e-ISSN: 3048-8796

हर्बल टी: उपयोगिता एवं रोजगार के अवसर

बालाजी विक्रम और रुचि वर्मा

फसलोत्तर प्रौद्योगिकी विभाग, उद्यान महाविद्यालय
बांदा कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, बांदा उत्तर प्रदेश-210001, (भारत)

हर्बल टी, जिसे जड़ी–बूटी की चाय भी कहा जाता है, विभिन्न औषधीय पौधों, फूलों, जड़ों, बीजोएं एवं छालौं से तैयार किया जाने वाला एक पेय पदार्थ है। यह पारंपरिक चाय से भिन्न है क्योंकि इसमें कैफीन नहीं होती। भारत में हर्बल टी की परम्परा हजारों वर्ष पुरानी है – आयुर्वेद में इसे 'क्वाथ' या 'अर्क' के रूप में जाना जाता था। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, विश्व की लगभग 80 प्रतिशत जनसंख्या अपनी प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाओं के लिए किसी न किसी रूप में पारंपरिक या हर्बल औषधीयों पर निर्भर है। कोविड–19 महामारी के पश्चात प्रतिरक्षा बढ़ाने वाले उत्पादों की मांग में भारी वृद्धि हुई है, जिसने हर्बल टी उद्योग को नई ऊंचाईयों तक पहुंचाया है।

➢ प्रमूख हर्बल टी के प्रकार एवं प्रमूख सक्रिय तत्व

भारत में सर्वाधिक उपयोग की जाने वाली हर्बल टी की सूची:

हर्बल टी	प्रमूख सक्रिय तत्व	उपयोग
तुलसी चाय	यूजेनोल्स, यूरसोलीक एसिड	रोग–प्रतिरोध, तनावमुक्ति
अदरक चाय	जिंजेरोल, शॉगाओल	पाचन, सूजन–रोधी
कैमोमाइल	अपीजनिन, कमाजलीन	नींद, चिंता–रोधी
अश्वागंधा चाय	विथनालार्उस	ऊर्जा, एडाप्टोजन
पुदीना चाय	मेथेल, मेथरोन	पाचन, सरददे
हल्दी चाय	करकुमिन	सूजन–रोधी, एंटीऑक्सीडेंट
हिबिस्कस चाय	एंथोसाइनिसन	रक्तचाप नियंत्रण
नींबू घास	सिटरल, लीमोनन	रोड़ाणु–रोधी

हर्बल टी के वैज्ञानिक स्वास्थ्य लाभ

1. प्रतिरक्षा प्रणाली

- ✓ तुलसी में पाए जाने वाले यूजेनोल्स और यूरसोलीक एसिड में शक्तिशाली रोग–प्रतिरोधकतात्मक गुण होते हैं।
- ✓ जर्नल ऑफ एथ्नोफार्मकॉलॉजी में प्रकाशीत अध्ययन के अनुसार, प्रतिदिन तुलसी चाय पीने से प्राकृतिक किलर कोशिकाओं की सक्रियता 20 प्रतिशत तक बढ़ जाती है।
- ✓ हिबिस्कस चाय में विटामिन सी की मात्रा संतरे से 3–5 गुना अधिक होती है जो प्रतिरक्षा में सहायक है।

2. पाचन तंत्र पर प्रभाव

- ✓ अदरक में जिंजेरोल नामक बायोएक्टिव यौगिक आंत व्यवहार सिंड्रामे के लक्षणों को 35 प्रतिशत तक कम करता है।
- ✓ पुदीना चाय में मेंथाल की उपस्थिति आंतों की मॉसपैशियों को शिथिल कर गैस एवं अपचन से राहत देती है।
- ✓ 2023 में 600 रोगियों पर किए गए अध्ययन में पुदीना चाय से आंत रोग में सुधार देखा गया।

3. मानसिक स्वास्थ्य

- ✓ कैमोमाइल में अपीजनिन नामक रसायन जी.ए.बी.ए. अश्मिका तन्त्रकोशिकाओं को सक्रिय करता है जो चिंता और अनिद्रा को कम करता है।
- ✓ फाइटोमीडीसिन जर्नल (2021) के अनुसार, 8 सप्ताह तक कैमोमाइल चाय पीने से सामान्य

