

पौधों के औषधीय गुण

धन सिंह¹ एवं मोनिका²

¹पीएच. डी., डॉ. भीमराव अंबेडकर यूनिवर्सिटी, आगरा, उत्तर प्रदेश

²एम. एससी, चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार

भारत देश में ऋषियों ने आज से लगभग 7000 वर्ष पूर्व ही पौधों के औषधीय गुणों को पहचान कर चिकित्सीय क्षेत्र में उनका प्रयोग शुरू कर दिया था। चरक संहिता में 1100 एवं सुश्रुत संहिता में 1270 पादपों के औषधीय गुणों का उल्लेख किया गया है। पुराने समय में बीमारियों के उपचार का एकमात्र साधन पौधे ही थे। इन पौधों को प्राकृतिक रूप में, अर्क या चूर्ण के रूप में कूट-पीसकर प्रयोग किया जाता था। लेकिन अब आज के समय में औषधीय पौधों पर खोज करके अब इनके क्रियाशील तत्वों को पहचान और निकाल कर प्रयोग किया जाने लगा है। यह लेख कुछ महत्वपूर्ण पौधों और उनके औषधीय उपयोगों का वर्णन कर रहा है।

सफेद मूसली

मूसली को मानव मात्र के लिए प्रकृति द्वारा प्रदत्त बहुमूल्य उपहार कहा जाये तो अतिशयोक्ति नहीं होगी। इसका उत्पत्ति स्थान उष्ण व उपोष्ण कटिबंधीय अफ्रीका है। और वहीं से यह पूरे विश्व में फैली है। विश्व में

300 से अधिक प्रजातियाँ हैं, जिनमें से 85 प्रतिशत आज भी अफ्रीका में पाई जाती हैं। इसका उपयोग आयुर्वेदिक, एलोपैथिक, यूनानी दवाइयों के निर्माण हेतु प्रयुक्त होने वाली यह दिव्य जड़ी बूटी है। सफेद मूसली एक कंदयुक्त पौधा होता है, जिसकी अधिकतम ऊँचाई 45 सेमी तक होती है। इसकी कंदिल जड़ें जिन्हें कंद अथवा फिंगर्स की संज्ञा दी जाती है। जंगलों में यह वर्षा ऋतु में स्वयं उग आती है। सफेद मूसली शक्तिवर्धक, मेधावर्धक, प्रसवोपरान्त शारीरिक क्षतिपूर्ति, हृदय दुर्बलता, टॉनिक स्वरूप, बुढ़ापे में कमजोरी दूर करने वाली प्रसिद्ध औषध, प्रजनन क्षमता में वृद्धि के लिए उपयोगी, माताओं में दूध बढ़ाने के लिए भी उपयोगी है। सफेद मूसली को दूसरी शिलाजीत की संज्ञा दी जाती है। चीन, उत्तरी अमेरिका में पाये जाने वाले पौधे जिन्सैंग (पेनेक्स) का विकल्प माना गया है। विदेशों में इसे कैलाग जैसे फ्लेक्स बनाये जाते हैं जिनका पौष्टिक नाशते के रूप में उपयोग किया जाता है।



सफेद मूसली



गिलोय (टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया)



भूमि आंवला (फिलांथस निरूरी)



