International Journal of Hindi Research
www.hindijournal.com
ISSN: 2455-2232
Received: 19-06-2022, Accepted: 05-07-2022, Published: 21-07-2022
Volume 8, Issue 4, 2022, Page No. 31-37

महिलाओं में सामान्य स्त्री रोग संबंधी समस्याओं और उसमे उपयोग होने वाली औषधीय का वर्णन

Reesha Ahmed, Asma Sattar Khan
Drug Standardization Research Institute, Ministry of AYUSH, Govt-of India, PCIM and H Campus, Kamla Nehru Nagar, Ghaziabad, Uttar Pradseh, India

सारांश
जड़ी–बूटी ऐसी वनस्पतियों को कहते हैं जो स्वास्थ्य एवं चिकित्सा के लिये उपयोगी हों या सुगंध आदि प्रदान करती हों। जड़ी–बूटी का विशेष महत्व उनके औषधीय गुण के कारण है। इसका इस्तेमाल औषधीय रूप में वर्षों से किया जाता रहा है। जड़ी–बूटी भारत की परम्परागत चिकित्सा पद्धति रही है। महिलाओं को बहत सी सामान्य समस्याओं का सामना करना पड़ता है, जेसे अनियमित पीरियड्स (Irregular periods), मासिक धर्म में दर्द (Menstrual pain), मुंहासे (Acne), और भी बहुत कुछ समस्या हैं ।इनके लिए एलोपैथिक दवाएं (।ससवचंजीपब उमकपबपदमे) तो उपलब्ध हैं ही लेकिन प्राकृतिकऔषधीयो से उपचार लेना बेहतर होता है जो न केवल मेंस्ट्रुअल साइकिल को नियंत्रण में रखता है बल्कि महिलाओं की आम समस्याओं को भी रोक सकता हैं। इस पेपर में कुछ जड़ी–बूटी पोधो की औषधीय गुण के विषय में विस्तार से चर्चा की गई हे।

मूल शब्दः औषधीय, महिलाओं, स्वास्थ्य एवं चिकित्सा व गुण

प्रस्तावना
भारत देश में ऋषियो ने आज से लगभग 7000 बर्ष पूर्व ही पोधों के औषधीय गुण को पहचान कर चिकित्सा क्षेत्र में इनका प्र्योग शुरू क्र दिया था । प्राचीन काल से ही हमारे ऋषि मुनि औषधीय पौधों का प्रयोग कर अनेकानेक रोगो का निवारण करते रहे है। पुराने समय में बीमारियों के उपचार का एकमात्र साधन पौधे ही थे। इन पौधों को प्राकृतिक रूप में,अर्क या चूर्ण के रूप में कूट–पीसकर प्रयोग किया जाता था। लेकिन अब आज के समय में औषधीय पौधों पर खोज करके इनके क्रियाशील तत्त्वों को पहचान और निकाल कर प्रयोग किया जाने लगा है। प्राचीन काल से ही आयुर्वेदिक व यूनानी औषधियों का प्रयोग विभिन्न बीमारियों के इलाज व शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए होता रहा है।
महिलाओं में कुछ समस्याएं ऐसी होती हैं जिनके लिए उन्हें स्त्री रोग विशेषज्ञों (Gynaecologist) की मदद लेनी ही पड़ती है। स्त्री रोग संबंधी समस्याएं एक महिला के यौन कार्य और बच्चे पैदा करने की उसकी क्षमता को प्रभावित कर सकती हैं। कुछ मामलों में, स्त्री रोग संबंधी विकार जीवन के लिए खतरा हो सकते हैं। इस लेख में महिलाओं में सामान्य स्त्रीरोग समस्याएं में इस्तेमाल होने वाली औषधीय पौधों के बारे में विस्तार से बताया गया हे ।

