10.01.07 தொடர்கள்

மாதுளை வளர்த்த வீட்டில் வயிற்றில் களங்கமில்லை."

உண்மையான அனுபவங்களின் உறைவிடமாக இருப்பவை பழமொழிகள். பழங்காலத் தமிழ் மருத்துவர்கள் தமது மருத்துவ அனுபவங்களை, (எல்லோரும் பின்பற்ற வேண்டும் என்பதற்காக) பழமொழிகளிலேயே பதித்தனர். அவற்றுள் ஒன்றுதான் மேற்கண்ட பழமொழி!

பொதுவாகப் பெரும்பாலான வயிற்றுக் கோளாறுகள், உடம்பில் சேரும் அதிகப்படியான உஷ்ணம், வாய்வு காரணமாகவும், இரத்த சோகை காரணமாகவும் ஏற்படுகின்றன. இந்த மூன்று காரணங்களையும் ஒருசேர விலக்கி, வயிற்றைச் சீர்ப்படுத்தி இரத்தத்தை வளப்படுத்துகிறது மாதுளை.

மாதுளையை ஒரு 'கற்பகக் கனி' என்றே கூறலாம். மாதுளையின் தளிர், பூ, பிஞ்சு, காய், கனி, விதை, வேர்ப்பட்டை ஆகிய அனைத்தும் அரிய மருத்துவப் பயனுடையவை.

மாதுளையின் இளந்தளிர்களை 10 முதல் 20 எடுத்துத் தண்ணீரில் அலசி அப்படியே மென்று சாப்பிட, வயிற்றில் பூச்சிகள் சேராது வெளியேறும். மாதுளை பூ 10 எடுத்து அரைத்து மோருடன் கலந்து சிறுவர் முதல் பெரியோர் வரை வாரம் ஒரு நாள் சாப்பிட இரத்த புஷ்டி உண்டாகும்.

மகளிரின் கருப்பை உஷ்ணம் காரணமாகக் கருத்தரிப்பது தள்ளிப்போகும். அவர்கள் மாதுளம் பூ கஷாயத்துடன் சிறிது வெந்தயம் சேர்த்துத் தினசரி பருகிவர, கருப்பை உஷ்ணம் நீங்கி விரைவில் கருத்தரிப்பர்.

மாதுளை பிஞ்சு மிகச் சிறந்த கிருமி நாசினி ஆகும். குழந்தைகள், சிறுவர்கள் வளரும் காலத்தில் வயிற்றில் கொக்கிப்புழு, நாடாப் புழுக்கள் தோன்றி, வளர்ச்சியைத் தடுக்கும். மாதுளை பிஞ்சை அரைத்து மோரில் கலந்து கொடுக்க, அவை வெளியேறும். வாரம் இரண்டு நாள் இப்படிச் செய்யலாம். வயிற்றுக்கடுப்பு, சீதபேதி, இரத்தபேதி ஆகும்போதெல்லாம், இந்த 'மாதுளம் பிஞ்சை' அரைத்து மோரில் கலந்து அப்படியே பருகச் செய்துவர இரண்டு நாளில் கட்டுப்படும். இது அந்தக் கால பாட்டி வைத்தியமாகும்.

அதேபோல் கருத்தரித்த மகளிர்க்கு வரும் மசக்கையைக் கட்டுப்படுத்த, புளிப்பு மாதுளையைச் சுவைக்கச் சொல்வார்கள்.

மாதுளம் கனி மிகுந்த சுவையும் பயனும் உடையது. இன்றைய மகளிரில் 15 வயது தொடங்கி 65 வயது வரை உள்ள அனைவருக்கும் பொதுவாக உள்ள குறைபாடு இரத்த சோகை. கருவுற்ற மகளிர்க்குக் கேட்கவே வேண்டாம். தேகம் வெளுத்து, மேல்மூச்சு வாங்கி அசதி, சோர்வுடன் இருப்பர். இவர்களுக்கு இறைவன் கொடுத்த வரப்பிரசாதம் மாதுளம் கனி. தினசரி ஆப்பிள் ஜூஸ் லு டம்ளர் + மாதுளை ஜூஸ் லு டம்ளர் கலந்து அதில் கல்கண்டு அல்லது தேன் இரண்டு ஸ்பூன் கலந்து தினசரி பருகிட மூன்று மாதத்திற்குள் இரத்தம் உடலில் ஊற்றாகப் பெருகிப் பூரண நலம், சுகம் காண்பர்.

ஆண்களுக்கு விந்தணுக்களின் எண்ணிக்கை மிகக் குறைவாக இருந்தால் குழந்தை பிறக்கும் வாய்ப்பு அற்றுப்போகும். இதனைப் போக்கி குழந்தை பிறக்கச் செய்ய நவீன சிகிச்சையில் பல ஆண்டுகள் ஆகும். பல்லாயிரக்கணக்கான ரூபாய் செலவாகும்.

ஆனால், மாதுளம்பழ விதைகளைக் கனியின் சாற்றோடு கலந்து சாப்பிட்டுவர 3 மாதத்தில்

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

விந்தணுக்களின் எண்ணிக்கை வியக்கத்தக்க அளவில் பெருகி, ஒரு ஆண்டில் குழந்தை பிறக்க வழியேற்படும்.

இவ்வளவு அரிய மருத்துவப் பயன்களைக் கொண்ட மாதுளையைச் சீன நாட்டில் உள்ள மக்கள் முழுமையாக உணர்ந்து வீட்டின் முன் தோட்டத்தில் குறைந்தது நான்கைந்து மாதுளம் செடிகளாவது வளர்த்திருப்பார்கள்.

ஓர் எச்சரிக்கை: மாதுளம் பழத்தை ஜலதோஷம், சளி, இருமல், ஆஸ்துமா தொல்லை இருக்கும்போது தவிர்ப்பது நல்லது!

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com