# ഔഷധ വൃക്ഷങ്ങളും വള്ളിച്ചെടികളും

ഡോ. ഗ്രെയ്സി മാത്യു, അസി. പ്രൊഫസർ
സുഗന്ധതൈല-മരുന്നുചെടി ഗവേഷണകേന്ദ്രം, ഓടക്കാലി

## വൃക്ഷങ്ങൾ

### 1. അശോകം (*Saraca asoca*)

ഗർഭാശയത്തെ ബലപ്പെടുത്തുന്ന ഔഷധമായിട്ടാണ് അശോകത്തിനെ കാണുന്നത്. വയറുവേദന, അർശസ്സ്, വ്രണങ്ങൾ ഇവയുടെ ചികിൽസക്കും അണുനാശക ഔഷധമായും അശോകം ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്.

വിത്തുമുളപ്പിച്ചാണ് തൈകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. രണ്ടു മാസം പ്രായമായ തൈകൾ കൃഷിസ്ഥലത്ത് 60 സെ. മീ. സമചതുരക്കുഴികൾ എടുത്ത് നടാം. കുഴികൾ തമ്മിൽ 3 മീറ്റർ അകലം ആണ് അഭികാമ്യം. ഏതാണ്ട് 15–20 വർഷം പ്രായമെത്തുമ്പോൾ വെട്ടി എടുത്ത് തൊലി എടുക്കാം. മണ്ണിൽനിന്നും 15 സെ. മീ. ഉയരത്തിൽ വച്ചു മുറിച്ചെടുക്കാം. വളവും വെള്ളവും നൽകിയാൽ മുറിച്ച കുറ്റിയിൽ വീണ്ടും മുളകൾ വരുകയും 5 വർഷത്തിനു ശേഷം വീണ്ടും വിളവെടുക്കുകയും ചെയ്യാം. ഈ പ്രക്രിയ വീണ്ടും തുടരാവുന്നതാണ്. മരം മുറിച്ചെടുക്കുന്നതിനു പകരം ഒരു വശത്തുള്ള തൊലി ചെത്തിയെടുക്കാവുന്നതാണ്. ചെത്തിയെടുത്ത ഭാഗത്ത് തൊലി വന്നു മൂടിയ ശേഷം മറുവശത്ത് തൊലി ശേഖരിക്കാം.

### 2. ചപ്പങ്ങം /പതിമുകം (*Caesalpinia sappan*)

ചപ്പങ്ങം അഥവാ പതിമുഖം എന്നു് മലയാളത്തിലും സപ്പൻ വുഡ്ഡു് എന്നു് ഇംഗ്ളീഷിലും അറിയപ്പെടുന്ന ഈ ഔഷധവൃക്ഷം മുള്ളുകൾ നിറഞ്ഞ ധാരാളം ശിഖരങ്ങളോടു കൂടിയ ഒരു ചെറിയ മരമാണു്. പൂർണ വളർച്ച എത്തിയ ഒരു മരത്തിനു് എകദേശം 6 മുതൽ 9 മീററർ ഉയരവും 15_25 സെ.മീ. വ്യാസവും ഉണ്ടായിരിക്കും. ചപ്പങ്ങത്തിൻെറ ഉപയോഗയോഗ്യമായ ഭാഗം കാതലാണ്. ചപ്പങ്ങത്തിൻെറ കാതലിട്ടു തിളപ്പിച്ച വെള്ളം അതിസാരം, വയറിളക്കം എന്നിവയ്ക്കു് ഫലപ്രദമാണ്. ചിലയിനം ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾക്കുള്ള പ്രതിവിധിയായും ഇത് ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. ചെടിയുടെ കാതലിൽ നിന്നും എടുക്കുന്ന പൊടി ഗർഭമലസൽ, കുഷ്ഠം എന്നിവയ്ക്കെതിരെ ഫലപ്രദമാണ്. രക്ത ശുദ്ധീകരണത്തിനു് ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു് പുറമേ പ്രകൃതി ദത്ത ചായത്തിൻെറ സ്രോതസ്സായും ഇന്നു് ചപ്പങ്ങം വളരെയധികം ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു.

വിത്തു മുളപ്പിച്ചാണ് പ്രധാനമായും നടീൽ വസ്തു തയ്യാറാക്കുന്നത്. 4_5 വർഷത്തിനുമേൽ പ്രായമായ ചെടികളിൽ നിന്നും ശേഖരിക്കുന്ന വിത്തുകളാണ് നടാനായി തെരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടത്. ശേഖരിച്ച കായ്കൾ തണലിൽ ഉണക്കിയ ശേഷം പുറന്തോട് പൊട്ടിച്ച് വിത്തുകൾ ശേഖരിക്കണം. കായ്കൾക്കു് 7.5-10 സെ.മീ. നീളവും 2.8-8.0 സെ.മീ. വ്യാസവും ഉണ്ടായിരിക്കും. ഒരു കായിൽ 2_4 വിത്തുകൾ ഉണ്ട്. നല്ല വിത്തിൻെറ നിറം തവിട്ടു കലർന്ന ക്രീം ആണ്. സാധാരണയായി 50_60% വിത്തുകൾക്ക് മാത്രമേ നല്ല ഗുണമേന്മ ഉണ്ടാവുകയുള്ളൂ. ഒരു കി. ഗ്രാം കായിൽ നിന്നും ഏകദേശം 200 നല്ല വിത്തുകൾ ലഭിക്കുന്നു.

വിത്തു മുളപ്പിക്കുവാൻ സാധാരണയായി അങ്കുരണ വർദ്ധന രീതികൾ ഒന്നും തന്നെ ആവശ്യമില്ല. വിത്തുകളുടെ ബീജാങ്കുരണ ശേഷി വളരെ പെട്ടെന്നു തന്നെ നഷ്ടപ്പെടുന്നതിനാൽ ശേഖരിച്ച ഉടൻ തന്നെ പാകണം. വിത്തുകൾ സൂക്ഷിച്ചു വെയ്ക്കേണ്ടി വന്നാൽ കായുടെ ഉള്ളിൽ തന്നെ വയ്ക്കുന്നതാനു് നല്ലതു്. എങ്കിലും 2_3 മാസം കഴിഞ്ഞാൽ ജീവനക്ഷമത പൂർണ്ണമായും നഷ്ടപ്പെടുന്നതായി കാണുന്നു.

കാലവർഷാരംഭത്തോടെ 50 സെ.മീ. നീളവും വീതിയും താഴ്ച്ചയും ഉള്ള കുഴികൾ എടുത്തു് 20 കിലോ വീതം ജൈവവളം ചേർത്ത് മേൽമണ്ണിട്ടു മൂടിയ ശേഷം തൈകൾ നടാം. ചെടികൾ തമ്മിലും വരികൾ തമ്മിലും മൂന്നു മീററർ അകലം വേണം. വേലിച്ചെടിയായി വളർത്തുമ്പോൾ 1.5 മീററർ അകലത്തിൽ നടാം. കാലവർഷാരംഭത്തിലും തുലാവർഷത്തിലും ചുവടു തെളിച്ചു് വളമിടണം. നേരിട്ടു വെയിലേൽക്കുന്ന സ്ഥലത്താണെങ്കിൽ വേനൽക്കാലത്തു് ആദ്യവർഷങ്ങളിൽ നനയ്ക്കുന്നതു പ്രയോജനകരമാണ്. തടി തുരന്നു നശിപ്പിക്കുന്ന കീടത്തിൻെറ ആക്രമണം കാണുകയാണെങ്കിൽ ആ ഭാഗം വൃത്തിയാക്കി ദ്വാരത്തിൽ വേപ്പെണ്ണ ഒഴിച്ച ശേഷം കോൾ ടാർ കൊണ്ട് അടയ്ക്കേണ്ടതാണ്.

6_8 വർഷം പ്രായമായ മരങ്ങൾ മുറിച്ചു മാററാം. കാതലിനു് പല നിറഭേദങ്ങളും കണ്ടു വരുന്നു. ഇതു് ഇളം മഞ്ഞ മുതൽ കടും ചുവപ്പോ ഇളം പിങ്കു മുതൽ കടും വയലറേറാ ആകാം. ഒരു മരത്തിൽ നിന്നും ശരാശരി 50 കിലോ തടി ലഭിക്കും.

## 3. ആര്യവേപ്പ് (*Azadirachta indica*)

ഇന്ത്യയിൽ എല്ലാ സംസ്ഥാനങ്ങളിലും കാണുന്ന ഒരു ഔഷധസസ്യമാണ് ആര്യവേപ്പ്. ആര്യവേപ്പിന്റെ ഇല, വിത്ത്, തൊലി, തൈലം ഇവ വാത–ത്വക് രോഗങ്ങൾക്ക് പ്രതിവിധിയായി ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. ആര്യവേപ്പിന് രോഗാണുക്കളെ തുരത്തുന്നതിനുള്ള ശക്തിയുണ്ടെന്നാണ് വിശ്വസിക്കപ്പെടുന്നത്. കഫം, പിത്തം, ഇവ കുറയ്ക്കുന്നതിനും രക്തശുദ്ധിയുണ്ടാക്കുന്നതിനും, പല ചർമ്മരോഗങ്ങളുടെ ചികിൽസക്കും വേപ്പ് ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. വേപ്പിന്റെ നീരുകുടിക്കുന്നത് വാതരോഗങ്ങൾക്ക് നല്ലതാണ്. മഞ്ഞപ്പിത്തം, വയറ്റിലുണ്ടാകുന്ന കൃമി എന്നിവയ്ക്ക് വേപ്പിലനീരും തേനും ചേർത്ത് കഴിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. വേപ്പിലയിൽ പച്ചമഞ്ഞളും അരച്ച് വിഷജന്തുക്കൾ കടിച്ച ഭാഗത്ത് പുരട്ടിയാൽ വിഷശമനം ലഭിക്കും. വേപ്പില അരച്ചു പുരട്ടുന്നത് പൊള്ളലിന് നല്ലതാണ്. സോപ്പ്, ടൂത്ത്പേസ്റ്റുകൾ, മുടിയിൽ തേക്കുന്ന എണ്ണകൾ മുതലായവയുടെ നിർമ്മാണത്തിനും വേപ്പ് ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. മനുഷ്യനും മൃഗങ്ങൾക്കും ഉപയോഗത്തിനുള്ള പലമരുന്നുകളുടെ നിർമ്മാണത്തിനും പല സൗന്ദര്യവർദ്ധക വസ്തുക്കളിലും ആധുനിക കൃഷിരീതികളിലും വേപ്പ് വ്യാപകമായി ഉപയോഗിക്കുന്ന ഒരു ഔഷധസസ്യമാണ്.

ആര്യവേപ്പിനെ കൂടാതെ മറ്റു രണ്ടു തരം വേപ്പിനെ പറ്റിയും ആയുർവ്വേദ ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. മലവേപ്പ് എന്ന മിലിയ അസഡിറക് (മഹാനിംബ) യും കറിവേപ്പ് എന്ന മുറയ കോയിനിജി (കൃഷ്ണലിംബ) യും.

വേപ്പ് ഇൻഡ്യയിൽ ഉടനീളം വളരുന്നുണ്ട്. ഇല കൊഴിയുന്ന കർണ്ണാടകവനങ്ങളിലാണ് കൂടുതലായി കാണുന്നത്. എല്ലാത്തരം മണ്ണിലും കാലാവസ്ഥയിലും ഈ ഔഷധസസ്യം വളർന്നു കാണാറുണ്ട്. മഴ കുറവുള്ള പ്രദേശങ്ങളിലും നന്നായി മഴ കിട്ടുന്ന സ്ഥലങ്ങളിലും വേപ്പ് വളരും. കല്ല് നിറഞ്ഞ വളക്കൂറില്ലാത്ത മണ്ണിലും, അമ്ലഗുണവും ക്ഷാരഗുണവുമുള്ള മണ്ണിലും വേപ്പ് വളരും. ആഴത്തിൽ താഴ്ന്നിറങ്ങുന്ന വേരുകൾ വേപ്പിലുള്ളതുകൊണ്ട് മണ്ണിൽ നിന്നും ജലവും ലവണങ്ങളും നന്നായി വേർതിരിച്ചെടുക്കാൻ സാധിക്കും. ഉഷ്ണമേഖലാപ്രദേശങ്ങളിലും വളരെ ഉയർന്ന ചൂടുള്ള പ്രദേശങ്ങളിലും വർഷത്തിൽ വളരെ കുറച്ച് (130 മി. മീ. വരെ) മഴ ലഭിക്കുന്ന പ്രദേശങ്ങളിലും ആര്യവേപ്പ് വളരുന്നു.

