



അധിക വായനയ്ക്ക് :-

സി.ഇ.എൽ.വെബ് സൈറ്റ് പേജുകളിൽ ഉൾപ്പെടാത്ത മറ്റുചില

# ഔഷധവിളകൾ



**മുഖ്യസ്രോതസ്സ് - ഔഷധവിളകൾ -2009**  
ഡോ.എ.എസ്.അനിൽകുമാർ,  
ഡോ.എം.എസ്.ഹജിലാൽ,  
ഡോ.കെ.ഹരികൃഷ്ണൻ നായർ,  
ഡോ.ജെ.ആർ.തർ ജേക്കബ് -  
(കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല)



സെന്റർ ഫോർ ഇ-ലേണിംഗ്,  
KAU, Thrissur.



**ഉള്ളടക്കം**

**1. ഔഷധമൃദുസസ്യങ്ങൾ.....6-19**

നറുനണ്ടി.....6

കടങ്ങൽ.....6

മുത്തങ്ങ.....7

ആരോഗ്യപച്ച.....8

കല്ലൂർവഞ്ചി.....9

കല്ലൂരക്കി.....9

മരുന്നു കോളിയസ്.....10

പനികൂർക്ക.....11

കിരിയാത്ത്.....11

ഇരുവേലി.....13

അരുത.....13

വയൽച്ചുള്ളി.....14

താമര.....15

തഴുതാമ/തമിഴാമ.....16

കീഴാനെല്ലി.....17

കടലാടി.....18

കസൂരിമഞ്ഞൾ.....19

**2. ഔഷധ പൂക്കൾ.....20-22**

പാമരോസ.....20

രാമച്ചം.....21

**3. ഔഷധ കുറ്റിച്ചെടികൾ.....23-37**

അമുക്കരം.....23

വയമ്പ്.....24

സ്റ്റീവിയ.....25

കൃഷ്ണതുളസി.....26

കറ്റാർവാഴ.....28

പച്ചോളി.....29

സർപ്പഗന്ധി/അമൽപ്പൊരി.....30

ഇൻസുലിൻചെടി.....33

നിത്യകല്യാണി/ഉഷമലരി.....34

ചെറുതേക്ക്.....35

ഉമ്മം.....36

കസ്തുരിവെണ്ട.....37

**4. ഔഷധവള്ളികൾ.....38-49**

ശതാവരി.....38

അടപതിയൻ..... 38

മേന്തോന്നി..... 39

കാട്ടുപടവലം..... 40

മരമഞ്ഞൾ..... 41

ജാവതിപ്പലി.....42

ശംഖുപുഷ്പം..... 44

കഴഞ്ചി/കഴഞ്ചിക്കരു..... 45

പാൽമുതൽ..... 45

ചങ്ങലം പരണ്ട/നിലമ്പരണ്ട.....46

ഈശ്വരമൂലി/ഗരുഡകൊടി..... 47

ചിറ്റമുത്..... 48

പാടകിഴങ്ങ്.....49

**5. ഔഷധമരങ്ങൾ.....50-69**

പതിമുകം.....	50
അനാട്ടോ.....	51
ആര്യവേപ്പ്.....	51
അകത്തി.....	52
കടംപുളി.....	53
മരോട്ടി.....	55
മുരിങ്ങ.....	56
അശോകം.....	57
കരിനൊച്ചി.....	59
പുന്ന.....	59
ചന്ദനം.....	61
പൂവരൾ.....	62
രക്തചന്ദനം.....	63
ഉങ്ങ്.....	64
കമിഴ്/കമ്പിൾ.....	65
വേങ്ങ.....	66
കാഞ്ഞിരം.....	67
അങ്കോലം.....	68
അട്രാക്ഷം.....	69

# 1. ഔഷധമൃദുസസ്യങ്ങൾ

## നറുനണ്ടി (ഹെമിഡസ്കസ് ഇൻഡിക്കസ്)



നറുനണ്ടി സർബത്ത് ശരീരതാപം കുറയ്ക്കുന്നതിനും രക്ത ശുദ്ധിയുണ്ടാക്കുന്നതുമാണ്. വേര മുഖാന്തിരമാണ് വംശ വർദ്ധന. വേരുകൾ 5 സെ. മീ. നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്ത് പാകി തൈകൾ ഉണ്ടാക്കി തവാരണകളിൽ 50 x 20 സെ.മീ. അകലത്തിൽ നടുന്നു. ധാരാളം ജൈവവളം

ആവശ്യമുള്ള ഒരു വിളയാണിത്. പടർന്നു വളരുന്നതിനു സൗകര്യമൊരുക്കുകയാണെങ്കിൽ ഉൽപാദനത്തിൽ കാര്യമായ വർദ്ധനവുണ്ടാകും. ഒന്നരവർഷം കഴിഞ്ഞശേഷം എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും വിളവെടുക്കാം. വിളവെടുത്ത വേരുകൾ വൃത്തിയാക്കിയ ശേഷം പച്ചയായിട്ടോ ഉണക്കിയെടുത്തോ മാർക്കറ്റിൽ എത്തിക്കാവുന്നതാണ്.

## കടങ്ങൽ



സെന്റേല്ലാ ഏഷ്യാറ്റിക്/ഹൈട്രോ കോട്ടൈൻ ഏഷ്യാറ്റിക് എന്നാണ് കടങ്ങലിന്റെ ശാസ്ത്രനാമം. ഇതിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ബ്രാമൊസൈഡ് എന്ന രാസഘടകം ഉറക്കത്തിന്

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

നല്ലതാണ്. അതുകൊണ്ട് ഭ്രാന്ത്, അപസ്കാരം, മന്ദബുദ്ധി തുടങ്ങിയവയുടെ ചികിത്സയ്ക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നു. തലച്ചോറിലേക്കുള്ള ഞരമ്പുകളെ ഈ ഔഷധം ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നു. ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾക്കും കടങ്ങൾ ഉത്തമമാണ്. ഇത് സമൃദ്ധം ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. ബുദ്ധിദുർബലം, ഓർമ്മക്കുറവ് തുടങ്ങിയ അസുഖങ്ങൾക്ക് കടങ്ങൾക്ക് 10 മില്ലിലിറ്റർ വീതം നെയ്യിൽ കലർത്തി സേവിക്കണം. ഇതിന്റെ ഇല അരച്ചു പുരട്ടുന്നത് ചർമ്മരോഗങ്ങൾ അകറ്റാൻ സഹായകമാണ്.

ഈർപ്പമുള്ള മണ്ണിലാണ് സാധാരണയായി കടങ്ങൾ കണ്ടുവരുന്നത്. നിലത്തുപടർന്നു വളരുന്ന ഈസസ്യം ജലാശയങ്ങളുടെ ഓരത്തും ചോല പ്രദേശങ്ങളിലും പടർന്നു വളരുന്നു.

### മുത്തങ്ങ



മനുഷ്യന്റെ ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിന് ഭൂമി ദേവി നൽകുന്ന കുറുത്ത ഗുളികയാണ് മുത്തങ്ങ കിഴങ്ങ്. (സൈപ്പറസ് റൊട്ടൻഡസ്). വിരശല്യത്തിന് അത്യുത്തമമാണിത്. കുട്ടികളിൽ കാണുന്ന വിശപ്പില്ലായ്മയും, രുചിയില്ലായ്മയും മുത്തങ്ങ പ്രധാനമായും ചേർത്ത് ഉണ്ടാക്കിയ മുസുാരിഷ്യം സേവിച്ചാൽ മാറിക്കിട്ടും. മുത്തങ്ങകിഴങ്ങും നിലപ്പനകിഴങ്ങും പശുവിൻപാലിൽ കിഴി കെട്ടിയിട്ട് തിളപ്പിച്ച് കുറുക്കി ജലാംശം വറ്റിച്ച് പഞ്ചസാര ചേർത്ത് കഴിക്കുന്നത് വെള്ളപ്പോക്ക് നിയന്ത്രിണ വിധേയമാക്കുന്നതിന് സഹായകരമാണ്. അത്യുഷ്ണം മാറ്റാൻ കുളിക്കുന്നതിനു മുൻപായി ശരീരം മുഴുവൻ മുത്തങ്ങ അരച്ചുപുരട്ടുന്നത് നല്ലതാണ്. കുളികഴിഞ്ഞശേഷം ഏറെനേരം ചർമ്മത്തിന് നല്ലവാസനയും ലഭിക്കും. മുത്തങ്ങ ചതച്ചിട്ടു എണ്ണ കാച്ചിയെടുത്ത് തലയിൽ

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

തേയ്ക്കുന്നത് മുടികൊഴിച്ചിൽ ഒഴിവാക്കുന്നതിന് സഹായിക്കുന്നു. മുലപ്പാൽ വർദ്ധനവിനും മുത്തങ്ങ കിഴങ്ങ് അരച്ച് സ്തനത്തിൽ പുരട്ടുന്നത് നല്ലതാണ്.

മിക്കവാറും എല്ലാ ആവാസവ്യവസ്ഥയിലും ഇണങ്ങിവളരുന്ന ഒരു സസ്യമാണ് മുത്തങ്ങ. കിഴങ്ങുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. കൃഷിയിടങ്ങളിൽ ഒരു കളയായിട്ടാണ് ഇതിനെ കാണാറുള്ളത്. തീരെ പ്രതികൂല സാഹചര്യങ്ങളെപ്പോലും തരണം ചെയ്യുവാൻ മുത്തങ്ങയ്ക്ക് അപാരമായ വിന്യസിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന വേരപടലവും അതിൽ കാണപ്പെടുന്ന കിഴങ്ങുമാണ് ഇതിന് നിദാനം.

### ആരോഗ്യപച്ച



‘ടൈക്കോപ്പസ് സെലാനിക്കസ്’ ആണ് ശാസ്ത്രനാമം. ഡയസ്കോരൈസീ കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്നു. അഗസ്ത്യാർകൂട മലനിരകളിൽ സ്വാഭാവികമായി കണ്ടുവരുന്നു. ഇതിന്റെ ഔഷധഗുണം വളരെ യാദൃശ്ചികമായാണ് പുറംലോകം

അറിഞ്ഞത്. പശ്ചിമഘട്ട മലനിരകളിൽ ശാസ്ത്ര പര്യവേഷണത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടിരുന്ന ശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ വഴികാട്ടിയായ അഗസ്ത്യാർകൂടത്തിലെ കാണിക്കാർ യാത്രയ്ക്കിടയിൽ വിശപ്പും, ദാഹവും, ക്ഷീണവുമകറ്റാൻ ആരോഗ്യപച്ചയുടെ ഫലങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു. അവരിൽനിന്നാണ് ആരോഗ്യപച്ചയെപ്പറ്റി അതായത് കരുത്തുപകരുന്ന ഹരിതകത്തെപ്പറ്റിയുള്ള ഗവേഷണ പഠനങ്ങൾ ആരംഭിച്ച് ഫലപ്രാപ്തിയിലെത്തിച്ച് ശാസ്ത്രലോകം ലോകത്തിന് മാതൃക കാണിച്ചുകൊടുത്തത്. വിശേഷപ്പെട്ട ഔഷധഗുണങ്ങൾ ഉള്ള അപൂർവ്വമായ ഒരു ഔഷധച്ചെടിയാണ് ആരോഗ്യപച്ച. ക്ഷീണമകറ്റാൻ



ഇത് ഏറെ ഗുണം ചെയ്യും. ഇതിന്റെ കായിൽ ഗ്ലൈക്കോലിപ്പിഡും, നോൺസ്റ്റിറോയിഡൽ സംയുക്തങ്ങളും ഉണ്ട്. രോഗപ്രതിരോധ ശക്തിവർദ്ധിപ്പിക്കാനും ഇത് ഉപകരിക്കും. സ്വാഭാവിക ആവാസവ്യവസ്ഥയിൽ നിന്നും വേറിട്ടു നട്ടുവളർത്തുവാനുള്ള സാങ്കേതികവിദ്യ വികസിപ്പിച്ചെടുക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

**കല്ലൂർവഞ്ചി**



‘റോട്ടുള്ള അക്വാട്ടിക്’ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന കല്ലൂർവഞ്ചി ബൊറാജിനേസീ കുടുംബാംഗമാണ്. പാറക്കെട്ടുകൾ നിറഞ്ഞ അരുവിയുടെ ഓരത്തും, ഈർപ്പമുള്ള പാറപ്രദേശങ്ങളിലുമാണ് കല്ലൂർവഞ്ചി

സ്വാഭാവികമായി കാണുന്നത്. ധാരാളം ശിഖരങ്ങൾ വിരിയുന്ന ഒരു ചെറുസസ്യമാണിത്. വിത്തുവഴിയും തണ്ടു മുറിച്ചും പുതിയ ചെടികൾ ഉണ്ടാക്കാവുന്നതാണ്. വേരാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. മൂത്രാശയ കല്ലിനെതിരെ കല്ലൂർവഞ്ചി വളരെ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു.

**കല്ലൂരുക്കി**



സ്നോപ്പാരിയ ഡൽസിസ് എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന സ്നോഫുലാരേസീ കുടുംബാംഗമായ കല്ലൂരുക്കി ഒരു ഏകവർഷ സസ്യമാണിത്. മൂത്രാശയകല്ലിനെതിരെ സമൃദ്ധം ഉപയോഗിക്കുന്നു.

കൂടാതെ പ്രമേഹത്തിനെതിരെയും ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിക്കാം. ഒരു കളയായി കൃഷിയിടങ്ങളിലും റോഡുവക്കിലും കണ്ടുവരുന്നു.

**മരുന്ന കോളിയസ്**



ലാമിയേസി കുടുംബാംഗമായ മരുന്ന കോളിയസ്, 'കോളിയസ് ഫോസ്കോളി', 'കോളിയസ് ബാർബേറ്റസ്' എന്നീ ശാസ്ത്ര നാമങ്ങളിൽ അറിയപ്പെടുന്നു. ഭാവിയുടെ മുതസജ്ജീവനിയാണ് ഈ ഔഷധവിള. നിരവധി

അസുഖങ്ങൾക്കുള്ള പരിഹാരം ഈ ചെടിയിലൂടെ ലഭ്യമാകും എന്ന ശുഭാപ്തിവിശ്വാസം ഇന്നു സമൂഹത്തിനുണ്ട്. തടിച്ചുരുണ്ട വേരാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. ഇതിൽ ഫോസ്കോളിൻ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഇത് രക്ത സമ്മർദ്ദം, ആത്മ, ഹൃദയസ്തംഭനം, ചിലതരം അർബുദം, ഗർഭാശയ രോഗങ്ങൾ, മൂത്രാശയരോഗങ്ങൾ, പ്രമേഹം എന്നിവയ്ക്ക് ഗുണകരമാണെന്ന് തെളിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. K-8 എന്ന പുതിയ തരം ഒരു ഇനം ഈ വിളയിൽ പ്രകാശനം ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. മിക്കവാറും എല്ലാ മണ്ണിലും ഇത് കൃഷിചെയ്യാവുന്നതാണ്. കേരളത്തിലെ കാലാവസ്ഥയും ഇതിന്റെ കൃഷിക്ക് ഏറെ അനുകൂലമാണ്. തണ്ടുമുറിച്ചാണ് പുതിയ കൃഷിയിറക്കുന്നത്. 12 സെ.മീ. നീളത്തിൽ മൂന്നുനാലു ഇലകളോടു കൂടിയ തലപ്പുമുറിച്ചു പ്രത്യേകം തയ്യാർ ചെയ്ത് നല്ലറിയിൽ നടുന്നു. ഒരു മാസം കഴിഞ്ഞ് വേരുപിടിപ്പിച്ച തണ്ടുകൾ പരിച്ചുമാറ്റി കാലവർഷാരംഭത്തോടുകൂടി നടാവുന്നതാണ്. 60 X 20 സെ.മീ. ആണ് നടീൽ അകലം. അടിവളമായി 10 ടൺ കാലിവളം

പ്രയോഗിക്കണം. 40:60:50 കിലോഗ്രാം നൈട്രജൻ:ഫോസ്ഫറസ്:പൊട്ടാസ്യം ഹേക്ടറോന്നിന് ആവശ്യമാണ്. നനയും കളയെടുപ്പും ആവശ്യാനുസരണം നടത്തണം. അഞ്ചുമാസത്തിനുള്ളിൽ വിളവെടുക്കാം. രണ്ടു ടൺ വരെ വിളവു പ്രതീക്ഷിക്കാം.

**പനികൂർക്ക**



ലാമിയേസീ കുടുംബത്തിലെ പനികൂർക്ക, ‘കോളിയസ് അംബോനിക്കസ്’, ‘കോളിയസ് ആരോമറ്റിക്കസ്’ എന്നീ ശാസ്ത്രനാമങ്ങളിൽ അറിയപ്പെടുന്നു. നമ്മുടെ വീട്ടമ്മമാരുടെ ഉത്തമസുഹൃത്താണ്.

ഇലയാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. ഇത് ചൂടാക്കി പിഴിഞ്ഞ് ചാറ് തേനിൽ ചാലിച്ചു കുട്ടികൾക്കുകൊടുത്താൽ അവരുടെ പണി പമ്പകടക്കും. കൂടാതെ ചുമ, ശ്വാസംമുട്ടൽ, വയറുവേദന എന്നിവയ്ക്കും ഏറെ ഫലപ്രദമാണ്. ഇത് ദഹനത്തേയും സഹായിക്കുന്നു. ഒരു ബഹുവർഷ ഔഷധിയാണിത്. തണ്ടുമുറിച്ച് പുതിയ തൈകൾ ഉണ്ടാക്കാം.

**കിരിയാത്ത് (നിലവേപ്പ്)**



വേപ്പിനെപ്പോലെ കയ്പു രസമുള്ളതു കൊണ്ടാണ് കിരിയാത്തിനെ (ആൻഡ്രോഗ്രാഫിസ് പാനിക്കലേറ്റ) നിലവേപ്പ് എന്നും അറിയപ്പെടുന്നത്. പക്ഷേ വേപ്പിനെ അപകുഷിച്ച് ഇത് 60 സെ.മീ. മാത്രം

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

---

ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഒരു ഏകവർഷവിളയാണിത്. കരൾ സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾക്കാണ് ഉത്തമം. കൂടാതെ ശരീരതാപം നിയന്ത്രിക്കുവാനും രോഗപ്രതിരോധശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കാനും ഈ ചെടി സഹായിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ ഇലയിൽ ആർഡ്രോഗ്രാലൈഡും സമൃദ്ധം കത്തിച്ചെടുത്ത ചാരത്തിൽ സോഡിയം, പൊട്ടാസ്യം തുടങ്ങിയ ലവണങ്ങളും കാണുന്നു. ജലത്തിനും അത്യുത്തമമാണ്. കുട്ടികൾക്കുണ്ടാവുന്ന കരൾ വീക്കത്തിന് കിരിയാത്ത് സമൃദ്ധം പിഴിഞ്ഞെടുത്ത നീരിൽ തേൻ ചേർത്ത് സേവിക്കുന്നത് ഉത്തമമാണ്.

തനിവിളയായും ഇടവിളയായും കിരിയാത്ത് കൃഷിചെയ്യാം. ഫലപുഷ്പിയുള്ള മണ്ണാണ് ഇതിന്റെ കൃഷിക്ക് അനുയോജ്യം. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. ഒരു ഹെക്ടർ സ്ഥലത്തേക്ക് 500 ഗ്രാം വിത്ത് മതിയാകും. കൃഷിസ്ഥലം ഉഴുതു പരുവപ്പെടുത്തി കാലിവളം പ്രയോഗിച്ചശേഷം വിത്ത് മണലുകൾത്തി വിതറുകയോ തവാരണകളിൽ തയ്യാറാക്കിയെടുത്ത ചെടി പഠിച്ചുനടുകയോ ചെയ്യാം. നടീൽഅകലം 45 സെ.മീ. ആയി ക്ലിപ്തപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. നട്ട് ഒരു മാസം കഴിഞ്ഞശേഷം കളനശീകരണവും വളപ്രയോഗവും അനുവർത്തിക്കാം. ആവശ്യാനുസരണം ജലസേചനം നടത്തുന്നത് നല്ല വിളവെടുപ്പിന് സഹായകരമാണ്.

ഏതാണ്ട് മൂന്നുനാലുമാസമാകുമ്പോഴേക്കും ചെടി പുഷ്പിക്കുവാൻ തുടങ്ങും. ഈ സമയത്ത് ചെടിസമൃദ്ധം പിഴുതെടുത്ത് തണലിൽ ഉണക്കി വില്പന നടത്താം. തറനിരപ്പിൽനിന്നും മുകളിൽ വച്ച് മുറിച്ചെടുത്തും ഉണക്കിയെടുക്കാവുന്നതാണ്. അതിനുശേഷം കളനശീകരണവും, വളപ്രയോഗവും ജലസേചനവും നടത്തണം. അങ്ങനെയൊന്നെങ്കിൽ ഒരു വിളവെടുപ്പുകൂടി അനുവർത്തിക്കാവുന്നതാണ്.

**ഇരുവേലി**



വേരും തണ്ടും ഔഷധാവശ്യത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്ന ഇരുവേലിയുടെ ശാസ്ത്രനാമം കോളിയസ് സൈലാനിക്കസ് എന്നാണ്. ജരചികിത്സയിൽ ഇത് ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. ദഹനക്കേട്, മൂത്രാശയ സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾ, അരുചി, വയറുകടി തുടങ്ങിയ അവസ്ഥയിലും ഉപയോഗിക്കുന്നു.

