CG-04
मेरा शहर, मेरी पहचान
रविवार 3 अप्रैल 2011

“ औषधि के रूप में अदरक का प्रयोग गठिया, यूमेटिक आर्थराइटिस, साइटिका, गर्दन व रीढ़ की हड्डियों की बीमारी होने पर किया जाता है. ”

वाह ! Sund@y

छत्तीसगढ़ में पाई जाने वाली वनस्पतियों में रेडियेशन से लड़ने की अद्भुत शक्ति है. यह बात हममें से बहुतों को नहीं मालूम किंतु 'एलोवेरा' के बाद 'भिरहा' नामक औषधीय वृक्ष की ओर अमेरिका का ध्यान गया है. अमेरिकी सेना द्वारा इस पर किये जा रहे अनुसंधान के प्रारंभिक परिणाम उत्साहजनक रहे हैं. कृषि विज्ञानी पंकज अवधिया के अनुसार पाताल कुम्हड़ा, हड़जोड़ व तुलसी में भी ये गुण मौजूद हैं.इतना ही नहीं, जलीय वनस्पति 'सिंघाड़ा' व 'कमल' में भी प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने की शक्ति है. उपवास के दिनों में इसका इस्तेमाल सामान्य बात है.

भिरहा' का वृक्ष

'भिरहा' पर अमेरिका में अनुसंधान, एलोवेरा के गुणों से सब वाकिफ

छग की वनस्पतियां लड़ेंगी रेडियेशन से

जापान से दुनिया भर में फैल रहा रेडियेशन हजारों मील दूर कैलिफोर्निया के साथ ही पड़ोसी देश चीन, दक्षिण कोरिया और वियतनाम तक पहुंच गया है. इस रेडियेशन का सीधा प्रभाव आम लोगों के स्वास्थ्य पर पड़ने वाला है. श्री अवधिया ने बताया कि दुनिया भर के वैज्ञानिक रेडियेशन के दुष्प्रभाव को आंकने और इससे बचने के उपाय की खोज में लगे हैं. पहली सलाह के तौर पर आम लोगों को बारिश से बचने की सलाह दी जा रही है. राजधानी में भी पिछले दिनों हल्की-फुल्की बारिश हुई पर आम लोगों को इससे बचने की सलाह नहीं दी गयी. दुनिया भर के वनस्पति वैज्ञानिक नाना प्रकार की वनस्पतियों के उपयोग की सलाह दे रहे हैं ताकि रेडियेशन के हानिकारक प्रभाव से बचा जा सके. छत्तीसगढ़ की बहुत सी जड़ी-बूटियां दुनिया को इस संकट के दौर में मदद कर सकती है. वनस्पति वैज्ञानिक शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने पर विशेष जोर दे रहे हैं ताकि रेडियेशन के प्रभाव से शरीर जूझ सके और कैंसर जैसे विकारों को पनपने का अवसर न मिले.

पाताल कुम्हड़ा है उपयोगी

पाताल कुम्हड़ा छत्तीसगढ़ की जानी-मानी औषधीय वनस्पति है. राज्य के जंगलों में यह पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध है. इसका वैज्ञानिक नाम प्युरेरिया ट्यूबरोसा है. आम तौर पर शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए सैकड़ों औषधीय मिश्रणों में इसका प्रयोग होता है. विदेशों में इसके औषधीय गुणों को न जानने वाले कृषि वैज्ञानिकों ने इसे बेकार पौधे का दर्जा दे दिया था पर अब इस नाभिकीय संकट के बाद उन्हें होश आया है और उन्होंने इसके उपयोग के बारे में प्रचार करना आरम्भ कर दिया है. कैंसर के रोगियों की चिकित्सा के लिए रेडियेशन का संतुलित प्रयोग होता है पर इस प्रयोग से कई प्रकार के विकार रोगी के अंदर पैदा हो जाते हैं. इन विकारों को दूर करने के लिए राज्य के पारम्परिक चिकित्सक नाना प्रकार की वनस्पतियों का प्रयोग करते हैं. इनमें पाताल कुम्हड़ा का नाम शीर्ष वनस्पतियों में है. श्री अवधिया बताते हैं कि वनस्पति वैज्ञानिक सीधे ही जमीन से पूरी तरह तैयार कंदों को खोदकर खाने की सलाह दे रहे हैं पर उन स्थानों में जहां इसकी प्राकृतिक उपलब्धता नहीं है, इससे बने औषधीय मिश्रणों को खाने की सलाह दी जा रही है. राज्य के वनवासियों के बीच इसका प्रयोग बहुत लोकप्रिय है. यह माना जाता है कि वर्ष में एक बार इसका प्रयोग सालभर नाना प्रकार के रोगों के बचा कर रखता है. संभव है कि रेडियेशन के दुष्प्रभाव से वनवासी शहरियों की तुलना में कम प्रभावित हों. शहरों में तो फास्ट फूड का अधिक बोलबाला है.

