भारतीय पारंपरिक ज्ञान पत्रिका
खंड 25(8), अगस्त 2026, पृ. 792-803
DOI: 10.56042/ijtk.v25i8.23431

पॉलीसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम के प्रबंधन में विभिन्न उपचार पद्धतियों का तुलनात्मक विश्लेषण: एक भावी अनुदैर्ध्य प्रेक्षणात्मक अध्ययन

शालिनी सिंह[क], वेदप्रिया आर्य[ख], राजेश कुमार मिश्रा[क] एवं सत्येन्द्र कुमार राजपूत[ख,*]

[क]औषधि विज्ञान विभाग, गुरुकुल कांगड़ी (डीम्ड टू बी विश्वविद्यालय), हरिद्वार 249 404, उत्तराखण्ड, भारत

[ख]पतंजलि हर्बल रिसर्च डिवीजन, पतंजलि रिसर्च फाउंडेशन, हरिद्वार 249 405, उत्तराखण्ड, भारत

[*]ई-मेल: satyendra.rajput@gkv.ac.in

प्राप्त 25 अक्टूबर 2025; संशोधित 30 जुलाई 2026; स्वीकृत 07 अगस्त 2026

पॉलीसिस्टिक अंडाशय सिंड्रोम (पीसीओएस) महिलाओं में पाया जानेवाला एक जटिल अंतःस्रावी-उपापचयी विकार है, जिसकी प्रमुख विशेषताएँ अधिक पुरुषहार्मोनस्राव, अंडोत्सर्जन का अभाव तथा बहुपुटीय अंडाशय संरचना हैं। इसके साथ उपापचयी एवं मनोवैज्ञानिक विकार भी सामान्यतः पाए जाते हैं। पारम्परिक औषधीय उपचारों की दीर्घकालिक प्रभावशीलता सीमित होने के साथ-साथ उनमें दुष्प्रभाव तथा उपचार का नियमित पालन न करपाने जैसी समस्याएँ भी देखी जाती हैं। ऐसी स्थिति में समन्वित आयुषचिकित्सा जीवनशैली में सुधार, मन-शरीर आधारित अभ्यासों तथा प्राकृतिक उपचारों के माध्यम से रोगी-केंद्रित एवं समग्र उपचार पद्धति प्रदान करती है। प्रस्तुत 90-दिवसीय भावी अनुदैर्ध्य प्रेक्षणात्मक अध्ययन का उद्देश्य पॉलीसिस्टिक अंडाशय सिंड्रोम के नैदानिक लक्षणों के प्रबंधन में योग, आयुर्वेद, प्राकृतिक चिकित्सा तथा समन्वित आयुर्वेद–योग–प्राकृतिक चिकित्सा की तुलनात्मक प्रभावशीलता का मूल्यांकन करना था। अध्ययन में रॉटरडैम मानदण्डों के अनुसार निदानित 183 महिलाओं को चार समूहों में विभाजित किया गया — योग (49), आयुर्वेद (50), प्राकृतिक चिकित्सा (42) तथा समन्वित आयुर्वेद–योग–प्राकृतिक चिकित्सा (42)। समन्वित चिकित्सा समूह में मानकीकृत आयुर्वेदिक, योगिक एवं प्राकृतिक चिकित्सा उपायों का संयुक्तरूप से प्रयोग किया गया। रोग-लक्षणों की तीव्रता का मूल्यांकन समग्र अंकनप्रणाली द्वारा किया गया, जिसमें मासिकधर्म की अनियमितता, अत्यधिक बालवृद्धि, मुँहासे, मानसिक स्वास्थ्य तथा उपापचयी संकेत कों कोसम्मिलित किया गया। सभी प्रतिभागियों का मूल्यांकन अध्ययन के प्रारम्भ, 30वें, 60वें तथा 90वें दिन किया गया। आँकड़ों के विश्लेषण हेतु वर्णनात्मक सांख्यिकी, पियर्सन सह संबंध तथा एक-मार्गीय प्रसरण विश्लेषण का उपयोग किया गया। अध्ययन अवधिके दौरान सभी उपचार समूहों में नैदानिक लक्षणों, मासिकधर्म की नियमितता, हार्मोनीय संतुलन, शारीरिक माप दण्डों तथा जीवन-गुणवत्ता में सांख्यिकीय दृष्टि से महत्वपूर्ण सुधार पाया गया। सर्वाधिक चिकित्सीय लाभ प्राकृतिक चिकित्सा समूह में प्राप्त हुआ (औसत लक्षण-न्यूनन अंक 60.02±16.33), इसके पश्चात आयुर्वेद (58.93± 25.03), समन्वित आयुर्वेद–योग–प्राकृतिक चिकित्सा (54.99±24.67) तथा योग (48.23±18.74) का स्थान रहा। एक-मार्गीय प्रसरण विश्लेषण से उपचार समूहों के मध्यसांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अन्तर पाया गया (एफ=34.73; पी<0.0001), जिससे स्पष्ट हुआ कि उपचार पद्धति कुल परिवर्तनशीलता के 89.67 प्रतिशत के लिए उत्तरदायी थी। जीवन-गुणवत्ता में भी सभी समूहों में उल्लेखनीय सुधार प्राप्त हुआ। प्राकृतिक चिकित्सा समूह में 57.32 प्रतिशत, समन्वित आयुर्वेद–योग–प्राकृतिक चिकित्सा में 51.28 प्रतिशत, योग में 49.12 प्रतिशत तथा आयुर्वेद में 39.13 प्रतिशत सुधार दर्ज किया गया। ये परिणाम शारीरिक, मानसिक एवं सामाजिक स्वास्थ्य पर इन उपचार पद्धतियों के बहुआयामी लाभों को प्रदर्शित करते हैं। निष्कर्षतः, समन्वित चिकित्सा पर आधारित हस्तक्षेप, विशेषरूप से प्राकृतिक चिकित्सा तथा आयुर्वेद, पॉलीसिस्टिक अंडाशय सिंड्रोम से ग्रस्त महिलाओं में रोग-लक्षणों के प्रभावी प्रबंधन तथा जीवन-गुणवत्ता में सुधार के लिए लाभकारी सिद्ध हुए। तथापि, यह अध्ययन एक अनुदैर्ध्य प्रेक्षणात्मक अध्ययन था तथा प्रतिभागियों का चयन यादृच्छिक रूप से नहीं किया गया था; इसलिए प्राप्त परिणामों के आधार पर कारण-कार्यसंबंध स्थापित नहीं किए जा सकते।

मुख्य शब्द: पॉलीसिस्टिक अंडाशय सिंड्रोम, आयुर्वेद, योग, प्राकृतिक चिकित्सा, समन्वित आयुर्वेद–योग–प्राकृतिक चिकित्सा, प्रसरण विश्लेषण, जीवन-गुणवत्ता।