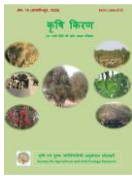
गिलोय

आयुर्वेद शास्त्र में गिलोय को ज्वर की एक उपयोगी औषध मानकर जीवन्ती नाम दिया गया है तथा अमृत के समान गुणकारी होने से इसे अमृता नाम से जाना जाता है। यह समस्त भारत में विशेषकर गरम प्रान्तों में अधिक होती है। हिन्दी में इसे गिलोय, अंग्रेजी में टिनोस्पोरा तथा लेटिन में *टिनोस्पोरा कार्डिफोलिया* कहते हैं। गिलोय की बहुवर्षीय, चिकनी एवं मांसल लता बहुत विस्तार में वृक्षों पर फैल जाती है। शाखाओं से डोरे के समान शोरियाँ निकलकर भूमि की ओर लटकती हैं। इसके पत्ते पान के समान, 2-4 इंच के घेरे में गोलाकार नुकीले, चिकने, पतले, सात से नौ शिराओं युक्त एवं 1-3 इंच लम्बे पर्णवृन्त से युक्त होते हैं। आचार्य चरक ने गिलोय को मुख्यतः वातहर माना है, जबकि बाद के कई आचार्य इसे त्रिदोष हर, रक्तशोधक, प्रतिसंकरामक मानते हैं। विभिन्न अनुपानों के प्रयोग से यह सभी दोषों का शमन कर रक्त शुद्धि करती है, ऐसा माना जाता है। आचार्य सुश्रुत ने गिलोय को तिक्त रस युक्त तथा पित्त, कफ शामक कहा है तथा आचार्य वाग्भट्ट के अनुसार यह प्रमेह,

मधुमेह की तथा सुजाँक की परम औषध है एवं चक्रदत्त के अनुसार यह ज्वर, कुष्ठ व श्लीपद की श्रेष्ठ औषध है। नवीन अनुसंधानों से गिलोय का व्याधि प्रतिकारक गुण व्यापक रूप से प्रमाणित हुआ है।

भूमि आंवला

भूमि आंवला (फिलांथस निरूरी) एक ऐसा पौधा है जो अपने औषधीय गुणों के लिए जाना जाता है। इसके फल बिल्कुल आंवले जैसे दिखते हैं और यह बहुत छोटा पौधा होता है, इसलिए इसे भुई आंवला या भूमि आंवला कहा जाता है। यह बरसात के मौसम में अपने आप उगता है और छायादार नम स्थानों पर पूरे साल उपलब्ध रहता है। भूमि आंवला के पूरे पौधे, ताजे पत्ते और फलों का उपयोग विभिन्न रोगों, विशेष रूप से हेपेटाइटिस, वायरल संक्रमण, गैस्ट्रिक समस्याओं और गुर्दे की पथरी को कम करने के उपचार में किया जाता है। भूमि आंवला में हेपेटोप्रोटेक्टिव, एंटीऑक्सीडेंट, एंटीवायरल, एंटीकैंसर गुण होते हैं। इसलिए, फिलांथस निरूरी में पाए जाने वाले रासायनिक घटकों के रासायनिक गुणों और संरचनात्मक गुणों से संबंधित अध्ययन इस पौधे पर आगे के



शोध के लिए बहुत उपयोगी हैं क्योंकि कई फाइटोकेमिकल्स ने मानव रोगों की एक विस्तृत श्रृंखला के लिए पूर्व और बाद की नैदानिक चिकित्सीय प्रभावकारिता दिखाई है, जिसमें ट्यूमर, गुर्दे की पथरी, हेपेटाइटिस, पीलिया, यकृत कार्सिनोमा, सिस्टिटिस प्रोस्टेटिस, यौन रोग, एनीमिया शामिल हैं। प्रो. राजेंद्र प्रसाद (काय चिकित्सा आयुर्वेद संकाय बी.एच.यू.) ने कहा कि भूम्यआम्लक्यादि घनवटी हेपेटाइटिस (बी) की मरीजों के लिए काफी फायदेमंद है। इससे न केवल एचबीवी की मात्रा कम हो रही है बल्कि इससे यकृत की अन्य समस्याओं जैसे कमजोरी, भूख नहीं लगना व पीलिया भी ठीक हो रहा है। यह यकृत में सूजन, सिकुड़न व कैंसर से बचाव करेगा। बीएचयू आयुर्वेद संकाय के काय चिकित्सा विभाग में भूमि आमला, मुलेठी, दारु हल्दी व तुलसी इन औषधियों को मिलाकर भूम्यआम्लक्यादि घनवटी नाम की दवा बनाई गई है।

