

# ඔසු වවමු ඉසුරු ලබමු



## සෙනෙහෙකොළ

උද්භිද නාමය -. *Cassia senna L.*

ශාක කුලය - Fabaceae

ව්‍යවහාර නාමය -

සිංහල - සෙනෙහෙකොළ

සංස්කෘත - ස්වර්ණ පත්‍රිකා

දෙමළ - නිලාවීරෙයි/ නිලවාකායි

ඉංග්‍රීසි - Indian Senna

රෝපණ ද්‍රව්‍ය - බීජ

ව්‍යවහාර අංග - වියළි පත්‍ර හා කරල්

## හැඳින්වීම

සෙනෙහෙකොළ හඳුන්වන සෙන්නා යන වචනය අරාබි වදනකි. බටහිර හා ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රම සඳහා මෙම ඖෂධය අරාබි යවන වෛද්‍ය ක්‍රමයෙන් පැමිණෙන්නට ඇති බව නිගමනය කළ හැකි ය. සෑම

වෛද්‍ය ක්‍රමයකම පාහේ විරේක ගුණය අපේක්ෂාවෙන් යොදන සෙනෙහෙකොළවල විරේචන ශක්තිය සර්වභෞම භාවිතයක් ලෙස සනාථ වී තිබේ. ආයුර්වේද වෛද්‍ය ක්‍රමයේ දී කිරි බොන බිළිඳුන්ගේ විරේචන ක්‍රියාව අපේක්ෂාවෙන් කිරීමට සෙනෙහෙකොළ අඩංගු ඖෂධ දීම සිදු කෙරේ.

## උද්භිද විද්‍යාත්මක විස්තරය -

අනුගොමු සහිත බහු වාර්ෂික පඳුරකි මීටර් තුනක් පමණ උසයි. කඳ බූව සහිත හෝ සිනිදුමය වේ. පත්‍ර නිර්ගුන්ථිමය වේ. පත්‍රිකා යුගල් 5-9 දක්වා පවතී. ඒවා ලංසාකාර හෝ ඉලිප්සාකාර හෝ අන්ධාකාර වේ. පුෂ්ප මන්ජරිය අග්‍රස්ත හෝ කක්ෂීය වේ. ඒකාක්ෂමයි. මල් 10 – 30 කි. මල් පෙති කහපාටයි. වියළි හා අතරමැදි කලාපීය පරිසරයේ හොඳින් වැඩේ.

## කෘෂි විද්‍යාත්මක විස්තරය -

වගා කිරීම

මෙම ශාකය පාංශු තෙතමනයට සහ දැඩි ආර්ද්‍රතාවයට අකමැත්තක් දක්වන බැවින් සෙනෙහෙකොළ වගාවට යෝග්‍ය වන්නේ ශ්‍රී ලංකාවේ වියලි කලාපයයි. තෙත් කළාපයේ දී තවාන් පැළ හිටු මැරීමේ රෝගයට බඳුන් වෙයි. වියලි කලාපයේ වුව ද තවාන් පැළ නඩත්තුවේ දී අවම ජල සැපයුමක් ලබාදිය වේ. තවාන සඳහා වැලි මාධ්‍ය භාවිතා කළ යුතු අතර අධික සෙවණ සහිත ස්ථානයක් තෝරා නොගත යුතුයි. 10 cmක පමණ උසට වැඩුණු පැළ ක්ෂේත්‍රයේ සිටුවීමට සුදුසුයි. රතුලෝම පස, ඇලුවියල් පස හා වියලි කලාපයේ රතු දුඹුරු පස වගාව සඳහා නිර්දේශ කෙරේ. ක්ෂේත්‍රයේ සිටුවීමේදී 120 x 120 cm පරතරය භාවිතා කරන්න. රනිල කුලයට අයත් වුවද රයිසෝබියම් මූල ගැටිති ඇතිවීමේ දුර්වලතාවක් පෙන්නුම් කරන බැවින්

නයිට්‍රජන් අධික කාබනික පොහොර භාවිත කිරීම ප්‍රයෝජනවත් වේ.

## අස්වනු නෙලීම හා ගබඩා කිරීම -

මෙම ශාකයේ ඖෂධීය කොටස් ලෙස පත්‍රිකා ප්‍රයෝජනයට ගැනේ. හොඳ අස්වැන්නක් ලබා ගැනීම සඳහා මුලින්ම හට ගන්නා මල් කිහිපි පිපීමට පෙර ඉවත් කරන්න. ඉන් පසුව ඇති වන හොඳින් වැඩුණු පත්‍ර පළමු අස්වැන්න වශයෙන්ද සති 4 – 6කට පසු දෙවන අස්වැන්නද අවසාන වශයෙන් ඉන් සති 4 – 6කට පසු අවසාන අස්වැන්න ද නෙළා ගත හැකිය. තුන්වන අස්වනු නෙලීමෙන් පසු ශාක ගලවා ඉවත් කෙරේ.

අස්වනු නෙලීමෙන් පසු පත්‍රිකා වෙන්කොට දින 7 - 10 කාලයක් මඩුවක හෝ ශාලාවක බිම අතුරා වියලා ගැනීම සුදුසු ක්‍රමයයි. එළිමහන් හිරු එළියේ වියළීම ඖෂධීය ගුණ හානි කිරීමට හේතු වේ. හිරු එළියට නිරාවරණය නොකර තෙරපීම මගින් සකසන ලද සෙනෙහෙකොළ අවුරුදු පහක් පමණ වනතුරු කල් තබා ගත හැකිය.

## වර්තමාන භාවිතය හා වෙළඳපළ

### තත්ත්වය -

ඉන්දියාව සෙනෙහෙකොළ මුළු ලොවටම සපයන ප්‍රධාන වෙළඳ මධ්‍යස්ථානයයි. ශ්‍රී ලංකාව තුළ ආයුර්වේද ඖෂධ නිෂ්පාදනයේදී බහුලව යොදා ගැනේ.

සැකසුම වෛද්‍ය වත්සලා හේවාගනිංගේ ආයුර්වේද ප්‍රජා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී භාරිස්පත්තුව