

## હરસ – મસા

- બેઠાડું જીવન , કબજિયાત, વેગાવરોધ, વધુ પડતા સુવા , મેથી-અજમા જેવા પદાર્થોનું સેવન , અને માતા-પિતાનો વારસો , હરસ-મસા માટે કારણભૂત હોઈ તે કારણો દુર કરવા.
- રેસાવાળા પદાર્થો , છાશ તથા સુરણને ઘીમાં તળીને ખોરાકમાં પ્રયોગ કરવો. કાળી દ્રાક્ષ પલાળીને ખાવી. પૂરતું પાણી પીવું.
- કોથમીરને વાટી , ગરમ કરી , પોટલી બાંધી શેક કરવાથી મસાની પીડા મટે છે.
- જીરાને વાટી , તેની લૂગદી કરીને બાંધવાથી મસામાંથી પડતું લોહી બંધ થાય છે. અને બહાર નીકળેલા અને ખૂબ દુખતા મસા અંદર જાય છે.
- ચોખ્ખી હળદરનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી પાણી સાથે રાત્રે સૂતી વખતે લેવાથી મસા મટે છે.
- મસૂરની દાળ , રોટલી ને છાશ રોજ ખાવા તેમજ દાળમાં ઘી અથવા માખણ નાખી ખાવાથી તેમજ મરચું અને ગરમાગરમ મસાલા વગરનું ખાવાથી દૂઝતા મસા મટે છે.
- કોકમના ફૂલનું ચૂર્ણ દહીંની મલાઈ સાથે મેળવી , જરાક ગરમ કરી દિવસમાં ત્રણવાર ખાવાથી હરસમાં પડતું લોહી બંધ થાય છે.
- જીરાને શેકીને તેમાં સરખે ભાગે કાળા મરી તથા સિંધવ મેળવીને ચૂર્ણ બનાવી જમ્યા પછી છાશ સાથે લેવાથી મસા મટે છે.
- સૂંઠ , જીરું અને સિંધવનું ચૂર્ણ દહીંના મઠામાં મેળવી , જમ્યા પછી લેવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- જુવારની કાંજી રોજ સવારે પીવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- ગરમ દૂધ સાથે 1 -2 ચમચી દિવેલ પીવાથી હરસની પીડા મટે છે. અને ગુદા પર થતા ચીરા પણ મટે છે.
- કોકમની ચટણી દહીંની મલાઈ સાથે ખાવાથી દૂઝતા હરસ મટે છે.
- હળદરનો ગાંઠિયો તુવેરની દાળમાં બાફી , છાંચકે સૂકવી , ગાયના ઘીમાં પીરવી , હરસ મસા પર લેપ લગાડવાથી હરસમસા નરમ પડી તરતજ સણકા બંધ થાય છે.
- મસા ઉપર કેરોસીન ચોપડવાથી મસા સુકાઈ જાય છે.
- જંગલી સૂરણના નાના ટુકડા કરી , તડકે સૂકવી , તેને ખાંડી ચૂર્ણ બનાવીને 1 - 1 ચમચી દિવસમાં ત્રણ વાર પાણી સાથે લેવાથી હરસ મટે છે.
- તલ વાટી માખણમાં ખાવાથી હરસ-મસા મટે છે.



- સૂંઠનું ચૂર્ણ છાશમાં નાખીને પીવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- સવારે નરણે કોઠે એક મુઠી જેટલા કાળા તલ થોડી સાકર સાથે ખૂબ ચાવીને ખાવાથી મસામાંથી પડતું લોહી બંધ થાય છે.
- સૂકા હરસ થાય તો છાશમાં ગોળ નાખીને અને લોહી પડતા મસા હોય તો છાશમાં ઇન્દ્રજવ નાખીને પીવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- કેરીના ગોટલાનું ચૂર્ણ મધ સાથે લેવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- મીઠા લીમડાના પાનને પાણી સાથે પીસી, ગાળી, પીવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- ઘીમાં સૂરણ તળીને ખાવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- કળથીના લોટની પાતળી રાખ પીવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- ઘાણાને રાત્રે પલાળી રાખી, સવારે ખૂબ મસળીને, તે પાણી પીવાથી અથવા કોથમીરનો રસ પીવાથી મસામાંથી પડતું લોહી બંધ થાય છે.
- એક ચમચી કારેલાના રસમાં સાકર મેળવીને પીવાથી હરસ-મસા મટે છે.
- ઘાણા અને સાકરનો ઉકાળો પીવાથી મસામાંથી પડતું લોહી બંધ થાય છે.
- ગરમાગરમ શેકેલા ચણા ખાવાથી મસામાંથી પડતું લોહી બંધ થાય છે.
- કાંદાના નાના ટુકડા કરી, તડકામાં સૂકવી, તેમાંથી એક રૂપિયાભાર જેટલા ઘીમાં તળી તેમાં થોડા કળા તલ અને સાકરનું ચૂર્ણ નાખી સવારે ખાવાથી મસા મટે છે.
- સુકા હરસ થયા હોય તો હરડેમાં ગોળ નાખીને જમતા પહેલા લેવા.
- નાગકેસર, માખણ-સાકર સાથે લેવાથી હરસમાં લોહી પડતું બંધ થાય છે.