

Classificazione Choorna

	Gruhadumadi chooma	Dashmoola chooma	Triphala chooma	Thejus chooma	Rasnadi chooma
Dosha equilibrato	Kapha	Tri-dosha/Vata	Tri-dosha	Tri-dosha	Kapha/Vata
Fonte	Ashtanga Hridaya	Bhaishajya Ratnavali	Charaka Shamitha Ashtanga Hridaya	—	Ashtanga Hridaya
Utilizzo tradizionale ayurvedico ^[1]	I singoli fitocomplessi dispersi nella miscela oleosa in concorso con l'azione dinamizzante e rilassante del massaggio possono agire favorevolmente come coadiuvanti del fisiologico equilibrio in presenza di: • pelle asfittica • eccesso di tessuto adiposo • cellulite • cattiva circolazione • sudorazione eccessiva • tossine • edemi • Vata aggravato anche in combinazioni con gli altri dosha • debilitazione • stanchezza • Ama • dolori osteo-muscolari • instabilità nervosa • ansia • intossicazioni • deficit circolatorio • Ama • infiammazioni cutanee • edemi • ritenzione idrica • pelle asfittica • acne, foruncolosi • pelle sensibile e delicata • cattiva circolazione • invecchiamento cutaneo precoce • mancanza di tono • perdita di elasticità dei tessuti • Kapha aggravato • muco • raffreddore • disturbi di Vyana Vayu • Ama • dolori osteo-articolari e muscolari • congestione • edemi • ritenzione idrica				
Applicazione	Solo sul corpo	Sul corpo e sulla testa	Sul corpo, viso e testa	Sul viso	Sul corpo e sulla testa
Trattamento	• Udvartana nelle varianti ruksha o snigdha • Utsadana • Lepa.	• Podikizhi (trattamento con potali) • Pindasweda • Shirodara Ekanga • Sarvanga Dhara • Udvartana e Lepa nadi • Avagaha Sveda (tratt. del calore Sveda (semicupio)).	• Sarvanga Dhara • Ekanga Dhara • Shirodhara Kwatha • Podikizhi • Lepa • Udvartana • Avagaha Sveda • Compresse rilassanti per occhi stanchi, gonfi ed arrossati	• Lepa	• Utilizzo di un pizzico di polvere pura alla sommità del capo dopo Shiroabhyanga (dopo lo shampoo, ma prima dell' asciugatura) • Lepa sulle articolazioni e sulla fronte
Produttore	SNA	SNA	SNA	SNA	SNA



Principali Trattamenti Ayurvedici

Abhyanga	• SARVANGA ABHYANGA massaggio completo al corpo • ANGABHYANGA massaggio parziale • MUKHABHYANGA massaggio al viso	• PADABHYANGA massaggio al piede • THANDABHYANGA massaggio al dorso • HASTABHYANGA massaggio alle mani • MARMABHYANGA massaggio dei punti Marma
Snehana	• SHIROABHYANGA massaggio alla testa • SHIROPICHU Pichu locale fronte/sommità capo	• SHIRODHARA fluire di olio medicato sulla fronte • SHIROBASTI mantenimento di olio medicato sulla testa
Basti esterni mantenimento olio	• KATI dorso • JANU ginocchio • HIRDU regione cardiaca	• NABHI addome • GRIVA zona cervicale
Dhara fluire olio	• EKANGA su una sola parte del corpo • SARVANGA tutto il corpo	• PIZHICHILLY fluire di olio medicato su tutto il corpo accompagnato da adeguato massaggio • PICHU tampone/compressa calda oleosa su varie zone del corpo



SINCE 1989

benefica®
Celebrating Life!