വിത്തു മുളപ്പിച്ചാണ് തൈകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. ജൂൺ മുതൽ ഓഗസ്റ്റ് മാസം വരെ കായ്കൾ ലഭിക്കും. വിത്തുകളുടെ അങ്കുരണശേഷി വേഗം നശിക്കുന്നതിനാൽ കായ്കൾ ശേഖരിച്ച ശേഷം ഉടനെ തന്നെ പാകിമുളപ്പിക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. പാകുന്നതിനുമുമ്പ് 6 മണിക്കൂർവെള്ളത്തിലിട്ട് കുതിർക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. നഴ്സറിയിൽ തടങ്ങൾ എടുത്ത് 15 ፡ 5 സെ. മീ.അകലത്തിൽ വിത്തു പാകാം. 15–20 ദിവസം കൊണ്ട് വിത്ത് മുളച്ചു തുടങ്ങും. രണ്ടു മാസം പ്രായമെത്തിയ തൈകൾ പ്ലാസ്റ്റിക് കവറിലേക്കോ, കൃഷിസ്ഥലത്തേയ്ക്കോ മാറ്റി നടാം.ഏതാണ്ട് 5–6 മീറ്റർ അകലത്തിൽ 50–75 സെ.മീ. സമചതുരക്കുഴികൾ എടുത്ത് മേൽമണ്ണും ചാണകവും മണലും മറ്റും ഇട്ട് കുഴി മൂടി തൈകൾ വയ്ക്കാം. തൈ ഒന്നിന് 15–20 കിലോഗ്രാം കാലിവളം വർഷത്തിൽ ഇട്ടു കൊടുക്കാം. രാസവളപ്രയോഗം അഭികാമ്യമല്ല. ആര്യവേപ്പ് നട്ട സ്ഥലത്ത് നിലക്കടല, പയറ്, ഗോതമ്പ് തുടങ്ങിയ വിളകൾ ഇടവിളയായി കൃഷി ചെയ്യാം.ആവശ്യമെങ്കിൽ നന കൊടുക്കാം.

അഞ്ചുവർഷമെത്തിയ തൈകൾ കായിച്ചു തുടങ്ങും. ജനുവരി മുതൽ മെയ് മാസം വരെയാണ് പൂക്കാലം. മെയ്–ആഗസ്റ്റ് മാസങ്ങളിൽ കായ്കളാകും. ഫെബ്രുവരി–മാർച്ച് മാസങ്ങളിൽ ഇല പൊഴിയും. പൂർണ്ണ വളർച്ചയെത്തിയ ഒരു സസ്യത്തിൽ നിന്നും 350 കിലോഗ്രാം ഇലയും 40–50 കിലോഗ്രാം കായും വർഷത്തിൽ ലഭിക്കും. പച്ചക്കായ് ഉണങ്ങിയാൽ 60% തൂക്കമുണ്ടാകും. അതിൽനിന്നും ഏതാണ്ട് 10% പരിപ്പ് ലഭിക്കും. പരിപ്പിൽ 45% എണ്ണ ഉണ്ടാകും. 10–15 വർഷം പ്രായമായ മരം മുറിച്ച് ഉപയോഗിക്കാം.

## 4. കാഞ്ഞിരം (*Strychnos nux-vomica*)

എല്ലാത്തരം ചികിൽസാ സമ്പ്രദായങ്ങളിലും ഒരു പോലെ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഒരു ഔഷധസസ്യമാണ് കാഞ്ഞിരം. ആയുർവേദത്തിൽ ആമവാതഹരൗഷധമായാണ് കാഞ്ഞിരം അറിയപ്പെടുന്നത്. ഏതാണ്ട് 18 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഒരു വൃക്ഷമാണിത്. കാഞ്ഞിരത്തിന്റെ എല്ലാ ഭാഗത്തിനും കയ്പ്പുണ്ട്. തടി മുറിച്ചാൽ വെള്ള നിറമായിരിക്കും അൽപം കഴിഞ്ഞാൽ മഞ്ഞനിറമാകും. ഹൃദയം, ശ്വാസകോശം മുതലായവയുടെ പ്രവർത്തനത്തിനും കഫ–വാത രോഗങ്ങൾക്കും കാഞ്ഞിരം ചെറിയ അളവിൽ നല്ലതാണ്. എന്നാൽ അധികമായാൽ ഹൃദയത്തിന്റെ സങ്കോചവികാസവും രക്തസമ്മർദ്ദവും

വർദ്ധിച്ച് മരണകാരണമാകുന്നു.സന്ധികളിലും ശരീരത്തിലുമുള്ള നീർക്കെട്ടിനും ഓർമ്മശക്തിക്കും ബുദ്ധിശക്തിക്കും ചെറിയ അളവിൽ കാഞ്ഞിരം ഉപയോഗിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. കാഞ്ഞിരത്തിന്റെ കുരു ഉപയോഗിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് ശുദ്ധി ചെയ്യേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. 100 ഗ്രാം കുരു പൊടിച്ച് ഇരുനാഴി പാലിൽ അതിന്റെ ഇരട്ടി വെള്ളവും ചേർത്ത് വെള്ളം മുഴുവൻ വറ്റുന്നതു വരെ തിളപ്പിക്കുക. ഇത് ഊറ്റിയെടുത്ത് ഉണങ്ങി പൊടിച്ച് ഈ പ്രക്രിയ രണ്ടു പ്രാവശ്യം കൂടി ആവർത്തിക്കുക. ഔഷധഗുണം കുറയാതെ തന്നെ വിഷശക്തി മാറിക്കിട്ടാൻ ഇത് സഹായിക്കും. സന്ധിവേദന, നീര്, കാലു മടക്കാനും നിവർക്കാനുമുള്ള പ്രയാസം, ആമവാതം മുതലായവയ്ക്ക് ശുദ്ധിചെയ്ത കാഞ്ഞിരക്കുരു വളരെ ചെറിയ അളവിൽ കഴിക്കുന്നത്നല്ലതാണ്.

ലൊഗാനിയേസിയേ സസ്യകുടുംബത്തിൽ വരുന്ന കാഞ്ഞിരത്തിന്റെ ശാസ്ത്രനാമം സ്ട്രിക്നോസ് നക്സ്വോമിക്ക എന്നാണ്. പുതിയ ഇനങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ നിലവിലില്ല.

1200 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിലുള്ള ഇലപൊഴിയും കാടുകളിൽ കാഞ്ഞിരം ഉണ്ടാകും. സാമാന്യം മഴ ലഭിക്കുന്ന ഉഷ്ണമേഖലാ പ്രദേശങ്ങളിലാണ് കാഞ്ഞിരം വളരുന്നത്. മണൽമണ്ണാണ് ഏറ്റവും യോജിച്ചത്. ഡിസംബർ മാസത്തിൽ കാഞ്ഞിരം ഇലപൊഴിയും. ഫെബ്രുവരി മാസത്തിൽ പുതിയ തളിരുകൾ വരും. മാർച്ച്-ഏപ്രിൽ മാസങ്ങളിലാണ് പുഷ്പിക്കുന്നത്. മെയ്മുതൽ ഡിസംബർ വരെ കായ് ഉണ്ടാകും. കായ്കൾ പാകമാകാൻ 8-9 മാസമെടുക്കും.

വിത്തുമുളപ്പിച്ചാണ് തൈകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. പാകമായ കായ്കൾ പറിച്ചെടുത്ത്പൊട്ടിച്ച് വിത്ത് ശേഖരിക്കാം. നന്നായി വെള്ളത്തിൽ കഴുകി കായ്കളിലെ അവശിഷ്ടങ്ങളും മറ്റും നീക്കി കളയണം. വിത്തുമുളയ്ക്കൽ 30-45 ദിവസം വരെ സമയമെടുക്കും. നഴ്സറി ബെഡുകളിൽ പാകുന്നതിനു മുമ്പായി വിത്തുകൾ 6 മണിക്കൂർ ചെറുചൂടുവെള്ളത്തിൽ ($50^{o}$-$60^{o}$C) മുക്കിയിടുന്നത് അങ്കുരണം എളുപ്പമാക്കും. രണ്ട് മാസം പ്രായമായ തൈകൾ പ്ലാസ്റ്റിക് ബാഗുകളിൽ നടാം. കാഞ്ഞിരം വളരെ സാവധാനം വളരുന്നതിനാൽ ഒരു വർഷം പ്രായമായ തൈകൾ കൃഷിസ്ഥലത്ത് നടുന്നതാണ് നല്ലത്. 60 സെ. മീ. സമചതുരക്കുഴികൾ 4-6 മീറ്റർ അകലത്തിൽ എടുത്ത് മേൽമണ്ണ്, ചാണകം, മണൽ ഇവയിട്ട് മൂടി തൈകൾ വയ്ക്കാം. ഏതാണ്ട് 10-20 കിലോ ചാണകം ഒരു ചെടിക്ക് എന്ന പ്രകാരം നൽകണം. കാഞ്ഞിരത്തിന് രാസവളപ്രയോഗം അഭികാമ്യമാണോ എന്നതിനെപറ്റി ഇപ്പോൾ ഗവേഷണം നടക്കുന്നുണ്ട്.

10-12 വർഷം പ്രായമായ മരങ്ങൾ കായ്ച്ചു തുടങ്ങും. കായ്കൾ ശേഖരിച്ച് വിത്ത് എടുക്കാം. 15 -20 വർഷം പ്രായമെത്തിയ മരത്തിൽനിന്നും ആവശ്യമനുസരിച്ച് തൊലിയുംവേരും ശേഖരിക്കാം.

## 5. മുഞ്ഞ (*Premna integrifolia*)

മൂന്ന് മീ. വരെ ഉയരമുള്ള കുററിച്ചെടി ചുവട്ടിൽ വെച്ചു തന്നെ വളഞ്ഞുപുളഞ്ഞാണ് മുകളിലേക്ക് ഉയരുന്നത്. തൊലിക്ക് അല്പം മഞ്ഞ കലർന്ന ക്രീം നിറമാണ്. പുഷ്പങ്ങൾക്ക് പച്ചകലർന്ന വെള്ളനിറമാണ്. ഉണങ്ങുമ്പോൾ ഫലങ്ങൾ കറുപ്പുനിറത്തിലൊ തവിട്ടുനിറത്തിലൊ കാണപ്പെടുന്നു.

മഴക്കാലത്ത് കമ്പ് ഒടിച്ച് വെച്ച് പുതിയ ചെടികൾ കിളിർപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. ജൂലായ് മുതൽ നവംബർ വരെ പൂക്കൾ ഉണ്ടാകുന്നു.

മുഞ്ഞയുടെ തൊലിയിൽ പ്രെമ്നൈൻ എന്ന ആൽക്കലോയ്ഡ് ഉണ്ട്. ഇത് ഹൃദയത്തിന്റെ സങ്കോചം കുറയ്ക്കുന്നു, വികാസം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. പനി കുറയ്ക്കാൻ സഹായകമാണ്. വാതം, ആമവാതം, കഫരോഗങ്ങൾ, നാഡിശൂല, പാണ്ട് ഇവയെ അകററുന്നു. മുഞ്ഞയുടെ ഇല ഇട്ടു വെന്ത കഷായത്തിൽ അർശ്ശസ്സ് രോഗികളെ ദിവസവും കുറച്ചുസമയം ഇരുത്തിയാൽ അർശ്ശസ്സിന് ശമനം ഉണ്ടാകും.

## 6. പാതിരി (*Stereospermum colais)*

ഇലകൾക്ക് 30-40 സെ.മീ. വരെ നീളമുണ്ട്. അഞ്ച് മുതൽ ഒമ്പത് വരെ പത്രങ്ങൾ കാണാം. പുഷ്പത്തിന് ചുവപ്പ് നിറമാണ്, മണമുണ്ട്. കായ് 45 സെ.മീററർ നീളമുള്ള സിലിണ്ടറാകൃതിയുള്ള കാപ്സൂളാണ്.