നല്ല നീർവാർച്ചയും വളക്കൂറുമുള്ള മണ്ണിൽ ഇരുവേലി കൃഷി ചെയ്യാം. തെങ്ങിൻതോട്ടങ്ങളിൽ ഇടവിളയായി ഇത് നട്ടു വളർത്താം. ചെടിയുടെ തലപ്പുകൾ നുള്ളി നട്ടാണ് തോട്ടമുണ്ടാക്കുന്നത്. 15 സെ.മീ. നീളമുള്ള തലപ്പുകളാണ് നടുവാൻ ഏറെ അനുയോജ്യം. ഹെക്ടർ ഒന്നിന് 15 ടൺ ജൈവവളം പ്രയോഗിച്ചശേഷം വാരങ്ങൾ കോരി 20 സെ.മീ. അകലത്തിൽ തലപ്പുകൾ നട്ടുന്നു. ആവശ്യാനുസരണം ജലസേചനം നടത്തണം. നട്ട് ആറുമാസത്തിനുശേഷം ചെടികൾ പുഴുതെടുത്ത്, വേരുകൾ കഴുകി വെയിലത്ത് ഉണക്കി ചെറുകെട്ടുകളാക്കി വില്പന നടത്താം.

**അരുത (ശതാപ്പ)**



അപൂർവ്വ ഗുണമുള്ള സസ്യമാണ് അരുതാ (റൂട്ടാ ഗ്രാവിയോളൻസ്). തുള്ളിച്ചെടിപോലെ വീട്ടുമുറ്റത്ത് നട്ടുവളർത്താവുന്ന ഒരു കുറ്റിച്ചെടിയാണ്. ഇതിലെ പ്രധാനഘടകം റൂട്ടെയിൻ ആണ്. ഇതിന്

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

അന്തരീക്ഷമലിനീകരണം തടയുന്നതിന് കഴിവുണ്ട്. മാത്രവുമല്ല അണുബോംബിൽ നിന്നും ഉതിരുന്ന അണു വിസരണത്തിൽനിന്നും രക്ഷതരാനാകുമെന്നതുവരെ ജപ്പാനിൽ കണ്ടു പിടിച്ചിട്ടുണ്ട്, അതുതന്നെ സിദ്ധിയുള്ളതുകൊണ്ട് സർപ്പങ്ങൾക്കുടി അത് നിൽക്കുന്ന പ്രദേശത്തേക്ക് വരുകയില്ല. ഈ ഔഷധച്ചെടിയുടെ നീരും ഇതിൽനിന്നുമെടുക്കുന്ന തൈലവും ലോകമെമ്പാടും ഔഷധ ആവശ്യങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നു. രണ്ട് തുള്ളി ഇളനീര് കൊടുത്താൽ കുട്ടികളുടെ ചുമ മാറും. മയക്കം, ചർദ്ദി, മുഖത്തു കോട്ടം തുടങ്ങിയ അവസ്ഥകൾ കുട്ടികളിൽ കാണുമ്പോൾ അരുതയില ചതച്ചു മണപ്പിക്കുന്നതും രണ്ടുതുള്ളി നാവിൽ കൊടുക്കുന്നതും ഗുണകരമാണ്. ചർമ്മരോഗങ്ങളെ അകറ്റാനും സൗന്ദര്യം വർദ്ധിപ്പിക്കാനും അരുതയിലയും പച്ചമഞ്ഞളും കൂടി അരച്ച് ശരീരത്തിൽ പുരട്ടി കുളിപ്പിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. അരുതയെ വിഷസസ്യങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് അമിത ഉപയോഗം ആപത്ത് ക്ഷണിച്ചുവരുത്തും.

തണ്ട് മുറിച്ച് വേരുപിടിപ്പിച്ചെടുത്ത തൈകൾ നടാവുന്നതാണ്. വേരുപിടിക്കുവാൻ ബുദ്ധിമുട്ട് ഉള്ളതുകൊണ്ട് തണ്ടിൽ ഹോർമോൺ പ്രയോഗിച്ച് പോട്ടിംഗ് മിശ്രിതം നിറച്ച പോളിത്തീൻ കവറുകളിൽ നട ശേഷം മിസ്റ്റ് ചേംബറിൽ വയ്ക്കേണ്ടതാണ്. നടീൽ അകലം 60 X 60 സെ.മീ. ആയി ക്രമപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു.

### വയൽച്ചള്ളി/നീർച്ചള്ളി



ഹൈദോഫില ഓറിക്കലേറ്റ  
(അസ്റ്ററാകാന്ത ലോൻജിഫോളിയ)  
എന്ന ശ്രാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന  
വയൽച്ചള്ളി അക്കാന്തേസീ

കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്നു. വയൽ വരമ്പുകളിൽ സാധാരണയായി കണ്ടുവരുന്ന ഒരു മുൾച്ചെടിയാണ് ഈ ജലസസ്യം. ഇതിന്റെ തണ്ടിൽ മൊട്ടുസൂചിപോലെ നീണ്ട മുളകൾ കാണപ്പെടുന്നു. ഒരു ഏകവർഷ വിളയാണിത്. ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങൾ വേര്, തണ്ട്, ഇല, വിത്ത് എന്നിവയാണ്. വിത്ത് പൊടിച്ച് പാലിൽ കലർത്തി പഞ്ചസാരയും ചേർത്ത് കഴിച്ചാൽ പുരുഷന്മാരുടെ ലൈംഗികശേഷി വർദ്ധിക്കും. മൂത്രാശയ രോഗങ്ങൾക്കും വയൽച്ചുള്ളി അരി ഉത്തമമാണ്.

**താമര**



ഉഷ്ണമേഖലാ പ്രദേശങ്ങളിലെ അധികം ഒഴുക്കില്ലാത്ത ജലാശയങ്ങളിൽ വളരുന്ന നിംഫയേസിയേ കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്ന താമരയുടെ ശാസ്ത്രനാമം നിലംബോ നൃസിഫെറാ എന്നാണ്. ഇതിന്റെ കിഴങ്ങും, തണ്ടും, പൂവും ഔഷധമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു.

വെൺതാമര, ചെന്താമര എന്നീ രണ്ട് ഇനങ്ങളാണ് താമരയിൽ സാധാരണയായി കണ്ടുവരുന്നത്. വെള്ളത്താമരകിഴങ്ങ് നല്ലെണ്ണയിൽ മൂപ്പിച്ച് തലയിൽ തേയുന്നതുകൊണ്ട് തലയ്ക്കും കണ്ണിനും നല്ല തണുപ്പുകിട്ടും. താമരവിത്ത് അരച്ചുപുരട്ടുന്നത് ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾക്ക് ഉത്തമമാണ്. കിഴങ്ങ് അരച്ച് പാലിൽ ചേർത്ത് കുടിക്കുന്നത് മൂത്രാശയരോഗങ്ങൾക്ക് നല്ലതാണ്. നല്ല സൂര്യപ്രകാശം ലഭിക്കുന്ന പ്രദേശത്തുമാത്രമേ താമരപ്പൂവ് വിടരുകയുള്ളൂ. ചതുപ്പുനിലങ്ങളിലും, ഒഴുക്കില്ലാത്ത ജലാശയങ്ങളിലും താമര വളരുന്നു. ടാങ്കുപണിത് അതിനുള്ളിലും താമര കൃഷി ചെയ്യാം. ടാങ്കിനുള്ളിൽ അടിഭാഗത്ത് ചെളി: മണൽ: ചാണകപൊടി എന്നിവ 1: 1: 1 അനുപാതത്തിൽ കലർത്തി ഒരടി

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

കനത്തിൽ നിറച്ച് ഈ മിശ്രിതത്തെ കുഴമ്പുപരുവത്തിലാക്കണം. വെള്ളം കെട്ടി നിൽക്കാതിരിക്കുവാൻ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം. ഈ കുഴമ്പുപരുവത്തിലുള്ള മിശ്രിതത്തിൽ രണ്ടോ മൂന്നോ മുകുളങ്ങളോടുകൂടിയ താമരയുടെ പ്രകന്ദം നടുവെ. മുകുളങ്ങൾ മണ്ണിനമുകുകളിൽ ആയിരിക്കണം. മുകുളങ്ങൾ വളർന്ന് ഇലകൾ വിരിയുന്നതിനനുസരിച്ച് ടാങ്കിലെ ജലനിരപ്പും ആനുപാതികമായി ഉയർത്തണം. ഒരു ചതുരശ്രമീറ്ററിൽ ഒരു കിലോഗ്രാം കണക്കിൽ കൊല്ലംതോറ്റം ചാണകപൊടി വിതരണമാക്കുകയും വെള്ളത്തിന്റെ ഉയരം ആവശ്യാനുസരണം ക്രമീകരിക്കണം. ഒരു ചതുരശ്രമീറ്റർ സ്ഥലത്തുനിന്നും ഏകദേശം 500 ഗ്രാം കിഴങ്ങു ലഭിക്കും. പൂക്കൾ ഇതൾ വിരിയുന്നതിന് രണ്ടു ദിവസം മുമ്പ് പൂമൊട്ട് പഠിച്ചെടുത്ത് വില്പന നടത്താവുന്നതാണ്. പൂവിരിഞ്ഞ് ഒരു മാസം കഴിയുമ്പോഴേക്കും വിത്തുകൾ മുപ്പെത്തും. മുപ്പെത്തിയ വിത്തുകൾക്ക് കറുപ്പു കലർന്ന തവിട്ടുനിറമായിരിക്കും. കിഴങ്ങ് പച്ചയായും ഉണക്കിയും വില്പന നടത്താം. അരവിന്ദാസവം തയ്യാറാക്കുന്നതിന് താമരപ്പൂവ് ഒരു പ്രധാന ഘടകമാണ്. ഇത് കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകുന്ന രോഗബാധയകറ്റി അവർക്ക് ഓജസ് വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിന് സഹായിക്കുന്നു.

### തഴുതാമ / തമിഴാമ



നിക്തായേസീ കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്ന ബോയേർഹാവിയ ഡിഫ്യൂസ തഴുതാമയെന്നും പുനർനവയെന്ന പേരിലും അറിയപ്പെടുന്നു. വേനലിന്റെ കാഠിന്യത്താൽ ഉണങ്ങുകയും വർഷക്കാലത്ത് തളിർക്കുകയും ചെയ്യുന്ന നാശമില്ലാത്ത ഒരു അവസ്ഥ ആയതുകൊണ്ടാണ് ഈ ഔഷധസസ്യത്തെ



പുനർനവ എന്ന് സംസ്കൃതത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്നത്. ഇത് രണ്ട് തരമുണ്ട്. ചുവന്ന പുനർനവയും വെള്ള പുനർനവയും. പൂവിന്റെയും തണ്ടിന്റെയും നിറത്തെ ആസ്പദമാക്കിയാണ് ഈ തരംതിരിവ്. വൃക്കയേയും ഹൃദയത്തേയും ഉത്തേജിപ്പിക്കുവാൻ കഴിവുള്ള നിലത്തു പടർന്നുവളരുന്ന പുകൾപെറ്റ ഒരു ഔഷധസസ്യമാണ് തഴുതാമ. ഈ ചെടിയിൽ ധാരാളം പൊട്ടാഷ്യം നൈട്രേറ്റ് അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് തഴുതാമ മൂത്രവിസർജ്ജനം ത്വരിതപ്പെടുത്തുന്നു. ഈ ചെടി സമൂലം ഔഷധയോഗ്യമായി ഉപയോഗിക്കാം.

**കീഴാനെല്ലി**



യുഫോർബിയേസീ കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്ന ഫില്ലാന്തസ് നിറുറി (ഫില്ലാന്തസ് ഫ്രാഗേർണസ്) ഫില്ലാന്തസ് അമരസ്, ഫില്ലാന്തസ് മദരാസ്പുറുൻസിസ് എന്നീ മൂന്നു സസ്യങ്ങളെയും കീഴാനെല്ലിയായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. ചെറിയ കായ്കൾ ഇലയുടെ അടിയിൽ ഉണ്ടാകുന്നതുകൊണ്ടാണ് കീഴാനെല്ലി എന്ന് വിളിക്കുന്നത്. 35 ദിവസത്തെ ആയുസ്സു മാത്രമെ ഈ മൃദുസസ്യത്തിനുള്ള ഇതിന്റെ ഇലയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ഫില്ലാന്തിൻ എന്നാ വസ്തുവാണ് മഞ്ഞപിത്തത്തെ ശമിപ്പിക്കുന്നത്.

കീഴാനെല്ലി സമൂലം ഔഷധയുക്തമാണ്. സമൂലം ഇടിച്ചുപിഴിഞ്ഞ നീര് രാവിലെയും വൈകുന്നേരവും 10 മില്ലീവീതം മൂന്നുദിവസം കൊടുക്കുന്നത് മഞ്ഞപിത്തത്തിന് ഹിതകരമാണ്. സമൂലം അരച്ചെടുത്ത് അരിക്കാടിയിൽ കലർത്തി കൊടുക്കുന്നത് ആർത്തവദോഷങ്ങൾക്ക് പരിഹാരമാണ്. തലയിലെ മുടികൊഴിച്ചിൽ കുറയ്ക്കുന്നതിന് കീഴാനെല്ലി താളിയായി

ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. മുടിയ്ക്ക് കറുപ്പനിറമുണ്ടാകും. അകാലനരമാറ്റം, പ്രമേഹത്തിനും ഉത്തമമാണ്. കീഴാണെല്ലി സമൃദ്ധമരച്ച് പശുവിൻ പാലിൽ കലക്കി രാവിലെ തുടർച്ചയായി സേവിച്ചാൽമതിയാകും.

**കടലാടി**



കടലാടി എന്നാൽ കടൽ-  
ആടി (കട-അൽ-കടക്കാൻ  
വയ്യാത്തത്) അതായത്  
വഴിനടന്നു പോകുവാൻ  
സാധ്യമല്ലാത്തവിധം അടഞ്ഞു  
വളർന്ന് നിൽക്കുന്നത്  
എന്നർത്ഥം. അക്കീറാന്തസ്

ആസ്പെറ എന്ന ശാസ്ത്ര നാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന കടലാടിയുടെ കുടുംബം അമരാന്തേസിയ ആണ്. ഇതേ കുടുംബത്തിൽപ്പെട്ട മറ്റൊരു ചെടിയാണ് ചെറുകടലാടി. സിയാത്തുള്ള പ്രോസ്ട്രോറ്റ എന്നാ ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ഈ ചെടിക്ക് കടലാടിയുടെ സമാനഗുണങ്ങൾ ഉണ്ട്. കടലാടി സമൃദ്ധം ഔഷധത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. വിത്തിൽ മുളളുകൾ ഉള്ളതുകൊണ്ട് വഴിപോക്കരുടെ വസ്തുങ്ങളിൽ പറ്റിപ്പിടിച്ച് വിത്തുവിതരണം സുഗമമാക്കുന്നു. ഒരു ഏകവർഷ സസ്യമാണ് കടലാടി. വിത്തിന്റെ ചാരത്തിൽ ധാരാളം പൊട്ടാഷ് അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. മൂത്രവർദ്ധനക്ക് കടലാടി ഉപയോഗിക്കുന്നു. കൂടിയ മാത്രയിൽ സേവിച്ചാൽ ഗർഭചിദ്രമുണ്ടാകും. വേരും, ഫലവും സമൃദ്ധം ഔഷധമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. എത്തിക്കാവുന്നതാണ്.

**കസ്തൂരിമഞ്ഞൾ**



കൂർക്കമ ആരോഗ്യമാറ്റിക്ക എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന കസ്തൂരിമഞ്ഞൾ സിബിബറേസിയേ കുടുംബത്തിലെ അംഗമാണ്. ഏഴുമാസംകൊണ്ട് വിളവെടുക്കുവാൻ പറ്റുന്ന ഒരു സൗന്ദര്യവർദ്ധക മരുന്നാവിളയാണിത്. കിഴങ്ങാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. ഇത് ഉണക്കിപൊടിച്ച് പനിനീർ, പാൽ, തൈര്, വെള്ളം ഇവയിൽ ഏതെങ്കിലുമൊന്നുമായി കലർത്തി ലേപനമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് ശരീരകാന്തി വർദ്ധിപ്പിക്കും. വളരെ ലളിതമാണ് ഇതിന്റെ കൃഷിരീതി. തനിവിളയായും ഇടവിളയായും കൃഷിചെയ്യാം. കാലവർഷത്തിന്റെ ആരംഭത്തോടുകൂടി വാരങ്ങൾ കോരാം. 25 സെ.മീ. x 15 സെ.മീ. ആണ് നടീൽ അകലം. ഈ അകലത്തിൽ ചെറുകുഴികൾ എടുത്ത് 15 ഗ്രാം തൂക്കമുള്ള ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു മുകുളമെങ്കിലുമുള്ള കിഴങ്ങ് നടാം. നട്ടതിനുശേഷം ഉണക്കിപൊടിച്ച് ചാണകമോ, കമ്പോസ്റ്റോ കൊണ്ട് കിഴങ്ങുമുടി മണ്ണുവിതറി പച്ചിലകൊണ്ടോ കരിയില കൊണ്ടോ നന്നായി പുതയിടുന്നു. ഒന്നാം മാസവും രണ്ടാം മാസവും കളയെടുപ്പ് നടത്തണം. കൂട്ടത്തിൽ മേൽവളപ്രയോഗവും അനുവർത്തിക്കണം. ഏഴു മാസം കഴിയുമ്പോഴേക്ക് ഇലകൾ ഉണങ്ങുമ്പോൾ കിഴങ്ങ് കിളച്ചെടുക്കാം. ഹെക്ടറൊന്നിന് 25 ടൺ വിളവ് പ്രതീക്ഷിക്കാം. പഠിച്ചെടുത്ത കിഴങ്ങുകളിൽ നിന്നും മണ്ണുമാറ്റി കഴുകി ചെറുകുഴണങ്ങളായി അരിഞ്ഞ് ഉണക്കി പൊടിച്ചെടുക്കുന്നു. ഈ പൊടി സൗന്ദര്യവർദ്ധനവിന് സഹായകരമാണ്.

## 2. ഔഷധ പൂല്കൾ

### പാമരോസ



സിംബപോഗൺ മാർട്ടിനി വെറ്റെറ്റി മോട്ടിയ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന പാമരോസ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു ദീർഘകാല സുഗന്ധതൈലവിളയാണ്. വാസനദ്രവ്യങ്ങളും സൗന്ദര്യ വർദ്ധക സാമഗ്രികളും നിർമ്മിക്കുന്നതിന് ഇതിന്റെ ഇലയും തണ്ടും പൂങ്കലയും വാട്ടിയെടുക്കുന്ന തൈലം വ്യാപകമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. തനിവിളയായും ഇടവിളയായും പാമരോസ വെച്ചിടാറിയിട്ടുണ്ട്. വളക്കൂറ് കുറഞ്ഞ മണ്ണിൽപ്പോലും പാമരോസക്ക് നന്നായി വളരാനാൻ കഴിവുണ്ട്. വിത്തുവഴിയും ചിനപ്പ് മുഖേനയും വംശവർദ്ധനവ് നടത്താവുന്നതാണ്. ഒരു ഹെക്ടർ പ്രദേശത്തേക്ക് വേണ്ട തൈകൾ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്നതിന് അഞ്ചു കിലോ വിത്ത് വേണ്ടി വരുന്നു. വിത്തിന്റെ അകരണശേഷി അധികകാലം നിലനിർത്തുവാൻ കഴിയാത്തതുകൊണ്ട് വിളവെടുത്തശേഷം മൂന്നുമാസത്തിനുള്ളിൽ തന്നെ വിതയ്ക്കണം. രണ്ടു മുതൽ രണ്ടുമാസം വരെ മുപ്പത്തിയ തൈകളാണ് തവാറണയിൽ നിന്നും പഠിച്ചു നടാനായി ഇളക്കിയെടുക്കുന്നത്. നടീൽ അകലം 30x20 സെ.മീറ്ററായി നിജപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. ഒരു ഹെക്ടർ പ്രദേശത്തേക്ക് 6 ടൺ ജൈവവളവും 2.5 ടൺ ചാരവും ശുപാർശചെയ്തിരിക്കുന്നു. മൂന്നുമാസമാകുമ്പോഴേക്കും ചെടികൾ 1.5 മുതൽ 2.0 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുകയും പൂങ്കലകൾ വിടരവാൻ തുടങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നു. പുഷ്പിക്കാൻ തുടങ്ങിയശേഷം ഒരാഴ്ച കഴിഞ്ഞ് വിളവെടുക്കാം. ഒന്നാം വർഷം രണ്ടും, രണ്ടാം വർഷം മുതൽ അഞ്ചു പ്രാവശ്യം വരെയും വിളവെടുപ്പ് നടത്താവുന്നതാണ്. വിളവെടുത്ത പൂങ്കലയും ഒന്നരണ്ടു ദിവസം തണലിൽ ഇട്ട് വാട്ടിയ ശേഷം രണ്ടുമണിക്കൂർ

ആവിവാറ്റനടത്തി തൈലം വേർതിരിച്ചെടുക്കാം. ഓരോ വിളവെടുപ്പിനും ഹെക്ടറോന്നിന് 6 മുതൽ 10 ടൺ വരെ വിളവു പ്രതീക്ഷിക്കാം. വാറ്റിയെടുക്കുമ്പോൾ ഹെക്ടറോന്നിന് 100 മുതൽ 125 കിലോഗ്രാം വരെ തൈലം ലഭിക്കും.

