

முருகவேள அரவேலம்



வெளியீடு :- காவேரி, விக்கனேஸ்வராக் கல்லூரி

L, 6739

இணைப்புகள்

G. Mikanthan

Lectur

Dept. of Agricultural Bio

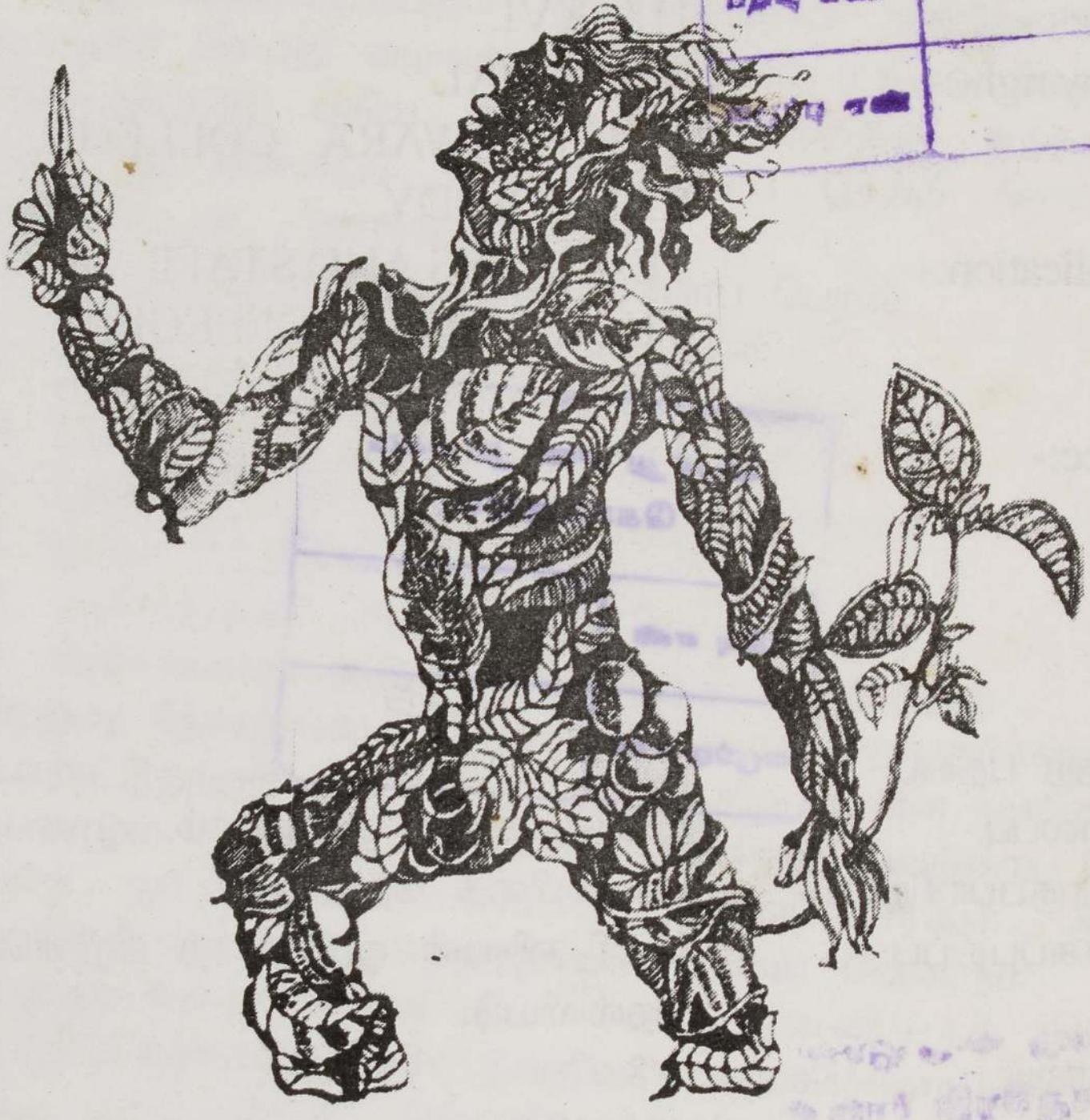
Faculty of Agriculture

University of Jaffna

JAFNA.

மூலிகைகளை அறிவோம்.

பதிவு எண்	
கோடு	L6739

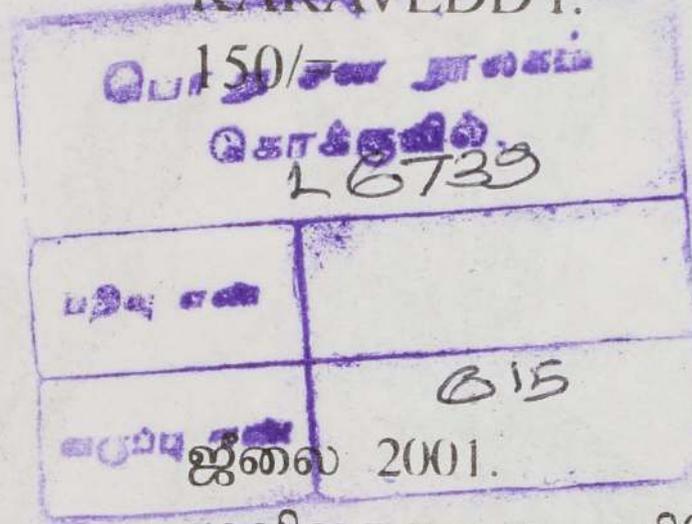


51

வெளியீடு:-

யா/விக்னேஸ்வராக்கல்லூரி
கரவெட்டி.

First Edition:- July 2001.
 Title:- MOOLIKAIKALAI ARIVOOM.
 Compiler:- NEELAMBIKAI KANTHAPPU
 Printed by :- MULTI VISION OFFSET PRINTERS,
 NELLIADY.
 Size:- 1/8.
 Pages:- 118+XVI.
 Copy right:- PRINCIPAL
 J/VIGNESWARA COLLEGE,
 KARAVEDDY.
 Publication:- TEACHERS AND STAFF
 VIGNESWARA COLLEGE,
 KARAVEDDY.
 Price:-



முதற் பதிப்பு:- ஜூலை 2001.
 தலைப்பு:- மூலிகைகளை அறிவோம்.
 தொகுப்பாசிரியர்:- நீலாம்பிக்க கந்தப்பு.
 அச்சுப்பதிப்பு:- மல்ரி விஷன் ஓ(f)வ்செற் பிற்றின்ரெஸ்,
 நெல்லியடி.
 அளவு:- 1/8.
 பக்கங்கள்:- 118+XVI.
 பதிப்புரிமை:- அதிபர்
 யா/விக்னேஸ்வரக் கல்லூரி,
 கரவெட்டி.
 வெளியீடு:- விக்கினைஸ்வராக் கல்லூரி ஆசிரியர்களும்
 ஏனைய ஊழியர்களும்
 விக்னேஸ்வரக் கல்லூரி,
 கரவெட்டி.

