পথ চলতি গাছ গাছড়ায় রোগারোগ্য

–কৃপাময় চক্রবর্তী

গাছপালার সাথে মানুষের সম্পর্ক অবিচ্ছেদ্য। পৃথিবীতে গাছই আমাদের প্রকৃত বন্ধু। সে বন্ধু অচল, মূক, নিরব, নিথর - কিন্তু তার দান ব্যতীত আমাদের অস্তিত্বই বিপন্ন। মানুষের প্রাণ ভ্রমরা এই অচল বন্ধুর বিস্তৃতি পাহাড় পর্বতে, বনে জঙ্গলে। মানুষের বাঁচার অপরিহার্য্য উপাদান মানুষকে দান করল প্রাণবায়ু দিল আশ্রয়। রৌদ্রতপ্ত দিনে দিল স্নিগ্ধ ছায়া। অরণ্য প্রাকৃতিক ভারসাম্য বজায় রেখে পৃথিবীকে মানুষের বসবাসযোগ্য করে রেখেছে। কিন্তু বিশ্বব্যাপী আধুনিক সভ্যতার যাতাকলে আজ বিশ্বব্যাপী অরণ্য নির্বন চলছে নির্বিচারে। বন ধ্বংস করে বসত গড়া, মহানগরের পত্তন করা, কলকারখানার উদ্ভব, শিল্পকেন্দ্র স্থাপন, জ্বালানী, গৃহনির্মাণ - আধুনিক মানুষের রকমারী প্রয়োজন মেটাতে গিয়ে অরণ্যভূমি আজ বড়ই নিঃস্ব এ যেন বন্ধ্যা বিধবার লুটানো অঞ্চল। প্রত্যেকটি গাছেরই কোন না কোন উপকারীতা থাকে বিশেষতঃ চিকিৎসার ক্ষেত্রে তাদের ভূমিকা অনস্বীকার্য। কিন্তু আধুনিক সভ্যতার মায়াজালে, এবং মানুষের অজ্ঞতার জন্য কিংবা চিকিৎসা বিজ্ঞানের উপর অত্যাধিক নির্ভরতার দরুন গাছপালা ধ্বংসের পাশাপাশি আত্মহননের উন্মাদনায় ক্রমশঃ অগ্রসর হচ্ছে। ফলে বায়ু দূষণ, জমির উর্বরতা ক্ষয় এবং অধিক অম্লত্ব ক্ষতি করছে কৃষিকর্মের। সৃষ্ট হচ্ছে নতুন নতুন রোগ। পুনরুত্থান ঘটাচ্ছে অনেক রোগের যাদের নির্মূল করা গিয়েছিল। রবীন্দ্রনাথ লিখেছিলেন - 'অরণ্য নষ্ট হওয়ায় এখন বিপদ থেকে রক্ষা পেতে হলে আমাদের আহ্বান করতে হবে সেই বরদাত্রী বনলক্ষীকে' না হলে আমরা ধাবিত হব 'মরুর দারুন দুর্গ গর্তে'। অন্যদিকে আমাদের পুরাতন অমূল্য ঔষধী গাছের ভান্ডার লুপ্ত হচ্ছে দিনে দিনে হয়তো বা অজ্ঞতার কারণে নয়তো বা অত্যাধিক ব্যবহারের ফলে। আমাদের যুব সমাজের অত্যধিক আধুনিক চিকিৎসা বিজ্ঞানের উপর নির্ভরতা ও পুরাতন বিবিধ রতন ভান্ডারের জানার অনাগ্রহতা বিভিন্ন ঔষধী গাছের লুপ্তপ্রায় হওয়ার কারণ হয়ে দাড়িয়েছে। তাই আমাদের শিক্ষিত সমাজের হস্তক্ষেপ এবং সমাজে বিভিন্ন ঔষধী গাছের উপকারীতার প্রচার অত্যধিক গ্রহণযোগ্য, তাই আমার এই লেখাতে বিভিন্ন গাছের উপকারিতা মানব সমাজের কাছে তুলে ধরার চেষ্টা করেছি।

১। অর্জুন গাছ ঃ- অর্জুন বৃহদাকৃতির পত্রঝরা বৃক্ষ। এটি সাধারণত ৪০-৮০ ফুট লম্বা হয়। গাছে অসংখ্য ফল হয়। ফল দেখতে অনেকটা কামরাঙার মতো।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- প্রধানত ছাল, তবে ক্ষেত্র বিশেষে পাতা ও ফল ব্যবহৃত হয়ে থাকে।

