अध्याय–13
औषधीय पौधों की सामान्य जानकारी एवं उपयोगिता
(Medicinal Plants : General Description & Uses)

1. तुलसी (Ocimum)

प्रचलित नाम (Common Name) : तुलसी, तुलसा, तुलीन
वानस्पतिक नाम (Botanical Name) : *ओसीमम* प्रजाति (*Ocimum* species)
कुल (Family) : लेमिएसी (Lamiaceae)

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। तुलसी के पौधे आज भी जंगली अवस्था में विश्व के अनेक क्षेत्रों में पाये जाते हैं। हिन्दू समाज में तुलसी की पूजा की जाती हैं और उनके द्वारा प्रतिदिन पौधे का जल चढ़ाना एक पुनीत कार्य माना जाता है, जिसका वर्णन पुराने ग्रन्थों में मिलता हैं। तुलसी एक ऐसा पौधा है जिसके सेवन से कई स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं का समाधान होता है। इसकी हरी पत्तियों का सेवन उपयुक्त है, लेकिन औषधियों के लिए इसके तेल का उपयोग किया जाता है। इसके तेल की विदेशों में भारी माँग है, जिसके निर्यात से विदेशी मुद्रा अर्जित की जाती है।

तुलसी अनेक सुगंधित तेलों का अच्छा स्रोत है जो हल्के हरे रंग का होता हैं। इसके तेल में कपूर (कैम्फर), सिट्रॉल, जिरोनीओल, निनाइल ऐसीटेट, मिथाइल, चार्वीकॉल, यूजीनॉल, और प्रसाधन सामग्री बनाने में किया जाता हैं। डेंटल क्रीम, माउथवाश, बेकरी, सूप, सलाद, सॉस, जैम, मुरब्बे और औषधीय रूप में इसके विभिन्न अंगों का उपयोग किया जाता 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 हैं। 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 कोलस्ट्रोल 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।

2. सफेद मूसली

प्रचलित नाम (Common Name) : सफेद मूसली
वानस्पतिक नाम(Botanical Name) : *क्लोरोफाइटम बोरिविलिएनम* एल (*Chlorophytum borivilianum L.*)
कुल (Family) : लिलिएसी (Liliaceae)

भारतीय भाषाओं में नाम

गुजराती	– धोली मूसली
मराठी	– सफेद अथवा सुफेला मूसली
मलयालम	– शैदेबेली
तमिल	– तानिवितांग

मूसली को मानव मात्र के लिए प्रकृति द्वारा प्रदत्त बहुमूल्य उपहार कहा जाये तो अतिश्योक्ति 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। सामान्यतः यह पौधा प्राकृतिक रूप से जंगलों में पाया जाता है, परन्तु जंगलों की अंधांधुध कटाई एवं अपरिपक्व दोहन के फलस्वरूप अब यह पौधा लुप्त होने के कगार पर है और यही कारण है कि अब इसकी विधिवत खेती की ओर पर्याप्त ध्यान दिया जाने लगा 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। ग्रामीण व आदिवासी इसे उखाड़कर सस्ती दरों पर बेच देते हैं। इस स्थिति में मूसली, पूर्णतया तैयार नहीं हो पाती है, जिसके कारण औषधीय गुण भी विकसित नहीं हो पाता है। उच्च गुणवत्ता वाली सफेद मूसली का बाजार मुल्य 1800–2000 रुपये प्रति किलोग्राम है, जबकि विदेशी मुद्रा में इसका बाजार भाव 3000 रुपये प्रति किलोग्राम तक है।

औषधीय उपयोग – 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 जिन्सेंग (पेनेक्स) का विकल्प माना गया है। विदेशों में इसे कैलाग जैसे फ्लेक्स बनाये जाते हैं जिनका पौष्टिक नाश्ते के रूप में उपयोग किया जाता हैं।

3. सनाय (Indian Senna)

