**कृषि लोक**
कृषि एवं किसान के लिए ई-पत्रिका
http://www.rdagriculture.in
**e-ISSN No. 2583-0937**
कृषि लोक,खंड 02 (04): 164-165, 2022

# गृह वाटिका में कुछ उपयोगी औषधीय व मसालों के पौधे

**सौरभ माहेश्वरी[1] और डा. शकुन्तला गुप्ता[2]**

[1]कीट विज्ञान विभाग
गोविंद बल्लभ पंत कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, पंतनगर, उत्तराखंड

[2]गृह विज्ञान, कृषि विज्ञान केंद्र, नगीना, बिजनौर
सरदार वल्लभ भाई पटेल कृषि और प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, मोदीपुरम, मेरठ

ईमेल: sourabhmaheshwari1998@gmail.com

***Received:*****August 21, 2022;** ***Revised:*** **August 29, 2022*****Accepted:*** **August 30, 2022**

भारत वर्श में जड़ी-बूटियों व मसालों का इतिहास काफी पुराना है। क्योंकि चिकित्सीय उपयोग हेतु वैद्य एवं हकीम अपनी गृह वाटिका में कुछ उपयोगी औषधीय व मसालों के पौधे अवश्य लगाते थे। विश्व स्वास्थ्य संगठन के एक आंकलन के अनुसार विश्व की 80 प्रतिशत जनसंख्या पौध आघारित पारम्परिक चिकित्सा पद्धतियों पर निर्भर हैं। वर्तमान में विश्व के सभी देशों में हर्बल की चर्चा जोरों पर है तथा विभिन्न लगभग दो दशक पहले तक औषधीय पौधों का अधिकांश प्रयोग ग्रामीण तथा गरीब लोगों में होता था। किन्तु राष्ट्रीय तथा अंतरराष्ट्रीय स्तर पर इनकी मांग में आश्चर्यजनक वृद्धि तथा प्रतिवर्ष 8 प्रतिशत की दर से इनका प्रयोग बढ़ता जा रहा हैं इसके अलावा हाल के वर्षो

e-ISSN No. 2583-0937

में आयुर्वैदिक दवाओं हर्बल उत्पाद तथा सौन्दर्य प्रसाधन आदि में भी इनका प्रयोग किया जा रहा है। चिकित्सा पद्धतियों में दवा निर्माण हेतु भारी मात्रा में औषधीय पौधों की मांग बढ़ती जा रही हैं। मांग बढ़ने से औषधीय व मसालों में बाहरी मिलावट कर उसकी जगह अन्य कोई चीज मिलाना या उसमें से तत्व निकाल लेते हैं। दुकानदार अधिक मुनाफे कमाने के चक्कर में औषधी व मसालों में मिलावट कर देते हैं। लेख के माध्यम से गृह वाटिका मे औषधीय व मसालों पौधे के उपयोग की जानकारी लेख के माध्यम से प्रस्तुत है।

## औषधीय व मसाले वाले पौधें का उपयोग

### 1. मुलहठी

मुलहठी का उपयोग खाँसी सर्दी तथा जुकाम में उपयोग किया जाता है। इसके अतिरिक्त तम्बाकू, सिगरेट, पान मिठाइयों चाकलेट्स चुइंगम, बीयर केंडी तथा कड़वी औषधियों में प्रयोग किया जाता है।

### 2. आंवला

इसका उपयोग विभिन्न आयुर्वेदिक औषधियों के निर्माण में जैसे-त्रिफला च्यवनप्राष, आंवला पाक आंवला चूर्ण, आमल की रसायन में किया जाता है।

### 3. हरड़

पेचिस एंव दस्त आदि में यह बहुत लाभकारी है। नित्य प्रातः नियमित रूप से हरड़ लेते रहने से बुढ़ापा कभी नही आता, शरीर थकता नहीं तथा स्फूर्ति बनी रहती है। ऐसा शास्त्रों का मत है।

### 4. भारंगी

भारंगी की जड़ का क्वाथ दमा, एक्यूट व क्रानिक ब्रोंकाइटिस तथा फेफड़ों तथा श्लेशा स्त्रावी रोग में उपयोग किया जाता है।

### 5. ब्राही

ज्यादातर इसे एक स्मृति वर्धक जड़ी-बूटी के रूप में जाना जाता है परन्तु षक्ति बढ़ाने के साथ साथ इसके कई अन्य औशधीय उपयोग भी हैं। उत्तम बलदायक जड़ी-बूटी के रूप में भी विषेश पहचान बनाई है। इसमें आयुवर्धक, बुद्धि, माधुर्य कारक तीन विषेश गुण होते है। इसके अतिरिक्त सौंदर्य प्रसाधनों के निर्माण में इसका उपयोग काफी होता है।

### 6. शंखपुश्पी

स्मृति वर्धक टॉनिक बनाने में उपयोग किया जाता है।

### 7. निर्गुण्डी

निर्गुण्डी का उपयोग खांसी दमा अस्थमां, ब्रॉन्काइटिस की दवाई बनाने में किया जाता है।

### 8. चिरायता

चिरायता का सम्पूर्ण पौधे का प्रयोग किया जाता है। लेकिन अधिकतर उपयोग जड़ों का होता है। चिकित्सा में शक्ति वर्धक भूख बढ़ाने वाली, ज्वर कम करने वाली तथा दाँतो के परजीवी कीड़ो को नष्ट करने वाली औषधी है। यह औषधी चूर्ण क्वाथ, द्रव के रूप में दी जाती है।

### 9. गिलोय

इसके मूल को कुश्ठ रोग में, फल गठिया तथा पीलिया रोग में पत्ते गठिया रोग में, इसके तने का उपयोग वात-ज्वर, कफज्वार, वात, पित्त ज्वर, प्रसूति ज्वर, अम्ल पित्त, श्वेत प्रदर रक्त चाप को नियंत्रण होता है।

### 10. शतावर

इसके कन्द जैसे रसयुक्त मांसल मूल का प्रयोग औषधी के रूप में किया जाता है जिनका प्रयोग बलवर्धक सेक्स, टॉनिक, स्त्रियों के टॉनिक, ल्यूकोरिया तथा एनीमिया के उपचार हेतु भूख न लगने तथा वाचन सुधारने हेतु टॉनिक, मानसिक तनाव से मुक्ति दुग्ध बढ़ाने हेतु औषधी के रूप में होता है।

### 11. अश्व गंधा

इसका उपयोग आयुर्वेद तथा यूनानी औषधीयां बनाने में किया जाता है। इसका प्रयोग जोड़ो की सूजन, अंग घात, रक्त चाप आदि रोगों के उपचार में किया जाता है। इसके पत्ते का प्रयोग त्वचा रोग तथा जख्म भरने में होता है। षक्ति वर्धक औषधियाँ मार्केट में टेबलेट,पाउडर एंव कैप्सूल के रूप में मिलता हैं ।

### 12. हल्दी

इसके कैंसर रोधी गुण विद्यमान है इसका प्रयोग भोजन में किया जाता है, इसका उपयोग कैंसर, चर्मरोग, चोट लगने व दर्द, मासिक धर्म और रक्त षोधक गुण होता है इसके अतिरिक्त मांगलिक अवसरों पर हल्दी का इस्तेमाल किया जाता है।