चिंता रोग के लक्षणों में 50 प्रतिशत की कमी देखी गई।

- ✓ अश्वागंधा में कोर्टिसोल तनाव हार्मोन के स्तर को 27 प्रतिशत तक कम करता है।

4. हृदय एवं रक्तचाप

- ✓ हिबिस्कस चाय ऊपरी रक्तचाप को औसतन 7 से 10 mmHg तक कम करती है।
- ✓ हल्दी चाय में करकुमिन हानिकारक कोलेस्ट्रॉल को कम कर हृदय रोग का जोखिम घटाता है।
- ✓ ग्रीन टी एवं हर्बल इन्फ्यूजन का नियमित सेवन हृदय रोग मृत्यु दर को 26 प्रतिशत तक कम करता है।

5. एंटीऑक्सीडेंट एवं एंटी–इन्फलेमेटरी गुण

- ✓ हर्बल टी में पॉलीफीनॉल, फ्लेवनाईड एवं टैनिन्स पाए जाते हैं जो मुक्त मूलकों को निष्सक्रिय करते हैं।
- ✓ रूबिबॉस चाय में एस्पालाथिन नामक अद्वितीय एंटीऑक्सीडेंट होता है जो मधुमेह रोधी गुण रखता है।

➢ हर्बल टी की रासायनिक संरचना

जौगिक का नाम	श्रेणी	प्रमूख स्रोत	जैविक क्रिया
अपीजनिन	फलॉवान	कैमोमाइल	चिंता–रोधी, शामंत
जिंजेरोल	फेंनलप्रोपेंनोइंड	अदरक	सूजन–रोधी
करकुमिन	पॉलीफिनॉल	हल्दी	एंटीऑक्सीडेंट, कैंसर–रोधी
यूजेनोल्स	फिनालप्रोपेंन	तुलसी, लौंग	रोड़ाणु–रोधी
मेथेल	टरर्पनोइड	पुदीना	एंटीएस्पेस्मॉडिक
एंथोसायेनिसन	फ्लेवनाईड	हिबिस्कस	रक्तचाप–रोधी
विथनालार्उस	स्टेराइडल लैक्टोन	अश्वागंधा	एडाप्टोजेनिक, तनावमुक्ति
रोजमारिनिक एसिड	फेनॉलिक एसिड	तुलसी, मेंहदी	एंटी–एलर्जीक

➢ वैश्वकि एवं भारतीय बाजार की स्थिति (2024–2025)

1. वैश्वकि बाजार आंड़े

वर्ष	बाजार मूल्य (अरब आमैरिकी डालर)	वृद्धि दर (प्रतिशत)	टिप्पणी
2020	2.4 अरब	5.2	वास्तविक
2021	2.7 अरब	6.1	वास्तविक
2022	3.1 अरब	7.2	वास्तविक
2023	3.6 अरब	7.5	वास्तविक
2024 (अनुमानित)	4.2 अरब	7.9	अनुमान
2025 (प्रवेक्षपित)	4.8 अरब	8.1	प्रवेक्षण
2030 (प्रवेक्षपित)	7.8 अरब	8.3	प्रवेक्षण

स्रोतः ग्रैंड व्यू रिशर्च (2024), आईएमएण्आरसी. समूह (2025), मोर्डोर इन्टेलेजन्स (2024)

2. प्रमूख उत्पादक देश

देश	वार्षिक उत्पादन (टन)	बाजार हिस्सेदारी
चीन	2,80,000 से अधिक	32 प्रतिशत
भारत	85,000 से अधिक	12 प्रतिशत
मोरक्को	75,000 से अधिक	10 प्रतिशत
जर्मनी	40,000 से अधिक	7 प्रतिशत
अन्य देश	–	25 प्रतिशत

3. भारतीय बाजार की विशेष स्थिति

- ✓ भारत का घरेलू हर्बल/आयुर्वेदिक पेय बाजार 2024 में 6,200 करोड़ रुपये से अधिक रहा।
- ✓ डाबर, हिमालया, ऑरगेनिक इंडिया, टाटा टी, पतंजलि जैसी कंपनियां इस क्षेत्र में सक्रिय हैं।
- ✓ 2023–24 में भारत ने 890 करोड़ रुपये मूल्य की हर्बल टी निर्यात की।
- ✓ आयुष क्षेत्र का कुल आकार 2024 में 1.5 लाख करोड़ रुपये अनुमानित है जिमसें हर्बल टी का महत्वपूर्ण योगदान है।
- ✓ उत्तर प्रदेश, हिमाचल प्रदेश, उत्तराखण्ड, राजस्थान एवं केरल प्रमूख उत्पादक राज्य हैं।

