ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ. ದಕ್ಷಿಣ ಅಮೆರಿಕ ಮತ್ತು ವೆಸ್ಟ್ ಇಂಡೀಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮಸಾಲೆಯಾಗಿ ಅಡುಗೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಜ್ವರ, ಶೀತ ಹಾಗೂ ಫ್ಲೂ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಉಪಯೋಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸುರಿನಾಮ್‌ನಲ್ಲಿ ನೀರಿಗೆ ಕುಲಾಂಟ್ರೊ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇದರ ಕಷಾಯ ಕುಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ಶೀತ ಬಾಧೆಯ ನಿವಾರಣೆಗೆ ಈ ಗಿಡವನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ರಾಸಾಯನಿಕವಾಗಿ ಕುಲಾಂಟ್ರೊ ಗಿಡದ ಎಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ, ಕೆರೊಟಿನ್, ರೈಬೊಫ್ಲೇವಿನ್, ಎ, ಬಿ, ಸಿ ವಿಟಮಿನ್‌ಗಳು, ಫ್ಲೇವನಾಯಿಡ್‌ಗಳು, ಟ್ಯಾನಿನ್‌ಗಳು ಹಾಗೂ ಹಲವು ಟ್ರೈಟರ್ಪಿನಾಯಿಡ್‌ಗಳಿವೆ. ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ ಇ–2 ಡೊಡೊಸೆನಾಲ್ (ಎರಿಂಜಿಯಲ್) ಎಂಬ ಸಾರಭೂತ ತೈಲ (essential oil) ಅಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿದೆ. ಆದರೆ ಈ ಗಿಡದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಆಲ್ಕಲಾಯಿಡ್‌ಗಳ ಇರುವಿಕೆ ವರದಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ವಿಟಮಿನ್–ಬಿ2 (ರೈಬೊಫ್ಲೇವಿನ್) ಮೇದೋಜೀರಕ ಗ್ರಂಥಿಯ ಬೀಟಾ ಕೋಶಗಳ ಹಾಗೂ ಯಕೃತ್ ಅಥವಾ ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗದ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ನೆರವಾಗುವುದರಿಂದ ಇದರ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಪ್ರಮಾಣ ಇಳಿಕೆಯಾಗುವುದಾಗಿ ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನಗಳಿಂದ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಕಾಡು ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಅಥವಾ ಕುಲಾಂಟ್ರೊ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಸಲಾಡ್ ಅಥವಾ ಸ್ಮೂದಿ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹಿಗಳು ಸೇವಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಔಷಧಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಕುಲಾಂಟ್ರೊದಲ್ಲಿರುವ ಎರಿಂಜಿಯಲ್ ಎಂಬ ಸಾರಭೂತ ತೈಲಕ್ಕೆ ಜಂತು ನಿವಾರಕ, ಊತ ನಿವಾರಕ ಹಾಗೂ ಸೆಳೆತ ನಿರೋಧಕ ಗುಣವಿರುವುದನ್ನು ತೋರಿಸಿವೆ. ಎರ್ವಿನಿಯಾ ಜಾತಿಯ ಪ್ರಭೇದಗಳು ಹಾಗೂ ಸಾಲ್ಮೊನೆಲ್ಲಾ ಪ್ರಭೇದದ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ನಿರೋಧಕ ಗುಣ ಎರಿಂಜಿಯಲ್ ಸಾರಭೂತ ತೈಲಕ್ಕಿದೆ. ಆಸ್ತಮಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಬಳಸುವ ಹಲವು ಮೂಲಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಕುಲಾಂಟ್ರೊ ಕೂಡ ಒಂದು. ಅಸ್ಥಿ ಸಂಧುಗಳ ನೋವು ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯು ಸೆಳೆತಗಳ ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಕುಲಾಂಟ್ರೊ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಕುದಿಸಿದ ನೀರನ್ನು ಹಾಕುವುದರಿಂದ ನೋವು ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಕುಲಾಂಟ್ರೊ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಮೆದುಳಿನ ಊತ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಅಲ್ಝೈಮರ್ ಹಾಗೂ ಪಾರ್ಕಿನ್ಸನ್‌ನಂತಹ ನರ ಸಂಬಂಧಿ ರೋಗಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಕಾಡು ಕೊತ್ತಂಬರಿಯಲ್ಲಿರುವ ವಿಟಮಿನ್–ಬಿ2 ಯಕೃತ್ ಅಥವಾ ಪಿತ್ತ ಜನಕಾಂಗದ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದರಿಂದ ದೇಹದಿಂದ ಹಾನಿಕಾರಕ ತ್ಯಾಜ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪರದೇಶಿಯಾಗಿ ಬಂದು ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಅಡುಗೆಮನೆ ಸೇರಿದ ಕಾಡು ಕೊತ್ತಂಬರಿ ಗಿಡ ಅಡುಗೆಯ ಸ್ವಾದಕ್ಕೆ ಮೆರುಗು ನೀಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಔಷಧೀಯ ಮೂಲಿಕೆಯಾಗಿ ನಮ್ಮ ದೇಶೀ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದೆ. ಮೈಸೂರಿನ ಭಾರತೀಯ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಗಳ ಸರ್ಕಾರಿ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯದ ಮೂಲಿಕಾ ವನದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಇದು ಜಾಗ ಗಿಟ್ಟಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ತೇವಾಂಶ ಮತ್ತು ಸಾವಯವ ಅಂಶವಿರುವ ಮಣ್ಣು ನಿಮ್ಮ ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಂಗಳದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಇದು ಸೊಂಪಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬಲ್ಲದು. ಕೈತೋಟಕ್ಕೆ ಜಾಗವಿಲ್ಲದವರು ಮಣ್ಣಿನ ಕುಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಈ ಕಾಡು ಕೊತ್ತಂಬರಿಯನ್ನು ನೆಟ್ಟು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಬಲಿತ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ನೆಟ್ಟು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬೆಳೆಸಬಹುದು. ಈ ಮೂಲಿಕಾ ಗಿಡವು ನಮಗೆ ಉಸಿರಾಡಲು ಶುದ್ಧ ಗಾಳಿ, ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಸ್ವಾದ ನೀಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅಗತ್ಯ ಬಿದ್ದಾಗ ಔಷಧಿಯಾಗಿಯೂ ಉಪಯೋಗಕ್ಕೆ ಬಂದೀತು.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: **feedback@sudha.co.in**