1. लोध्र (Lodhra) (Symplocos racemosa)
महिलाओं के अंडाशय (ओवेरी) या एड्रिनल ग्रंथी में पुरुष हार्मोन (एण्ड्रोजन) का स्तर बढ़ने से पॉलीसिस्टिक अंडाशय सिंड्रोम (PCOS) हो सकता है। इसके कारण महिलाओं के अंडाशय में सिस्ट (द्रव से भरी थैली) बनने लगती हैं, जिससे महिलाओं में बांझपन और त्वचा से जुड़ी समस्याओं का जोखिम बढ़ सकता है । वहीं, इसके उपचार में लोधा की छाल का सेवन कर सकते हैं। दरअसल, लोध्र की छाल में एंटी–एंड्रोजेनिक प्रभाव होता है। यह टेस्टोस्टेरोन का स्तर कम करके पॉलीसिस्टिक अंडाशय सिंड्रोम या पीसीओएस का उपचार कर सकता है ।[1]. एक एक्स्पेरेमेंट में ये साबित होया हें कि लोध्र इस की छाल में अल्कालॉयड, फ़्लवोनोइद्स, फ्तोस्तेरोल्स मोजूद हैं जिन से फीमेल रेप्रोदुक्टिवे डिसफंक्शन को ट्रीट किया जा सकता हे।[2]

चित्र 1

2. अश्वगंधा (Withania Somnifera)

अश्वगंधा का उपयोग सदियों से विश्वभर में उसके अनगिनत लाभ के कारण हो रहा है। वैज्ञानिक भी अश्वगंधा को गुणकारी औषधि मानते हैं। कहा जाता है कि अश्वगंधा व्यक्ति को स्वस्थ रखने में अहम योगदान निभा सकता है। अश्वगंधा हर किसी के लिए लाभदायक होता है, लेकिन महिलाओं में होने वाली कई शारीरिक समस्याओं को यह दूर करता है । यह एक औषधीय पौधा (Medicinal plant) है, जो महिलाओं में पीसीओएस, पीरियड क्रैम्प, नींद न आने की समस्या, बढ़ते वजन, त्वचा और बालों से संबंधित समस्या को कम करता है ।[3,5] इर्रेगुलर पीरियड्स, क्रैम्प, इनफर्टिलिटी की समस्या, ऐसे में अश्वगंधा के सेवन से लाभ पहुंचता है।[4] अस्गंद की जड़ दवामें इस्तेमाल होती हे। इसकी जड़ में अल्कालॉयड (Somniferin) और स्तेरोइदल लाक्टोनेस (Withanolides, Withanoferins) पाया जाता हे और दोनों अफ्रोदिसिअक, नारकोटिक एंड सेडेटिव एक्शन रखते हैं।[6]

चित्र 2

3. सेमल (Bomba ceiba)

सेमल के फल, फूल, छाल इत्यादि का इस्तेमाल विभिन्न रोगों के इलाज को ठीक करने में किया जाता है। खास तौर पर सेमल का वृक्ष महिलाओं के लिए लाभकारी सिद्ध होता है। यही नहीं नपुंसकता या बाँझपन (Infertility), ल्यूकोरिया (Leucorrhoea) के उपचार में सेमल के पेड़ की जड़ों का इस्तेमाल फायदेमंद साबित होता है।[7] , मासिक धर्म से संबंधित समस्याओं और साथ ही यह मासिक धर्म को नियमति करने और इससे संबंधित अन्य विकार को दूर कर सकता है ।[8] सेमल के में कुछ केमिकल कोन्स्तितुएन्त्स पाए जाते हैं जिन की वजह से इस को दवा में इस्तेमाल करते हैं जेसे कार्बोहायड्रेट, फ्लावोनोइड, प्रोटीन, अल्कालोइड और तेर्पेनोइड वगेरा। इन केमिकल कोन्स्तितुएन्त्स की वजह से ये हमरी बॉडी को बीमारीयों से बचाती हें।[9]

चित्र 3

4. अदरक (Zingiber officinale)

आप किसी भी समस्या का नाम लें, उसका हल अदरक होगी! यह कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं के लिए मूल समाधान है. यह अपने विशिष्ट स्वाद और निश्चित रूप से आपके समग्र स्वास्थ्य के लिए इसके लाभों के कारण भारतीय भोजन का एक महत्वपूर्ण घटक है ।[10] अदरक डिस्मेनोरिया (Dysmenorrhoea) (पीड़ादायक मासिक धर्म) से जुड़े दर्द को भी काफी कम करने में मददगार है।[11] और ऐफ्रडिजीऐक के तोर पर भी इस्तेमाल में हे।[12]