सामान्य नाम (Common Name) : सोनामुखी, सनायमकी

वानस्पतिक नाम (Botanical Name) : *केसिया अंगस्टीफोलिया* वहल (*Cassia angustifolia Vahl.*)

कुल (Family) : फैबेसी (Fabaceae)

सनाय (*केसिया अंगस्टीफोलिया*), कुल फैबेसी व उपकुल सिजलपिनाइडी का पौधा है। अरब और सोमालिया में सनाय (स्वर्ण पत्ती) के पौधे जंगली रूप में मिलते हैं। एक अन्य प्रजाति भारत में पाई जाती है। जिसका नाम है *केसिया एक्यूटिफोलिया* विभिन्न भाषाओं में इसके अलग–अलग नाम हैं, जैसे– संस्कृत में मार्कण्डी, मार्कण्डिका(अभिनव) हिन्दी में सनाय, सनायमकी (मुखी), बंगाली में सोनामुखी, गुजराती में मीठी आवल सोनामुखी, कोंकणी में सेनामक्की, अंग्रेजी में इंडियन सेन्ना आदि।

दक्षिण भारत के तिन्नेवेली, मदुराई एवं त्रिचरापल्लि आदि में बड़े पैमाने पर इसकी खेती की जाती है। तिन्नेवली में होने वाली सनाय अरबी की अपेक्षा श्रेष्ठ होती है। भारत में प्रतिवर्ष 20 करोड़ रुपये की सनाय की पत्तियों का निर्यात किया जाता है। राजस्थान के जोधपुर, बाड़मेर, जैसलमेर, बीकानेर व नागौर जिलों की शुष्क जलवायु सनाय के लिए विश्व में सर्वाधिक उपयुक्त है।

औषधीय उपयोग (Medicinal Uses) – सनाय मुख्यतः एक रेचक (Laxative) का कार्य करता है। इसकी पत्तियों एवं फलियों मे सेनोसाइड पाए जाते हैं। जिनका उपयोग औषध निर्माण के लिए किया जाता है। वर्तमान में अनेकों आयुर्वेदिक, एलोपैथिक, यूनानी, एवं होम्योपैथिक औषधियों के निर्माता इसकी पत्तियों का उपयोग विभिन्न औषधियों के निर्माण हेतु कर रहे हैं। उदाहरण के लिए कई कब्जनाशक चूर्ण में सनाय की पत्तियाँ ही होती हैं। इस पौधे से प्राप्त रॉल (Resin) का **'इजिफल असाकदुस'** यूनानी दवा बनाने हेतु उपयोग किया जाता है, जिसका मस्तिष्क और पेट से लसीले पदार्थ निकालने के लिए उपयोग किया जाता हैं।

इसके जूस व पाउडर को कैन्सर व टयूमर के लिए उपयोग किया जाता है। सनाय बीजों को अमलतास के साथ दही में पीस कर त्वचा पर उपस्थित रिंग वॉर्म (Ring-worm) के उपचार हेतु उपयोग किया जाता हैं।

यद्यपि सनाय की पत्तियों का उपयोग प्रमुख पेट की बीमारियों से सम्बन्धित औषध निर्माण के लिए किया जाता है परन्तु इसके साथ–साथ अन्य रोगों की रोकथाम के लिए अन्य औषधियाँ भी बनाई जा रही हैं जैसे पीलिया, अस्थमा, मलेरिया बुखार, अपच आदि।

