ਗਿਲੋ: ਇਕ ਕੁਦਰਤੀ ਇਮੂਨ-ਵਰਧਕ, ਜੀਵਣ ਲਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ

ਸਥਾਨਕ ਨਾਮ: ਗਿਲੋਏ, ਗੁਲਬੇਲ, ਗਿੱਲੋ, ਗਿੱਲੋ-ਗੁਲੈਂਚ, ਗੜ੍ਹਮ, ਪਲੋ

THERAPEUTIC ਵਰਤੋਂ: ਜਲਣ, ਨਪੁੰਸਕਤਾ, ਉਲਟੀ, ਰੁਕ-ਰੁਕ ਕੇ ਬੁਖਾਰ, ਚਮੜੀ ਰੋਗ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਕਾਰ, ਕਮਜ਼ੋਰੀ, splenomegaly, ਗਠੀਆ, ਬਵਾਸੀਰ, ਆਮ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਅੱਖ ਦੇ ਰੋਗ

PHARMACOLOGICAL ਗਤੀਵਿਧੀ: Immunomodulatory, anti -histaminic, ਸਾੜ ਵਿਰੋਧੀ, ਤਣਾਅ-ਵਿਰੋਧੀ ਗਤੀਵਿਧੀ, hepatoprotective activity, antipyretic, anthelmintic, anodyne, cardiotonic, aphrodisiac and rejuvenating.

ਵਰਤੋਂ ਅਧੀਨ ਅੰਗ: ਪੱਤੇ, ਫਲ, ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਜੜ੍ਹ- ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਜੜ੍ਹ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਇਲਾਜ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸੰਕੇਤ: ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੋ ਵਾਰ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਧੀਨ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ-ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਫਾਰਮੂਲਾ/ਬਣਤਰ

- **ਘਰੇਲੂ ਤਿਆਰੀ**
  - ਚੂਰਨ
  - ਕਾੜ੍ਹਾ
  - ਗੋਲੀ
  - Ghrita
- **ਮਿਸ਼ਰਿਤ ਫਾਰਮੂਲਾ**
  - Taila/ਤੈਲਾ
  - Lauha/ਲੋਹਾ
  - Arista/ਅਰਿਸ਼ਟਾ
  - ਰਸ-ਔਸ਼ਧੀ

ਘਰ ਵਿਚ ਤਿਆਰੀ

- **ਚੂਰਣ:** ਗਿਲੋਏ ਦੀ ਸੁੱਕੀ ਜੜ੍ਹ ਲਓ। ਇਸ ਦਾ ਬਰੀਕ ਪਾਊਡਰ ਬਣਾ ਲਓ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਹੋਰ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਇਕ ਹਵਾ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿਚ ਰੱਖੋ।
- **ਕਾੜ੍ਹਾ:** ਗਿਲੋਏ ਦੀ ਤਾਜ਼ਾ / ਸੁੱਕੀ ਜੜ੍ਹ ਲਓ। ਇਸ ਜੜ੍ਹ ਨੂੰ ਕੱਟੋ ਛੋਟੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੱਟ ਲਓ ਅਤੇ ਮੋਟਾ ਪਾਊਡਰ ਬਣਾ ਲਓ। ਹੁਣ, ਇਸ ਨੂੰ 8 ਗੁਣਾਂ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਰਾਤ ਭਰ ਭਿਓਂਕੇ ਰੱਖੋ। ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਇਸ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਉਬਾਲੋ ਜਦੋਂ ਤਕ ਪਾਣੀ 1/4 ਵਾਂ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪੁਣ ਲਵੋਂ ਅਤੇ ਤਿਅਤਰ ਹੋਣ ਦੇ 30 ਮਿੰਟ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਵਰਤ ਲਵੋਂ।
- **ਗੋਲੀਆਂ:** ਗਿਲੋਏ ਦਾ ਫਿਲਟਰ ਕਾੜ੍ਹੇ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਅੱਗ ਉਪਰ ਰੱਖਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਤੱਕ ਕਾੜ੍ਹਾ ਇਕਸਾਰ ਹੋਕੇ ਅਰਧ-ਠੋਸ ਨਾ ਬਣ ਜਾਵੇ। ਹੁਣ, ਇਹ ਅਰਧ-ਠੋਸ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਮੱਕੀ ਦੇ ਮਾਵਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਗੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਵੱਟਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵੱਟੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਆਯੁਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਵਲੋਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਘਰ ਵਿਚ ਕਾਸ਼ਤ/ਖੇਤੀ

- ਗਿਲੋ ਦੀ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਜਾਵਟ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੜ੍ਹ ਕੱਟਣ ਨਾਲ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਫੈਲਾਇਆ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਲਗਭਗ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਅਤੇ ਹਰ ਮੌਸਮ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਉਗਣ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਂ ਹੈ।
- ਵਪਾਰਕ ਫਸਲ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਬਿਜਾਈ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮੱਗਰੀ ਜੜ੍ਹ ਦੀ ਕਟਾਈ ਹੈ।
- ਜੜ੍ਹ ਦੀ ਕਟਾਈ ਜੂਨ-ਜੁਲਾਈ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਮਾਂ-ਪੌਦੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਬੂਟਾ ਬੀਜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਵੀ ਉਭਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਬੀਜ ਪੱਕਣ ਅਤੇ ਉਸੇ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਦਵਾਈ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਲਗਭਗ ਦੁੱਗਣੇ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਮਾਤਰਾ

ਕਾੜ੍ਹਾ: 50-100 ਮਿਲੀਲੀਟਰ
ਪਾਊਡਰ: 3-6 ਗ੍ਰਾਮ
ਜੂਸ (ਸਵਰਾਸਾ): 5-10 ਮਿਲੀਲੀਟਰ

Know More

ਸੰਕਲਿਤ ਕਰਤਾ

ਡਾ, ਸੌਰਭ ਲੱਖਣਪਾਲ, ਡਾ. ਮਨੀਸ਼ ਵਿਆਸ,
ਡਾ. ਸੌਰਭ ਸਾਤੀਜਾ,
ਡਾ. ਮੀਨੂ, ਡਾ. ਨਵਨੀਤ ਖੁਰਾਣਾ

ਲਵਲੀ ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸ਼ਨਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਐਲਪੀਯੂ), ਜਲੰਧਰ-ਦਿੱਲੀ ਜੀ.ਟੀ. ਰੋਡ, ਫਗਵਾੜਾ, ਪੰਜਾਬ