चित्र 4

5. कुलथी (Macrotyloma uniflorum)

मसूर, मूंग, राजमा व अरहर जैसी आम दालों के अलावा कुछ अन्य दालें भी खाई जाती हैं। कुलथी भी ऐसी ही दाल है। चिकित्सा जगत में कुलथी की दाल को एक विशेष दर्जा प्राप्त है, क्योंकि इस पर किए गए अध्ययनों ने इसके कई औषधीय गुणों को उजागर किया है। अनियमित माहवारी (Abnormal menstrual cycle), की परेशानी में भी कुलथी दाल के फायदे देखे जा सकते हैं। यूनानी चिकित्सा पद्धति में इलाज के लिए कुलथी दाल का इस्तेमाल लंबे समय से किया जा रहा है। इसका सकारात्मक प्रभाव अनियमित माहवारी जैसी स्थितियों पर भी दिख सकता है ।[13]

चित्र 5

6. बीजबंद (Sida cordifolia)

बीजबंद जिसे वनस्पति शास्त्र में सिडा कोर्डिफोलिया नाम से जाना जाता है। हिंदी में इसको बाला के नाम से जाना जाता हे । बाला का मतलब होता है ताकत । जिसके इस्तेमाल से आप शारीरीक और मानसिक समस्याओं को दूर कर सकते हैं। प्रेग्नेंसी में बाला स्वास्थ्य के लिए लाभकारी हो सकती है। इसका इस्तेमाल करने के लिए बाला की पत्तियों को घी में पका लें। अब इसे डिलीवरी के बाद दर्द से प्रभावित हिस्से पर लगाएं। इससे दर्द से काफी आराम मिलेगा. बाला शुक्राणु के गुणों को बढ़ाने वाली औषधि है। इसके अलावा अन्य तरह की यौन समस्याओं में भी इसका इस्तेमाल किया जाता है यह फर्टिलिटी (Fertility) को भी दुरुस्त रखता है तथा महिला और पुरुष दोनों पर समान रूप से लाभकारी है ।[14,15,16]

चित्र 6

7. शतावरी (Asparagus racemosus)

शतावरी का सेवन करने से महिलाओं की मानसिक धर्म से संबंधित बीमारियों दूर हो जाती हैं, जैसे बार–बार ब्लीडिंग होना, काफी दर्द होना, पीसीओडी व पीसीओएस आदि।[17] शतावरी गर्भावस्था में महिलाओं के लिए बेहद लाभकारी है। इसमें अधिक मात्रा में फोलेट पाया जाता है । यह गर्भस्थ शिशु के मस्तिष्क से लेकर उसके अंगों के विकास में मददगार है। शतावरी का सेवन मां के दूध को बढ़ाने में (Galactogogues) भी मदद करता है ।[18] शतावरी में स्तेरोइदल सपोनिंस (Steroidal saponins) होता हे । जो प्रोलाक्टिन हॉर्मोन के लिए ज़िम्मेदार होता हे और प्रोलाक्टिन हॉर्मोन (Prolactin hormone) गलाक्टोगोगुए एक्टिविटी (Galactogogue activity) के लिए ज़िम्मेदार हे।[19]

चित्र 7

8. सफेद मूसली (Chlorophytum borivilianum)

सफेद मूसली से महिलाओं की बहुत सारी बीमारियों का हल होता है। महिलाओं में यूरीन संबंधी बहुत सारी परेशानियां हो जाती है। जलन होना, दर्द होना, यूरीन रूक रूक कर आने के कारण महिलाओं को काफी समस्या होती है। ऐसे में सफेद मूसली इस समस्या का हल पाने के लिए बेस्ट है। ब्रेस्ट में दूध बढ़ाने (Galactogogues) के लिए सफेद मूसली का इस्तेमाल करना चाहिए । ल्यूकोरिया महिलाओं में होने वाली एक आम समस्या है। सफेद मूसली का इस्तेमाल करके ल्यूकोरिया को ठीक किया जा सकती हैं।[21,21] सफेद मूसली की जड़ दावा क तौर पर इस्तेमाल हें। एक एक्सपेरिमेंट ने ये रिपोर्ट किया हे के इस की जड़ पोटेंट अफ्रोदिसिअक और स्पेर्मतोगेनिक पोटेंशियल हें। जिस की वजह से ये सेक्सुअल डिजीज में इस्तेमाल हे।[22]

