ದಾಹ ನೀಗಿಸುವ ಪನ್ನೇರಳೆ

■ ಗೀತಸದಾ, ಮೋಂತಿಮಾರು

ಪನ್ನೇರಳೆ ಉಷ್ಣವಲಯ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಹಣ್ಣು. ಹುಳಿ– ಸಿಹಿಯ ಸಮ್ಮಿಶ್ರಣ. ನೀರಿನಂಶದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಈ ಹಣ್ಣು ಉತ್ತಮ ದಾಹನಿವಾರಕ. ಇದರಲ್ಲೂ ಹಲವು ವಿಭಿನ್ನ ತಳಿಗಳಿವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ತಳಿಯೂ ಆಕರ್ಷಕ ಬಣ್ಣ ಮತ್ತು ರುಚಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ತನ್ನದೇ ಆದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆ ಹೊಂದಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬೇಸಿಗೆ ಪೂರ್ತಿ ಈ ಮರ ಹಣ್ಣು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಸಪೂರ ಎಲೆಯ ಬಿಳಿ ಹೂವನ್ನು ಬಿಡುವ ಪನ್ನೇರಳೆ ದುಂಡಗೆ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಒಳಗೆ ಸಣ್ಣ ಬೀಜಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು ಸಿಹಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಮರವು ವಿಶೇಷ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಒಣ ಹವಾಮಾನವಿದ್ದರೂ ಮರ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ನೀರು ಇಳಿದು ಹೋಗುವ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಇದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

ಪನ್ನೇರಳೆ ಗಿಡಗಳನ್ನು ನಾಟಿ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಮೂರು ವರ್ಷ ನೀರು ಹಾಕಿ ಸಾಕಿದರೆ ಐದಾರು ದಶಕಗಳವರೆಗೆ ಫಲ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಕಸಿ ಕಟ್ಟಿದ ಗಿಡಗಳನ್ನು ನೆಟ್ಟರೆ ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲೇ ಹಣ್ಣು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಎರಡು ಸಲ ಹಣ್ಣು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಹೂ ಬಿಟ್ಟು ಎರಡು ತಿಂಗಳಿಗೆ ಹಣ್ಣುಗಳು ಕೊಯ್ಲಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ದಾಹ ನೀಗಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ಔಷಧಿಯಾಗಿಯೂ ಹಲವಾರು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪನ್ನೇರಳೆಯ ಉಪಯೋಗವಿದೆ.

★ ಅಂಗಾಲು ಮತ್ತು ಹಿಮ್ಮಡಿ ಉರಿ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಈ ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಸೇವನೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.

★ ಅರೆಪಕ್ವ ಪನ್ನೇರಳೆ ಹಣ್ಣಿನ ರಸವನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸುವುದರಿಂದ ಗಂಟಲುನೋವು, ಬಾಯಿಹುಣ್ಣು ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಪಕ್ವವಾಗಿರುವ ಪನ್ನೇರಳೆ ಹಣ್ಣಿನ ರಸವನ್ನು ಸಿಹಿ ಮಜ್ಜಿಗೆಯೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಸೇವಿಸುವುದು ಆಮಶಂಕೆ ಮತ್ತು ಅತಿಸಾರ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಉಪಯುಕ್ತ.

★ ಪನ್ನೇರಳೆಯ ಚಿಗುರು ಎಲೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಜಗಿಯುವುದರಿಂದ ಬಾಯಿಯ ದುರ್ವಾಸನೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಸಸ್ಯವನ್ನು ಮನೆಯ ಮುಂದೆ ಅಥವಾ ಹಿತ್ತಿಲಲ್ಲಿ, ತೋಟಗಳ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ, ಹೂವಿನ ತೋಟದ ಬದಿಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಆರೈಕೆಯಿಲ್ಲದೆಯೇ ಅಲಂಕಾರಿಕ ಸಸ್ಯವಾಗಿಯೂ ಬೆಳೆಸಬಹುದು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಇದಕ್ಕೆ ವಾಣಿಜ್ಯ ಮಹತ್ವ ಬಂದಿದೆ. ಬಿಸಿಲಿನಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಬೇಕಾಗುವ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಬೆಳೆಸಿದರೆ ತುಂಬಾ ನೆರಳು ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಒಂದೊಂದು ಗಿಡವೂ ಸಾವಿರಾರು ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಬಿಡುವುದಿದೆ. ಇಂದು ಪನ್ನೇರಳೆ ಹಣ್ಣಿಗೆ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಬೇಡಿಕೆ ಮತ್ತು ಧಾರಣೆ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ಹೂವು ಹಣ್ಣುಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ ಮರವನ್ನು ನೋಡುವುದೇ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಬ್ಬ. ಹಕ್ಕಿಗಳಿಗಂತೂ ಸುಗ್ಗಿ.