

Rasa dhātu

Ājurvéda 1. ročník 2022/2023

MUDr. Marián Mrázik



Yoga Surya International

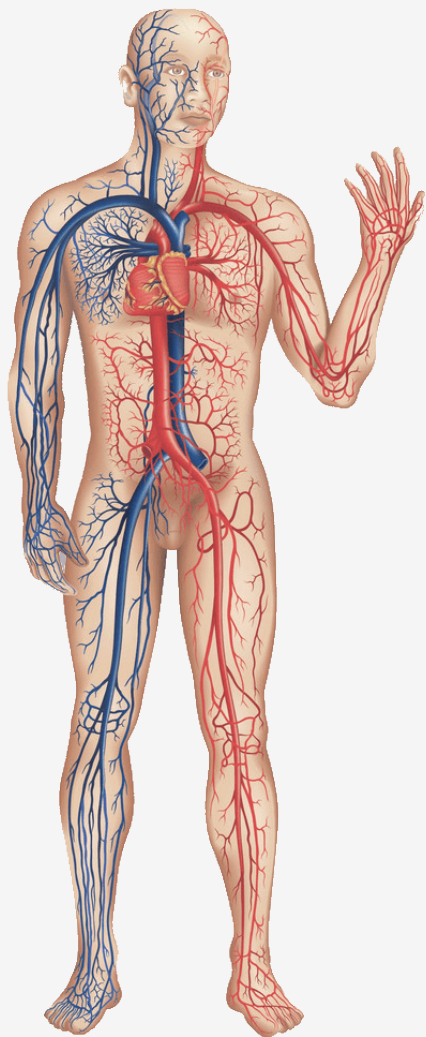
Academy of Yoga & Vedic Studies

Voda života

- První dhátu v pořadí
- Vyživuje všechny ostatní tkáně, nachází se v celém těle
- Obsahuje všechny prvky, všechny chutě (sladká, slaná) a všechny guny
- Kvalitou je podobná kaphě: drava, snighda, čala, manda
 - mísí se v žaludku s klédaka kaphou a páčaka pittou (vjána váju)
 - tvoří póšaka kaphu



Adyadhatu, Aharaparinama dhatu, Sara



Sídlem je **hrdaja** (srdce), z kterého se do těla dostává přes 24 **dhamanis** (aorta a její větve) pomoci vjana-váju

Funkce:

Prinana (výživa)

fyzická: samotná výživa, růst, stabilizace a ochrana tkání/těla, udržování objemu, zvlhčování

Tushti (sytost)

psychická: pocit nasycení, spokojenosti, ovlivňuje vnímání, myšlení, víru, lásku a důvěru



