



Kairali

The Ayurvedic Healing Village

I segreti di guarigione di «Kairali»

EDIZIONE 2.0 · LUGLIO 2026

Ref. KTAHV/HSK/IT/20260925-R1 · Data di emissione 25 settembre 2026



«L'Ayurveda è un sistema medico tradizionale originario dell'India: la scienza della
vita.»



Un caloroso benvenuto

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI «KAIRALI»

Namaste: Le diamo un calorosissimo benvenuto a Kairali — The Ayurvedic Healing Village.

Questo opuscolo è il Suo compagno come paziente a Kairali. La prima parte presenta i principi senza tempo dell'Ayurveda: come intende il corpo, come riconosce lo squilibrio e come ripristina una salute duratura. La seconda parte è una guida alle nostre terapie e ai nostri programmi di trattamento, organizzata per obiettivo di salute, così che Lei possa trovare rapidamente ciò che fa al caso Suo.

Ogni programma a Kairali inizia con una consultazione personale con il nostro medico ayurvedico, che valuta la Sua costituzione unica (Prakriti) ed elabora un piano su misura per Lei. La guida «Trovare il Suo programma» nella Parte 3 è il punto di partenza più semplice, e il nostro team sarà lieto di aiutarLa nella scelta.





Che cosa troverà

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI
«KAIRALI»

Parte 1 · Comprendere l'Ayurveda

- Il significato di Ayurveda
- L'Ayurveda in breve
- L'origine dell'Ayurveda
- Le otto branche dell'Ayurveda
- La diagnosi nell'Ayurveda
- Dosha, Dhatu & Mala
- Il Tridosha — Vata, Pitta & Kapha
- Prakruti — la Sua costituzione unica
- Il trattamento nell'Ayurveda
- Panchakarma — le cinque terapie di purificazione

Parte 2 · Le nostre terapie ayurvediche

- Terapie oleose & massaggi per tutto il corpo
- Terapie Shiro (testa) & Dhara
- Terapie Kizhi (fagottini di erbe)
- Terapie Vasti (bagno d'olio localizzato)
- Cura di occhi, ORL, bocca & viso

Parte 3 · I programmi di trattamento a Kairali

- Trovi il Suo programma — una guida rapida, poi undici sezioni tematiche

Chi siamo

- The Ayurvedic Healing Village
- La promessa Kairali
- Il nostro mondo di prodotti
- Contatti & la nostra rete



PARTE PRIMA

Comprendere l'Ayurveda

Il significato di Ayurveda

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI «KAIRALI»

«Ayusho Veda: Ayurveda» Ayur significa Vita · Veda significa Conoscenza. In essenza, l'Ayurveda è “la conoscenza — o scienza — della vita”.

L'Ayurveda in breve

Nota per le sue terapie rigeneranti e i suoi rimedi naturali, l'Ayurveda resta parte integrante della filosofia indiana del vivere olistico e continua a svolgere ancora oggi un ruolo significativo per una vita sana. Radicata nei principi dell'Atharvaveda, l'Ayurveda mira a ripristinare l'equilibrio: ricerca la causa di fondo di un disturbo, alleviando al tempo stesso i sintomi immediati.

Secondo l'Ayurveda, la salute è lo stato di equilibrio dei Dosha (le tre bio-energie: Vata, Pitta e Kapha), dell'Agni (i fuochi digestivi), dei Dhatu (i sette tessuti corporei) e dei Mala (i prodotti di escrezione del corpo), insieme a uno stato di serenità dell'anima, dei sensi e della mente. Lo scopo di questo approccio olistico è duplice: prendersi cura del corpo e ripristinare l'armonia tra mente, corpo e spirito.

L'origine dell'Ayurveda 🌿

Le origini dell'Ayurveda sono intrecciate con la storia e la tradizione. Si tramanda che la conoscenza sia stata trasmessa dal Signore Brahma attraverso una stirpe di saggi e, col tempo, portata all'umanità per un'esistenza sana e felice. Nella sua forma scritta, l'Ayurveda è custodita nei testi classici: la Charaka Samhita, la Sushruta Samhita e l'Ashtanga Hridaya — noti insieme come Brihatrayee (la Grande Triade) — e la Sharangdhara Samhita, il Bhavaprakasha e il Madhava Nidana — noti come Laghutrayee (la Piccola Triade). Nel corso dei secoli queste opere sono state tradotte in molte lingue, portando l'Ayurveda nel mondo.

Le otto branche dell'Ayurveda 🌿

L'Ayurveda classica è organizzata in otto branche, note nel loro insieme come Ashtanga Ayurveda.

- Kaya Chikitsa (Medicina generale) — Paragonabile alla medicina interna, questa branca tratta i disturbi dell'intero organismo e dei suoi sistemi — respiratorio, digestivo, nervoso e altri — comprese condizioni come asma, bronchite, indigestione, febbre, emorroidi e dolori reumatici.
- Bala Chikitsa / Kaumarabhritya (Pediatria) — La nutrizione, la crescita e la cura dei bambini.