வடமராட்சி வலயக்கல்விப் பணிப்பாளர்

திரு.சி.சிவராஜா

அவர்கள் வழங்கிய

ஆசியுரை

யா/விக்கினைஸ்வராக் கல்லூரி கரவெட்டி, க.பொ.த (உயர்தரம்) விஞ்ஞான மாணவர்கள் செயல் மூலம் கற்றல் என்னும் நோக்கம் நிறைவு எய்த வெளியிடப்படும் "மூலிகைகளை அறிவோம்" என்னும் நூலிற்கு ஆசிச் செய்தி வழங்குவதில் மிகவும் மகிழ்வு கொள்கிறேன்.

'செய்திட்டம்' புதிய கல்விச்சீர்திருத்தத்தில் க.பொ.த(உ/த) மாணவர்களிற்கு பின்வரும் நோக்கங்களைப் பூர்த்தி செய்வதற்காக கொண்டுவரப்பட்டன. அவையாவன,

1. செயல் முறைத் தகைமைகளைப் பெறல்
2. சமூகத் தொடர்புகளை ஏற்படுத்தல்
3. சுற்றாடல் வளங்களை இனம் காணுதல்
4. மாணவர்கள் குழுவாகச் செயற்படல்
5. வேலை உலகினைத் தெரிந்து கொள்ளல்
6. ஓய்வு நேரத்தை பயனுடையதாக்கல்
7. அபிவிருத்திச் செயல்முறையில் ஈடுபடுதல்
8. பிரச்சினைகளிற்கு முகம் கொடுத்துத் தீர்த்தல்

மேற்படி நோக்கங்கள் சிலவற்றை நிறைவு செய்த மாணவர்களின் முயற்சி பாராட்டுதற்குரியது. தமது பிரதேசத்தில் உள்ள மூலிகைகளின் சிறப்பும் மணமும் மருத்துவப் பண்புகளும் தெரிந்து அவற்றைப் பேணவும் மாணவர்கள் நல்ல மனப்பாங்கைப் பெற்றுள்ளார்கள். இயற்கை வளங்களைப் பேண இளம் சந்ததியினர் முன்வர வேண்டும்.

இந் நூலை வெளியிட உறுதுணையாக இருந்த அதிபர், ஆசிரியர்களையும் பாராட்டுவதில் பெருமகிழ்வடைகிறேன்.

இம் மாணவர்கள் 'செய்திட்டம்' செய்து விட்டோம் என்ற மனநிறைவு பெறுவர். அவர்கள் முயற்சியைப் பாராட்டி ஆசி கூறுகின்றேன். க.பொ.த (உயர்தரம்) வகுப்பில் கற்கும் ஏனைய மாணவர்களிற்கும் இம் முயற்சி ஓர் எடுத்துக்காட்டாகும்.

வாழ்க! வாழ்க!! வாழ்க!!!

புலோலி,

வடமராட்சி.

2001.06.03.

வைத்தியகலாநிதி

திருமதி திலகேஸ்வரி குமுதரஞ்சன்

சிரேஷ்ட விரிவுரையாளர்

சித்த மருத்துவத்துறை

அவர்கள் வழங்கிய

அணிந்துரை

”பிணியின்மை செல்வம் விளைவு இன்பம் எமம்

அணியென்ப நாட்டிற்கிவ் வைந்து”

என்று வள்ளுவர் கூறுகிறார். நோய் இல்லாது இருத்தல் செல்வம், விளைபொருள், இன்பவாழ்வு நல்லகாலம் ஆகிய 5 அணிகளும் சிறந்த ஒரு நாட்டிற்கு அழகு தரும் என்பது இதன் பொருள். இந்த 5 அணிகலன்களிலும் நோயில்லாமல் வாழ்கின்ற வாழ்க்கைக்கே வள்ளுவர் முதலிடம் கொடுத்து இருப்பதை நாம் காண்கிறோம். எனவே அந்த அமைதியான ஒரு நிலமை நாட்டில் ஏற்படவேண்டுமானால் நாட்டு மக்கள் அனைவரும் நோய்வருவதற்குரிய காரணங்களை அறிந்தவர்களாகவும் ஒரு வேளை நோய் வந்துவிட்டால் அதனைத் தீர்ப்பதற்குரிய முறைகளை தெரிந்தவர்களாகவும் இருத்தல் வேண்டும்.

உலகின் வாழ் மக்கள் யாவரும் எக்காலத்தும் நன்னிலை எய்தி இன்னலுறாதிருக்கவே அன்பேயோருருவமாய் அவ்வப்பொழுது தோன்றிய சித்தாதி மருத்துவ அறிஞர்கள் மக்கட்கு பேருதவியாய்த் தோன்றிய பல பொருள்களிலும் உடனிகழ்ச்சியாகவே இருக்கும் நற்குணங்களை தீக்குணங்களை ஏராளமாக எடுத்து உரைத்தார்கள் எனினும் அவற்றை மக்களிற் சிலர் அறியாமலும் சிலர் தெரிந்தும் இருந்தனர்.

சாதாரணமாக மக்களின் வாழ்க்கை முறையில் எந்த ஒரு வியாதிக்கும் எடுத்தவுடன் வைத்தியரை நாடாது கை வைத்தியம் செய்வது இயல்பு முறையாக உள்ளது. இது போன்ற பழக்கம் உடையவர்க்கு இந்நூல் சிறப்பாக அமையும்.

இந்நூல் உயர்தர வகுப்பு மாணவர்கட்கு மட்டும் அல்லாமல் சாதாரண பாமர மக்களும் வாசித்து பயன்படத்தக்கதாக உள்ளது அதிலும் எல்லோருக்கும் தெரிந்த சாதாரண மூலிகைகளைக் கொண்டு செய்யும் மருந்துகள் பற்றியும் தீரும் ரோகம் பற்றியும் கூறியிருப்பது சிறப்பம்சம் ஆகும். இம் மூலிகைகளைக்கூட படம் மூலம் காட்டி இருப்பது அம் மூலிகைகளை உறுதிப்படுத்துவதாக அமைகிறது அடுத்து ஒரு மனிதனுக்கு தேவையான எளிமையான மருந்து வகைகள் பற்றியும்

குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. உதாரணமாக தலைவலி, சுரம், வாதரோகங்கள், தோல்வியாதிகள், மலச்சிக்கல், போன்றன மற்றும் சில சிறப்பான மூலிகைகளின் பயன்பாடு பற்றி பாட்டுருவில் கூறப்பட்டமை இந்நூலை பயன்படுத்துவர்கட்கு ஞாபகமாக இருக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை. மொத்தத்தில் இந் நூல் எல்லோர் வீடுகளிலும் இருக்க வேண்டியதொன்றாகும்.