सनाय का सेवन करने के उपरान्त 6–10 घंटे के अन्दर रेचन क्रिया पूरी हो जाती है। आदती कब्ज के रोगियों में कोष्ठ शुद्धि के लिए सनाय उपयुक्त औषध है। विकृत दोषों के निर्हरण के लिए यह एक उत्कृष्ट औषध है। इसी कारण तृतीयक, चातुर्थिक आदि पर्यायज्वर, पित्तज एवं सोदाजन्य आमवात (संधिवात) एवं कटिशूल, गंधसी, वातरक्त एवं कुपचन के कारण मल शुद्धि न होने से शरीर में मल संचय होने पर अमलताश आदि अन्य उपयुक्त औषधियों के साथ इसका सेवन करने से दूषित पित्त आदि और व्याधिजनक विषों का शरीर से निर्हरण होता है और नवीन शुद्ध पित्तादि उत्पन्न होते है और औषध अपना कार्य भली–भाँति करती है। शोषणोपरान्त सनाय का शरीर से निस्सरण मूत्र, स्तन्य आदि सभी शारीरिक स्रावों से होता है। अतएव स्तनपान कराने वाली स्त्रियों में सनाय का सेवन करते समय इस बात का ध्यान रखना चाहिए क्योंकि माता के सनाय सेवन करने पर स्तनन्धय –शिशु पर भी उसका प्रभाव पड़ सकता हैं। ऐसे शिशुओं में रेचन कराने के लिए सनाय के इस गुण का उपयोग भी किया जाता है।

4. गिलोय

प्रचलित नाम (Common Name) : गुडुची, गिलोय

वानस्पतिक नाम (Botanical Name) : *टीनोसपोरा कार्डीफोलिया* एल. (*Tinospora cordifolia L.*)

कुल (Family) : मेनिसपर्मिएसी (Menispermaceae)

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। प्रायः वसन्त ऋतु में इसके पुराने पत्ते पीले होकर गिर जाते हैं और ज्येष्ठ माह तक नवीन पत्ते निकल आते हैं। उसी समय हरापन युक्त पीले रंग के अथवा केवल पीले रंग के फूलों के गुच्छे आते

हैं। इसके फल मटर के समान होते हैं और पकने पर लाल हो जाते हैं तथा बीज कुछ टेढ़े और चिकने होते हैं।

गिलोय के मूल तथा तने का उपयोग औषध के लिये किया जाता है। ताजी अवस्था में तने की छाल हरी तथा मांसल रहती है तथा उस पर पतली भूरे रंग की बाह्य त्वचा रहती है, जिसकी पपड़ी निकलती रहती है। इस पर छोटे–छोटे गड्ढे होते हैं। इसको काटने से अन्दर का भाग चक्राकार दिखाई देता है। ताजी एवं हरी गिलोय अधिक लाभप्रद होती है। गर्मी में मई माह के अन्त में इसका संग्रह करना चाहिए। प्रयोग के पूर्व इसके ऊपर की छाल खुरचकर निकाल दी जाती हैं। इसमें गन्ध नहीं होती, किन्तु स्वाद कड़वा होता है।

उपयोग

आयुर्वेदिक मतानुसार गिलोय कटु, तिक्त तथा कषाय रस युक्त एवं विपाक में मधुर रस युक्त रसायन, संग्राही, उष्णवीर्य, लघु बलकारक, अग्निदीपक, तथा त्रिदोष, आम, तृषा, दाह, प्रमेह, कास, पाण्डुरोग, कामला, कुष्ठ, वातरक्त, ज्वर और वमि को दूर करती है। यह श्वास, कास, अर्श, मूत्रकृच्छ, हृद्रोग और वात इन सब का नाश करने वाली होती हैं।

गिलोय पत्र आग्नेय, सर्वप्रकार के ज्वर को दूर करने वाले, लघु, कषाय, कटु तथा तिक्त रस युक्त, विपाक में मधुर रस युक्त, रसायन, बलकारक, उष्ण, ग्राही एवं त्रिदोष, तृषा, दाह, प्रमेह, वात, रक्तविकार–वातरक्त, कामला, कुष्ठ तथा पाण्डुरोग को दूर करने वाले 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 सुजाक 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। जीर्ण पूर्ति केन्द्र जनित विकार, जीर्ण विषम ज्वर तथा यकृत की हीन कार्यता आदि में कुछ काल तक गिलोय का प्रयोग करते रहने से लाभ होता है।

