जाता है। बीजों को पुन: पछोर (Winnowing) कर भूसी को अलग किया जाता है तथा बीजों और भूसी को उनके आकार के आधार पर विभिन्न श्रेणियों में अलग-अलग रखा जाता है। भूमि की उर्वरता के अनुसार इसबगोल के बीज का उत्पादन 500 से 1000 किलोग्राम प्रति हेक्टर प्राप्त किया जा सकता है।

उपचारण :

इसबगोल के बीज का सबसे महत्वपूर्ण औषधीय उपयोग, बीज के पतले छिलके जिसे सामान्य भाषा में इसबगोल की भूसी कहा जाता है, से प्राप्त होता है। बीज से भूसी अलग करने का कार्य विशेष प्रकार की हल्की चक्की से किया जाता है। चक्की में बीज को पीस कर इस भूसी को अलग किया जाता है। इस चक्की में पीसने के पश्चात् शुद्ध बीज के अलावा लगभग 20 प्रतिशत भूसी प्राप्त होती है। पिसी हुई भूसी को विभिन्न अनुपातों में मिलाकर इसको औषधीय उपयोग में लाया जाता है।

औषधीय गुण :

इसबगोल के बीज एवं भूसी में कई औषधीय गुण हैं। इसकी भूसी में वे सभी औषधीय गुण होते हैं जो इसके बीज में होते हैं। इसके बीज और भूसी का मुख्य गुण इसका श्लेषक (mucislaginous) होना है। इस गुण के कारण इसका उपयोग पेट और आँतों की कई बीमारियों में किया जाता है। इसका उपयोग कब्ज और संग्रहणी में किया जाता है। एमोयेबिक (Amoebic) तथा बेसीलरी (Bacillry) अतिसार में भी इसका उपयोग अत्यंत लाभकारी होता है। इसका उपयोग कफ, पित्त नाशक, जीर्ण ऑव, रक्तातिसार, जीर्ण मंद, तथा उदरशूल में भी किया जाता है।

इसबगोल की भूसी एवं बीज का उपयोग खाद्य एवं औषधीय उद्योग में किया जाता है।

इसके बीज का उपयोग कई प्रसाधनों (Cosmetic) में भी किया जाता है। इसके अलावा इसका उपयोग आईसक्रीम उद्योग तथा चाकलेट निर्माण में भी किया जा रहा है।

विदेशी मुद्रा अर्जक :

इसबगोल के बीज एवं भूसी की विदेशों में काफी मांग है। अमेरिका जर्मनी इंग्लैंड, फ्रांस, वेल्जियम और पाकिस्तान को इसका निर्यात किया जाता है।

इस प्रकार इसबगोल के उत्पादन में वृद्धि कर सामान्य कृषक इससे न केवल अपनी आय के स्त्रोत बढ़ा सकते हैं, वरन् विदेशी मुद्रा अर्जित कर देश की आर्थिक स्थिति सुधारने में भी सहयोगी हो सकते हैं।

एस. एफ. आर. आई. प्रचार पत्रिका - 5

इसबगोल
PLANTAGO OVATA

म. प्र. राज्य वन अनुसंधान संस्थान, जबलपुर

औषधि 1/1994 1994

इसबगोल

हमारे देश में पुरानी चिकित्सा पद्धति के अंतर्गत वनस्पति का महत्व बहुत अधिक है। आयुर्वेद की आधारशिला ही वनस्पति जगत पर आधारित है। हमारे देश में प्राप्त होने वाली औषधीय वनस्पतियों में 'इसबगोल' का महत्वपूर्ण स्थान है। इसबगोल प्लान्टाजीनेसी (Plantaginaceae) कुल का सदस्य है। इसकी लगभग दस प्रजातियां भारत में पाई जाती हैं। इन दस प्रजातियों में से प्लॅन्टॅगो ओवॅटा (*Plantago ovata*) सबसे अधिक महत्वपूर्ण है जिसका उपयोग औषधीय रुप में किया जाता है। इसे बोलचाल की भाषा में इसबगोल कहा जाता है।