- Graha Chikitsa (Psichiatria) — La psicologia ayurvedica, che affronta le condizioni psicosomatiche e mentali attraverso una combinazione di dieta, yoga, meditazione e terapia con i Mantra.
- Shalakya Chikitsa (Oftalmologia & ORL) — Le malattie di occhi, orecchie, naso, gola e testa. Acharya Nimi è considerato il padre dello Shalakya Tantra.
- Shalya Chikitsa (Chirurgia) — La gestione delle condizioni che richiedono cure chirurgiche o para-chirurgiche e la rimozione di corpi estranei. Sushruta è venerato come il padre della chirurgia.
- Visha Chikitsa / Agada Tantra (Tossicologia) — Lo studio delle tossine naturali e artificiali e dei loro antidoti, compreso il trattamento di morsi e punture.
- Jara Chikitsa / Rasayana (Geriatrica & Ringiovanimento) — La scienza del ringiovanimento, che impiega preparati Rasayana apprezzati per le loro proprietà rigeneranti, anti-invecchiamento e anti-stress.
- Vrishya Chikitsa / Vajikarana (Salute riproduttiva) — La cura della salute e della vitalità riproduttiva maschile e femminile.

La diagnosi nell'Ayurveda 🌿



LO STUDIO DEL MEDICO

Dove la medicina moderna spesso affronta i sintomi, l'Ayurveda guarda all'equilibrio dei dosha, i cicli energetici fondamentali del corpo. Ogni malattia è intesa come manifestazione di uno squilibrio fra queste energie, provocato da fattori interni ed esterni.

L'Ayurveda sostiene che il nostro funzionamento fisico e mentale sia governato da tre dosha — Vata, Pitta e Kapha — a loro volta combinazioni dei cinque elementi: Etere, Aria, Fuoco, Acqua e Terra. Quando i dosha sono in equilibrio, la persona gode di calma e benessere; quando vengono disturbati — dal cambio di stagione, da uno stile di vita sedentario, dall'invecchiamento o da variazioni ormonali — possono seguirne diversi problemi di salute. In armonia, i dosha sostengono uno stato sereno dell'Atma (anima), degli Indriya (sensi) e del Manas (mente).

| Dosha, Dhatu & Mala

«Dosha-Dhatu-Mala Moolam Hi Sareeram» — Il corpo si fonda sui tre Dosha, sui sette Dhatu e sui tre Mala.

Dosha: l'energia che regola i nostri processi fisici e psicologici. I Dosha sono presenti in ogni essere vivente, dalla cellula più semplice all'organismo più complesso; il loro squilibrio dà origine a disturbi e malattie.

Dhatu: uno dei tessuti strutturali del corpo. In equilibrio, i Dhatu sostengono la crescita e il mantenimento dell'organismo.

Mala: uno dei prodotti di scarto del corpo. I Mala sostengono l'eliminazione naturale, assicurando che le scorie vengano continuamente espulse e mantenute entro limiti salutari.

| Il Tridosha — Vata, Pitta & Kapha

I tre dosha governano l'intera fisiologia del corpo: il modo in cui Lei risponde al mondo che La circonda.

Vata

Funzione: governa il movimento ed è alla base di tutti i processi fisici e mentali.

In caso di squilibrio: un Vata elevato può manifestarsi con alterazioni del colorito della pelle, indebolimento dell'addome, dolore e insonnia; un Vata ridotto, con diminuzione dell'attività e riflessi rallentati.

Pitta

Funzione: governa la digestione, la temperatura corporea, la vista, l'appetito, l'intelletto e la salute della pelle.

In caso di squilibrio: un Pitta elevato può manifestarsi con fame e sete eccessive, sensazione di bruciore e sonno disturbato; un Pitta ridotto, con digestione debole, estremità fredde e pelle spenta.

Kapha

Funzione: governa la stabilità, la lubrificazione e la saldezza delle articolazioni.

In caso di squilibrio: un Kapha elevato può manifestarsi con digestione lenta, pesantezza, sonno eccessivo e tosse; un Kapha ridotto, con vertigini, palpitazioni, secchezza della pelle e lassità delle articolazioni.

| Prakruti — la Sua costituzione unica 🌿

Prakruti è la Sua costituzione individuale: il corredo genetico, fisico e mentale che conferisce a ogni persona il suo carattere unico. Si stabilisce al momento del concepimento e plasma non solo il temperamento, ma anche la natura fisica e la predisposizione a determinate condizioni. Comprendere la Prakruti di una persona è quindi essenziale per diagnosticare e trattare la malattia: chi ha una costituzione prevalentemente Vata, per esempio, può essere più soggetto a disturbi articolari come l'artrite.

L'Ayurveda raggruppa la Prakruti in sette grandi tipi, formati da uno o più dosha:

- Vata
- Pitta
- Kapha
- Vata–Pitta
- Pitta–Kapha
- Vata–Kapha
- Tridosha (un equilibrio di tutti e tre)

In pratica, una costituzione a un solo dosha è rara; la maggior parte delle persone è una combinazione di due dosha, nota come Dwidoshaja Prakruti.

In breve: i tre tipi costituzionali

Costituzione Vata: in genere corporatura esile, pelle e capelli secchi, appetito variabile e tendenza a sentire freddo; spesso fantasiosa e sensibile, con un sonno più leggero.

Costituzione Pitta: in genere corporatura media, pelle liscia, appetito forte e memoria acuta e lucida; mal sopporta il caldo, ed è spesso determinata e rapida nel pensiero.

Costituzione Kapha: in genere corporatura solida e robusta con tendenza ad aumentare di peso, pelle grassa e capelli forti; calma, stabile e bonaria, con un sonno profondo e ristoratore.

Il trattamento nell'Ayurveda 🌿



CONSULTAZIONE PRIMA DEL TRATTAMENTO

A Kairali, ogni condizione viene affrontata attraverso uno o una combinazione di tre approcci.