हड़जोड़ ने बनाई पहचान

मोटापे पर नियन्त्रण करने वाली वनस्पति के रूप में हाल ही मे दुनियाभर में छाई हड़जोड़ नामक वनस्पति का प्रयोग हड्डी जोड़ने में माहिर पारम्परिक विशेषज्ञ पीढ़ियों से करते रहे हैं. राज्य में हजारों पारम्परिक नुस्खों में इस वनस्पति को मुख्य घटक के रूप में डाला जाता है. वन्य प्राणी भी इसके दिव्य औषधीय गुणों से परिचित हैं. इसका वैज्ञानिक नाम सिसस क्वाड्राऐन्गुलेरिस है. राजधानी की गृह वाटिकाओं में इस बेल को उगते देखा जा सकता है. रेडियेशन से बचाव में इसकी अहम भूमिका है, यह दुनिया भर में किये गए शोधों से पता चला है. यह वनस्पति भी शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ा देती है जिससे कि शरीर आस-पास हो रहे बदलाव से प्रभावित नहीं होता है. परमाणु युद्ध के समय विशेष फौजी दस्तों के साजो-सामान में इस वनस्पति के लिए विशेष स्थान होता है. दुनिया भर में लोग भले ही न जाने पर राज्य में इससे पारम्परिक व्यंजन बनाये जाते हैं. हड़जोड़ का औषधीय चावल के साथ तैयार किया गया चीला और स्वादिष्ट हलवा न केवल लोगों का स्वाद बढ़ाता है बल्कि अच्छा स्वास्थ्य भी प्रदान करता है.

भिरहा ने खींचा अमेरिका का ध्यान

श्री अवधिया के अनुसार एलो की तरह भिरहा नामक औषधीय वृक्ष की छाल का सत्व त्वचा को रेडियेशन से बचा सकता है. अमेरिकी सेना इस पर अनुसन्धान कर रही है और आरम्भिक परिणाम उत्साहवर्धक है. उन्होंने प्रयोग के लिए भिरहा राज्य के जंगलों से ही एकत्रित किया है. पारम्परिक चिकित्सा में इसका प्रयोग पहले से हो रहा है. यह प्रयोग लोकप्रिय है जो यह बताता है कि यह कितना प्रभावी है. राज्य के जंगल माफिया के बीच भिरहा लोकप्रिय है. यही कारण है कि जलाऊ लकड़ी से लेकर विभिन्न घरेलू उपयोग के लिए इसे लगातार काटा जा रहा है. अमेरिका जिस वनस्पति का लोहा मान रहा है उसकी राज्य में ऐसी हालत चिंताजनक है.

वनस्पतियों की ओर खींचे वैज्ञानिक

श्री अवधिया ने बताया कि दुनिया भर के वैज्ञानिक आन-लाइन लगातार वनस्पतियों के प्रयोग पर चर्चा कर रहे हैं. जापान के लोगों पर सबसे ज्यादा संकट है. वहां अन्न खाने योग्य नहीं रहा है और पानी पीने योग्य. दूसरे देश से लाया गया पानी उनकी प्यास बुझा रहा है. ऐसे में किसी भी वनस्पति का नाम सामने आने पर वे तुरंत ही उसका प्रयोग करने लगते हैं. हाल में एक अमेरीकी वैज्ञानिक ने सुझाया कि गेहूं से बनी बीयर में रेडियेशन के कारण होने वाली गुणसूत्रीय विकृति में कमी आती है तो जापानी सुपरमार्केट से कुछ ही घंटों में यह बीयर गायब हो गयी. जापान के आम लोगों को भारत से बड़ी उम्मीदें हैं और वे भारतीय औषधीय विशेषज्ञों की सलाहों को अपना रहे हैं.

