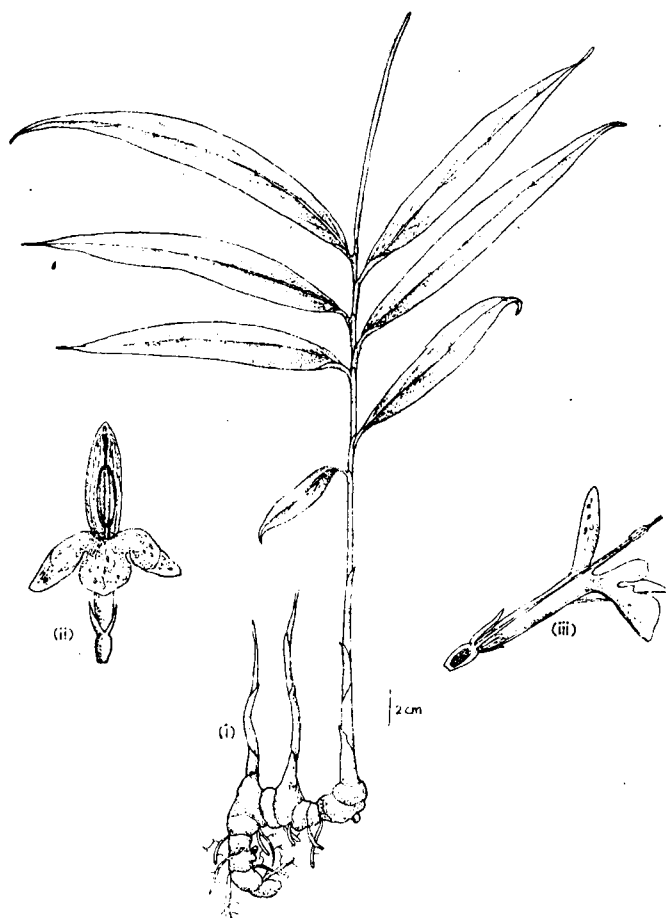


අලුත් නොහඬන්



ශ්‍රී ලංකාවේ ඖෂධ
පැළෑටි සංරක්ෂණය හා
තිරසාර භාවිතය පිළිබඳ
ව්‍යාපෘතියේ අනුග්‍රහයෙන්,
ආයුර්වේද
දෙපාර්තමේන්තුවේ
විශේෂ සංස්කාරක
මණ්ඩලයක් විසින්
සම්පාදනය කරන ලද
ඖෂධීය ශාක සංග්‍රහය
නැමැති අගනා කෘතියෙන්
උපුටා ගත් සටහනකි.

ඉඟුරු



න්දියාවේ හා ලංකාවේ සෑම ප්‍රදේශයකම වැවෙන ඉඟුරු අමු හා වියැලි දෙයාකාරයෙන්ම ප්‍රයෝජනයට ගැනේ. එකම ඉඟුරු අලය වූණක් අමු අවස්ථාවේදී එක් ගුණයකුත් වියැලි අවස්ථාවේදී තවත් ගුණයකුත් පෙන්වයි. අමු ඉඟුරු සෙම වඩන අතර වියැලි ඉඟුරු සෙම තැනී කරයි. ඒ හැර බොහෝ විට අතිකුත් ගුණ එක සමාන ය.

අරිෂ්ට, ආසව, වූර්ණ, ගුලි, කල්ක, ස්වරස, සාක, ප්‍රලේප ආදී සියලුම ආකාරයේ ඖෂධ සංස්කරණයන්හි ඉඟුරු අන්තර්ගත ය. ශාහොෂධියක් වශයෙන් ද නිවසක වවාගෙන තබාගත යුතු ඉඟුරු පැළෑටිය බොහෝ අවස්ථාවල අත් බෙහෙතක් වශයෙන් ද ආහාර පාන රසවත් කරගැනීම පිණිස ද යොදා ගත හැකි ය. මේ නිසා ඉඟුරු ආර්ථික වශයෙන් ද වෙළෙඳ-පොළ ඉහළ තැනක් ගනී.