Swastha Chikitsa: cure preventive per chi è in buona salute, concepite per rafforzare il sistema immunitario e il metabolismo attraverso terapia, dieta ed esercizio fisico. Si realizzano principalmente attraverso le terapie Rasayana (ringiovanimento) e Vajikarana.

Shamana Chikitsa: cure palliative che calmano una condizione, in genere per disturbi più lievi. Si somministrano attraverso medicinali per uso interno, come compresse e kashayam (decotti di erbe), in due fasi: Hetu Vipareetam, che affronta la causa immediata, e Vyadhi Vipareetam, un recupero olistico e graduale che inizia e si conclude con una valutazione completa dei dosha.

Shodhana Chikitsa: un trattamento purificatorio che agisce sia sul disturbo sia sullo squilibrio di fondo, con l'obiettivo di ripristinare l'equilibrio di Dosha, Dhatu e Mala. La sua forma principale è il Panchakarma.

Panchakarma — le cinque terapie di purificazione



BASHPA SWEDANA — BAGNO DI VAPORE ALLE ERBE

Tra i trattamenti più antichi dell'Ayurveda e descritto in dettaglio nella Charaka Samhita, il Panchakarma è una purificazione completa del corpo con oli e medicinali a base di erbe appositamente preparati. Attraverso cinque metodi naturali di pulizia che sostengono l'eliminazione propria del corpo, ripristina l'equilibrio tra Vata, Pitta e Kapha e rinnova corpo e mente. A Kairali, il Panchakarma è sempre preceduto da terapie preparatorie e guidato in ogni fase dai nostri medici.

- Vamanam (Emesi terapeutica) — elimina il Kapha in eccesso e il muco accumulato; utile per la congestione respiratoria e per le condizioni Kapha come la psoriasi.
- Virechanam (Purgazione) — pulizia delicata e medicata dell'intestino; indicata per le condizioni legate a Pitta.
- Asthapana / Niruham Vasti (Clistere di decotto) — un clistere di decotto medicato per le condizioni Vata, in particolare del colon; utile per mal di schiena, sciatica e disturbi articolari.
- Anuvasana Vasti (Clistere di olio) — un clistere di olio medicato per le condizioni Vata come artrite e disturbi neuromuscolari; di sostegno in caso di stitichezza.
- Nasyam (Medicazione nasale) — oli medicati somministrati attraverso le vie nasali per liberare i canali della testa e del collo; indicato per sinusite, emicrania e raffreddore cronico.



PARTE SECONDA

Le nostre terapie ayurvediche

Queste terapie sono i mattoni dei nostri programmi. Il Suo medico selezionerà e combinerà quelle più adatte alla Sua costituzione e ai Suoi obiettivi. Sono qui raggruppate per famiglia, per renderle facili da esplorare.

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI «KAIRALI»

Terapie oleose & massaggi per tutto il corpo 🌿



PIZHICHIL — OLIO MEDICATO CALDO

- Abhyangam — Un massaggio sincronizzato di tutto il corpo con oli medicati caldi, eseguito da due terapisti sul tradizionale lettino di legno Droni. Spesso primo passo di ogni programma, migliora la circolazione, il sonno, la vitalità e la salute della pelle, e aiuta il corpo ad adattarsi alle stagioni.
- Pizhichil — Una delle terapie rigeneranti distintive di Kairali. Olio medicato caldo viene versato in flusso continuo sul corpo e massaggiato delicatamente — tradizionalmente apprezzato per i disturbi reumatici, i dolori articolari e la rivitalizzazione generale.
- Udwarthanam — Un massaggio tonificante con polveri di erbe secche che esfolia e tonifica la pelle, stimola la circolazione e sostiene la riduzione del grasso corporeo.
- Udgharshanam — Simile all'Udwarthanam ma con una pasta di erbe umida; favorisce la riduzione della cellulite, rafforza i muscoli ed è utile per alcune condizioni della pelle.

Terapie Shiro (testa) & Dhara 🌿



SHIRODHARA

- Sirodhara — Un flusso continuo e ritmico di olio medicato caldo versato sulla fronte, mentre il terapeuta lavora sui punti di pressione. Profondamente calmante — tradizionalmente apprezzato per lo stress, il sonno e la lucidità mentale.
- Takradhara — Una terapia Dhara con latticello medicato, apprezzata per stress, ansia, disturbi del cuoio capelluto e della pelle, e per un sonno ristoratore.
- Dhanyamala Dhara — Un flusso riscaldante di liquido di erbe fermentato su tutto il corpo, tradizionalmente usato per rigidità, dolori e senso di pesantezza.

- Thalapotichil — Una pasta di erbe rinfrescante applicata sul cuoio capelluto sotto una fasciatura di tessuto, tradizionalmente usata per insonnia, stress e per la salute di capelli e cuoio capelluto.
- Sirovasti — Olio medicato caldo trattenuto sulla testa all'interno di un cappuccio su misura per un tempo stabilito — una terapia classica per il sistema nervoso, tradizionalmente usata per emicrania, disturbi del viso e condizioni croniche della testa.
- Thalam — Una pasta medicata tenuta sulla sommità del capo, tradizionalmente usata per il sonno, il mal di testa e le condizioni della testa e dei sensi.