चित्र 8

9. कपास (Gossypium herbaceum)

गॉसिपियम हर्बेसम , जिसे आमतौर पर लेवेंट कॉटन के नाम से जाना जाता है । मूत्र संबंधी बीमारी में बहुत तरह की समस्याएं आती हैं, जैसे– मूत्र करते वक्त दर्द (Dysuria) या जलन होना, मूत्र रुक–रुक कर आना (Strangury), मूत्र कम होना (Oligouria) आदि। कपास इस बीमारी में बहुत ही लाभकारी साबित होता है। महिलाओं के आम बीमारियों (Leucorrhoea) एक बीमारी है। कपास इस बीमारी से राहत दिलाने में मदद करती है। अनार्तव (Ammenorrhea) में कपास फायदेमंद होता है। ता है।[23]

चित्र 9

10. अकरकरा (Anacyclus pyrethrum)

मासिक धर्म या पीरियड्स में बहुत तरह की समस्याओं का सामना करना पड़ता है, जैसे– दर्द होना (Dymenorrhoea), अनियमित मासिक धर्मचक्र (Irregular Menses), मासिक धर्म के दौरान रक्तस्राव या ब्लीडिंग कम होना (Oligomenorrhoea) या ज्यादा होना (Menorrhagia) आदि। इन सब में अकरकरा का घरेलू उपाय बहुत ही लाभकारी होता है।[24]

चित्र 10

निष्कर्ष

जड़ी–बूटियाँ अपने सुगन्धित या औषधीय गुणों के कारण स्वाद, सुगंध, दवा और भोजन के लिए इस्तेमाल होती हैं। जड़ी–बूटियों के विभिन्न प्रकार के उपयोग हैं जिनमें पाक, औषधीय और कुछ मामलों में आध्यात्मिक शामिल हैं। चिंता, तनाव से महिलाओं की सेक्शुअल लाइफ पर काफी असर होता हे। लेकिन कुछ देसी जड़ी–बूटियों की मदद से महिलाओं स्वास्थ्य (Health) को मजबूत बनाया जा सकता है। आयुर्वेदिक व यूनानी में बहत सी ऐसी जड़ी बूटियोंसब का उल्लेख हें जिन क इस्तेमाल से महिलाओं की बहतसी सी सामान्य समस्याओं का इलाज किया जा सकता हे और होता भी हे ।

