

Guidelines for UNANI Practitioners for COVID-19 Patients in Home Isolation

**Ministry of AYUSH
Govt. of India**

Preamble

The COVID-19 pandemic has emerged as a public health challenge. The burden of the disease and mortality are steadily increasing in many parts of the globe. Several social and economic factors are leading to devastating situations. Effective management to address this infection is still evolving and attempts are being made to integrate traditional interventions along with standard care.

Home isolation is applicable to confirmed COVID-19 cases which are asymptomatic or have mild symptoms, or to people who had a contact with suspected cases of the disease.

General Disclaimer

- Patients need to have a general consultation from a qualified physician before starting any intervention.
- In all severe cases, immediate referral to a higher medical centre as per the Government guidelines is advised.
- Patients with co-morbidities like hypertension, diabetes etc., are advised to continue their respective medications.
- Physicians are free to select drugs as per their own discretion/ availability.
- Use of drugs in vulnerable population is at the prudence of the consulting physician.
- Doses for children should be adjusted according to their age.

Management Guidelines for COVID-19 Patients in Home-Isolation

The common clinical features observed in mild COVID-19 cases include sore throat, mild fever, body-ache, nasal congestion, and dry cough. Although a variety of symptoms are being reported, many cases are asymptomatic and some uncommon clinical manifestations include loss of smell and taste as well.

Some of the asymptomatic cases can be in the pre-symptomatic stage. Considering this possibility, the patient should observe evolving symptoms or signs. This watchfulness should not lead to undue anxiety.

Specific measures for COVID-19 Patients in Home isolation

Stage/condition	Clinical Presentation	Medicine	Dosage*
Asymptomatic COVID-19 Patients	--	<i>Safuf Asgand</i> ⁽¹⁻⁵⁾	5 gmsonce daily
		<i>Khameera Marwareed</i> ⁽⁶⁾ (Not recommended for diabetics)	3-5 g once daily
		<i>TiryaqArba</i> ⁽⁶⁾ (Not recommended for diabetics)	3-5 gm with lukewarm water
		<i>Arq Ajeeb</i> ⁽⁶⁾	2-3 drops to be instilled in a bowl with hot water for immediate inhalation for 5 minutes twice daily
Mild COVID-19 Positive patients		<i>Unani Joshanda</i> prepared from <i>Unnab</i> 5 no, <i>Behidana</i> 3 gm and <i>Sapistan</i> 9 no	Preparation of Decoction by boiling these medicines in 250 ml of water, until it remains half and filter it, take luke warm once daily in the morning
	Headache / Nasal Congestion	<i>Arq Ajeeb</i> ⁽⁶⁾	2-3 drops to be instilled in bowl with hot water for immediate inhalation for 5 minutes twice daily
	Fatigue	<i>Khameera Marwareed</i> ⁽⁶⁾ (Not recommended for diabetics)	3-5 g once daily
	Fever	<i>Hab e Mubarak</i> ⁽⁶⁾	2 g (pill) twice daily
	Sore throat	<i>Sharbat e Toot Siyah</i> (Not recommended for diabetics)	20 ml twice daily
		<i>Laooq-e-Sapistan</i> ⁽⁶⁾ (Not recommended for diabetics)	10 gm twice daily for above 12 years of age
	Diarrhoea	<i>Safoof e Teen</i> ⁽⁶⁾	5-10 g
		<i>Sharbat Belgiri</i> ⁽⁶⁾ (Not recommended for diabetics)	15 ml twice daily

General guidelines

1. Patients should follow physical distancing, respiratory and hand hygiene, and wear masks.
2. Steam inhalation and use of warm water at frequent intervals.
3. Avoid use of cold water and exposure to cold air ⁽⁷⁾.
4. Adequate sleep (7-8 hours) should be taken and day time sleep especially after lunch may be avoided ⁽⁷⁾
5. Fumigation of patient's room with *Sandal* (*Santalum album*) and *Kafoor* (*Cinnamomum camphora*). ⁽⁸⁾
6. Keep the scalp covered ⁽⁷⁾
7. Avoid physical exertion ⁽⁷⁾
8. *Gharghara* (gargle) with lukewarm water/ 10-20 gm of pulp of *Khayar shamber* (*Cassia fistula*) boiled in 100 ml of water ^(1,10,11)

Dietary guidelines

1. Avoidance from sour diets ⁽⁷⁾
2. Use of *Kalonji* (*Nigella seeds*), *Lahsun* (*Garlic*), *Adrak* (*Ginger*), *Amla* (*Indian Gooseberry*), *Haldi* (*Turmeric*) in sufficient quantity.
3. Prefer easily digestible diet
4. Oral intake of *Maushaeer* (*Barley water*) ⁽⁹⁾
5. Take adequate oral fluids like hot soups/ hot tea

Note: In case of any deterioration/ worsening of symptoms patient should be immediately referred to a dedicated COVID- 19 Management Health Care Centre.

