

ඔසු වවමු ඉසුරු ලබමු



9. හීන් අරත්ත

උද්භිද නාමය - *Alpinia calcarata*

ශාක කුලය - ZINGIBIRACEAE

පොදු සිංහල නම - හීන් අරත්ත/ රැන්න

සංස්කෘත නාමය - කුලාඤ්ජන /කුලිඤ්ජන

ද්‍රවිඩ නාමය - අරත්තායි

ඉංග්‍රීසි නාමය-

රෝපණ ද්‍රව්‍ය - අල කැබලි

ඖෂධ සදහා ගැනෙන ව්‍යවහාර අංග-

අල විශේෂ වන අතර ලපටි ගොබ

හැදින්වීම

අරත්ත දෙවර්ගයෙකි. මහ අරත්ත වලට වඩා හීං අරත්ත ගුණයෙන් වැඩියි වාත රෝගවලට හා සර්ප විසට ගුණ දෙන ඖෂධයක් වශයෙන් ප්‍රසිද්ධය. බැක්ටීරියා නාශකයෙකි. ඉගුරු පදුරට සමාන බැවින් ගෙවත්තේ අලංකාරය සදහා වඩා ගත හැකිය. විශේෂයෙන් ම අල ආවේණික සුවදකින් යුක්තය. තෙල් හා සුවද විලවුන් නිෂ්පාදනයට ද යොදා ගනී. රාස්නා යන ආයුර්වේද ඖෂධය වෙනුවට අරත්ත යෙදීම සම්බන්ධයෙන් මතභේද පැවතුනත් ආයුර්වේද යෝග ගත රාස්නා ශබ්දය සදහා දේශීය වෛද්‍යවරුන් හීන් අරත්තම යොදා ගන්නා බව පෙනේ. අරත්ත යනු ද්‍රවිඩ බසින් අරත්තායි යන්න හෙළයට හුරු වූ වචනයකි. තීක්ෂණ සුගන්ධයකින් යුතු අල හා පොඩි කල පසු තීක්ෂණ සුවදක් පතුරුවන නිසා විසකුරු සතුන්ගේ පැමිණීම වළක්වාලීමට එම සුගන්ධයට හැකි බවට ජනතාව අතර විශ්වාසයක් ඇත. වාත රෝග විෂයෙහි බෙහෙවින් යෙදෙන ඖෂධයක් වන අතර අලවල ඇති සමානකම නිසාම හා හඳුනා ගැනීමේ නොදැනුවත්භාවය නිසා අරත්ත වෙනුවට වෙනත් ව්‍යාජ අල වර්ග වෙළඳපොළට ඒම ගැටලුවක් බවට පත්වී ඇත.

උද්භිද විද්‍යාත්මක විස්තරය -

පස යට වැඩෙන කඳකින් යුත් අවුරුදු ගනනක් පවතින පැළෑටියෙකි වාය කඳ මීටර් එකක් පමණ උස්ව පිහිටන අතර නැමෙන සුළු වේ. නිර්වෘත්තීය පත්‍ර විශාලත්වයෙන් සෙන්ටිමීටර් 30යි 45 දෙකයි දඟම පහ හතයි දඟම පහවේ රේඛීය ලංසාකාරය පත්‍ර පාදය දෙසට පටුවන අතර අගය අති තීව්‍රය. දෙපසම සිනිදු මතුපිට සහිත වේ. පත්‍ර දාරයේ බොහෝවිට කෙඳි අතර පරතරය මිලිමීටර් එකට වැඩිය. අග්‍රස්ථ පුෂ්ප මන්ජරියකි. සුදු පැහැති මල් ඇති අතර රෝස දම් පැහැ රේඛා පිහිටයි. රවුම් ඵලය තැඹිලි රතු පැහැයෙකි.

කෘෂි විද්‍යාත්මක විස්තරය

හොදින් වැඩුණු පදුරක මොටෙයියන් දැමූ අල සිටුවීමට සුදුසුය. මොටෙයියන් සහිත කොටස් නියුණු පිහියකින් කපා වැලි තවානක තවාන් කළ

.යුතුයි

සති 1-2 කාලයක් තවානේ වූ පැල 3*3 පරතරයක් ඇතිව සිටුවිය යුතුය. වැලි සහිත බුරුල් පස වඩා . යෝග්‍ය වේ. පළමු මාසය තුළ දින දෙකකට වරක් . ජලය යෙදිය යුතුයි

අස්වනු නෙලීම හා ගබඩා කිරීම

මාස 9 12 දක්වා කාලෙකින් පසු අස්වනු නෙලිය හැකිය . ඖෂධ පිණිස ගන්නා අල ගලවා ගෙන හොදින් සෝදා අගල් 4 ක කැබලි වලට කපා ගත යුතුයි. ඉන්පසු එම කැබලි පැදුරක අතුරා හොදින් . වේලෙන තෙක් මද පවනේ වියළා ගත යුතුයි.

ගබඩා කිරීම

හොදින් වියළුණු අල ගෝනි වල බහා වියළි ස්ථානයක ගබඩා කළ හැකිය. හොදින් වියළුණු . අල දුඹුරු පැහැතිය. හීන් අරත්ත ශාකයේ වියළා ගත් කඳ කැබලි සුගන්ධ නෙලයන්ගෙන් පොහොසත් බැවින් බොහෝ කාලයක් ගබඩා කර තැබීම අනුමත නොකරයි. හොදින් වියළා ගත් අල මනා වාතාශ්‍රය සහිත වියළි ඇසුරුම් වල බහා සිසිල් ස්ථානයක ගබඩා කර තබන්න මාස හයක් ඇතුළත මෙම ද්‍රව්‍ය පාවිච්චියට ගැනීම වඩා සුදුසු වන්නේ ඒවායේ දක්නට ලැබෙන වෙනත් පෝෂක පදාර්ථ හේතුවෙන් කෘමි හා දිලීර ආසාදන වලට පහසුවෙන් ලක්විය හැකි බැවිනි.

වර්තමාන භාවිතය හා වෙළඳපළ තත්ත්වය

ආයුර්වේද ඖෂධ නිෂ්පාදනය සදහා අති බහුල භාවිතයකින් යුතු ඖෂධීය අමුද්‍රව්‍යයක් වන හීන් අරත්ත වර්ෂිකව කි. ග්‍රෑ. 50,000ක් පමණ මෙරට භාවිතා කරයි.

වර්තමාන වෙළඳපළ මිළ අනුව වියළි අල කි. ග්‍රෑ. එකක් රු. 810.00 ක් පමණ වෙයි.

සැකසුම

වෛද්‍ය ලක්ශාන්ත ගුණසිංහ

ආයුර්වේද ප්‍රජා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී- ගගවට කෝරළය