செல்வி நீலாம்பிகையின் கந்தப்புவின் முயற்சி பாராட்டி வரவேற்கப்பட வேண்டியது சுதேச வைத்திய முறையில் நாட்டமுள்ளவர்களுக்கும் குடும்ப நலன்களை தமது மட்டத்தில் தெளிவான அறிவுடன் பேணுபவர்களுக்கும் இந்நூல் பேருதவியாக அமையும்.

சித்த மருத்துவ துறை
யாழ் பல்கலை கழகம்
யாழ்ப்பாணம்.

அதிபர்
திரு க.செல்வராசா
அவர்கள் வழங்கிய
வெளியீட்டுரை

புதிய கல்விச் சீர்திருத்தத்தின் பயன்பாட்டை கல்விச் சமூகத்திற்கு எடுத்துக் காட்டும் முதல் வெளியீடாக "மூலிகைகளை அறிவோம்" ஆய்வு நூல் அமைந்துள்ளது. உயர் தர மாணவர் தம் குழுச் செய்திட்டம் ஆக்க பூர்வமாக அமைவதை இந்நூல் வடிவமைத்துள்ளது. இது புது யுகத்திற்கு காலடி பதிக்கும் மாணவர் உலகின் காலத்தின் தேவையாக உள்ளது.

இந்நூல் மாணவருலகில் ஆக்கவுணர்வை ஊக்குவிக்கும் ஒரு ஊக்குவிப்பாகவும் உள்ளது. இதனை நூல் வடிவில் கொணருவது ஆசிரியரின் வழிகாட்டல் உணர்வின் கூர்ப்பினைக் காட்டுகிறது. இதுவே கல்விச் சீர்திருத்தத்தின் வளர்ச்சிக் கோர் அளவு கோலாகவுள்ளது எனலாம்.

எமது பாரம்பரிய மூலிகைகளின் சிறப்பினை வெளிக்கொணர்வதன் மூலம் அவை அருகிவிட்டது. அவற்றை மீண்டும் புத்துயிர் பெற தூண்டுகோலாகிறது. இவ் வகையில் இவ் ஆய்வை முன் வைத்த செல்வி நீலாம்பிகை கந்தப்பு எமது கல்லூரி ஆசிரியை, அவர் ஒரு வளர்ந்து வரும் ஆய்வாளர். அவரது ஆய்வு முடிவுகளை நுலுருவில் வெளியிடுவதில் நாம் நிறைவு காண்கின்றோம். இந்நூல் சித்த மருத்துவர், பொதுமக்கள், மாணவர்கள் முதலியோருக்கு கை நூலாக உதவும் என நம்புகிறேன்.

இந்நூலை கரவெட்டி யா/விக்னேஸ்வராக்கல்லூரி சார்பாக வெளியிடுவதில் நான் பெரு மகிழ்ச்சி அடைகின்றேன்.

யா/விக்னேஸ்வராக்கல்லூரி

கரவெட்டி

04.07.2001.

முகவுரை

இந்நூல் புதிய பாடத்திட்டத்தின் மிக உயர் அம்சமான, மாணவரின் தன்னம்பிக்கையுடன் கூடிய ஆளுமையையும் சுய சிந்தனையையும் வளர்க்கக்கூடிய செய்திட்ட முறையின் வெளியீடாக அமைகிறது. ஆசிரிய, மாணவர்களிடமிருந்து அறிந்த கை மருத்துவ முறைகளும் பல மருத்துவ நூல்களில் காணப்பட்ட பொதுவான குறிப்புக்களும் இந்நூலில் தொகுக்கப்பட்டுள்ளன.

இந்நூலின் நோக்கம் மூலிகைகளின் மகத்துவத்தையும் அவற்றின் பெறுமதிகளையும் அறிய வைப்பது ஆகும். சித்தத்தையடக்கி சிவனிடம் ஒப்படைத்து சித்திகள் பல செய்த சித்தர்களினால் அறியப்பட்டு அகத்தியர், திருமூலர், தேரையர் போன்ற பதினெண் தமிழ் மருத்துவ நூலாசிரியர்களால் கூறப்பட்ட ஒரு சில கூற்றுக்கள் ஆங்காங்கே நூற்கருத்தை வலுப்படுத்தும் பொருட்டு முன் வைக்கப்பட்டுள்ளன. மேலைத்தேய மருத்துவத்தில் கத்தியினால் கால் ஆணியை அகற்றுவார்கள். அம்மான் பச்சரிசி தாவரத்தின் பால் கால் ஆணியை முற்றாக குணப்படுத்திய சம்பவம் நூல் ஆக்கும் காலத்தில் ஏற்பட்ட சுய அனுபவமாகும். செங்கண்மாரி, வாதம், மூலம், கோழை, பித்தம் போன்ற நோய்குள் ஆங்கில மருத்துவத்ததை காட்டிலும் மூலிகைகளால் இலகுவாக குணமாக்கக்கூடியவைகளாகும்.

முகமறியாத என்னை முகமலர்வோடு ஏற்று ஐயங்கள் பல தீர்த்து தேவையான போதெல்லாம் ஆலோசனைகள் பல வழங்கிய மதிப்பிற்குரிய ஆசான் திரு க. சி. குகதாஸன் அவர்களும், முன்அறிமுகமில்லாத எனக்கு அரிய பல மருத்துவ நூல்களை வழங்கி, என்னை ஊக்குவித்து நூலுக்கு அணிந்துரையையும் வழங்கிய யாழ் பல்கலைக்கழக சித்த மருத்துவத்துறையின் சிரேட்ட விரிவுரையாளர் **Dr** திருமதி தி. குமுதரஞ்சன் அவர்களும், மூலிகைகளின் பெயர், பயன்பாடு, தாவரவியற் பெயர்களை எழுதும் விதம் போன்றவற்றில் ஆலோசனைகள் பல வழங்கி என்னை ஊக்குவித்த யாழ் பல்கலைக்கழக விவசாய உயிரியற்றுறைத் தலைவர் மதிப்பிற்குரிய விரிவுரையாளர் திரு கு.மிகுந்தன் அவர்களும் மிகு நன்றிக்குரியவர்களாவர்.

