

हेल्थ इंश्योरेंस साबित हो सकता है पत्थरचट्टा

कृषि कुंभ (जुन, 2022), खण्ड 02 भाग 01,
पृष्ठ संख्या 37-38



हेल्थ इंश्योरेंस साबित हो सकता है पत्थरचट्टा

डॉ. रुद्र प्रताप सिंह, डॉ. संदीप कुमार,

डॉ. अभिनव कुमार एवं अंकित कुमार

कृषि विज्ञान संकाय भगवंत विश्वविद्यालय, अजमेर, राजस्थान

E.mail : rudra.agento@gmail.com

भारतीय किसानों के बीच औषधीय पौधों की खेती बहुत लोकप्रिय हो रही है। आजकल लोग रासायनिक सौंदर्य प्रसाधनों और रासायनिक दवाइयों की जगह हर्बल सौंदर्य प्रसाधनों और हर्बल औषधि के इस्तेमाल को प्राथमिकता दे रहे हैं। हर्बल उत्पादों की इस माँग का ही असर है कि सैकड़ों किसानों ने औषधीय पौधों और सुगंधित पौधों की खेती बड़े पैमाने पर करनी शुरू कर दी है।

आयुर्वेद के अनुसार, पत्थरचट्टा में तमाम तरह के औषधीय गुण पाए जाते हैं और इसका प्रयोग कई तरह की बीमारियों की दवा बनाने में किया जाता है। पत्थरचट्टा (ब्रायोफिलम) एक सामान्य तासीर वाला पौधा है जिसे किसी भी मौसम में खाया जा सकता है। आयुर्वेद में इस पौधे को भष्मपथरी, पाषाणभेद और पणपुट्टी के नाम से जानते हैं, इस पौधे की पत्तियाँ स्वाद में खट्टी और नमकीन होती हैं।

पत्थरचट्टा का पौध लगाने के लिए किसी बीज की आवश्यकता नहीं होती है। यह पौधा सिर्फ पत्तों से ही उगाया जा सकता है। इस पौधे की खूबी यह है कि

मिट्टी के संपर्क में आने पर पत्तों की किनारी से छोटा-छोटा पौधा उग आता है। पत्थरचट्टे के पौधे में फूल भी उगते हैं जो मुख्यतः बसंत और सर्दी के मौसम में आते हैं। इस अद्भुत पौधे में कई औषधीय गुण भी पाए जाते हैं जो कई रोगों में लाभ पहुंचाते हैं।

पत्थरचट्टा की खेती के लिए नम मिट्टी की आवश्यकता होती है। नम मिट्टी के ऊपर एक पता रखना है। इसके बाद कुछ ही दिनों में पूर्ण विकसित पौधा तैयार हो जाता है। आप 60 प्रतिशत दोमट मिट्टी 20 प्रतिशत कोको पीट 20 प्रतिशत रेत के साथ पोटींग मिक्स तैयार करके पत्थरचट्टा की खेती कर सकते हैं। पत्थरचट्टा के नए पौधे विकसित होने पर पत्ते नम मिट्टी में गिर जाते हैं। फिर यह नए पौधों के रूप में उगने लगते हैं।

पत्थरचट्टा के पौधे को रोजाना कम से कम 4 से 5 घंटे धूप की जरूरत होती है। ये पौधे अत्यधिक गर्मी तो सहन कर सकते हैं लेकिन पाला को नहीं सहन कर पाते और नष्ट हो जाते हैं। इसलिए इनको शेड के अंदर रखना चाहिए।

पत्थरचट्टा में पानी डालने के भी कुछ नियम आपको फायदा पहुंचा सकते हैं। बसंत और गर्मी के दौरान जब मिट्टी 2 से 3 इंच की गहराई तक सूख जाए, तब इसमें पानी डालना चाहिए। विशेषज्ञों के अनुसार यदि ब्रायोफिलम के पौधों में फिल्टर पानी का उपयोग किया जाता है तो इसका विकास अधिक अच्छा होता है। पत्थरचट्टा के पौधे के समुचित विकास के लिए प्रति दो माह के दौरान एक बार आधा चम्मच बोन मील देना चाहिए।



पत्थरचट्टा के औषधीय गुण

1. अगर पथरी की समस्या है तो पत्थरचट्टा आपकी सेहत के लिए रामबाण औषधि है। इसके लिए आपको पत्थरचट्टा के पत्तों को गुनगुने पानी के साथ सेवन करना है। ऐसा रोज करने से आपको पथरी की समस्या से राहत मिलेगी। अच्छे परिणाम के लिए इसके 2 पत्तों का खाली पेट सेवन करें। अगर आप पत्थरचट्टा के रस में सौंठ का चूर्ण मिलाकर सेवन करते हैं तो पेट दर्द से भी राहत पा सकते हैं। यह पेट से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने के लिए भी प्रयोग में लाया जाता है।
2. मूत्र विकारों को दूर करने के लिए आयुर्वेद में सदियों से पत्थरचट्टा का इस्तेमाल हो रहा है। अगर आप इसका काढ़ा पीते हैं तो पेशाब में जलन, रुक-रुक पेशाब आने जैसी परेशानियां दूर

हो सकती हैं। इसके अलावा पत्थरचट्टा बवासीर की समस्या को दूर करने के लिए भी उपयोगी माना जाता है।

3. स्किन पर हुए किसी भी तरह की सूजन, घाव और या मुंदी चोट का इलाज भी आप पत्थरचट्टा के जरिए कर सकते हैं। इसके लिए आपको पत्थरचट्टा के 4-5 पत्तों को पीसकर लेप बनाना है और संक्रमित वाली जगह पर लगाना है जिससे आपका घाव और सूजन को कम करने में राहत मिलेगी। इस लेप से आप शरीर पर हुए रैशेज या खुजली की समस्या को भी ठीक कर सकते हैं।

4. महिलाएं आमतौर पर वजाइनल इंफेक्शन की समस्या से जूझती हैं। इसमें उनके जेनिटल या कर्हें प्राइवेट एरिया में खुजली, जलन के साथ-साथ वेजाइनल डिस्चार्ज होता है। इस परेशान को दूर करने के लिए पत्थरचट्टा उपयोगी हो सकता है। इसके लिए आपको इसके पत्तों को उबालकर काढ़ा पीना है और स्वाद के लिए आप इसमें शहद मिला सकते हैं।

5. पत्थरचट्टा उन लोगों के लिए भी लाभकारी है जो खूनी दस्त की समस्या से परेशान हैं। इसके लिए आप इसके पत्तों से रस निकालकर फिर उसमें चुटकी भर पीसा हुआ जीरा पाउडर और आधा चम्मच देशी घी मिलाएं तथा इस मिश्रण का दिन में दो बार सेवन करने से आप खूनी दस्त से राहत पा सकते हैं। इसके अलावा हाई ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में भी पत्थरचट्टा का रस फायदेमंद है।