➢ रोजगार एवं आजीविका के अवसर

हर्बल टी उद्योग न केवल एक स्वास्थ्य पेय है, बल्कि यह लाखों लोगों को प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से रोजगार प्रदान करता है। यह उद्योग कृषि, प्रसंस्करण, पैकेजिं ग, विपणन एवं निर्यात सभी स्तरों पर रोजगार के अवसर सृजित करता है।

1. कृषि एवं खेती स्तर पर रोजगार

- ✓ औषधीय पौधों की खेती : तुलसी, अश्वागंधा, गिलयोय, मुलेंठी, अदरक, हल्दी, पुदीना जैसे पौधों की बड़े पैमाने पर खेती।
- ✓ राष्ट्रीय औषधीय पादप बोर्ड ने 2023–24 में 2.5 लाख किसानों को औषधीय पौधों की खेती का प्रशिक्षण दिया।
- ✓ 1 हेक्टेयर तुलसी की खेती से 80,000 से 1,20,000 रुपये की वार्षिक आय संभव है।
- ✓ अश्वागंधा की खेती से प्रति हेक्टेयर 1.5 से 2 लाख रुपये की आय अर्जन की जा सकती है।
- ✓ जैविक हर्बल खेती को प्रावधायिक प्रमाणीकरण योजना के अंतर्गत प्रोत्साहन मिल रहा है।

2. प्रसंस्करण एवं उत्पादन

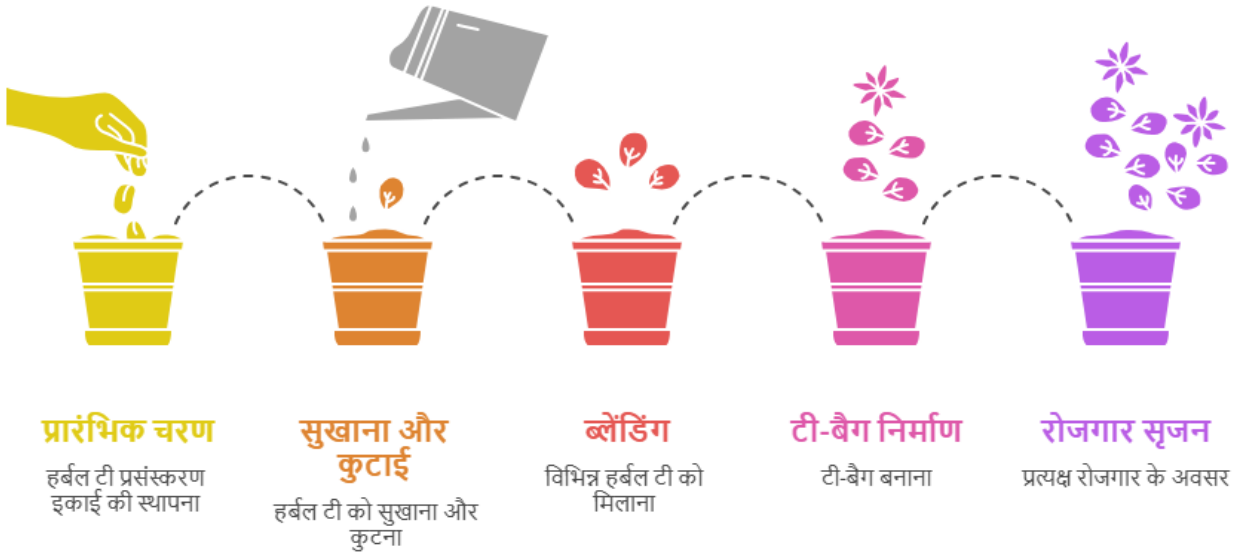
- ✓ हर्बल टी प्रसंस्करण इकाइयों में सुखाना, कुटाई, ब्लेंडिंग, टी–बैग निर्माण से विभिन्न स्तरों पर रोजगार।