எமது பிரதேச கல்வி விருத்திக்காக தமது உழைப்பை அர்ப்பணித்து எம்மையும் ஊக்கப்படுத்துவதுடன் இந்நூலுக்கு ஆசியுரையையும் வழங்கிய மதிப்பிற்குரிய வடமராட்சி வலயக்கல்விப் பணிப்பாளர் திரு சி. சிவராசா அவர்கள் எமது மனநிறைந்த

நன்றிக்குரியவர்கள். எமது நூலையும் ஒரு பொருட்டாக ஏற்று வெளியீட்டிற்கு ஒப்புதல் வழங்கிய எமது அதிபர் மதிப்பிற்குரிய திரு க. செல்வராசா அவர்களுக்கும் எமது நன்றிகள்.

வந்த இடத்தில் உதவி கேட்ட எமது சின்னத்தனத்தைக் கருத்தில் எடுக்காது மிகப் பெருமனதோடு சிந்தையைத் தூண்டும் வண்ணம் அட்டைப்படத்தை வரந்து உதவிய தென்மராட்சி வலய சித்திர உதவிக் கல்விப் பணிப்பாளர் திரு கோ. கைலகசநாதன் அவர்களும். அவர்களின் உதவியை எமக்குப் பெற்றுத்தந்த எமது பாடசாலை ஆசிரியர் திரு இ. இராகவன் அவர்களும் மிகு நன்றிக்குரியவர்கள்.

நூலிலுள்ள படங்கள் வரைந்த மாணவர்களான சி. குமரேசன். ச. அனிதன் ஆகியோர்க்கும் எமது நன்றிகள். மிகப் பொறுமையுடன் திருத்தி, அழித்து, சேர்த்து நூலை கண்ணி அச்சில் பதிப்பித்துத் தந்த நெல்லியடி மல்ரி விஷன் அச்சகத்தினர்க்கும். அட்டையை ஆக்கித்தந்த யாழ் பிள்ளையார் அச்சகத்தினர்க்கும் எமது நன்றிகள்.

மாணவ செய்திட்டத்தின் வெளிப்பாடான இந்நூல் கல்வி உலகால் அங்கீகரிக்கப்படும் என்பது நம்பிக்கை.

நன்றி.

தொகுப்பாசிரியர்.



✓ குண்டுமணி

Abrus precatorius

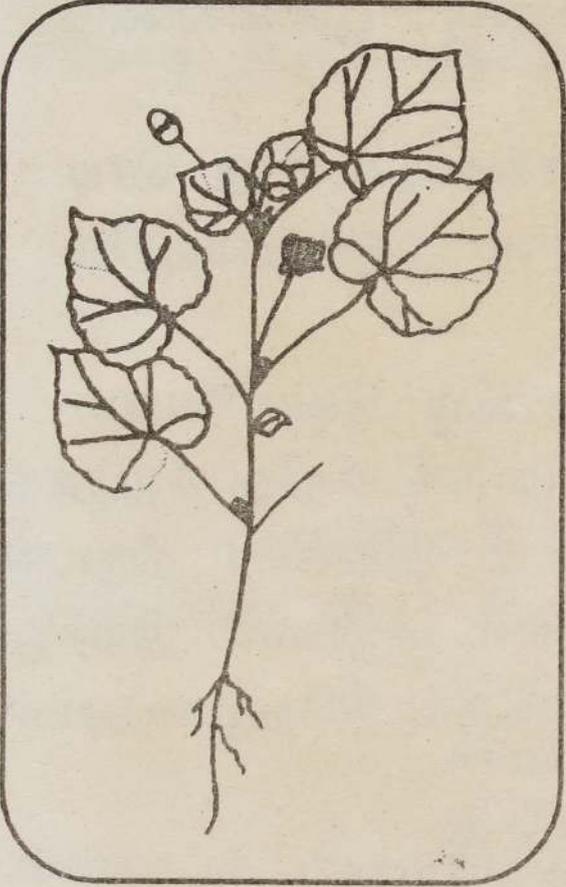
Indian liquorice - Leguminosae

FABACEAE : PAPILIONACEAE

இது பொதுவாக எங்கும் வளரும் கொடியினம். வெண்மை, செம்மை, கருமை நிறங்களில் உண்டு. அதிகளவு விதை நஞ்சாகும்

குரற்கம்மல்:~ இலையை மென்று சாற்றை விழுங்குதல் வேண்டும்

வீக்கம் வற்ற:~ வலியுள்ள வீக்கங்களுக்கு இலைச்சாற்றை பூசலாம்.



✓ துத்தி

வட்டத்துத்தி *Abutilon hirtum*

பெரும்துத்தி *Abutilon indicum*

MALVACEAE

வேறுபெயர்:- கக்கடி

துத்தியில் பலவகைகள் உண்டு இலை அரசம் இலையைப் போன்றது. ஒரு கொத்தில் பல மஞ்சள்நிற 5 இதழ்களுள்ள பூக்களைக் கொண்டது. தெரு ஓரங்களிலும் காணிகளிலும் வளர்ந்திருக்கும். மூல நோயுடையவர்கள் இதனைப் பச்சையாக அல்லது வதக்கி சாப்பிடலாம்.

மூலவேதனை:~ துத்தி இலையை ஆமணக்கெண்ணை தடவி தண்ணிலில் துவட்டி ஆசன வாயில் கட்டினால் வேதனை தீரும்.

இரத்த வார்தி:~ பூவிதழ்களைச் சூரணமாக்கி ஒருதேக்கரண்டி தூளைப் பசும்பாலுடன் காலையில் பருகலாம்

✓ கருவேலமரம்

Acacia arabica willd

Eng:- Indian gum arabica tree

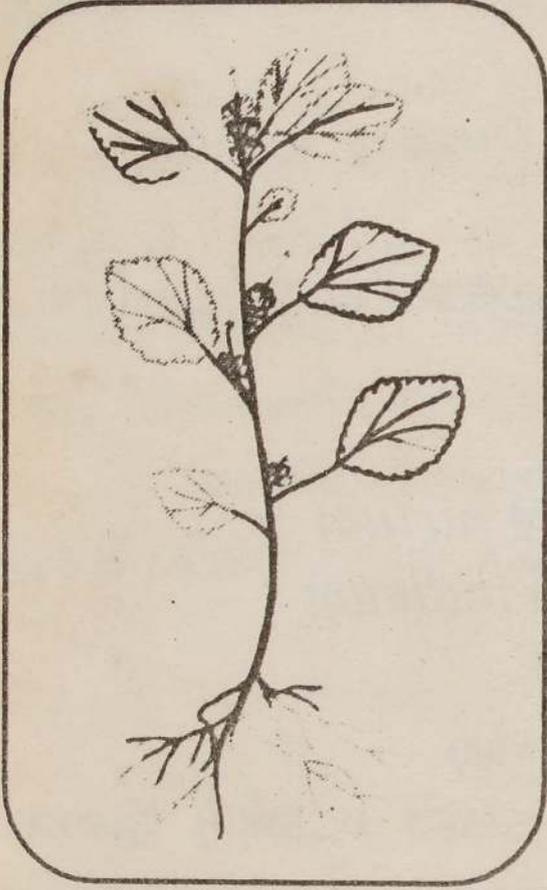
LEGUMINOSAE \ FABACEAE:- MIMOSACEAE

காடுகளில் வளரும் மரம். பட்டை கருநிறமாகவிருக்கும்.