Terapie Kizhi (fagottini di erbe) 🌿



PINDA SWEDA — TERAPIA CON FAGOTTINI DI ERBE

I Kizhi (si pronuncia “ki-zhi”) sono fagottini caldi di erbe applicati su tutto il corpo. Riempimenti diversi rispondono a esigenze diverse.

- Elakizhi (Patra Pinda Sweda) — Fagottini di foglie medicinali riscaldati nell'olio; sostiene la circolazione e allevia la rigidità, purificando e tonificando la pelle.
- Podikizhi — Fagottini di polveri di erbe, apprezzati per gli spasmi muscolari e la rigidità di muscoli e articolazioni.
- Manjalkizhi — Fagottini di curcuma ed erbe, tradizionalmente usati per alleviare l'infiammazione e il fastidio articolare.
- Narangakizhi — Fagottini di limone, erbe e olio, tradizionalmente usati per rigidità, spalla congelata e dolori di vario tipo.
- Muttakizhi — Fagottini preparati con l'uovo, tradizionalmente usati per la debolezza muscolare e alcuni disturbi neuromuscolari.
- Manalkizhi — Fagottini riscaldati di sabbia pulita e salgemma, tradizionalmente usati per rigidità, gonfiore e fastidi reumatici.
- Kadikizhi — Una terapia con fagottini di erbe al vapore, tradizionalmente usata per la rigidità e i problemi di peso.
- Navarakizhi — Fagottini di riso Navara cotto nel latte alle erbe — nutriente per muscoli e pelle e pregiato come terapia ringiovanente.

Terapie Vasti (bagno d'olio localizzato)



KATI VASTI — ZONA LOMBARE

In queste terapie, olio medicato caldo viene mantenuto per un tempo stabilito all'interno di un argine di impasto di erbe su una zona specifica, oppure somministrato come clistere medicato.

- Kativasti — Per la zona lombare; tradizionalmente usato per rigidità, disturbi discali e sciatica.
- Greevavasti — Per il collo e la regione cervicale; tradizionalmente usato per rigidità cervicale, spasmi e tensioni da lavoro alla scrivania.
- Januvasti — Per le ginocchia; tradizionalmente usato per l'osteoartrosi e i disturbi del ginocchio.
- Urovasti — Per il torace; tradizionalmente usato per sostenere cuore e polmoni e alleviare i fastidi respiratori.

- Matravasti — Un clistere delicato di olio medicato per pacificare Vata; adatto a tutte le età e utile per i fastidi alla schiena.
- Kashayavasti — Un clistere di decotto medicato e procedura centrale del Panchakarma; tradizionalmente usato per le condizioni neuromuscolari.

Cura di occhi, ORL, bocca & viso 🌿



MUKHA ABHYANGA — TRATTAMENTO DEL VISO

- Netradhara — Un lavaggio oculare purificante con liquidi medicati; lenitivo per occhi stanchi e affaticati.
- Netratharpanam — Ghee medicato mantenuto intorno agli occhi entro un argine di erbe — una terapia nutriente tradizionalmente usata per rafforzare gli occhi e sostenere la vista.
- Karnapoornam — Gocce medicate calde trattenute nell'orecchio; tradizionalmente usate per la salute dell'orecchio e i disturbi correlati.

- Nasyam — Oli o polveri medicati somministrati attraverso le vie nasali, con massaggio di testa, collo e spalle; tradizionalmente usato per sinusite, emicrania e raffreddore cronico.
- Dhoompanam — Inalazione terapeutica di fumo medicato — una fase purificante che spesso conclude il Nasyam.
- Kavalagraham & Gandoosham — Gargarismi con olio e mantenimento dell'olio in bocca a scopo terapeutico per la salute orale; tradizionalmente usati per rafforzare denti e gengive e rinfrescare la bocca.
- Mukhalepam — Una maschera viso alle erbe che purifica, illumina e rigenera la pelle.
- Lepam — Impacchi di erbe medicate applicati su una zona specifica per alleviare il fastidio o restituire luminosità alla pelle.



PARTE TERZA

I programmi di trattamento a Kairali

I nostri programmi riuniscono queste terapie in piani strutturati e guidati dal medico. Ciascuno inizia con una consultazione medica e comprende una dieta personalizzata e yoga e meditazione quotidiani. Per i programmi terapeutici si raccomanda un soggiorno minimo di sette notti; il Suo piano, le terapie e la durata potranno essere adattati all'arrivo in base al Suo stato di salute.

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI
«KAIRALI»

Trovi il Suo programma



THAKARADHARA

Non sa da dove cominciare? Individui qui sotto il Suo obiettivo, poi consulti la sezione corrispondente.

SE DESIDERA...	PROGRAMMA · SEZIONE
Rigenerazione e detox (o se non sa da dove cominciare)	Personalized & Customized Healing; Complete Rejuvenation & Detoxification § 1
Un programma classico di Panchakarma	Ayurvedic Panchakarma Detoxification § 1
Sostegno all'immunità / check-up per dirigenti	Immunity Enhancement & Executive Health Assessment § 1