ईसबगोल

ईसबगोल एक महत्वपूर्ण औषधीय फसल है। इसका मूल उत्पत्ति स्थान पश्चिम एशिया है। भारत इसका सर्वाधिक उत्पादक एवं निर्यातक देश है। भारत में मुख्य रूप से गुजरात एवं राजस्थान में उगाया जाता है। उल्लेखनीय बात यह है कि वर्तमान में भारत से निर्यात होने वाली औषधीय फसलों में ईसबगोल का प्रथम स्थान है। कुल भारतीय उत्पादन का 90 प्रतिशत भाग विदेशों को निर्यात किया

जाता है। जिससे विदेशी मुद्रा अर्जित होती है। यदि इसे एक बहुउपयोगी एवं निर्यातान्तमुखी फसल की संज्ञा दी जाए तो अतिशयोक्ति नहीं होगी। ईसबगोल के बीज एवं भूसी का विभिन्न प्रकार से औषध निर्माण में उपयोग किया जाता है, ईसबगोल पर आधारित अनेकों औषधियों और पाउडर एवं भूसी भारतीय और अन्तराष्ट्रीय बाजारों में प्रचलित है। ईसबगोल की भूसी पुराने कब्ज, अतिसार, पेट की सफाई, बवासीर, आँव-पेचिश जैसी शारीरिक रोगों को दूर करने हेतु आयुर्वेदिक औषधियों में मुख्य रूप से प्रयुक्त की जाती है। ईसबगोल का काढ़ा सर्दी जुकाम में पिया जाता है।

तुलसी

तुलसी औषधीय गुणों की दृष्टि से एक अमृत बूटी है। भारत में ही नहीं, अपितु विश्व में व्यापक रूप से तुलसी पाई जाती है। तुलसी का जन्म स्थान एशिया के उत्तरी पूर्वी क्षेत्र माने जाते हैं। हिन्दू समाज में तुलसी की पूजा की जाती है और उनके द्वारा प्रतिदिन पौधे का जल चढ़ाना एक पुनीत कार्य माना जाता है, जिसका वर्णन पुराने ग्रन्थों में मिलता है। तुलसी के रस को शहद के साथ लेना कैंसर रोग के उपचार में उपयोगी है। तुलसी स्वाद में चटपटी, कड़वी हल्की रुखी, पचने पर कूट एवं गर्म स्वभाव की होती है। यह विभिन्न रोगों का नाश करने वाली दिव्य औषध है। यह मलेरिया, श्वाँस, कफ, खाँसी, उल्टी, महिलाओं में होने वाले रोग, गठिया,

सनायु, गुर्दा की खराबी से उत्पन्न शोथ, पथरी, सफेद दाग, रक्त में कोलस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ जाना आदि में नियमित रूप से सेवन करने से लाभ होता है। तुलसी में

औषधीय गुणों के अतिरिक्त अनेक ऐसे भी गुण हैं जो जीवन एवं स्वास्थ्य की दृष्टि से महत्वपूर्ण होते हैं। तुलसी का नियमित सेवन हृदय को शक्ति प्रदान करता है।



ईसबगोल

तुलसी

पारिजात /हरसिंगार

पारिजात /हरसिंगार

हरसिंगार को रात की चमेली, पारीजात जैसे कई नामों से भी जाना जाता है। इसका वानस्पतिक नाम *Nyctanthes arbortristis* है। पारिजात या हरसिंगार सुगंधित सफेद फूलों वाला छोटा सजावटी पौधा है। पत्तियां पुराने बुखार, बेचैनी, सिरदर्द, गठिया, जोड़ों के दर्द, जिददी कटिस्नायुशूल के इलाज के लिए दी जाती हैं। यह हिंदू पौराणिक कथाओं में वर्णित एक पवित्र वृक्ष है। पौराणिक

कथाओं के अनुसार भगवान श्री कृष्ण अपनी प्रिय पत्नी सत्यभामा के लिए इस पेड़ को स्वर्ग से लाए थे। यह स्वर्ग में मौजूद पांच पेड़ों में से एक है। इसका उल्लेख इच्छा वृक्ष (Wishing tree) के रूप में किया गया है, जो समुद्र मंथन के दौरान समुद्र से निकला था। यह कई औषधीय उपयोगों के साथ एक दिव्य वृक्ष है।