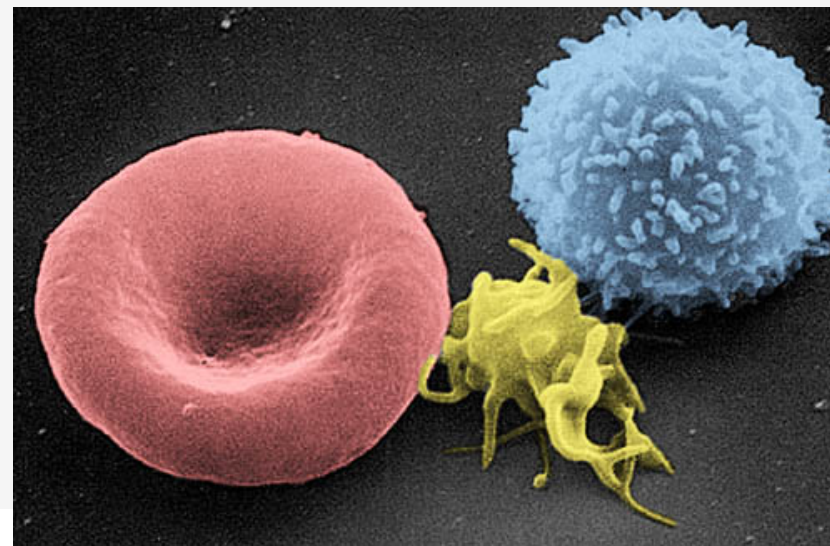
Krev

Plazma

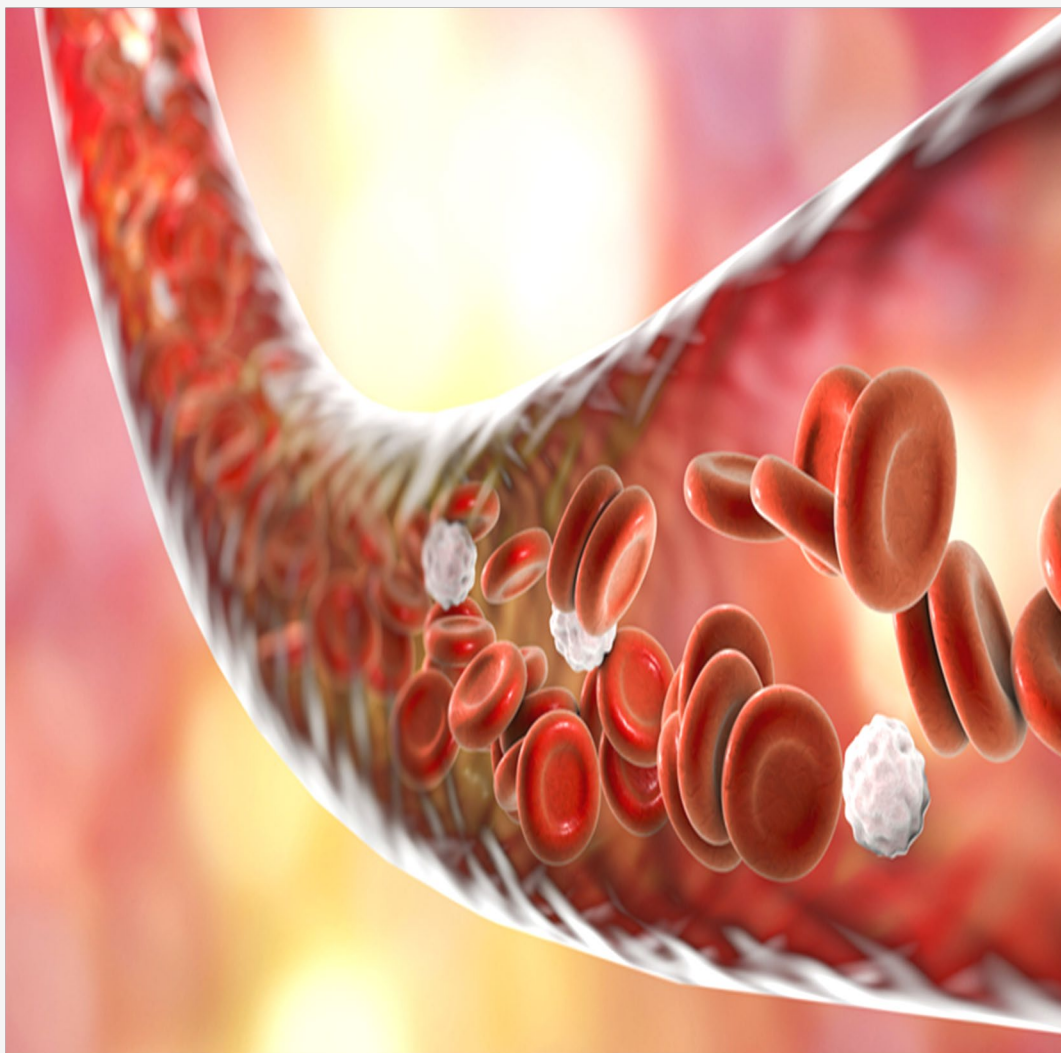
- Anorganické sločeniny
H₂O, minerály: K, Na, P, Ca, Fe, HCO₃,...
- Organické sloučeniny
bílkoviny, albumin, fibrinogen, IgG, IgM,
hormony, vitamíny,...

