

ඔසු වවමු

ඉසුරු ලබමු



4.ලුණුවිල

උද්භිද නාමය - Bacopa monnieri Linn

ශාක කුලය - SCROPHULARIACEAE

පොදු සිංහල නම -ලුණුවිල/බැමිතිරිය

සංස්කෘත නාමය - බ්‍රාහ්මී/සරස්වතී

ද්‍රව්‍ය නාමය - නිර් බ්‍රාහ්මී

ඉංග්‍රීසි නාමය- Thyme leaved gratiola

රෝපණ ද්‍රව්‍ය - අතු කැබලි

ඖෂධ සදහා ගැනෙන ව්‍යවහාර අංග-

සම්පූර්ණ පැළෑටියම

හැදින්වීම

ශ්‍රී ලංකාවේ බොහෝ ප්‍රදේශවල තෙතමනය ඇති ස්ථානවල වැවෙළු ඉන්දියාවට සහ ශ්‍රී ලංකාවට ආවේණික ඔසු වර්ගයකි. මතකය, සංජානන ක්‍රියාකාරිත්වය සහ සමස්ත සෞඛ්‍යය වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා එය සියවස් ගණනාවක් පුරා සාම්ප්‍රදායික ආයුර්වේද වෛද්‍ය විද්‍යාවේ භාවිතා කර ඇත. ලුණුවිල විසිතුරු ජලජ පැලෑටියක් ලෙසද වර්තමානයේ භාවිතා කරයි

මෑත වසරවලදී, ලුණුවිල සෞඛ්‍ය ප්‍රතිලාභ තහවුරු කිරීමට විද්‍යාත්මක පර්යේෂණ ආරම්භ කර ඇත. අධ්‍යයනවලින් හෙළි වී ඇත්තේ ශාකය මතකය, ඉගෙනීම සහ අවධානය වැඩි දියුණු කිරීමට උපකාරී වන බවයි. කාංසාව, මානසික අවපීඩනය සහ ආතතියෙන් පෙළෙන අයටද එය ප්‍රයෝජනවත්ය. මීට අමතරව, ලුණුවිල ප්‍රතිඔක්සිකාරක ගුණ ඇති නිසා හෘද රෝග, පිළිකා සහ ඇල්සයිමර් වැනි නිදන්ගත රෝග වලින් ආරක්ෂා වීමට උපකාරී වේ. අතීත සමාජයේ සෑම ගෞරවම වලං මැස්ස ආසන්නව දක්නට ලැබුණු මෙම ශාකය සතු ඖෂධීය ගුණය බොහෝ දෙනා නොදනී.

උද්භිද විද්‍යාත්මක විස්තරය -

පර්ව අසලින් මුල් හටගනී. විසිරි අතු බෙදේ. කඳේ බාහිකයේ සිදුරු රාශියකි. සිනිදුය. පත්‍ර සෙ.මී. 1-2 ක් පමණ වේ. පාදය පටුය. මොට වූ රවුම් අග්‍රයකි. තිත් වැටුණු මතුපිටකි. පත්‍ර සහ අතර තලය දෙකම සිනිදුය. පත්‍ර කක්ෂවල පුෂ්ප තනිව හට ගනියි.පුෂ්ප සුදු හෝ ලා දම් පාටට හුරු නිල් පාටය.එලය ස්පෝටිකාවක් වන අතර ආයතන අන්ඩාකාරය.වසර පුරාම මල් හට ගනියි.

කෘෂි විද්‍යාත්මක විස්තරය

වගුරුමය ප්‍රදේශවල විශේෂයෙන් කුඹුරු වල නියර හා තෙතමනය සහිත පාරවල් දෙපස මැටි සහිත තෙත පසේ සිග්‍රයෙන් වැඩේ. අතු කැබලි මගින් බෝ කර ගත හැකිය. අපහසුම ක්‍රමය කඳන් කැබලි වලින්

කරන වර්ධක ප්‍රචාරණයයි. මැටි සහිත තෙත පසේ සෙන්ටිමීටර් 15 පරතර ඇතිව වලවල් කපා කොම්පෝස්ට් පොහොර මිශ්‍ර පස් දමා අතු කැබලි සිටුවන්න. මුල් ඇද ගන්නා තෙක් දිය සිරාව දිගටම රඳවා ගැනීමත් දැඩි හිරු රැස්වලින් ආරක්ෂා වන පරිදි සෙවණ සැලසීමත් ඉතා වැදගත්ය. සති දෙකකට පසු මුල් ඇදගත් පැළවල මනාව වල් පාලනය කරන්න. සම්පූර්ණ භූමියේම ලුණුවලින් වැසුණු පසු පැළ අතර මැදට වියළි ගොම පොහොර හෝ කොම්පෝස් යොදා සති දෙකක් තබන්න.

අස්වනු නෙලීම හා ගබඩා කිරීම

මතුපිටට ඉස්සී වැඩෙන ලුණුවිල තට්ටු කපාගන්න. පසුව සති 2කට වරක් අස්වැන්න නෙළා ගත හැකිය. අස්වනු නෙලීමෙන් අනතුරුව පොහොර යෙදීම අස්වැන්න සරු කර ගැනීමට වැදගත් වෙයි.මද පවතේ හෝ මද උණුසුම් උදුනක වියළා වියළි ස්ථානයක ගබඩා කරන්න..

වර්තමාන භාවිතය හා වෙළදපළ තත්ත්වය

වර්තමාන වෙළදපළ මිල අනුව වියළි ලුණුවිල කි. ග්‍රෑ එකක් රු 1000.00ක් පමණ වෙයි.

අමු හා වියළි යන ආකාර දෙකෙන්ම භාවිතා වන අතර වාර්ෂිකව කි.ග්‍රෑ 10000ක් පමණ ඖෂධ නිෂ්පාදනයේදී භාවිතයට ගනියි.ඉක්මනින්ම ගුණ හානි වන නිසා වියළා ගත් ක්ෂුපය හැකි ඉක්මනින් ඖෂධ සදහා ගත යුතුය.

සැකසුම

වෛද්‍ය ලක්ශාන්ත ගුණසිංහ

ආයුර්වේද ප්‍රජා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී- ගගවට කෝරළය