ഒന്നര മീററർ ആഴത്തിലും സമചതുരത്തിലും പതിനഞ്ചടി അകലത്തിലുമായി തയ്യാറാക്കിയ കുഴികളിൽ ചാണകപ്പൊടിയൊ കമ്പോസ്റ്റോ പത്ത് കിലോ വീതം ഇട്ടശേഷം മേൽമണ്ണ് കൊണ്ട് മൂടി അതിന് മുകളിൽ തൈകൾ നടുക. ആദ്യവർഷം ജലസേചനം ആവശ്യമാണ്. പിന്നീട് ആവശ്യമില്ല. ക്രമമായ കളയെടുക്കൽ, വളപ്രയോഗം മുതലായവ നടത്തിയാൽ പത്താം വർഷം മരം വെട്ടി ഔഷധാവശ്യത്തിനായി ഉപയോഗിക്കാം. പറക്കുന്ന സ്വഭാവമുള്ളതാണ് ഇതിന്റെ വിത്തുകൾ. ഈ വിത്തുകൾ പറന്നുപോകുന്നതിനു മുമ്പായി വിളഞ്ഞ കായ്കൾ പറിച്ചെടുത്ത് പൊട്ടിച്ച് വിത്തുകൾ സൂക്ഷിച്ച് വയ്ക്കാം. വിത്തുകൾ തവാരണകളിൽ പാകി മുളപ്പിച്ച് നാലില പ്രായമായ തൈകൾ

പോളീബാഗുകളിൽ പറിച്ച് നടുക. ഈ തൈകൾ രണ്ടുമാസം പ്രായമായാൽ നടുന്നതിനായി ഉപയോഗിക്കാം.

പാതിരി വാതഹരൗഷധങ്ങളുടെ ഗണത്തിൽപെടുന്നു. വേര്, തൊലി, പൂവ് എന്നിവ ഔഷധയോഗ്യമാണ്. ഇത് നീരും വേദനയും കുറച്ച് നാഡികളെ ബലപ്പെടുത്തുന്നു. തടി ഫർണിഷിംഗ് സാധനങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നതിന് ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഇതുകൊണ്ട് നിർമ്മിച്ച കട്ടിലിൽ വാതരോഗികൾ കിടന്നാൽ രോഗശമനം ഉണ്ടാവുന്നതായി പറയപ്പെടുന്നു. കൂടാതെ ഇതിന്റെ വേര് മൂത്രാശയ രോഗങ്ങൾക്കും ഫലപ്രദമാണ്.

## 7. കൂവളം *(Aegle marmelos)*:

10-12 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഒരു വൃക്ഷമാണ് കൂവളം. ഇതിന്റെ ശാഖകളിലും ഉപശാഖകളിലും മൊട്ടുസൂചി പോലുള്ള മുള്ളുകളുണ്ട്. പൂക്കൾ മങ്ങിയ പച്ച നിറമുള്ളവയും നറുമണം പരത്തുന്നവയുമാണ്. ഫലം ഉരുണ്ടതും 5-12.5 സെ.മീ. വ്യാസമുള്ളതുമാണ്. പച്ചനിറമുള്ള ഇവ പാകമാകുന്നതോടുകൂടി ഇളം മഞ്ഞ നിറമാകുന്നു. പുറംതോടിന് നല്ല കട്ടിയുണ്ട്. ഫലത്തിനുള്ളിലെ മാംസളഭാഗത്തിന് മധുരമുണ്ട്.

കൂവളത്തിന്റെ കായ്കൾ വിളഞ്ഞ് പാകമാകുന്നത് ഡിസംബർ-ജനുവരി മാസങ്ങളിലാണ്. ഈ സമയത്ത് പഴുത്ത് മഞ്ഞനിറമാകുന്ന കായ്കൾ മരത്തിൽ നിന്നും പറിച്ചെടുത്ത് പൊട്ടിച്ച് അതിൽ നിന്നും വിത്തുകൾ പെറുക്കി നന്നായി കഴുകി പൾപ്പ് മുഴുവനും നീക്കി വെയിലിൽ ഉണക്കി സൂക്ഷിക്കാം. ഇപ്രകാരം സൂക്ഷിച്ച വിത്തുകൾ, ആറുമണിക്കൂർ നേരം വെള്ളത്തിൽ കുതിർത്തി വച്ചതിനുശേഷം തവാരണകളിൽ പാകി അഴുകിയ വൈക്കോൽ കൊണ്ട് പുതയിട്ട് നനച്ച് കൊടുക്കുക. 15-20 ദിവസം കൊണ്ട് കായ്കൾ മുളച്ച് തുടങ്ങും. ഒരു മാസം പ്രായമായാൽ തൈകൾ പോളിബാഗുകളിലേക്ക് പറിച്ചുനടാം. രണ്ട് മാസം പ്രായമായ തൈകൾ നടുന്നതിനായി ഉപയോഗിക്കാം. ഒന്നരയടി സമചതുരത്തിലും അത്രയും തന്നെ ആഴത്തിലും തയ്യാറാക്കിയ കുഴികളിൽ പത്ത് കിലൊ ചാണകപ്പൊടിയും ഓരോ കുട്ട മണലും വീതം നിക്ഷേപിച്ചതിനു ശേഷം മേൽമണ്ണു കൊണ്ട് മൂടി മുകൾഭാഗം അല്പം ഉയരത്തിലാക്കി അതിൽ ഒരു ചെറിയ കൈക്കുഴി കുത്തി പോളിബാഗ് നീക്കി തൈ നടുക. ജൂൺ, ജൂലായ് മാസങ്ങളാണ് തൈകൾ നടുന്നതിന് ഏറ്റവും നല്ല സമയം. നടുമ്പോൾ കൈക്കുഴികൾ തമ്മിൽ ഇരുപതടി അകലമുണ്ടായിരിക്കണം. കളയെടുക്കലും ജലസേചനവും ക്രമമായി നടത്തണം. ആണ്ടിലൊരിക്കൽ ഇരുപത് കിലോ ജൈവവളം വീതം ചേർത്തുകൊടുക്കണം.

കൂവളത്തിന്റെ എല്ലാ ഭാഗങ്ങൾക്കും ഔഷധമൂല്യമുണ്ട്. വേര് പ്രമേഹത്തിനും കുഷ്ഠത്തിനുമുള്ള മരുന്നിൽ ചേർക്കുന്നു. തളിരിലയിട്ടു തിളപ്പിച്ച വെള്ളം ഉഷ്ണപ്പുണ്ണു കഴുകാൻ നല്ലതാണ്. കൂവളത്തിന്റെ വേര്, കായ് മുതലായവ അതിസാരരോഗങ്ങൾക്ക് കൈകണ്ട മരുന്നാണ്. പഴുത്തകായുടെ മാംസളഭാഗത്തിൽ ചുണ്ണാമ്പ് ചേർത്താൽ നല്ല പശയായി. പെയിന്റിന് തിളക്കം കൂട്ടാൻ ഈ മാംസളഭാഗം ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. പഴുത്ത കായുടെ ചാറ് തേച്ച് കുളിക്കാൻ വിശേഷപ്പെട്ടതാണ്. വില്വാദിലേഹ്യം, വില്വാദിഗുളിക, ദശമൂലാരിഷ്ടം, ദശമൂലരസായനം എന്നിവ കൂവളവേര് ചേർത്ത മരുന്നുകളാണ്.

## 8. പലകപ്പയ്യാനി *(Oroxylum indicum)*

പതിനഞ്ച് മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഇടത്തരം ഇലകൊഴിയും വൃക്ഷമാണ് പലകപ്പയ്യാനി. മഴക്കാലത്താണ് പൂക്കൾ ഉണ്ടാകുന്നത്. ഫലത്തിനുള്ളിൽ അസംഖ്യം വിത്തുകളുണ്ട്. വിത്തിന്റെ മൂന്ന് വശങ്ങളിലും കടലാസുപോലുള്ള ചിറകുകളുണ്ട്. വേരിന്റെ ഉപരിതലത്തിന് പച്ചകലർന്ന തവിട്ടുനിറവും അകഭാഗത്തിന് ഇളം റോസ് നിറവുമാണ്. വേരിൻമേൽ തൊലിക്ക് 0.5-1.25 സെ.മീ. കനമുണ്ട്.

പലകയുടെ ആകൃതിയിലുള്ള നീണ്ടുപരന്ന കായ്കൾ വിളഞ്ഞ് കഴിഞ്ഞാൽ പൊട്ടി വിത്തുകൾ പറന്നുപോവുന്നതിനുമുമ്പായി കായ്കൾ പറിച്ച് വെയിലിൽ ഉണക്കി പൊട്ടിച്ച് വിത്തുകൾ ശേഖരിച്ച് വയ്ക്കാം. ഈ വിത്തുകൾ തവാരണകളിൽ പാകി മുളപ്പിച്ച് ഒരു മാസം പ്രായമായ തൈകൾ പോളിബാഗുകളിൽ നടാം. പോളിബാഗുകളിൽ ഇരുന്ന് രണ്ട് മാസം പ്രായമായാൽ തൈകൾ തോട്ടങ്ങളിൽ നടുന്നതിനായി ഉപയോഗിക്കാം. ഒന്നരയടി ആഴത്തിലും സമചതുരത്തിലും പതിനഞ്ചടി അകലത്തിലുമായി തയ്യാറാക്കിയ കുഴികളിൽ 10 കിലോ ചാണകപ്പൊടിയൊ കമ്പോസ്റ്റോ ഇട്ടതിനുശേഷം മേൽമണ്ണ് നിറച്ച് മൂടി അതിനു മുകളിൽ ഒരു ചെറിയ കൈക്കുഴി കുത്തി അതിൽ ചെടി നടുക. ആദ്യവർഷത്തിൽ വേനൽക്കാലത്ത് മാത്രം ആഴ്ചയിലൊരിക്കൽ ജലസേചനം ആവശ്യമായി

വന്നേക്കാം. വെള്ളം കെട്ടി നില്ക്കാത്ത ഏതൊരു പ്രദേശത്തും ഈ മരം നന്നായി വളരും. വർഷത്തിലൊരിക്കൽ ജൈവവളപ്രയോഗം, കളയെടുക്കൽ എന്നിവ നടത്തുക.

ശരീരത്തെ തണുപ്പിക്കുന്നതിനും ദാഹശമനത്തിനും ഇത് ഇട്ട് തിളപ്പിച്ച വെള്ളം വളരെ നല്ലതാണ്. പ്രസിദ്ധമായ പല ദാഹശമനികളിലും ഇത് ഒരു ചേരുവയാണ്. വ്യാവസായികാവശ്യങ്ങൾക്ക് പ്രത്യേകിച്ച് ഭക്ഷ്യോത്പന്നങ്ങളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നതിന്, പ്രകൃതിദത്തമായ കളർ നിർമ്മിക്കുന്നതിന് ഇതിന്റെ കാതൽ ഉപയോഗിക്കുന്നു

## 9. ഇലഞ്ഞി *(Mimusops elenji)*

ദക്ഷിണേന്ത്യയിലും ശ്രീലങ്കയിലും നിത്യഹരിതവനങ്ങളിൽ വളരുന്ന സുഗന്ധപൂമരമാണ് ഇലഞ്ഞി. ഇത് ഏകദേശം 15 മീറ്റർ ഉയരത്തിൽ വരെ വളരുന്നു. വെള്ളനിറമുള്ള ഇലഞ്ഞിപ്പൂ, വാടും തോറും സുഗന്ധമേറും എന്നാണ് പറയപ്പെടുന്നത്.