SE DESIDERA...	PROGRAMMA · SEZIONE
Sostegno per peso & metabolismo	Weight Management & Metabolism § 2
Sostegno per diabete & equilibrio glicemico	Diabetes & Metabolic Balance § 2
Sostegno per digestione & salute intestinale	Digestive Wellness & Gut Health Yoga § 2
Sostegno per la salute del cuore / pressione arteriosa	Cardiovascular Health & Blood Pressure § 2
Sostegno per artrite o dolori articolari	Joint Rehabilitation & Arthritis § 3
Sostegno per ernia del disco / sciatica / dolore nervoso	Spinal Disc & Nerve Restoration § 3
Prendersi cura di spondilite / salute della colonna	Spine Care & Spondylitis § 3
Sostegno per il mal di schiena cronico	Chronic Back Pain Relief § 3
Sostegno per dolori a collo / cervicale / parte alta della schiena	Neck & Upper Back Rehabilitation § 3
Sostegno per stress, ansia o burnout	Comprehensive Stress Relief & Mental Wellness § 4

SE DESIDERA...	PROGRAMMA · SEZIONE
Sostegno per sonno / insonnia	Sleep Restoration § 4
Esplorare un sostegno per la riabilitazione dopo ictus / condizioni neurologiche	Neurological Wellness; Paralysis Recovery § 5
Sostegno per la paralisi facciale	Facial Paralysis & Nerve Rehabilitation § 5
Prendersi cura della vitalità della pelle	Skin Vitality Revival § 6
Sostegno per psoriasi / disturbi cutanei cronici	Psoriasis & Chronic Skin § 6
Sostegno per sinusite o emicrania	Sinus & Migraine Relief § 7
Sostenere asma / bronchite / respirazione	Breath Enhancement & Respiratory Health § 7
Prendersi cura di occhi stanchi / vista	Vision Health & Eye Rejuvenation § 7
Sostegno per l'equilibrio ormonale (donne)	Women's Hormonal Balance & Endocrine § 8
Assistenza postnatale dopo il parto	Postpartum Rejuvenation § 8
Cure di supporto durante il trattamento oncologico	Supportive Care for Cancer Patients § 9

SE DESIDERA...	PROGRAMMA · SEZIONE
Sostegno al recupero da una dipendenza	Addiction Recovery & Behavioral Health § 9
Approfondire la pratica di yoga & meditazione	Kairali's Yoga & Meditation Package § 10
Imparare l'Ayurveda / formazione professionale	Ayurveda Training Programs § 11

1 · Disintossicazione, rigenerazione & prevenzione



Il cuore dell'esperienza ayurvedica: purificare, ripristinare e proteggere la Sua salute.

Programma di guarigione personalizzato e su misura di Kairali

Swasthya Anukūla Chikitsa

Kairali's Personalized & Customized Healing Program

Se ha dei dubbi su dove cominciare, inizi da qui: un piano interamente su misura, costruito attorno alla Sua consultazione e ai Suoi obiettivi personali.

Terapia completa di rigenerazione & disintossicazione

Shodhanam Karma

Complete Rejuvenation & Detoxification Therapy

Ripristina e ripara i tessuti del corpo, migliora la circolazione e rinnova energia e pelle: un reset completo.

Terapia di disintossicazione ayurvedica Panchakarma

Pañchakarma

Ayurvedic Panchakarma Detoxification Therapy

La classica purificazione in cinque fasi per una pulizia profonda e il riequilibrio dei dosha.

Programma ayurvedico di disintossicazione preventiva & rigenerativa

Swasthya Rakshana Chikitsa

Preventive Health & Regenerative Ayurvedic Detox Program

Una disintossicazione più delicata e preventiva per mantenere salute e vitalità nel lungo periodo.

Terapia di rafforzamento immunitario & check-up per dirigenti

Ojasvardhana Chikitsa

Immunity Enhancement & Executive Health Assessment Therapy

Rafforza immunità e metabolismo insieme a una valutazione dello stato di salute: ideale per professionisti molto impegnati.

2 · Peso, metabolismo, digestione & salute del cuore



Programmi orientati allo stile di vita per peso, metabolismo, digestione e benessere cardiovascolare.

Terapia per la gestione del peso & il metabolismo

Sthoulyaghna Chikitsa

Weight Management & Metabolism Therapy

Un piano su misura di dieta, yoga e terapie per favorire una sana gestione del peso e del metabolismo.

Terapia per il diabete & l'equilibrio metabolico

Madhumeha Chikitsa

Diabetes & Metabolic Balance Therapy

Sostiene un sano equilibrio della glicemia e la funzione metabolica attraverso terapia ayurvedica e stile di vita.

Yogaterapia per il benessere digestivo & la salute intestinale *Agni Dīpanam Yoga Chikitsa*

Digestive Wellness & Gut Health Yoga Therapy

Ripristina la forza digestiva (Agni) e la salute intestinale attraverso terapia, dieta e yoga.

Trattamento per la salute cardiovascolare & la pressione arteriosa *Rakta Samadama Chikitsa*

Cardiovascular Health & Blood Pressure Treatment

Sostiene la salute del cuore e una pressione arteriosa sana attraverso terapia ayurvedica e indicazioni sullo stile di vita.

3 · Articolazioni, colonna vertebrale & schiena 🌿



JANU VASTI — GINOCCHIO

Sollievo mirato e riabilitazione per articolazioni, colonna e schiena.

Riabilitazione articolare & trattamento dell'artrite

Sandhivātam Chikitsa

Joint Rehabilitation & Arthritis Treatment

Per osteoartrosi, artrite reumatoide e dolori articolari; combina terapie con oli di erbe, medicinali per uso interno e movimento guidato per favorire la mobilità.

Trattamento dei dischi vertebrali & dei nervi

Snāyu Bala Chikitsa

Spinal Disc & Nerve Restoration Treatment

Per disturbi discali e compressione nervosa, come ernia del disco e sciatica.