Benefica - Concessionaria Italia Via Sant'Orsola,60 - 25135 Brescia
Tel. +39.030.3700742 Fax +39.030.3388280 www.benefica.it info@benefica.it



benefica
Ayurveda dal 1989

Classificazione
Taila & Choorna



Prodotti Ayurvedici
da massaggio

Classificazione Taila

	Brahmi taila	Coconut taila	Dashmoola taila	Dhanwantharam taila	Eladi taila	Karpooradi taila
<i>Dosha equilibrato</i>	Pitta/Vata	Pitta	Vata/Kapha	Vata/Tri-dosha	Kapha/Pitta	Vata/Kapha
<i>Fonte</i>	Charaka Samhita	Ashtanga Samgraha	Asthanga Samgraha	Asthanga Hridaya	Asthanga Hridaya	Sahasrayogam
<i>Utilizzo tradizionale ayurvedico</i> ^[1]	<i>I singoli fitocomplessi dispersi nella miscela oleosa in concorso con l'azione dinamizzante e rilassante del massaggio possono agire favorevolmente come coadiuvanti del fisiologico equilibrio in presenza di:</i> •disfunzioni del cuoio capelluto •stanchezza e tensione mentale •difficoltà di concentrazione •insonnia •irritabilità •instabilità •ansia •sensazione di calore diffuso •bruciore alla testa •stanchezza e tensione mentale •secchezza •irritazioni cutanee •accumulo di tossine •ristagno •eccesso di muco •pesantezza al complesso corpo/mente •dolori articolari •mal di testa •rigidità •dolore articolare e muscolare •stati di affaticamento •stress psico-fisico •insonnia •instabilità emotiva •gravidanza e nel post-parto •pelle asfittica, irritata •psoriasi •desquamazione cutanea •forfora •dermatite seborroica •acne e foruncolosi •ristagni linfatici •contratture •edemi •dolori articolari e muscolari dovuti ad accumulo di Kapha dosha •accumulo di muco •pesantezza arti inferiori					
<i>Applicazione</i>	Solo sulla testa	Sulla testa, corpo e viso	Sul corpo e sulla testa	Sul corpo, viso e testa	Sul corpo e sulla testa	Solo sul corpo
<i>Trattamento</i>	•Shiro Abhyanga •Shiro Pichu •Shirodhara	•Shiro Abhyanga •Shiro Pichu •Veicolo per Scrub •Sarvanga Abhyanga •Mukhabhyanga •Impacchi per i capelli •Impacchi al viso	•Sarvanga Abhyanga •Shiro Abhyanga •Shiro Pichu •Karna Purana •Nasya	•Sarvanga Abhyanga •Anga Abhyanga •Pichu •Kati basti, •Griva basti •Shirodhara •Shiro Pichu •Shiro Basti •Pizichily •Ekanga Dhara	•Sarvanga Abhyanga •Shiro Abhyanga •Pichu	•Pichu •Sarvanga Abhyanga •Anga Abhyanga •Basti esterni (Kati, Janu, Griva) •seconda fase del trattamento Garshana
<i>Produttore</i>	SNA	SNA	SNA DABUR	SNA	SNA	SNA

Classificazione Taila

	Kottamchukkadi taila	Ksheerabala taila	Mahachandanadi taila	Mahanarayana taila	Murivenna taila	Pinda taila
<i>Dosha equilibrato</i>	Kapha/Vata	Pitta/Vata	Pitta	Vata	Vata	Pitta/Vata
<i>Fonte</i>	Sahasrayogam	Sahasrayogam Ashtanga Hridaya	Sahasrayogam	Bhaishajya Ratnavali	Sahasrayogam Ashtanga Hridaya	Charaka Samhita
<i>Utilizzo tradizionale ayurvedico</i> ^[1]	<i>I singoli fitocomplessi dispersi nella miscela oleosa in concorso con l'azione dinamizzante e rilassante del massaggio possono agire favorevolmente come coadiuvanti del fisiologico equilibrio in presenza di:</i> •gonfiore •rigidità •dolori articolari e muscolari accompagnati da edemi •stasi venosa e linfatica •tessuto fibroso da esiti cicatriziali •tessuti edematosi •pitta scompensato con le sue tipiche manifestazioni a corpo e mente •eccitabilità •ansia •stati emotivi alterati e sovraeccitati •sensazioni di bruciore e calore al corpo ed alla testa •mal di testa •stress •nervosismo •irritabilità •rigidità •dolore articolare e muscolare •stati di affaticamento •dolori muscolari ed articolari •rigidità •fratture •dislocazioni •contusioni, •edemi •distorsioni •problemi legati a tendini e legamenti •edemi •Ama vata •sensazione di bruciore •rigidità •dolori articolari e muscolari accompagnati da stati infiammatori •irrequietezza					
<i>Applicazione</i>	Solo sul corpo	Sul corpo, viso e testa	Sul corpo e sulla testa	Solo sul corpo	Solo sul corpo	Solo sul corpo
<i>Trattamento</i>	•Sarvanga Abhyanga •Linfodrenaggio •Pichu •Padabhyanga	•Sarvanga Abhyanga •Anga Abhyanga •Pichu •Hirdu Basti •Shirodhara •Shiro Pichu •Shiro Basti	•Sarvanga Abhyanga •Shiro Abhyanga •Pichu	•Sarvanga Abhyanga •Pichu •Kati basti •Griva basti	•Pichu, •Bandhana •Anga Dhara •Anga Abhyanga •Basti esterni delle articolazioni (Kati, Janu, Griva)	•Sarvanga Abhyanga, •Pichu •Basti locali (Kati, Nabi, Janu, Griva) •Padabhyanga •Pizichilly •Ekanga Dhara
<i>Produttore</i>	SNA	SNA	SNA	SNA	SNA	SNA

