

## अतिसारोधी

कई विकासशील देशों में बाल्यावस्था की दस्त एक महत्वपूर्ण समस्या है और ई. कोलाई इसका मुख्य कारक माना जाता है। सामान्यतः जुगाली करने वाले जानवरों के दूध में लाइसोजाइम नामक सूक्ष्मजीवरोधी प्रोटीन नहीं होता है। हालांकि, आजकल ऐसे ट्रांसजेनिक बकरियों का उत्पादन हो चुका है जिनके दूध में लाइसोजाइम होता है। जानवरों के ऊपर किये गए परीक्षण से यह पाया गया है कि ट्रांसजेनिक बकरी के लाइसोजाइम युक्त दूध सेवन से ई. कोलाई संक्रमण में स्वास्थ्य लाभ होता है। इस प्रकार यह माना गया है कि स्तनपान करने वाले बच्चों द्वारा ट्रांसजेनिक बकरी के लाइसोजाइम युक्त दूध सेवन से जीवाणु जनित अतिसार में स्वास्थ्य लाभ मिलेगा।

## कुअवशोषण सिंड्रोम में सुधार

कुअवशोषण सिंड्रोम से पीड़ित शिशुओं में गाय के दूध को बकरी दूध द्वारा प्रतिस्थापन से आंतों में वसा अवशोषण दर में काफी सुधार होता है। ऐसे चूहे जो फेरोपेनिक एनीमिया से ग्रसित हो गोजातीय दूध के सापेक्ष बकरी दूध सेवन से आयरन (लोह) की जैवउपलब्धता में सुधार होता है और लक्ष्य अंगों में आयरन जमाव में वृद्धि होती है। प्रायोगिक जीवों पर किये गए परीक्षण से यह भी पाया गया है कि बकरी दूध सेवन प्रोटीन, मैग्नीशियम, कैल्शियम, फॉस्फोरस, जिंक और सेलेनियम जैसे पोषक तत्वों के उपयोग में लाभकारी प्रभाव रखता है।

“बकरी दूध को लेकर उपभोक्ताओं में अज्ञानता और मन में भ्रांतियाँ मौजूद हैं। बकरी के दूध को लोकप्रिय बनाने और इसके उपभोक्ता आधार में विस्तार करने के लिए बकरी दूध में निहित विशेष स्वास्थ्यवर्धक गुणों के बारे में जागरूकता पैदा करना और मौजूदा पूर्वाग्रह को दूर करना अतिआवश्यक है”



लेखक

अरुण कुमार वर्मा, वी. राजकुमार, तरुण पाल सिंह  
प्रकाशक  
निदेशक, भा.कृ.अ.प. - केंद्रीय बकरी अनुसंधान  
संस्थान, मखटूम

संपर्क

बकरी उत्पाद प्रौद्योगिकी प्रयोगशाला, पशु पोषण  
विभाग,  
भा.कृ.अ.प. - केंद्रीय बकरी अनुसंधान संस्थान,  
मखटूम, फरह, मथुरा - २८११२२  
के.ब.अ.सं. हेल्पलाइन: ०५६५-२७६३३२०

[www.cirg.res.in](http://www.cirg.res.in)

## बकरी दूध: स्वास्थ्यवर्धक गुण



वर्तमान में खाद्य पदार्थों के लेबलिंग में एक विशेष परिवर्तन दिखाई पड़ रहा है जो उपभोक्ताओं को जागरूक करने के साथ-साथ उनका ज्ञानवर्धन भी करता है। इस कारण उपभोक्ता अब खाद्य पदार्थों, विशेषकर दुग्ध उत्पादों में संयोजन आधारित गुणवत्ता परख में समर्थ हो पा रहे हैं। आज के सदी में प्राकृतिक, स्वास्थ्यवर्धक एवं स्वादिष्ट खाने की तरफ उपभोक्ता की रुचि लगातार बढ़ रही है। बकरी पर्याप्त मात्रा में दुग्ध उत्पादन करती है और हम उसके योगदान को नज़र अंदाज़ नहीं कर सकते। हाल के वर्षों में बकरी दुग्ध में उपस्थित अनेक पोषक और स्वास्थ्यवर्धक घटकों की पहचान हुई है। इस वजह से बकरी दुग्ध को कार्यात्मक भोजन के रूप में पहचान मिली है और उपभोक्ताओं में इसकी स्वीकार्यता लगातार बढ़ रही है। इसका परिलक्षण बकरी की आबादी एवं दुग्ध उत्पादन में हुई वृद्धि से भी होता है। अन्य प्रजातियों के तरह ही बकरी दुग्ध उपभोक्ताओं को उच्च गुणवत्ता युक्त प्रोटीन, स्वास्थ्यवर्धक वसा एवं वसा अम्ल, लैक्टोज, खनिज और विटामिन प्रदान करता है। इनके अतिरिक्त बकरी दुग्ध विशिष्ट लक्षणों से परिपूर्ण होता है जो इसे अधिक आकर्षक और स्वास्थ्यवर्धक बनाते हैं।

