



सत्यमेव जयते



# "आयु संवाद" कोविड - १९ करीता आयुर्वेद

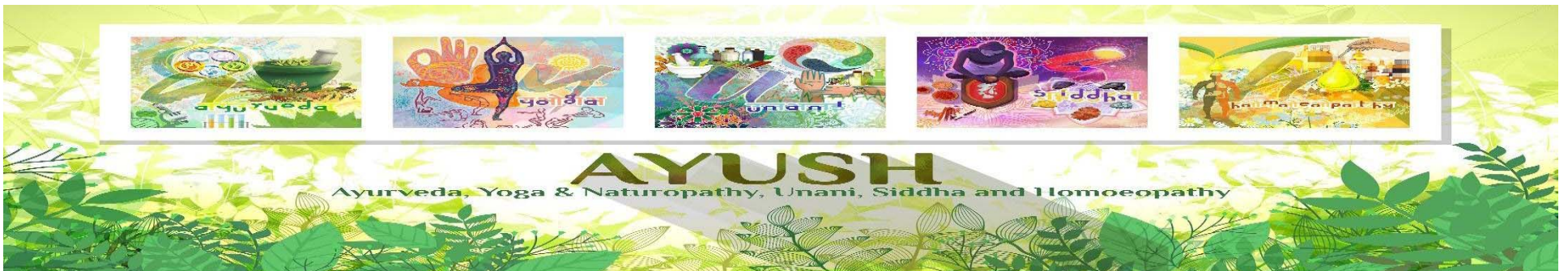
**"माझे आरोग्य माझी जवाबदारी"**

अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान  
आयुष मंत्रालय , नवी दिल्ली अंतर्गत कार्यरत  
स्वायत्त संस्था





एन.ए.बी.एच. मानकीकृत आयुर्वेदीय  
टर्शियरी केअर आरोग्यसेवा रुग्णालय व  
पदव्युत्तर शिक्षण व प्रशिक्षण संस्थान





# आयुर्वेद म्हणजे काय



आयुर्वेद हा शब्द  
"आयु" - म्हणजे दीर्घायुष्य व  
"वेद" - म्हणजे ज्ञान यापासून बनला आहे

आयुर्वेद  
आरोग्यसंपन्न व सुखी जीवनाची ज्ञान प्रणाली





# आयुर्वेद



मूळ

ROOTED

समाजात



सार्वजनिक आरोग्यात

सर्वांना आरोग्य व स्वास्थ्य प्रदान करण्याचे सामर्थ्य



# आयुर्वेदाचे प्रयोजन



संरक्षण

प्रोत्साहन

देखभाल

आरोग्याचे रक्षण

रोगांची चिकित्सा

आहार

निद्रा

ब्रह्मचर्य

व्यक्तिसापेक्ष सर्वकष दृष्टिकोण



# आयुर्वेदाचे सामर्थ्य / बलस्थान





सत्यमेव जयते  
Ministry of AYUSH

# आयुर्वेदाचे सामर्थ्य / बलस्थान



- आरोग्याची परिपूर्ण व्याख्या
- समाजाद्वारे स्वीकृत
- आरोग्याचे रक्षण व रोगांची चिकित्सा यावर भर
- आहार व जीवनशैलीचे महत्व
- आरोग्याबाबत सर्वकष दृष्टिकोन
- व्यक्तिसापेक्ष दृष्टिकोन
- सार्वभौम दृष्टिकोन
- सार्वजनिक आरोग्य व सुप्रजनन यावर भर
- नैसर्गिक पदार्थांचा वापर
- चिकित्सालयीन सामर्थ्याची अनेक क्षेत्रे
- उपचारचा वैशिट्यपूर्ण दृष्टीकोन