උද්භිද විද්‍යාත්මක නාමය
Zingiber officinale Roscoe
Zingiber blancoi Hassk
Amomum Zingiber

කුලය
ZINGIBERACEAE (හරිපා)

ව්‍යවහාර නාම
සිං - ඉඟුරු (අමු), සිද්ධිඟුරු (වියැලි)
ද - ශක්කු
ඉං - Ginger
සංස් - නාගර

පර්යාය නාම විවරණය
නාගර - නාගරයෙහි උපන් (ගොරවය සඳහා යෙදේ)
ශාංගවේර - අලයෙන් අං (ශාංග) මෙන් අල බෙදී යන නිසා දකුණු ඉන්දීය පෙදෙස්වලින් බහු-

ලව ලැබෙන නිසා
ඖෂධ - බෙහෙත යන අරුත සමඟ සෑම අවස්ථාවකදීම විවිධාකාරයෙන් ඔසුවක් ම වන නිසා
මහොෂධ - බෙහෙත්වල ප්‍රධානියා යනුයි
විශ්වොෂධ උතුම් බෙහෙත් සෑම අවස්ථාවකම සෑම යෝග්‍යකම යෙදෙන යෙදිය
විශ්වහෙෂජ හැකි
ආර්ද්‍රක - ජලගුණය හෙවත් තෙත් ගතිය ඇති
ව්‍යවහාර අංග
අල, කොළ
උද්භිද විද්‍යාත්මක විස්තරය

කඳ රෙරෙසෝමය කී. කෙටිය, ව්‍යාජ කඳ පත්‍රමය සි. සෙ.මී. 50 පමණ උස ය. සෘජු ය. කාලාකාර ය. පත්‍ර සෙ.මී. 15 1.5 පමණ වේ. පටු ලත්සාකාර හැඩැති ය. අති නිවු ය. සිතිඳුය. ජීන්වලය මි.මී. 2-4 දිගය, පටලමය සි. කොගඹුරු ද්වි බිණ්ඩියකියයි. පුෂ්ප මංජරි වෘත්ත සෙ.මී. 2.5 පමණ දිග ය. සෘජු ය. සෙ.මී. 3.5 පමණ වන ලත්සාකාර කොපුවකින් වැසී ඇත. අරියව පිහිටි ශුකි මත පුෂ්ප හටගනී. සෙ.මී 4-5 2 පමණ වේ. නිපත්‍ර කොළ පාටය, දරය ලා පැහැති ය. පටලමය ය. නිපත්‍රිකා නිපත්වලට සමානමුත් පටු ය. පටලමය සි. මණියේ දිග සෙ.මී. 12 පමණ වේ. මුකුට තාලයේ දිග සෙ.මී. 2.5, බිණ්ඩිකා අඳුරු කහ පාට ය. පෘෂ්ඨීය බිණ්ඩිකාව සෙ.මී. 2 1 පමණ වේ. කැපී පෙනෙන අයුරින් අගු-යේදී සිහින් වේ. පාර්ශ්වික බිණ්ඩිකා පටු ය. අධර-කාව අඳුරු තද දම් පාටකි. ක්‍රීම් කහ පැහැ පුල්ලි වැටී ඇත. මධ්‍ය බිණ්ඩිකාව මද හෝ කැපී පෙනෙන අයුරින් රවුම් ය. පලල සෙ.මී. 1 - 1.2 වේ. පරාග-ධානි තද දම් පාට ය. රේඛීය සි. හිමිබ කෝෂය මි.මී. 3 2 කි. සිතිඳු ය.

ව්‍යාප්තිය

නිපබිම වාර්තා නොවේ. ලෝකය පුරා පිහිටි කිවර්තන රටවල වගා කෙරේ.

පරිසරය

පහතරට අතමැදි කලාපයේ හොඳින් වැඩේ. කොළඹ හා පේරාදෙණිය යන ප්‍රදේශවලින් නිදර්ශක එකතු කර ඇත.

සජීවී ශාක සංරක්ෂිත ස්ථාන : පේරාදෙණියේ උද්හිද උද්‍යානය, නාවික නේ ඛණ්ඩාරනයක අනුස්මරණ ආයුර්වේද පර්යේෂණායතනය, බත්ගොඩ, පල්ලෙකැල්ල, ගිරාදුරුකෝට්ටේ ඔසු උයන්.