ഉപയോഗഭാഗങ്ങൾ: തൊലി, പൂവ്, പഴം

ഇലഞ്ഞിപ്പൂ ശീതളവും മധുരരസമുള്ളതും കഫ, പിത്തങ്ങളെ നശിപ്പിക്കുന്നതുമാണ്. പഴം കഫ-പിത്തഹരവും വാതവർദ്ധകവുമാണ്. വയറടപ്പ് ഉണ്ടാക്കുന്നതും വയറിന് നല്ലതുമാണ്. പൂവിൽ നിന്ന് വാറ്റിയെടുക്കുന്ന ബാഷ്പശീല സുഗന്ധതൈലത്തിന് ഉത്തേജന ഗുണമുണ്ട്. തൊലിക്കഷായം, പല്ലുവേദന, മോണവീക്കം എന്നിവയ്ക്ക് കവിൾക്കൊള്ളുവാൻ വിശേഷമാണ്. നല്ല ഒരു അലങ്കാര വൃക്ഷമായി ഇലഞ്ഞി വീട്ടു മുറ്റത്ത് വളർത്താം. ഇലഞ്ഞിപ്പൂ പാലിലിട്ടു കുറുക്കി സേവിച്ചാൽ അതിസാരം ശമിക്കും ശരീരത്തിനു കുളിർമ്മയും പ്രദാനം ചെയ്യും. പൂ വെള്ളത്തിലിട്ടു പിഴിഞ്ഞെടുക്കുന്ന നീരു കൊണ്ടു നസ്യം ചെയ്താൽ തലവേദന കുറയും. ഇലഞ്ഞിക്കുരു മനുഷ്യമൂത്രത്തിൽ അരച്ചു സേവിക്കുകയും ദേഹത്തു പുരട്ടുകയും ചെയ്താൽ എലിവിഷം ശമിക്കും. കായുടെ ഉളളിലെ മാംസളമായ ഭാഗം വിഷം നശിപ്പിക്കാൻ ശക്തിയുള്ളതും രുചികരവുമാണ്.

ഒക്ടോബർ- നവംബർ മാസങ്ങളിൽ ഓറഞ്ചുനിറത്തിലുള്ള മാംസളപ്പഴം പാകമാകും. ഇതിനുള്ളിലെ ചുവപ്പുനിറത്തിലുള്ള പരന്ന വിത്ത് വെയിലിൽ ഉണക്കി സൂക്ഷിക്കണം. കഴിയുന്നതും താമസിയാതെ 12 മണിക്കൂർ വെള്ളത്തിൽ കുതിർത്ത് വാരങ്ങളിൽ പാകി മുളപ്പിക്കുക. ശേഷം പോളിത്തീൻ കൂടുകളിലേക്ക് മാറ്റി നടണം. നാലുമാസം പ്രായമുള്ള തൈകൾ ഒന്നരയടി സമചതുരത്തിലും ആഴത്തിലും കുഴികളെടുത്ത് 5 കി. ഗ്രാം ചാണകപ്പൊടി ചേർത്ത് പുതുമഴയോടു കൂടി നട്ടു വളർത്താം. കുഴികൾ തമ്മിൽ 15 അടി അകലം വേണം. ജൈവാംശം കൂടുതലുളളതും ഈർപ്പമുള്ളതുമായ മണ്ണാണ് അനുയോജ്യം. ഓരോ വർഷവും 10 കി. ഗ്രാം. ജൈവ വളങ്ങൾ ചേർക്കുന്നത് വളർച്ച ത്വരിതപ്പെടുത്തുവാൻ നല്ലതാണ്. 4-)ം വർഷം മുതൽ മാർച്ച് മാസത്തോടെ പൂക്കൾ ഉണ്ടാകാൻ തുടങ്ങും.

## 10. ഞാവൽ *(Syzygium cumini)*

ഭാരതത്തിലുടനീളം കാണപ്പെടുന്ന ഒരു ഔഷധവൃക്ഷമാണ് ഞാവൽ. ഇത് ഒരു നിത്യഹരിതവൃക്ഷമാണ്. ഏതാണ്ട് 25 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ ഞാവൽ വളരും. ഇലകൾക്കു സുഗന്ധമുണ്ട്. ഇലകൾ ദീർഘവൃത്താകാരമാണ്. ഏതാണ്ട് 7 മുതൽ 15 സെ. മീ. വരെ നീളം വരും. അവയുടെ അഗ്രം കൂർത്താണിരിക്കുക. മങ്ങിയ വെള്ള നിറമുള്ള ചെറിയ പൂക്കൾ കുലകളായി കാണപ്പെടുന്നു. മധുരത്തോടു കൂടി ചവർപ്പുരസമുളള ഞാവൽപ്പഴം ആബാലവൃദ്ധം ജനങ്ങളുടേയും ഇഷ്ടഫലമാണ്. ഈ മരം പാതയോരങ്ങളിൽ ഒരു തണൽ മരമായി വച്ചു പിടിപ്പിക്കുന്നു.

കുരു നട്ട് പുതിയ ചെടി വളർത്താം. ജൂൺ- ആഗസ്റ്റ് മാസത്തോടെ കായ്കൾ പഴുത്ത് പാകമാകുന്നു. ഈ സമയത്ത് താഴെ വീഴുന്ന കായ്കൾ ശേഖരിച്ച് മുകളിലുള്ള പൾപ്പ് നീക്കി കഴുകി ഉടൻ തന്നെ തവാരണകളിൽ പാകാവുന്നതാണ്. 15-20 ദിവസം കൊണ്ട് കായ്കൾ മുളച്ചു തുടങ്ങും. ഒരു മാസം പ്രായമായ തൈകൾ പോളീബാഗുകളിൽ പറിച്ച് നടാവുന്നതാണ്. പോളീബാഗുകളിൽ മൂന്നു മാസം പ്രായമായ തൈകൾ തോട്ടങ്ങളിൽ നടാം. നല്ല നീർവ്വാർച്ചയുള്ള സ്ഥലങ്ങളിലും നദീതീരങ്ങളിലും ഒരേ പോലെ നന്നായി വളരുന്നു. എന്നാൽ ജൈവാംശമുള്ള മണ്ണിലാണ് കൂടുതൽ നന്നായി വളരുന്നത്. ഒന്നരയടി ആഴത്തിലും സമചതുരത്തിലും കുഴികളെടുത്ത് ചാണകപ്പൊടിയും മണലും മേൽമണ്ണും നിറച്ച് മൂടി അതിനു മുകളിൽ തൈ നടുക. ജൂൺ-ജൂലൈ മാസങ്ങളിലാണ് തൈകൾ നടുന്നതിന് ഏറ്റവും പറ്റിയ സമയം. ആദ്യ വർഷങ്ങളിൽ ആവശ്യമെങ്കിൽ ജലസേചനം നടത്തുക. പിന്നീട് ആവശ്യമില്ല. ക്രമമായ കളയെടുക്കൽ, വർഷത്തിലൊരിക്കലുള്ള ജൈവവളപ്രയോഗം എന്നിവ നടത്തിയാൽ 5 മുതൽ 10 വർഷത്തിനുള്ളിൽ കായ്കൾ ഉണ്ടായി തുടങ്ങും. 10 വർഷം പ്രായമായാൽ ഇടവിട്ട് തൊലിയും ചെത്തി എടുക്കാം. ഇത് 100 മുതൽ 120 വർഷം വരെ ആയുസ്സുള്ള ഒരു നിത്യഹരിതവൃക്ഷമാണ്.

ഞാവലില ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞ നീര് രക്താർശസ്സിനു സേവിക്കാം. തൊണ്ടവേദനക്കും, മോണപഴുപ്പിനും, സ്കർവിരോഗത്തിനും മോണയിൽ വേദനയോടു കൂടിയ രക്തസ്രാവത്തിനും ഞാവൽത്തൊലി കഷായം വച്ച് വായിൽക്കൊള്ളുന്നത് ഫലപ്രദമാണ്. തൊലി പഴുപ്പുള്ള വ്രണങ്ങൾക്ക് അരച്ചുപുരട്ടുകയും ചെയ്യാം . ഇല ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞ നീരും കല്ക്കവും കടുകെണ്ണയിൽ കാച്ചി തൊലിപ്പുറത്തു ലേപനം ചെയ്താൽ വെന്തു പോയ തൊലി മാറി നല്ല തൊലിയുണ്ടാകും. ഞാവൽ പഴത്തിന്റെ നീരും വിനാഗിരിയും പ്ലീഹാവൃദ്ധിക്കും അമീബിക് ഡിസന്ററിക്കും നല്ല ഔഷധമായി കരുതിപ്പോരുന്നു. ഞാവൽപ്പഴത്തിന്റെ കുരു പൊടിച്ചതും മാങ്ങായണ്ടിപരിപ്പു പൊടിച്ചതും ചേർത്തു 10 മുതൽ 30 ഗ്രെയിൻ വരെ കൊടുത്താൽ അതിസാരം, ഡിസന്ററി ഇവ ശമിക്കും. ഞാവൽത്തൊലിയും കുരുവും പ്രമേഹം, വാതസംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങൾ എന്നിവയ്ക്കുള്ള മരുന്നായി ഉപയോഗിക്കുന്നു.

## 11. ഇലുപ്പ (*Madhuca longifolia*)

കേരളത്തിലെ നിത്യഹരിത വനങ്ങളിൽ സമൃദ്ധമായി വളരുന്ന ഒരു ഔഷധവൃക്ഷമാണ് ഇലുപ്പ. ഏതാണ്ട് 15 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഒരു വൃക്ഷമാണിത്. ഇതിന് അനേകം ശാഖകളും ഉപശാഖകളുമുണ്ട്. മരത്തിന്റെ തൊലിക്ക് കടും ചാരനിറവും തടിക്ക് ചുവപ്പുനിറവുമാണ്. ഇലകൾ കൂടുതലും ശാഖാഗ്രങ്ങളിൽ കൂട്ടമായി കാണപ്പെടുന്നു. അവ അല്പം കട്ടിയുള്ളതും തടിച്ച സിരകളോടു കൂടിയതുമാണ്. അവയിൽ വെള്ള കറയുമുണ്ട്. ഫെബ്രുവരി- മാർച്ചിൽ പൂക്കുന്നു. പൂക്കൾക്ക് നല്ല മധുരമാണ്. മാംസളമായ പുഷ്പങ്ങൾ മങ്ങിയ മഞ്ഞനിറത്തിൽ കാണപ്പെടുന്നു. കായ്കൾക്ക് 2.5 മുതൽ 5 സെ. മീ. വരെ നീളം ഉണ്ട്. ഒരു കായിൽ ഒന്നോ രണ്ടോ വിത്തുകളുണ്ടായിരിക്കും.

ഇലുപ്പത്തൊലി അരച്ചു ദേഹത്ത് ഉരസി തേച്ചാൽ കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകുന്ന ചൊറി ശമിക്കും. തൊലി കൊണ്ടുള്ള കഷായം വാതത്തിന് ഔഷധമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. വൃഷണവീക്കത്തിനു പൂക്കൾ ഉണക്കി അതിട്ടു തിളപ്പിച്ച വെള്ളം കൊണ്ടു വിയർപ്പിക്കണം. കായിൽ നിന്നെടുക്കുന്ന എണ്ണ ത്വക് രോഗങ്ങൾക്ക് ഫലപ്രദമായ ഒരൗഷധമാണ്. വാതരോഗത്തിനും ഇത് വളരെ നല്ലതാണ്. മാത്രമല്ല, ഇത് തലവേദനക്കു നെറുകയിൽ തേച്ചാൽ ഫലമുണ്ടാകും. ഇലുപ്പപ്പിണ്ണാക്കു തീയിലിട്ടു പുകച്ച് ആ പുകയടിച്ചാൽ എലികളും ക്ഷുദ്രജീവികളും നശിക്കും. പശ വാതരോഗത്തിനുപയോഗിക്കാം.

## 12. അത്തി (*Ficus racemosa*)

ചെമന്ന അത്തി, ശീമയത്തി, കാട്ടത്തി എന്നിങ്ങനെ അത്തി പല തരത്തിലുണ്ട്. അതിൽ ശീമയത്തി അഥവാ നാട്ടത്തിയാണ് നമ്മുടെ നാട്ടിൽ സാധാരണ മരുന്നിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്.ഏതാണ്ട് പത്ത് മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വരെ വളരുന്ന ഒട്ടും കാതലില്ലാത്ത ഒരു ബഹുവൃക്ഷമാണ് അത്തി. കട്ടിയുള്ള ഇതിന്റെ ഇലകൾക്ക് 20 സെ,മീ നീളം വരും. അത്തി, സാധാരണയായി മിതോഷ്ണ മേഖലയിലാണ് ധാരാളമായി കാണപ്പെടുന്നത്. കേരളത്തിൽ മഴ ഉള്ള വനങ്ങളിൽ ഈ വൃക്ഷം സമൃദ്ധ മായി വളരുന്നു. ഇൻഡ്യയിൽ പൂന, ഗഞ്ചാം, ബാംഗ്ളൂർ, കാബൂൾ തുടങ്ങിയ ഇനങ്ങളാണ് ഉള്ളത്. മൂപ്പായ കൊമ്പുകൾ വെട്ടിയെടുത്ത് അത്തി നട്ട് പിടിപ്പിക്കാം.