উপকারীতা ঃ- ক) অর্জুন ছাল বেঁটে খেলে হৃদপিন্ডের পেশী শক্তিশালী হয় এবং হৃদযন্ত্রের কর্মক্ষমতা বৃদ্ধি পায়।

খ) অর্জুনের ছাল জিহ্বা ও মাড়ির ঘায়ের চিকিৎসার পাশাপাশি আমাশয় ও জ্বর নিবারণে উপকারী।

গ) অর্জুনের ফল স্বাদ, হজম ক্ষমতা বৃদ্ধি করে। পাচনতন্ত্রের ক্রিয়া স্বাভাবিক রাখতে সাহায্য করে।

Scanned by CamScanner

২। **অড়হর** ঃ- অড়হর শাখা প্রশাখাযুক্ত গুল্ম জাতীয় উদ্ভিদ। হলুদ বা পীতবর্ণের ছোট ছোট ফুল হয়। গাছ শক্ত হলেও শাখা প্রশাখা নরম হয়।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- পাতা, বীজ।

উপকারীতা ঃ- ক) অড়হরের প্রধান ব্যবহার ডায়বেটিস (মধুমেহ) ও জন্ডিস নিরাময়ে। জন্ডিসের প্রথম অবস্থায় অড়হর পাতার রস খুবই উপকারী।

খ) পাতা ও বীজ কাশি, বমি, অর্শ ও হাতে পায়ে জ্বালার নিরাময়ে উপকারী।

৩। **কাল জাম** ঃ- কাল জাম চিরসবুজ পত্রাচ্ছাদিত উদ্ভিদ। ৬৫-৮০ ফুট পর্যন্ত উঁচু হয়। মে ও জুন মাসে ফুল হয় এবং জুন ও জুলাই মাসে ফল থাকে।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- বীজ, ফল।

উপকারীতা ঃ- ক) জামের বীজ গুঁড়া দাঁতের গোড়া ও মাড়ি শক্ত করে।

খ) জামের বীজ বহুমূত্র রোগে উপকারী।

গ) জাম পাকস্থলী, প্লীহা ও লিভারের শক্তি বৃদ্ধি করে।

৪। **কালো মেঘ** ঃ- সরল বহুবর্ষজীবি গুল্ম জাতীয় উদ্ভিদ। গাঢ় সবুজ বর্ণের পাতা ও সাদা ছোট ছোট ফুল হয়। বর্ষার শেষ থেকে শীতকাল অবধি ফুল ও ফল হয়।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- সম্পূর্ণ গাছ।

উপকারীতা ঃ- ক) কালো মেঘ প্রতিদিন দুই বার করে খেলে জ্বর ও রক্ত আমাশয় ভালো হয়।

খ) শিশুদের কৃমি সারাতে উপকারী ভূমিকা পালন করে।

৫। **নিম** ঃ- নিম গাছ উচ্চতায় ৪০-৫০ ফুট হয়। পাতা বসন্ত কালে ঝরে যায়। ফল সবুজ বর্ণের এবং পাকলে পীতবর্ণের হয়। সেপ্টেম্বর মাসে ফল হয়।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- পাতা ও বীজ।

উপকারীতা ঃ- ক) নিম পাতা যকৃত ও প্লীহার প্রতিবন্ধকতা দূর করে এবং কফ নি:সারক হিসাবে ব্যবহৃত হয়।

খ) নিমের বীজ ফোঁড়া পাকাতে ব্যবহৃত হয়।

৬। **ঘৃতকুমারী** ঃ- ঘৃতকুমারী বীরুৎ জাতীয় উদ্ভিদ। পাতা পুরু এবং নিচের দিক আংশিক বৃত্তাকার এবং পাতার দুধার করাতের মতো কাঁটা। শীতের শেষে ফুল ও ফল হয়।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- পাতার ভেতরের মজ্জা।

উপকারীতা ঃ- পুড়ে গেলে ও চর্ম রোগে এবং কৃমির উপদ্রব দেখা দিলে ঘৃতকুমারী উপকারী ভূমিকা পালন করে।

৭। **থানকুনি** ঃ- থানকুনি এক ধরণের বহুবর্ষজীবী লতা। মাটির উপর লতা বেয়ে বেড়ায়। ফুল খুব ছোট ও ঈষৎ লাল আভাযুক্ত।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- পুরো গাছ।

