एग्री आर्टिकल्स
(कृषि लेखों के लिए ई-पत्रिका)
वर्ष: 03, अंक: 04 (जुलाई-अगस्त, 2023)
www.agriarticles.com पर ऑनलाइन उपलब्ध
© एग्री आर्टिकल्स, आई. एस. एस. एन.: 2582-9882

पीलू के हैं बहुत अनोखे फायदे

(*तेंदुल चौहान[1], सरजेश कुमार मीना[2] एवं कुलदीप हरियाणा[3])
[1]उद्यानिकी एवं वानिकी महाविद्यालय, झालावाड़, राजस्थान
[2]बाबासाहेब भीमराव अंबेडकर विश्वविद्यालय, लखनऊ, उत्तर प्रदेश
[3]राजस्थान कृषि महाविद्यालय, महाराणा प्रताप कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, उदयपुर, राजस्थान
*संवादी लेखक का ईमेल पता: tendulchouhan@gmail.com

पीलू एक कांटेदार वृक्ष है। पीलू (Pillu or Peelu) को कई लोग पीलु या पीला भी कहते हैं। इसके फल मीठे हैं। आपने पीलू भी देखा होगा, क्योंकि लोग पीलू के वृक्ष के डंठलों से दातुन करते हैं। कुछ लोगों को पता नहीं है कि पीलू को औषधि भी बनाया जाता है। आयुर्वेदिक जानकारों का कहना है कि पीलू एक बहुत ही गुणी औषधि है जिससे कई रोगों को ठीक किया जा सकता है। पीलू को पेट के रोगों, पथरी, बवासीर और तिल्ली विकार में उपयोग किया जा सकता है।

पीलू भी वात्त, पित्त, कफ और सिर दर्द में फायदेमंद होता है। पीलू का उपयोग डायबिटीज और कुष्ठ रोगों में भी बहुत फायदेमंद है। पीलू (Miswak tree) की जड़ की छाल से मासिक विकार और शारीरिक कमजोरी दूर होती है। आइए जानें पीलू से और क्या लाभ मिल सकते हैं।

पीलू क्या है? (What is Peelu?)

Meswak tree या पीलू का वृक्ष दो से तीन मीटर ऊँचा होता है और इसकी दो जातियां होती हैं। इसकी कमजोर शाखाएं नीचे की ओर झुकी हुई हैं। शाखाएं छोटी हैं और हमेशा हरे रंग की होती हैं। पीलू के फल गोल, चिकने और 3 मिमी व्यास के होते हैं। कच्ची अवस्था में ये हरे होते हैं, लेकिन पके हुए लाल, चमकीले और रसदार होते हैं। प्रत्येक फल बीज से बना है। फल मसलने से तेज गंध आती है।

(1) छोटा पीलू (2) बड़ा पीलू

अन्य भाषाओं में पीलू के नाम (Name of Peelu in Different Languages)

Salvadora persica Linn. (सैल्वेडोरा पर्सिका) Syn-Salvadora indica Wight और Salvadoraceae (सैल्वेडोरेसी) कुल का वानस्पतिक नाम है। पीलू देश में और बाहर कई नामों से जाना जाता है।, जो ये हैं:-

Peelu in –

- **Hindi –** पीलू, छोटा पीलू, खरजाल
- **English –** मेसवाक (Meswak), साल्ट बुश ट्री (Salt bush tree), मस्टर्ड ट्री (Mustard tree), Tooth brush tree (टूथ ब्रश ट्री)
- **Sanskrit –** पीलू , पीलू, गुडफल्, स्रीं, शीतफल, गौली, शीत, सहस्राक्षी, शीतसह, श्याम, करभवल्लभ, पीलूक
- **Gujarati –** पीलू (Pilu), खरि जाल (Khari jal)
- **Punjabi –** पीलू (Pilu), झाल (Jhal)

पीलू के फायदे एवं उपयोग (Pillu Benefits and Uses in Hindi)

पीलू (Miswak tree) के औषधीय प्रयोग की मात्रा एवं विधियां ये हैं:-

मुंह के रोग में पीलू का उपयोग फायदेमंद (Peelu Benefits in Oral Disease Treatment in Hindi)

पीलू की लकड़ी का दातून करने से दांत तथा मसूड़े मजबूत होते हैं।
इससे मुंह की बदबू खत्म होती है।

सांसों की बीमारी में पीलू के प्रयोग से लाभ (Uses of Miswak Tree in Treatment of Respiratory Disease in Hindi)

पीलू के पत्तों का काढ़ा बनाकर 10-20 मिली मात्रा में पीने से श्वास (सांस फूलना/दमा) और खांसी में लाभ होता है।

पेट के रोग में पीलू के उपयोग से फायदा (Pillu Uses in Cure Abdominal Disease in Hindi)

भुने हुए पीलू फल (pilu fruit) को सेंधा नमक के साथ खाएं और साथ में गोमूत्र, दूध या अंगूर का रस पीने से पेट की बीमारी जैसे – पैट की गैस की समस्या (Meswak tree benefits) ठीक होती है।

