NEW ERA AGRICULTURE MAGAZINE

एलोवेरा (घृतकुमारी) – वैज्ञानिक खेती एवं औषधीय गुण

अमन श्रीवास्तव[1] और शिवम मौर्य[2]

परिचय:

एलोवेरा (घृतकुमारी) एक रसीला पौधा है और इसके पत्तों मे पानी का भंडार होता है। इसकी पत्तियाँ मोटी और मांसल होतीं हैं जो मुख्यत: दो पदार्थ उत्पन्न करती हैं, जेल, जो की कई पोषक तत्त्वों का मिश्रण होता है और त्वचा के लिए बहुत ही फायदेमंद होता है; रस, जिसे एलो लेटेक्स कहा जाता है जो कि स्वाभाविक रूप से अवसाद, कब्ज, अस्थमा, और मधुमेह के इलाज मे सहायक होता है।

आयुर्वेदिक शोधकर्ताओं के अनुसार महिलाओं के मासिक चक्र को नियंत्रित करने के कारण संस्कृत मे इसे "कुमारी" भी कहा जाता रहा है। अपने औषधीय गुणों के कारण एलोवेरा न केवल भारत मे लोकप्रिय है बल्कि मिस्र के प्राचीन दस्तावेजों मे भी इसका विस्तृत वर्णन किया गया है। मिस्र मे एलोवेरा को "अमरता प्रदान करने वाला पौधा" भी कहा जाता है।

भौगोलिक विवरण :- घृतकुमारी का उत्पत्ति स्थान अफ्रीका है लेकिन यह औषधीय पौधा भारत और मध्य पूर्व के शुष्क प्रदेशों में भी पाया जाता है। भारत मे एलोवेरा राजस्थान, आंध्रप्रदेश, तमिलनाडू, महाराष्ट्र और गुजरात में पाया जाता है।

भूमि व जलवायु - घृतकुमारी की खेती करने के लिए सिंचित व असिंचित दोनों प्रकार की भूमि उपयुक्त मानी जाती है। इसके खेती के लिए जल निकास वाली भूमि अच्छी मानी जाती है। यह शुष्क जलवायु में होने वाला पौधा है इसलिए जल भराव वाले क्षेत्रों में इसकी खेती संभव नहीं होती।

खेत की तैयारी - घृतकुमारी की खेती के लिए 1-2 बार उथली जुताई करके खेत तैयार किया जाता है। खेत की तैयारी के समय प्रति हेक्टेयर लगभग 10 क्विंटल गोबर की सड़ी खाद मिला देना चाहिए।

प्रवर्धन - घृतकुमारी का प्रवर्धन प्रकंद के माध्यम से किया जाता है। यह प्रकंद एलोवेरा की खेती कर रहे किसानों/अनुसंधान संस्थानों से सफलता पूर्वक प्राप्त किये जा सकते हैं।

रोपण- घृतकुमारी के पौधों का रोपण वर्षाकाल जुलाई-अगस्त माह में किया जाता है। रोपण करते समय पंक्ति से पंक्ति की दूरी 40-45 सेमी. एवं पौधे से पौधे की दूरी 30 सेमी रखना चाहिए। जिसके अनुसार एक हेक्टेयर खेती के लिए लगभग 45-55 हजार पौधों की जरूरत होती है।

सिंचाई - घृतकुमारी की खेती के लिए अधिक सिंचाई की आवश्यकता नहीं होती है। अधिक समय तक वर्षा न होने पर आवश्यकतानुसार समय-समय पर पानी दिया जाना चाहिए।

निराई-गुड़ाई- रोपण के एक महीने बाद निराई-गुड़ाई की आवश्यकता पड़ती है जिससे खरपतवार का फसल की वृद्धि में विपरीत प्रभाव न पड़े। इसके पश्चात आवश्यकतानुसार निराई-गुड़ाई करते रहना चाहिए।

अमन श्रीवास्तव[1] और शिवम मौर्य[2]
[1]सहायक प्राध्यापक और [2]परास्नातक छात्र
उद्यान विज्ञान विभाग
तिलकधारी स्नातकोत्तर महाविद्यालय, जौनपुर २२२ ००२ (उ० प्र०)