Salute della colonna & trattamento della spondilite

Merudaṇḍa Chikitsa

Spine Care & Spondylitis Treatment

Cure mirate per la spondilite e le condizioni correlate della colonna vertebrale.

Trattamento del mal di schiena cronico

Kaṭi Shūla Chikitsa

Chronic Back Pain Relief Treatment

Un programma mirato per alleviare il mal di schiena di lunga data e ricostruire la forza.

Riabilitazione di collo & parte alta della schiena

Manyastambha Chikitsa

Neck & Upper Back Rehabilitation Treatment

Per spondilosi cervicale, rigidità del collo e tensioni da lavoro alla scrivania.

4 · Stress, sonno & benessere mentale 🌿



SHIRO ABHYANGA — TRATTAMENTO DELLA TESTA

Ritrovare calma, concentrazione e un sonno ristoratore.

Programma completo di gestione dello stress & benessere mentale

Manas Shān̥thi Chikitsa

Comprehensive Stress Relief & Mental Wellness Program

Terapia ayurvedica, yoga, meditazione e tecniche di respirazione per alleviare lo stress e costruire una resilienza da portare a casa con sé.

Terapia di ripristino del sonno

Nidrā Chikitsa

Sleep Restoration Therapy

Un programma dedicato a favorire un sonno profondo e naturale.

Programma yoga di riequilibrio di stress & energia

Prāna Sāmya Yoga Chikitsa

Yoga-Based Stress & Energy Reset Program

Un programma incentrato sullo yoga per riequilibrare l'energia, calmare il sistema nervoso e ripristinare la vitalità.

5 · Cure neurologiche & riabilitazione dalla paralisi



Cure riabilitative e di supporto per il sistema nervoso.

Terapia per il benessere & la funzione neurologica

Majjā Poshanam Chikitsa

Neurological Wellness & Function Therapy

Cure di supporto per le condizioni neurologiche e neuromuscolari; nutre il sistema nervoso (majja dhatu).

Terapia di recupero & riabilitazione dalla paralisi

Pakshāghāta Chikitsa

Paralysis Recovery & Rehabilitation Therapy

Un programma di riabilitazione strutturato per sostenere il recupero e la mobilità.

Terapia per la paralisi facciale & la riabilitazione nervosa

Ardita Chikitsa

Facial Paralysis & Nerve Rehabilitation Therapy

Cure mirate per la paralisi facciale e le condizioni nervose correlate.

6 · Salute della pelle 🌿



UDWARTHANAM — TERAPIA CON POLVERI DI ERBE

Per una pelle sana e luminosa: dalla vitalità quotidiana ai disturbi cronici.

Trattamento ayurvedico di rivitalizzazione della pelle

Ayurveda Skin Vitality Revival Treatment

Tvachā Navīkarana Chikitsa

Rigenera e illumina la pelle e favorisce una luminosità naturale.

Trattamento della psoriasi & delle affezioni cutanee croniche

Psoriasis & Chronic Skin Treatment

Kushṭham Shamana Chikitsa

Cure dedicate e di più lunga durata per la psoriasi e altre condizioni croniche della pelle.

7 · Vie respiratorie, seni paranasali & occhi 🌿



NASYAM — TERAPIA NASALE

Sollievo per la testa, il respiro e i sensi.

Trattamento per sinusite & emicrania

Nasyam Chikitsa

Sinus & Migraine Relief Treatment

Combina il Nasyam e le terapie correlate per sinusite ed emicrania, dai casi lievi a quelli cronici.

Terapia per il potenziamento del respiro & la salute respiratoria

Shwasa Roga Chikitsa

Breath Enhancement & Respiratory Health Therapy

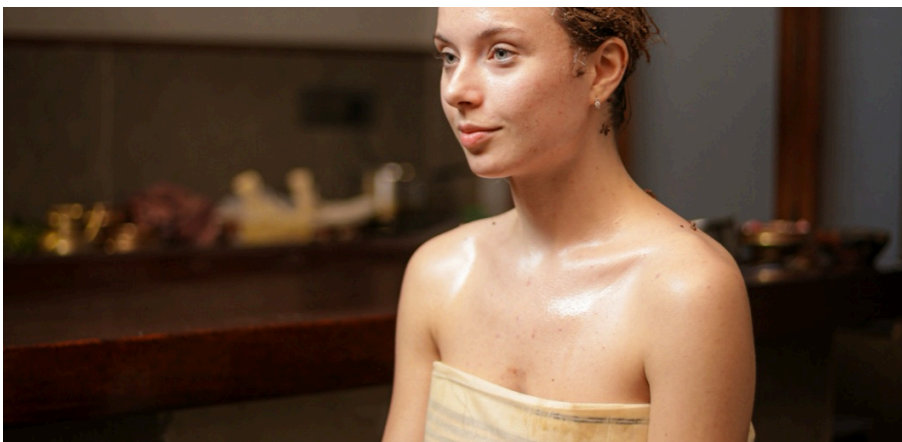
Cure di supporto per asma, bronchite e benessere respiratorio generale.

Terapia per la salute della vista & la rigenerazione oculare *Netram Chikitsa*

Vision Health & Eye Rejuvenation Therapy

Lenisce gli occhi stanchi e sostiene la salute oculare con Netradhara, Netratharpanam e terapie correlate.

8 · Salute della donna 🌿



THALAPOTHICHIL — IMPACCO DI ERBE PER LA TESTA

Cure pensate attorno al benessere della donna.