References:

1. Agarwal R, Diwanay S, Patki P, Patwardhan B, Studies on Immunomodulatory Activity of *Withania Somnifera* (*Ashwagandha*) Extracts in Experimental Immune Inflammation, *J Ethnopharmacol*, 1999,67 (1), 27-35.
2. Ziauddin M, Phansalkar N, Patki P, Diwanay S, Patwardhan B, Studies on the Immunomodulatory Effects of *Ashwagandha*, *J Ethnopharmacol*, 1996, 50 (2), 69-76.

3. Verma SK, Shaban A, Purohit R, Chimata ML, Geeta Rai G, Verma OP, Immunomodulatory activity of *Withania somnifera* (L.), *Journal of Chemical and Pharmaceutical Research*, 2012, 4(1):559-561.
4. Davis L, Kuttan G, Immunomodulatory Activity of *Withania Somnifera*, *J Ethnopharmacol*, 2000, 71 (1-2), 193-200.
5. Fazlullah M, YNM, *Makhzanul Mufradat Maroofba Jamiul Adwiya*, Royal Printing Press, Lucknow, p. 35.
6. Anonymous, 2013, *Essential Drugs List-Unani Medicine*, Ministry of AYUSH, New Delhi, 2-4.
7. Khan M.A. *Rumooz-i-Azam*, Vol. I, CCRUM:2006, page No. 116
8. Baghdadi, S, 2011, *Al-Mughni fi Tadbir al-Amraz wa Ma'rifa al-Ilal wa'l'A'raz*, 1st ed. Daru'l Minhaj, p. 623-624.
9. Khan MA, *Iksir-i Azam*, Vol IV, Matba Munshi Naval Kishore, Lucknow, YNM page No. 221
10. Min Zhou, Huan-Huan Xing, Yan Yang, Yue-De Wang, Kun Zhou, Wei Dong, Gan-Peng Li, Wei-Yao Hu, Qiang Liu, Xue-Mei Li, Qiu-Fen Hu, Three New Anthraquinones From the Twigs of *Cassia fistula* and Their Bioactivities, *J Asian Nat Prod Res*, 2017, 19 (11), 1073-1078.
11. Ghassani Yusuf, 1975, *Kitabul Mutamadfi'l Adwiya al-Mufrada*, Daru'l Marifa, Beirut, page 143.

Guidelines/Advisories/Related Material on Covid-19 for Public
Material on Covid-19 for benefit of public

7. Guidelines for UNANI Practitioners for Covid-19 Patients in Home Isolation

<https://www.ayush.gov.in/docs/Home%20Isolation%20COVID-19%20Patients%20-%20Guidelines%20for%20UNANI%20Practitioners-converted.pdf>

होम आइसोलेशन में कोविड-19 रोगियों के लिए यूनानी चिकित्सकों के लिए दिशानिर्देश

आयुष मंत्रालय
सरकार भारत

प्रस्तावना

कोविड-19 महामारी एक सार्वजनिक स्वास्थ्य चुनौती के रूप में सामने आई है। रोग का बोझ और दुनिया के कई हिस्सों में मृत्यु दर लगातार बढ़ रही है। कई सामाजिक और आर्थिक कारक विनाशकारी स्थितियों की ओर ले जा रहे हैं। इस संक्रमण से निपटने के लिए प्रभावी प्रबंधन अभी भी विकसित हो रहा है और पारंपरिक हस्तक्षेपों के साथ-साथ स्वास्थ्य देखभाल को एकीकृत करने का प्रयास किया जा रहा है।

होम आइसोलेशन पुष्टि किए गए कोविड-19 मामलों पर लागू होता है जो लक्षण रहित हैं या जिनमें हल्के लक्षण हैं, या उन लोगों के लिए जो बीमारी के संदिग्ध मामलों के संपर्क में थे।