प्रतिबंधात्मक  
प्रोत्साहनात्मक  
अनुमानात्मक  
सहभागात्मक  
रोगनिवारक

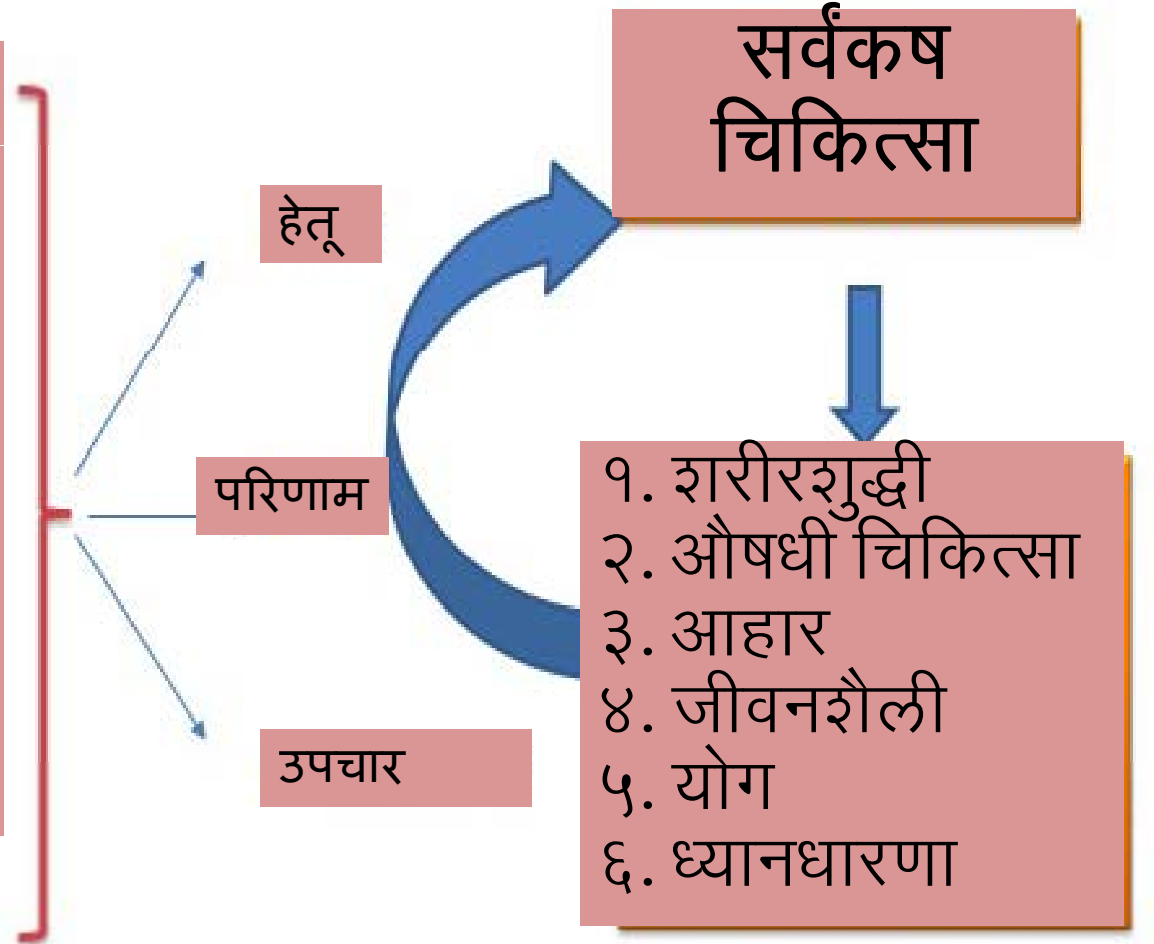


# आयुर्वेद आरोग्यसंपन्न व सुखी जीवनाची ज्ञान प्रणाली



## अष्टांग आयुर्वेद - आठ चिकित्सालयीन शाखा

१. काय चिकित्सा
२. बालरोग चिकित्सा/ कौमारभृत्य
३. मानस रोग चिकित्सा/ भूतविद्या
४. शालाक्यतंत्र
५. शल्यतंत्र
६. विष चिकित्सा / अगद तंत्र
७. रसायन चिकित्सा
८. वाजीकरण चिकित्सा





# आयुर्वेदात साथीच्या रोगांचे / महामारीचे वर्णन



## जनपदोर्ध्वंस रोग (चरक संहिता)

संपूर्ण समाज प्रभावित होतो



## औपसर्गिक रोग (सुश्रुत संहिता)

प्रसंगात गात्रसंस्पर्शात् निःश्वासात् सहभोजनात् ।  
सहशय्यासनात् चापि वस्त्रमाल्यानुलेपनात् ..... ॥





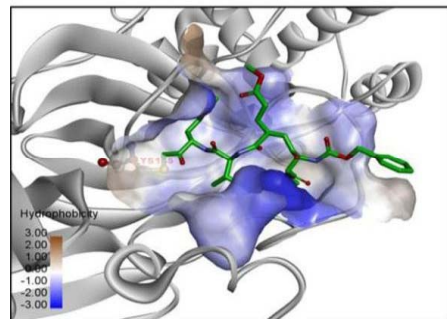
# आयुर्वेदात अनुक्त व्याधी



विकारनामा अकुशलो न जिहरियात कदाचन ।  
न हि सर्वविकाराणाम नामतो अस्ति ध्रुवा स्थितिः ॥

– आचार्य चरक

डेंग्यू, चिकनगुन्या, झिका वायरस, सार्स, कोविड ई.  
हे नवीन शोध लागलेले वायरस जन्य रोग आहेत