**രാമച്ചം**



വേരിൽനിന്നുമെടുക്കുന്ന വാസനതൈലത്തിനു വേണ്ടിയാണ് പ്രധാനമായും രാമച്ചം (വെറ്റിവേറിയ സൈസനോയിഡ്സ്) കൃഷിചെയ്യുന്നത്. ഇത് ഒരു ദീർഘകാല വിളയാണെങ്കിലും ഒന്നുമുതൽ രണ്ടുവർഷത്തിനുള്ളിൽതന്നെ വിളവെടുക്കാവുന്നതാണ്. സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങളും സൗന്ദര്യവർദ്ധക വസ്തുക്കളും നിർമ്മിക്കുവാനാണ് തൈലം ഉപയോഗിക്കുന്നത്. മാത്രമല്ല തൈലം ഔഷധഗുണത്താൽ സമ്പന്നമാണ്. ശ്വാസകോശ സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾ, തലവേദന, ഛർദ്ദി തുടങ്ങിയവയ്ക്ക് രാമച്ചം ചേർന്ന ഔഷധങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. കുടിക്കാനുള്ള വെള്ളം തിളപ്പിക്കുമ്പോൾ അതിൽ രാമച്ചത്തിന്റെ വേരുകൾ കൂട്ടിച്ചേർക്കുന്ന പാരമ്പര്യം നമുക്കുണ്ട്. ദീർഘകാലം രാമച്ചം ഉപയോഗിക്കുകയാണെങ്കിൽ ലഘുവായ രീതിയിലുള്ള ഭക്ഷ്യ വിഷബാധയിൽ നിന്നുവരെ സംരക്ഷണം ലഭിക്കുന്നതാണ്. രാമച്ചത്തിന്റെ അതിശക്തമായ വേരപടലത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം കണ്ടറിഞ്ഞ് കേരളത്തിൽ അതിപ്രാചീന കാലംമുതലേ മണ്ണൊലിപ്പു തടയുന്നതിന് മൺകയ്യാലകളിൽ ഈ ചെടി വച്ചുപിടിപ്പിച്ചിരുന്നു. കന്നുകാലികൾക്ക് പഥ്യമല്ലാത്തതു കൊണ്ടും വേനലിൽ ഉണങ്ങാതിരിക്കുന്നതു കൊണ്ടും

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

---

കാര്യമായ പരിചരണങ്ങളൊന്നും കൂടാതെ തന്നെ വളരുന്നതുകൊണ്ടും പരിസ്ഥിതി സംതൃപ്തിനാവസ്ഥ നിലനിറുത്തുന്നതിന് രാമച്ചം ഉപയോഗിക്കുന്നു. കായൽ തീരങ്ങളിലും ജലസേചന ചാലുകളുടെ ഓരങ്ങളിലും തിരയുടെയും ഒലിച്ചുവരുന്ന വെള്ളത്തിന്റെയും ആഘാതങ്ങളിൽനിന്ന് മണ്ണൊലിപ്പ് തടഞ്ഞ് തീരത്തെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിന് രാമച്ചം പുകൾപെറ്റതാണ്. ഉത്തരേന്ത്യൻ, ദക്ഷിണേന്ത്യൻ എന്നീ തരത്തിൽപെട്ട രണ്ട് ഇനങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്. ദക്ഷിണേന്ത്യൻ ഇനങ്ങൾക്ക് വേരും തൈലവും കൂടുതൽ ഉല്പാദിപ്പിക്കാനാകുമെങ്കിലും തൈലത്തിന് ഗുണവിലവാരം കൂടുതൽ ഉത്തരേന്ത്യൻ ഇനത്തിനാണ്. ഹെക്ടറൊന്നിന് 5 ടൺ വരെ വേരും അത് വാറ്റിയെടുക്കുമ്പോൾ 30 കി.ഗ്രാം. തൈലവും ലഭിക്കുന്നു. ഒ.ഡി.വി.-3 എന്ന ദക്ഷിണേന്ത്യൻ ഇനം കേരളത്തിൽ വ്യാപകമായി കൃഷിചെയ്യുവരുന്നു. കാലവർഷത്തിന്റെ ആഗമനത്തോടുകൂടി കൃഷിപ്പണികൾ ആരംഭിക്കാവുന്നതാണ്. മണ്ണ് പരുവപ്പെടുത്തിയശേഷം കൂനകൂട്ടിയോ തടങ്ങൾ എടുത്തോ നടാം. മുൻകൊല്ലം വിളവെടുത്ത ചെടികളിലെ വേര് നീക്കം ചെയ്തശേഷം കുറ്റികൾ മണ്ണിൽ പുതച്ചുവയ്ക്കുമ്പോൾ അതിൽ നിന്നുണ്ടാകുന്ന ചിനപ്പുകൾ ആണ് നടുവാൻ പ്രധാനമായും ഉപയോഗിക്കുന്നത്. അടിവളമായി ഹെക്ടറൊന്നിന് 5 ടൺ കാലിവളവും ചേർത്തശേഷം 60x45 സെ.മീറ്റർ അകലത്തിൽ ചിനപ്പുകൾ നടാവുന്നതാണ്. നട്ടു മൂന്നുമാസം കഴിയുമ്പോൾ ഇട ഇളക്കി ചെടിയുടെ ചുവട്ടിൽ മണ്ണ് കയറ്റുന്നത് നല്ലതാണ്. കൂടാതെ തറനിരപ്പിൽനിന്നും 30 സെ.മീറ്റർ ഉയരത്തിൽ രണ്ടോ മൂന്നോ പ്രാവശ്യം തലമുറിച്ചുവിടുന്നത് കൂടുതൽ കരുത്തോടുകൂടി വളരുന്നതിനും അധികം ചിനപ്പുകൾ ഉണ്ടാകുന്നതിനും സഹായകരമാണ്. ഒന്നരവർഷം കഴിഞ്ഞ ശേഷം വേരുകൾ കഴുകി വൃത്തിയാക്കി വിപണനം നടത്തുകയോ 5 സെ.മീറ്റർ നീളത്തിൽ മുറിച്ചുമാറ്റി തൈലമെടുക്കുകയോ ചെയ്യാവുന്നതാണ്.

---

### 3. ഔഷധ കുറ്റിച്ചെടികൾ

#### അമുക്കരം



അമുക്കരം (വിതാനിയ സൊമിനിഫെറ) ഒരു രസായന ഔഷധമാണ്. വേരാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. വേരിന് കുതിരമൂത്രത്തിന്റെ ഗന്ധമുള്ളതുകൊണ്ടാണ് ഈ ചെടിയെ അശ്വഗന്ധ എന്ന് വിളിക്കുന്നത്. ശക്തിഹീനർക്ക് ഒരു നവജീവൻ പ്രദാനം ചെയ്യുവാൻ ഇതിന്റെ വേരിന് പ്രത്യേക കഴിവുണ്ട്. ഇതിന്റെ വേര് പാലിൽ പുഴുങ്ങി ഉണക്കി കഴിക്കുക. സ്ഥിരമായി ഇത്

തുടരുകയാണെങ്കിൽ നഷ്ടപ്പെടുപോയ ലൈംഗിക ശക്തി പുനർലഭിക്കുന്നതാണ്. ഓജസ്സും, ശരീര ബലവും പോഷണവും ലഭിക്കുന്നതിനും ഹൃദയ രോഗങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും അമുക്കരം വേര് പൊടി 10 ഗ്രാം എടുത്ത് തേനും നെയ്യും ചേർത്ത് ദിവസവും രണ്ടുനേരം സേവിക്കുന്നതും പാൽകുടിക്കുന്നതും ഗുണകരമാണ്. ബുദ്ധിശക്തിയും വർദ്ധിക്കുന്നു. നാഡീക്ഷീണത്തിനും, ഉറക്കമില്ലായ്മയ്ക്കും, മാനസിക അസ്ഥിരതയ്ക്കും ഇത് നല്ല ഔഷധമാണ്. ഓജസ്സു വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ അശ്വഗന്ധാദി ലേഹ്യം പുകൾപെറ്റതാണ്. തയ്യാറാക്കുവാനും വളരെ എളുപ്പമാണ്. ശർക്കര പാവുകാച്ചി അതിൽ അമുക്കരം, ഉഴുന്നപരിപ്പും, തിപ്പിലി ഇവയുടെ പൊടിയും എളുപ്പ് അരച്ചതും ചേർത്ത് ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുന്നു.

ഈർപ്പമില്ലാത്ത വരണ്ടകാലാവസ്ഥയാണ് അമുക്കരത്തിന്റെ കൃഷിക്ക് ഉത്തമം. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. തവാരണകളിൽ പാകി കിളിർപ്പിച്ചെടുത്ത തൈകളാണ് നട്ടുന്നതിന് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. വിത്ത് നേരിട്ട് വിതക്കുകയും ആകാം. നല്ലറി തയ്യാറാക്കുകയാണെങ്കിൽ 5 കിലോ ഗ്രാമം

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

നേരിട്ടു നട്ടുകയാണെങ്കിൽ 10 കി.ഗ്രാമം വിത്ത് ഹെക്ടറോന്നിന് വേണ്ടി വരുന്നു. ഒരു മാസം പ്രായമായ തൈകൾ ജൈവവളപ്രയോഗത്തിനു ശേഷം 60 x 60 സെ.മീ. അകലത്തിൽ പഠിച്ചുനടുന്നു. ഒരു മാസം കഴിഞ്ഞ് കളയെടുപ്പ് നടത്താം. ആറുമാസം കഴിയുമ്പോൾ ചെടി വേരോടെ പിഴുതെടുത്ത് തറനിരപ്പിനുമുകളിൽ രണ്ട് സെ.മീ. നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്ത് ഉണക്കി വിപണനം നടത്തുന്നു. ഹെക്ടറോന്നിന് 300 കി.ഗ്രാം വരെ ഉണങ്ങിയ വേര് പ്രതീക്ഷിക്കാം. ചെടിയിൽ കാണുന്ന പഴുത്ത ഫലങ്ങൾ തല്ലി കൊഴിച്ച് വിത്തെടുത്ത് ഉണക്കി അടുത്ത വിതയ്ക്കുവേണ്ടി സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കാം.

### വയമ്പ്



വയമ്പിന്റെ ശാസ്ത്രനാമം അക്കോറസ് കലാമസ് എന്നാണ്. ഈർപ്പം തങ്ങി നിൽക്കുന്ന മണ്ണിലാണ് വയമ്പ് വ്യാപകാടിസ്ഥാനത്തിൽ കൃഷി ചെയ്യുന്നത്. ചതുപ്പുപ്രദേശങ്ങളിലും പാടശേഖരങ്ങളിലും മറ്റും വെള്ളം

വാർത്തുകളെണ്ത് ഇത് കൃഷിയിറക്കാവുന്നതാണ്. കളിമണ്ണു കലർന്ന എക്കൽമണ്ണിലും പുഴയോരങ്ങളിലും ഇത് നന്നായി വിളയും. ധാരാളം മഴയും സൂര്യപ്രകാശവും വളർച്ചയ്ക്ക് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. ബുദ്ധിശക്തി, ഓർമ്മശക്തി ഇവ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും അപസ്ഥാരം, ഉന്മാദം തുടങ്ങിയവയുടെ ചികിത്സയ്ക്കും വയമ്പ് ഉത്തമമാണ്. കൂടാതെ ശീതള പാനീയങ്ങൾക്ക് നിറവും രുചിയും നൽകാനും ഇത് ഉപയോഗിക്കുന്നു. പേൻ, ഈർ തുടങ്ങിയവയുടെ ഉപദ്രവം തടയുവാൻ വയമ്പ് താളിയിൽ ചേർത്ത് തേക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. മുട്ടശല്യം ഒഴിവാക്കുന്നതിന് വയമ്പ് ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച് കിടക്കയിൽ വിതറാവുന്നതാണ്.



പ്രകന്മാണ് നടീൽവസ്തുവായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. നിലം നന്നായി പരുവപ്പെടുത്തിയശേഷം പ്രകന്ദം 5 സെ.മീറ്റർ താഴ്വയിൽ 30 x 30 സെ.മീറ്റർ അകലത്തിൽ നടാം. അടിവളമായി 25 ടൺ ജൈവവളം ചേർക്കണം. ഹെക്ടറൊന്നിന് കൊല്ലത്തിലൊരിക്കൽ 25:50:60 കി.ഗ്രാം കണക്കിൽ നൈട്രജൻ, ഫോസ്ഫറസ്, പൊട്ടാസ്യം നൽകണം. കണ്ടത്തിൽ എപ്പോഴും ഈർപ്പം നിലനിറുത്തണം. രണ്ടു വർഷത്തിനുശേഷം വിളവെടുക്കുന്നതാണ് ഉത്തമം. പരിച്ചെടുത്ത പ്രകന്ദങ്ങളിൽനിന്നും വേരുകൾ നീക്കം ചെയ്ത് വെള്ളത്തിൽ കഴുകി പറ്റിപ്പിടിച്ചിരിക്കുന്ന മണ്ണു നീക്കം ചെയ്തശേഷം 5 സെ.മീ. നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്ത് വെയിലിൽ ഉണക്കി വിപണനം നടത്താം.

**സ്റ്റീവിയ**



സ്റ്റീവിയ റീബോഡിയാന എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന സ്റ്റീവിയയുടെ ഇലകൾക്ക് പഞ്ചസാരയുടെ 30 ഇരട്ടി മധുരവും ഇലയിൽനിന്നും വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്ന സ്റ്റീവിയോസൈഡ്സിന് പഞ്ചസാരയുടെ 300 ഇരട്ടി മധുരവുമുണ്ട്. ഇതിന്റെ ഇലയെ തേൻ ഇല എന്നും വിളിക്കുന്നു.

മധുരാംശം ധാരാളമുണ്ടെങ്കിലും ഇത് കഴിക്കുമ്പോൾ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവിൽ ഏറ്റക്കുറച്ചിൽ സംഭവിക്കുന്നില്ല. ഇത് ഊർജ്ജരഹിത, അന്നജരഹിത, കൊഴുപ്പരഹിത ജൈവമധുവാണ്. ആയതിനാൽ പ്രമേഹരോഗികൾക്ക് പ്രകൃതിദത്ത പഞ്ചസാരക്ക് പകരമായി ഇത് ഉപയോഗിക്കാം. പ്രമേഹരോഗികളുടെ ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ ഇത് ഉൾപ്പെടുത്താൻ ജപ്പാൻ, ചൈന, കൊറിയ, തൈവാൻ, ബ്രസീൽ, പാരഗ്വ എന്നീ രാജ്യങ്ങൾ അംഗീകാരം നൽകിക്കഴിഞ്ഞു. രക്തസമ്മർദ്ദം

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

നിയന്ത്രിക്കുവാനും ദന്തസംരക്ഷണത്തിനും സ്റ്റീവിയ ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

ഏതാണ്ട് 75 സെ.മീറ്ററോളം ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഒരു ദീർഘകാലവിളയാണ് സ്റ്റീവിയ. വിത്തിന് അങ്കുരണശേഷി തീരെ കുറവായതുകൊണ്ട് തണ്ടു വഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ് നടത്തുന്നത്. പുഷ്പിക്കുന്നതിന് മുമ്പ് തണ്ട് മുറിച്ച് നല്ലറിയിൽ വേര് പിടിപ്പിച്ചെടുക്കുന്നു. 60x30സെ.മീ. അകലത്തിൽ വേരുകൾ പിടിപ്പിച്ച തൈകൾ നടാവുന്നതാണ്. 40:20:30 കിലോ ഗ്രാം പാകൃജനകം, ഭാവകം, ക്ഷാരം ഹെക്ടറൊന്നിന് നൽകണം. മണ്ണ് എപ്പോഴും ഈർപ്പമുള്ളതായി സൂക്ഷിക്കേണ്ടതിനാൽ ജലസേചനം അനിവാര്യമാണ്. പഠിച്ചുനട്ട് നാലു അഞ്ച് മാസത്തിനുള്ളിൽ ആദ്യവിളവെടുപ്പു നടത്താം. തറനിരപ്പിൽനിന്നും 5 സെ.മീ. ഉയരത്തിൽ ചെടി അരിഞ്ഞെടുക്കാവുന്നതാണ്. പിന്നീട് മൂന്നുമാസത്തിലൊരിക്കൽ വിളവെടുപ്പുതുടരാം. പുഷ്പിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ വളർച്ച മുരടിക്കുന്നതുകൊണ്ട് പൂമൊട്ട് വിടരുന്നതിനുമുമ്പു വേണം വിളവെടുക്കേണ്ടത്. ഒരു ഹെക്ടറിൽനിന്നും ഒരു വർഷം ശരാശരി 25 ടൺ വരെ പച്ച ഇല ലഭിക്കും. ഉണക്കുമ്പോൾ ഇത് രണ്ടു ടൺ ആയി ചുരുങ്ങുന്നു. ഏതാണ്ട് അഞ്ചുവർഷത്തോളം സ്റ്റീവിയ ആദായകരമായ രീതിയിൽ കൃഷിചെയ്യാം.

### കൃഷ്ണതളസി



ഓസിമം സാങ്ക്ടം എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന കൃഷ്ണതളസി ഒരു പൂജാദ്രവ്യമായും പുകൾപെറ്റ ഔഷധമായും വ്യവസായ ശാലകൾക്കുള്ള അസംസ്കൃത വസ്തുവായും വ്യാപകമായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. ഹിന്ദുക്കൾ ഇതിനെ ഒരു പാവനസസ്യമായി കരുതുന്നു. വീട്ടുമുറ്റത്തൊരു

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

---

തുളസിത്തറ പണിയുകയും അതിൽ തുളസി നട്ടുവളർത്തി പരിപാലിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് പ്രതാപത്തിന്റെയും ഐശ്വര്യത്തിന്റെയും പ്രതീകമായി കരുതുന്നു. കുട്ടികൾക്കുണ്ടാകുന്ന ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങൾക്കും പനിക്കും തുളസിനീര് അല്പം തേൻചേർത്ത് കൊടുക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. തുളസിയിലെയും കുരുമുളകും കൂടി കഷായം വച്ച് സേവിക്കുന്നത് പനിക്കും ചുമയ്ക്കും ജലദോഷത്തിനും അത്യന്തമമാണ്. ഇതിന്റെ എല്ലാ ഭാഗങ്ങൾക്കും ഔഷധഗുണമുണ്ട്.

തുളസിയുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് സൂര്യപ്രകാശം അനിവാര്യമായതുകൊണ്ട് ഒരു തനിവിളയായിമാത്രമേ വ്യാവസായികാടിസ്ഥാനത്തിൽ കൃഷിചെയ്യുവാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ. വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കാത്ത എല്ലാ മണ്ണിലും തുളസി നന്നായി വളരുന്നു. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. പഠിച്ചെടുത്ത വിത്തിന് നിദ്രാവസ്ഥ ഉള്ളതുകൊണ്ട് മൂന്നു നാലുമാസം കഴിഞ്ഞുമാത്രമേ വിതയ്ക്കാവൂ. സാധാരണയായി തുളസിയുടെ ചുവട്ടിൽ വിത്തു വീണു കിളിർത്ത ധാരാളം തൈകൾ കാണപ്പെടുന്നു. വേരിനു ക്ഷതം സംഭവിക്കാത്ത തരത്തിൽ അവ പഠിച്ചെടുത്ത് നട്ടുവാൻ ഉപയോഗിക്കാം. വിത്ത് ഉപയോഗിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഒരു ഹെക്ടർ സ്ഥലത്തേക്കു വേണ്ട തൈകൾ ഉല്പാദിക്കുന്നതിന് 500 ഗ്രാം മതിയാകും. 6 ആഴ്ച കഴിയുമ്പോൾ 4-5 ഇല പരുവമായ തൈകൾ പഠിച്ചുനടാവുന്നതാണ്. തൈകൾ പഠിച്ചു നട്ടുന്നതിന് രണ്ടാഴ്ച മുമ്പ് ഗോമൂത്രം തളിക്കുന്നത് നല്ല ആരോഗ്യമുള്ള തൈകൾ ഉണ്ടാകുന്നതിന് സഹായിക്കുന്നു. ഹെക്ടറൊന്നിന് 15 ടൺ കാലിവളവും 40:40:40 കിലോ പാക്യജനകവും ഭാവകവും ക്ഷാരവും ചേർത്ത് നിലമൊരുക്കി 40 x 30 സെ.മീ. അകലത്തിൽ തൈകൾ നട്ടുന്നു. ആവശ്യാനുസരണം ജലസേചനവും കളയെടുപ്പും നടത്തുന്നു. നട്ട് മൂന്നാം മാസം മുതൽ വിളവെടുക്കാവുന്നതാണ്. തറനിരപ്പിൽനിന്നും 15 സെ.മീ ഉയരത്തിൽ വച്ച് മുറിച്ചെടുക്കണം. ഗുണനിലവാരം തികഞ്ഞ തൈലം ലഭിക്കുന്നതിന് പുഷ്പിച്ച

തലപ്പുമാത്രം വിളവെടുക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. സാഹചര്യങ്ങൾ അനുക്രമമാണെങ്കിൽ ഒരു ചെടിയിൽ നിന്നും 4 പ്രാവശ്യംവരെ വിളവെടുക്കാം. പൂങ്കലയും ഇലയും ആവിയിൽവാറ്റിയാണ് തൈലം തയ്യാറാക്കുന്നത്.

**കറ്റാർവാഴ**



സൗന്ദര്യവസ്തുക്കൾ നിർമ്മിക്കുവാൻ കറ്റാർവാഴ (അലോ വീര) വ്യാപകമായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. ചർമ്മ സംരക്ഷണത്തിനുള്ള പല ഉല്പന്നങ്ങളിലും കറ്റാർവാഴച്ചാറ് ചേർക്കുന്നുണ്ട്. ഇത് ചർമ്മത്തെ അൾട്രാവയലറ്റ് രശ്മികളിൽനിന്നും

സംരക്ഷണം നൽകുന്നു. പൊള്ളലേറ്റ ഭാഗത്തുപോലും കറ്റാർവാഴനീര് പുരട്ടുന്നത് അഭികാമ്യമാണ്. കേശസംരക്ഷണത്തിനു വേണ്ടിയും ഈ ചെടി ഉപയോഗിക്കുന്നു. അടുത്ത കാലത്തായി ശീതളപാനീയങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിനും കറ്റാർവാഴ ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. തനിവിളയായും ഇടവിളയായും ഈ ഔഷധവിള കൃഷിചെയ്യാം. മട്ടുപ്പാവും ഇതിന്റെ കൃഷിക്ക് അനുയോജ്യമാണ്. ചുവട്ടിൽനിന്നും മുളച്ചുപൊടുന്ന കന്നാണ് വംശവർദ്ധനവിന് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. മണ്ണു കിളച്ചു പാകപ്പെടുത്തി 90 x 90 സെ.മീ. അകലത്തിൽ എടുക്കുന്ന കുഴികളിൽ കാലിവളം നിറച്ച് കന്നുകൾ നടുന്നു. ആറ്റുമാസത്തിനുശേഷം ചുവട്ടിൽനിന്നും പോളകൾ മുറിച്ചെടുത്ത് വിപണനത്തിന് തയ്യാറാക്കാം. പോളകൾ മുറിച്ചെടുത്തശേഷം ചെടിയുടെ

ചുവടുഭാഗത്ത് മണ്ണ് അണച്ചുകൊടുക്കണം. അടിഭാഗത്തുനിന്നുമുണ്ടാകുന്ന കന്നുകൾ വംശവർദ്ധനവിന് ഉപയോഗിക്കാം.