**सुपाच्य एवं निम्न एलर्जेनिक, कैसररोधी इफ्लामेशनरोधी अतिसाररोधी कुअवशोषण सिंड्रोम में सुधार आदि बकरी दुग्ध के विशिष्ट गुण हैं।**

### सुपाच्य एवं निम्न एलर्जेनिक

शिशु आहार में बकरी दुग्ध के महत्व को इसकी सुपाच्यता और गाय के दुग्ध की तुलना में कम एलर्जी के कारण बहुत सराहा जाता है। अम्लुटिनिन की अनुपस्थिति एवं छोटे और माध्यम श्रंखला वसा अम्ल की प्रचुरता वसा कणों का गुच्छ बनने से रोकते हैं, जिससे बकरी दुग्ध की सुपाच्यता बढ़ती है। इसके साथ-साथ अम्लीकृत होने पर बकरी दुग्ध महीन दही बनाता है जो इसके तीव्र पाचन को प्रदर्शित करता है। बकरी के दुग्ध में अल्फा-SI-कैसीन का निम्न स्तर एवं बीटा कैसीन का उच्च स्तर यह बताता है कि बकरी दुग्ध का कैसीन प्रोफाइल मानव दुग्ध से मिलता-जुलता है। ऐसा माना जाता है कि बकरी दुग्ध में अल्फा-SI-कैसीन की तुलनात्मक अनुपस्थिति बीटा-लैक्टोब्युलिन

प्राचल	बकरी दुग्ध	गाय का दुग्ध
Water (%)	87.0	87.2
Fat (%)	4.25	3.70
Protein (%)	3.52	3.50
Lactose (%)	4.27	4.90
Vitamin A (IU)	2074	1500
Vitamin B1 (mg/l)	0.68	0.44
Vitamin B2 (mg/l)	2.10	1.75
Vitamin B5 (mg/l)	2.70	0.94
Vitamin B12	0.0006	0.043
Folic acid (µg/l)	6	50
Calcium (%)	0.19	0.18
Phosphorus (%)	0.27	0.23
Na (mg/100ml)	41	58
Zn (mg/100ml)	0.56	0.53
K (mg/100ml)	182	152
Selenium (µg/100ml)	1.33	0.96
Leucine*	9.80	9.44
Lysine*	9.85	8.96
Methionine*	2.24	2.48
Phenylalanine*	5.04	4.73
Tyrosine*	4.67	5.67
Valine*	6.04	5.24
Asparagine*	7.19	7.60
Arginine*	3.90	4.06
Glycine*	1.60	1.75
Serine*	4.39	5.24

\* ग्रा/१०० ग्रा अमीनो अम्ल



के पाचन में भी सहयोग करता है। गाय दुग्ध जनित एलर्जी एक तरह की बीमारी है जिसका तीन वर्ष तक के बच्चों में फैलाव २.५ प्रतिशत देखा गया है। बकरी दुग्ध सेवन से ३०-४० प्रतिशत मामलों में बीमारी ठीक हो जाती है, और कुछ मामलों में तो ९० प्रतिशत तक सफलता मिली है। बकरी दुग्ध का निम्न एलर्जेनिक होना संभवतः इसमें अल्फा-SI-कैसीन की कमी अथवा अनुपस्थिति मानी जाती है।

**गोटी फ्लेवर एक प्रबंधन समस्या है नाकि प्राकृतिक गुण। अन्य प्रजातियों की तरह ही बकरी दुग्ध का अपना एक विशेष स्वाद होता है। बकरी दुग्ध में नमकीन स्वाद तुलनात्मक रूप से कम लैक्टोज की मात्रा की वजह से होता है और इसे अवगुण के रूप में नहीं देखना चाहिये।**

### कैसररोधी

बकरी दुग्ध में माध्यम श्रंखला वसा अम्ल - कप्रोइक अम्ल, कैप्रिलिक अम्ल एवं कैप्रिक अम्ल की प्रचुरता होती है। इन तीनों ही वसा अम्लों में कैसररोधी गुण होता है। कैसर कोशिकाओं का कप्रोइक अम्ल, कैप्रिलिक अम्ल एवं कैप्रिक अम्ल द्वारा उपचार से इनकी जीवन क्षमता को ७०-९० प्रतिशत तक घट जाती है। माध्यम श्रंखला वसा अम्लों के इस कैसररोधी क्षमता की पुष्टि आणविक स्तर पर अध्ययन से भी हुई है।

### इफ्लामेशनरोधी

बकरी दुग्ध में उपस्थित माइक्रोबायोटा मानव आंत के माइक्रोफ्लोरा को सामान्य करने में सहायक होते हैं एवं आंत्र म्यूकोसा को सुरक्षा प्रदान करते हैं। अतः, बकरी दुग्ध को बुजुर्ग लोगों के साथ-साथ ऐसे व्यक्तियों जिन्हें इन्फ्लामेशन और एलर्जी की शिकायत है, पूरक आहार के रूप में दिया जा सकता है।