## Stades

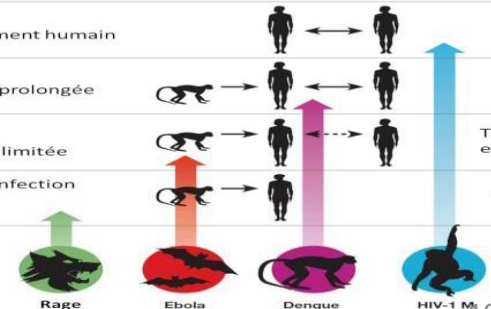
Stade 5  
Exclusivement humain

Stade 4  
Epidémie prolongée

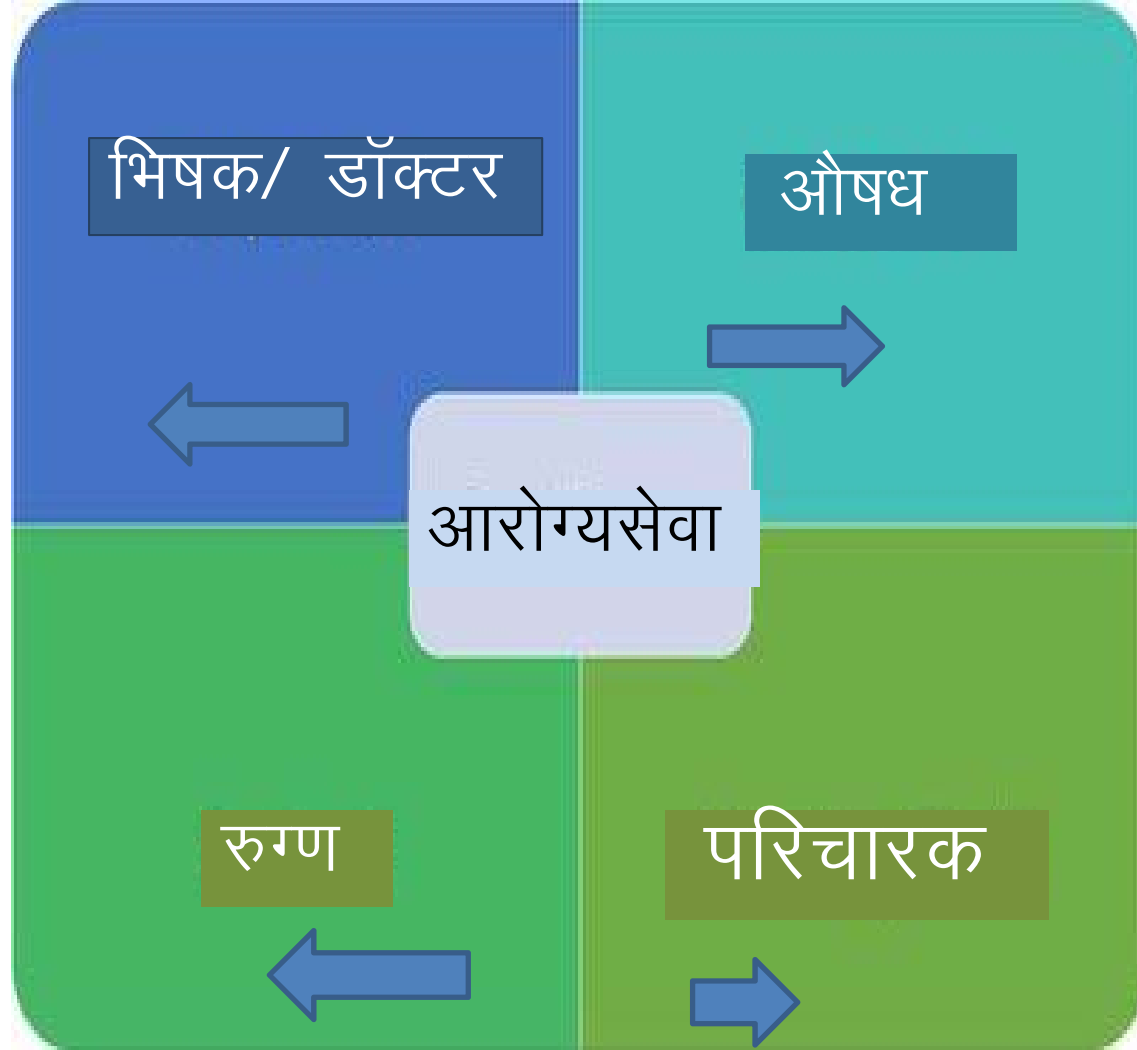
Stade 3  
Epidémie limitée

Stade 2, infection  
primaire

Stade 1



# आरोग्यसेवा व्यवस्थापनेचे चतुर्विध घटक ( चिकित्सा चतुष्पाद )



“माझे आरोग्य माझी स्वतःची जवाबदारी आहे”



## कोविड -१९



कोरोना वायरसेस हा एक वायरसेस चा मोठा कुटुंब समूह असून त्यांच्यामुळे सर्दी पासून अधिक गंभीर स्वरूपाचे असे विविध रोग होतात. जागतिक आरोग्य संघटनेने कोविड - १९ ला जागतिक महामारी म्हणून घोषित केले आहे.

### उद्ध्वन कालावधी

- २-१४ दिवस ( लक्षणे उद्ध्वण्याचा सरासरी काळ ५-७ दिवस )
- अचानकपणे अल्प ते मध्यम स्वरूपाच्या सततच्या तापाची सुरुवात

### रुग्ण संवेद्य लक्षणे

- खोकला, श्वास घेण्यास त्रास
- ताप, मांसपेशी दुखणे
- डोके दुखणे , घसा खवखवणे, वास न येणे , चव न समजणे
- जुलाब , पोट दुखणे व नाक वाहणे

### तपासणी दरम्यानची लक्षणे

- तीव्र श्वासगती , ऑक्सिजन सॅच्युरेशन कमी होणे, अनेक अवयव निकामी होणे



## कोविड -१९ उपचाराचे सिद्धांत



वायरसला शरीर  
कोशिकांमध्ये  
प्रवेशित न होऊ  
देणे

कोशिकांमध्ये प्रवेशित  
झाल्यास त्याचे  
रेप्लिकेशन थांबवणे

आपल्या शरीरास  
होणारी  
हानी कमी करणे



आयुर्वेदीय  
प्रतिबंधात्मक  
उपाय



लाक्षणिक  
आयुर्वेदिक  
चिकित्सा



रसायनाद्वारे  
पुनः स्थापना

# PROPHYLATIC MEASURES



## Ayurvedic Immunity Promoting Measures

- 

Take Chyavanprash 10gm (1tsf) in the morning. Diabetics should take sugar free Chyavanprash.
- 

Drink herbal tea / decoction (Kadha) made from Tulsi (Basil), Dalchini (Cinnamon), Kalimirch (Black pepper), Shunthi (Dry Ginger) and Munakka (Raisin) - once or twice a day. Add jaggery (natural sugar) and / or fresh lemon juice to your taste, if needed.
- 

Golden Milk- Half tea spoon Haldi (turmeric) powder in 150 ml hot milk - once or twice a day.





