ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಎಕ್ಕ

ಎಕ್ಕ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳ ಸಸ್ಯ ಸಂಜೀವಿನಿ. ಹಿತ್ತಲಲ್ಲಿ ತನ್ನಿಂದ ತಾನೇ ಬೆಳೆಯುವ ಈ ಗಿಡದ ಹೂವು ಶಿವನಿಗೆ ಪ್ರಿಯ ಎಂಬುದು ನಂಬಿಕೆ.

■ ಸುಮನಾ ಜಿ. ಪ್ರಸಾದ್

ಎಕ್ಕದ ಗಿಡ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ತನ್ನೊಡಲಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಂಡ ಅಮೂಲ್ಯ ಸಂಜೀವಿನಿ. ಎಕ್ಕದಲ್ಲಿ ನೀಲಿ ಮತ್ತು ಬಿಳಿ ಎಕ್ಕ ಎಂದು ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ. ಬಿಳಿ ಎಕ್ಕದ ಹೂವು ದೇವರ ಪೂಜೆಗೆ ಬಳಸುವುದು ರೂಢಿ. ಶಿವನಿಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ಈ ಹೂವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಶಿವರಾತ್ರಿಯಂದು ಪೂಜೆಗೆ ಕಡ್ಡಾಯ ಬೇಕು ಎಂಬ ಪ್ರತೀತಿ ಇದೆ. ಜತೆಗೆ ನವಗ್ರಹ ಪೂಜೆ, ಆಂಜನೇಯ, ಗಣಪತಿ ದೇವರಿಗೆ ಪೂಜೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಬಳಸುವರು.

ಎಕ್ಕ ತನ್ನಿಂದ ತಾನೇ ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆಯುವ ಸಸ್ಯ. ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿ ನೆಟ್ಟು ಆರೈಕೆಯೂ ಮಾಡಬಹುದು. ಕ್ಯಾಲಟ್ರೋಪಿಸ್ ಪ್ರೋಸಿರಾ ಎಂಬ ಸಸ್ಯಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಈ ಗಿಡ ಒಂದರಿಂದ ಮೂರು ಮೀಟರ್ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರ ಎಲೆ 10ರಿಂದ 13 ಸೆಮೀ ಅಗಲ ಮತ್ತು 17ರಿಂದ 19 ಸೆಮೀ ಉದ್ದವಿರುತ್ತದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ, ಏಷ್ಯಾ, ಇಂಡೋ ಚೀನಾ, ಆಫ್ರಿಕಾಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಗಿಡ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ಒಣಗಿದ ಎಕ್ಕದ ಗಿಡದ ಬೇರು ಜ್ವರ, ಜಂತುಹುಳು, ಕಫ, ಬೇಧಿ ನಿವಾರಕ ಗುಣ ಹೊಂದಿದೆ. ಚರ್ಮರೋಗ ಮತ್ತು ಇಸುಬು ರೋಗವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞರು.

ಔಷಧವಾಗಿ ಬಳಕೆ ಹೇಗೆ?

- ಎಕ್ಕದ ಏಳೆಂಟು ಎಲೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಸ್ವಲ್ಪ ಹುರಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಅದೇ ಪ್ರಮಾಣದ ಕೊಬ್ಬರಿ ತುರಿ ಸೇರಿಸಿ ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಅರೆದು ಮುಲಾಮಿನ ರೀತಿ ಮಾಡಿ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಚರ್ಮದ ಕಡಿತ, ಕೆರೆತ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಒಣಗಿದ ಹಳದಿ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಅರೆದು ರಸ ತೆಗೆದು ಆ ರಸದ ಕೆಲವೇ ಹನಿಗಳನ್ನು ಕಿವಿಗೆ ಹಾಕುವುದರಿಂದ ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಕೀವು ಅಥವಾ ನೋವು ಇದ್ದರೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಎಕ್ಕದ ಬೇರಿನ ಬಲಿತ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಜೇನುತುಪ್ಪದೊಂದಿಗೆ ಅರೆದು ಈ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ದಿನವೂ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಕೆಮ್ಮು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಎಕ್ಕದ ಬೇರಿನ ತೊಗಟೆಯನ್ನು ಹೊಟ್ಟು ಸಹಿತ ಪಾಲಿಶ್ ಮಾಡದ ಅಕ್ಕಿ ಹಾಗೂ ನೀರಿನೊಂದಿಗೆ ಅರೆದು ಅದರಲ್ಲಿನ ದ್ರವವನ್ನು ಕುಡಿದು ಉಳಿದ ಚರಟವನ್ನು ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಬಾವು ಇರುವ (ಊದಿಕೊಂಡ ಜಾಗಕ್ಕೆ) ಲೇಪ ಹಾಕುವುದರಿಂದ ಆನೆಕಾಲು ರೋಗ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಎಕ್ಕದ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಸುಟ್ಟು ಅದರ ಭಸ್ಮವನ್ನು ಜೇನುತುಪ್ಪದೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ದಿನವೂ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಮೆದುಳು ಚುರುಕಾ ಗುತ್ತದೆ. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಮೂರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಮಾಡಬೇಕು.
- ಎಕ್ಕದ ಬೇರನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಅರೆದು ಆ ಮುಲಾಮನ್ನು ಊದಿಕೊಂಡ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ ಬಾವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಸ್ವಲ್ಪ ಅರಿಶಿಣ ಪುಡಿಯನ್ನು ಎಕ್ಕದ ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಬೆಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹರಳೆಣ್ಣೆ ಬೆರೆಸಿ ಮುಲಾಮಿನ ರೀತಿ ತಯಾರಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ವಿವಿಧ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಶರೀರದ ಭಾಗಗಳು ಊದಿಕೊಂಡಾಗ ಹಚ್ಚಿದರೆ ನೋವು ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳಿದ್ದರೂ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರ ಅಥವಾ ನಾಟಿ ವೈದ್ಯ ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಎಕ್ಕವನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು. ■