



AYURVEDISK FARMAKOLOGI

Den ayurvediska medicinen bygger på kunskapen om de sex smakerna och dess effekter.

Smak	Element	Dosha	Effekt
Sött	Jord+vatten	Kapha	Kylande (3)
Salt	Vatten+eld	Kapha+Pitta	Värmande(3)
Surt	Jord+eld	Kapha+Pitta	Värmande (2)
Starkt	Luft+eld	Vata+Pitta	Värmande (1)
Kärvt	Jord+Luft	Kapha+Vata	Kylande (2)
Bittert	Luft+rymd	Vata	Kylande (1)

Smakernas effekt

Smaker som balanserar Vata: - sött, surt och salt

Smaker som balanserar Pitta: - bittert, kärvt och sött

Smaker som balanserar Kapha:- starkt, bittert och kärvt