सामान्य अस्वीकरण

- मरीजों को कोई इलाज शुरू करने से पहले एक योग्य चिकित्सक से सामान्य परामर्श की आवश्यकता होती है।
- सभी गंभीर मामलों में, सरकार के दिशा-निर्देशों के अनुसार एक उच्च चिकित्सा केंद्र में तत्काल रेफरल की सलाह दी जाती है।
- उच्च रक्तचाप, मधुमेह आदि जैसी सह-रुग्णता वाले रोगियों को सलाह दी जाती है कि वे अपनी रुग्णता से संबंधित दवाएं जारी रखें।
- चिकित्सक अपने विवेक/उपलब्धता के अनुसार दवाओं का चयन करने के लिए स्वतंत्र हैं।
- कमजोर आबादी में दवाओं का प्रयोग परामर्शदाता चिकित्सक के विवेक पर है।
- बच्चों के लिए खुराक को उनकी उम्र के अनुसार समायोजित किया जाना चाहिए।

होम-आइसोलेशन में कोविड-19 रोगियों के लिए प्रबंधन दिशानिर्देश

हल्के कोविड-19 मामलों में देखी जाने वाली सामान्य नैदानिक विशेषताओं में गले में खराश, हल्का बुखार, शरीर में दर्द, बंद नाक और सूखी खांसी शामिल है। हालांकि कई तरह के लक्षण बताए जा रहे हैं, कई मामले लक्षण रहित हैं और कुछ असामान्य नैदानिक अभिव्यक्तियों में गंध और स्वाद के अहसास हानि भी शामिल है।

कुछ लक्षण रहित मामले पूर्व-लक्षण चरण में हो सकते हैं। इसे ध्यान में रखते हुए व रोगी को विकसित होने वाले लक्षणों या संकेतों पर ध्यान देना चाहिए। यह चौकसी अनुचित चिंता का कारण नहीं होनी चाहिए।
होम आइसोलेशन में कोविड-19 रोगियों के लिए विशिष्ट उपाय

चरण/स्थिति	क्लीनिकल प्रस्तुतीकरण	दवा	डोज़
लक्षण रहित कोविड-19 रोगी	--	सफुफ असगंद(1-5) खमीरा मारवाड़(6) (मधुमेह रोगियों के लिए अनुशंसित नहीं है) तिर्यकअर्ब (6) मधुमेह रोगियों के लिए अनुशंसित नहीं है) अर्क अजीब(6)	5 ग्राम प्रति दिन दिन में एक बार 3-5 ग्राम 3-5 ग्राम गुनगुने पानी के साथ 2-3 बूंद प्याले में गर्म पानी के साथ डालें दिन में दो बार 5 मिनट के लिए भांप लें तुरंत सांस लेने में राहत मिलेगी
कोविड-19 मरीज हलके लक्षणों के साथ	सिरदर्द / बंद नाक थकान	यूनानी जोशांदा से तैयार उन्नाव 5 नं, बेहिदाना 3 ग्राम और सपिस्तान 9 नं अर्क अजीब(6) खमीरा मारवाड़(6) (मधुमेह रोगियों के लिए अनुशंसित नहीं है)	उबाल कर काढ़ा बनाना इन दवाओं को 250 मिली पानी में मिलाकर जब तक यह आधा न रह जाए और छान लें, दिन में एक बार सुबह हल्का गुनगुना लें 2-3 बूंद प्याले में गर्म पानी के साथ डालें दिन में दो बार 5 मिनट के लिए भांप लें तुरंत सांस लेने में राहत मिलेगी दिन में एक बार 3-5 ग्राम 2 ग्राम (गोली) दिन में दो

	बुखार	हब ए मुबारक(6)	बार
	गले में खराश	शरबत ए टूट सियाह (मधुमेह रोगियों के लिए अनुशंसित नहीं है)	दिन में दो बार 20 मिली
		लाओक-ए-सपिस्तान(6) (मधुमेह रोगियों के लिए अनुशंसित नहीं है)	10 ग्राम प्रतिदिन दो बार 12 साल के उम्र से ऊपर के लिए
	दस्त	सफूफ़ ए तीन(6)	5-10 ग्राम
		शरबत बेलगिरी(6) (मधुमेह रोगियों के लिए अनुशंसित नहीं है)	दिन में दो बार 15 मिली