ഒരു പുണ്യവൃക്ഷമായി കരുതപ്പെടുന്ന അത്തിയുടെ തൊലി, കായ്, വേര് ഇവ ഔഷധങ്ങളാണ്. അത്തി തൊലിയിട്ടുണ്ടാക്കുന്ന ശീതളകഷായം അത്യാർത്തവത്തിന് കൊടുക്കും. അത്തിക്കായ് ചതച്ചു പിഴിഞ്ഞ നീര് തേൻ ചേർത്തു സേവിച്ചാൽ രക്തപിത്തം ശമിക്കും. അത്തിപ്പഴം തിന്നാൽ സൗന്ദര്യം വർദ്ധിക്കും എന്നു പറയപ്പെടുന്നു. എന്നാൽ മിക്ക പഴങ്ങളുടേയും ഉള്ളിൽ പുഴു കാണപ്പെടുന്നതുകൊണ്ട് പൊട്ടിച്ച് നോക്കി പരിശോധിച്ചതിന് ശേഷമേ ഭക്ഷിക്കാവൂ. അത്തിയുടെ ഇളം കായ് എല്ലാത്തരം അതിസാരവും ശമിപ്പിക്കും. പ്രമേഹത്തിനും ഗ്രഹണിക്കും ഇത് നല്ലൊരു ഔഷധമാണ്. അത്തിപ്പഴം ദന്തക്ഷയത്തെ തടയുന്നു. മലബന്ധം ഇല്ലാതാക്കുകയും ചെയ്യും. രക്തസ്രാവത്തോടു കൂടിയ അർശ്ശസ് ഉള്ളവർ ചൂടു വെള്ളത്തിൽ കഴുകിയ 2-3 അത്തിപ്പഴം രാത്രിയിൽ ഒരു പാത്രത്തിലിട്ടു വെച്ച ശേഷം രാവിലെ അത് കഴിക്കുകയും മിച്ചമുള്ള വെള്ളം കുടിക്കുകയും ചെയ്താൽ 2-3 ആഴ്ച കഴിയുമ്പോൾ അർശസിന് നല്ല കുറവുണ്ടാകും. ഉണക്കിയെടുത്ത അത്തിപ്പഴത്തിന് വാണിജ്യ പ്രാധാന്യമുണ്ട്.

## 13. നെന്മേനി വാക ( *Albizia lebbeck* )

25 മീ. ഉയരത്തിൽ ശാഖോപശാഖകളോടു കൂടി വളരുന്ന ഒരു ഇലകൊഴിയും വൃക്ഷമാണ്. പൂക്കൾക്ക് മഞ്ഞ കലർന്ന വെള്ളനിറം. നേരിയ ദുർഗന്ധവുമുണ്ട്.

വിഷബാധക്കെതിരെ ഉപയോഗിക്കാം. നെന്മേനിവാകയുടെ കുരു അരച്ചത് 3 ഗ്രാം ഒരു ഗ്ലാസ്സ് പാലിൽ കലക്കി പതിവായി കുടിച്ചാൽ പുരുഷന്മാരിലുള്ള ലൈംഗിക ദൗർബല്യം മാറി കിട്ടുമെന്ന് പറയപ്പെടുന്നു. നിശാന്ധതയ്ക്ക് വാകയുടെ ഇല ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞ നീര് നല്ലതു പോലെ അരച്ച്

കണ്ണിലൊഴിക്കുകയും പച്ചില തന്നെ അരച്ചത് നെയ്യിൽ ചേർത്ത് പതിവായി കഴിക്കുകയും ചെയ്താൽ രോഗം മാറികിട്ടും.

വിത്തു പാകി പുതിയ തൈകളുണ്ടാക്കാം.

## 14. താതിരി (*Woodfordia floribunda*)

ഇത് 3 മീ. വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഒരു കുറ്റിച്ചെടിയാണ്. ശാഖകൾ ചുവട്ടിൽ നിന്നു തന്നെ നീണ്ടു പിരിഞ്ഞ് കിടക്കും. പൂക്കൾക്ക് ചുവപ്പു നിറമാണ്.

പൊള്ളലേറ്റാൽ താതിരിപ്പൂവ് പൊടിച്ചോ അരച്ചോ എള്ളെണ്ണയിൽ ചാലിച്ച് പൊള്ളിയ സ്ഥലത്തിട്ടാൽ ശമനം കിട്ടും. അതിസാരം, പ്രവാഹിക എന്നീ അസുഖങ്ങൾക്ക് താതിരിപ്പൂ പൊടിച്ച് തേനിൽ ചാലിച്ച് 3 ഗ്രാം വീതം രാവിലേയും വൈകീട്ടും കഴിച്ചാൽ ശമനം കിട്ടും. ഇതു തന്നെ തൈരിലും ചേർത്ത് കഴിക്കാം. ബീജ ദോഷത്തിന് താതിരിപ്പൂ ചൂർണ്ണം പാലിൽ ചേർത്ത് പതിവായി കഴിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്.

## 15. മന്ദാരം (*Bauhinia racemosa)*

മന്ദാരം വെള്ള, ചുവപ്പ്, മഞ്ഞ എന്നിങ്ങനെ മൂന്നു തരമുണ്ട്. ചുവന്ന മന്ദാരം കാഞ്ചനാരം അല്ലെങ്കിൽ മലയകത്തി എന്ന നാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്നു.

ഇതിന്റെ കായ്കൾ പാകി മുളപ്പിച്ച് തൈകൾ തോട്ടങ്ങളിൽ നടാം. ഈ മരം കൃഷി ചെയ്യുന്നതിന് നല്ല നീർവ്വാർച്ചയും വരൾച്ചയുള്ളതുമായ മലമ്പ്രദേശങ്ങളാണ് ഉത്തമം. 10-)ം വർഷാരംഭത്തോടെ മരം മുറിച്ച് തടി ഔഷധാവശ്യത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. മൂന്നാം വർഷം മുതൽ പൂക്കൾ നന്നായി ഉണ്ടായി തുടങ്ങും.

കഞ്ചനാര ഗുൽഗുലു ഗുളിക നിർമ്മിക്കുന്നതിന് ഈ വൃക്ഷം ആവശ്യമാണ്. പൂന്തോട്ടങ്ങളിൽ അലങ്കാരവൃക്ഷമായും ക്ഷേത്രങ്ങളിൽ പൂജാവശ്യത്തിനായും ഉപയോഗിക്കുന്നു.

## 16. രക്തചന്ദനം (*Pterocarpus santalinus*)

ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ വിശേഷിച്ചും ആന്ധ്രയിൽ ഇത് നന്നായി വളരുന്നു. 8 മീ. വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഇതിന്റെ തൊലി ആഴത്തിൽ വെടിച്ചു കീറിയിരിക്കും. കാതലിന് നല്ല ചുവപ്പു നിറമാണുള്ളത്. ചുവന്ന കറയുമുണ്ട്. കാതൽ ആണ് ഔഷധഭാഗമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്.

വിത്തുകൾ ചാണക വെള്ളത്തിൽ മുക്കിയിട്ടതിനു ശേഷം തവാരണകളിൽ പാകി ഒരു മാസം പ്രായമായ തൈകൾ പറിച്ചു നടുക. വരണ്ട കാലാവസ്ഥ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന മരമാണ്. നന്നായി പരിചരിച്ചാൽ 10-)ം വർഷം മരം മുറിക്കാവുന്നതാണ്.

## 17. കണിക്കൊന്ന (*Cassia fistula)*

ഇത് തണൽ മരമായും അലങ്കാര മരമായും വച്ചു പിടിപ്പിക്കാറുണ്ട്. 15 മീ. വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഇല കൊഴിയും വൃക്ഷമാണിത് . മരത്തിന്റെ പട്ട ചാര നിറത്തിലും അകം ക്രീം നിറത്തിലും കാണപ്പെടുന്നു. പൂക്കൾക്ക് മഞ്ഞനിറമാണ്. മരപ്പട്ട, വേര്, ഫലം, ഫലമജ്ജ എന്നിവയാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങൾ.

പട്ട കഷായം വച്ച് 30 മി. ലി. വീതം രാവിലേയും വൈകീട്ടും പതിവായി കഴിച്ചാൽ എല്ലാ ത്വക് രോഗങ്ങളും ശമിക്കും. മലബന്ധം, അതിനോടനുബന്ധിച്ചുള്ള വയറുവേദന ഇവയ്ക്ക് ഫലമജ്ജ കുരു കളഞ്ഞ് പാലിൽ കാച്ചി പഞ്ചസാരയുമിട്ട് കഴിച്ചാൽ വളരെ ഫലമുണ്ടാകും. കുട്ടികളുടെ മലബന്ധത്തിന് ഇത് വളരെ വിശേഷമാണ്. തൊലി ചന്ദനം, ത്രിഫലത്തോട്, മുന്തിരിപ്പഴം ഇവ സമം ചേർത്ത് കഷായം വച്ച് സേവിച്ചാൽ നുരയും പതയുമായി ദുർഗന്ധത്തോടു കൂടി മൂത്രം പോകുന്ന അസുഖം പൂർണ്ണമായി ശമിക്കും.

മാർച്ചു മാസത്തിലാണ് വിത്തുകൾ വിളഞ്ഞ് പാകമാകുന്നത്. തവാരണകളിൽ പാകുന്നതിന് മുമ്പായി അരമണിക്കൂർ തിളച്ച വെള്ളത്തിൽ ഇട്ടതിന് ശേഷം വീണ്ടും 6-8 മണിക്കൂർ തണുത്ത വെള്ളത്തിലും കുതിർത്തി വയ്ക്കുക. ഇങ്ങനെ ചെയ്താൽ വിത്തുകൾ പരമാവധി മുളച്ചു കിട്ടും. കണിക്കൊന്നയ്ക്ക് വരണ്ട മലമ്പ്രദേശങ്ങളോ പാറക്കെട്ടുകളുടെ സമീപ പ്രദേശങ്ങളോ ആണ് ഏറ്റവും പറ്റിയത്. 4 മുതൽ 5 വർഷം കൊണ്ട് പൂക്കൾ ഉണ്ടായി തുടങ്ങും. 10 വർഷം പ്രായമായാൽ തൊലി മരുന്നിനായി ഉപയോഗിക്കാം.

### 18. ചുവന്ന അരളി (*Nerium oleander*)

നിത്യഹരിത ഉഷ്ണമേഖലകളിൽ ധാരാളമായി കാണപ്പടുന്നു.

### 19. മഞ്ഞഅരളി (*Cascabela thevetia)*

ഇതൊരു നിത്യഹരിത കുറ്റിചെടിയാണ്. പൂക്കൾ മഞ്ഞ നിറത്തോടു കൂടി കാണപ്പെടുന്നു.

ഔഷധയോഗ്യഭാഗങ്ങൾ: വേരിൻമേൽ തൊലി, ഇല

ചുവന്ന അരളിക്കും മഞ്ഞഅരളിക്കും ഏതാണ്ട് ഒരേ ഔഷധ ഗുണമാണുള്ളത്. ചുവന്ന അരളിയുടെ ഇലയും തൊലിയും അരച്ച് നീരുള്ള പഴകിയ വ്രണങ്ങളിലും കുഷ്ഠ രോഗം ഹേതുവായിട്ടുള്ള വ്രണങ്ങളിലും പുറമേ പൂച്ചായി ഉപയോഗിക്കും.

വിത്തു മുഖേനയും കമ്പു മുറിച്ചു നട്ടും പുതിയ തൈകൾ ഉത്പാദിപ്പിക്കാം.

