये
कटी स्नान	30मिनट	300 रुपये
जानू वस्ति (घुटना दर्द)	30मिनट	1500रुपये
शिरोधारा	30मिनट	1500रुपये
सर दर्द मसाज	30मिनट	500रुपये
मिट्टीचिकित्सा (मडथेरेपी)	30मिनट	300रूपए

औषध दानम् आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र

OUR SERVICE

वस्तिक्रिया (एनिमा)

बस्ती क्रिया एक प्राचीन आयुर्वेदिक तकनीक है, जिसमें गुदा के माध्यम से उष्ण पानी या आयुर्वेदिक तेल अंतर्गत औषधि या द्रव्य का उपयोग करके शरीर की विभिन्न रोगों से छुटकारा प्राप्त किया जाता है। यह आन्त्र रोगों और विषाक्तता के उपचार में अहम रूप से उपयोगी है।



समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
500 रुपये

Self-care is not selfish
and The Best Gift to Yourself
is A Little Attention and Love

Spa and Massage are not a luxury. They surprisingly have had positive effects on every medical condition we've looked at. Indeed, they bring about healthier and happier lives.

We help you to ease your muscles, recharge your body's essential energies, and calm your mind.

पोटली मसाज

एक प्राचीन और प्रभावशाली आयुर्वेदिक चिकित्सा विधि। इसमें खास चम्मचों में भरी हुई जड़ी बूटियों और ताजे पौधों की पोटलियां इस्तेमाल की जाती हैं। इस चिकित्सा विधि से शरीर के दर्द और स्नायु के रोग दूर होते हैं, और शरीर को नई ऊर्जा मिलती है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
500 रुपये

औषध दानम् आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र

जल नेती

जल नेती, सदियों पुरानी आयुर्वेदिक विधि है, जिसमें सलाइन पानी से नाक की नालियाँ धोने का काम किया जाता है, जिससे बलगम और कचरा बाहर कर साइनस की सेहत सुधारती है और सांस लेने में आसानी होती है। जल नेती एलर्जी और जमावड़ को दूर करने में मदद करती है, जिससे व्यक्ति को ताजगी का अनुभव होता है और श्वासांतरित्व में सुधार होता है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
500 रुपये

सूत्र नेती

सूत्र नेती एक प्राचीन योगिक तकनीक है, जिसमें रस्सी द्वारा नाक की सभी गंदगी साफ की जाती है। यह विशेष रूप से श्वासनली और मस्तिष्क के लिए लाभदायक है, साथ ही मानसिक चिंताओं को भी कम करता है। ध्यान में एकाग्रता को बढ़ाने का भी यह प्रभावी तरीका है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
500 रुपये

कुंजल क्रिया

कुंजल क्रिया एक आयुर्वेदिक तकनीक है, जिसमें गर्म पानी पीने के बाद उसे उल्टा करके पेट से गंदगी साफ की जाती है। यह पाचन तंत्र को स्वच्छ रखता है, आमाशय विषाक्तता दूर करता है और शरीरिक स्वास्थ्य को सुधारता है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
500 रुपये

औषध दानम् आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र

सर् दर्द मसाज

सर् दर्द मसाज एक आयुर्वेदिक विधि है, जिसमें मानसिक दबाव, तनाव, अनिद्रा और अनियमित आहार के कारण सिरदर्द होता है। यह रोग विशेष रूप से आधुनिक जीवनशैली के लोगों में आम हो गया है। समय पर आयुर्वेदिक उपचार लाभप्रद साबित होता है।

समयावधि:

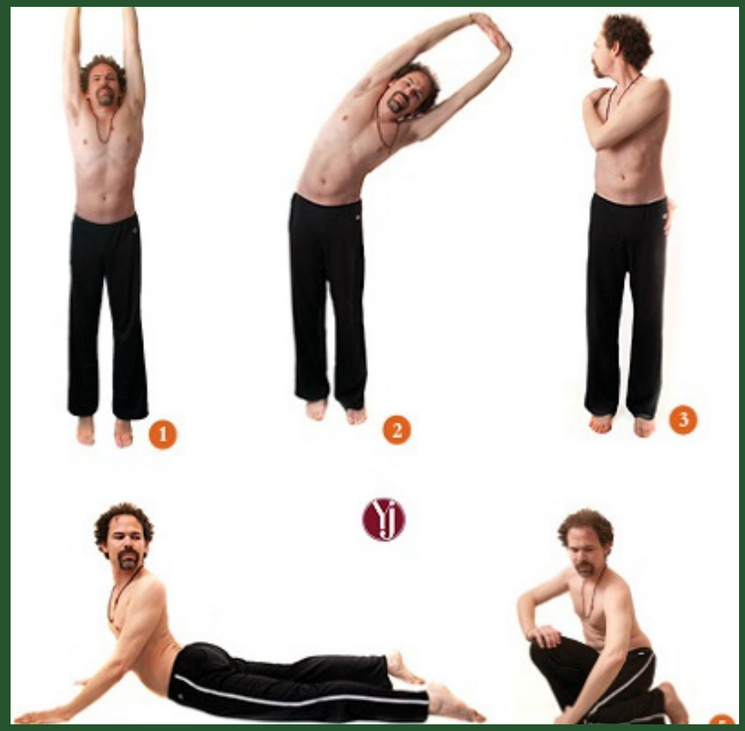
30 मिनट

शुल्क

500 रुपये

शंख प्रक्षालन

प्रक्षालन का अर्थ होता है धोना या सफाई करना। अर्थात वह क्रिया जिसमें आंतों की सफाई की जाती है अथवा धोया जाता है शंख प्रक्षालन क्रिया कहलाती हैं। शंख प्रक्षालन को वारिसार क्रिया भी कहा जाता है। इसके अभ्यास से शरीर विषैले पदार्थों कीटाणुओं आदि से मुक्त हो जाता है।



समयावधि:

30 मिनट

शुल्क

500 रुपये

मिट्टीचिकित्सा (मडथेरेपी)

प्राकृतिक रूप से चिकित्सा करने का अद्भुत तरीका। मिट्टी के गुणों से भरपूर, यह चिकित्सा शरीर को शुद्ध करती है और रोगों से निजात दिलाती है। मिट्टी के प्राकृतिक तत्व त्वचा को स्वस्थ बनाकर आत्मा को ताजगी देते हैं। यह आयुर्वेदिक तरीका शांति और सुख का स्रोत है।

समयावधि:

30 मिनट

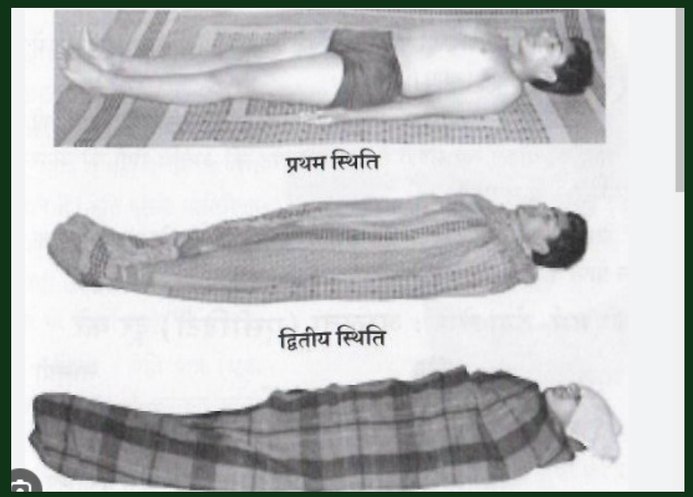
शुल्क

300 रुपये

औषध दानम् आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र

संपूर्ण चादर लपेट

इसमें गर्म व ठन्डे पानी में भिगोई गई साधारण चादर को पूरे शरीर पर लपेटकर इस्तेमाल किया जाता है। यह चिकित्सा विधि शरीर के दर्द को कम करती है, तनाव को दूर करती है और सामान्य स्वास्थ्य को सुधारती है।



समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
500 रुपये

शिरोधारा

एक आयुर्वेदिक चिकित्सा प्रक्रिया, जिसमें गरम तेल या तक्रिया सिर पर धारा बहाई जाती है। इस चिकित्सा विधि से मस्तिष्क शांत होता है, तनाव कम होता है, नींद मधुर आती है और मानसिक चिंताएं दूर होती हैं। यह शरीर एवं मन के लिए आरामदायक एवं उपयुक्त है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
1500 रुपये

नाभि वस्ती

एक प्राचीन आयुर्वेदिक चिकित्सा विधि, जिसमें नाभि क्षेत्र में गर्म तेल का धाराप्रवाह लगाकर इलाज किया जाता है। यह विधि शारीरिक, मानसिक, और आत्मिक स्वास्थ्य को सुधारने में सहायक होती है। इससे पाचन तंत्र सुधरता है और विभिन्न रोगों का निदान और उपचार होता है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
300 रुपये

औषध दानम् आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र

जानु वस्ति (घुटना दर्द)

आयुर्वेदिक चिकित्सा में एक प्रमुख उपचार पद्धति। इसमें जानु (घुटने) क्षेत्र में गर्म तेल के साथ एक विशेष धारावाहिक लगाकर उपचार किया जाता है। यह रोगी को घुटने के दर्द, सूजन और संबंधित समस्याओं से राहत प्रदान करता है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
1500 रुपये

कटि वस्ति

आयुर्वेदिक चिकित्सा में एक महत्वपूर्ण उपचार पद्धति। इसमें कमर (कटि) क्षेत्र में गरम तेल के साथ एक विशेष धारावाहिक लगाकर उपचार किया जाता है। यह रोगी को कमर और पीठ के दर्द, संबंधित समस्याओं से राहत प्रदान करता है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
1500 रुपये

गर्म पादप स्नान

एक प्राचीन आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति, जिसमें गर्म पानी द्वारा पैरों का स्नान किया जाता है। यह स्नान घुटनों के दर्द व मांसपेशियों को शक्ति प्रदान करता है, त्वचा को स्वच्छ और चमकदार बनाता है और शरीर के दर्द को कम करता है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
300 रुपये

औषध दानम् आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र

कटी स्नान

एक प्राचीन और आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति, जिसमें गर्म जल से कमर क्षेत्र का स्नान किया जाता है। यह स्नान कमर के दर्द, सूजन, मांसपेशियों की कमजोरी से संबंधित समस्याओं को दूर करता है और शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को सुधारता है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
300 रुपये

भाप स्नान (स्टीम बाथ)

स्वास्थ्य और आत्म सांत्वना के लिए एक प्राकृतिक चिकित्सा विधि। इसमें गर्म धुंआदार पानी या उष्ण वायु से निकलने वाला भाप व्यक्ति के शरीर को स्नान करता है। यह मस्तिष्क को ताजगी देता है, स्वस्थ रक्त संचार को सुनिश्चित करता है और शरीर के दर्द को कम करता है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
1500 रुपये

एक्यूप्रेशर चिकित्सा

एक प्राचीन चिकित्सा पद्धति है जो विभिन्न स्वास्थ्य समस्याओं के इलाज में प्रयुक्त होती है। इस चिकित्सा में, विशिष्ट बिंदुओं पर दबाव डालकर शरीर की ऊर्जा प्रवाह को संतुलित करने का प्रयास किया जाता है। यह माना जाता है कि इस प्रक्रिया से तनाव कम होता है, रक्तचाप नियंत्रित होता है, और विभिन्न शारीरिक और मानसिक समस्याओं में राहत मिलती है। एक्यूप्रेशर चिकित्सा एक प्राकृतिक रूप से स्वास्थ्य सुधारने का एक साहसिक और प्रभावी तरीका है।

समयावधि:
30 मिनट

शुल्क
300 रुपये

औषध दानम् आयुर्वेदिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा केंद्र