

हमारी मित्र जम्मू-प्रदेश की वनौषधियाँ

(डोगरी पुस्तक "डुग्गरदियाँ जड़ीबूटियाँ" से अनूदित व परिवर्द्धित हिन्दी संस्करण)



केंद्रीय आयुर्वेद एवं सिद्ध अनुसंधान परिषद्

भारतीय चिकित्सा पद्धति एवं होम्योपैथी विभाग

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय

(भारत सरकार)

विषय-सूची

विवरण	पृष्ठ संख्या	विवरण	पृष्ठ संख्या
दो शब्द	v	चक्रमर्द	47
आमुख	vii	चिरचिरा	49
प्रस्तावना	xi	चित्रक	51
परिशिष्टों की सूची	xv	जामुन	53
अजवायन	1	तुलसी	55
अडूसा	3	दंती	57
अदरख	5	दुद्दी	59
अनार	8	घनिष्कँ	61
अमलतास	11	नीम	63
अश्वगंधा	13	पलाश	66
आमला	15	पाठा	68
एरण्ड	18	पित्तपापड़ा	70
कंधी	21	पीपल	72
कचनार	23	पुदीना	74
कटेरी	25	पुनर्नवा	76
कमीला	27	बकायन	78
कसौंदी	29	बड़	80
कागजी नींबू	31	बहेड़ा	82
काली अनन्तमूल	33	बेल	84
कीकर	35	ब्राह्मी	87
कुश	37	भांग	89
गिलोय	39	भांगरा	91
गुलाब	41	मकोय	94
गोखरू	43	मेथी	96
घी कुआंर	45	मौलसिरी	98

विवरण	पृष्ठ संख्या	विवरण	पृष्ठ संख्या
लसोड़ा	100	सौंफ	115
लहसुन	102	सोया	117
वच	105	हरड़	119
सतावरी	107	हरी दूब	122
समहालु	109	हल्दी	124
सहिजन	111	हालों	126
सिरिस	113		