### 20. കരിനൊച്ചി (*Vitex negundo*)

മൂന്നു മീറ്ററോ അതിൽ കൂടുതലോ ഉയരത്തിൽ അനേകം ശാഖോപശാഖകളോടു കൂടി വളരുന്ന ഒരു ചെറു മരമാണ് നൊച്ചി.

അപസ്മാരത്തിന് ഇല നീര് 5-10 തുള്ളി വരെ മൂക്കിൽ ഒഴിക്കുക. പതിവായി ഈ നസ്യം ശീലിച്ചാൽ അപസ്മാരം കൂടെ കൂടെ വരുന്നതിന് കുറവുണ്ടാകും. കരിനൊച്ചി ഇല ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞ നീരിൽ ആവണക്കെണ്ണ ചേർത്ത് സേവിച്ചാൽ നടുവിനു പിടുത്തം കൊളുത്തി പിടുത്തം തുടങ്ങിയ വേഗം മാറും. ഊരുസ്തംഭം മുട്ടിലെ നീര്, വേദന, നടുവേദന, എന്നീ അസുഖങ്ങൾക്ക് കരിനൊച്ചിയില അരച്ചിടുന്നത് നല്ലതാണ്. വായ്പുണ്ണ്, തൊണ്ടവേദന ഇവക്ക് ഇല കഷായം ചൂടോടു കൂടി കവിൾ കൊള്ളുന്നത് നല്ലതാണ്.

നല്ല സൂര്യപ്രകാശം ലഭിച്ചു വരുന്ന മലമ്പ്രദേശങ്ങളിലോ നീർവാർച്ചയുള്ള സമതല പ്രദേശങ്ങളിലോ വേലികളിലോ ഇതിനെ വളർത്താം. .2 വർഷം കൊണ്ട് കരിനൊച്ചി വിള വെടുപ്പ് നടത്താം. 2-ാം വർഷാവസാനം മുതൽ 10 വർഷത്തോളം 2 മാസത്തിലൊരിക്കൽ വീതം കമ്പുകൾ വെട്ടി എടുക്കാം. വെള്ളക്കെട്ടുതിയുള്ള പ്രദേശങ്ങളും 50 ശതമാന ത്തിലധികം സൂര്യപ്രകാശം ലഭിക്കാത്തതുമായ പ്രദേശങ്ങൾ ഇതിന്റെ കൃഷിക്ക് പറ്റിയതല്ല.

### 21. മാതളം (*Punica granatum)*

ഒരു ചെറു മരമായ ഇത് ഏകദേശം 5 മീ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്നു.

മാതളനാരങ്ങയുടെ അല്ലി പഞ്ചസാര ചേർത്ത് ആവശ്യ ത്തിന് കഴിച്ചാൽ അരുചി മാറും. മൂക്കിൽ നിന്നും ഉണ്ടാകുന്ന രക്തസ്രാവത്തിന് പൂക്കളുടെ നീര് പിഴിഞ്ഞൊഴിക്കുന്നത് ഗുണം ചെയ്യും. മാതളത്തോട് നന്നായി പൊടിച്ച് ചൂടു വെള്ളത്തിൽ കലക്കി കഴിച്ചാൽ ഏതു തരത്തിലുള്ള കൃമി ഉപദ്രവത്തിനും ശമനം കിട്ടും. മാതളപ്പഴം ശരീരത്തിനു കുളിർമ്മ നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു.

വിത്തുകൾ പാകി തൈകൾ മുളപ്പിച്ച് വളർത്തിയെടുക്കാം.

### 22.പച്ചോറ്റി (*Symplocos cochinchinensis)*

ഏതാണ്ട് 12 മീ . വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഒരു ഇടത്തരം മരമാണിത്. മലയോര പ്രദേശങ്ങളിലാണ് ഇത് കൂടുതലായി കണ്ടു വരുന്നത്. മരപ്പട്ടയാണ് പ്രധാനമായും ഉപയോഗിക്കുന്നത്.

തൊലി കഷായം വെച്ച് കഴിച്ചാൽ ആർത്തവരോഗങ്ങൾ മാറും. ഇതിന്റെ ഇല ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞ നീരിൽ എണ്ണ കാച്ചി തേച്ചാൽ ശിരോരോഗങ്ങൾ മാറും. മുഖത്തിന് സൗന്ദര്യവും ത്വക്കിന് അഴകും വർദ്ധിക്കും. ചന്ദനം അരച്ചതും പച്ചോറ്റി തൊലി പൊടിച്ചതും ചേർത്ത് ദേഹത്ത് പുരട്ടി കുളിച്ചാൽ ശരീരദുർഗന്ധം മാറും. കണ്ണിനുണ്ടാകുന്ന വേദന, ചുവപ്പ്, നീര്, പീളകെട്ടൽ ഇവക്ക് ഇതിന്റെ തൊലി അരച്ച് കണ്ണിൽ പുരട്ടുക.

വിത്തുകൾ കിളിർപ്പിച്ച് തൈകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു.

### 23. വേങ്ങ (*Pterocarpus marsupium*)

20 മീ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഇതിന്റെ മരപ്പട്ടക്ക് നല്ല കട്ടിയുണ്ട്.

വേങ്ങാക്കാതൽ 16 ഇരട്ടി വെള്ളത്തിൽ കഷായം വെച്ച് അരയാക്കി വറ്റിച്ച് 50 മി. ലി വീതം രാവിലെയും വൈകിട്ടും പതിവായി കഴിക്കാമെങ്കിൽ ചില പ്രമേഹരോഗങ്ങൾ സുഖപ്പെടും. വേങ്ങാക്കാതൽ പൊടിച്ചത് 6-12 ഗ്രാം വീതം ദിവസം രണ്ടു നേരം വീതം തുടർന്ന് കഴിച്ചാൽ അകാലത്തിൽ നിന്നു പോയ ആർത്തവം വീണ്ടും ഉണ്ടാകും. ചൊറി, ചിരങ്ങ് ഇലയും തൊലിയും അരച്ച് പുറമെ പുരട്ടുക. മോണപഴുപ്പും പല്ലുവേദനയും ഉണ്ടാകുമ്പോൾ കറ പല്ലിന്റെ ഊനിൽ തിരുകി വെച്ചാൽ രോഗശമനം ഉണ്ടാകും.

വിത്തുപാകി തൈകളുണ്ടാക്കാം. വിതക്കുന്നതിന് മുമ്പ് വിത്ത് 2 ദിവസം തണുത്ത വെള്ളത്തിലിടണം. നഴ്സറി ഒരു വർഷം മുമ്പ് തയ്യാറാക്കണം. കമ്പ് മുറിച്ചു നട്ടും തൈകളുണ്ടാക്കാം. തീവ്രമായ സൂര്യതാപമേറ്റാൽ വിത്ത് നശിക്കും.

### 24. മഞ്ഞക്കൊന്ന (*Cassia siamea*)

ഇത് ഒരു ഇടത്തരം മരമാണ്. പൂവിന് മഞ്ഞനിറമാണ്. ഊഷര പ്രദേശങ്ങൾക്ക് യോജിച്ച മരമാണിത്.

ഇല പച്ചില വളമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. പൂവ് കറി വയ്ക്കാൻ കൊള്ളാം.

വിത്തുപാകിയും നാലഞ്ചുമാസം പ്രായമുള്ള നഴ്സറി തൈ അഥവാ സ്റ്റമ്പ് നട്ടും പുതിയ ചെടികളുണ്ടാക്കാം. മാർച്ചിൽ കായ പറിച്ചുണക്കി വിത്ത് ശേഖരിക്കണം. പോളിത്തീൻ സഞ്ചിയിലോ ബഡിലോ വിത്ത് പാകാം. ജൂലൈ മാസത്തോടെ തൈ നടാൻ പാകമാകും.

### 25. വെള്ളകിൽ (*Dysoxylum malabaricum*)

വലിയ നിത്യഹരിത മരം ഈർപ്പമുള്ള എക്കൽ മണ്ണാണ് ഇതിന് യോജിച്ചത്.

വിത്ത് പാകി പുതിയതൈകളുണ്ടാക്കുന്നു. ജൂണിൽ വിത്ത് പാകാം. 2 സെ. മീ. വ്യാസം വയ്ക്കാൻ ഏഴുവർഷം വേണമെന്നാണ് കണക്ക്.

### 26. കുപ്പമഞ്ഞൾ (*Bixa orellana*)

ഇത് രണ്ടിനമുണ്ട്. ഒന്നിൽ വെള്ളപ്പൂക്കളുണ്ടാകുന്നു. ഇതിന്റെ കായ്ക്ക് പച്ചനിറമാണ്. രണ്ടാമത്തെ ഇനത്തിന്റെ പൂവിന് ഇളം ചുവപ്പും കായ്ക്ക് കടുംചുവപ്പുനിറവും ആണ്. ഡിസംബറിൽ കായ് വിളഞ്ഞു തുടങ്ങും.

വിത്തിൽ നിന്നെടുക്കുന്ന ചായം ഭക്ഷ്യ പദാർത്ഥങ്ങൾക്കു നിറം ചേർക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

## വള്ളിച്ചെടികൾ

### 1. അടപതിയൻ (*Holostemma ada-kodien*)

വള്ളിയായി പടർന്നുകയറുന്ന ഒരു ദീർഘകാല വിളയാണിത്. തടിച്ച് ഉരുണ്ട വേരുകളാണ് പ്രധാന ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. ആരോഗ്യവും യുവത്വവും നിലനിർത്താനും നേത്രരോഗങ്ങൾക്ക് പ്രതിവിധിയായും ഇത് കണക്കാക്കപ്പെടുന്നു.

വിത്ത് മുഖേനയും വേര് പിടിപ്പിച്ച വള്ളികളും വേരുകളും ഉപയോഗിച്ചും അടപതിയൻ പ്രജ നനം ചെയ്യാം. വിത്തുകൾ വെള്ളത്തിൽ കുതിർത്തതിനു ശേഷം മണലിൽ പാകണം. ചെറുവരമ്പു കളോ കൂനകളോ നടാനായി തിരഞ്ഞെടുക്കാം. വേര് നന്നായി വളരുന്നതിനു വേണ്ടി താഴ്ത്തിക്കിളച്ച് മണ്ണ് പരുവപ്പെടുത്തണം. 60X30 സെ. മീ അകലത്തിൽ ചെടികൾ നടാം. പടർന്നുകയറാൻ പന്തലോ ശീമകൊന്നയോ ഇട്ടുകൊടുക്കണം. നല്ല വിളവിന് വളപ്രയോഗം അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. ഹെക്ടറൊ ന്നിന് 20 ടൺ ജൈവവളം, 100 കിലോഗ്രാം എല്ലുപൊടി, 500 കിലോഗ്രാം വേപ്പിൻ പിണ്ണാക്ക് എന്നിവ ചേർത്തുകൊടുക്കാം.

1.5 – 2 വർഷം കഴിഞ്ഞ് ജനുവരി–ഫെബ്രുവരി മാസത്തിൽ വള്ളികൾ ഉണങ്ങി തുടങ്ങുമ്പോൾ കട താഴ്ത്തിക്കിളച്ച് വേരുകൾ ശേഖരിക്കണം. നന്നായി കഴുകി പച്ചയായോ ഉണക്കിയോ വിപണനം

ചെയ്യാം. ഒരു ഹെക്ടറിൽനിന്നും 1.5 ടൺ പച്ച വേര് ലഭിക്കും. ഇത് ഉണക്കിയാൽ 500–600 കിലോഗ്രാം ഉണക്കവേര് ലഭിക്കും.

## 2. ചക്കരക്കൊല്ലി (*Gymnema sylvestre*)

ഉയരമുള്ള മരങ്ങളിൽ പടർന്നുവളരുന്ന ഒരു വള്ളിച്ചെടിയാണിത്. ഇതിന്റെ ഇല വായിലിട്ട് ചവച്ചശേഷം എത്ര മധുരമുള്ള വസ്തുക്കൾ വായിലിട്ടാലും മധുരം അറിയില്ല. ഹൃദയത്തിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിനും മഞ്ഞപ്പിത്ത ചികിൽസക്കും, അൾസറിനും, നീരുകൾ വലിയുന്നതിനും മറ്റും ചക്കരക്കൊല്ലി ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. പ്രമേഹത്തിനും മൂത്രം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും, വയറിളക്കുന്നതിനും മറ്റും ചക്കരക്കൊല്ലി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ചക്കരക്കൊല്ലിയുടെ ഇല അരച്ച് വെള്ളത്തിൽ കലക്കി പ്രമേഹചികിൽസക്ക് നൽകാറുണ്ട്. വേര് പാമ്പുവിഷത്തിന് പ്രത്യൗഷധമായി ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്.

