

## மூலிகை வளர்ப்போம் பயன் பெறுவோம்.



### அரத்தை

தாவரவியல் பெயர் – *Alpinia calcarata*

குடும்பம் – ZINGIBIRACEAE

பொதுவான சிங்களப் பெயர் – ஹின் அரத்த / அரத்த

சமஸ்கிருத பெயர் – குலஞ்சனா / குலிஜானா

தமிழ்ப் பெயர் – அரத்தை

ஆங்கில பெயர் – Lesser Galangal, Snap Ginger

நடுகை பாகம் - கிழங்கு துண்டுகள்

மருந்துக்காக பயன்படுத்தப்படும் பாகங்கள்-

விசேடமாக கிழங்கு பாவிக்கப்படுகிறது மற்றும் விரியாத கொழுந்து.

### அறிமுகம்

அரத்தை இரண்டு வகைப்படும். பேரரத்தையை விட சிற்றரத்தை மருத்துவ குணம்மிக்கது. வாத நோய்கள் மற்றும் பாம்பு விஷத்தை குணப்படுத்தும் மருந்தாக அறியப்படுகிறது. பாக்கீரியா கொல்லியாகும் இஞ்சிப் பாத்திக்கு சமனானதுடன் வீட்டுத் தோட்டத்தை அலங்கரிப்பதற்காகவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. விசேடமாக இதன் கிழங்கிற்கு தனித்துவமான வாசனை உண்டு. இது எண்ணெய் மற்றும் வாசனை திரவியங்கள் தயாரிப்பிலும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. ஆயுர்வேத மருத்துவத்தில் ராஸ்னா என்றழைக்கப்படும் இத்தாவரம் பாரம்பரிய மருத்துவர்களால் ஹின் அரத்தை என அழைக்கப்பட்டது. இது அரத்தை எனும் தமிழ் சொல்லில் இருந்து மருவி வந்துள்ளது. கடும் வாசனையான கிழங்கை நசுக்கும் போது கடும் வாசனை பரவுவதன் மூலம் பூச்சிகள், விலங்குகள் வருகை தடுக்கப்படுகிறதாக நம்பப்படுகிறது. வாத நோய்களுக்கு விசேட மருந்தாக அறியப்படும் அரத்தை கிழங்கை சரியாக அடையாளம்காணக்கூடிய அறிவின்மை காரணமாக அரத்தை கிழங்கின் உருவமைப்பை ஒத்த வேறு கிழங்குகள் சந்தைக்கு வருதல் பிரச்சனைக்குரிய விடயமாக மாறிவருகிறது.

### தாவரவியல் விளக்கம் –

நிலக்கீழ் தண்டு கொண்ட, நீண்ட காலம் வாழக்கூடிய ஒரு மூலிகை. இது ஒரு மீட்டர் உயரம் வரை வளர்வதுடன், நெகிழும் தன்மை கொண்ட ஒரு தாவரம் ஆகும். இலைகள் ஒழுங்கற்று 30 முதல் 45 செ.மீ அளவு வரை காணப்படும், 2.5 முதல் 7.5 செ.மீ., அளவில் நேரியல் வளைவு இலையின் அடிப்பகுதியை நோக்கி சுருங்கி காணப்படுவதுடன் இதன் மதிப்பு மிகவும் அதிகம். இருபுறமும் மென்மையான மேற்பரப்பு உடையது. இலையின் விளிம்பில், இலைகளுக்கு இடையிலான தூரம் பெரும்பாலும் ஒரு மில்லிமீட்டருக்கும் அதிகமாக இருக்கும். வெள்ளை நிற பூக்களை கொண்டதுடன் இளஞ்சிவப்பு மற்றும் ஊதா நிற கோடுகளை கொண்டது. வட்டமான பழம் இளஞ்சிவப்பு நிறத்தில் இருக்கும்.

### விவசாய விளக்கம்

நன்கு வளர்ந்த செடியில் வேர் முளைத்த புதிய கிழங்கு நடுகைக்கு உகந்தது. அவற்றை கூர்மையான கத்தியால் வெட்டி நாற்றுமேடையில் நட வேண்டும். 1-2 வாரங்களுக்கு பிறகு நாற்றுமேடையில் இருந்து அகற்றி பெறப்பட்ட தாவரத்தை 3\*3 என்ற இடைவெளியில் நட வேண்டும். இதற்கு மணல் கலந்த இலகிய மண் உகந்தது. முதல் மாதம் இரண்டு நாட்களுக்கு ஒரு முறை நீர் ஊற்ற வேண்டும்.

### அறுவடை

9-12 மாதங்களுக்குப் பிறகு அறுவடை செய்யலாம். மருத்துவ நோக்கங்களுக்காகப் பயன்படுத்தப்படும் இதன் கிழங்குகளை அகற்றி, அவற்றை நன்கு கழுவி, 4 அங்குல(இன்ச்) துண்டுகளாக வெட்ட வேண்டும். அதன்பிறகு துண்டுகளை பாயொன்றில் பரப்பி நிழலில் நன்கு காயவைத்து எடுக்கவேண்டும்.

### களஞ்சியப்படுத்தல்

நன்கு காய்ந்த கிழங்குகள் கபில நிறமானவை. சிற்றரத்தையின் காயவைத்த தண்டுத்துண்டுகளில் நறுமணமிக்க எண்ணெய் காணப்படுவதால் நீண்ட நாட்கள் களஞ்சியப்படுத்த முடியாது. நன்கு காயவைத்த கிழங்கை காற்றோட்டமுள்ள உலர்ந்த பைகளில் அடைத்து குளிர்ந்த இடத்தில் களஞ்சியப்படுத்த வேண்டும். 06 மாதங்களுக்குள் இதைப் பாவனைக்கு எடுக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் அதில் காணப்படும் வேறு போசணைப் பதார்த்தங்கள் காரணமாக பூச்சி மற்றும் பூஞ்சண தாக்கங்களுக்கு இலகுவாக உட்பட கூடும்.

### தற்போதைய பயன்பாடு மற்றும் சந்தை நிலைமைகள் :

ஆயுர்வேத மருந்துகளின் உற்பத்திக்கு மிகவும் பரவலாகப் பயன்படுத்தப்படும் மருத்துவப் பொருளான சிற்றரத்தை, ஆண்டுதோறும் சுமார் 50,000 கிலோகிராம் அளவில் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

தற்போதைய சந்தை விலையின்படி ஒரு கிலோ உலர் கிழங்கு சுமார் 810.00 ரூபாய் ஆகும்.

ஆக்கம் -

வைத்தியர் லக்ஷாந்த குணசிங்க

ஆயுர்வேத சமூக சுகாதார வைத்திய அதிகாரி கங்கவட்ட கோரல.

தமிழாக்கம் -

வைத்தியர் எப்.எச். கைசர்தீன்

ஆயுர்வேத சமூக சுகாதார வைத்திய அதிகாரி

கங்கஇஹல கோரல.