सिंघाड़ा, कमल में आयोडीन मौजूद

श्री अवधिया ने बताया कि जापान के फुकुशीमा रिएक्टर से निकले रेडियेशन में रेडियोएक्टिव आयोडीन प्रमुख है. शरीर में आयोडीन की कमी होने पर शरीर इस घातक रेडियेशन को ग्रहण कर लेता है और थाईराइड का कैंसर हो जाता है पर जब शरीर में आयोडीन की पर्याप्त मात्रा होती है तब यह शरीर द्वारा नहीं लिया जाता है. इसी आधार पर जापान में आयोडीन की टेबलेट बांटी जा रही है. चीन और भारत में चूंकि खाने के नमक में आयोडीन होता है इसलिए आयोडीन की कमी का सवाल ही नहीं उठता है. पर आज भी आदिवासी अंचलों में खड़ा नमक प्रचलन में है. वहां आम लोगों के लिए रेडियोएक्टिव आयोडीन खतरा बन सकता है. बहुत सी जलीय वनस्पतियां हैं जिनमें प्राकृतिक रूप से आयोडीन होता है. सिंघाड़ा और कमल इनमें से प्रमुख है. दोनों ही राज्य में प्रचुर मात्रा में है. राजधानी के तालाबों में इनकी खेती की जा रही है. उपवास के दौरान खाया जाने वाला सिंघाड़े का हलवा न केवल शरीर को मजबूती प्रदान करता है बल्कि रोगों से भी बचाता है. कमल से प्राप्त पोखरा और ढेंस राजधानी में लोकप्रिय और आसानी से उपलब्ध है. समुद्र तटों में रहने वाले समुद्री वनस्पति सीवीड का उपयोग इसी उद्देश्य के लिए करते हैं.

सैनिक भी कर रहे एलोवेरा का इस्तेमाल

एलो वेरा के पेट साफ करने वाले गुण ने विदेशों में इसे लोकप्रिय किया हुआ है. संकट की इस घड़ी में इसका उपयोग बढ़ गया है. वनस्पति वैज्ञानिक मानते हैं कि इसका विवेकपूर्ण उपयोग शरीर से बाहरी विकारों को निकाल सकता है. पर वे यह भी चेताते हैं कि एक सप्ताह से अधिक लगातार इसका आंतरिक उपयोग न किया जाए क्योंकि इसका लगातार प्रयोग कोलोन कैंसर उत्पन्न कर सकता है. पीढ़ियों से दुनियाभर के वनवासी शरीर की रक्षा के लिए एलो के गूदे का बाहरी प्रयोग कर रहे हैं. जंगल यात्रा के पहले इसे पूरे शरीर में लगा लिया जाता है ताकि त्वचा हानिकारक कीटों से बची रहे. रेडियेशन से भरे आधुनिक युद्ध पोतों में रहने वाले सैनिकों को भी एलो के गूदे से त्वचा की देखभाल करने की सलाह दी जाती है. इससे वे रेडियेशन के दुष्प्रभाव से लम्बे समय तक बचे रहते हैं. राजधानी में एलो सभी रूपों में प्रचुर मात्रा में उपलब्ध है और इसका प्रयोग आम लोगों के बीच लोकप्रिय है पर जैसा आपने पहले पढ़ा है, इसके विवेकपूर्ण उपयोग की जरूरत है.

तुलसी बड़े काम की

जापानी रेडियेशन दुनिया भर के जल स्त्रोतों को प्रदूषित कर रहा है. भारत में जल को अशुद्धियों से मुक्त रखने के लिए तुलसी का प्रयोग पीढ़ियों से होता आया है. तुलसी में बारह प्रकार की समान गुणों वाली वनस्पतियां मिलाकर जल स्त्रोतों को रेडियेशन के हानिकारक प्रभावों से बचाया जा सकता है. तुलसी के पौधे हमारे यहां हर हिंदू के यहां मिल जायेंगे. कारण, इसके पौधे को जहां घर में लगाना शुभ माना जाता है वहीं इसके सेवन से विभिन्न रोगों में मिलने वाले लाभ से प्रायः हम सभी परिचित हैं.