Terapia per l'equilibrio ormonale & endocrino della donna *Strī Swāस्थ्यam Rakshana*

Women's Hormonal Balance & Endocrine Therapy

Sostiene l'equilibrio ormonale ed endocrino attraverso terapia ayurvedica, dieta e stile di vita.

Terapia di rigenerazione post-partum

Sutikā Paricharya

Postpartum Rejuvenation Therapy

Cure rigeneranti dopo il parto per tonificare e rafforzare il corpo, con dieta e regime guidati.

9 · Cure specialistiche & di supporto

Cure specialistiche e strutturate per condizioni complesse e delicate.

Terapia per il recupero dalle dipendenze & la salute comportamentale

Madātyaya Chikitsa

Addiction Recovery & Behavioral Health Therapy

Un programma strutturato e sotto supervisione medica che combina disintossicazione, yoga, counselling e indicazioni sullo stile di vita per sostenere il recupero dalla dipendenza.

Terapia di supporto per pazienti oncologici

Karkaroga Sahāyam Chikitsa

Supportive Care Therapy for Cancer Patients

Assistenza ayurvedica delicata, di supporto, con l'intento di favorire comfort, forza e qualità della vita. Si tratta di un'assistenza complementare: non guarisce il cancro e non sostituisce i trattamenti oncologici, ed è concepita per affiancare l'assistenza della Sua équipe oncologica curante.

IO · Programmi di yoga & meditazione

Programmi incentrati su yoga e meditazione, che possono essere abbinati alle terapie o seguiti da soli. Lo yoga di gruppo ogni mattina e la meditazione guidata ogni sera accompagnano ogni programma di trattamento; i laboratori settimanali di Ayurveda e yoga e i corsi di cucina ayurvedica sono aperti a tutti i pazienti.

Pacchetto yoga & meditazione di Kairali

Dhyāna-Yoga Shibiram

Kairali's Yoga & Meditation Package

Un'immersione curata in yoga, pranayama e meditazione — yoga privato all'alba e mindfulness guidata privata, con una terapia ayurvedica al giorno, in un contesto sotto supervisione medica.

Si vedano anche, nelle sezioni di trattamento: Digestive Wellness & Gut Health Yoga Therapy (Sezione 2) e Yoga-Based Stress & Energy Reset Program (Sezione 4).

II · Programmi di formazione in Ayurveda 🌿

Programmi a orientamento formativo per aspiranti allievi e professionisti del benessere, con attestati di corso rilasciati dal Kairali Institute of Panchakarma Therapies. Le lezioni si tengono dal lunedì al venerdì.

Programma Ayurveda di un giorno

Ayurveda Bodha

One Day Ayurveda Program

Un laboratorio introduttivo con teoria di base, dimostrazione video e un Abhyangam di 45 minuti: ideale per principianti che desiderano avvicinarsi all'Ayurveda.

Programma Ayurveda di tre giorni

Ayurveda Sadhana

Three-Day Ayurveda Program

Un breve programma immersivo con teoria quotidiana, pratica personale guidata e una terapia premium al giorno: per la rigenerazione personale e una comprensione più profonda.

Programma Ayurveda di una settimana

Praveena

One Week Ayurveda Program

Un corso di competenze professionali che introduce cinque terapie fondamentali: pensato per terapisti in attività, operatori del benessere e allievi motivati.

Programma avanzato di formazione in Ayurveda, Livello 1

Ayurveda Visheshagya Prathama

Advanced Ayurveda Training Program Level 1

Formazione intensiva su anatomia applicata, sei terapie e competenze di base per la consultazione, per professionisti del benessere che desiderano apprendere le basi dell'orientamento ayurvedico.

Programma avanzato per consulenti terapeuti dello stile di vita ayurvedico, Livello 2

Ayurveda Paramarshaka Dwitiya

Advanced Ayurveda Lifestyle Consultant Therapist Program Level 2

Formazione completa sui principi del Panchakarma, erboristeria, analisi della Prakriti e gestione dello stile di vita, con rilascio di un attestato di corso da parte del Kairali Institute of Panchakarma Therapies. L'attestato non costituisce un'abilitazione professionale né una qualifica professionale riconosciuta al di fuori dell'istituto.

Dettagli dei corsi e ammissioni: www.kairali.guru
oppure info@kairali.com.

Tutti i trattamenti sono eseguiti da medici ayurvedici (BAMS, India) e terapisti qualificati, e ogni programma inizia con una consultazione medica all'arrivo, nella quale il Suo medico conferma il programma, le terapie e la durata più adatti al Suo stato di salute. Come per ogni trattamento, i risultati variano da paziente a paziente. Scarichi il listino prezzi aggiornato — in INR, USD o EURO — su ktahv.com, oppure si rivolga al nostro team prenotazioni.





The Ayurvedic Healing Village, Palakkad

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI
«KAIRALI»

Adagiato su 65 acri (circa 26 ettari) di rigogliosa vegetazione a Palakkad, in Kerala, ai piedi dei Ghati Occidentali, Kairali — The Ayurvedic Healing Village è la struttura di punta del Kairali Ayurvedic Group. Ospedale ayurvedico accreditato NABH, ospita 30 ville progettate individualmente e costruite secondo i principi del Vaastu, dove si pratica l'Ayurveda classica.