இதன் துளிர் பட்டை, வேர், பிசின், வித்து என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

”ஆலம் வேலம் பல்வக்குறதி”

கருவேலங் குச்சியால் பல்துலக்கினால் பல்முரசு வலுவடையும். பிசினை துளாக்கி முட்டையுடன் கலந்து தீப்புண் மீது தடவலாம். பொடியாக்கிய பிசின் பெண்களுக்கு ஏற்படும் குருதிப்போக்கை நிறுத்தும். உடலை உறுதியாக்கும்.



குப்பைமேனி

Acalypha indica

Eng:- Cat's struggle

EUPHORBIACEAE

மறுபெயர்கள்:- அரிமஞ்சரி, பூனைவணங்கி

இது எங்கும் காணக்கூடிய சிறு செடி. முழுத்தாவரமும், பகுதிகளும் மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

குழந்தைகளின் வயிற்றப் புழு வெளியேற:-

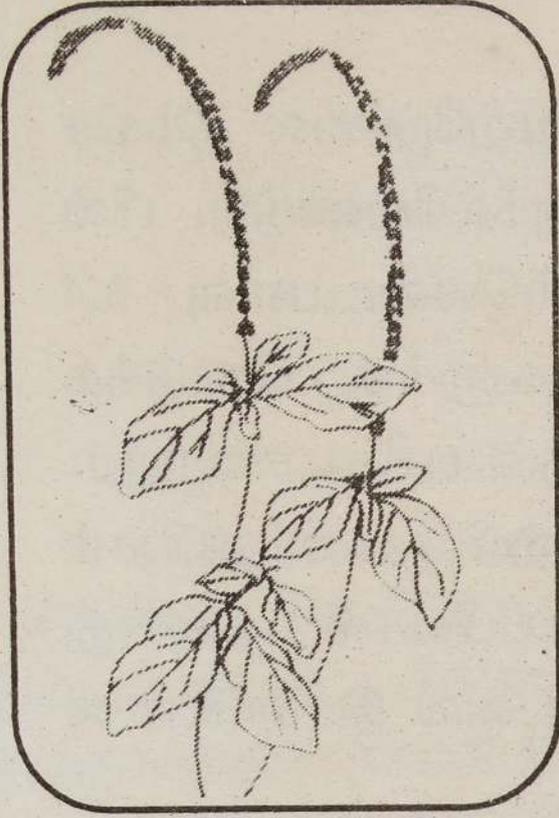
செழித்த தாவரத்தை சுத்தமாக்கி சிறிது சிறிதாக நறுக்கி காயவைத்து கைப்பிடி அளவு எடுத்து 2 குவளை நீருடன் வற்றக் காய்ச்சி வடித்து அதிகாலையில் கொடுத்தால் புழுக்கள் இறந்து வெளியேறும். தேவைப்பட்டால் 1 கிழமையின் பின்னரும் இதேமுறையில் கொடுக்கலாம்.

காயம், புண்ணாற:- இலையை மை போல அரைத்துக் கட்டலாம். உடன் எரியும். புண் ஆறும்.

காது வலி:- சுத்தமான இலையை தண்ணிலில் வாட்டி கசக்கிப் பிழிந்து சாற்றில் இரு துளி வலியுள்ள காதில்விட்டு பஞ்சினால் மூடலாம்.

எலிவீஷம் நீங்க:- எலிகடித்தால் இலையைக் கசக்கி கடிவாயல்வைத்து இரும்பை சூடாக்கி அதனால் சூடேற்ற வேண்டும். சூடு தாக்கினால் போதுமானது.

சொறிசிரங்கிற்கு:- குப்பைமேனியிலை சிறிய துண்டு மஞ்சள், சிறிதளவு உப்பு சேர்த்து மை போல அரைத்து சிரங்கில் பூசி 1 மணித்தியாலத்தின் பின் சீகைக்காய், மஞ்சள் சேர்த்துக் கழுவலாம்.



✗ நாயுருவி

Achyranthes aspera

Eng:- Chaff flower

AMARANTACEAE

வேறுபெயர்கள்:- காஞ்சரி, அபமார்க்கி, கதிரி, சேகரி, மாமுநி

இது எங்கும் வளரக்கூடியது. செந்நாயுருவி எனும் வகையும் உண்டு. இது "படருருக்கி" எனவும் அழைக்கப்படும். செந்நாயுருவி சிறப்பானது. முழுப்பகுதியும் மருத்துவப் பயன் உடையது.

முலநோய்:- நாயுருவி இலையை அரைத்து

பாக்களவு எடுத்து காலை மாலை நல்லெண்ணெயுடன் கொடுக்கலாம்.

அல்லது நாயுருவி இலைச்சாற்றை பசும்பாலுடன் கொடுக்கலாம்.

வயிற்றுநோ:- வேரை ஊறவைத்து பருகலாம்.

சிறுகடி நஞ்சுகளுக்கு:- இலையை அரைத்துப் பூசலாம்.

✓ துயிலிக்கீரை

Achyranthes polygonoides

AMARANTACEAE

வேறுபெயர்கள்:- தொயில், துயிலை

சாதாரணமாக தோட்டநிலங்களிலும், காணிகளிலும் தானே வளரும் கீரையினம் இது. இதனை வேக வைத்து உண்ண

"சீதம் விளையும் சிறுசிரங்கு புண்ணுமாங்

காது பழமலமுங் கட்டறுங்காண் - கீதக்

குயிலனையாய்! வெட்டை போம் கூறவழகில்லைத்

துயிலி யிலைக்கறிக்குச் சொல்"

சிரங்கு, புண் தடைப்பட்ட மலம் வெள்ளை நீங்கும்.

