नीम और पीपल (Neem and Sacred fig)

क्र. सं.	हिन्दी नाम	वैज्ञानिक नाम	औसत लम्बाई	पौधे का वर्णन	औषधि विवरण एवं विशेषताएं
1.	नीम	एजेडिरेक्टा इंडिका	15-20 मीटर	नीम को संस्कृत में 'अरिष्ट' कहा जाता है। मतलब श्रेष्ठ, पूर्ण और कभी न खत्म होने वाला। सर्व रोग निवारिणी कहीं जाने वाली नीम के बारे में माना जाता है कि इसके फल, बीच, तेल, पत्ते और जड़ तक में बीमारियों से लड़ने के गुण हैं।	1. नीम के पत्तों में एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं। यह संक्रमण जलन और त्वचा की किसी भी तरह की समस्याओं पर अच्छा काम करता हैं। 2. यह बैक्टीरिया को नष्ट करता है, प्रतिरक्षा प्रणाली को उत्तेजित करता है और तेजी से चिकित्सा को प्रोत्साहित करता है। 3. नीम में विटामिन और फैटी एसिड त्वचा की लोच में सुधार करते हैं और झुर्रियों और महीन रेखाओं को कम करते हैं। 4. नीम के पत्तों का उपयोग खुजली, एक्जिमा, रिंग कीड़े और कुछ हल्के त्वचा रोगों के लिए भी किया जाता हैं। 5. नीम डायबिटीज में बेहद फायदेमंद होता है। यह कई तरह कैसर को भी खत्म करने की क्षमता रखता हैं। 6. नीम की पत्तियां उबालकर उस पानी से बाल धोने से डैंड्रफ दूर होता है। नीम का दातून मसूड़ों के लिए बेहद फायदेमंद होता हैं। दांतों में कीड़े नहीं लगते।

क्र. सं.	हिन्दी नाम	वैज्ञानिक नाम	औसत लम्बाई	पौधे का वर्णन	औषधि विवरण एवं विशेषताएं
2.	पीपल	फाइकस रेलीजियोसा	30 मीटर	पीपल के पेड़ का बहुत महत्व हैं। इसे न केवल धर्म संसार से जोड़ा गया है, बल्कि वनस्पति विज्ञान और आयुर्वेद के अनुसार भी पीपल का पेड़ कई तरह से फायदेमंद माना गया है। इसे अक्षय वृक्ष भी कहा जाता हैं। पीपल कभी भी पत्ताविहीन नहीं होता। इससे पत्ते-झड़ते जाते है और नए आते रहते हैं।	1. सांस संबंधी किसी भी प्रकार की समस्या में पीपल का पेड़ बहुत फायदेमंद होता है। दमा के रोगियों के लिए यह आयु बढ़ाने वाला होता है। 2. पीपल के पत्तों का प्रयोग कब्ज या गैस की समस्या में दवा के तौर पर किया जाता है। इसे पित नाशक भी माना जाता है। 3. त्वचा पर होने वाली समस्याओं जैसे दाद, खाज, खुजली में पीपल के पत्तों को खाने या इसका काढ़ा बनाकर पीने से लाभ होता है। 4. पीपल के पकके हुए फलों को खुखाकर बनाए गए चूर्ण को शहद के साथ सेवन करने से हकलाने की समस्या से निजात में मदद होती हैं। 5.शरीर के किसी हिस्से में घाव हो जाने पर पीपल के पत्तों का गर्म लेप लगाने से घाव सूखने में मदद मिलती है। 6. पीपल एंटीऑक्सीडेट से भरपूर होता है, इसके पत्तों को नियमित रूप से चबाने पर तनाव में कमी होती हैं। 7. नकसीर फूटने की समस्या होने पर पीपल के ताजे पत्तों को तोड़कर उसका रस निकालकर नाक में डालने से बहुत फायदा होता हैं।

स्त्रोतः दैनिक जागरण (देहरादून) , 02 जुलाई 2020