වියැලි නිදර්ශක ඇති ස්ථාන : පේරාදෙණියේ උද්හිද උද්‍යානයේ ජාතික ශාකාගාරය

නාවික නේ, ඛණ්ඩාරනයක අනුස්මරණ ආයුර්වේද පර්යේෂණායතන ශාකාගාරය. (Acc.No. 1197,1325)

ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රානුකූල විස්තරය

ප්‍රභේද

- වල් ඉඟුරු
- අප්‍රිකානු ඉඟුරු
- කල්කටා ඉඟුරු
- කොචින් ඉඟුරු හටගත් ප්‍රදේශය අනුව වර්ග කර ඇත.
- කැලිකට් ඉඟුරු
- ජැපනීස් ඉඟුරු

ගුණ කාර්ය

- රස - කටු
- ගුණ - ගුරු, රුක්ෂ, තීක්ෂණ (අමු) ලසු, ස්නිග්ධ
- වර්ගය - උෂ්ණ, අමු ඉඟුරු - ශීත වර්ගය
- විපාක - මධුර (සිද්ධිඟුරු) කටු (අමු)

ද්‍රෝෂ කාර්ය

කඵ වාත ශාමකය

ප්‍රධාන කාර්ය

ශීත ප්‍රශමන සි. වේදනා ස්ථාපන සි. ශෝථනර සි. ස්නායු උත්තේජක සි. තාපී උත්තේජක සි. වාත ශාමක සි. දීපන පාවන සි. අනුලෝමක සි. වෘෂ්ණ සි. ප්‍රදහකාරක සි. ස්නායු උත්තේජක සි.

ව්‍යවහාරික රෝග අවස්ථා

අරුචි, හෘල්ලාස, ආධිමාන, අජීර්ණ, කෝෂ්ඨ-වාත, වමන, අග්නිමාන්ද්‍රය, පිතස, ශ්වාස, කාස, හික්කා

ප්‍රකට යෝග

අරුචියට , අග්නි මාන්ද්‍රයට : ආහාරයට පෙර අමු ඉඟුරු ලුණු හෝ සවිඳ ලුණු සමඟ ස්වල්ප

වශයෙන් කෑම මෙය ත්‍රිදේශයට ම ගුණදයක ය. සත්තිපාන උණට, මුඛයේ වීරසතාවය හා මල බැඳීමට : ඉඟුරු, ගම්බිරිස්. නිප්පිලි, පූර්ණය ඉඟුරු යුෂ සමඟ මුඛයට ගෙන උගුර හා කට : ස්ඳීම කර ඉන්පසු සෙම කාරා දැමීම.

හිසරදයට : අමු ඉඟුරු ඇල්දියේ ගලගා ගැම ආමානීසාරයට : අමු ඉඟුරු ඉරවේරිය තම්බා බෝන්තට දීම

කල්ගිය ආමවනයට , කට්ටනයට : වියැලි ඉඟුරු කෂාය
කෂන ක්ෂීණ රෝගයට: ඉඟුරු වූර්ණය එළ-කිරෙන් දීම

අධංගු නිෂ්පාදිත මාෂධ

- ආර්ද්‍රකාචලේහය
- නාගරපානය
- නාගරාදී පංචක ක්වච්චය
- ආර්ද්‍රක පැණිය

ප්‍රධාන රසායනික සංඝටක

රෙරෙසෝමයෙහි තව dehydroshogaols සංයෝග 3 ක් අධංගු වේ. a-zingibirene, b-sesqui phellandrene හා ar-curcumene වේ. මීට අමතරව camphene, b-myrcene, a-phellandrene කෙල්වල copoene, a-farnesene, caryophyllene හා germacrene අධංගු වේ.

කෘෂි විද්‍යාත්මක විස්තර

බීජ ලබා ගැනීම

දෙසැම්බර් මස අස්වැන්න තෙලන ඉඟුරු අල-වලින් මේරූ අලය ඉවත් කර අංකුර සහිත ඇහිලි 3 ක අල කොටස් බීජ ලෙස යොදා ගනී. මේවා හුණු මිශ්‍ර වැලි වල ගිල්වා මාරුකු - අප්‍රේල් දක්වා රැස් කර ගත හැකි ය.

වගා කිරීම

මොටෙසියන් වැඩෙන ඇහිලි තුනේ බීජ අල මතාව හිරු එළිය වැටෙන ස්ථානයක සෙ.මී. 90 ක් පමණ පළලට අවශ්‍ය තරම් දිගට සෙ.මී. 22 ක් පමණ ගැඹුරට පසු ඉවත් කර ඒ මත දහසියා හෝ පිදුරු සෙ.මී. 15 ක් පමණ දමා ඒ මත කොම්-පෝස්ට් මිශ්‍රිත පස් දමා අංකුර ඇදුණු බීජ ඉඟුරු සෙ.මී. 20 20 පරතරය සිටින සේ සිටුවන්න. තෙතමනය ආරක්ෂා වන ලෙස පිදුරු හෝ කොළ රොඩු ඇතිරීම සැරූ ශාක වර්ධනයට හේතු වේ. මාස 3 කට පසු කොළ පොහොර හා ගොම පොහොර යෙදීමෙන් අල හොඳින් මගන් වේ.