✓ வசம்பு

Acorus calamus

Eng:- Sweet flag

ARACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பிள்ளை வளர்ப்பான், உக்கிரம் உரைப்பான், வசை, வேணி, சுடுவான்

இது சதுப்புத் தன்மை உள்ள இடங்களில் வளரும் பூண்டு. இதில் Glucocide acorin எனும் மணமுள்ள பொருள் உண்டு. தாவரத்தின் வேர்ப் பகுதி உலர்த்தப்பட்டு பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

குழந்தை நோய்களுக்கு:~ சுத்தமான வசம்பின் மேற்றோலை நீக்கிச் சிறு துண்டுகளாக்கி சட்டியிலிட்டு தீயும் வரை வறுக்கவேண்டும். பின் இதனைப் பொடியாக்கி பெறப்படும் சாம்பலில் நெல்லெடையளவு 3,4 வேளை தாய்ப்பாலில் அல்லது தேனில் குழந்தைகளுக்கு கொடுக்க வாந்தி, இருமல், அஜூரணம் வயிற்றுப்போக்கு குணமாகும். பசி உண்டாகும். இச்சாம்பலை வெந்நீரில் குழைத்து வயிற்றின் மேல் பற்றிட வயிற்றுப்புசம் குறையும். தடைப்பட்ட மூத்திரம் வெளியேறும். மப்பினால் அல்லது சளியினால் ஏற்படும் ஜூரம் குணமாகும். வாரம் இரு தடவை இச்சாம்பலை கொடுத்தால் அநேக நோய்களிலிருந்து தடுக்கலாம்.

ஆடாதோடை

Adhatoda vasica / Adhatoda indica / Justicia adhatoda

Eng:- Malabar - Nut

ACANTHACEAE

மாவிலைபோன்ற ஆனால் கருமை குறைந்த பச்சைநிற மென்மையான இலைகளைக்கொண்ட இச்செடி எங்கும் வெளிகளில் வளர்ந்திருக்கும். ஆடு இவ்விலையை சாப்பிடாததால் (ஆடு+ தொடா+ இலை) ஆடாதோடை எனப்படுகின்றது. சிலர் இதை பாவட்டை என்றும் தவறுதலாக அழைப்பர். பாவட்டை இனம் வேறானது.

“ஆடாதோடை ஐந்து மிளகும்

பாடாதிதல்லாம் பாடுமென்பர்”

ஆடாதோடை இலையை மிளகுடன் அரைத்து உருண்டையாக்கி காலை, மாலை கொடுக்க குரற்கம்மல் குணமாகும்.

நெஞ்சு கபம் வெளியேற:~ கைப்பிடியளவு இலையை லேசாக வதக்கி 50சத நிறையளவு வேர்க்கொம்பு சேர்த்து நீர் விட்டு சுண்டக்காய்ச்சி வடித்து சீனி கலந்து காலை, மாலை இரண்டு நாள் கொடுக்க வேண்டும்.

ககப்பிரசவம்:~ ஆடாதோடை இலை, வேர் என்பவற்றை ஒவ்வொன்றிலும் அரைக் கைப்பிடியளவு எடுத்து நீர் விட்டு சுண்டக்காய்ச்சி பிரசவகாலத்திற்கு 1 கிழமை முன்பிலிருந்து கொடுக்கலாம்.

வில்வம்

Aegle marmelos corr

Eng:- Bael tree

RUTACEAE

வேறு பெயர்கள்:- கூவிளம், கூவிளை, சிவத்துருமம், குசாபி

இது எங்கும் பயிராகும் மரமாகும். இதன் இலை சிவன் கோவில் அர்ச்சனைப் பத்திரங்களில் ஒன்றாகும். இதன் இலை, பூ, பிஞ்சு, காய், பழம், பழஒடு, பிசின், பட்டை, வேர், வேர்ப்பட்டை அனைத்தும் மருத்துவத்தில் பயன்படுபவை.

பல்லவம் பூ பிஞ்சின் பழநீர்யம்சம் முறையே
வில்வம் மேகமந்த மாகுன்மம்- செல்லுகின்ற
நோக்கமருள் விந்துநட்ட நாறு மடுத்தவர்கட்
காக்கமருள் வில்லு வத்திலாம்

வில்வத்தளிர் எல்லா மேகநோய்களையும், பூ மந்தத்தையும், பிஞ்சு குன்மத்தையும், பழம் கண்ணிருளையும், பிசின் வெண்ணீர்க் குறைவையும் நீக்கும்.

தேங்காய்ப்புக்கீரை

Aerva lanata

AMARANTACEAE

வேறு பெயர்கள்:- பீளைசாறி, சிறுபீளை, பாஷணபேதி.

இது தெரு ஓரங்களிலும் காணிகளிலும் வளரும் சிறு தாவரம். இதன் முழுப்பகுதியும் மருத்துவக் குணமுடையது.

”பாண்டு பெரும் பாடு பகர் முர்த்தி ரக்கிரீச்சம்
பூண்டதீர் தோடமீவை போகுங்காண் - தண்டிப்
பறியவே னைத்துரத்தம் பார்வையின்கண் மாதே
சிறியபீ னைக்குச் சிதைந்து”

”நீரடைப்பு கல்லடைப்பு நீங்காக் குடற்கூலை
போரடீ ரத்தகணம் போக்கங்காண் - வாரிறைக்கும்
பூண்முலையே! கேளாய் பெருந்துஞ் சிறுபீளை
யாமிதுகற் பேதி யறி”

இது பாண்டு, பெரும்பாடு, நீரிளரிச்சல், நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, குடற்கூலை, குருதிச்சூடு என்பவற்றைப் போக்கும். இதன் இலைச்சாறு மேற்குறித்த நோய்களைத் தீர்க்கும்.

✓கிடைச்சி

Aeschynomene indica

வேறுபெயர்:- சடை, கிடை, நெட்டி

இது வயற்பிரதேசங்களில் சாதாரணமாக வளரும் களையாகும். இதன் இலை வெள்ளி, பொன் என்பவற்றை பற்பமாக்க பயன்படும். வீக்கம் வற்ற:- ஆமணக்கு நெய்யில் இலையை வதக்கி வீக்கங்களுக்கு ஒத்தணம் இடலாம்.

