ಔಷಧಗಳ ಆಗರ ತುಂಬೆ

ಚಿತ್ರ-ಲೇಖನ: ಗೀತಾ ಬರ್ಲ ಅಮ್ಮೈ

ತುಂಬೆಯು ಒಂದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಔಷಧೀಯ ಸಸ್ಯ. ಈ ಗಿಡವು ವರ್ಷವಿಡೀ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಗಳಲ್ಲೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಬಿಳಿ ಹೂವುಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಇದರ ಎಲೆ ಐದರಿಂದ ಆರು ಸೆ.ಮೀ. ಉದ್ದ ಹಾಗೂ ಅರ್ಧ ಸೆ.ಮೀ. ಅಗಲವಿರುತ್ತದೆ. ಸಣ್ಣ ಬೀಜಗಳು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತವೆ.

ತುಂಬೆಯ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಹೆಸರು 'ಲ್ಯೂಕಾಸ್ ಎಸ್ಪೆರಾ' ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ 'ತುಂಬೆ' ಎಂದೂ ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ 'ದ್ರೋಣ' ಎಂಬುದಾಗಿಯೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳು

★ ತುಂಬೆ ಎಲೆಯ ರಸವನ್ನು ಶುಂಠಿ ರಸ, ಈರುಳ್ಳಿ ರಸ, ಜೇನುತುಪ್ಪದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿದರೆ ಶೀತ, ಕೆಮ್ಮು, ಕಫ ಬೇಗನೆ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಎರಡು ಇಂಚು ಉದ್ದದ ಬಿಳಿ ತುಂಬೆ ಬೇರನ್ನು ಒಂದು ಎಸಳು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯೊಂದಿಗೆ ಜಜ್ಜಿ ಅರ್ಧ ಲೋಟ ಹಾಲಿಗೆ ಹಾಕಿ ಕಾಲು ಲೋಟಕ್ಕೆ ಇಂಗಿಸಿ ಎರಡೆರಡು ಚಮಚದಂತೆ ದಿನಕ್ಕೆರಡು ಬಾರಿ ಕುಡಿದರೆ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗುತ್ತದೆ.

★ ಕಾಮಾಲೆ ರೋಗ ಬಂದಾಗ ತುಂಬೆ ಎಲೆಯ ರಸವನ್ನು ಒಂದೆರಡು ಹನಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ ಹಿತವಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಹಾವು ಕಚ್ಚಿದಲ್ಲಿ ಇದರ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಅರೆದು ರಸವನ್ನು ಹಚ್ಚಿದರೆ ವಿಷ ಬೇಗನೇ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಈ ರಸವನ್ನು ಎರಡರಿಂದ ಮೂರು ಹನಿಯಷ್ಟು ಶುಭ್ರವಾದ ಬಿಳಿ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸೋಸಿ ಮೂಗಿಗೆ ಬಿಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಅರೆ ತಲೆಶೂಲೆ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಕಣ್ಣುರಿ ಅಥವಾ ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ತುರಿಕೆಯುಂಟಾದಾಗ ತುಂಬೆ ಹೂವಿನ ರಸವನ್ನು ಬಿಳಿ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಸೋಸಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಾಕಿ ಕೊಂಡರೆ ಕಣ್ಣುರಿ ವಾಸಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

★ ತುಂಬೆ ರಸವನ್ನು ಲಿಂಬೆರಸ ಹಾಗೂ ಉಪ್ಪಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಮುಟ್ಟಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೆಂಗಸರಿಗೆ ಬರುವ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು ಗುಣ ಕಾಣುತ್ತದೆ.

★ ತುಂಬೆ ಎಲೆಯ ರಸವನ್ನು ನೀರುಳ್ಳಿರಸ ಹಾಗೂ ಜೇನುತುಪ್ಪದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಕುಡಿದರೆ ಉಬ್ಬಸ ಶಮನವಾಗುತ್ತದೆ.

★ ತುಂಬೆ ಸೊಪ್ಪಿನ ಪಲ್ಯವನ್ನು ಊಟದೊಂದಿಗೆ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

★ ಎಂಟರಿಂದ ಹತ್ತು ತುಂಬೆ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಹತ್ತು ಕಾಳುಮೆಣಸಿನ ಜೊತೆ ನುಣ್ಣಗೆ ಅರೆದು ಪ್ರತಿದಿನ ಪ್ರಾತಃಕಾಲ ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ಬಂದರೆ ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ತುಂಬೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ಹಾಗೂ ಬಿಳಿ ಎರಡು ಬಣ್ಣದ ತುಂಬೆಗಳು ಕಾಣಸಿಗುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಳಿ ತುಂಬೆಯು ಹೆಚ್ಚು ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಇಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಪೂಜಾ ವಿಧಿ-ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲೂ ವಿಶೇಷ ಸ್ಥಾನವಿದೆ. ಗಣಪತಿಗೆ ತುಂಬೆ ಹೂವೆಂದರೆ ತುಂಬಾ ಪ್ರಿಯವಾದುದು. ಹೀಗಾಗಿ 'ಸಂಕಷ್ಟ ಹರ ಚತುರ್ಥಿ'ಯಂದು ಗಣೇಶನ ಪೂಜೆಗೆ ತುಂಬೆ ಹೂವನ್ನು ಹಾಕಿ ಪೂಜಿಸುವ ಪದ್ಧತಿಯಿದೆ.