इसबगोल मूलतः पश्चिम एशिया का पौधा है। यह पश्चिम एशिया से लेकर पाकिस्तान के सिंध प्रान्त में मूलतः पाया जाता था। इसे कालांतर में भारत में भी लगाया गया। व्यापारिक स्तर पर इसकी खेती गुजरात, पंजाब और उत्तर प्रदेश में की जाती है।

इसबगोल का पौधा वार्षिक शाक (Herb) है। इसके पत्ते लम्बे और पतले होते हैं। इसके फूल शूल (Spike) के रुप में होते हैं। इसके बीज 3 मि.मी. लम्बे होते हैं जो नाव (Boat) के आकार के होते हैं। इनका रंग पीला कत्था होता है।

कृषि :

इसका उत्पादन बड़े पैमाने पर इसकी खेती कर किया जा सकता है। इसका कृषि उत्पादन सामान्यतया अत्यंत आसान है। इसबगोल की कृषि कई प्रकार की मिट्टी या भूमि पर की जा सकती है परन्तु सामान्यतया इसकी उपज़ के लिए रेतीली दोमट (Sandy Loam) मिट्टी जिसमें पानी न रुकता हो बहुत उपयुक्त होती है। इसकी अच्छी उपज के लिए ठंडा और सूखा मौसम उपयुक्त होता है।

इसके लिए खेत अथवा मध्यम आकार की क्यारियों में बीज बोने के पहले चार से छः बार हल चलाकर मिट्टी समतल करना चाहिए। मिट्टी बारीक और भुरभुरी होना आवश्यक है। सामान्य उपजाऊ मिट्टी में किसी प्रकार की खाद देने की आवश्यकता नहीं पड़ती परन्तु यदि आवश्यक समझा जावे तो गोबर खाद दी जा सकती है। इसके पश्चात् खेत अथवा क्यारी की मिट्टी समतल की जानी आवश्यक है।

इसबगोल के बीज बोने का समय अक्टूबर माह के अंत से दिसम्बर के पहले सप्ताह के बीच कभी भी चुना जा सकता है परन्तु अच्छी उपज के लिए इसकी बुआई अक्टूबर के मध्य से अंत तक कर लेना चाहिए। बीज छिड़क कर अथवा 30 से.मी. की दूरी पर सीधी रेखाओं में बोया जा सकता है। बीज 10 से 15 किलो प्रति हेक्टर की मात्रा में बोया जाता है। बीज को मिट्टी में दबाने के लिए अरहर डंठलों की झाड़ू का प्रयोग भी किया जा सकता है।

इसकी फसल पकने तक औसतन इसमें 6 से 8 बार सिंचाई की जाती है। पहली सिंचाई बीज बोने के तुरन्त बाद की जानी आवश्यक है। यदि बीज बोने और सिंचाई के 4 से 5 दिनों के अंदर अंकुरण प्राप्त नहीं होता तो दूसरी बार सिंचाई करना आवश्यक होगा।

अंकुरण के पश्चात् अगली सिंचाई 3 से 4 सप्ताह के बाद आवश्यकतानुसार की जानी चाहिए। इसके पश्चात प्रति सप्ताह एक बार सिंचाई की जानी चाहिए। सामान्यतः अंकुरण के दो माह बाद इसमें पुष्पन प्रारम्भ होता है। इसके पकने और पूरी तरह से तैयार होने के लिए 3 माह का समय लगता है। इसके शूल (Spike) जब लाल रंग के हो जाते हैं तब उन्हें हंसिये से काटा जाता है। पौधों को जमीन की सतह से 15 से. मी ऊपर से काटा जाता है। इसकी कटाई सुबह के समय की जानी चाहिए। सुबह के समय ओस के कारण इसके बीज कटाई के समय नीचे नहीं गिरते। कटे हुए पौधे एवं फूलों को गाहकर (Thresh) बीजों को अलग किया