सन्दर्भ सूची

1. Mamata Jadhav, Sasikumar Menon, Sunita. Anti-androgenic effect of Symplocos racemosa Roxb. against letrozole induced polycystic ovary using rat model, Journal of Coastal Life Medicine, Shailajan,2013:1(4): 309-314.
2. Saraswathi CD, Gupta SK, Sreemantula S. Protective effect of Symplocos racemosa bark on cold restraint stress induced reproductive changes in female rats. Journal of Natural Products,2012:5:251-258.
3. Ramin Nasimi Doost Azgomi, Afshar Zomorrodi, Hossein Nazemyieh, Seyed Mohammad Bagher Fazljou, Homayoun Sadeghi Bazargani, Fatemeh Nejatbakhsh *et al*. Effects of Withania somnifera on Reproductive System: A Systematic Review of the Available Evidence, BioMed Research International Volume, 2018, 1-17.
4. https://indianexpress.com/article/lifestyle/health/all-about-aswagandha-an-ayurvedic-herb-that-boosts-female-fertility/.
5. Umadevi M, Rajeswari R, Sharmila Rahale C, Selvavenkadesh S, Pushpa R, Sampath Kumar KP *et al*. The Pharma Innovation Traditional and Medicinal Uses of Withania Somnifera,2012:1(9):102-110.
6. https://bebodywise.com/blog/.
7. Vartika Jain, Verma SK, Assessment of credibility of some folk medicinal claims on Bombax ceiba L, Indian Journal Of Traditional Medicine,2014:13(1):87-94.
8. Prachi N, Raut Seema V. Nayak, Dr SR. Gotmare: Bombax Ceiba: Kalpataru, a Tree of Life., International Journal of Advance Research,2017:5(2):1211-121.
9. Durgesh Dixena, Patel DK. Plants as a source of Medicine among the Tribes residing in Kota block of Bilaspur, district (C.G.) India,2019:25(2):195-203.
10. Chen X, Chen, Bruce Barrett, Kristine L. Kwekkeboom, Efficacy of Oral Ginger (Zingiber officinale) for Dysmenorrhea: A Systematic Review and Meta-Analysis. Hindawi Publishing Corporation Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2016:6295737:10. [(http://dx.doi.org/10.1155/2016/6295737)].
11. (https://doctor.ndtv.com/hindi¬).
12. Shaikh Imtiyaz, Khaleequr Rahman, Arshiya Sultana, Mohd Tariq, Shahid Shah Chaudhary, Zingiber officinale Rosc. A traditional herb with medicinal properties, Association of humanitas traditional medicine,2013:3(4):1-7.
13. Saroj Kumar Prasad, Manoj Kumar Singh. Horse gram- an underutilized nutraceutical pulse crop: a review , J Food Sci Technology,2015:52(5):2489-2499.
14. https://www.onlymyhealth.com/bala-health-benefits-and-side-effects-in-hindi-
15. Ahmed Galal, Vijayasankar Raman, Ikhlas A Khan. Sida cordifolia, a Traditional Herb in Modern Perspective – A Review, Current Traditional Medicine,2015:1(5):17.
16. Mradu Gupta, Asim Kumar Mondal. Single-blind placebo-controlled clinical study to evaluate the efficacy of Sida cordifolia Linn. in treatment of semen disorders (Sukra Kshaya) using semen and hormonal analysis, International Journal of Medical Science and Public Health,2020:9(7):419-425.

17. Lakhwinder Singh, Antul kumar, Anuj Choudhary, Gurwinder Singh. Asparagus racemosus: The plant with immense medicinal potential, Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry,2018:7(3):2199-2203.
18. Noorul Hasan, Nesar Ahmad, Shaikh Zohrameena, Mohd Khalid, Juber Akhtar. Asparagus Racemosus: for Medicinal Uses & Pharmacological Actions. , International Journal of Advanced Research,2016:4(3):259-267.
19. Mradu Guptaa, and Badri Shawb, A Double-Blind Randomized Clinical Trial for Evaluation of Galactogogue Activity of Asparagus racemosus Willd,2011:10(1):167-172.
20. Ravindra B, Malabadi, Raju K, Chalannavar. Safed musli (Chlorophytum borivilianum): Ethnobotany, phytochemistry and pharmacological updates, International Journal of Current Research in Biosciences and Plant Biology,2020:7(11):25-31.
21. Neeraj Chaudhary, Rohit Bhati, Tanu Bhisht. Studies on the Antibecterial and Antifungal Activities of Plant Safed Musli (Chlorophytum borivilianum), International Journal Of Current Research,2015:7(05):16372-16378.
22. Devendra Singh, Bhagirath Pokhriyal, Joshi YM, Vilasrao Kadam. hytopharmacological Aspects of Chlorophytum Borivilianum (Safed Musli): a Review, International Journal of Research in Pharmacy and Chemistry,2012:2(3):853-859.
23. Radhika Chikkulla, Sandhya Rani Mondi, Krishna Mohan Gottumukkula. A Review on Gossypium Herbaceum(linn). International Journal of Pharma Sciences and Research (IJPSR),2018:9(09):116-120.
24. Abdullah Tauheed, Hamiduddin, Akhtar Ali, Aqarqarha (Anacyclus Pyrethrum dc.) A Potent Drug In Unani Medicine: A Review on its Historical and Phyto-Pharmacological PerspectivE, J. Pharm. Sci. Innov,2017:6(1):22-28.