উপকারীতা ঃ- আমাশয়, কাশি ও জ্বর নিরাময়ে উল্লেখযোগ্য ভূমিকা পালন করে। জ্বর হলে থানকুনির রসের সাথে শিউলি পাতার রস মিশিয়ে সেবন করতে হয়।

৮। **নয়নতারা** ঃ- নয়নতারা একটি গুল্ম জাতীয় বহু শাখা ও ঘন পাতাবিশিষ্ট উদ্ভিদ। সারা বছর ধরে

Scanned by CamScanner

ফুল ফুটে। সমগ্র গাছটি তেতো স্বাদের।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- পাতা।

উপকারীতা ঃ- উচ্চ রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণে ও বহুমূত্র রোগের উপশমে ব্যবহৃত হয়।

৯। পাথরকুচি ঃ- পাথরকুচির পাতা মাংসল ও কিনারায় করাতের মতো কাঁটা থাকে। পাতার কিনারা থেকে নতুন গাছ হয়।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- পাতা।

উপকারীতা ঃ- ক) পেট ফাঁপা ভাব দূর করতে ও পেট ব্যথা দূর করতে ব্যবহৃত হয়।

খ) মৃগী রোগে আক্রান্ত হলে পাতার রস পেটে গেলে ভাল হয়।

গ) অর্শ রোগে পাথরকুচি পাতা বেঁটে বলীতে প্রলেপ দিলে অর্শ ভালো হয়।

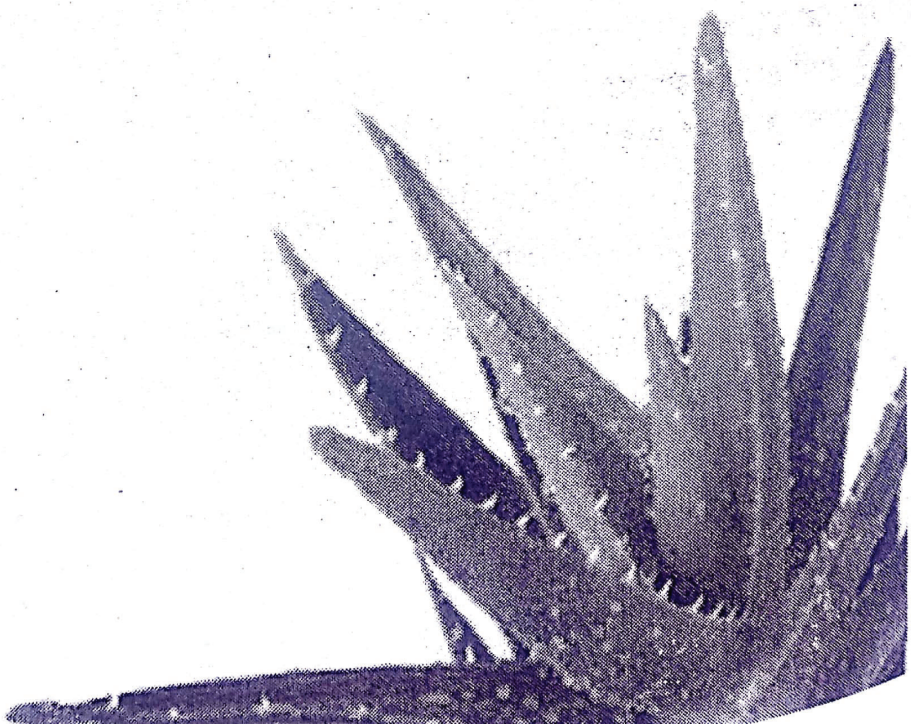
১০। পান ঃ- পান লতানো গাছ এবং কান্ড শক্ত ও পাতার বৃন্তদেশ হৃৎপিন্ডাকৃতির।

ব্যবহার্য অংশ ঃ- পাতা।

উপকারীতা ঃ- ক) পান চিবালে দাঁত ও মাড়ি মজবুত করে এবং মাড়ি ফোলা দূর করে।

খ) পানের রস দিয়ে প্রলেপ দিলে টাটকা ক্ষতের রক্ত পড়া বন্ধ হয়।

গ) পানের রস চোখে দিলে রাতকানা আরাম হয়।



Scanned by CamScanner