**പച്ചോളി**



ഒരു ദീർഘകാല വിളയായ പച്ചോളിയുടെ ശാസ്ത്രനാമം പോഗോസ്റ്റിമോൺ കാബ്ബിൻ എന്നാണ്. ഭക്ഷ്യോൽപന്നങ്ങൾക്ക് സുഗന്ധമേകുവാൻ പച്ചോളി തൈലം ലോകമെമ്പാടും ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. മാംസ

ഉല്പന്നങ്ങളുടെയും ലഹരിപാനീയങ്ങളുടെയും മൂല്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും ഉല്പന്ന വൈവിധ്യവൽക്കരണത്തിനും ഇത് അനിവാര്യമാണ്. പച്ചോളി തൈലം മറ്റു വാസനതൈലങ്ങളുമായി നല്ലവണ്ണം കലരുന്നതുകൊണ്ട് വാസനദ്രവ്യനിർമ്മാണത്തിൽ ഇത് ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്തതാണ്. ഇതിന് പകരം വയ്ക്കുവാൻ മറ്റൊരുവസ്തു ഇല്ല എന്നതാണ് യാഥാർത്ഥ്യം. ബോഡിലോഷൻ, ആഹ്ലർ ഷേവ് ലോഷൻ, സെന്റ്, സോപ്പ് തുടങ്ങിയവയുടെ ഉല്പാദനത്തിലും ഔഷധനിർമ്മാണമേഖലയിലും ഇത് ഉപയോഗിക്കുന്നു. കൂടാതെ കീടങ്ങളെ തുരത്താനും പച്ചോളി തൈലത്തിന് പ്രത്യേക കഴിവുണ്ട്. തനിവിളയായും ഇടവിളയായും ഇത് കൃഷി ചെയ്യാം. തെങ്ങിൻതോപ്പിന് അനുയോജ്യമായ ഒരു ഇടവിളയാണ് പച്ചോളി. നല്ല മഴ ലഭിക്കുന്ന പ്രദേശങ്ങളും ജൈവാംശം കലർന്ന നീർവാഴ്ചസൗകര്യമുള്ള മണ്ണും ഈ കൃഷിക്ക് അനിവാര്യമാണ്. ജോഹോർ, സിംഗപ്പൂർ, ഇൻഡോനേഷ്യ, തുടങ്ങിയ ഇനങ്ങളാണ് സാധാരണയായി കൃഷിചെയ്യുവരുന്നത്. വിത്തും തണ്ടും നടുവാൻ ഉപയോഗിക്കുമെങ്കിലും വേരുപിടിപ്പിച്ച തണ്ടുകൾ നട്ടുന്നതാണ് അഭിലഷണീയം. ഒൻപതു മാസം പ്രായമെത്തിയ കമ്പുകൾ 10-12 സെ.മീ.

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്ത് നല്ലറിയിൽ വേരുപിടിപ്പിച്ചെടുക്കുന്നു. നല്ലറിയിൽ നടശേഷം 10 ആഴ്ച കഴിഞ്ഞ് വേരുപിടിച്ചുവരുന്ന തൈകൾ ഇളക്കി നടാവുന്നതാണ്. കൃഷിസ്ഥലം നന്നായി കിളച്ച് വാരങ്ങളും ചാലുകളുമാക്കി തിരിക്കണം. ഹെക്ടറൊന്നിന് 15 ടൺ ജൈവവളവും 25:50:50 കി.ഗ്രാം പാക്യജനകം, ഭാവകം, ക്ഷാരവും ആവശ്യമാണ്. വേരുപിടിച്ച തൈകൾ 60 x 60 സെ.മീ. അകലത്തിൽ നടാവുന്നതാണ്. ജലസേചനം ആവശ്യാനുസരണം അനുവർത്തിക്കണം. ആറ്റുമാസത്തിനുശേഷം ആദ്യവിളവെടുപ്പു നടത്താം. അതിനുശേഷം മൂന്നുമാസത്തിലൊരിക്കൽ ചെടിയുടെ വളർച്ചക്ക് അനുസൃതമായ തോതിൽ വിളവെടുക്കാവുന്നതാണ്. ചെടിയുടെ ഇലകൾക്ക് പച്ചനിറം മാറി ഇരുണ്ട തവിട്ടുനിറമാകുമ്പോഴാണ് വിളവെടുക്കേണ്ടത്. സാധാരണഗതിയിൽ മൂന്നുനാലു ഇലകൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ചെടിയുടെ അഗ്രഭാഗം മുപ്പത് സെ.മീ. നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുക്കുന്നു. മുറിച്ചെടുത്ത ഇലകൾ മൂന്നുനാലുദിവസം തണലിൽ ഉണക്കിയെടുത്ത് ആറ്റുമണിക്കൂർ സമയം ആവിവാറ്റു നടത്തി തൈലം വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്നു. ഏതാണ്ട് അഞ്ചുവർഷക്കാലം വിളവുപ്രതീക്ഷിക്കാം. ഒരു ഹെക്ടർ പ്രദേശത്തുനിന്നും ഉദ്ദേശം 8 ടൺ പച്ച ഇല ലഭിക്കും. ഉണക്കി എടുക്കുമ്പോൾ ഇത് 1.6 ടൺ ആയി ചുരുങ്ങും. വാറ്റിയെടുക്കുമ്പോൾ ഇതിൽനിന്നും ഏതാണ്ട് 60 കി.ഗ്രാം തൈലം ലഭിക്കും.

### സർപ്പഗന്ധി / അമൽപ്പൊരി



അപ്പോസൈനേസീ കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്ന ‘റെവോൾവിയ സെർപ്പെന്റിന’ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന സർപ്പഗന്ധിയുടെ വേർ രക്തസമ്മർദ്ദത്തിന് പുകൾപെറ്റതാണ്.

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

---

ഏതാണ്ട് മുപ്പതോളം ആൽക്കലോയിഡുകൾ ഇതിൽ ഉണ്ടെന്നു കണക്കാക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. പ്രധാനപ്പെട്ട ആൽക്കലോയിഡുകൾ അജ്മാലിൻ, അജ്മാലിനിൽ, അജ്മാലിസിൻ, സെർപ്പെൻ, റിസെർപ്പെൻ തുടങ്ങിയവയാണ്. രക്തസമ്മർദ്ദത്തിനുള്ള സെർപ്പാസിൽ എന്ന ഗുളിക നിർമ്മിക്കുവാനുള്ള ഒരു അസംസ്കൃത വസ്തുവായി വേര് ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. ഒരു ദീർഘകാല വിളയായ സർപ്പഗന്ധി ഒരു കുറ്റിച്ചെടിയായി വളർന്നു വികസിക്കുന്നു. രണ്ടുവർഷം പ്രായമായ ചെടിയുടെ വേരിന് ഏതാണ്ട് 50 സെന്റീമീറ്റർ നീളവും 1.0 മുതൽ 2.5 സെന്റീമീറ്റർ വരെ വണ്ണവും കാണുന്നു. ഇതിൽ ഏതാണ്ട് പകുതിയോളം (50%) വേരിന്റെ തൊലിയാണ്. വേരിന് കയ്യരസമുണ്ട്. കൂടാതെ പച്ച വേരുകൾക്ക് ഒരു രൂക്ഷഗന്ധവുമുണ്ട്.

ജൈവാംശം കൂടുതലുള്ള മണ്ണാണ് സർപ്പഗന്ധിക്ക് അനുയോജ്യം. വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കുന്ന പ്രദേശങ്ങൾ ഒഴിവാക്കണം. മഴ കൂടുതൽ ലഭിക്കുന്ന ഉഷ്ണമേഖലാ പ്രദേശങ്ങളിൽ തനിവിളയായും ഇടവിളയായും ഇത് കൃഷിചെയ്യാം. മഴ കുറവുള്ള പ്രദേശങ്ങളിൽ വേനൽക്കാല നന ഇതിനനിവാര്യമാണ്.

വിത്തുവഴിയും, വേരും, തണ്ടും മുറിച്ചുവെച്ചും തോട്ടം വെച്ചു പിടിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. വിത്തുവഴിയാണ് പ്രധാനമായും തോട്ടം വെച്ചു പിടിപ്പിക്കുന്നത്. വിത്തിന്റെ അങ്കുരണശേഷി ഏതാണ്ട് 60% വരെ മാത്രമേയുള്ളൂ. ചെടിയിൽനിന്നും ശേഖരിച്ച വിത്ത് ഉടനെ നടുമ്പുറം നല്ലത്. ദീർഘകാലം സൂക്ഷിച്ചുവെച്ചാൽ വിത്തിന്റെ അങ്കുരണശേഷി നഷ്ടപ്പെടുപോകും. പഴുത്തുപാകുമായി പഠിച്ചെടുത്ത വിത്ത് പഴുകിയ ചണചാക്കിൽ ഉരസി മാംസളമായ ഭാഗം കളഞ്ഞ് കഴുകി വൃത്തിയാക്കി വെയിലിൽ ഉണക്കിയെടുത്ത് പാകാവുന്നതാണ്. ഒരു ഹെക്ടറിൽനിന്നും 100 മുതൽ 200 കിലോഗ്രാം വരെ വിത്തുലഭിക്കും.

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

---

ഭാഗികമായി തണൽ ലഭിക്കുന്ന പ്രദേശങ്ങളിൽ വാരങ്ങൾ തയ്യാറാക്കി നശ്ശി ഒരക്കുന്നു. ഒരു ഹെക്ടർ പ്രദേശത്തേക്ക് നട്ടുന്നതിനുവേണ്ട തൈകൾ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്നതിന് 500 ചതുരശ്രമീറ്റർ നശ്ശി മതിയാകും. 5.5 കിലോഗ്രാം വിത്തും വേണ്ടിവരും. മുളപൊട്ടുന്നത് വളരെ സാവധാനത്തിലാണ്. തവാരണയിൽ എപ്പോഴും ഈർപ്പം ഉണ്ടായിരിക്കണം. 4 മുതൽ 6 ഇലകൾ ഉള്ള 50 ദിവസം മുപ്പത്തിയ തൈകൾ പഠിച്ചുനട്ടുന്നതിന് ഉപയോഗിക്കാം. നിലമൊരുക്കുമ്പോൾ 30 ടൺ കാലിവളം പ്രയോഗിക്കുന്നു. 45 സെന്റീമീറ്റർ അകലത്തിൽ 15 സെന്റീമീറ്റർ താഴ്വയിൽ ചെറുചാലുകൾ കീറി തൈകൾ ചാലുകളിലേക്ക് പഠിച്ചുനട്ടുന്നു. ചെടികൾ തമ്മിൽ 30 സെന്റീമീറ്റർ അകലം വേണം. നടീൽവസ്തുവായി വേരും ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. അഞ്ചുസെന്റീമീറ്റർ നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്ത വേരുകളാണ് നടാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നത്. നിലമൊരുക്കിയശേഷം വേര് മണ്ണിൽ കുഴിച്ചുവയ്ക്കുന്നു. ഒരു സെ.മീ. മണ്ണിനമുകളിൽ വരത്തക്കവിധത്തിലായിരിക്കണം വേര് നടേണ്ടത്. ഒരു ഹെക്ടർ പ്രദേശം നട്ടുന്നതിന് ഏതാണ്ട് 100 കിലോഗ്രാം വേര് വേണ്ടിവരുന്നു. വേരും തണ്ടും ചേരുന്ന പോയിന്റിന് 5 സെ.മീ. താഴോട്ടും മുകളിലോട്ടും ഉള്ളഭാഗം അതായത് സ്റ്റമ്പും നടാവുന്നതാണ്. ഈ രീതി അവലംബിക്കുമ്പോൾ 100 ശതമാനം മുള പ്രതീക്ഷിക്കാം.

തണ്ടുകൾ (ദ്രവ്യമായവ) 20 സെ.മീ. നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്ത് നട്ടുന്നഭാഗം 30 പി.പി.എം. ഇൻഡോൾ അസെറ്റിക് ആസിഡിൽ പന്ത്രണ്ടു മണിക്കൂർ സമയം മുക്കിവച്ചശേഷം നശ്ശിയിൽ നട്ട് കിളിർപ്പിച്ച് പഠിച്ചു നട്ടുന്നതിന് ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

ഫോസ്ഫറസ് അടങ്ങിയ വളങ്ങൾ നൽകുമ്പോൾ വേര് നന്നായി ഉണ്ടാകുന്നു. അടിവളമായി 30 ടൺ കാലിവളം, 10:60:30 കിലോഗ്രാം നൈട്രജൻ:ഫോസ്ഫറസ്:പൊട്ടാസ്യം ഹെക്ടറൊന്നിന് നൽകണം. 10



കിലോഗ്രാം വീതം നൈട്രജൻ നട്ട് 50, 170 ദിവസങ്ങൾക്കുശേഷം മേൽവളമായി നൽകണം. ആവശ്യാനുസരണം കളയെടുപ്പും നടത്തണം. വേനൽക്കാലത്ത് രണ്ട് ആഴ്ചയിൽ ഒരിക്കലെങ്കിലും നന്ന അനുവർത്തിക്കണം. മഴയെമാത്രം ആശ്രയിച്ചു കൃഷിയിറക്കുമ്പോൾ വിളവു തീരെ കുറയുന്നതായി കണ്ടുവരുന്നു.

പതിനെട്ടുമാസം മുതൽ വിളവെടുപ്പു തുടങ്ങാമെങ്കിലും നട്ട് രണ്ടുമൂന്നു വർഷം കഴിഞ്ഞശേഷം വിളവെടുക്കുന്നതാണ് ഉത്തമം. വേരിന്റെ തൊലിക്കു ക്ഷതം സംഭവിക്കാതെ മേൽമണ്ണുനീക്കി വേരുവിളവെടുക്കുന്നു. അതിനുശേഷം പറ്റിപ്പിടിച്ചിരിക്കുന്ന മണ്ണുമാറ്റി കഴുകി തണലിൽ ഉണക്കി ഇൗർപ്പം എടുശതമാനമാക്കിപ്പൊടിച്ച് പോളിത്തീൻ കൂടകളിൽ സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കുന്നു. കൂടുതൽകാലം സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ രോഗബാധ തടയുന്നതിനുവേണ്ട നടപടികൾ സ്വീകരിക്കണം.

നടീൽവസ്തുവാണ് ഉല്പാദനവും ഉല്പാദനക്ഷമതയും നിർണ്ണയിക്കുന്നതിൽ സുപ്രധാനമായ പങ്കുവഹിക്കുന്നത്. വിത്ത് ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ ഏതാണ്ട് മൂന്ന് ടൺവരെ ഉണങ്ങിയ വേര് ലഭിക്കുന്നു.

**ഇൻസുലിൻചെടി**



സിഞ്ചിബറേസി കുടുംബത്തിലെ അംഗമായ ഇൻസുലിൻചെടി ‘കോസ്റ്റസ് പിക്റ്റസ്’ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്നു. രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവുകുറയ്ക്കുവാനുള്ള അദ്ഭുതശക്തി ഇതിന്റെ ഇലകൾക്കുണ്ട്.

പക്ഷേ പാർശ്വഫലങ്ങൾ ഉളവാക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഇലമാത്രമായി മരുന്നിനായി

ഉപയോഗിക്കുവാൻ പാടില്ല എന്നാണ് പഠനങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. ദുഷ്യഫലങ്ങൾ നീക്കംചെയ്യാനുള്ള പരീക്ഷണങ്ങൾ പുരോഗമിച്ചുവരുന്നു. ഒരുവർഷം മുപ്പെത്തിയ ചെടിയിൽ നിന്നും മൂന്നുകിലോഗ്രാം കിഴങ്ങു ലഭിക്കുന്നു. ഇതിൽ ധാരാളം സ്റ്റീറോയിഡ്സ് അടങ്ങിയിട്ടുള്ളതുകൊണ്ട് ഭക്ഷ്യയോഗ്യമല്ല. ഇത് ഒരു ദീർഘകാലവിളയാണ്. തണൽ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന ഈ ചെടിയെ ഒരു അലങ്കാരസസ്യമായി പുനോട്ടത്തിൽ വെച്ചുപിടിപ്പിക്കാം. കടുംപച്ച ഇലയും, മനോഹരമായ ചുവന്നതണ്ടും, പച്ച പൂങ്കലയും, മഞ്ഞയും ചുവപ്പും കലർന്ന പൂക്കളും കൊണ്ട് ആരുടെയും ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കുന്നതാണ് ഈ ചെടി.

**നിത്യകല്യാണി / ഉഷമലരി / ശവകോട്ടപച്ച / ശവംനാറി**



അപ്പോസൈനേസി കുടുംബത്തിലെ നിത്യകല്യാണി, ‘കതാന്തസും റോസിയസ്’ എന്നും ‘വിൻകറോസിയ’, ‘വിൻകആൽബ’ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിലും അറിയപ്പെടുന്നു. ഇത് ഭാവിയുടെ ഒരു വാഗ്ദാനമാണ്. കാരണം ഇതിന് മൂന്നു

പ്രധാന രോഗങ്ങളെ, അതായത് അർബുദം, രക്തസമ്മർദ്ദം, പ്രമേഹം എന്നിവയെ നിയന്ത്രിക്കുവാൻ സിദ്ധിയുണ്ട്. നിത്യകല്യാണി രണ്ടുതരമുണ്ട്. ചുവന്ന പൂക്കളുള്ള വിൻക റോസിയയും വെള്ള പൂക്കളുള്ള വിൻക ആൽബയും. ഒരു നിത്യഹരിതസസ്യമാണിത്. വേരും ഇലയുമാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങൾ. ഇലച്ചാറ് പത്തു മില്ലി വീതം ദിവസവും സേവിക്കുകയാണെങ്കിൽ പ്രമേഹം നിയന്ത്രണവിധേയമാക്കാം. വിഷജന്തുക്കൾ കടിച്ചാൽ ഇതിന്റെ ഇല അരച്ചുപുരട്ടാവുന്നതാണ്. ഇതിന്റെ

വേരിന്മേൽ തൊലിയിൽ കാണുന്ന ആൽക്കലോയിഡുകൾ അർബുദ ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

വരണ്ട കാലാവസ്ഥ നിലനിൽക്കുന്ന പ്രദേശങ്ങളാണ് നിത്യകല്യാണികൃഷിക്ക് ഏറ്റവും അനുയോജ്യം. വിത്തുമുഖേനയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. 500 ഗ്രാം വിത്തുവിതച്ച് നല്ലി തയ്യാറാക്കി രണ്ടുമാസം മുപ്പത്തിയ തൈകൾ പഠിച്ച മാറ്റി നട്ടുന്നു. വരികൾ തമ്മിൽ 45 സെ.മീറ്ററും ചെടികൾ തമ്മിൽ 30 സെ.മീറ്ററും അകലം അനിവാര്യമാണ്. അടിവളമായി 5 ടൺ കാലിവളം ചേർക്കണം. 80:30:60 കിലോഗ്രാം നൈട്രജൻ : ഫോസ്ഫറസ് : പൊട്ടാസ്യം ഹെക്ടറോന്നിന് ശുപാർശ ചെയ്തിരിക്കുന്നു. നട്ട് 6-മത്തെ മാസത്തിലും 9- മത്തെ മാസത്തിലും ഇലവിളവെടുപ്പു നടത്താവുന്നതാണ്. ഒരുവർഷം കഴിയുമ്പോൾ ചെടികൾ പിഴുതെടുത്തും വേര് സംഭരിക്കാം. ഹെക്ടറോന്നിന് 5 ടൺ വരെ വിളവ് പ്രതീക്ഷിക്കാം.

**ചെറുതേക്ക്**



‘ക്ലീറോഡെൻഡ്രം സെരേറ്റം’ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ചെറുതേക്ക് വെർബിനേസി കുടുംബാംഗമാണ്. ഇത് അനേകവർഷം വിളവെടുക്കാവുന്ന ഒരു കുറ്റിച്ചെടിയാണ്. പൂങ്കലകൾ മനോഹരമാണ്. അതുകൊണ്ട് പൂന്തോട്ടത്തിൽ ഒരു അലങ്കാരച്ചെടിയായും വച്ചുപിടിപ്പിക്കാം. വേര്, തൊലി ഇവയാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങൾ. കല്ലിച്ചകിടക്കുന്ന പരു, പാകമായിപൊട്ടുവാൻ ഇതിന്റെ ഇല അരച്ചുപുരട്ടിയാൽ മതി. തണ്ടുമുറിച്ചു വച്ചാണ് വംശവർദ്ധനവ്. വരികൾ

തമ്മിലും ചെടികൾ തമ്മിലും ഒരു മീറ്റർ അകലത്തിൽ വേരു വിടിപ്പിച്ച തൈകൾ നടാവുന്നതാണ്.

**ഉമ്മം**



ഉമ്മം പലതരത്തിലുണ്ട്. നീലപൂവ് വിരിയുന്നതും വെള്ള പൂവ് വിരിയുന്നതും. നീല ഉമ്മത്തിന്റെ ശാസ്ത്രനാമം ‘ഡ്രോഗ്മെറ്റ’ എന്നും വെള്ള ഉമ്മത്തിന്റേത് ‘ഡ്രോഗ്മെറ്റ സ്ട്രാമോണിയം’ എന്നുമാണ്. നീല ഉമ്മത്തിനാണ് വിഷശക്തി കൂടുതൽ. ഇത് സോളനേസി

കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്ന ഒരു ഏകവർഷ വിളയാണ്. ഒരു കുറ്റിച്ചെടിയായി ഇത് വെച്ചുപിടിപ്പിക്കാം.