අස්වැන්න හෙළීම

ඉඟුරු සිටුවා මාස 9 කින් අස්වැන්න තෙලිය

හැකි ය. දෙසැම්බර් - ජනවාරි මාසවල කළ හැකි ය. එළවළු ලෙස යොදා ගන්නා ඉඟුරු මාස 6-8 ක දී ගලවා ගත හැකි ය.

බෙහෙත් ඉඟුරු සඳහා මාස 9 සම්පූර්ණ විය යුතු ය.

අස්වැන්න සකස් කිරීම

පත්‍ර කහ පැහැ වූ විට මුළු පඳුර ම ගලවා බීජ ඉඟුරු සඳහා සුදුසු අල වෙන් කර ඉතිරිය හොඳින් පස් ඉවත් කර පැය 24 ජලයේ පෙහෙන්නට දමා පිටත සිවිය සුරා කොහු ලුණුවකින් හෝ තුනී උණ පතුරකින් අළු හෝ හුණු තවරා පැත්ත පෙරළමින් දින 5 ක් පමණක් මද අවිච්චිද, තව දින 7 ක් පමණ තද අවිච්චි වේලීම සිදු කළ යුතු ය. හොඳින් වියැළුණු අල වියැලී සිසිල් ස්ථානයක ගබඩා කර අවශ්‍ය විට ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ය.

වනස්පති විද්‍යාත්මක විස්තරය

බර අඩු වීම හා රැලි වීම හැරුණු විට වියැළුණු හා පොතු ගැලවුණු රෙරෙසෝමය, අමු රෙරෙසෝම-යට තරමක් සමාන ය.

බහු පාදී අතු බෙදීමේ සහිත ය. සෙ.මී. 7-15 දිග හා පළල සෙ. මී. 1-1.5 වන අතර පාර්ශ්වික පැතලි ආකාරයකි. රෙරෙසෝමයේ තැනින් තැන ඇති වන අතු කැබලි දිගින් ස.මී. 1-3 පමණ විය හැකි ය.

වර්ධනය නොවූ අංකුර හා සම්පීඩිත කැලැල් සහිත ව අවසන් වේ. පිටත පෘෂ්ඨය පඬුවක් පැහැ හා දික් අතට ඉරවැටුණු හෝ තත්තුමය වේ. වල්-කයක් කැඩී නැත.

වියැලී විට කෙටි පැලුම් සහිත වේ. මෙ පැලුම්-වලින් තත්තුමය කොටස් පිටතට පෙතේ. නියුණු ඇරෙමැටික සුගන්ධයක් හා කටුක රසයකි.

අතිරේක තොරතුරු

- * තහනම් මත්පැන් නිපදවීමට යොදා ගනී
- * ඉඟුරු යහමින් දැමූ තේ කෝප්පයක් පානය කිරීමෙන් ඇතුම් යෑම තතර වේ
- * ඉඟුරු භාවිතය තිසා මතක ශක්තිය වැඩි වේ
- * ඉඟුරු විකා හෝ මිරිකා ඉතිරි වන හපය විසි නොකර කුරුලු මත තැවරු විට කුරුලු මර්ධනය වී සමේ පැහැය දීප්තිමත් වේ.
- * ඉඟුරු අබන්ධ ව භාවිත කිරීම තිසා මාසික ඔසප්වීම ක්‍රමවත්ව සිදුවී පිලිසිඳ ගැනීම් ඇති වේ.
- * ප්‍රෝටීන්, මේදය අධික ආහාර පිසීමේ දී ඉඟුරු කැබැල්ලක් එක් කිරීම තිසා උදරාබාධ ඇතිවීම වැළැක්වේ. (කපු මාළුව සාදන විට ඉඟුරු දමයි)
- * ව්‍යංජන, කෑම හා බීම වර්ග රසවත් කරන කුළුබඩු විශේෂයක් ලෙස ඉතා ජනප්‍රිය ය.
- * ප්‍රභේද ගණනාවක් තිබුණද බෙන් ඉඟුරු හෙවත් කුඩා අල සහිත වර්ගය ගුණාත්මක බවින් වැඩි බව පිලි ගැනේ.