सामान्य दिशानिर्देश

1. मरीजों को शारीरिक दूरी, श्वसन और हाथ की स्वच्छता का पालन करना चाहिए और मास्क पहनना चाहिए।
2. बार-बार अंतराल पर भाप लेना और गर्म पानी का उपयोग करना।
3. ठंडे पानी के प्रयोग और ठंडी हवा के संपर्क में आने से बचें।
4. पर्याप्त नींद (7-8 घंटे) लेनी चाहिए और दिन के समय विशेष रूप से दोपहर के भोजन के बाद सोने से बचना चाहिए।
5. रोगी के कमरे में चंदन (संतालम एल्बम) और कपूर (सिनामॉमम कैम्फॉरा) से धूमन करें।
6. सिर को ढक कर रखें।
7. शारीरिक परिश्रम से बचें।
8. गुनगुने पानी के साथ घरघरा (गरारे) / खयार शम्बर का गूदा 10-20 ग्राम (कैसिया फिस्टुला) 100 मिली पानी में उबाला गया।

आहार के दिशानिर्देश

1. खट्टे आहार से परहेज।
2. कलौंजी (निगेला के बीज), लहसुन (लहसुन), अदरक (अदरक), आंवला (भारतीय) हल्दी का प्रयोग पर्याप्त मात्रा में।
3. आसानी से पचने योग्य आहार को प्राथमिकता दें।
4. मौशीर (जौ का पानी) का सेवन।
5. पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थ जैसे गर्म सूप/गर्म चाय लें।

नोट: किसी भी लक्षण के बिगड़ने/बिगड़ने की स्थिति में रोगी को तत्काल एक समर्पित कोविड-19 प्रबंधन स्वास्थ्य देखभाल केंद्र में भेजा जाए।

संदर्भ

1. अग्रवाल आर, दिवाने एस, पटकी पी, पटवर्धन बी, सूजन में विथानिया सोम्निफेरा (अश्वगंधा) के अर्क के इम्यूनोमॉड्यूलेटरी गतिविधि पर प्रायोगिक प्रतिरक्षा अध्ययन जे एथनोफार्माकोल, 1999, 67 (1), 27-35।
2. जियाउद्दीन एम, फंसलकर एन, पटकी पी, दीवाने एस, पटवर्धन बी, अश्वगंधा के इम्यूनोमॉड्यूलेटरी प्रभाव पर अध्ययन, जे एथनोफार्माकोल, 1996, 50 (2), 69-76।
3. वर्मा एसके, शबन ए, पुरोहित आर, चिमाता एमएल, गीता राय जी, वर्मा ओपी, विथानियासोम्निफेरा (एल।) की इम्यूनोमॉड्यूलेटरी गतिविधि, जर्नल ऑफ केमिकल और फार्मास्युटिकल रिसर्च, 2012, 4(1):559-561।
4. डेविस एल, कुट्टन जी, विथानिया सोम्निफेरा की इम्यूनोमॉड्यूलेटरी गतिविधि, जे एथनोफार्माकोल, 2000, 71 (1-2), 193-200।
5. फजलुल्लाह एम, वाईएनएम, मखजानुल मुफ़दत मरूफबा जमीउल अदविया, रॉयल प्रिंटिंग प्रेस, लखनऊ, पी. 35।
6. बेनामी, 2013, आवश्यक दवाओं की सूची- यूनानी चिकित्सा, आयुष मंत्रालय, नई दिल्ली, 2-4।
7. खान एम.ए. रुमूज-ए-आज़म, वॉल्यूम। मैं, सीसीआरयूएम: 2006, पृष्ठ संख्या 116
8. बगदादी, एस, 2011, अल-मुगनी फी तदबीर अल-अमरजवा मारिफा अल-इललवा'लाराज, पहला संस्करण। दारुल मिन्हाज, पी. 623-624।
9. खान एमए, इक्सिर-ए आजम, खंड IV, मतबा मुंशी नवल किशोर, लखनऊ, वाईएनएम पृष्ठ नंबर 221
10. मिन झोउ, हुआन-हुआन जिंग, यान यांग, यू-डी वांग, कुन झोउ, वेई डोंग, गणपेंग ली, वेई-याओ हू, कियांग लियू, जू-मेई ली, किउ-फेन हू, तीन नए एन्थाक्विनोन कैसिया फिस्टुला और उनकी बायोएक्टिविटीज की टहनियों से, जे एशियन नेट प्रोड रेस, 2017, 19 (11), 1073-1078।
11. घासानी युसूफ, 1975, किताबुल मुतमदफी'एल अदविया अल-मुफ़रदा, दारु'एल मारिफा, बेरूत, पृष्ठ 143.