Qui, oli e medicinali tradizionali vengono preparati e somministrati da medici e terapisti esperti, appartenenti a una stirpe familiare votata all'Ayurveda, perché Lei possa ripartire con corpo e mente rilassati, rinvigoriti e rigenerati.



Classic Villa

Deluxe Villa

Royal Villa

Maharaja Suite

Riconoscimenti: TripAdvisor Travellers' Choice Award 2026; National Geographic Traveller (UK) Spa & Wellness Collection 2026; PATWA International Travel Award 2026 (ITB Berlin): Best Retreat Wellness (India); Haute Grandeur Global Excellence Awards 2026: Best Wellness Retreat India e Best Ayurveda Retreat India.

Le Sue giornate a Kairali 🌿



GREEVA PICHU — COLLO

Oltre alle Sue terapie, esperienze quotidiane gratuite La aiutano a vivere l'Ayurveda. Una settimana tipo comprende:

GIORNO	ESPERIENZA GRATUITA
Lunedì	Visita alla fattoria
Martedì	Principi fondamentali dell'Ayurveda, con un medico
Mercoledì	Dimostrazione di cucina, con il nostro chef
Giovedì	Lezione sullo yoga, con un insegnante di yoga (e visita al giardino delle erbe)

Venerdì	Le routine quotidiane nell'Ayurveda, con un medico
Sabato	Dimostrazione di cucina, con il nostro chef
Domenica	Cosa fare e cosa evitare nell'Ayurveda, con un medico

Meditazione guidata (17:15–17:45): Respirazione consapevole il lunedì, Meditazione camminata il mercoledì e Canto dell'Om il venerdì. È possibile organizzare anche una visita al nostro stabilimento di produzione: chiedi alla Reception.





La promessa Kairali

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI
«KAIRALI»

A Kairali crediamo che la buona salute inizi quando corpo, mente e spirito sono in pace e in armonia. Questa convinzione è il principio fondante di ogni trattamento offerto all'Healing Village. Guidati dal sapere tramandato attraverso le generazioni della nostra famiglia ayurvedica, e da oli e formulazioni perfezionati in anni di pratica, guardiamo oltre il sintomo immediato, con terapie che mirano a rigenerare e disintossicare il corpo e ad affrontare lo squilibrio alla sua origine.

Per noi il benessere è più della salute fisica: si riflette nelle Sue emozioni e nel Suo entusiasmo di vivere la vita in pienezza.

«Kairali — salute attraverso l'Ayurveda dal 1908.»



Il nostro mondo di prodotti

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI
«KAIRALI»

Oltre l'Healing Village, Kairali porta l'Ayurveda nella vita di ogni giorno.

- Ayurveda tradizionale — un sistema medico tradizionale originario dell'India.
- Medicinali ayurvedici proprietari — le formulazioni ayurvediche di Kairali.
- Prodotti biologici ayurvedici proprietari — la gamma di formulazioni ayurvediche di Kairali.
- Infusi ayurvedici alle erbe — un'alternativa erboristica per vivere più sani.
- Kair by Kairali — cosmetici alle erbe ispirati all'Ayurveda.
- Libri — oltre un secolo di eredità e tradizione, resi accessibili.

Acquisti online su kairaliproductions.com.



Contatti & la nostra rete

I SEGRETI DI GUARIGIONE DI «KAIRALI»

L'Healing Village

Kairali — The Ayurvedic Healing Village

P.O. Olassery, Kodumbu, Distretto di Palakkad – 678551, Kerala, India

Prenotazioni (IVR): +91 9555 156 156 · WhatsApp: +91 92898 38797

E-mail: info@kairali.com · ayurvedichealingvillage.com

Sede centrale

Kairali Ayurvedic Group

D-130, Block D, Ambedkar Colony, Mehrauli, Nuova Delhi –
110030, India

Tel: +91 9555 156 156 · E-mail: info@kairali.com

La nostra rete

Dal primo centro di trattamento, aperto a Delhi nel 1989, i centri ayurvedici di Kairali si estendono oggi in cinque paesi, accanto all'ospedale principale qui in Kerala.

In India: Nuova Delhi (Mehrauli e Siri Fort), Gurgaon, Faridabad, Patna, Guwahati, Raipur e Vadodara.

All'estero: Giappone (Yokohama, e Seijyo e Minamiaoyama a Tokyo), Mauritius (Phoenix), Repubblica Ceca (Praga) e Kuwait.

Trovi il centro più vicino su kairalicenters.com.

Il Gruppo Kairali online

- kairali.com — Sito del Gruppo — le nostre origini e le nostre divisioni
- ayurvedichealingvillage.com — L'Healing Village — il nostro ospedale ayurvedico di punta
- kairalicenters.com — Centri ayurvedici diurni
- ayurvedafranchise.com — Opportunità di franchising nel mondo
- kairaliproductions.com — La gamma completa di prodotti ayurvedici
- kairbykairali.com — Cosmetici alle erbe
- kairalitea.com — Infusi & tè ayurvedici
- kairaliorganic.com — Formulazioni ayurvediche
- kairali.guru — Corsi di formazione ayurvedica
- whyayurveda.org — Il blog Kairali sull'Ayurveda

ayurvedichealingvillage.com

Programmi, medici e come raggiungerci.

I segreti di guarigione di «Kairali» · Edizione 2.0 · Luglio 2026

Salute attraverso l'Ayurveda · Dal 1908 · © Kairali Ayurvedic

Group

Ref. KTAHV/HSK/IT/20260925-R1 · Data di emissione 25

settembre 2026