ചരിത്രം സൂചിപ്പിക്കുന്നത് ചൈനയിൽ പണ്ടുകാലത്ത് ശത്രുക്കൾക്ക് വിഷം കൊടുക്കാനായി ഉമ്മത്തിന്റെ വിത്ത് ഉപയോഗിച്ചിരുന്നു എന്നാണ്. കൂടിയതോതിൽ ഉപയോഗിച്ചാൽ ഉന്മാദം ഉണ്ടാകുന്നതുകൊണ്ടാണ് ഈ സസ്യത്തെ ഉമ്മം എന്ന പേരിൽ അറിയപ്പെടുന്നത്. ഉമ്മത്തിൻകായുടെ പുറന്തോട് മുളളുകൾകൊണ്ട് നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഇംഗ്ലീഷിൽ ഇതിനെ “തോൺ ആപ്പിൾ” എന്നു വിളിക്കുന്നു.

ഉമ്മത്തിൻകായ് ശുദ്ധിച്ചെല്ലാണ് ഉപയോഗിക്കേണ്ടത്. ഗോമൂത്രത്തിൽ 12 മണിക്കൂർ മുക്കിവയ്ക്കുക. അല്ലെങ്കിൽ മോരിൽ പുഴുങ്ങിയെടുക്കുക. ഇതിന്റെ കായ്, വേര്, ഇല, പൂവ് എല്ലാം തന്നെ ഔഷധയോഗ്യമാണ്. തണ്ടും, ഇലയും, പൂവും ഉണക്കിപൊടിച്ച് സിഗരറ്റാക്കിവലിച്ചാൽ ആസ്മയിൽനിന്നും മോചനം ലഭിക്കും. ഇല ഉണക്കിയെടുത്ത് ചുരുട്ടികത്തിച്ചു വലിച്ചാലും മതിയാകും. വാതം, ശരീരവേദന എന്നിവയിൽനിന്നും മോചനം

ലഭിക്കുന്നതിന് ഉമ്മത്തിന്റെ ഇലയിട്ട് എണ്ണകാച്ചി പുരട്ടിയാൽ മതിയാകും. സന്ധിവേദനയ്ക്ക് ഉമ്മത്തിന്റെ ഇല അരച്ചു കുഴമ്പാക്കി ലേപനം ചെയ്യുക. ഉമ്മത്തിൻ കായ് അരച്ച് പിഴിഞ്ഞെടുത്ത നീര് തലയിൽ തേക്കുന്നത് മുടികൊഴിച്ചിൽ മാറുന്നതിന് ഉത്തമമാണ്. ചതവ്, വീക്കം, ഉളുക്ക് തുടങ്ങിയവ ശമിക്കുന്നതിന് ഉമ്മത്തിന്റെ ഇലനീരും, കരിനൊച്ചിയിലനീരും, ഉപ്പുതെളിയും, കുറച്ചു ഭസ്മവും കൂട്ടികുഴച്ചു പുരട്ടിയാൽ നന്നായിരിക്കും.

വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. പാകി കിളിർപ്പിച്ചെടുക്കുന്ന തൈകൾ വരികൾ തമ്മിലും ചെടികൾ തമ്മിലും ഒരു മീറ്റർ അകലത്തിൽ നടാവുന്നതാണ്.

**കസ്തുരിവെണ്ട**



മാൽവേസി കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്ന അബൽമോസ്കൂസ് മോസ്ച്ചാറ്റസ് ഒരു ഏകവർഷ സസ്യമാണ്. കുടലിലും വായിലുമുണ്ടാകുന്ന പല അസുഖങ്ങൾക്കും കസ്തുരിവെണ്ട ഉപയോഗിക്കുന്നു. വിത്ത്, വേര്, ഇല ഇവയാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങൾ. ഇവ മൂന്നും ഒരുമിച്ചു കഷായം വച്ചു സേവിച്ചാൽ ഗൊണേറിയ ശമിക്കും. വായുണ്ണു, വായ്ക്കാറ്റം തുടങ്ങിയവ അകറ്റാൻ വിത്തുപൊടിച്ചെടുത്ത് വെള്ളത്തിലോ, തേനിലോ ചേർത്ത് ദിവസവും രണ്ടു നേരം

കഴിക്കുക. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. കായ്കറിയാലി ഉപയോഗിക്കുന്ന വെണ്ടയുടെ കൃഷിസമ്പ്രദായങ്ങൾ കസ്തുരി വെണ്ടയ്ക്കും അനുവർത്തിക്കാവുന്നതാണ്.

## 4. ഔഷധവള്ളികൾ

### ശതാവരി



പുരാതനകാലം മുതൽക്ക് മനുഷ്യന്റെ ആയുരാരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിൽ ശതാവരി നിസ്തുലമായ ഒരു പങ്ക് വഹിക്കുന്നു. കിഴങ്ങിനാണ് ഔഷധവീര്യം. ഇത് രോഗപ്രതിരോധശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. പ്രസവാനന്തരം മുലപ്പാലിന്റെ വർദ്ധനക്ക് കിഴങ്ങ് പിഴിഞ്ഞ് കഴിക്കുന്നു. പൂളിച്ച തികട്ടൽ, വയറിനകത്തുള്ള പുകച്ചിൽ, ആർത്തവക്കാലത്തുണ്ടാകുന്ന അതിരക്തസ്രാവം എന്നിവയ്ക്ക് ശതാവരിക്കിഴങ്ങ് ഉപയോഗിക്കുന്നു. വംശവർദ്ധനവ് വിത്തുവഴിയാണ്. പടർന്നു വളരുന്ന സ്വഭാവത്തോടുകൂടിയതായതുകൊണ്ട് താങ്ങുമരച്ചുവട്ടിൽ തൈകൾ നട്ടുന്നതാണ് ഉത്തമം. തനിവിളയായും ഇടവിളയായും ശതാവരി കൃഷിചെയ്യാം. മൂന്നടി അകലത്തിൽ എടുക്കുന്ന കുഴികളിൽ ഹെക്ടറൊന്നിന് 15 ടൺ എന്ന തോതിൽ ചാണകം വിതറി തൈകൾ നട്ടുന്നു. കൂടാതെ 60:30:30 കി.ഗ്രാം ക്രമത്തിൽ നൈട്രജൻ, ഫോസ്ഫറസ്, പൊട്ടാസ്യം എന്നിവ ലഭ്യമാക്കുന്ന വളങ്ങളും നൽകണം. രണ്ടുവർഷം കഴിഞ്ഞ് വിളവെടുക്കാം.

### അടപതിയൻ (ഹോളോസ്റ്റേമ്മ അഡകൊടിയൻ)



ഒരു വള്ളിച്ചെടിയാണ് അടപതിയൻ. ഔഷധവീര്യം ഉൾക്കൊള്ളുന്ന വേര് ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച് 3 ഗ്രാം മുതൽ 6 ഗ്രാം വരെ ദിവസവും രണ്ടുനേരം സേവിച്ചാൽ പ്രമേഹരോഗം ശമിക്കും. അടപതിയൻ

വേര് പാലിൽ വേവിച്ച് സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച് 6 ഗ്രാം വീതം പാലിൽ കലക്കി ദിവസവും സേവിച്ചാൽ ശരീരശക്തി വർദ്ധിക്കും. നേത്രരോഗങ്ങൾക്കും ഇതിന്റെ വേര് ഉപയോഗിക്കുന്നു. വിത്തുപാകി കിളിർപ്പിച്ച് 45 ദിവസം പാകമായ തൈകൾ പറിച്ച് നട്ടുന്നു. ഒരടി ചതുരാകൃതിയിൽ ഒരു മീറ്റർ ഇടവിട്ട് എടുക്കുന്ന കുഴിയിൽ 10 കി.ഗ്രാം ജൈവവളം ഇട്ടശേഷം കൂനകൂട്ടി കൂനക്കുമുകളിൽ തൈകൾ നട്ടുന്നു. വള്ളി പടരവാൻ വേണ്ട ഒരുക്കങ്ങൾ ചെയ്യണം. രണ്ടു വർഷം കഴിയുമ്പോഴേക്കും വേരുകൾ 10 സെ.മീ. നീളത്തിൽ മുറിച്ച് സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ ഉണക്കി വിൽക്കാം.

**മേന്തോന്നി (ഗ്ലോറിയോസ സൂപ്പർബ)**



പാമ്പുവിഷത്തിന് ഔഷധമായി മേന്തോന്നി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഹൃദയം, ഗർഭാശയം എന്നിവയുടെ സങ്കോച വികാസക്ഷമത നിയന്ത്രിക്കുവാൻ മേന്തോന്നിക്കുള്ള കഴിവ് അപാരമാണ്. എന്നാൽ അധികമായാൽ ഹൃദയസ്തംഭനം

വരെ സംഭവിക്കാം.

കിഴങ്ങാണ് നട്ടിൽ വസ്തുവായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. വലിപ്പമുള്ള കിഴങ്ങ് കഷണങ്ങളായി മുറിച്ച് ഉപയോഗിക്കാം. തണ്ടും ഇലയും ഉണങ്ങുന്ന നവംബർ-ഡിസംബർ മാസങ്ങളിൽ മണ്ണിളക്കി കിഴങ്ങ് സംഭരിക്കാം. ഒരു ഹെക്ടർ സ്ഥലത്തുനിന്നും 5 ടൺ വരെ വിളവുപ്രതീക്ഷിക്കാം. മേന്തോന്നിക്കിഴങ്ങിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന കോൾച്ചിസിൻ, ഗ്ലോറിയോസിൻ എന്നീ രാസഘടകങ്ങൾക്ക് വമ്പിച്ച വ്യാവസായിക പ്രാധാന്യമുണ്ട്.

**കാട്ടുപടവലം**



ഇലപൊഴിയും കാടുകൾ ആവാസവ്യവസ്ഥയാക്കിയിട്ടുള്ള വളരെ ഉയരത്തിൽവരെ പടർന്നുവളരുന്ന നാലുമാസം കൊണ്ട് വിളവെടുക്കാവുന്ന ഒരു മൃദലതാവള്ളിയാണ് കാട്ടുപടവലം (ട്രൈക്കോസാന്തസ് കക്കമെറിന). പെൺപൂക്കൾ ഒറ്റക്കും ആൺപൂക്കൾ കുലകളായും കാണപ്പെടുന്നു. ഇളം കായ്കൾക്ക് പച്ചനിറവും നീളത്തിൽ വെള്ളവരയുമുണ്ട്. ഓറഞ്ചുനിറത്തോടും നീളത്തിൽ വെള്ളവരയോടുകൂടിയതാണ് മുപ്പത്തീയ കായ്കൾ. വേരും, തണ്ടും, ഇലയും, പൂവും, കായുമെല്ലാം ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങളാണ്. ജ്വരം, ചർമ്മരോഗം, മലബന്ധം തുടങ്ങിയവ അകറ്റാൻ പാടോലം സമൃദ്ധം കഷായം വച്ചു രണ്ടുനേരം സേവിച്ചാൽ മതിയാകും. ഇതിന്റെ വേര് അരച്ച് നെറ്റിയിൽ ലേപനം ചെയ്താൽ തലവേദന മാറിക്കിട്ടും. ഇതിന്റെ ഇല അരച്ച് വൃണത്തിൽ ലേപനം ചെയ്താൽ അതുവേഗം പഴുത്തുപൊട്ടി സുഖപ്പെടും.

പാവൽ, പടവലം തുടങ്ങിയവയുടെ കൃഷിരീതി തന്നെയാണ് കാട്ടുപടവലത്തിനും അവലംബിക്കുന്നത്. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. ഒരു ഹെക്ടർ പ്രദേശത്തേക്ക് 1.250 കി.ഗ്രാം വിത്തു വേണ്ടിവരും. കൃഷിസ്ഥലം കിളച്ചൊരുക്കിയശേഷം 1.8 മീറ്റർx1.8 മീറ്റർ അകലത്തിലെടുക്കുന്ന കുഴികളിൽ ജൈവവളം ചേർത്ത് ഇളക്കിയശേഷം അഞ്ചോ ആറോ വിത്തുപാകുന്നു.



ചെടികൾ വളി വീശി തുടങ്ങുമ്പോൾ പന്തലിട്ടുകൊടുക്കുകയോ താങ്ങുകാലുകൾ നാട്ടിക്കൊടുക്കുകയോ വേണം. വളി വീശിക്കഴിഞ്ഞശേഷം രണ്ടാഴ്ചയിലൊരിക്കൽ ജൈവവളം ചേർത്ത് ചെടിയുടെ ചുവട്ടിൽ മണ്ണ് അണച്ചുകൊടുക്കണം.

നട്ട് നാലുമാസംകഴിയുമ്പോഴേക്കും പൂക്കളും കായ്കളും ഉണ്ടായിത്തുടങ്ങും. വിളഞ്ഞു പഴുത്ത കായകൾ പഠിച്ചെടുത്ത ശേഷം ചെടി വേരുപടലമുൾപ്പെടെ ഒന്നായി പഠിച്ചെടുത്ത് തണലിൽ ഉണക്കി ചെറുകെട്ടുകളാക്കി വിപണനത്തിന് തയ്യാറാക്കുന്നു. പഴുത്ത കായ്കളിൽ നിന്നും വിത്ത് വേർതിരിച്ചെടുത്ത് വെള്ളത്തിൽ കഴുകി പറ്റിപ്പിടിച്ചിരിക്കുന്ന മാംസളഭാഗങ്ങൾ നീക്കം ചെയ്യുന്നു. ഈ വിത്തുകൾ ഉണക്കിയെടുത്ത് അടുത്ത വിളയ്ക്കുവേണ്ടി സൂക്ഷിച്ചുവെക്കാം. കായ്കളുടെ ഉല്പാദനം ഹെക്ടറൊന്നിന് ഒരു ടൺവരെ പ്രതീക്ഷിക്കാം.

**മരമത്തൾ**



തിളങ്ങുന്ന കട്ടികൂടിയ ഇലകളോടുകൂടിയ ഒരു ചിരസ്ഥായി വളിയാണ് മരമത്തൾ (കൊസിനിയം ഫെനിസ്റ്റേറ്റം). ആൺപൂക്കളും പെൺപൂക്കളും പ്രത്യേകം ചെടികളിലാണ് ഉണ്ടാകുന്നത്. നിത്യഹരിതവനങ്ങളിലും അർദ്ധനിത്യഹരിത വനങ്ങളിലും വളരുന്നു. വളരെ സാവധാനത്തിൽ വളരുന്ന ഈ വളിച്ചെടി അമിതമായ ചൂഷണത്തിന്റെ ഫലമായി

ഭ്രമുഖത്തുനിന്നും അപ്രത്യക്ഷമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. വംശനാശം നേരിടുന്ന ഒരു ഔഷധവളിയാണ്. മുപ്പത്തിയ തടിച്ച തണ്ടുകളാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. ഇതിന് കടും മഞ്ഞ നിറമാണ്. ബെർബെറിൻ ആണ് ഇതിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന പ്രധാന രാസഘടകം. കരൾ

സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾ, ചർമ്മരോഗങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ചികിത്സയ്ക്ക് മരമഞ്ഞൾ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

വിത്തുപാകിയും മൂപ്പെത്താത്ത തണ്ടുകൾ മുറിച്ചുവെച്ചും വംശവർദ്ധനവ് നടത്താം. ആവശ്യത്തിന് വിത്തുലഭിക്കാത്തതുകൊണ്ട് തണ്ടുമുറിച്ചുനടുന്ന രീതിയാണ് പ്രധാനമായും അവലംബിക്കുന്നത്. സാധാരണഗതിയിൽ വേരു പിടിക്കുവാൻ ബുദ്ധിമുട്ട് ഉള്ളതുകൊണ്ട് ഹോർമോൺ (ഇൻഡോൾ ബ്യൂട്ടിറിക് ആസിഡ്, സൈറ്റോ കൈനിൻ) 20 സെ.മീ. നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്ത തണ്ടിന്റെ അടിഭാഗത്ത് പ്രയോഗിക്കുന്നു. ഒന്നരണ്ടു മാസം കഴിയുമ്പോൾ തണ്ടിൽനിന്നും പുതിയ ഇലകൾ വിടരുവാൻ ആരംഭിക്കുന്നു. മൂന്നുമാസം മൂപ്പെത്തിയ തൈകൾ ഒന്നരമീറ്റർ അകലത്തിൽ 60 സെ.മീ. സമചതുരത്തിലെടുക്കുന്ന കുഴികളിൽ ജൈവവളം നിറച്ചശേഷം കാലവർഷത്തോടുകൂടി പഠിച്ചുനടാവുന്നതാണ്. ചുവട്ടിൽ വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്. വള്ളിച്ചെടിയായതുകൊണ്ടും പടർന്നുകയറുവാൻ താങ്ങുകാലുകളോ താങ്ങുമരങ്ങളോ ആവശ്യമാണ്.

സുസ്ഥിരവിളവെടുപ്പിന് 10 വർഷംവരെ കാത്തിരിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ചെടിയുടെ ചുവടുഭാഗം നിലനിറുത്തി മൂപ്പെത്തിയ തണ്ടുകൾ വെട്ടിമാറ്റുന്നു. അതിനുശേഷം നല്ല പരിചരണം കൊടുത്താൽ പിന്നീട് ചെടി വളരുകയും വിളവെടുക്കുകയും ചെയ്യാം. രണ്ടാംതവണ ഉല്പാദനച്ചിലവ് തുലോം പരിമിതമാണ്.

**ജാവതിപ്പലി**

പൈപ്പർ ചാമ്പ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ജാവതിപ്പലി ‘പൈപ്പറേസീ’ കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്നു. കൃഷിരീതിയും ഉപയോഗവുമെല്ലാം തിപ്പലിയെ പോലെയാണ്. ഒരു പ്രത്യേകത ഇത് ഒരു വള്ളിച്ചെടിയായി താങ്ങു

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

മരങ്ങളിൽ പടർന്നു കയറു മെന്നതാണ്.



കുരുമുളകുപോലെ മരത്തിൽ കയറ്റി വിടാവുന്നതാണ്.

കായ്കൾ ഉണ്ടാകുന്നു. കായ്കൾ വിളയുമ്പോൾ ചുവപ്പുനിറമാകും. ഉണങ്ങുമ്പോൾ കറുപ്പും. കായ്കളിൽ വാസന തൈലവും, പൈപ്പറിൻ, പിപ്പലാർട്ടിൻ എന്നീ

ആൽക്കലോയിഡുകളും അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ശ്വാസകോശ

സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾക്കെതിരെ ഇത് ഉപയോഗിക്കുന്നു. നാഡീവ്യൂഹത്തെ ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നതിനും നല്ലതാണ്. ആമാശയഭിത്തിയിലെ പേശികളുടെ ചലനങ്ങൾ നിയന്ത്രിച്ച് ദഹനം പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നു. തൊണ്ടവേദനക്കും, വിശപ്പു വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും, ഗ്യാസ് ട്രബിളിന് എതിരെയും, ഗാഢനിദ്രക്കും ജാവതിപ്പലി ഗുണകരമാണ്. തണ്ടുമുറിച്ചാണ് വംശവർദ്ധനവ്. താങ്ങുമരച്ചുവട്ടിൽ വേരുപിടിപ്പിച്ച തണ്ടുകൾ നടണം. നട്ട് ആറുമാസം മുതൽ വിളവെടുക്കാം. തണൽ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന ഒരു ദീർഘകാല വള്ളി വിളയാണ് ജാവതിപ്പലി. മണ്ണൊലിപ്പു തടയുന്നതിന് മൺകയ്യാല നിർമ്മിക്കുമ്പോൾ അത് സംരക്ഷിക്കുന്നതിന് ജാവതിപ്പലി ഉപകരിക്കും. കയ്യാലയുടെ ചുവട്ടിൽ ഇതിന്റെ വേരുപിടിപ്പിച്ച വള്ളികൾ 60 സെ.മീ. അകലത്തിൽ നട്ട് മൺകയ്യാലയിൽ പടർത്തി വിടുക. ഒരു വർഷം കഴിയുമ്പോഴേക്കും കയ്യാല മുഴുവൻ ഇലപ്പുരപ്പുകൊണ്ട് ആവരണം ചെയ്തിരിക്കും. മഴവെള്ളം ഇലനിരപ്പിൽ മാത്രം വീഴുന്നതുകൊണ്ട് മണ്ണ് സംരക്ഷിത വലയത്തിനുള്ളിലായിരിക്കും. കായ്കൾ മാത്രം വിളവെടുക്കുന്നതുകൊണ്ട് മണ്ണൊലിപ്പു തടയുന്നതിനുള്ള ഒരു സുസ്ഥിരരീതിയാണ് ജാവതിപ്പലികൊണ്ട് പുതയൊരുക്കുന്നത്.

ശംഖുപുഷ്പം



‘കീറ്റോറിയ ടെർണേറ്റ്’ എന്നാണ് ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റെ ശാസ്ത്രനാമം. സസ്യകുടുംബം ലെഗുമിനോസെ ആണ്. ഇതിന്റെ പൂവിന് ശംഖിന്റെ ആകൃതിയായതുകൊണ്ടാണ് ഈ വള്ളിയെ ശംഖുപുഷ്പമെന്ന് വിളിക്കുന്നത്. വേരും, പൂവും,

സമുലവും ഔഷധയോഗ്യമാണെങ്കിലും വേരിനാണ് കൂടുതൽ ഔഷധ പ്രാധാന്യം. പൂവിന്റെ നിറത്തെ ആസ്പദമാക്കി ശംഖുപുഷ്പം രണ്ടുതരമുണ്ട്. വെളുത്ത പൂക്കൾ വിടരുന്നവയും നീലപൂക്കൾ വിടരുന്നവയും. ഗർഭാശയത്തിൽനിന്നുള്ള രക്തസ്രാവം തടയുന്നതിന് ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റെ പൂവ് പുകൾപെറ്റതാണ്. വെളുത്ത ശംഖുപുഷ്പത്തിന്റെ വേര് വിഷചികിത്സയിൽ വ്യാപകമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഉഷ്ണമേഖലാ പ്രദേശങ്ങൾക്ക് അനുയോജ്യമാണ് ഈ വിള. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. 24 മണിക്കൂർ നേരം വിത്ത് വെള്ളത്തിൽ കുതിർത്ത ശേഷം വിതയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ വേഗം കിളിർക്കും. 60 സെ.മീ. അകലത്തിൽ ചെടികൾ നടാവുന്നതാണ്. കൂടുതൽ ശാഖകൾ ഉണ്ടാവുകയാണെങ്കിൽ അധികമുള്ളവ കോതി ചെറുതാക്കണം. നട്ട് ഒരു വർഷം കഴിഞ്ഞശേഷം വേരുവിളവെടുക്കാവുന്നതാണ്.