## General Measures

- 

Drink warm water throughout the day.
- 

Daily practice of Yogasana, Pranayama and meditation for at least 30 minutes as advised by Ministry of AYUSH
- 

Spices like Haldi (Turmeric), Jeera (Cumin), Dhaniya (Coriander) and Lahsun (Garlic) are recommended in cooking.





## ENHANCE YOUR IMMUNITY WITH AYUSH KWATH

Formulation comprises of 4 medicinal herbs

GOVERNMENT OF INDIA

			
Tulsi Leaves 4 parts	Dalchini 2 parts	Shunthi 2 parts	Krishna Marich 1 part

Everything is B.P.I.

	
PREPARATION	USE

- 

Take all the ingredients in dry form & make coarse powder
- 

Consume like tea by dissolving in 150 ml of boiled water, once or twice daily
- 

Make sachets or tea bags of 3 grams or 500 mg tablet of aqueous extract of the powder
- 

Add Jaggery/Raisins/Lemon juice for taste





# कोविड-१९ दरम्यान मानसिक स्वास्थ्यसाठी योगाभ्यास



- सूक्ष्म व्यायाम (पूर्वतयारी) सर्व सांध्यांसाठी शिथिलकरणात्मक व्यायाम
- बैठी आसने
- उत्तान शयन स्थितीतील योगासने
- पोटावर झोपलेल्याय स्थितीतील योगासने
- विश्रांतीच्या स्थिती - शवासन , मकरासन
- प्राणायाम - दीर्घ श्वसन
- ध्यान : १० मिनिटे



# कोविड -१९ दरम्यान स्वसुरक्षेसाठी आयुर्वेदीय रोग प्रतिकार शक्ती वर्धक उपाय.



नस्य



आयुष क्वाथ



गंडूष/ गुळण्या



सुवर्ण दुग्ध



वाफ घेणे



योग







## सामान्य उपाय

### गरम पाणी प्यावे



श्वसन संस्थेच्या रोगांत थंड पाण्यापेक्षा गरम पाणी पिणे  
हितकारक आहे

REFERENCE - Saketkhoo K, Januszkiewicz A, Sackner MA. Effects of drinking hot water, cold water, and chicken soup on nasal mucus velocity and nasal airflow resistance. Chest. 1978 Oct;74(4):408-10. doi: 10.1378/chest.74.4.408. PMID: 359266.



## मसाले



अन्न शिजवताना हळद, जीरे , धणे व लसूण यासारखे मसाले वापरावेत



स्वयंपाकघर हि प्राथमिक औषधी निर्माण शाळा आहे, मसाले हे सर्वोत्तम औषधे आहेत, ते दैनंदिन स्वयंपाकात योग्य दर्जाचे व योग्य प्रमाणात वापरल्यास रोग प्रतिबंधासाठी औषधांप्रमाणे कार्य करतात.



# च्यवनप्राश



कोशिका स्तरावर डेंडरायटीक कोशिका, मॅक्रोफाजेस , नॅचरल किलर सेल्स ई .  
रोगप्रतिकार शक्तीशी निगडित कोशिकांना संप्रेरित करण्याचे महत्वाचे कार्याचे  
माध्यमाने , च्यवनप्राशाचा रोगप्रतिबंधक गुणधर्म सिद्ध झाला आहे.



आवळा हा नित्य सेवन केल्यास तो रोगप्रतिकारशक्ती वाढीस खूप फायदेशीर  
आहे व तो सर्दी खोकला प्रतिबंधास पण मदत करतो



# आयुष क्वाथ



तुलसी ( ऑसिमम सेन्क्टम)



मनुका (वायटीस वायनिफेरा)



दालचिनी  
(सिन्नामोमम वेरम)



काळी मिरी  
(पायपर नायग्रम)



शुंठी  
(झिनझिबेर ऑफिसिनेल)





## आयुष क्वाथ



तुलसी ( ऑसिमम सेन्क्टम ), मनुका ( वायटीस वायनिफेरा ), दालचिनी ( सिन्नामोमम वेरम ) काळी मिरी ( पायपर नायग्रम), शूठी ( झिनझिबेर ऑफिसिनेल) हे आयुष क्वाथाचे (चहा) घटक आहेत , या काढ्याचे नित्य सेवन हे सर्दी, खोकला व ताप यात फायदेशीर आहे .

- ❖ चवीप्रमाणे लिंबू किंवा गूळ मिसाळता येतो
- ❖ आयुष काढा दिवसातून १-२ वेळा प्यावा .
- ❖ ज्या व्यक्तींना अमल्पित्त / ऍसिडिटी विकाराचा त्रास आहे , त्यांनी आयुष क्वाथाचे सेवन करण्यापूर्वी वैद्याचा सल्ला घ्यावा.

३ ग्रॅम / १ छोटा चमचा आयुष काढा चूर्ण हे १५० मिली पाण्यात मिसळावे.

- ❖ त्याला उकळू द्यावे, तदनंतर गॅस बंद करावा.
- ❖ ते भांडे झाकणीने झाकावे व २-३ मिनिटे ठेवावे.
- ❖ काढा गाळावा व कोमट असताना प्यावा .





## सुवर्ण दुग्ध / हळदीयुक्त दूध



१५० मिली गरम दुधात अर्धा चमचा हळद मिसळून  
दिवसातून एकदा किंवा दोनदा सेवन करावे



+



=



हळद हि रोगप्रतिकारशक्ती वाढीसाठी व  
रोग प्रतिबंधासाठी अतिशय उपयुक्त आहे.