5. ईसबगोल (Psyllium)

सामान्य नाम (Common Name) : ईसबगोल

वानस्पतिक नाम (Botanical Name) :

प्लांटैगो ओवेटा फार्स्क (*Plantago ovata* Forsk)

कुल (Family) : प्लांटैजिनेसी (Plantagineceae)

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। गुजरात के मेहसाणा और साबरकांठा जनपदों में लगभग 50,000 हेक्टेयर क्षेत्र में इसकी खेती की जा रही है जबकि राजस्थान के जालौर, पाली, जोधपुर, बाड़मेर, नागौर और सिरोही जनपदों में लगभग 5000 हेक्टेयर क्षेत्र में उगाया जा रहा है। विगत कुछ वर्षों में मध्यप्रदेश के विभिन्न क्षेत्रों, जैसे – मंदसौर जनपद की मल्हार गढ़, मनासा, नीमच, एवं मंदसौर तहसीलों में भी लगभग 5000 हेक्टेयर क्षेत्र में इसका उत्पादन किया जा रहा है। ईसबगोल उत्पादन की सरल प्रक्रिया थोड़े समय में अधिकाधिक लाभ दिलाने वाली एवं इसके उत्पादन की बिक्री हेतु पर्याप्त निर्यात बाजार के साथ–साथ शासकीय मंडी जैसी उत्तम व्यवस्था के कारण इस औषधीय फसल को भारतीय कृषकों ने सहर्ष स्वीकार किया है। उल्लेखनीय बात यह है कि वर्तमान में भारत से निर्यात होने वाली औषधीय फसलों में ईबगोल 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 निर्यातोन्तमुखी फसल की संज्ञा दी जाए तो अतिश्योक्ति नहीं होगी।

औषधीय उपयोग (Medicinal Uses)

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 अर्न्तराष्ट्रीय बाजारों में प्रचलित है।

– ईसबगोल की भूसी पुराने कब्ज, अतिसार, पेट की सफाई, बवासीर मूत्र संस्थान, 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।

– इसका सौन्दर्य प्रसांधन में उपयोग किया जता है।

– ईसबगोल का डाईंग, केलिको प्रिंटिंग, खाद्य प्रसंस्करण उद्योगों, जैसे– आइसक्रीम निर्माण और रंग रोगन के काम में भी प्रयोग किया जाता है।

– ईसबगोल का बचा छिलका प्रोटीन का मुख्य स्त्रोत होता है जिसे मुर्गियों के आहार के रूप में उपयोग किया जाता है।

6. रतनजोत

वानस्पतिक नाम – *जेट्रोफा कर्कस* एल. (*Jatropha quercus L.*)

कुल – यूफोरबियेसी

उत्पत्ति – उत्तर–पश्चिम व मध्य भारत

उपयोगी भाग – बीज

रतनजोत या जंगली अरण्ड एक झाड़ीनुमा 2–7 फीट ऊँचा वन औषधीय पौधा है, जो भारत के सभी प्रान्तों में पाया जाता है। यह साधारणतया पड़त भूमि एवं कृषि भूमि के चारों ओर बाड़ के रूप में पाया जाता है। राजस्थान में यह दक्षिणी अरावली पर्वतमाला के जनजाति बाहुल्य क्षेत्र में पाया जाता है। इसका औषधीय उपयोग अधिक होने के कारण यह अतिमहत्व का हो गया है। इसमें पाया जाने वाला तत्व कैंसर प्रतिरोधक क्षमता वाला होता है। अतः कैंसर सम्बन्धी औषधियों में इसका उपयोग किया जाता है। इसके अतिरिक्त बीजों द्वारा प्राप्त तेल का उपयोग दाद, खुजली, गठिया, लकवां आदि बीमारियों में किया जाता है। इसके पत्तों के स्वरस का उपयोग बवासीर तथा उदर सम्बन्धी रोगों में किया जाता है।