**കഴഞ്ചി / കഴഞ്ചിക്കുരു**



സിസാൽപിനിയെസീ കുടുംബത്തിലെ അംഗമായ കഴഞ്ചി ‘സിസാൽപിനിയ ക്രിസ്റ്റ’, ‘സിസാൽപിനിയ ബോണ്ടുസെല്ല’ എന്നീ ശാസ്ത്ര നാമങ്ങളിൽ അറിയപ്പെടുന്നു. നിറയെ മുളകളുള്ള ദീർഘകാലം നിലനിൽക്കുന്ന ഒരു

വള്ളിയാണിത്. വിത്താണ് പ്രധാനമായും ഔഷധത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഹൈഡ്രോസിൽ അതായത് വൃഷണങ്ങൾക്കുണ്ടാകുന്ന നീരിന് കഴഞ്ചിക്കുരു അരച്ചുപുരട്ടുന്നു. ഇത് ആവണക്കെണ്ണയിലും അരച്ചുപുരട്ടാവുന്നതാണ്. വിത്തിൽനിന്നും വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്ന എണ്ണ അപകൃമായ പരുവിൽ ലേപനമായി ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ പരുവേഗം പഴുത്തുപൊട്ടുന്നു. പകൃമായ പരുവാണെങ്കിൽ വേഗം ഉണങ്ങും.

**പാൽമുതക്**



കൺവോൾവുലേസീ കുടുംബത്തിൽപ്പെട്ട പാൽമുതക് രണ്ടുതരമുണ്ട്. വെള്ളപാൽ മുതക്കം (ഐപ്പോമിയ ഡിജിറ്റേറ്റ), കരിമുതക്കം (ഐപ്പോമിയ മൗറിഷിയാന). ഇതിൽ വെള്ള പാൽമുതകാണ് കൂടുതൽ ഔഷധയോഗ്യമായി കണ്ടിരിക്കുന്നത്. ഒരു ചുവട്ടിൽനിന്നും 30 കിലോഗ്രാം വരെ

കിഴങ്ങു ലഭിക്കും. ഇതാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. കിഴങ്ങ് അരിഞ്ഞ് ഉണക്കി പൊടിച്ചെടുത്ത് ഈ പൊടി മൂലയൂട്ടുന്ന അമ്മമാർക്ക് പാലിൽ ചേർത്ത് കൊടുത്താൽ മൂലപ്പാൽ വർദ്ധിക്കും. മെലിഞ്ഞ ശരീരമുള്ളവർ ഇത് പതിവായി സേവിച്ചാൽ ശരീരം പുഷ്ടിപ്പെടും. വള്ളിമുറിച്ചു വേരുപിടിപ്പിച്ചു പുതിയ കൃഷി ഇറക്കാവുന്നതാണ്. എട്ടുമാസം കഴിയുമ്പോഴേക്കും കിഴങ്ങ് വിളവെടുക്കാം.

**ചങ്ങലം പരണ്ട / നിലമ്പരണ്ട**



വൈറ്റിസ് ക്വാഡ്രോൻഗുലാരിസ് (സിസസ് ക്വാഡ്രോൻഗുലാരിസ്) എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ചങ്ങലം പരണ്ട, വൈറ്റേസീ കുടുംബത്തിലെ അംഗമാണ്. പരണ്ട മൂന്നുതരമുണ്ട്. ഒറ്റ പരണ്ട, ദ്വിപരണ്ട, ചങ്ങലം പരണ്ട. ഒറ്റ പരണ്ടയുടെ തണ്ട് ഉരുണ്ടിരിക്കും. ദ്വിപരണ്ട പരന്നിരിക്കും. ചങ്ങലം പരണ്ട ചതുരാകൃതിയിലാണ്. സ്ത്രീകളുടെ വെള്ളപ്പോക്കിനുള്ള/അസ്ഥിസ്രാവത്തിനുള്ള (Leucorrhoea) ഒരു ഒറ്റമൂലിയാണ് നിലമ്പരണ്ട. ഈ അവസ്ഥയിൽനിന്നും മോചനം നേടുന്നതിനുള്ള മരുന്നു നമ്മുടെ വീടുവളപ്പിൽ തന്നെ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കാം. മൂന്നുകിലോഗ്രാം നിലമ്പരണ്ടയെടുത്ത് അത് രണ്ട് ഇടങ്ങഴി വെള്ളത്തിൽ ഇടിച്ചുപിഴിഞ്ഞ് ചാറെടുത്ത് 24 കഴഞ്ചു നിലപ്പനകിഴങ്ങും കൂടി അരച്ചുകലക്കി നാഴിപശുവിൻനെയ്യും ചേർത്ത് കാച്ചി അരിച്ച് ഒരു സ്പൂൺ കണക്കിൽ ദിവസം രണ്ടുനേരം സേവിക്കുക. അസ്ഥിസ്രാവം, വിളർച്ച, മെലിച്ചിൽ, നടുവേദന തുടങ്ങിയ വിഷമതകൾ പമ്പകടക്കും.

നിലമ്പരണ്ട ചതച്ച് ചാറെടുത്ത് ഉപയോഗിക്കുകയാണെങ്കിൽ വിശപ്പില്ലായ്മ, സന്ധിവേദന, നീര് തുടങ്ങിയവയും പമ്പകടക്കം. വിഷജന്തുക്കൾ കടിച്ച സ്ഥലത്ത് ഇത് ചതച്ചുവച്ചുകെട്ടുന്നത് നല്ലതാണ്. തണ്ടുമുറിച്ച് വംശവർദ്ധനവ് നടത്താവുന്നതാണ്.

**ഈശ്വരമൂലി / ഗരുഡകൊടി / കരളകം**



ദീർഘകാലം നിലനിൽക്കുന്ന ഒരു ഔഷധവള്ളിയാണ് അരിസ്റ്റലോക്കിയ ഇൻഡിക്ക എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന അരിസ്റ്റലോക്കേസ്യ കുടുംബത്തിലെ അംഗമായ ഈശ്വരമൂലി അഥവാ ഗരുഡകൊടി. ഗരുഡൻ,

പാമ്പിനെ മയക്കുന്നതുപോലെ പാമ്പുവിഷത്തിനെതിരെ വളരെ ഫലപ്രദമായി ഈ ചെടി ഉപയോഗിക്കാം. വേരും, ഇലയും, സമൂലവും ഔഷധത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഇതിൽ അരിസ്റ്റലോക്കിക് ആസിഡ് അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ ചാറ് പാമ്പുവിഷത്തിന് ഉത്തമമാണ്. പാമ്പുകടിയേറ്റാൽ അപ്പോൾതന്നെ ഇതിന്റെ ഇല അരച്ച് മുറിവിൽ തിരുമ്മുകയും പൂശുകയും വേണം. കൂടാതെ ഇലച്ചാറിൽ കുരുമുളകുപൊടി ചേർത്ത് കഴിക്കണം. പാമ്പുകടിക്ക മാത്രമല്ല മറ്റുവിഷജന്തുക്കളുടെ വിഷത്തിനെതിരെയും ഗരുഡകൊടി ഉപയോഗിക്കാം. ഇതിന്റെ ഉണക്കിയെടുത്ത വേര് വിശപ്പുവർദ്ധിപ്പിക്കുവാനുള്ള കയ്യിള്ള ഒരു ടോണിക് ഉണ്ടാക്കുന്നതിന് ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ വേരിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന രാസഘടകങ്ങൾക്ക് ഗർഭനിരോധന / ഗർഭം അലസിപ്പിക്കുവാനുള്ള കഴിവുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് ഗർഭിണികൾ ഇത് ഉപയോഗിക്കുവാൻ പാടില്ല.

**ചിറ്റമുത്ത്**



മെനിസ്‌പെർമേസ്യ കുടുംബത്തിലെ ‘ടിനോസ്പോറ കോർഡിഫോളിയ’ എന്ന ചിറ്റമുത്ത് ദ്രവ്യതയുള്ള തണ്ടുകളോടുകൂടിയ പടർന്നുകയറുന്ന ഒരു വള്ളിസസ്യമാണ്. തണ്ടും, വേരും, ഇലയും മരുന്നായി

ഉപയോഗിക്കുന്നു. തണ്ടുതന്നെയാണ് ഏറ്റവും കൂടുതൽ ആവശ്യമായി വരുന്നത്. ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച് വേര് വെണ്ണയിലോ, തേനിലോ ചാലിച്ച് ഒരു ടോണിക്കപ്പോലെ മഞ്ഞപിത്തത്തിനും വാതരോഗങ്ങൾക്കുമെതിരെ ഉപയോഗിക്കുന്നു. അന്തരീക്ഷത്തിൽ തൂങ്ങിക്കിടക്കുന്ന ഇതിന്റെ വായുവേരുകൾ ആനയ്ക്ക് ഏറെ ഹിതകരമാണ്. ഇതിന്റെ തണ്ട് ചതച്ച് എരുക്കിന്റെ ചാറുമായി ചേർത്ത് തേൾ കുത്തിയ ഭാഗത്ത് ലേപനം ചെയ്യുന്നത് അത്യന്തമമാണ്. ബെർബെറിൻ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ഇതിന്റെ തണ്ടാണ് വ്യവസായങ്ങൾക്ക് വ്യാപകമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത്. വൃക്കരോഗങ്ങൾക്ക് ചിറ്റമുതിന്റെ ചാറ് ദിവസവും കഴിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. ചിറ്റമുതിന്റെയും നെല്ലിക്കയുടെയും നീരിൽ മഞ്ഞൾപ്പൊടി ചേർത്ത് ദിവസവും പത്തുമില്ലി രാവിലെ കഴിക്കുന്നത് പ്രമേഹമകറ്റാൻ സഹായിക്കും. തണ്ടുമുറിച്ച് വംശവർദ്ധനവും നടത്താവുന്നതാണ്. 15 സെ.മീ. നീളത്തിൽ മുറിച്ചെടുത്ത തണ്ടുകൾ നടാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നു. പടർന്നുകയറുവാനായി പന്തൽ ഒരുക്കിക്കൊടുക്കണം. ഒരു വർഷം കഴിയുമ്പോൾതന്നെ തണ്ടുകൾ മുറിച്ചെടുക്കാം. ഒരു വള്ളിയിൽനിന്നും ഏതാണ്ട് രണ്ടുകിലോഗ്രാം തണ്ടു ലഭിക്കും.



പാടകിഴങ്ങ്



Figure1. Macroscopy of the tuberous roots and leafs of *Cyclea peltata* Hook. F. & Thomson, Menispermaceae.

മെനിസ്പെർമേസി കുടുംബത്തിലെ ‘സൈക്ലിയ പെൽറ്റേറ്റ്’ എന്ന പാടകിഴങ്ങ് പടർന്നുവളരുന്ന ഒരു മൃദുസസ്യമാണ്. വേരാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. ഇത് മുത്രാശയസംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ ഇലകൾ തലമുടിയിൽ തേയുന്നതിന് ഷാനുവായി ഉപയോഗിക്കാം. വിത്തുകൾ വഴി പുതിയ തൈകൾ ഉണ്ടാക്കാം.

## 5. ഔഷധമരങ്ങൾ

### പതിമുകം (സിസാൽപാനിയ സപ്പൻ)



ഒരു ഔഷധവൃക്ഷമാണ് പതിമുകം. തടിയാണ് ഔഷധ യോഗ്യമായ ഭാഗം. രക്ത ശുദ്ധീകരിച്ച് അത്യുത്തമമാണ്. തടിയിൽ നിന്നും വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്ന വർണ്ണ വസ്തുക്കൾ ലഹരി പാനീയങ്ങൾക്ക് നിറം

നൽകാൻ വ്യാവസായിക അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. വംശവർദ്ധനവ് വിത്തുവഴിയാണ്. 2 x 2 മീ. അകലത്തിൽ 50 സെ.മീ. സമചതുരത്തിൽ കുഴികളെടുക്കാം. ഇതിൽ ഉണങ്ങിയ ചാണകവും മേൽമണ്ണും നിറച്ച് മൂന്നുമാസം മൂപ്പെത്തിയ തൈകൾ കാലവർഷത്തിന്റെ ആരംഭത്തോടുകൂടി ജൂൺമാസത്തിൽ നടാം. ശിവരങ്ങൾ കോതി വിടുന്നതാണ് കാതൽ/തടി വളർന്നുവീകസിക്കുന്നതിന് ഉത്തമം. ഒന്നാംവർഷം അവസാനംതന്നെ പൂങ്കലകൾ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുത്തുടങ്ങുന്നു. ഇത് വെട്ടിക്കളയുന്നതാണ് തടിയുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് നല്ലത്. മരംമുഴുവൻ മുളളുകൾ ഉള്ളതിനാൽ പുരയിടത്തിന്റെ അതിരുകളിൽ ഒരു ജൈവവേലിയായി പതിമുകം വച്ചുപിടിപ്പിക്കാം. 5-6 വർഷം കഴിയുമ്പോൾ തടിയിലെ മുളളുകൾ മുഴുവൻ കൊഴിഞ്ഞുപോകുന്നു. ഏഴാം വർഷം തറനിരപ്പിൽനിന്ന് 30 സെ.മീ. ഉയരത്തിൽ വച്ച് മുറിച്ച് തടിവിളവെടുക്കാം. വീണ്ടും വളപ്രയോഗവും ജലസേചനവും നടത്തി 5 വർഷാനന്തരം ഒരു വിളവെടുപ്പുകൂടി നടത്താം.

**അനാട്ടോ (ബീക്കൂ ഓർലാന)**



ഒരു ചെറുമരമാണിത്. പ്രകൃതിജന്യമായ വർണ്ണവസ്തുക്കൾക്കാണ് ആഗോളതലത്തിൽ ഇന്ന് പ്രിയം. അനാട്ടോയുടെ വിത്തിനെ പൊതിഞ്ഞിരിക്കുന്ന രോമങ്ങളിൽ നിന്നും, വിത്തിൽനിന്നും മഞ്ഞയും ചുവപ്പുരാശിയും കലർന്ന കരോട്ടിനോയിഡ് എന്ന വിഭാഗത്തിൽ പെടുന്ന വർണ്ണവസ്തുക്കൾ വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്നു. 4 x 4 മീ. അകലത്തിൽ തൈകൾ നടാവുന്നതാണ്. രണ്ടാം വർഷം മുതൽ മരത്തിൽ നിന്നും വിളവെടുത്തുതുടങ്ങാം. പൂവിന്റെയും കായുടെയും നിറത്തെ ആസ്പദമാക്കി അനാട്ടോയെ രണ്ടായി തരംതിരിച്ചിരിക്കുന്നു. വെള്ള പുഷ്പങ്ങളും പച്ചക്കായും ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്ന ഇനവും പിങ്ക് പുഷ്പങ്ങളും ചുവന്ന കായും തരുന്ന ഇനവും ഇതിൽ രണ്ടാമത്തെയിനത്തിനാണ് കൂടുതൽ വ്യാവസായിക പ്രാധാന്യമുള്ളത്. കായ്കൾ ഉണങ്ങി രണ്ടായി പൊട്ടിപ്പിളരുവാൻ കാലമാകുമ്പോൾ വിളവെടുത്ത് വിത്തുകൾ വേർതിരിക്കാം. ഏതാണ്ട് 12 വർഷക്കാലംവരെ ഈമരത്തിൽനിന്നും ആദായകരമായി വിളവെടുക്കാം. ഭക്ഷ്യ സംസ്കരണ മേഖലയിലും അനാട്ടോയിൽ നിന്നും എടുക്കുന്ന വർണ്ണവസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കാം.

**ആര്യവേപ്പ്**



ഗ്രാമത്തിലൊരു ഔഷധശാല എന്നാണ് ആര്യവേപ്പ് (അസഡിറാക്റ്റ ഇൻഡിക്ക) അറിയപ്പെടുന്നത്. ഇത് ഭാരതം മുഴുവൻ കണ്ടുവരുന്നു. ആര്യവേപ്പ് എവിടെ

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

ഉണ്ടോ അവിടെ മരണവും മഹാരോഗങ്ങളും ഇല്ല എന്നാണ് വിശ്വാസം. കേരളത്തിലെ വീട്ടുവളപ്പുകളിലും സുലഭമാണ് ഈ മരം. വേപ്പിന്റെ ഇലകൾക്ക് വായുമാലിന്യങ്ങളെയും കൃമികീടങ്ങളെയും തുരത്താൻ കഴിവുണ്ട്. ചെറി, ചിരങ്ങ് തുടങ്ങിയവ കഴുകുവാൻ വേപ്പിലകുഷായം ഉത്തമമാണ്. ദന്തസംരക്ഷണത്തിന് വേപ്പില തണ്ടുകൊണ്ട് പല്ലുതേക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. വാതസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾക്കും ഉളുക്ക് തുടങ്ങിയവയ്ക്കും വേപ്പെണ്ണ ഉത്തമമാണ്. മുടികൊഴിച്ചിൽ ഒഴിവാക്കാനും, ചർമ്മരോഗങ്ങൾ, പേൻ എന്നിവയ്ക്കും വേപ്പിലയിട്ട് തിളപ്പിച്ച വെള്ളംകൊണ്ട് തലകുളിക്കുന്നത് ഉത്തമമാണ്. വേപ്പിന്റെ എല്ലാ ഭാഗങ്ങളും ഔഷധയോഗ്യമാണ്. കീടങ്ങളെ തുരത്താനും വേപ്പ് ഉത്തമമാണ്

വംശവർദ്ധനവിന് വിത്ത് ഉപയോഗിക്കുന്നു. നിലമൊരുക്കിയശേഷം 60x60x45 സെ.മീ. വലുപ്പത്തിൽ 4 മീറ്റർ അകലത്തിലായി കുഴികൾ എടുക്കുന്നു. കുഴിയൊന്നിന് ഒരു കിലോഗ്രാം കാലിവളം വിതറി തൈകൾ നടുന്നു. നനയും പുതയിടലും ആവശ്യാനുസരണം അനുവർത്തിക്കണം.

### അകത്തി



സൈബ്ബാനിയ ഗ്രാൻഡിഫ്ലോറ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിലാണ് അകത്തി അറിയപ്പെടുന്നത്. പൂവിന്റെ നിറത്തെ ആസ്പദമാക്കി അകത്തിയെ വെള്ള അകത്തിയെന്നും ചുവന്ന അകത്തിയെന്നും രണ്ടായി വേർതിരിച്ചിട്ടുണ്ട്. പൂമൊട്ടിന് അരിവാളിന്റെ ആകൃതിയും കായ്കൾക്ക് മുരിങ്ങയോളം നീളവുമുണ്ട്. സൂര്യപ്രകാശം ലഭിക്കുന്ന പ്രദേശങ്ങളിൽ അകത്തി നന്നായി വളരുന്നു.

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

വേനലിന്റെ കാഠിന്യത്തെ ചെറുത്തുനിൽക്കുവാൻ ഇതിന് പ്രത്യേക കഴിവുണ്ട്. നൈട്രജൻ ബന്ധനശേഷിയുള്ള ഈ ചെറുമരം മണ്ണിന്റെ വളക്കൂറ് വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. നടീൽ അകലം 1.2 മീറ്റർ x 1.2 മീറ്റർ ആയി ക്ലിപ്തപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. പ്രധാനശാഖക്ക് 3 മീറ്റർ ഉയരമെത്തുമ്പോൾ കൊമ്പുകോതൽ നടത്തുന്നത് ധാരാളം പുഷ്പിക്കുന്നതിനും എളുപ്പത്തിൽ വിളവെടുക്കുന്നതിനും സഹായകരമാണ്. മരത്തൊലി, ഇല, പൂവ്, ഇളംകായ്കൾ ഇവയാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങൾ. അകത്തി ഇല കഴിക്കുന്നത് വിറ്റാമിൻ എ യുടെ കുറവുകൊണ്ട് ഉണ്ടാകുന്ന എല്ലാ നേത്രരോഗങ്ങൾക്കും വിശേഷിച്ച് നിശാസ്യതക്ക് ഉത്തമമാണ്. നൈട്രജൻ ബന്ധനശേഷിയുള്ളതിനാൽ കാർഷിക വനവൽക്കരണത്തിന് അകത്തി ഉപയോഗിക്കുന്നു.

### കടംപുളി



ഒരു നിത്യഹരിതവൃക്ഷമായ മലബാർ പുളി അഥവാ കടംപുളി (ഗാർസീനിയ ഗമ്മിഗട്ട) കേരളത്തിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ കാണുന്നത് മധ്യതിരുവിതാംകൂറിലാണ്. കൂടാതെ പശ്ചിമഘട്ട മലനിരകളിലും ഇത് സമൃദ്ധിയായി വളരുന്നു.

പ്രധാനമായും രണ്ടുതരത്തിലുള്ള ശാഖകൾ കടംപുളിയിൽ കണ്ടുവരുന്നു. നേരെ മുകളിലേക്ക് വളരുന്ന അനിശ്ചിത വളർച്ചാ സ്വഭാവത്തോടുകൂടിയ പൂക്കളും കായ്കളും ഉണ്ടാകാത്ത ശാഖകളും പൂക്കളും കായ്കളും ഉണ്ടാകുന്ന വശങ്ങളിലേക്ക് പടർന്ന് വളരുന്ന നിശ്ചിത വളർച്ചാ സ്വഭാവത്തോടുകൂടിയ ശാഖകളും ഒരു മരത്തിൽ തന്നെ കാണുന്നുണ്ട്.