✓காளான்

Agaricus campestris

Eng:- white agaric

Pleurotus

இது மழைக்காளங்களில் வைக்கோல் இலைச்சருகு நிறைந்த இடங்களில் முளைத்தெழும்பும். குடைக காளான், மரக் காளான், முட்டைக் காளான், சீமைக் காளான், கடற் காளான் என இதில் பலவகையுண்டு. சில நஞ்சானவை. சில சத்துமிக்கவை. உணவாகும் காளான் வகுப்பில் தற்போது மிகவும் அக்கறை காட்டப்படுகிறது. உட்புறம் வெளுத்திருக்கும். குடைக்காளான் உண்பதற் கேற்றது.

குருதிப் போக்கு, அம்மைப்புண்:- குடிநீரிட்டுப் பருக அம்மை கொப்புளங்களை உலர்த்தும். குருதிப்போக்கை நிறுத்தும்.

ஆனைக்கற்றாழை

Agave americana

A. vera Cruz

Eng:- centry plant

வேறுபெயர்கள்:- இரயில் கற்றாழை

சாதாரணமாக எங்கும் காணக்கூடியது. சாம்பல் நிறமழுடைய இலையின் ஓரங்கள் கூரான கற்றாளையினம். இதுவாகும். இரயில் பாதைகளில் இரு மருங்கும் அதிகமாக காணப்படுவதால் இரயில் கற்றாழை எனவும் பெயர் பெறும்.

பல குளுக்கோசைட்டுகள் அல்லது கிளைக்கோசைட்டுகள் ஒரு தொகுப்பாக அமைந்தால் அவை சாப்போனின்கள் (saponins) எனப்படும். ஆனைக்கற்றாழையில் ஹெகோஜெனின் (hecogenin) எனும் சாப்போனின் உண்டு. இதன் நாரிலிருந்து கயிறு திரிக்கலாம்.

அழிஞ்சில்

Alangium salviifolium

Alangium ecapetalum

Eng:- Sage leaved alangium

ALANGIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அங்கோலம், செம்மரம்

இது வெப்பவலயங்களில் வளரக்கூடிய மரம். காடுகளிலும் வளரும்.

”அங்கோல வேருமே லாகவே யுண்டிடக்
கங்குலம் பூரக் கடிமுதலகலமே”

அழிஞ்சில் வேர்ப்பட்டையை வெள்ளாட்டுச்சலத்தில் ஊறவைத்து உலர்த்திப் பொடியாக்கிக் கொடுக்க பூரான்கடிமுதலிய நஞ்சுகள் நீங்கும்.

பாம்புக்கடி, நாட்பட்டகடி, பெருங்குடலிறங்கிய பூச்சிகள் வெளியேற:-

இதன் வேர்ப்பட்டையைக் கால் முதல் அரைப்பல மெடுத்துக் குடிநீர் அல்லது ஊறல் செய்து கொஞ்சம் நெய் சேர்த்து 1/4- 1/2 அழாக்கு உட்கொள்ள நாட்பட்டகடி, பாம்புக்கடி என்பன நீங்கும். பெருங்குடலில் இறங்கிய பூச்சிகள் வெளியேறும்.

மேகப்பூண், சொறிசிரங்குக்கு:-இதன் பட்டையைத் தூளாக்கி இவைகளின் மீது தூவிவர குணமாகும்.

குருதியழல் நோய், குருதிவாந்தி, எரிச்சல்தீர்:-வித்தின் பருப்பை பால்விட்டரைத்துப் பாலுடன் பருகலாம்.

உயில்

(உசில மரம்)

Albizzia amara

Mimosa amara

Eng:- Whee tree

LEGUMINOSAE / FABACEAE : MIMOSACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஊஞ்சிமரம், கலிகை சீக்கிரான்

இது எங்கும் வளர்க்கூடிய மரம். இதன் இலை, பூ, விதை, எண்ணெய் என்பன மருத்துவப்பயனுடையது.

இலையை உலர்த்தி தூளாக்கி தலைக்குப் பூச முடி வளரும். பூவை அரைத்து தோல் நோய்களுக்கும் வீக்கங்களுக்கும் பூசலாம். எண்ணெய் உடம்பில் படை நோயை நீக்கும்.

வாகை

Albizzia lebbek

Mimosa lebbek

Eng:- Woman's tongues

LEGUMINOSAE / FABACEAE : MIMOSOIDEAE

வேறுபெயர்கள்:- சீரிடம், பாண்டில்

சாதாரணமாக எல்லா இடங்களிலும் வளரும் மரம் இதுவாகும். இம் மரத்தின் இலை, பூ, வித்து, பிசின், வேர்ப்பட்டை என்பன மருத்துவக் குணமுடையவை.

கண்ணோய்:- இலையை அரைத்து கண்களின் மீது கட்டிவரலாம்.

கட்டி, வீக்கம், தடிப்பு:- பூவை அரைத்து இவற்றின் மீது பூசிவர குணமாகும்.

குருதீழலம், வெள்ளை:- பட்டையை பொடி செய்து உள்ளூக்கு கொடுக்க நோய் தீரும்.

பல்லீற்றுப்புண் நீங்க:- வேர்ப்பட்டையை பொடிசெய்து பல் துலக்க பல் இறுகும்.

கழலை, மேகக்கடி, வெள்ளை:- 1-2g எடையுள்ள பிசினைக் கொடுத்துவர குணமாகும்.

சிறுவெங்காயம் *Allium ascalonium*

Shallot onion

வேறுபெயர்:- ஈரவெங்காயம்

பம்பாய் வெங்காயம் *Allium cepa*

Bombay onion

LILIACEAE

இதன் பச்சையான இலைப்பகுதியும் சிவந்த இலையடிப்பகுதியும் காம்புடன் பூந்துணர்களும் உணவாக பயன்படுகின்றன. இதன் விதையும் இலையடிப்பகுதியும் மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

கட்டி உடைய:- உடலில் கட்டி உருவாகி அது உடையும் எனக் கண்டால் சிறு வெங்காயத்தை தணலில் சுட்டு அரைத்து மெல்லிய சூட்டுடன் கட்டியின் மேல் தடவிவர கட்டி பழுத்து சீழ் வெளியேறி புண் ஆறும்.

குணம் நீங்க:- "வெங்காய வித்து குன்மம் விரட்டும்"

விதையை உலர்த்தி பொடிசெய்து சீனியுடன் கலந்து 3வேளையும் உட்கொள்ள குன்ம நோய் தணியும்.

உள்ளி

Allium sativum

Eng:- garlic

LILIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பூண்டு, இலசனம், வெள்ளுள்ளி

இந்தியாவில் எல்லாப் பிரதேசங்களிலும் பயிரிடப்படுகின்றது. இதில் இரத்த அழுத்தத்தை குறைக்கும் Allicin, Allisatin எனும் இரசாயனப் பொருட்கள் உண்டு.