കമ്പു മുറിച്ചുനട്ടോ വിത്ത് പാകി മുളപ്പിച്ചോ തൈകളുണ്ടാക്കാം. 3–4 മാസം പ്രായമാകുമ്പോൾ നടാം. വള്ളികൾ പടർന്നു വളരുന്നതിന് താങ്ങുകൾ ഇട്ടുകൊടുക്കണം. ഒരു വർഷം പ്രായമായ ചെടികളിൽ നിന്നും വിളവെടുത്തു തുടങ്ങാം. ഒരാഴ്ച ഇടവിട്ട് ഇലകൾ ശേഖരിക്കാം. 10–12 വർഷം വരെ വിളവ് ലഭിക്കും. ചെടിയിൽനിന്നും ശേഖരിച്ച ഇലകൾ പച്ചയായിതന്നെ വിൽക്കുകയോ അല്ലെങ്കിൽ വെയിലിൽ ഉണങ്ങിയ ശേഷമോ വിപണനം നടത്താം.

## 3. ചിറ്റമൃത് (*Tinospora cordifolia*)

വൻവൃക്ഷങ്ങളിൽ ചുറ്റിപ്പടർന്ന് വളരുന്ന ഒരു വള്ളിച്ചെടിയാണിത്. മരുന്നുനിർമ്മാണത്തിന് ചിറ്റമൃത് പച്ചയായിത്തന്നെയാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ധാതുപുഷ്ഠി വരുത്തുന്നതിനും ശരീരതാപം ക്രമീകരിക്കുന്നതിനും രക്തശുദ്ധി വരുത്തുന്നതിനും ദഹനശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും ചിറ്റമൃതിനു കഴിയും. പ്രമേഹം, ചർമ്മരോഗങ്ങൾ, രക്തവാതം, മഞ്ഞപ്പിത്തം, മൂത്രരോഗങ്ങൾ, ലൈംഗികരോഗങ്ങൾ മുതലായവയുടെ ചികിൽസക്കും ചിറ്റമൃത് ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. ആയുർവേദത്തിൽ രണ്ടുതരം അമൃതിനെപറ്റി പ്രതിപാദിക്കുന്നുണ്ട്. ചിറ്റമൃതും കാട്ടമൃതും. ചിറ്റമൃതാണ് ഔഷധനിർമ്മാണത്തിന് മുഖ്യമായും ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഇതിന്റെ ഇലകൾ ചെറുതാണ്. കാട്ടമൃതിന്റെ ഇലകൾ വലുതാണ്. കാട്ടമൃതിന് ചിറ്റമൃതുമായി വളരെ സാമ്യമുള്ളതിനാൽ ചിറ്റമൃതിന് പകരമായി കാട്ടമൃത് അങ്ങാടിയിൽ എത്താറുണ്ട്.

വള്ളി മുറിച്ചുനട്ടാണ് തൈകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. ഒരു വർഷം പ്രായമെത്തിയ ചെടികൾവിളവെടുക്കാം. നന്നായി പരിപാലിച്ച ഒരു ചെടിയിൽ നിന്നും 2–3 കിലോഗ്രാം വള്ളി ഒരു വർഷം ലഭിക്കും. മുറിച്ചെടുത്ത വള്ളികൾ പച്ചയായിത്തന്നെയോ ചെറിയ കഷണങ്ങളാക്കി ഉണക്കിയോ വിപണനം നടത്താം.

## 4. തിപ്പലി (*Piper longum*)

ചിരസ്ഥായിയായ ഒരു വള്ളിച്ചെടിയാണ് തിപ്പലി. നിലത്തു പടർന്നു വളരുന്ന തിപ്പലിയിൽ ആൺപൂക്കളും പെൺപൂക്കളും വെവ്വേറെ സസ്യങ്ങളിലാണ് കണ്ടു വരുന്നത്. മൂപ്പെത്തിയ പെൺതിരികളാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. തിരികൾ ശ്വാസകോശ സംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾക്ക് വ്യാപകമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. പിപ്പലാരിഷ്ഠം, പിപ്പല്യാസവം, പഞ്ചകോലം മുതലായ ആയുർവ്വേദ ചേരുവകളിൽ ഇതടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ വേരും വിവിധ ആമാശയ ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നു.

അത്യുൽപ്പാദനശേഷിയുള്ള വിശ്വം എന്ന തിപ്പലിയിനം കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാലപുറത്തിറക്കിയിട്ടുണ്ട്. ഈയിനം തെങ്ങിൻതോപ്പുകളിൽ ഇടവിളയായി കൃഷി ചെയ്യാൻ അനുയോജ്യമാണ്. സെന്റൊന്നിന് 3–4 കിലോഗ്രാം ഉണങ്ങിയ തിരികൾ തരാൻ കെല്പുള്ള ഇനമാണിത്. വേരുപിടിപ്പിച്ച വള്ളിത്തണ്ടുകളാണ് നടീൽ വസ്തുക്കളായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഇവ മഴക്കാലത്തിന്റെ ആരംഭത്തോടുകൂടി കൃഷിയിടങ്ങളിൽ നടാവുന്നതാണ്. വരികൾ തമ്മിലും ചെടികൾ തമ്മിലും 60 സെ. മീ. വീതം അകലത്തിൽ വേരുപിടിപ്പിച്ച തണ്ടുകൾ നടാവുന്നതാണ്.

നട്ട് 6 മാസം മുതൽ ചെടികൾ തിരിയിടാൻ തുടങ്ങുന്നു. തിരികൾ മൂപ്പെത്താൻ 2–2.5 മാസം എടുക്കും. കറുപ്പുകലർന്ന പച്ചനിറമാകുമ്പോഴാണ് ഇവ പറിച്ചെടുക്കേണ്ടത്. തിരികളെ വിളഞ്ഞുപഴുക്കുവാൻ അനുവദിക്കരുത്. തിപ്പലി 4–5 വർഷത്തോളം ആദായകരമായ രീതിയിൽ വിളവു തരുന്നതായി കണ്ടുവരുന്നു. കായ്കൾ (തിരികൾ) ക്കു പുറമെ കനം കൂടിയ തണ്ടുകളും വേരുകളും ഉണക്കി മരുന്നിനു വേണ്ടി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. വിളവെടുത്ത തിരികൾ വെയിലത്ത് ഉണക്കിയ ശേഷമാണ് വിപണനം നടത്തുന്നത്. ഉണങ്ങുമ്പോൾ തൂക്കം ഏകദേശം അഞ്ചിൽ ഒന്നായി കുറയും.

## 5. ശതാവരി (*Asparagus racemosus)*

വൃക്ഷങ്ങളിൽ ചുറ്റിപ്പടർന്ന് വളരുന്ന ഒരു വള്ളിച്ചെടിയാണ് ശതാവരി. ശതാവരിയുടെ കിഴങ്ങുകളാണ് പ്രധാനമായും ഔഷധനിർമ്മാണത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. വാതം, സന്ധികളിലുണ്ടാകുന്ന വേദന, മൂത്രാശയരോഗങ്ങൾ, ഉദര രോഗങ്ങൾ, അപസ്മാരം മുതലായവയുടെ ചികിൽസക്ക് ശതാവരി ഉപയോഗിക്കാം. ചൂടുകാലത്ത് ശരീരോഷ്മാവ് നിയന്ത്രിക്കുന്നതിന് ശതാവരിക്കിഴങ്ങ് ജൂസ് ഉണ്ടാക്കിക്കഴിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്.

വിത്ത് മുളപ്പിച്ചാണ് തൈയ്യുണ്ടാക്കുന്നത്. കൂടാതെ കിഴങ്ങ് ഉപയോഗിച്ചും തൈകൾ ഉണ്ടാക്കാം. 60–100 സെ. മീ. അകലത്തിൽ 30 സെ. മീ. സമചതുരക്കുഴികളെടുത്ത് ചാണകം, മേൽമണ്ണ് മുതലായവയിട്ട് മൂടി തൈകൾ വയ്ക്കാം. രണ്ടു വർഷത്തിനു ശേഷം വിളവ് എടുക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. കൃഷിസ്ഥലം നനച്ചുകൊടുത്താൽ കിഴങ്ങുകൾ മുറിഞ്ഞു പോകാതെ പറിച്ചെടുക്കാൻ സാധിക്കും. ഒരു ഹെക്ടർ സ്ഥലത്തുനിന്നും ശരാശരി 10–15 ടൺ കിഴങ്ങ് ലഭിക്കും.

പറിച്ചെടുത്ത കിഴങ്ങുകൾ നന്നായി കഴുകിയെടുത്ത് വെയിലിൽ ഉണങ്ങി ഉപയോഗിക്കാം.

## 6. മരമഞ്ഞൾ (*Coscinium fenestratum*)

കേരളത്തിലെ നീലഗിരി വനങ്ങളിലും ട്രാവൻകൂർ വനങ്ങളിലും ഈ സസ്യം ധാരാളമായി കണ്ടുവരുന്നു. കരുത്തുറ്റ വള്ളികളായുള്ള ഒരു സസ്യമാണിത്. ഇലകൾ കട്ടിയുള്ളതും തിളങ്ങുന്നതും ആണ്. അഗ്രം കൂർത്ത ഇവ ആകപ്പാടെ വൃത്താകൃതിയാണ് . അടിവശം രോമിലമാണ്.

വ്രണം, ചൊറി, വരട്ടുചൊറി ശീതപിത്തം എന്നീ അസുഖങ്ങൾക്ക് മരമഞ്ഞളിന്റെ വേരും തൊലിയും തണ്ടുമിട്ട് കഷായം വച്ച് 30 മി. ലി. വീതം ദിവസം മൂന്നു നേരം കുടിക്കുന്നതും അതുകൊണ്ട് തന്നെ കഴുകുകയും ചെയ്യുന്നത് നല്ലതാണ്. മരമഞ്ഞൾത്തൊലി, മഞ്ഞൾ, തകരയരി, ഇവ സമം അരച്ച് തേച്ചാൽ വണ്ടു കുത്തിയാലുള്ള വിഷം വേദന നീര് ഇവ മാറികിട്ടും.

തണ്ടു മുറിച്ച് നട്ട് പുതിയ തൈകളുണ്ടാക്കാം

## 7. ശംഖുപുഷ്പം (*Clitoria ternatea*)

പുഷ്പങ്ങൾ വെള്ള, നീല എന്നീ വർണ്ണങ്ങളിൽ കാണപ്പെടുന്നു.

ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റെ വേര് പച്ചക്കെടുത്ത് അരച്ച് 1-3 ഗ്രാം നെയ്യിലോ വെണ്ണയിലോ പതിവായി വെറും വയറ്റിൽ സേവിച്ചാൽ കുട്ടികൾക്ക് ബുദ്ധിശക്തി, ധാരണാശക്തി ഇവ വർദ്ധിക്കും. ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റ വേര് പാലിലോ നെയ്യിലോ അരച്ച് 3 ഗ്രാം വീതം കുടിച്ചാൽ മൂർഖന്റെ വിഷം ശമിക്കുന്നു. പ്രധാനമായും വെളുത്ത ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റേ വേരിനാണ് വിഷഹരശക്തി കൂടുതലുള്ളത്. നീല ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റേ എല്ലാ ഭാഗവും ഒന്നിച്ചെടുത്ത് കഷായം വച്ച് കൊടുത്താൽ ഉറക്കമില്ലായ്മ, ഉന്മാദം, ശ്വാസരോഗങ്ങൾ, മദ്യാധിക്യം കൊണ്ടുള്ള ലഹരി ഇവ ശമിപ്പിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ പുഷ്പം 1 ഗ്രാം വീതം ദിവസം 3 നേരം തേനിൽ കഴിച്ചാൽ ഗർഭാശയത്തിൽ നിന്നുള്ള രക്തസ്രാവം ശമിക്കും

വിത്തുപാകിയും തണ്ടുമുറിച്ചു നട്ടും പുനരുത്പാദനം നടത്താം.