# NASYA



नस्य - प्रतिदिन सकाळ सायंकाळ दोन्ही नाकपुड्यांमध्ये तीळ तैल/ खोबरेल तेल किंवा तूप याचे २ थेंब लावावे (प्रतिमर्श नस्य)



याचा प्रतिदिन प्रयोग, विशेषतया घरातून निघण्यापूर्वी व झोपण्यापूर्वी करावा

बोटावर अणू तेलाचे १-२ थेंब घ्यावेत व ते दोन्ही नाकपुड्यांमध्ये टाकावेत

अणू तेल हे नाकपुड्यांमध्ये आगन्तु पदार्थ व सूक्ष्म जंतू यांचेकरिता भौतिक व नैसर्गिक अडथळ्याचे काम करते.

नियमित वापर केल्यास ते वायरसच्या प्रवेशाविरुद्ध व पुनर्जननाविरुद्ध बायोमास्क प्रमाणे प्रतिबंधक स्तर म्हणून कार्य करू शकते



# वाफ घेणे



## वाफ घेणे

ताजी पुदिन्याची पाने किंवा ओवा हे पाण्यासोबत दिवसातून एकदा वापरावे. याचा प्रयोग विशेषतया कोरडा खोकला / घसा खवखवणे यात करावा.

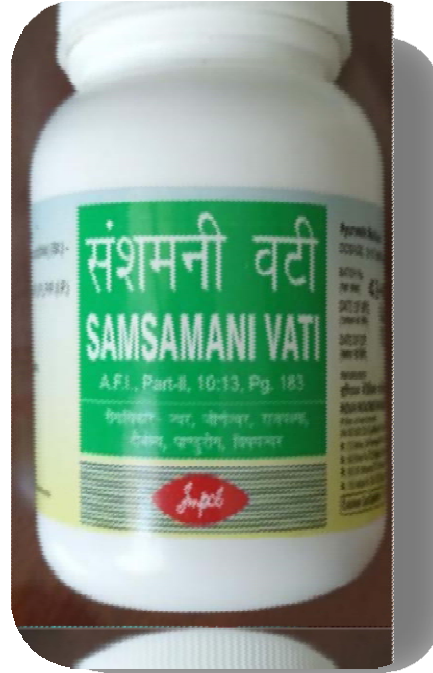




# संशमनी वाटी



## तापा करीता



❖ दोन गोळ्या दिवसातून दोन वेळा ( सकाळ व संध्याकाळ) कोमट पाण्यासोबत

□ यातील प्रमुख घटक आहे गुडुची/गुळवेल (टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया) व याचा नित्य वापर हा रोगप्रतिकारशक्ती वाढीसाठी हितकर आहे व संक्रामक रोगांच्या उद्भवनास प्रतिबंध करतो.



# आहार



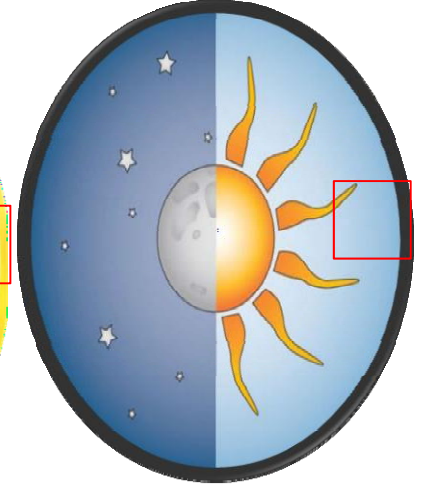
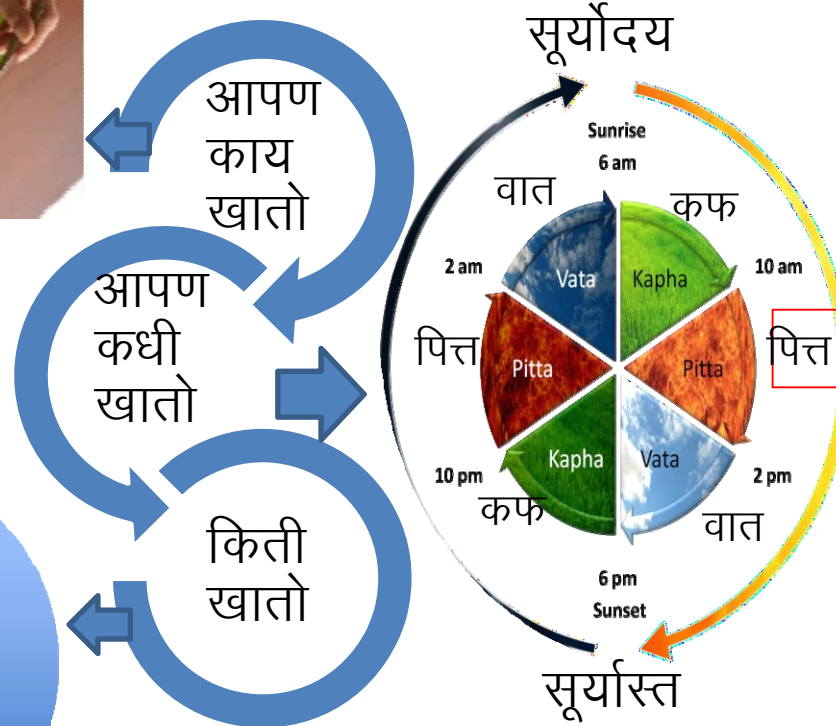
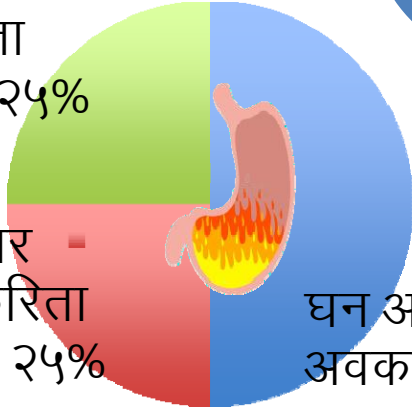
षड्रसांनी  
युक्त  
परिपूर्ण  
आहार



