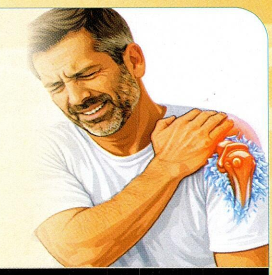
DELHI STATE AYUSH SOCIETY

आयुष AYUSH Directorate of AYUSH Govt. of NCT of Delhi

फ्रोज़न शोल्डर(जमे हुए कंधे) के लिए होम्योपैथिक उपचार

क्या आप महसूस कर रहे हैं.........

- कंधे में बहुत ज़्यादा दर्द और अकड़न?
- हाथ हिलाने में दिक्कत?
- रोज़ाना के कामों में रुकावट?



अगर हाँ, तो आप "फ्रोज़न शोल्डर" से पीड़ित हो सकते हैं

फ्रोज़न शोल्डर क्या है?

फ्रोज़न शोल्डर (एडहेसिव कैप्सुलाइटिस) से कंधे में बहुत ज्यादा दर्द और अकड़न होता है जिससे रोजमर्रा के काम जैसे कपड़े बदलना, बाल बनाना आदि काम करने में परेशानी होती है।

फ्रोज़न शोल्डर के कारण/जोखिम कारक

- महिलाओं में ज़्यादा
- बुढ़ापा।
- ऑपरेशन के बाद की दिक्कतें एडहेसिव कैप्सुलाइटिस का कारण बन सकती हैं।
- कम उपयोग होने वाले हाथ पर ज़्यादा असर होता है।
- मधुमेह
- कंधे के जोड़ का लंबे समय तक स्थिर रहना।

फ्रोज़न शोल्डर एक्सरसाइज जो आपके कंधे की मोबिलिटी बढ़ाने में मदद करेंगी

Note: While exercising, stay within the pain limit, do not force yourself. Do the exercise as per the advice of the doctor.

फ्रोज़न शोल्डर में होम्योपैथी कैसे मदद कर सकती है?

होम्योपैथी एक उपचार पद्धति है जो फ्रोज़न शोल्डर (एडहेसिव कैप्सुलाइटिस) के प्रबंधन में समग्र (होलिस्टिक) और व्यक्तिगत (इंडिविजुअलाइज्ड) दृष्टिकोण प्रदान करती है।

- यह सभी आयु वर्ग और लिंग में प्रभावी है।
- उपचार रोगी के लक्षणों, शारीरिक संरचना (कांस्टीट्यूशन) और जीवनशैली के आधार पर दिया जाता है।
- इसका उद्देश्य दर्द कम करना, लचीलापन बढ़ाना, दैनिक गतिविधियों में सुधार करना है।
- नियमित उपचार से दर्द और जकड़न को नियंत्रित करने तथा दैनिक कार्यों में सुधार में सहायता मिलती है।

योग्य चिकित्सकीय पर्यवेक्षण (मेडिकल सुपरविज़न) में होम्योपैथिक दवाएं सामान्यतः सुरक्षित और सौम्य मानी जाती हैं तथा लंबे समय तक सहायक उपचार के रूप में उपयोग की जा सकती हैं।

दिल्ली सरकार के आयुष औषधालयों में निःशुल्क होम्योपैथिक उपचार उपलब्ध है।
अधिक जानकारी के लिए निकटतम आयुष केंद्र पर संपर्क करें।

अपने निकटतम औषधालय की जानकारी के लिए स्कैन करें

https://homeopathy.delhi.gov.in

दिल्ली स्टेट आयुष सोसाइटी
आयुष निदेशालय, राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र दिल्ली सरकार
अयुर्वेदिक और यूनानी, तिब्बिया कॉलेज परिसर, करोल बाग नई दिल्ली - 110005