पेट के फूलने पर पीलू के सेवन से लाभ (Benefits of Peelu in Flatulence in Hindi)

पीलू के पेस्ट से पकाए हुए घी का सेवन करने से पेट के फूलने की समस्या में लाभ (होता है।

आंतों के रोग में पीलू के सेवन से फायदा (Peelu Benefits in Cure Intestinal Disease in Hindi)

निशोथ, पीलू, अजवायन, कांजी आदि अम्ल द्रव्य तथा चित्रकादि पाचन द्रव्यों को मिलाकर सेवन करें। इससे पेट दर्द और आंतों के रोग में लाभ होता है।

पीलू से करें बवासीर का इलाज (Uses of Peelu in Piles Treatment in Hindi)

- रोज सुबह 7 दिन से एक माह तक पीलू को अकेले या छाछ के साथ सेवन करें। इससे बवासीर, पेट की गैस, पाचन विकार, गुदा विकार आदि में लाभ (peelu ke fayde) मिलता है।
- सहिजन बीज, जड़ी बीज, कनेर पत्ते, पीलू वृक्ष की जड़, बेलगिरी तथा हींग को थूहर के दूध के साथ पीस लें। इसे बवासीर के मस्सों पर लेप करने से लाभ होता है।
- पीलू के तेल में बत्ती भिगोकर गुदा में रखने से बवासीर में लाभ होता है।

मूत्र-विकार (पेशाब संबंधित बीमारी) में पीलू का उपयोग (Peelu Uses to Treat Urinary Disease in Hindi)

पीलू (Miswak tree) के फलों का काढ़ा बनाकर 10-40 मिली मात्रा में पिएं। इससे मूत्र विकार ठीक होते हैं।

पीलू के प्रयोग से सुजाक का इलाज (Benefits of Miswak tree in Treatment of Gonorrhea in Hindi)

पीलू (Miswak tree) 10-40 मिली पीलू की जड़ का काढ़ा पीने से सुजाक में लाभ होता है।

गठिया में पीलू के उपयोग से लाभ (Pillu Benefits in Arthritis Treatment in Hindi)

• दूध में बलाजड़, शतावरी जड़, रास्ना, दशजड़, पीलू फल, काली निशोथ, एरण्डजड़ और शालपर्णी के पेस्ट को पीसकर खाना चाहिए।
• जोड़ों के दर्द या गठिया को पीसकर लगाने से भी लाभ मिलता है।
• निर्गुण्डी और पीलू के पत्तों को समान मात्रा में मिलाकर पीस लें। जोड़ों पर इसे बांधने से दर्द दूर होता है।
• पीलू की बीज का तेल जोड़ों का दर्द दूर करता है।

सफेद दाग में पीलू से लाभ (Uses of Miswak Tree in Treatment of Leucoderma in Hindi)

तिल्वक, नीम, पीलू, आरग्वध पत्ते, विडंग, कनेर बीज, हरिद्रा, दारुहरिद्रा, लघु तथा बड़ी कटेरी को जल में पीस लें। इसका लेप करने से सफेद दाग खत्म हो जाते हैं।

घाव में पीलू से फायदा (Pillu Uses in Wound Healing in Hindi)

पीलू के पत्तों को पीसकर आग से जले हुए स्थान पर लगाने से लाभ होता है।

पीलू के पत्तों को पीसकर घाव के ऊपर लगाने से घाव में पीव नहीं बनती तथा घाव जल्दी भर (peelu ke fayde) जाते हैं।

अत्यधिक प्यास लगने की समस्या में पीलू के सेवन से फायदा (Pillu is Beneficial in Excessive Thirst Problem in Hindi)

कई लोगों को शराब के सेवन के बाद बहुत अधिक प्यास लगने की समस्या हो जाती है। इसमें पीलू के रस का सेवन करना चाहिए। यह मद्यपान मतलब शराब पीने के बाद अत्यधिक प्यास लगने की समस्या खत्म होती है।

शारीरिक कमजोरी में पीलू के प्रयोग से लाभ (Pilu Help in Treating Body Weakness in Hindi)

पीलू के फलों (pilu fruit) का सेवन करने से पित्त की अधिकता से होने वाली बीमारियां जैसे- शुक्राणु विकार, कफ एवं वात दोष में लाभ होता है।

शरीर के दर्द में पीलू के उपयोग से फायदा (Miswak tree Benefits for Body Pain in Hindi)

आयुर्वेदिक विशेषज्ञों के अनुसार दर्द से राहत दिलाने में भी पीलू फायदेमंद (miswak ke fayde) है. पीलू के पत्तों को जैतून के तेल में पकाकर छान लें। इस तेल से मालिश करने से दर्द ठीक होता है।

पीलू के उपयोगी भाग (Beneficial Part of Peelu)

- पत्ते ,फूल ,तना ,फल ,जड़

पीलू कहां पाया या उगाया जाता है? (Where is Peelu Found or Grown?)

पीलू (Salvadora persica) भारत में बिहार, राजस्थान, कर्नाटक, सिंध आदि शुष्क प्रदेशों में पाया जाता है। यह 500 मीटर की ऊँचाई तक पाया जाता है