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

---

ആൺമരങ്ങളും പെൺമരങ്ങളും പ്രത്യേകം കാണപ്പെടുന്ന ഈ ഫലവൃക്ഷത്തിൽ ദിലിംഗപൂക്കൾ വിരിയുന്നു. പെൺമരത്തിൽ മാത്രമേ കായകൾ ഉണ്ടാകുന്നുള്ളൂ. ഡിസംബർ-മാർച്ച് മാസങ്ങളിലാണ് കൂടുതലായി പൂക്കളും കായ്കളും ഉണ്ടാകുന്നത്. പഴത്തിന്റെ പുറന്തോടാണ് ഏറ്റവും ഉപയോഗയോഗ്യമായ ഭാഗം. ഇതിൽ ഹൈട്രോക്ലി സിട്രിക് ആസിഡ് ധാരാളം അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതിനാൽ പുറന്തോട് അതേരൂപത്തിൽ ഭക്ഷ്യയോഗ്യമല്ല. അതിനാൽ പുറന്തോട് സൂര്യപ്രകാശത്തിലും പുകയിലും ഉണക്കിയെടുത്തശേഷം മാത്രമാണ് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഉണക്കിയെടുത്ത പുറന്തോട് മീൻകറിയിൽ പുളിസത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. പുറന്തോടിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന സത്ത് ഔഷധസമ്പുഷ്ടമാണ്. ആയതിനാൽ ആയുർവേദമരുന്നു നിർമ്മാണത്തിൽ ഇത് വ്യാപകമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഇതിന് മനുഷ്യശരീരത്തിലെ കൊഴുപ്പിന്റെ അളവിനെ ക്രമീകരിച്ച് അമിതവണ്ണവും തൂക്കവും കുറയ്ക്കുവാൻ കഴിവുണ്ട്. കുടംപുളി സത്ത് ഇന്ന് പലപേരുകളിൽ വിപണിയിൽ ലഭ്യമാണ്. ഈ സത്ത് ഹൃദയസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾക്കുള്ള സസ്യജന്യഔഷധങ്ങളുടെ ഒരു പ്രധാന ചേരുവയാണ്.

ഒട്ടുതൈകളാണ് തോട്ടം വെച്ചുപിടിപ്പിക്കുന്നതിന് അഭികാമ്യം. 7 മീറ്റർ മുതൽ 10 മീറ്റർ വരെ അകലത്തിൽ എടുക്കുന്ന കുഴികളിൽ 5 കി.ഗ്രാം. കാലിവളം വിതറിയശേഷം തൈകൾ നടുന്നു. ഒന്നാംവർഷം 10 കി.ഗ്രാമും പ്രായപൂർത്തിയായ മരങ്ങൾക്ക് 50 കിലോഗ്രാം കണക്കിലും കാലിവളം നൽകണം. നൈട്രജൻ, ഫോസ്ഫറസ്, പൊട്ടാഷ് ഇവയുടെ തോത് മരമൊന്നിന് ഒന്നാംവർഷം 20:18:50 ഗ്രാമും രണ്ടാംവർഷം ഇതിന്റെ ഇരട്ടിയും അങ്ങനെ വർദ്ധിപ്പിച്ച് 15-മത്തെ വർഷമാകുമ്പോഴേക്കും 500:250:1000 ഗ്രാമും നൽകേണ്ടതാണ്. അഞ്ചാംവർഷം മുതൽ കൊമ്പുകോതൽ ശാസ്ത്രീയമായി നടത്തി മരത്തിന്റെ ഉയരം ക്രമീകരിക്കണം. ഒട്ടുമരങ്ങളിൽ നിന്നും

മൂന്നുവർഷം കഴിയുമ്പോൾതന്നെ വിളവെടുപ്പ് ആരംഭിക്കാവുന്നതാണ്. മഞ്ഞകലർന്ന ഓറഞ്ചുനിറത്തോടു കൂടിയ ഫലങ്ങൾ മരങ്ങളിൽനിന്നും പഠിച്ചെടുത്ത് ശുദ്ധജലത്തിൽ കഴുകി പുറത്തോട് വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്നു. വേർതിരിച്ചെടുത്ത തോട് ആദ്യം സൂര്യപ്രകാശത്തിലും പിന്നീട് പുകയിലും ഉണക്കിയെടുക്കുന്നു. ഒരുകിലോ ഗ്രാം ഉണക്കിയെടുത്ത പുറത്തോട് 150 ഗ്രാം കറിയുപ്പും 50 മി.ലിറ്റർ വെളിച്ചെണ്ണയുമായി കൂട്ടികലർത്തുന്നത് ഇതിന്റെ ഗുണനിലവാരം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനും അധികകാലം കേടുകൂടാതെ സൂക്ഷിക്കുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നു.

**മരോട്ടി**



ഒരു നിത്യഹരിതവൃക്ഷമാണ് മരോട്ടി (ഹിഡനോകാർപ്പസ് വൈറ്റിയാന). കഷുരോഗത്തിന് സിദ്ധൗഷധമാണിത്. ഇന്ത്യയിൽ ഏറ്റവും കൂടുതലായി മരോട്ടിമരങ്ങൾ കാണുന്നത് കേരളത്തിൽ അധികരിച്ച മഴ ലഭിക്കുന്ന വനപ്രദേശങ്ങളിലാണ്. കേരളത്തിൽ

ഏതാണ്ട് 600 മീറ്റർ വരെ ഉയരമുള്ള പ്രദേശങ്ങളിൽ ഇത് നന്നായി വളരുന്നു. നനവാർന്ന, ആഴമുള്ള ചുവന്ന മണ്ണും നല്ല നീർവാർച്ച സൗകര്യമുള്ള പ്രദേശങ്ങളിലും മരോട്ടി സമൃദ്ധിയായി വളരുന്നു. 35 മുതൽ 40 ഡിഗ്രി സെന്റിഗ്രേഡാണ് ഏറ്റവും അനുയോജ്യമായ താപനില. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. പഴുത്ത് പാകമായ കായ്കൾക്കുള്ളിൽ 10 മുതൽ 12 വരെ വിത്തുകൾ കാണപ്പെടുന്നു. രണ്ടു മണിക്കൂർ സമയം വിത്ത് വെള്ളത്തിൽ കുതിർത്ത ശേഷം തവാരണകളിലോ പോട്ടിംഗ് മിശ്രിതം നിറച്ച പോളിത്തീൻ കൂടുകളിലോ പാകുന്നു. മൂന്നാഴ്ചക്കുള്ളിൽ വിത്തുകൾ മുളച്ചു

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

ഇടങ്ങും. രണ്ടുമാസം പ്രായമായ തൈകൾ തോട്ടത്തിൽ 2.7 x 2.7 മീറ്റർ അകലത്തിലെടുക്കുന്ന കുഴികളിൽ കാലവർഷത്തിന്റെ ആരംഭത്തോടുകൂടി നടുന്നു. തനിവിളയായും ഇടവിളയായും ജൈവവേലിയായും മരോട്ടി വെച്ചുപിടിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. വീട്ടുവളപ്പിൽ തണൽമരമായും മരോട്ടി പ്രശോഭിക്കുന്നു.

എണ്ണ, വിത്ത്, കുരുനില, വേര് ഇവയാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങൾ. മരോട്ടി എണ്ണ തയ്യാറാക്കുന്നത് പാകമായ വിത്ത് ആട്ടിയെടുത്താണ്. ഈ എണ്ണ ചാൽമുഗ്രിക് ഓയിൽ എന്നപേരിലാണ് വിപണിയിൽ അറിയപ്പെടുന്നത്. കഷ്ടരോഗത്തിനുള്ള ശ്രേഷ്ഠമായ ഔഷധമാണിത്. ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾ, വാതരോഗങ്ങൾ ഇടങ്ങിയവയ്ക്കും ഉത്തമമാണ്. മാത്രവുമല്ല ഉളക്ക് മാറുവാനായി മരോട്ടി എണ്ണ പുരട്ടി തടവുന്ന പതിവും സാധാരണമാണ്.

### മുരിങ്ങ



ഒരു ഹ്രസ്വകാലവിളയായും ദീർഘകാലവിളയായും മുരിങ്ങ (മൊരിങ്ങ ഒളിഫെറ) കൃഷിയിറക്കാവുന്നതാണ്. കേരളത്തിലെ വീട്ടുവളപ്പുകളിൽ സർവ്വസാധാരണമാണ് മുരിങ്ങ. സൂര്യപ്രകാശം ലഭിക്കുന്നതും നല്ല നീർവാർച്ചയുള്ളതും വെള്ളക്കെട്ട് ഇല്ലാത്തതുമായ സ്ഥലമാണ് മുരിങ്ങ നടുന്നതിന് അനുയോജ്യം. വിത്തുവഴിയും കമ്പുമുറിച്ചുവെച്ചും തോട്ടം വെച്ചുപിടിപ്പിക്കാം. ഒന്നു മുതൽ ഒന്നര മീറ്റർവരെ നീളമുള്ള കമ്പുകളാണ് നടുവാൻ സാധാരണയായി ഉപയോഗിക്കാറുള്ളത്. നടീൽ അകലം നാലു മീറ്റർ ആയി ക്രമപ്പെടുത്തുന്നതാണ് അഭികാമ്യം. വേരിൽ



ബാഷ്പീകരണതൈലവും പട്ടയിൽ ആൽക്കലോയിഡും ഇലയിൽ വിറ്റാമിൻ എ യും സിയും ധാരാളമടങ്ങിയിരിക്കുന്ന മുരിങ്ങയുടെ എല്ലാ ഭാഗങ്ങളും ഔഷധയോഗ്യമാണ്. മുരിങ്ങവിത്തിൽനിന്നും തയ്യാറാക്കുന്ന തൈലം വാതരോഗങ്ങൾക്ക് ബാഹ്യലേപനമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. മുരിങ്ങയിലയും ഉപ്പും ചേർന്ന മിശ്രിതം അരച്ചിടുമ്പോൾ സന്ധിവേദനയ്ക്ക് അത്യന്തമാണ്. മുരിങ്ങയില ദിവസവും കഴിക്കുന്നതും ഉപ്പുവർജ്ജിക്കുന്നതും രക്തസമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാൻ അതീവസഹായകരമാണ്. ഇല ഉല്പാദനത്തിനുവേണ്ടി നടീൽ അകലം വളരെ കുറച്ച് കൊമ്പുകോതി കുറ്റിച്ചെടിയായി വളർത്തുന്നതാണ് ഉത്തമം.

മുരിങ്ങയിലയിലാണ് ഇലക്കറികളിൽ വച്ച് ഏറ്റവും കൂടുതൽ ജീവകം എ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്. ഇത് നേത്രരോഗങ്ങൾക്ക് അത്യന്തമാണ്. ഇല സ്ഥിരമായി കഴിക്കുകയാണെങ്കിൽ കാഴ്ചശക്തി അഭിവൃദ്ധിപ്പെടും. ജീവകം എ ക്ക പുറമേ സിയും കാൽസിയവും ഇരുമ്പ് തുടങ്ങിയവയും അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഗർഭിണികൾക്കുള്ള ആഹാരത്തിലും മുരിങ്ങയില ഉൾപ്പെടുത്താം.

**അശോകം**



അതിമനോഹരമായ ചുവന്നപൂക്കൾ വിരിയുന്ന അശോകം (സരാക്ക അശോക) ഹിന്ദുക്കളുടെ ഒരു പുണ്യവൃക്ഷമാണ്. അശോക വനിയിലാണ് രാവണന്റെ ലങ്കയിൽ അപഹരിക്കപ്പെട്ട സീതാദേവിയെ പാർപ്പിച്ചിരുന്നത്. ദുഃഖം അഥവാ ശോകം ഇല്ലാതാക്കുന്നത് എന്നർത്ഥത്തിലാണ് ഈ മരത്തിന് അശോകം എന്ന പേര് ലഭിച്ചിരിക്കുന്നത്.

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

---

മരപ്പട്ടയം പൂവുമാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗങ്ങൾ. ഗർഭാശയ രോഗങ്ങൾ, ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾ, ആർത്തവ അസുഖങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ശമിപ്പിക്കുന്നതിന് അശോകം പുകൾപെറ്റതാണ്. ഗർഭാശയ-ആർത്തവസംബന്ധമായ അസുഖങ്ങൾക്ക് ഇതിന്റെ തൊലി ഉപയോഗിക്കുന്നു. പൂവ് പലതരത്തിലുള്ള ചർമ്മരോഗങ്ങൾക്ക് സിദ്ധൗഷധമാണ്. ഇതിന്റെ മരത്തൊലി അശോകാരിഷ്ടം നിർമ്മിക്കുന്നതിന് ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്തതാണ്. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. പൊഴിഞ്ഞുവീഴുന്ന വിത്തുകൾ പെറുക്കിയെടുത്ത് നല്ലറിയിൽ പാകി കിളിർപ്പിച്ച് തൈകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു. രണ്ടുമാസം മൂപ്പെത്തിയ തൈകൾ ആണ് നടുവാൻ അനുയോജ്യം. കാലവർഷത്തിന്റെ ആരംഭത്തോടുകൂടി സ്ഥലം കിളച്ചൊരുക്കി 3 മീറ്റർ അകലത്തിൽ തൈകൾ നട്ടുന്നു. കാലിവളം ചെടിയൊന്നിന് ഒന്നാംവർഷം മുതൽ നാലുകിലോയും കാലക്രമേണ ഇത് വർദ്ധിപ്പിച്ച് 5 വർഷമാകുമ്പോൾ 10 കിലോ വീതവും പ്രയോഗിക്കണം. മരമൊന്നിന് 90:45:45 ഗ്രാം നൈട്രജൻ, ഫോസ്ഫറസ്, പൊട്ടാസിയം ശുപാർശ ചെയ്തിരിക്കുന്നു. നട്ടു 10 വർഷം കഴിഞ്ഞശേഷം മരത്തൊലി ശേഖരിക്കാവുന്നതാണ്. തറ നിരപ്പിൽനിന്നും 15 സെ.മീ. ഉയരത്തിൽ വച്ച് തടി മുറിച്ചെടുക്കാം. വളവും വെള്ളവും ആവശ്യാനുസരണം നൽകുകയാണെങ്കിൽ ചുവട്ടിൽനിന്നും ശിഖരങ്ങൾ വളരുകയും വീണ്ടും അഞ്ചുവർഷം കഴിഞ്ഞ് വിളവെടുക്കുകയും ചെയ്യാം. മരം മുറിക്കാതെ തന്നെ സുസ്ഥിരമായരീതിയിൽ വിളവെടുക്കുവാനുള്ള സംവിധാനങ്ങളും വികസിപ്പിച്ചെടുത്തിട്ടുണ്ട്. മരത്തിന്റെ ഒരുവശത്തെ തൊലി മാത്രം ഉരിഞ്ഞെടുക്കുന്നു. ഒന്നരണ്ടു വർഷം കഴിയുമ്പോഴേക്കും വീണ്ടും പഴയതുപോലെ തൊലി കൊണ്ട് ആവരണം ചെയ്യപ്പെടും. അപ്പോൾ മറ്റുഭാഗത്തെ തൊലിനീക്കം ചെയ്യാം. വർഷങ്ങളോളം ഇത് ആവർത്തിക്കാവുന്നതാണ്.

---

**കരിനൊച്ചി**



ജൈവവേലിയായി വച്ചുപിടിപ്പിക്കുവാൻ പറ്റിയ ഒരു ചെറുമരമാണ് *വൈറ്റിക്സ് നെഗണ്ട* എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന കരിനൊച്ചി. പുറംതൊലിക്ക് ഇരുണ്ട ചാരനിറമാണ്. ഇലയാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. നീരിനും വേദനക്കും സിദ്ധൗഷധമാണ്. വാതം, ഗൊണേറിയ തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങൾക്ക്

ഇല അരച്ച് ലേപനം ചെയ്യണം. കരിനൊച്ചിയില തീയിൽ വാട്ടി തിരുമ്മിയാൽ സന്ധിവീക്കം, ഉളക്ക് തുടങ്ങിയ അസുഖങ്ങൾ പമ്പകടക്കും. ഇലനിറച്ച തലയിണ വച്ച് കിടക്കുന്നത് തലവേദനയും ജലദോഷപ്പുനിയും അകറ്റും. ഇലച്ചാറുകൊണ്ട് എണ്ണകാച്ചി തേച്ചാൽ ജലദോഷം മാറും. ജലദോഷപ്പുനിയ്ക്ക് കരിനൊച്ചിയിലയും തിപ്പലിയും ചേർത്ത് കഷായവും ഉത്തമമാണ്. ശരീരത്തിന്റെ മാംസപേശികൾക്ക് ഉറപ്പും ബലവുമുണ്ടാക്കാൻ കരിനൊച്ചിയിലച്ചാറ് ആവണക്കെണ്ണയിൽ ചേർത്ത് കാച്ചി ഉപയോഗിക്കുന്നത് അഭികാമ്യമാണ്. കരിനൊച്ചിയില കഷായം വച്ച് ചൂടോടുകൂടി കവിൾകൊള്ളുന്നത് വായുണ്ണു, തൊണ്ടവേദന തുടങ്ങിയവയ്ക്ക് ഉത്തമമാണ്. തണ്ടുമുറിച്ച് വച്ച് വേര പിടിപ്പിച്ചും വംശവർദ്ധനവ് നടത്താവുന്നതാണ്.

**പുന്ന**



ഒരു നിത്യഹരിതവൃക്ഷമായ പുന്ന (*കലോഫില്ലം ഇനോഫില്ലം*)യിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്ന പരിപ്പിൽനിന്നും വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്ന പുന്നക്കയണ്ണ വന്ദങ്ങൾക്ക്

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

---

ബാഹ്യലേപനമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. വൈദ്യുതിയുടെ വരവിന് മുമ്പ് പണ്ടുകാലത്ത് വിളക്കുതെളിക്കുവാൻ പുനയ്ക്ക എണ്ണ ധാരാളമായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. ഇല, പൂവ്, കായ്, പശ, തോൽ, എണ്ണ എന്നിവയെല്ലാം ഔഷധഗുണത്താൽ സമ്പന്നമാണ്. പുനയില 12 മണിക്കൂർ വെള്ളത്തിൽ കുതിർത്ത ശേഷം ആ വെള്ളംകൊണ്ട് കണ്ണുകൾ കഴുകുന്നത് നേത്രരോഗങ്ങൾക്ക് ഗുണകരമാണ്. പുനപ്പൂവ് അരച്ച് ലേപനമായി പുരട്ടുന്നതും ചർമ്മരോഗങ്ങൾക്ക് ഉത്തമമാണ്. പുനയ്ക്ക എണ്ണ വ്രണങ്ങൾക്കുള്ള ലേപനമായും ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. കഷുരോഗത്തിനുപോലും ഇത് ഗുണകരമാണ്. ശുദ്ധീകരിച്ചെടുത്ത പുനയ്ക്കഎണ്ണ കഷുരോഗങ്ങൾക്ക് ഇൻഡോമസ്കലർ ഇൻജക്ഷനായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. വാതസംബന്ധമായ വേദന, വീക്കം എന്നീ ബുദ്ധിമുട്ട് അനുഭവപ്പെടുന്ന ശരീരഭാഗങ്ങളിൽ പുനക്കുരുവിന്റെ പരിപ്പെടുത്ത് വേർതിരിച്ച് അരച്ച് പുരട്ടുന്നത് ഉത്തമമാണ്. പുനത്തോൽകൊണ്ട് ചർമ്മങ്ങൾ അണുവിമുക്തമാക്കാനുള്ള ലോഷൻ വളരെ എളുപ്പത്തിൽ ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കാവുന്നതാണ്. 300 ഗ്രാം പുനത്തോൽ, 4 ഗ്ലാസ് വെള്ളത്തിൽ തിളപ്പിച്ച് തണുപ്പിച്ച് അരിച്ചെടുക്കുന്ന ഈ ഔഷധജലം രോഗാണുക്കളെ നശിപ്പിക്കാനും വൃണം സുഖപ്പെടുത്തുവാനും പുകൾപെറ്റതാണ്.

വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. കൃഷിസ്ഥലം കിളച്ചൊരുക്കിയശേഷം 5 മീറ്റർ അകലത്തിൽ കാലവർഷത്തിന്റെ ആരംഭത്തോടുകൂടി തൈകൾ നടുന്നു. 4- മത്തെ വർഷം മുതൽ കായ് വിളവെടുക്കാനാകും. സുസ്ഥിരവിളവെടുപ്പു സമ്പ്രദായങ്ങൾ അവലംബിക്കുകവഴി അഞ്ചാംവർഷം മുതൽ മരത്തിൽനിന്നും തോലും ഇലകളും സംഭരിക്കാവുന്നതാണ്.

ചന്ദനം



ചന്ദനം ചാരിയാൽ ചന്ദനം മണക്കും എന്നാണ് പഴമൊഴി. ചന്ദനത്തിന്റെ (സന്ദാലം ആൽബം) കാതലിനാണ് സുഗന്ധവും ഔഷധവീര്യവും. കേരളത്തിലെ മറയൂർ ചന്ദനം ലോക പ്രസിദ്ധമാണ്. ചന്ദനക്കാതൽ അരച്ച് ദേഹത്തിൽ പുരട്ടുന്നത് ചർമ്മരോഗങ്ങൾക്ക് ഉത്തമമാണ്. സാധാരണയായി

പൌഡർപുശുവോൾ രോമകൂപങ്ങളിൽ നിന്നും വിയർപ്പിന്റെ നിർഗ്ഗമനം തടയുന്നു. എന്നാൽ ചന്ദനം വിയർപ്പിനെ വലിച്ചെടുക്കുകയും ശരീരത്തിനു കളിർമ്മപകരുകയും ചെയ്യുന്നു. ചന്ദനം അരച്ച് നെല്ലിക്കാച്ചാറിൽ ദിവസവും സേവിക്കുന്നത് പ്രമേഹത്തിന് നല്ലതാണ്. സ്ത്രീകൾ മഞ്ഞുകാലത്ത് കങ്കുമവും ഉഷ്ണകാലത്ത് ചന്ദനവും ഉപയോഗിക്കുന്നു. ചന്ദനത്തെലം നിർമ്മിക്കുന്നത് കാതലിൽനിന്നുമാണ്. ചന്ദനസോപ്പു നിർമ്മാണത്തിനും ഇത് അനിവാര്യമാണ്.

