खसखस का करें उपयोग तो जल्द ठीक होंगे रोग

स्वास्थ्य

खसखस के बारे में अनेक लोगों को अधिक जानकारी नहीं है, इसलिए शायद आप भी खसखस के फायदे के बारे में बहुत अधिक नहीं जानते होंगे। खसखस का प्रयोग औषधि के रूप में किया जाता है। आयुर्वेद के अनुसार, खसखस का इस्तेमाल कर अनेक रोगों का इलाज किया जा सकता है। आप भी ज़रूर इसके बारे में जानना चाहेंगे। आइए जानते हैं...

खसखस के फायदे...

अत्यधिक प्यास लगने की समस्या में फायदेमंद

अत्यधिक प्यास लगने की परेशानी में 2-4ग्राम खसखस की जड़ को मुनक्का के साथ पीसकर पिलाएं। इससे अधिक प्यास लगने की परेशानी खत्म होती है।

पेट में कीड़े होने से खसखस से लाभ

अनेक बच्चों को पेट में कीड़े होने की शिकायत रहती है। सिर्फ बच्चे ही नहीं, बल्कि कई वयस्क लोगों को भी यह समस्या हो जाती है। पेट के कीड़ों को खत्म करने के लिए खसखस उपयोगी होता है। इसके लिए 10-40 मिली खसखस का सेवन करें। इससे पेटे के कीड़े खत्म होते हैं।

मूत्र रोग में लाभ

मूत्र रोग(पेशाब से संबंधित रोग) जैसे- पेशाब का कम आना आदि में 2-4ग्राम खस की जड़ के चूर्ण में 5ग्राम मिश्री मिला लें। इसका सेवन करें। इससे कम पेशाब आने की समस्या ठीक हो जाती है। यह मूत्र के अन्य विकारों में भी लाभ देता है। इसी तरह खस की जड़, ईख की जड़, कुश की जड़ तथा रक्तचंदन

को मिलाकर काढ़ा बना लें। इसे10-30मिली की मात्रा में पीने से मूत्र रोग जैसे- पेशाब का रुक-रुक कर आना और पेशाब करने में दर्द आदि समस्या ठीक हो जाती है।

शरीर की जलन को शांत करने में फायदा

शरीर की जलन से परेशान रहते हैं तो खसखस की जड़ को पीसकर पूरे शरीर पर लगाएं। इससे शरीर की जलन शांत हो जाती है।

एनीमिया(खून की कमी) में खसखस से लाभ

कई लोगों को एनीमिया(खून की कमी की समस्या) हो जाती है। इसमें 10-40मिली खसखस का सेवन करें। इससे खून की कमी दूर होती है।

सीने के दर्द में खसखस का औषधीय गुण फायदेमंद

सीने में दर्द की परेशानी में 2-4ग्राम खस की जड़ का चूर्ण बना लें। इसमें 500मिग्रा पिप्पली की जड़ का चूर्ण मिला लें। इसमें घी मिलाकर खाएं। इससे छाती का दर्द ठीक हो जाता है।

पित्तज विकारों में खसखस के औषधीय गुण से लाभ

पित्तज रोग को ठीक करने के लिए 2-4ग्राम खस की जड़ के चूर्ण का सेवन करें।

इसी तरह 5-10मिली खस की जड़ के रस में चीनी के चूर्ण को मिलाकर पीने से पित्तोन्माद में लाभ होता है।

मोहाली-पंजाब। परागोन स्कूल के विद्यार्थियों द्वारा एन.एस.एस. कैंप के दौरान ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर राजयोग का अभ्यास करने के पश्चात् समूह चित्र में राजयोगिनी ब्र.कु. रमा दीदी, ब्र.कु. मीना, वाइस प्रिंसिपल अमरपाल कौर एवं अन्य शिक्षकगण।

भिलवाड़ा-आरके कॉलोनी(राज.)। शिवरात्रि के उपलक्ष्य में निकाली गई शोभायात्रा के शुभारम्भ में अपनी शुभकामनाएं व्यक्त करते हुए जिला कलेक्टर जसमीत सिंह संधू। मौके पर उपस्थित रहे भाजपा जिलाध्यक्ष प्रशांत मेवाडा, आरसीएम के अध्यक्ष त्रिलोक छाबड़ा व ब्र.कु. इंदिरा।

झुंझुनू-राज.। राजस्थान दिव्यांग समानता, संरक्षण एवं सशक्तिकरण अभियान के तहत समूह चित्र में आशा का झरना में ब्र.कु. अतुल, ब्र.कु. आर.के. शर्मा, ब्र.कु. साक्षी, ब्र.कु. शिवानी, स्कूल समन्वयक पंकज विश्वकर्मा।

रुड़की-उत्तराखंड। उत्तराखंड शिक्षा निदेशालय देहरादून में अधिकारियों द्वारा आमंत्रित नशा मुक्ति के लिए मनोबल बढ़ाने की विधि बताते हुए ब्र.कु. लक्ष्मीचंद।

तिनसुकिया-असम। लंकाशी के जनता हाई स्कूल में व्यसनों से होने वाली बीमारियों और परिणाम के बारे में जागरूक किया। साथ ही उन्हें दूर करने के लिए राजयोग कैसे कारगर है इस पर छात्रों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. कल्याणी। मौके पर उपस्थित रहे ब्र.कु. रूबुल, प्रधानाध्यापक अनूप बेजबरूआ तथा स्कूल के शिक्षकगण।

दिल्ली। दिल्ली विश्वविद्यालय के श्री राम कॉलेज ऑफ कॉमर्स में विद्यार्थियों के लिए 'कैसे रहें खुश' विषय पर कार्यक्रम के पश्चात समूह चित्र में ब्र.कु. प्रीत, ब्र.कु. ओमकार भाई, ब्र.कु. डॉ अदिति सिंघल, डॉ सूर्य प्रकाश, प्रोफेशर सुमन बाहरी तथा अन्य।