वायुकरिता  
अवकाश २५%

द्रव आहार -  
पदार्थाकरिता  
अवकाश २५%

घन आहार पदार्थाकरिता  
अवकाश ५०%



आपण  
काय  
खातो

आपण  
कधी  
खातो

किती  
खातो



# कोविड -१९ उपचारातील आहार नियम

- जेवणाचे १५-२० मिनिटांपूर्वी भूक वाढीसाठी चिमूट भर सेंधव मिठासह आल्याचा तुकडा चघळावा .
- हलका सुपाच्य आहार घ्यावा जसे :
- मूग डाळीचे किंवा तूर डाळीचे कढण /सूप
- भाज्यांचे सूप , मांसाचे सूप.
- तांदूळ व मूग डाळीची खिचडी.
- गाईच्या तुपासोबत फुलका.
- दुधी भोपळा, दोडके, भिंडी, चक्की /लाल भोपळ्याचा प्रकार
- जिरे, काळी मिरी, लसूण, धणे , आले, ओवा यांसारखे मसाले वापरावेत.
- भूक वाढल्यावर नेहमीप्रमाणे व भुकेनुसार प्रमाणात भोजन सेवन करावे



# कोविड -१९ उपचारातील जीवनशैलीतील बदल

१. सकाळी लवकर , साधारण ५ ते ५:३० वाजता उठावे .
२. उषःपान - तांब्याच्या भांड्यात साठवलेले १०० मिली ते ६४० मिली गरम पाणी प्यावे.
३. मल मूत्र विसर्जन करावे.
४. मुख व तोंड धुवावे.
५. कषाय /तुरट रसाच्या दन्त मंजन पेस्ट/पावडरने दात घासावेत, जीभ साफ करावी.
६. हळद व मीठ मिसळलेल्या गरम पाण्याने वारंवार गुळण्या कराव्या.
७. गरम पाण्याने मुख धुवावे.
८. प्रत्येक नाकपुडीत २ थेम्ब अणू तेल टाकावे.
९. प्रायः आठवड्यातून एकदा संपूर्ण अंगाला व प्रतिदिन कमीतकमी डोके, कान , पाय व पायाच्या तळव्यांना तेलाने मालिश करावी.
१०. हलका शारीरिक व्यायाम करावा .

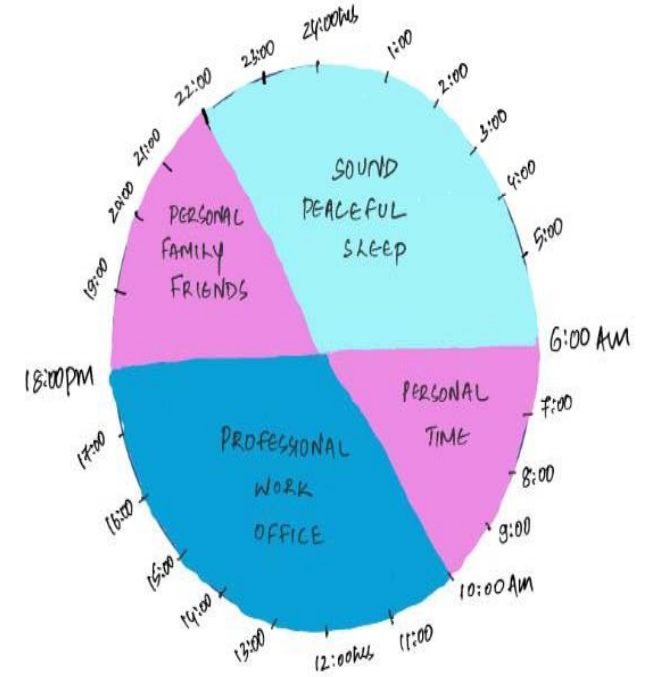


# दीर्घायु - एक जीवन पद्धती “ माझे आरोग्य माझी जवाबदारी ”



$$८ * ३ = २४$$

- ◆ भोजन, पोषण
- ◆ व्यायाम
- ◆ अभ्यंग/मालिश
- ◆ योग, ध्यान
- ◆ कामकाज व जीवनाचा सम
- ◆ मनाची प्रसन्नता
- ◆ पर्याप्त विश्रांती- झोप
- ◆ ऋतूनुसार पंचकर्म (शोधन उपचार)
- ◆ पुनरुज्जीवित करणाऱ्या औषधी





## वारंवार विचारण्यात येणारे प्रश्न

- कोविड -१९ च्या प्रतिबंधासाठी व उपचारासाठी काही पारंपरिक औषधे किंवा उपचारपद्धती आहेत का ?
- कोविड -१९ उपचारासाठी आयुर्वेद व योग यावर आधारित नॅशनल क्लिनिकल मॅनेजमेंट प्रोटोकॉल कोणी तयार केला आहे ?
- या प्रोटोकॉल मध्ये समाविष्ट औषधींना निवडण्यामागे काही वैज्ञानिक कारणमीमांसा आहे का ?
- आयुर्वेद मध्ये इम्युनिटी/ रोग प्रतिकारशक्ती म्हणजे काय ?
- सुचविण्यात आलेली औषधे निरपायकारक आहेत ना ?
- आयुष काढा प्रतिदिन घेणे यकृतास हानिकारक आहे का?
- प्रोटोकॉल मध्ये वर्णित औषधी रोग प्रतिकारशक्ती वर्धक आहेत ना ?