ഒരു ചെറുവൃക്ഷമായ ചന്ദനം അർദ്ധപരാദജീവിതമാണ് നയിക്കുന്നത്. ഇതൊരു മൃലപരാദമാണ്. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. തൈകൾ മൂന്നുമീറ്റർ അകലത്തിലെടുക്കുന്ന കുഴികളിൽ ജൈവവളം ചേർത്ത് ഇളക്കിയശേഷം നട്ടുന്നു. ചന്ദനത്തെ നട്ടുന്നതിനോടൊപ്പം ആ കുഴിയിൽതന്നെ വേപ്പിൻതൈ, ഉങ്ങ് തൈ തുടങ്ങിയ ഏതെങ്കിലും തൈ നട്ടേണ്ടതും അനിവാര്യമാണ്. ഈ ചെടിയുടെ വേരുമായി ചന്ദനവേരുകൾ ബന്ധം സ്ഥാപിച്ചെടുക്കുന്നു. ഏതാണ്ട് 30 വർഷത്തിനുശേഷം മരംവെട്ടി

വെള്ളനീക്കി കിട്ടുന്ന ചന്ദനകാതൽ നീരാവിസ്വേദനം നടത്തി ചന്ദനതൈലം നിർമ്മിക്കുന്നു.

**പൂവരശ്**



തൈസീസിയ                      പൊപ്പാൾനിയ  
എന്നാണ് പൂവരശ്ശിന്റെ ശാസ്ത്രനാമം. തമിഴിൽ പൂ എന്നാൽ ഭ്രമിയെന്നും അരശ് എന്നാൽ ചക്രവർത്തിയെന്നുമാണ് സാരം. ചക്രവർത്തിമാർ                      ദൃഷ്ടൻമാരെ കൊന്നൊടുക്കി പ്രജകൾക്ക് ക്ഷേമം പ്രദാനം

ചെയ്യുന്നതുപോലെ പൂവരശ് വിഷബീജങ്ങളെ നിയന്ത്രിച്ച് മനുഷ്യന്റെ ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കുവാൻ സഹായിക്കുമെന്നാണ് സങ്കല്പം. ഒരു നിത്യഹരിതവൃക്ഷമായ പൂവരശ്ശിന്റെ എല്ലാ ഭാഗങ്ങൾക്കും ഔഷധഗുണമുണ്ട്. ചർമ്മരോഗങ്ങൾക്കെതിരെയാണ് പ്രധാനമായും ഇത് ഉപയോഗിക്കുന്നത്. ഇതിന്റെ ഇല ഉണക്കി കത്തിച്ച് ചാരമാക്കി വെളിച്ചെണ്ണയിൽ ചാലിച്ച് ചൊരി, ചിരങ്ങ് തുടങ്ങിയവയിൽ ലേപനം ചെയ്യുന്നത് ഏറെ ഫലപ്രദമാണ്. 50 ഗ്രാം തൊലി 500 മി.ലിറ്റർ വെളിച്ചെണ്ണയിൽ കാച്ചി ലേപനം ചെയ്യുന്നത് ചർമ്മരോഗങ്ങൾക്ക് ഉത്തമമാണ്. വേരിന്റെ തൊലിയും പറങ്കിപട്ടയും ഇടിച്ചുപൊടിയാക്കി രണ്ടുനേരം വെണ്ണചേർത്ത് കഴിക്കുന്നത് ക്ഷുരോഗത്തിനുപോലും ഫലപ്രദമാണ്. കീടങ്ങൾ കടിച്ച ഭാഗത്തും മുറിവിലും പൂവരശ്ശിന്റെ പൂവ് അരച്ചിടുന്നത് ഗുണകരമാണ്.

തീരപ്രദേശങ്ങളിൽ ശാഖോപശാഖകളോടുകൂടി മരമായി പടർന്ന് പന്തലിച്ചും പൂവരശ് വളരുന്നു. ശിഖരങ്ങൾ മുറിച്ച് വച്ചും വർദ്ധനവ് നടത്താം. നട്ടുകഴിഞ്ഞ് മൂന്നാംവർഷം മുതൽ പുഷ്പിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. അതിനുശേഷം

ആവശ്യാനുസരണം വേരിൽ മേൽതൊലിയും മരപ്പട്ടയും പൂവും ഇലയുമെല്ലാം ശേഖരിക്കാവുന്നതാണ്.

**രക്തചന്ദനം**



ചർമ്മരോഗചികിത്സയിൽ വ്യാപകമായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്ന ഒരു ചെറുമരമാണ് രക്ത ചന്ദനം (ടീറോകാർപ്പസ് സ് ന്റാലിനസ്).

കാതൽ ആണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. സ്വാഭാവികനീറം വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്നതിനും സൗന്ദര്യവർദ്ധകവസ്തുക്കൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിനും ഇത് ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. രക്തചന്ദനം അരച്ചു നെറ്റിയിൽ പുരട്ടിയാൽ തലവേദന പമ്പകടക്കും. ഇത് വ്രണത്തിലോ പരുവിലോ പുരട്ടിയാൽ വൃണം വേഗത്തിൽ ഉണങ്ങുകയും ചെയ്യും. മരത്തിന്റെ തൊലി ആഴത്തിൽ വിണ്ടുകീറിയിരിക്കുന്നു. ഇത് വെട്ടിക്കഴിഞ്ഞാൽ ചുവപ്പുനിറത്തിലുള്ളകറ ഊറിവരും. വരണ്ട ഇലപൊഴിയും കാടുകളിൽ കാണപ്പെടുന്ന രക്തചന്ദനം കേരളത്തിൽ വ്യാപകമായി നട്ടുപിടിപ്പിക്കാവുന്നതാണ്. വരണ്ട കാലാവസ്ഥക്ക് ഇണങ്ങി വളരുന്ന ഇനമായതുകൊണ്ട് ജലസേചനം പാടെ ഒഴിവാക്കാം. വിത്തു പാകി പഠിച്ചുനട്ട് പുതിയതോട്ടം വച്ചുപിടിപ്പിക്കാം. ഉണങ്ങിയ വിത്തുകൾ കാറ്റിൽ പറന്നു പോകുന്നതുകൊണ്ട് പാകമായി കഴിഞ്ഞാൽ ഉടൻതന്നെ വിത്തുകൾ മരത്തിൽ നിന്നും പഠിച്ചെടുക്കണം. ഇത് സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ ഉണക്കി സൂക്ഷിക്കാവുന്നതാണ്. തവാരണകളിൽ പാകുന്നതിന് മുമ്പായി വിത്ത് 24 മണിക്കൂർ ചാണകവെള്ളത്തിൽ മുക്കിവയ്ക്കണം. മൂന്നുമുതൽ നാലു മാസം വരെ പ്രായമായ തൈകൾ ഒന്നരമീറ്റർ അകലത്തിൽ എടുക്കുന്ന 60 സെ.മീ. സമചതുരാകൃതിയിലുള്ള കുഴിയിൽ കാലിവളം നിറച്ചുമുടിയശേഷം

നടാവുന്നതാണ്. ആവശ്യാനുസരണം വളപ്രയോഗം കമ്പുകോതലുമെല്ലാം അനുവർത്തിക്കാവുന്നതാണ്.

10 വർഷം കഴിയുമ്പോൾ വിളവെടുക്കാം. വളരുംതോറും കാതലിന്റെ തൂക്കം വർദ്ധിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ആവശ്യാനുസരണം വിളവെടുപ്പും ക്രമീകരിക്കുന്നതാണ് ഉത്തമം. വെട്ടിയെടുത്ത കാതൽ സൂര്യപ്രകാശത്തിൽ ഉണക്കി വിപണനം ചെയ്യാം.

**ഉങ്ങ്**



ഔഷധമായും ജൈവഡീസൽ നിർമ്മാണത്തിനും വ്യാപകമായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്ന വരൾച്ചയെ ചെറുക്കുവാൻ കെലുള്ള ഒരു ഇടത്തരം വൃക്ഷമാണ് ഉങ്ങ് (പൊൻഗാമിയ പിന്നേറ്റ).

അന്തരീക്ഷമലിനീകരണം നിയന്ത്രിക്കുവാൻ കെലുള്ള ഈ മരം നഗരപ്രദേശങ്ങളിൽപ്പോലും ശുദ്ധമായ പ്രാണവായുവിനു വേണ്ടി നട്ടുവളർത്താവുന്നതാണ്. ഇതിന്റെ വേര്, തൊലി, ഇല, പൂവ്, കായ് എന്നിവയെല്ലാം തന്നെ ഔഷധനിർമ്മാണത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഉങ്ങിന്റെ വേര് ചതച്ചുപിഴിഞ്ഞെടുത്ത നീരിൽ വേപ്പിലയും കരിനൊച്ചി ഇലയും കൂടി അരച്ചെടുത്ത് അഴുകിയ വൃണങ്ങളിൽ പുരട്ടിയാൽ വൃണം സുഖപ്പെടും. ഇതിൽ പട്ട ചേരുന്ന ഔഷധങ്ങൾ ചർമ്മരോഗങ്ങൾക്ക് ഏറെ ഫലപ്രദമാണ്.



## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. കായ്കൾ പഠിച്ചെടുത്ത് ഉണക്കി വിത്തുകൾ ശേഖരിക്കുന്നു. തവാരണകളിൽ പാകുന്നതിനുമുമ്പായി 12 മണിക്കൂർ വെള്ളത്തിൽ കുതിർക്കുന്നത് വേഗം മുളപൊട്ടുവാൻ സഹായിക്കും. 45 സെ.മീ. സമചതുരാകൃതിയിൽ എടുക്കുന്ന കുഴികളിൽ കാലിവളം നിറച്ചശേഷം മൂന്നുമീറ്റർ അകലത്തിൽ തൈകൾ പഠിച്ചുനട്ടുന്നു. കാര്യമായ പരിചരണമുറകൾ ഇല്ലാതെ തന്നെ ഉണ്ട് വളർന്നുവരുമെങ്കിലും ആദ്യവർഷങ്ങളിൽ വേനൽക്കാല നന ഗുണം ചെയ്യും.

അഞ്ചുവർഷം പ്രായമെത്തിയ മരത്തിൽ നിന്നും കായും ഇലയും ശേഖരിച്ചു തുടങ്ങാം. പത്താം വർഷം മുതൽ നിയന്ത്രിതമായ രീതിയിൽ വേരും പട്ടയും സുസ്ഥിരമായ വിധത്തിൽ വിളവെടുക്കാവുന്നതാണ്.

### കുമിഴ് / കമ്പിൾ



മെലിന ആർബോറിയ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന കുമിഴ് ദശമൂലത്തിലെ ഒരു പ്രധാനചേരുവയാണ്. മാത്രവുമല്ല നിരവധി ആയുർവ്വേദ മരുന്നുകൾ നിർമ്മിക്കുന്നതിനും ഇതിന്റെ വേര് വ്യാപകമായി ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. അർദ്ധഹരിതവനങ്ങളിലും ഇലപൊഴിയും അർദ്ധവനങ്ങളിലും ഈ മരം കണ്ടുവരുന്നു. സൂര്യപ്രകാശം ധാരാളം വേണ്ടുന്ന മരമായതുകൊണ്ട് തെങ്ങിൻതോട്ടത്തിൽ മിശ്രവിളയായി നട്ടുന്നത് അഭികാമ്യമല്ല. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. കായ്കൾ മഞ്ഞനിറമാകുമ്പോൾ മരങ്ങളിൽ നിന്നും ശേഖരിക്കുന്നു. ഇവ കുറുപ്പുനിറമാകുമ്പോൾ കായുടെ മാംസളഭാഗം നീക്കം ചെയ്ത് വിത്ത് വേർതിരിച്ചെടുത്ത് രണ്ടുമൂന്നുദിവസം ഉണക്കിയെടുക്കുന്നു. ഈ വിത്തുകൾ തൈകളും സ്തമ്പുകളും ഉണ്ടാക്കുന്നതിന് വേണ്ടി

ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. രണ്ടു മുതൽ മൂന്നുമീറ്റർവരെ അകലത്തിൽ തൈകൾ നടാവുന്നതാണ്. 10 വർഷം കഴിയുമ്പോഴേക്കും ദശമൂലാരിഷ്ടം നിർമ്മിക്കുന്നതിനുവേണ്ടി മരച്ചുവട്ടിൽനിന്നും വേര് സംഭരിക്കാവുന്നതാണ്.

**വേങ്ങ**



‘റ്റീ റോകാർപസ് മാർസൂപ്പിയം’ എന്ന ശാസ്ത്രനാമത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന വേങ്ങ ലെഗുമിനേസ കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്നു. നമ്മുടെ വനങ്ങളിൽ കണ്ടുവരുന്ന വൻമരങ്ങളിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ് വേങ്ങ. ഉഷ്ണമേഖലാ വനങ്ങളിലാണ് ഇത് സാധാരണയായി കാണുന്നത്. നട്ട് അഞ്ചുവർഷം

കഴിയുമ്പോഴേയ്ക്കും തടിയിലൂടെ ഒരു ചുവന്ന പശ ഒലിച്ചിറങ്ങാറുണ്ട്. ഇതും ഔഷധഗുണം തികഞ്ഞതാണ്. വേങ്ങ കാതൽകൊണ്ട് കപ്പ് ഉണ്ടാക്കി തലേദിവസം നിറച്ചുവെച്ച വെള്ളം പിറ്റേദിവസം കുടിക്കുന്നത് പ്രമേഹരോഗികൾക്ക് ഹിതകരമാണ്. അല്ലെങ്കിൽ വേങ്ങ കാതൽ ഇട്ട വെള്ളം കുടിക്കുന്നതും പ്രമേഹരോഗികൾക്ക് ഉത്തമമാണ്. ഇലയും പൂവും അരച്ചെടുത്ത് ചർമ്മരോഗങ്ങൾക്കും പൊള്ളലിനും എതിരെ ഉപയോഗിക്കുന്നു. വേങ്ങയിൽ വെട്ടിയാൽ അതിൽനിന്നും രക്തവർണ്ണത്തിലുള്ള ഒരു കര ഊറിയിറങ്ങും. ഊറി വരുന്ന ഈ കറയ്ക്ക് പല ഉപയോഗങ്ങൾ ഉണ്ട്. ഇത് ഉണക്കിയെടുത്ത് വൃണത്തിലിട്ടാൽ വ്രണം വേഗത്തിൽ ഉണങ്ങും. ഈ പശ നെയ്യിലിട്ട് വറുത്ത് പൊടിച്ച് ഒരു നുള്ള് കഴിച്ച് പാൽ സേവിച്ചാൽ മലബന്ധവും മൂലക്കുരുവും ശല്യപ്പെടുത്തുകയില്ല. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. കാർഷികവനവൽക്കരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി വേങ്ങ വച്ചുപിടിപ്പിക്കാം.

**കാഞ്ഞിരം**



കാഞ്ഞിരം രണ്ടു തരമുണ്ട് - മര കാഞ്ഞിരവും (സ്ട്രിക്റ്റോസ് നക്സോമിക്ക), വള്ളി കാഞ്ഞിരവും (സ്ട്രിക്റ്റോസ് ബോർഡിലോണ അഥവാ സ്ട്രിക്റ്റോസ് കൊളുബ്രെന). ലോഗാനിയേസി കുടുംബത്തിൽ

പെടുന്നതാണ് ഇവ. കാഞ്ഞിരത്തെ വിഷസസ്യങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽ ആണ് ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. കാഞ്ഞിരക്കുരു ഇന്ന് ആയുർവേദത്തിലും, അലോപതിയിലും, ഹോമിയോപതിയിലും വ്യാപകമായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. മരകാഞ്ഞിരം ഒരു ദീർഘകാല വൃക്ഷവിളയാണ്. കാഞ്ഞിരക്കാതൽ വളരെ വിശിഷ്ടമാണ്. ഇത് ചിതലരിക്കുന്നതല്ല. ഇലയ്ക്കും, കായ്കൾക്കും അതി കഠിനമായ കയ്യു രസമാണ്. കാഞ്ഞിരക്കുരുവിൽ സ്റ്റിക്ലിൻ എന്ന ഏറ്റവും കൂടുതൽ കയ്യുരസമുള്ള ആൽക്കലോയ്ഡ് ആണ് അടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്. കുരുവിൽനിന്നും ഇത് വാണിജ്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ വേർതിരിച്ചെടുത്ത് ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. കൂടാതെ വിത്തിൽ മറ്റു ആൽക്കലോയ്ഡുകളായ ലോഗാനിൻ, ബ്രൂസിൻ, വോമിസിൻ, തുടങ്ങിയവയും അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. ഇതിൽ സ്റ്റിക്ലിൻ എന്ന ആൽക്കലോയിഡിന് കേന്ദ്രസിരാവ്യൂഹത്തെ വളരെ എളുപ്പം ഉത്തേജിപ്പിക്കുവാനുള്ള പ്രത്യേക കഴിവുണ്ട്. നക്സോമിക്ക എന്ന പേരിലാണ് കാഞ്ഞിരത്തിന്റെ പട്ട അറിയപ്പെടുന്നത്. കാഞ്ഞിരത്തിന്റെ വിത്ത്, വേര്, തളിര് എന്നീഭാഗങ്ങൾ ശുദ്ധി ചെയ്ത് ഔഷധപ്രയോഗത്തിന് ഉപയോഗിക്കാം. ഈ ഔഷധം ശ്വാസകോശത്തിന്റെയും, ഹൃദയത്തിന്റെയും പ്രവർത്തനങ്ങളെ ഉത്തേജിപ്പിക്കും. തളർ വാതത്തിന് കാഞ്ഞിരതളിരില കഷായം

## കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാല

ഉത്തമമാണ്. തലവേദനയ്ക്ക് കാഞ്ഞിരക്കാതൽ അരച്ച് നെറ്റിയിൽ പുരട്ടുന്നത് നല്ലതാണ്. കാഞ്ഞിരക്കുരു അരച്ചുപുരട്ടുന്നത് സന്ധിവാതത്തിന് ഗുണകരമാണ്. വൃണം ഉണങ്ങുവാൻ കാഞ്ഞിരത്തിന്റെ ഇല വൃണത്തിൽ വെച്ചുകെട്ടുന്നത് ഏറെ ഗുണം ചെയ്യും. കാഞ്ഞിരത്തൊലിയും കരിക്കിന്റെ തൊണ്ടും കൂടി ചതച്ചുപൂശുന്നത് സന്ധിവേദന, നീര് തുടങ്ങിയവയ്ക്ക് ഉത്തമമാണ്. വിത്ത് സംഭരിച്ച് ഉണക്കി വിലമ്പന നടത്താവുന്നതാണ്. വിത്തുവഴിയാണ് വംശവർദ്ധനവ്. വേരിൽനിന്നും പുതിയ തൈകൾ കിളിർത്തുവരാറുണ്ട്. നല്ലറിയിൽ വിത്തുപാകി തൈകൾ തയ്യാർ ചെയ്ത് പഠിച്ചുനട്ടാണ് പുതിയ തോട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്.

### അങ്കോലം



അലാൻജിയം സാൽവിഫോളിയം

എന്നാണ് ശാസ്ത്രനാമം. ഇത് അലാൻജേസിയേ കുടുംബത്തിൽപ്പെടുന്നു. ഒരു ചെറുമരമാണിത്. വേര് ഔഷധയോഗ്യമാണ്. അതിപുരാതനകാലം മുതലേ വേര് പേപ്പട്ടിവിഷ ചികിത്സയിൽ ഉപയോഗിച്ചുവരുന്നു. വേരിന്റെ തൊലിയിൽ അലാൻജിൻ, മാർക്കിൻ തുടങ്ങിയ

ആൽക്കലോയിഡുകൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. വിഷജന്തുക്കൾ കടിച്ചാൽ മുറിവിൽ അങ്കോലത്തിന്റെ വേര്, ഇല, തൊലി ഇവ അരച്ചുപുരട്ടുന്നത് ഗുണം ചെയ്യും. വളരെ സാവധാനത്തിൽ മാത്രം വളരുന്ന ഒരു ചെറുമരമാണ് അങ്കോലം. വേരിൽനിന്നും പൊട്ടിക്കിളിർത്ത് പുതിയ തൈകൾ ഉണ്ടാകുന്നു. തൈകൾ പഠിച്ചുനട്ടുമ്പോൾ 3 മീറ്റർ X 3 മീറ്റർ അകലം പാലിക്കാവുന്നതാണ്.

**അദ്രാക്ഷം**



‘ഇലയേകാർപസ്’ ഗാനിട്രസ്

എന്നാണ് ശാസ്ത്രനാമം. ഇലയേകാർപ്സീ കുടുംബാംഗമാണ്. ഒരു നിത്യ ഹരിത വൃക്ഷമാണിത്. സമുദ്രനിരപ്പിൽനിന്നും 2000 മീറ്റർവരെ ഉയരമുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ അദ്രാക്ഷം നട്ടുവളർത്താം. നട്ട് അഞ്ചുവർഷം കഴിയുമ്പോൾ വൃഷം പുഷ്പിക്കുവാൻ തുടങ്ങുന്നു. പൂങ്കലകൾ വെള്ള നിറത്തിലാണ് പ്രത്യക്ഷപ്പെടുക. ഇതിന്റെ പാകമായ കായ്കൾ നീലനിറത്തോടുകൂടിയതാണ്. മാംസളമായ പുറത്തോട് നീക്കം ചെയ്താണ് അതിനുള്ളിലെ അദ്രാക്ഷം വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്നത്. ഫലമാണ് ഔഷധയോഗ്യമായ ഭാഗം. അദ്രാക്ഷം ധരിക്കുന്നത് ഹൃദ്രോഗം അകറ്റും എന്നാണ് വിശ്വാസം.