कटाई- रोपाई के एक साल के बाद पौधे कटाई के लिए तैयार हो जाते हैं। एलोवेरा पौधे की पूर्ण विकसित पत्तियों की तेज धारदार हथियार से कटाई की जाती है। कटाई के पश्चात मांसल पत्तियों को या तो कुछ समय के लिए स्टोर कर दिया जाता है या प्रसंस्करण इकाई पर आगे की प्रक्रिया के लिए पहुँचा दिया जाता है।

उत्पादन- घृतकुमारी की उन्नत खेती से वर्ष भर में लगभग 450-500 क्विंटल मांसल ताजे पत्ते प्रति हेक्टेयर प्राप्त होते हैं।

एलोवेरा (घृतकुमारी) के गुण (लाभ)

1. **कब्ज से राहत :-** एलोवेरा का रस पेट और आंतों की जलन को कम करने मे मदद करता है। इसका रस चिड़चिड़ा आंत सिंड्रोम, कोलाइटिस और आंत के अन्य सूजन संबंधी विकारों मे सूजन को कम करता है।
2. **प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ाना :-** एलोवेरा मे मौजूद "ब्रैडीक्नास" प्रतिरक्षा प्रणाली को उत्तेजित करता है और संक्रमण को मारता है।
3. **रक्त प्रवाह मे सुधार :-** एलोवेरा शरीर के कोशिकाओं को बढ़ाने मे मदद करता है जिससे शरीर मे रक्त परिसंचरण मे सुधार होता है।
4. **एंटीसेप्टिक :-** यह पाचन तंत्र को साफ करता है और साथ ही साथ खून को भी शुद्ध करता है जिससे शरीर निरोगित रहता है।
5. **त्वचा के लिए फायदेमंद :- :-** एलोवेरा मे वीटा कैरोटीन, विटामिन ए, विटामिन ई जैसे कई एंटी आक्सीडेंट अच्छी मात्रा मे होते हैं जो त्वचा को झुर्रियों से बचाते हैं। यह त्वचा को हाइड्रेट और माइस्चराइज़ करके स्वस्थ और चमकीला बनाता है।
6. **कैंसर मे लाभकारी :-** पॉलीफेनाल से युक्त एलोवेरा मानव कोशिकाओं मे कैंसर की वृद्धि को रोकने मे मदद करता है। इसमे उपस्थित एमोडिन त्वचा कैंसर कोशिकाओं के विकास को रोकने मे मदद करते हैं।
7. **सनबर्न को ठीक करने मे :-** एलोवेरा मे एंटी इंफ्लेमेटरी गुण होता है जो सूर्य की हानिकारक किरणों के प्रभाव से त्वचा को राहत पहुंचाता है।
8. **मच्छर से त्वचा को बचाये :-** मॉस्किटो रिपेलंट गुण होने के कारण एलोवेरा मच्छरों से त्वचा की रक्षा करता है।
9. **एलोबेरा जूस वजन घटाने मे सहायक :-** एलोवेरा जूस का नियमित सेवन करने से वजन घटाने मे बहुत मदद मिलती है।
10. **एंटी फंगल :-** एलोवेरा के एंटीफ़ंगल गुण के कारण यह त्वचा पर फंगल इन्फेक्शन होने से रोकता है।

एलोवेरा (घृतकुमारी) के दोष (हानि)

1. एलोवेरा त्वचा के लिए फायदेमंद होने के साथ साथ नुकसानदायक भी है। आवश्यकता से अधिक इस्तेमाल करने पर त्वचा मे जलन, खुजली आदि समस्यायें उत्पन्न हो सकती हैं।
2. गर्भवती महिला को गर्भपात का खतरा रहता है।
3. एलोवेरा के रस से शरीर को अत्यधिक मात्रा मे एड्रेनालाइन उत्पन्न हो सकता है जो दिल की स्थित से पीड़ित लोगों के लिए हानिकारक हो सकता है।
4. एलोवेरा रस में Anthraquinone नामक पदार्थ होता है जो रेचक है और बड़ी मात्रा में लिए जाने पर ऐंठन, निर्जलीकरण और दस्त का कारण बन सकता है।