13<sup>th</sup> September, 2020

Government of India  
Ministry of Health & Family Welfare  
Directorate General of Health Services  
(EMR Division)

Post COVID management protocol

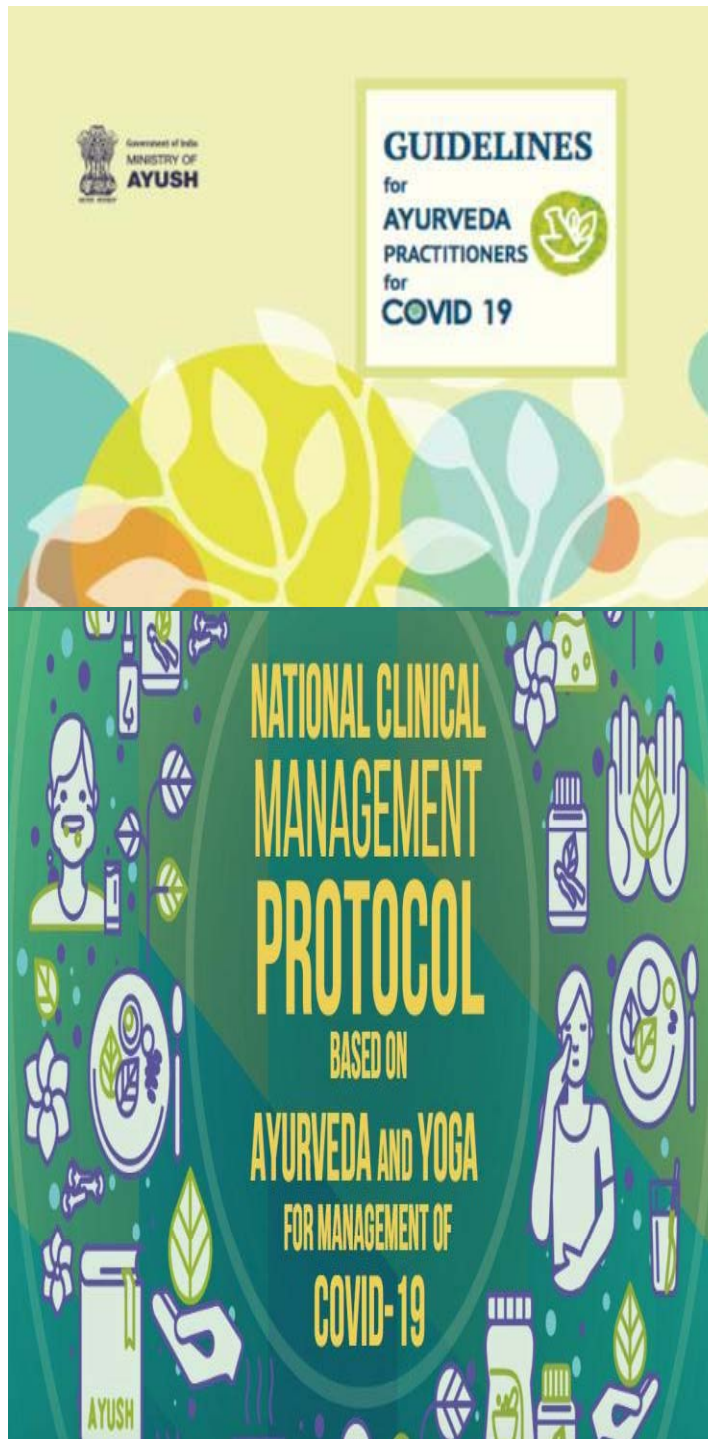
### Annexure I

Immunity promoting AYUSH medicine (to be prescribed only by practitioners permitted under law for prescribing the medicine/therapy under specific stream)

Ayush Kwath (150 ml; 1 cup) daily, Samshamani vati twice a day 500 mg (1 gm per day) or Giloy powder 1 -3 grams with luke warm water for 15 days, Ashwagandha 500 mg twice a day (1 gm per day) or Ashwagandha powder 1-3 grams twice daily for 15 days and Amla fruit one daily/Amla powder 1-3 grams once daily.

- Mulethi powder (in case of dry cough) 1- 3 gram with luke warm water twice daily
- Warm Milk with ½ teaspoonful Haldi in (morning/evening)
- Gargling with turmeric and salt
- Chyawanprash 1 teaspoonful (5 mg) once daily in morning (as per directions from Vaidya)

It is also suggested by the Ministry of AYUSH that the use of **Chyawanprash** in the morning (1 teaspoonful) with luke warm water/milk is highly recommended (under the direction of Registered Ayurveda physician) as in the clinical practice Chyawanprash is believed to be effective in post-recovery period.