Krevní buňky

- Červené krvinky
- Bíle krvinky
- Krevní destičky



Funkce krve / rasa-dhātu



Transportní funkce

- respirační
- nutriční
- exkreční

Regulační funkce

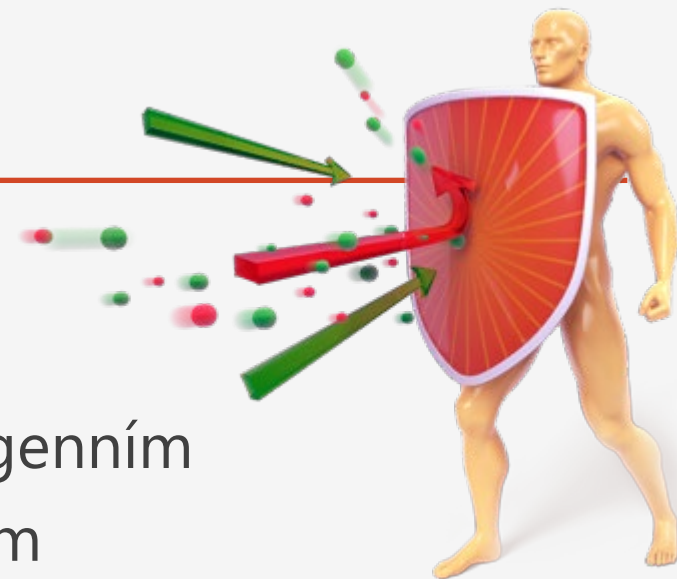
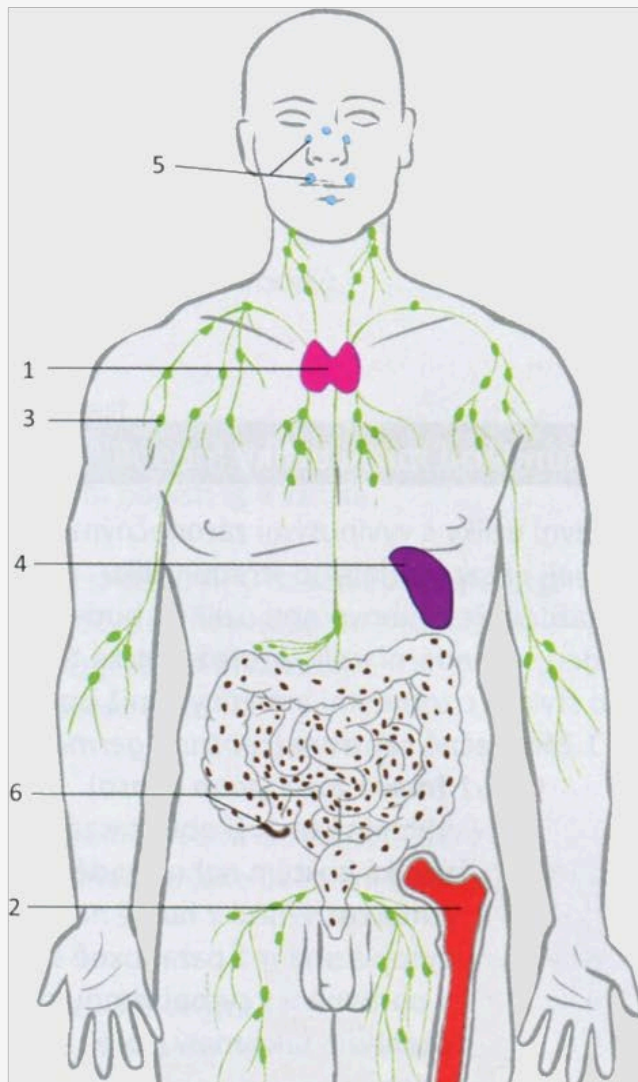
- hormonální
- termoregulace
- ABR, objem krve