- ✓ एक छोटी हर्बल टी प्रसंस्करण इकाई (20–50 लाख रूपये निवेश) में 10–25 लोगों को प्रत्यक्ष रोजगार।
- ✓ MSME मंत्रालय की (पीएम विश्वकर्मा) एवं PMEGP योजनाओं के तहत हर्बल उद्यम पर सब्सिडी उपलब्ध।
- ✓ FSSAI के नए दिशानिर्देश (2023) के अनुसार हर्बल पेय उत्पादों के लिए लाइसेंसिंग प्रक्रिया सरल की गई।

4. महिला एवं स्वयं सहायता समूह

- ✓ हर्बल टी उद्योग में महिला स्व हेल्प समूहों की महत्वपूर्ण भूमिका है।
- ✓ राजस्थान, उत्तर प्रदेश एवं मध्यप्रदेश में 5,000 से अधिक समूह हर्बल उत्पाद तैयार कर रही हैं।
- ✓ केरल की 'कुडुंबश्री' योजना के अंतर्गत 12,000 से अधिक महिलाएं हर्बल उत्पाद बना रही हैं।
- ✓ NABARD की 'लीडस' परियोजना हर्बल खेती में महिला उद्यमियों को 1 से 5 लाख रु. तक ऋण प्रदान करती है।

हर्बल टी प्रसंस्करण में रोजगार सृजन



3. व्यावसायिक अवसर एवं स्टार्टअप

व्यवसाय प्रकार	अनुमानित निवेश	संभावित आय (वार्षिक)	रोजगार सृजन
घरेलू उत्पादन	50,000 – 2 लाख रु.	2 – 5 लाख रु.	2–5 व्यक्ति
लघु प्रसंस्करण इकाई	5 – 15 लाख रु.	10 – 30 लाख रु.	10–20 व्यक्ति
मध्यम स्तर का उद्यम	25 – 50 लाख रु.	50 लाख – 1 करोड़	30–60 व्यक्ति
ऑनलाइन हर्बल टी ब्राण्ड	2 – 10 लाख रु.	5 – 25 लाख रु.	5–15 व्यक्ति
निर्यात अभिमुखी इकाई	1 – 5 करोड़ रु.	2 – 10 करोड़ रु.	50–150 व्यक्ति

5. सरकारी योजनाएं एवं समर्थन

- ✓ प्रधानमंत्री आयुष्मान भारत योजना के अंतर्गत हर्बल उत्पादों को बढ़ावा दिया जा रहा है।
- ✓ राष्ट्रीय औषधीय पादप बोर्ड हर्बल किसानों को 30 से 50 प्रतिशत की सब्सिडी प्रदान करता है।
- ✓ स्टार्टअप इंडिया योजना के तहत हर्बल टी स्टार्टअप को 3 वर्ष तक आयकर छूट मिलती है।
- ✓ कृषि आधारभूत राष्ट्रीय निधि से हर्बल प्रसंस्करण इकाईयों के लिए 2 प्रतिशत ब्याज सब्सिडी।
- ✓ APEDA नई दिल्ली हर्बल टी निर्यातकों को मार्केटिंग सहायता एवं Trade Fair में भागीदारी का अवसर देता है।

➢ हर्बल टी बनाने की विधि

हर्बल टी	सामग्री	समय (मिनट)	ताप (डिग्री)	विशेष निर्देश
तुलसी–अदरक	5–7 तुलसी पत्तियाँ, 1 इंच अदरक	5–7	90–95	उबालकर छानें
कैमोमाइल	1–2 चम्मच सूखे फूल	4–5	85–90	अत्यधिक न उबालें
हल्दी–काली मिर्च	1/2 चम्मच हल्दी + 2 काली मिर्च	5	95	काली मिर्च शोषण क्षमता 2000 गुना बढ़ाती
पुदीना	8–10 ताजा पत्तियां	3–4	85	ताजा पत्तियां अधिक प्रभावी
अश्वागंधा	1/2 चम्मच पाउडर + दूध/पानी	3–5	90	रात में पीएं, शहद मिला सकते हैं