# कोविड च्या विविध अवस्थांमधील सर्वकष उपचार दर्शक संक्षिप्त तक्ता



आयुर्वेदिक उपचार	संक्रमणाची अवस्था				तीव्र लक्षणे	उपशय पुनर्वसन
	संक्रमण पूर्व काल	अलाक्षणिक	सौम्य लक्षणे	मध्यम लक्षणे		
	अ. आयुर्वेदिक उपचार					
हळद व मिठ मिश्रित पाण्याने गुळण्या करणे	दिवसातून २ वेळा	दिवसातून ३ वेळा	३-४ वेळा प्रतिदिन		उपचार करू नये , उच्चतर आरोग्य केंद्राकडे रुग्णास पाठवावे	आमलकी गुडूची गोक्षुर ( रसायन चूर्ण )
गुडूची + पिप्पली चूर्ण	दिवसातून २ वेळा			-		
आयुष काढा ( आयुष मार्गदर्शक नियमावलीनुसार)	दिवसातून २ वेळा	दिवसातून २ वेळा	दिवसातून ३ वेळा	-		
संशमनी वाटी	दिवसातून २ वेळा	दिवसातून २ वेळा	दिवसातून ३ वेळा	-		
सुदर्शन घनवटी	-	-	-	दिवसातून ३ वेळा		
अणू तेल (प्रतिमर्श नस्य) (नाकात थेंब टाकणे)	दिवसातून २ वेळा	-	-	-		
तुलसी, पुदिना व ओवा यांनी युक्त वाफ घेणे	दिवसातून २ वेळा	दिवसातून ३ वेळा	३-४ वेळा प्रतिदिन			
बिल्वादि गुटिका	-	-				
व्योषादी वटी	-	-	आवश्यकतेनुसार			





# कोविड पश्चात उपद्रव



हृदय

हृदयाच्या पेशींची हानी , हृदय उपघात

फुफ्फुस

फुफ्फुस उतींची हानी , फुफ्फुस उपघात

मेंदू व मज्जा संस्था

वासाचे ज्ञान न होणे

रक्ताच्या गुठळ्यांमुळे उपद्रवरूप पल्मनरी एम्बोलिज्म (फुफ्फुसातील उपद्रव), हृदय विकाराचा झटका , पक्षाघात आकलन शक्ती कमी होणे ( उदा. स्मृती व एकाग्रता )

मानसिक स्वास्थ्य

चिंता, अवसाद , आघातोत्तर तणावजन्य मानसिक विकार , निद्रा विकार

मांसपेशी, अस्थी, संधी व इतर

मांस पेशी व सांधे दुखणे , थकवा



## कोविड पश्चात उपचार व्यवस्था



- ❖ आयुष काढा- १५० मिली प्रतिदिन
- ❖ संशमनी वाटी- ५०० मिलिग्रॅम दिवसातून २ वेळा
- ❖ अश्वगंधा चूर्ण - १ ते ३ ग्रॅम २ वेळा प्रतिदिन कोमट पाण्यासोबत १५ दिवस घेणे
- ❖ आवळा चूर्ण- १ ते ३ ग्रॅम प्रतिदिन
- ❖ ज्येष्ठमध चूर्ण- १ ते ३ ग्रॅम २ वेळा प्रतिदिन कोमट पाण्यासोबत
- ❖ च्यवनप्राश- १ छोटा चमचा ( ५ ग्रॅम) दिवसातून १ वेळा

( उपरोक्त सर्व औषधी तज्ञ आयुर्वेद वैद्याच्या सल्ल्यानुसार घ्यावीत . )

आरोग्य व कुटुंब कल्याण मंत्रालय , महानिदेशक आरोग्यसेवा , भारत सरकार  
मार्गदशक सूचना दिनांक १३ सप्टेंबर २०२०



## प्रायः विचारले जाणारे प्रश्न ?



- रोग प्रतिकारशक्ती वाढ करण्यात रसायनाचे काय महत्व आहे ?
- सुचविण्यात आलेली औषधे सुरक्षित आहेत ना ?
- कोविड-१९ संबंधित आयुष मध्ये काही संशोधन झाले आहे का ?
- मंत्रालयाने झालेल्या संशोधनाच्या दर्जाबाबत खात्री केली आहे का?
- मार्गदर्शक सूचित गुडुचीचा अंतर्भाव कशाचे आधारे केला आहे ?
- मार्गदर्शक सूचित अश्वगंधाचा अंतर्भाव कशाचे आधारे केला आहे ?
- प्रतिबंधक उपाययोजकांकरिता आयुष मध्ये मोठ्या प्रमाणावर संशोधन झाले आहे का?



## रसायन- रोग प्रतिकार शक्ति वाढविण्याचा मार्ग



गुडूची (टिनोस्पोरा कोरडीफोलिया)



अश्वगन्धा (विठानिया साँम्निफेरा)



हरिद्रा (कुरकुमा लोंगा)



आमलकी (एम्ब्लीका ऑफिसिनॅलिस)



शतावरी (ऐसपरागस रसिमोसस)



द्राक्षा (वायटीस वायनिफेरा)



# आमचे ब्रीद वाक्य - सहानुभूतीपूर्वक आरोग्यसेवा



- अडचणरहित प्रवेश प्रक्रिया
- आय.सी.यु. सह सुसज्ज ४० रुग्णशय्या
- प्रगत आधुनिक नैदानिक तंत्रज्ञान सामग्री उपलब्ध
- सौम्य व मध्यम कोविड-१९ लक्षण युक्त रुग्णांकरिता आयुर्वेदाद्वारे सर्वकष उपचार योजना
- २४ तास समर्पित वैद्यकीय तज्ञ, विशेषज्ञ व परावैद्यकीय कर्मचारी पथक
- एकही मृत्यू ना होता ७०० पेक्षा अधिक रुग्णांवर उपचार



कोविड हेल्थ सेंटर -  
(सी.एच.सी.)-  
ए.आय.आय. ए.



आरोग्य सेवा  
कर्मचारी करिता  
योग

सर्वकष उपचार  
व्यवस्थापन



# धन्यवाद



सत्यमेव जयते

Ministry of AYUSH