	Sahacharadi taila	Anu taila	Kumkumadhi taila	Olio di Sesamo	Olio di Mandorle	Olio di Cocco	
<i>Dosha equilibrato</i>	Vata/Kapha	Tri-dosha	Tri-dosha	Vata/Tri-dosha	Vata	Pitta	<i>Dosha equilibrato</i>
<i>Fonte</i>	Asthanga Hridaya	Asthanga Hridaya	Asthanga Hridaya Sahasrayogam	Charaka Samhita Sushruta Samhita	—	Ashtanga Samgraha	<i>Fonte</i>
<i>Utilizzo tradizionale ayurvedico</i> ^[1]	<i>I singoli fitocomplessi dispersi nella miscela oleosa in concorso con l'azione dinamizzante e rilassante del massaggio possono agire favorevolmente come coadiuvanti del fisiologico equilibrio in presenza di:</i> •circolazione difettosa •vene varicose •ristagni linfatici •edemi •reumatismi •contratture •dolori articolari e muscolari, •pesantezza degli arti inferiori •crampi •Kapha aggravato •disturbi di Vata •secchezza delle ali delle narici •astenia •pelle secca, con rughe, spenta, stressata, stanca •pelle fragile e sensibile, infiammata •acne •discromia cutanea •accumulo di tossine •dolori articolari e muscolari •secchezza della pelle •carenza di nutrimenti dei tessuti •debolezza •instabilità nervosa •secchezza della cute •smagliature e muscolari •mancanza di idratazione, •perdita di elasticità dei tessuti •irritazioni e fragilità cutanea •invecchiamento precoce •rughe •sensazione di calore diffuso •bruciore alla testa •stanchezza e tensione mentale •secchezza •irritazioni cutanee						<i>Utilizzo tradizionale ayurvedico</i> ^[1]
<i>Applicazione</i>	Solo sul corpo	Naso	Sul viso e collo	Sul corpo e sulla testa	Sulla testa, corpo e viso	Sulla testa, corpo e viso	<i>Applicazione</i>
<i>Trattamento</i>	•Pichu, •Basti esterni (Kati, Janu, Griva) •Sarvanga Abhyanga •Nala Abhyanga	•Nasya •Dinacharya (routine igienica quotidiana)	•Mukhabhyanga	•Ogni tipo di trattamento ayurvedico lo vede pratica mente coinvolto, in forma pura o come base di diluizione per gli oli medicati	•Sarvanga Abhyanga •Mukhabhyanga, •Automassaggio, •Impacco nutriente per capelli e viso	•Shiro Abhyanga •Shiro Pichu •Veicolo per Scrub •Sarvanga Abhyanga •Mukhabhyanga •Impacchi per i capelli •Impacchi al viso	<i>Trattamento</i>
<i>Produttore</i>	SNA	SNA	SNA	SNA INDIA	INDIA	INDIA	<i>Produttore</i>

[1]: i prodotti presenti in questo compendio non hanno attività terapeutica. Le informazioni presentate in queste schede non sono da intendersi come prescrizioni mediche. I suggerimenti vanno considerati alla luce delle condizioni di salute individuali e non intendono sostituirsi né al parere del medico né alle cure.