

ಬಹೂಪಯೋಗಿ ಲವಂಗ

■ ಪದ್ಮಜಾ ಸುಂದರೇಶ್



ಏಲಕ್ಕಿ, ಮೆಣಸು, ದಾಲ್ಚಿನ್ನಿ (ಚಕ್ಕೆ), ಜಾಯಿಕಾಯಿ ಮುಂತಾದ ಸಂಬಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಗುಂಪಿಗೆ ಲವಂಗವೂ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಮಿರ್ಚಿನ ಕುಟುಂಬದ ಲವಂಗದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಹೆಸರು ಯುಜೇನಿಯಾ ಕ್ಯಾರಿಯೋಫಿಲ್ಲೇಜ ಲವಂಗದ ತವರೂರು ಇಂಡೋನೇಷಿಯಾವಾದರೂ, ಯುರೋಪ್, ಬ್ರೆಜಿಲ್, ಜಾಂಜಿಬಾರ್ ಭಾರತ, ಶ್ರೀಲಂಕಾ, ಮಡಗಾಸ್ಕರ್ ಮತ್ತು ಮಾರಿಷಸ್ ದ್ವೀಪಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಲವಂಗವನ್ನು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಲವಂಗವನ್ನು ಬೆಳೆಯುವ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ, ಇಂದಿಗೂ ಇಂಡೋನೇಷಿಯ ಪ್ರಥಮ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲೇ ಇದೆ.

ಲವಂಗದ ಮರಗಳು ನಿತ್ಯ ಹಸಿರಾಗಿದ್ದು, 10-12 ಮೀಟರ್ ಎತ್ತರದವರೆಗೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಲವಂಗ ಒಂದು ಹೂ ಮೊಗ್ಗು, ಇದರ ಪುಷ್ಪಪಾತ್ರೆಯ ಉದ್ದವಾಗಿದ್ದು ನಾಲ್ಕು ದಳಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಒಳಗೆ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಪುಷ್ಪದಳಗಳು, ದುಂಡಿಗೆ, ಅರಳದ ಮೊಗ್ಗಿನಂತೆ ಸೇರಿಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಈ ಹೂ ಮೊಗ್ಗುಗಳು ಹಸಿರು ಬಣ್ಣಕ್ಕಿದ್ದು ಬಲಿಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಕಡುಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ ತಾಳುತ್ತವೆ. ಬಲಿತ ಮೊಗ್ಗುಗಳು ತಾವಾಗಿ ಉದುರಿದಾಗ ಅಥವಾ ಕೈನಿಂದ ಕಿತ್ತು, ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಒಣಗಿಸಿ, ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ನೆಟ್ಟಾಗ, ಅವುಗಳಿಂದ ಹೊಸ ಗಿಡಗಳು ಮೊಳೆಯುತ್ತವೆ. ಮೊಳತ ಐದನೇ ವರ್ಷದಿಂದ ಲವಂಗವನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ.

ಲವಂಗದಲ್ಲಿ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳಾದ ಸೋಡಿಯಂ, ಕ್ಯಾಲ್ಷಿಯಂ ಪೊಟಾಷಿಯಂ, ಕಬ್ಬಿಣದಂತಹ ಲವಣಗಳು, ಹೈಡ್ರೋಕ್ವೀರಿಕ್ ಆಮ್ಲ, ವಿಟಮಿನ್‌ಗಳಾದ 'ಎ' ಮತ್ತು 'ಸಿ'ಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ. ಲವಂಗದಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಯೂಜಿನಾಲ್ ಎಂಬ ಸಂಯುಕ್ತವಿದ್ದು, ಅದು ನೊವನ್ನು ಶಮನಗೊಳಿಸುವ

ಗುಣ ಹೊಂದಿದೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಲವಂಗದ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಲವಾರು ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಔಷಧೀಯ ಗುಣ:

ಲವಂಗದಣ್ಣೆಯು ಹಲ್ಲುನೋವಿಗೆ ರಾಮಬಾಣವಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಸಣ್ಣ ತುಂಡು ಹತ್ತಿಗೆ ಒಂದೆರಡು ಹನಿಗಳಷ್ಟು ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ ಹಲ್ಲುನೋವಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಕೆಲವೇ ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು ಇಲ್ಲವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಾಯಿಹುಣ್ಣು ಮತ್ತು ವಸಡುಗಳ ಊತವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ನೀರಿಗೆ 2-3 ಹನಿಗಳಷ್ಟು ಲವಂಗದಣ್ಣೆಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸುವುದರಿಂದ, ಬಾಯಿಯ ದುರ್ಗಂಧ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಲವಂಗದಣ್ಣೆಯನ್ನು ಕಚ್ಚಿ, ತುರಿಗಳಂತಹ ಚರ್ಮ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಗಾಯದ ನೋವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು, ಆ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಲವಂಗದಣ್ಣೆಯನ್ನು ಲೇಪಿಸಿ, ಮೃದುವಾಗಿ ಮಸಾಜ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ತರಚುಗಾಯ, ಸೀಳುಗಾಯಗಳ ನೋವನ್ನು ಶಮನ ಗೊಳಿಸಲು, ಕೀಟಗಳ ಕಡಿತ ಅಥವಾ ಕುಟುಕಿನಿಂದ ಉಂಟಾದ ಉರಿಯನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಲವಂಗದಣ್ಣೆಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ತೊಂದರೆಗಳಾದ ಆಸ್ರಮಾ, ಬ್ರಾಂಕೈಟಿಸ್, ಸೈನೊಸೈಟಿಸ್, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಾದ ಅಜೀರ್ಣ, ಮಲಬದ್ಧತೆ, ವಾಯುಪ್ರಕೋಪಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ಲವಂಗದಣ್ಣೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ಲವಂಗದಣ್ಣೆಗೆ ಹರಳು ಉಪ್ಪನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ಲೇಪಿಸುವುದರಿಂದ ತಲೆನೋವು ಇಲ್ಲವಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಳ್ಳೆಣ್ಣೆ ಮತ್ತು ಲವಂಗದಣ್ಣೆಯ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಕಿವಿಯೊಳಕ್ಕೆ ಹಾಕುವುದರಿಂದ ಕಿವಿನೋವು ಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ಲವಂಗದಣ್ಣೆಯ ಸೇವನೆಯಿಂದ ರಕ್ತ ಶುದ್ಧಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮಧುಮೇಹದ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಲವಂಗದ ಉಪಯೋಗಗಳು

ಲವಂಗವನ್ನು ಟೂತ್‌ಪೇಸ್ಟ್, ಹಲ್ಲುಪುಡಿ, ಹಲವು ಬಗೆಯ ಮಸಾಲಾಪುಡಿಗಳು, ವಿವಿಧ ಕರಿಗಳು ಹಾಗೂ ಮಾಂಸದ ಅಡಿಗೆಯ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಅಡಿಕೆಗೆ ಹಾಗೂ ಬೀಡಾಗೆ ಸುವಾಸನೆ ನೀಡಲು ಲವಂಗವನ್ನು ಇಡಿಯಾಗಿ ಅಥವಾ ಪುಡಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಈ ರೀತಿ ಲವಂಗವು ಅನೇಕ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಆಯುರ್ವೇದ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ತಜ್ಞರಿಗೂ, ಖಾದ್ಯಗಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಸ್ವಾದ ಹಾಗೂ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸುವಾಸನೆಯನ್ನು ನೀಡುವುದರಿಂದ ಪಾಕಪ್ರಿಯರಿಗೂ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚುಗಿದೆ.