## 8. കാട്ടുപടവലം (*Trichosanthes cucumeriana*)

വളരെ ഉയരത്തിൽ പടരുന്ന ഒരു മുട്ടുലതാസസ്യമാണ് കാട്ടുപടവലം.

പടവലം സമൂലമെടുത്ത് കഷായം വച്ച് ദിവസം 2 നേരം വീതം കുടിച്ചാൽ ജ്വരം, ചർമ്മരോഗം,രക്തപിത്തം, വിഷം ഇവ ശമിക്കും. മലബന്ധം ഉണ്ടാകുകയില്ല. തലവേദന കുറഞ്ഞു കിട്ടാൻ പടവലത്തിന്റെ വേരരച്ച് നെറ്റിയിൽ ഇടുന്നത് നല്ലതാണ്. പടവലത്തിന്റെ ഇല അരച്ച് പുരട്ടിയാൽ വ്യണം എളുപ്പം പഴുത്തു പൊട്ടുകയും അതിലെ ദുഷ്ട് നിശ്ശേഷം വാർന്നു പോയി വ്യണം വേഗത്തിൽ കരിയുകയും ചെയ്യും.

## 9. വള്ളിപ്പാല (*Tylophora cordifolia*)

പടർന്നുകയറുന്ന ചിരസ്ഥായിയായ വള്ളിയാണ് ഇത്. ഇലകൾ ,വലുതും ചെറുതും എന്നിങ്ങനെ രണ്ടിനമുണ്ട്. പൂക്കൾ ചെറുതും ഇളം മഞ്ഞനിറമുള്ളതുമാണ്.

വിത്തുകൾ പാകി മുളപ്പിച്ചോ വള്ളി മുറിച്ചു നട്ടോ പുതിയ തൈകൾ ഉണ്ടാക്കാവുന്നതാണ്. 10 അടി അകലത്തിൽ തൈകൾ നട്ട ശേഷം നിരയായി കാലുകൾ നാട്ടി അതിനു മുകളിൽ ചെടി പടർത്തുക. ഒരു വർഷം കൊണ്ട് ചെടി നന്നായി പടർന്ന് കഴിഞ്ഞിരിക്കും.
കഫം ദുരീകരിക്കുന്നതിനുള്ള ശക്തിയുളള ഈ സസ്യം ആസ്തമക്കുള്ള പ്രസിദ്ധ ഒറ്റ മൂലിയാണ്. ഇതിന് ശ്വാസകോശങ്ങളെ വികസിപ്പിക്കാനുള്ള കഴിവുണ്ട്.

## 10. ത്രികോൽപക്കൊന്ന (*Operculina turpethum*)

ആയുർവ്വേദത്തിൽ വസ്തി കർമ്മങ്ങൾക്കും വിരേചനത്തിനും ഉപയോഗിക്കുന്ന ഔഷധ സസ്യമാണിത്. പാൽ പോലെ കറയുള്ള ഒരു ചിരസ്ഥായീ വള്ളി സസ്യമാണിത്. വള്ളികൾ വളരെ കട്ടിയുള്ളതും ചിറകുള്ളതും പ്രായമാകുമ്പോൾ തവിട്ടു നിറമായി മാറുന്നതുമാണ്. വേരുകൾ വളരേ നീളമുള്ളതും മാംസളവും കൂടുതൽ ശിഖരിതവുമാണ്

വേരിന്മേൽ തൊലിയാണ് ഔഷധങ്ങൾക്കായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. മലബന്ധം, വയറുപെരുക്കം അർശസ്സ് മഞ്ഞപ്പിത്തം, മഹോദരം എന്നീ രോഗങ്ങളുള്ളവർ വയറിളക്കേണ്ട സന്ദർഭങ്ങളിൽ വേരിന്മേൽത്തൊലി പൊടിച്ച് 3 മുതൽ 6 ഗ്രാം വരെ അതിരാവിലെ ഇളം ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കലക്കി കുടിച്ചാൽ മതി.

## 11. നായ്കുരണ (*Mucuna pruriens*)

ഈ ആയുർവേദ സസ്യത്തെ വാജീകരണ ഔഷധങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു.

ഉപയോഗഭാഗങ്ങൾ വേര്, വിത്ത്, ഫലരോമം എന്നിവയാണ്. ഫലത്തെ ആവരണം ചെയ്തിരിക്കുന്ന രോമം 4 ഗ്രാം ശർക്കരയിലോ വെണ്ണയിലോ വെറും വയറ്റിൽ സേവിച്ചാൽ വിര നശിക്കും. ഇല അരച്ച് വ്രണത്തിൽ തേച്ചാൽ വ്രണം പഴുത്തു പൊട്ടി എളുപ്പം ഉണങ്ങുന്നു. വേരും വിത്തും കഷായം വെച്ച് 30 മി. ലി. വീതം ദിവസം രണ്ടു നേരമോ ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച ചൂർണമാക്കി 3 ഗ്രാം വീതം രാവിലെയും രാത്രിയിലും ഉപയോഗിച്ചാൽ വാതരോഗങ്ങൾ ശമിക്കും. ധതുപുഷ്ടിയുണ്ടാകും. ലൈംഗികശേഷി വർദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യും. ഇതിന്റെ വേരും ഞെരിഞ്ഞിലും സമമെടുത്ത് കഷായം വെച്ച് കുടിച്ചാൽ വൃക്ക രോഗങ്ങൾ ഭേദമാകുന്നതാണ്. ഉണങ്ങിയ കായ്കൾ പൊട്ടിച്ചെടുത്ത വിത്തുകൾ മുഖേന പുതിയ തൈകളുണ്ടാക്കുന്നു.

## 12. ഈശ്വരമൂലി / ഗരുഡക്കാടി (*Aristolachia indica* )

600 മീ. വരെ ഉയരമുള്ള പർവ്വത പ്രദേശത്തും സമതലങ്ങളിലും ചുറ്റിക്കയറുന്ന ഒരു വള്ളി സസ്യമാണ്.

ഉപയോഗഭാഗങ്ങൾ : വേര്, ഇല, ചിലപ്പോൾ സമൂലം

പാമ്പ് കടിച്ചാൽ ഉടൻ ഇലഅരച്ച് മുറിവിൽ ശക്തിയായി തിരുമ്മുകയും അതൊടോപ്പം ഇലപിഴിഞ്ഞെടുത്ത നീര് 5-10 മി. ലി എടുത്ത് കുരുമുളക് പൊടി ചേർത്ത് കുടിക്കുകയും ചെയ്യുക. ഈ മരുന്ന് ദിവസേന ആറ് പ്രാവശ്യം വീതം കുടിക്കണം. കോളറക്ക് ഈശ്വരമൂലി വേര്, കൂവള വേര് ഇവ സമമെടുത്ത് കഷായം വെച്ച് 50 മി.ലി വീതം 4 മണിക്കൂർ ഇടഅവിട്ടു കൊടുത്താൽ രോഗം ശമിക്കും.

വേരിൽ പൊട്ടി പുതിയ ചെടി ഉണ്ടാകുന്നു. വിത്തുകൾ മുളപ്പിച്ചും തണ്ടു മുറിച്ചു നട്ടും പുതിയ തൈകൾ ഉണ്ടാക്കാം.

## 13. ചങ്ങലം പരണ്ട (*Vitis quadrangularis*)

ഉഷ്ണമേഖലാ പ്രദേശത്ത് കണ്ടുവരുന്ന ഒരു ഹരിത വള്ളി സസ്യമാണ് ഇത്.

ഉപയോഗഭാഗങ്ങൾ : വള്ളി ,ഇല

ചങ്ങലംപരണ്ടയുടെ വള്ളിയും ഇലയും പച്ച്ക്ക് ഇടിച്ചു പിഴിഞ്ഞ നീര് അര ഔൺസ് അത്ര തന്നെ തേനും ചേർത്ത് ദിവസം രണ്ടു നേരം വീതം രണ്ടു തവണ കഴിച്ചാൽ ആർത്തവം ക്രമമാകും.ഒടിവും ചതവും ഉള്ള ഭാഗത്ത് ഇതിന്റെ തണ്ട് വെച്ച് കൊടുക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. ചങ്ങലം പരണ്ടയുടെ സ്വരസത്തിൽ അതുതന്നെ കൽക്കമാക്കി എള്ളെണ്ണ ചേർത്തു പാകത്തിൽ കാച്ചി അരിച്ചെടുത്ത് ഒടിവിനും ചതവിനും എണ്ണ തേപ്പിനായി ഉപയോഗിക്കാം. ചെവി വേദന, പഴുപ്പ് ,നീര് ഇവ മാറിക്കിട്ടുന്നതിന് തണ്ടിന്റെ സ്വരസം ചെവിയിൽ ഒഴിച്ചകൊടുക്കാം. കുരുന്നു തണ്ടും ഇലയും തണലിൽ ഉണക്കി പൊടിച്ച് പൊടി 3 ഗ്രാം മുതൽ 6

ഗ്രാം വരെ ദിവസം രണ്ടു നേരം വീതം പതിവായി കഴിച്ചാൽ വിശപ്പില്ലായ്മ, അരുചി, ദഹനക്കുറവ്, അരുചി ഇവ മാറിക്കിട്ടും.

തണ്ടുകൾ മുറിച്ച് പുതിയ തൈകളുണ്ടാക്കാം

## 14. കാട്ടുപാവലം/ എരുമപ്പാവൽ (*Momordica dioica)*

ഇന്ത്യയിലെ എല്ലാ ദിക്കുകളിലും പടർന്നു വളരുന്നതായ ഒരു വാർഷിക സസ്യം.

സമൂലം ഔഷധയോഗ്യമാണ്. ചെടി സമൂലവും നാളികേരം, കുരുമുളക്, രക്തചന്ദനം ഇവ എല്ലാം കൂടി അരച്ചു കുഴമ്പാക്കിയതു തലവേദനക്കു നല്ലതാണ്.

## 15. കുന്നി (*Abrus precatorius)*

ചുറ്റിപ്പടർന്നു വളരുന്ന ഒരു ഔഷധസസ്യമാണ് കുന്നി. കുന്നി രണ്ടിനമുണ്ട്. വെള്ളക്കുന്നിയും ചുവന്ന കുന്നിയും. ഇത് ഒരു വിഷസസ്യമാണ്. വേര്, ഇല, വിത്ത് എന്നിവയാണ് ഔഷധാവശ്യങ്ങൾക്കായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്.

ചൂടാക്കുന്നതോടു കൂടി കുന്നിയുടെ വിഷാംശം നഷ്ടപ്പെടും. പാണ്ടു രോഗത്തിന് കുന്നിയുടെ നീര് പുരട്ടുന്നത് നല്ലതാണ്. കുന്നിയുടെ വേരും കുരുവും ചേർത്ത് കാച്ചിയെടുക്കുന്ന തൈലം തൊണ്ടമുഴക്കു പുറമേ പുരട്ടാം. ഇല ചതച്ച നീരും കല്ക്കവുമായി കാച്ചിയെടുത്ത എണ്ണ തേച്ചു കുളിച്ചാൽ വാതരോഗം ശമിക്കും. ഇന്ദ്രലുപ്തം എന്ന കഷണ്ടിരോഗത്തിന് കുന്നിക്കുരു നല്ല ഔഷധമാണ്. കുരു പൊടിച്ച് നസ്യമായി ഉപയോഗിച്ചാൽ തലവേദന ശമിക്കും. ഇല ചതച്ച് പൂച്ചുണ്ടാക്കി നീരുള്ള ഭാഗത്തിട്ടാൽ നീരു വറ്റിപ്പോകുന്നു.

## Correct citation:

Skaria, B. P., Joy, P. P., Mathew, S., Mathew, G., Martin, M., Chacko, B. and Rasheeda, C. A. 2005. Training manual on "Medicinal plants for trade and home remedies (Malayalam)", 17-18 March 2005, Kerala Agricultural University, Aromatic and Medicinal Plants Research Station, Odakkali, Asamannoor P.O., Ernakulam, India, 108 p.