➢ गुणवत्ता नियंत्रण एवं सुरक्षा मानक

- ✓ भारत में हर्बल टी उत्पादों पर खाद्य सुरक्षा एवं मानक प्राधिकरण, आयुष एवं भारतीय मानक ब्यूरो के मानदण्ड लागू होते हैं।
- ✓ वैश्वकि निर्यात के लिए आईएसओ 9001, आईएसओ 22000 एवं खाद्य सुरक्षा प्रबंध प्रमाणीकरण आवश्यक है।
- ✓ ऑरगेनिक इंडिया, हिमालया जैसी कंपनियां ऑरगेनिक प्रमाणीकरण प्राप्त कर निर्यात करती हैं।
- ✓ आयुष मंत्रालय के 'आयुष प्रीमियम मार्क' से प्रमाणित उत्पादों की विश्वसनीयता बढ़ती है।
- ✓ विश्व स्वास्थ्य संगठन के पादप मानवाचोजन हर्बल उत्पादों की गुणवत्ता के लिए अंतरराष्ट्रीय मानदण्ड निर्धारित करते हैं।
- ✓ डाएनएस बारकोडिंग प्रौद्योगिकी से मिलावटी हर्बल उत्पादों की पहचान संभव हो गई है (सहायता परिसर – कृषि जैव विज्ञान अनुसंधान संस्थान, लखनऊ)।

➢ भविष्य की संभावनाओं एवं नवाचार

1. तकनीकी नवाचार

- ✓ सूक्ष्म–घेरण प्रौद्योगिकी : सक्रिय तत्वों की जैव–उपलब्धता बढ़ाने में सहायक।
- ✓ ठण्डा पीसा हर्बल टी : पोषक तत्वों की हानि को न्यूनतम करने की नई प्रक्रिया।
- ✓ सक्रिय जड़ी–बूटी पेय : हर्बल टी में प्राकृतिक वजन घटाने, अनुकूलन एवं संघर्ष–औषध का संयोजना।
- ✓ कृत्रिम बुद्धि आधारित गुणवत्ता परीक्षण : मशीन लर्निंग से हर्बल उत्पादों का गुणवत्ता परीक्षण।

2. बाजार के उभरते रुझान

- ✓ स्वास्थ्य पर्यटन के साथ हर्बल टी का संयोजन – हर्बल टी पर्यटन की अवधारणा।
- ✓ सीधे उपभोक्ता तक ऑनलाइन हर्बल ब्राण्डों का उभरना।
- ✓ व्यक्तिगत स्वास्थ्य आवश्ययकताओं के अनुसार अनुकूलित हर्बल टी मिश्रण।
- ✓ Sustainable Packaging एवं Zero-waste Herbal Tea उत्पादों की मांग में वृद्धि।
- ✓ आइ.एम.ए.आर.सी. समूह (2025) के अनुसार 2025–2030 के दौरान वैश्वकि हर्बल टी बाजार में 8.3 प्रतिशत वार्षिक चक्रवृद्धि दर से वृद्धि अपेक्षित।
- ✓ भारत 2030 तक वैश्वकि हर्बल उत्पादन में तीसरे स्थान पर पहुँच सकता है।
- ✓ भारत में हर्बल टी उद्योग 2030 तक 50 लाख से अधिक लोगों को प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष रोजगार दे सकता है।

हर्बल टी केवल एक पेय पदार्थ नहीं, बल्कि यह भारतीय ज्ञान परम्परा, आधुनिक विज्ञान एवं आर्थिक विकास का संगम है। वैज्ञानिक शोधों ने इसके अनेक स्वास्थ्य लाभों को प्रमाणित किया है। वैश्वकि बाजार में इसकी बढ़ती मांग, सरकारी प्रोत्साहन नीतियां एवं उपभोक्ता जागरूकता में वृद्धि ये सभी कारण हर्बल टी उद्योग को एक अत्यंत संभावनाशील क्षेत्र बनाते हैं। भारत के किसान, उद्यमी, महिला समूह एवं युवा स्टार्टअप सभी के लिए हर्बल टी में असीम रोजगार के अवसर हैं। आवश्ययकता है कि उचित प्रशिक्षण, प्रमाणीकरण एवं बाजार तक पहुँच के साथ इस क्षेत्र में निवेश किया जाए। 'आत्म निर्भर भारत' के सपने को साकार करने में हर्बल टी उद्योग एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

Corresponding E-mail:
balajivikramallahabad@gmail.com