औषधीय उपयोग के अतिरिक्त रतनजोत औद्योगिक दृष्टि से भी एक महत्वपूर्ण पौधा है। इसे सौन्दर्य प्रसाधन, साबुन बनाने, रंगाई में, पशु आहार, कुक्कुट आहार, कीटनाशक आदि बनाने के कच्चे पदार्थ के रूप में भी उपयोग किया जाता है। रतनजोत के बीजों के तेल का जैविक ईंधन (बायो डीजल) के रूप में भी काम ले सकते हैं। ऐसा माना जा रहा है कि आने वाले समय में यह ईंधन के रूप में मील का पत्थर साबित होगा।

अभ्यास प्रश्न

बहुचयनात्मक प्रश्न–

1. तुलसी का वानस्पतिक नाम है –
   (अ) *क्लोरोफाइटम*
   (ब) *टीनोसपोरा कार्डीफोलिया*
   (स) *ओसीमम प्रजाति*
   (द) *जेट्रोफा कर्कस*

2. हिन्दू धर्म में किस पौधे की पूजा कर जल अर्पित करते है?
   (अ) सोनामुखी (सनाय) (ब) गिलोय
   (स) ईसबगोल (द) तुलसी

3. किस औषधीय पौधे का उपयोग रेचक (Laxative) के रूप में होता है?
   (अ) सनाय (ब) तुलसी
   (स) सफेद मूसली (द) गिलोय

4. किस पौधे के बीजों का तेल (बायोडीजल) जैविक ईंधन के रूप में उपयोगी है?
   (अ) ईसबगोल (ब) तुलसी
   (स) रतनजोत (द) सफेद मूसली

5. सफेद मूसली का भारतीय बाजार में मूल्य औसतन होता है –
   (अ) 1800–2000 रू/किलो
   (ब) 500 रू/किलो
   (स) 4000 रू/किलो
   (द) 200 रू./किलो

6. भारत से सर्वाधिक निर्यात किये जाने वाली औषधीय फसल है –
   (अ) तुलसी (ब) गिलोय
   (स) ईसबगोल (द) सफेद मूसली

अतिलघूत्तरात्मक प्रश्न–

7. औषधीय गुणों की दृष्टि से कौनसा पौधा 'अमृता' कहलाता है ?
8. सफेद मूसली का वानस्पतिक नाम क्या है ?
9. किस पौधे में रोग प्रतिकारक गुण पाया जाता है ?
10. ईसबगोल की भूसी का प्रयोग करने से किस रोग में सर्वाधिक लाभ होता है ?
11. ज्वर व रक्तविकार को दूर करने में किस औषधीय पौधे का उपयोग होता है ?
12. सौंदर्य प्रसाधन व साबुन बनाने में किस पौधे का उपयोग होता है ?

लघूत्तरात्मक प्रश्न–

13. तुलसी के रस व तेल में कौन से रसायन पाये जाते हैं ?

14. सफेद मूसली में औषधीय गुण कौन से हैं ? केवल चार बताइए।

15. रिंग वार्म के उपचार हेतु किस औषधीय पौधे का उपयोग किया जाता है ?

16. ईसबगोल का कुल (Family) व वानस्पतिक नाम बताइए।

17. रतनजोत का औद्योगिक महत्व बताइए।

निबंधात्मक प्रश्न–

18. तुलसी के पौधों के उपयोगिता का वर्णन कीजिए।

19. सफेद मूसली की पहचान उपयोग व औषधीय महत्व का सविस्तार वर्णन कीजिए।

20. गिलोय की पहचान, उपयोग व औषधीय महत्व सविस्तार बताइए।

21. ईसबगोल की खेती का प्रसारण, निर्यात व औषधीय महत्व बताइए।

उत्तरमाला–

(1.) स (2.) द (3.) अ

(4.) स (5.) अ (6.) स