

ફૂદીનાના અર્કનો બહોળો ઉપયોગ થાય છે.

મેન્થોલને ગુજરાતીમાં ઇલ્મેટના ફૂલ કહે છે. આ નામ ક્યારે અને કેવી રીતે અસ્તિત્વમાં આવ્યું તેનો કોઈ ઇતિહાસ પ્રાપ્ય નથી. અજમાના ફૂલ જેને થાયમોલ કહે છે તથા કપૂર (કમ્ફર)ને સરખા વજનથી લઈ ભેગા કરવાથી પ્રવાહી બને છે તેને જ અમૃતાંજન કહે છે. દાંતમાં તથા દાઢના દુઃખાવામાં આ પ્રવાહીનું ટીપું મૂકવાથી વેદનામાં રાહત અનુભવાય છે. કોલેરાના ઊલટી તથા ઝાડામાં આના એક-બે ટીપાં પતાસા પર નાખીને આપવાથી રાહત થાય છે.

- નાક બંધ થાય ત્યારે ફૂદીનાનો રસ નાકમાં પાડવાથી શરૂઆતમાં બળતરા બાદ તુરંત નાક ખૂલી જાય છે.
- દાદર પર ફૂદીનાના રસનો લેપ કરવાથી દાદર મટે છે. તેમ છતાં વૈદ્યકીય સલાહ લઈ દવાઓ ગળવી જરૂરી બને છે જેથી દાદરનો ચેપ બીજા અંગો પર ન લાગે.
- શીળસ અથવા તો શીતપિત થતું હોય તેમણે ફૂદીનાના પાનને પાણીમાં વાટી, ગાળી તેમાં સાકર નાખી સવાર-સાંજ પીવું. આ પ્રયોગ ફક્ત ચાર-પાંચ દિવસ માટે જ છે. તે દરમિયાન તમે વૈદ્યકીય સલાહ લઈ શકો.
- ઠંડીને લીધે આવેલા તાવમાં ફૂદીના અને સૂંકનો ઉકાળો પીવાથી રાહત થાય છે.
- માસિક ઓછું આવતું હોય અથવા પીડા સાથે આવે ત્યારે ફૂદીનાના પાનનો ઉકાળો કરી તેમાં ગોળ નાખી ગરમ-ગરમ પીવો.
- બાળક આવી ગયા પછી જે પ્રસૂતા સ્ત્રી હોય છે તેને ઘણી વખત ઝીણો તાવ આવે છે તેવા સમયે ફૂદીનાનો સ્વરસ ૧૦ થી ૨૦ મિ.લી. લેવો.
- સાદા તાવમાં ફૂદીના અને આદુનો કાઢો આપવો જોઈએ. આ પ્રયોગ દવાઓ લેવાની સાથે-સાથે કરવો. ફક્ત ફૂદીનાના ઉકાળા પર રહેવા જતાં ઝાડા થઈને બીજા રોગનો ઉદ્ભવ થશે. દવાઓ એવી લેવી જે બીજા અવયવને નુકશાન ન કરે કે બીજો રોગ પેદા ન કરે.
- પેટના દુઃખાવામાં ફૂદીનાનો રસ ૨૦ મિ.લી. એટલો જ આદુનો રસ અને તેમાં સિંધવ નાખીને લેવાથી રાહત થાય છે.
- ચક્રદત નામના ઋષિ જે આયુર્વેદના માધાંતા હતા તેમણે ફૂદીનાને રોચની વહિનજનની... એટલે કે રૂચિ ઉત્પન્ન કરનાર, અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરનાર (ભૂખ લગાડનાર), કફ દૂર કરનાર, બળ આપનાર, ઉલટી રોકનાર અને અરૂચિ (જમવામાં રૂચિ ઉત્પન્ન ન થવી) દૂર કરનાર આલેખીને સુંદર શ્લોકમાં નિરૂપણ કર્યું છે.



એક એવી માન્યતા પ્રવર્તે છે કે આયુર્વેદિક દવાઓની કોઈ આડઅસર નથી. આ માન્યતાને થોડી જુદી રીતે મૂલવવાની જરૂર છે. દરેક વ્યક્તિના ચહેરા અલગ અલગ છે અને વિજ્ઞાન કહે છે તેમ દરેકના જીન્સ પણ અલગ છે. આયુર્વેદ કહે છે દરેક વ્યક્તિની પ્રકૃતિ અલગ છે. ફૂદીનાને કારણે થતી એલર્જી તેમાંના તેલની, પાંદડાંની સુગંધની કે પછી અંદર રહેલા પ્રોટીનથી થાય છે તેની જાણકારી પ્રાપ્ત થયેલ નથી.

એક એવી માન્યતા પ્રવર્તે છે કે આયુર્વેદિક દવાઓની કોઈ આડઅસર નથી. આ માન્યતાને થોડી જુદી રીતે મૂલવવાની જરૂર છે. દરેક વ્યક્તિના ચહેરા અલગ અલગ છે અને વિજ્ઞાન કહે છે તેમ દરેકના જીન્સ પણ અલગ છે. આયુર્વેદ કહે છે દરેક વ્યક્તિની પ્રકૃતિ અલગ છે. આયુર્વેદિક દવાનો આધાર જ પ્રત્યેક વ્યક્તિની પ્રકૃતિ પર રહેલો છે. તેથી વ્યક્તિગત રીતે કોઈપણ બહારના પદાર્થ કે ખોરાક પ્રત્યેની સંવેદનશીલતા અલગ-અલગ જ હોવાની આ જ પ્રમાણે ફૂદીનાની વાત કરીએ છીએ ત્યારે ઘણી વ્યક્તિઓને ફૂદીનો લેવાથી ઊલટી, ઊબકા, શ્વાસમાં તકલીફ જેવી એલર્જી થાય છે પણ બધી જ વ્યક્તિઓને આવું બનતું નથી. મીન્ટની સુગંધ લેનારા તેના વ્યસની થતાં જોવામાં આવે છે. ફૂદીનાને કારણે થતી એલર્જી તેમાંના તેલની, પાંદડાંની સુગંધની કે પછી અંદર રહેલા પ્રોટીનથી થાય છે તેની જાણકારી પ્રાપ્ત થયેલ નથી. આથી એલર્જી નોંધાય તે વ્યક્તિએ આયુર્વેદના સિદ્ધાંત મુજબ તે વસ્તુનો ત્યાગ કરવો હિતાવહ છે.