Ochranná funkce

- krevní srážlivost
- imunitní funkce



Imunita a lymfatický systém

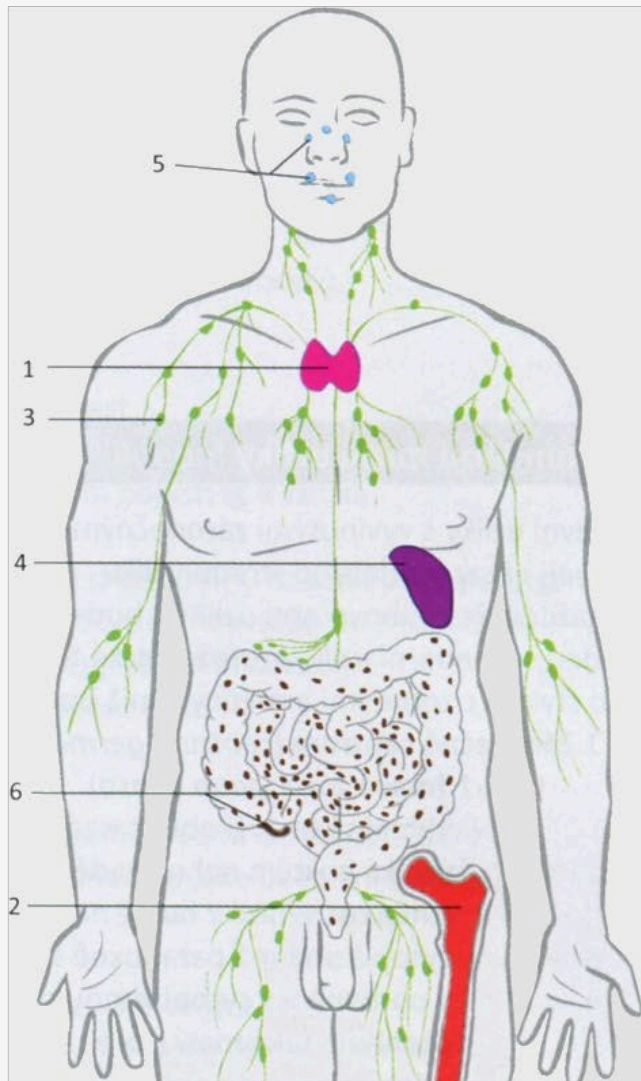


Imunita - schopnost odolávat patogenním bakteriím, virům, prvokům či houbám a likvidovat naše vlastní staré, poškozené či nádorové buňky

- Nespecifická: bariery, HCl, lysozym, makrofágy,...
- Specifická: B a T lymfocyty, protilátky, cytokiny,...



Lymfatický systém



Lymfa složením podobná plazmě, ale méně bílkovin a mírně se liší podle místa vzniku

Lymfatické orgány

- Cévy vycytávají látky z mezibuněčných prostorů
- Uzliny biologický filtr mízy, sentinelová uzlina
- Brzlík T-lymfocyty
- Slezina Lymfocyty, destrukce erytrocytů, zásobárna krve
- MALT
- Kostní dřen B-lymfocyty

Funkce

- Obrana organismu
- Odvádí přebytečnou vodu
- Napomáhá transportu tuků z střeva



Vedlejší produkty

Upa dhátu - **Tváča** vrchní část kůže
Stanja laktace
Ártava menstruace

Dhátu mala - **Póšaka kapha**

Diagnostika kvality dhátu dle stavu vedlejších produktů



Rasa sara lakšana

- Kůže: krásná, zdravá, lesklá, jemná, růžová, čistá bez vyrážek nebo ekzémů, správně ochlupená
- Sliznice: růžové, jednobarevné, přiměřeně vlhké
- Hudba, tanec
- Člověk je obdařen pohodlím, štěstím, radostí, dobrým intelektem, zdravím, má dobrý a dlouhověký život, kvalitní víra



Rasa-vrddhi

- Nadměrní slinění
- Městnání srdeční – pocit tíhy na hrudi, kašel, dušnost, otoky
- Žilní a lymfatická nedostatečnost – otoky
- Opakované nachlazení, ucpané dutiny
- Těžkost těla



Rasa-kšaja

- Dehydratace – pocit sucha v ústech, žízeň, závratě, bušení srdce, suchá kůže, únava
- Postižení dalších tkání – snížení, hubnutí/vyhublost
- Anémie, únava
- Nesnášenlivost zvuků



Rasa-dušti

- Neschopnost rozlišovat chutě, pachut' v ústech, nechutenství
- Zastřené myšlení a vnímání
- Zvedání žaludku, zvracení
- Bolesti těla
- Poruchy termoregulace – horečky, pocit studena (nohy, ruce) barevné změny
- Cítíme se nešťastní, strach, nekvalitní víra



Rasa-dušti

Rasa Dhātu

Vāta - fever with chills; dry skin; dark skin coloration; malaise; fatigue; dizziness; generalized pain; palpitations and tachycardia (fast heart); hypersensitivity to loud noise; dehydration; excess thirst; goose bumps.

Pitta - high fever; hives; rash; urticaria; eczema, acne; psoriasis; chemical sensitivities; dermatitis; tonsillitis; appendicitis; red or yellow skin; sensitive skin: bruises and burns easily; melanoma; moles; hypoglycemia.

Kapha - low fever; pallor; cold, cough, catarrh, sinus congestion; lymphatic congestion; swollen lymph glands; lymphoma; edema; excess salivation or mucus; hay fever; cold, clammy skin; fungal infections; hyperglycemia.



Příčiny a léčba poruch rasa dhātu

Příčiny:

- Těžká jídla, nadměrné množství, staré jídlo, nadměrný stres, nevhodné pití

Léčba:

- Opak příčin
- Zdravá životospráva **Svasthanrtta**

Rasajāna (Čaraka Samhita) - výživa, omlazení, imunologie, geriatrie
kombinuje procedury, léky, zdravý životní styl
na úrovni výživy rasy, rasa agni a rasa vaha sróta



Máte nějaké otázky?