"சந்திரியாடு வாதந் தலைநோவு தாள்வலி

மன்னிவரு நீர்க்கோவை வன்சீதம் - அன்னமே

உள்ளுள்ளி காண்பாய் உளைமுல ரோகமும் போம்

வெள்ளுள்ளி தன்னால் வெருண்டு"

பொதுவாக எல்லா வீட்டுக் கைமருத்துவத்திலும் பூண்டு பயன்படுகிறது.

பிள்ளைக்கற்றாழை
Aloe littoralis / Aloe vera
LILIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கன்னி, குமரி

இந்தியாவின் கன்னியாகுமரிப்பகுதியில் அதிகமாகக் காணப்படுவதால் கன்னி, குமரி எனும் பெயர்களாலும் அழைக்கப்படுகின்றது. இதன் நீர்ப்பகுதி கரியபோளம் எனப்படும். இதன் உலர்ந்த இலைச்சாற்றில் Socaloin, Barbaloin, Capaloin எனும் கிளைக்கோசைட்டுக்கள் உண்டு. இவை நீர், மலம் என்பவற்றை போக்கும் சக்தியுடையவை. இதன் இலை தண்டுடன் சேரும் இடத்தில் அகலமாகவும் சிறிது புடைப்பாகவும் நுனிப்பகுதி ஒடுங்கியும் காணப்படும். இலை இளம் பச்சை நிறமாக இருக்கும்.

தீக்காயங்களுக்கு:- தீக்காயங்கள் ஏற்பட்டால் இலையைப் பிளந்து சோற்றுப்பகுதியுடன் கட்டலாம்.

மூலச்சூட்டிற்கு:- இலையைப்பிளந்து உள்ளே இருக்கும் தண்டை நீரினாற் கழுவிச் சாப்பிடலாம்.

பேரத்தை *Alpinia galanga*
சிற்றத்தை *Alpinia officinalis*
ZINGIBERACEAE

இரு அரத்தைகளும் வீட்டில் அழகுக்காக வளர்க்கப்படுகின்றன. நிலக்கீழ்த் தண்டுள்ள இஞ்சி, மஞ்சள் போன்ற, ஆனால் 2m வரை உயரமுடைய தாவரம்.

"அரத்தையின் குணத்தைக்கேள்ர அக்காஞ் சந்தி போக்கும்
உரத்தொரு இருமல் மாற்றும் ஒங்கிய உதிரம் போக்கும்
இரைத்திடுங் காச மெட்டும் விஞ்சிய கயமும் தீரும்
கரத்தையும் நீக்கு மென்று சொன்னது வேத நாலே"

இரு அரைத்தையும் நெஞ்சுக்கோழை, ஈளைமூலம், இருமல், கரப்பான், மார்புநோய், வாதம், பல்நோய் போன்றவற்றைத் தீர்க்கும்.

பொன்னாங்காணி

Alternanthera sessilis

A. triandra

AMARANTHACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கொடுப்பை, சீதை, பொன்னாங்கண்ணி

இது எங்கும் பயிராக்கக் கூடிய படர் தாவரமாகும். பொன்னாங்காணி என்பது பொன் + ஆம் + காண் + நீ என, இதை உண்டால் உடல் பொன்னாக காண்பாய் என பொருள் தரும்.

“சீதையை நாடாறுஞ் சீரண வுண்டிடக்
காதை சேர் நோயலாங் காதமோடிடுமே”

பொன்னாங்காணியை நாள்தோறும் உண்டால் எல்லா நோய்களும் நீங்கும்.

கீரை *Amarantus oleraceus*

முள்ளுக்கீரை *Amarantus spinosus*

அறக்கீரை *Amarantus tristis*

குப்பைக்கீரை *Amarantus viridis*

AMARANTACEAE

முள்ளுக்கீரை, அறக்கீரை, குப்பைக்கீரை என்பன தோட்டங்களிலும் காணிகளிலும் இயற்கையாக வளர்வன. இவற்றை அடிக்கடி உணவில் சேர்ப்பதால் வயிற்றுப் போக்கு சீராக அமையும். அதிக கனிப்பொருட்களும் உடலில் சேரும்

சட்டிக்கருணை

Amorphophallus campanulatus

Eng:- Elephant foot yam

ARACEAE

இது பொதுவாக எங்கும் உணவுக்காகப் பயிரிடப்படும் கிழங்கு வகையாகும். இக் கிழங்கை சமைத்துப் புசிப்பதால் மூலநோய் சுகப்படும். கிழங்கு வகைகளில் போசாக்கு நிறைந்தது. நிறைந்தளவில் புரதமும் உண்டு.

மரமுந்திரிகை
Anacardium occidentale
 Eng:- Cashew nut tree
 ANACARDIACEAE

இது கடற்கரையை அடுத்த பிரதேசங்களில் செழித்து வளரும் மரம்.

பாலுண்ணி, மருக்கள்:- இதன் பழத்தை வறுக்கும் போது பெறப்படும் எண்ணெயை பாலுண்ணி. மருக்களின் மேல் பூச அவை நீங்கும்.
நீரிழிவு:- இதன் வேர்ப்பட்டையை குடிநீரிட்டுக் குடித்தால் நீரிழிவு சுகமாகும்.

அன்னாசி
Ananus sativus
A. comosus
 Eng:- Pine apple
 BROMELIACEAE

வேறுபெயர்:- பூந்தாழம் பழம்

இது நீர்வசதியுடைய எப்பிரதேசங்களிலும் வளரக்கூடியது இதன் பழத்தை வெதுப்பிக் கொடுக்க வாந்தி, வயிற்றுக்கடுப்பு, காமாலை போன்ற வெப்பநோய்கள் தீரும். இப்பழம் சிலருக்கு ஒவ்வாமையானதாகும்.

நிலவேம்பு
Andrographis paniculata
நாட்டு நிலவேம்பு *P. chinetho*
சீமை நிலவேம்பு *A. chiretta*
 ACANTHACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கோகணம், காண்டகம்

நிலவேம்பில் இரு வகையுண்டு ஒரு வகைச் செடி 1m உயரம் வரை வளரும். மற்றைய வகை 1/2m உயரம் வரை வளரும் இலை ஒடுங்கியதாக இருக்கும். பொதுவாக எங்கும் வளரக்கூடிய செடியாகும்.

"வாதகரம் நீரேற்றம் மாற்றுஞ் சுரதோட்ட
 காதமென ஓடக் கடியுங்காண் - மாதரசே
 பித்த மயக்கறுக்கும் பின்புதிளி வைக்கொடுக்கும்
 சுத்த நிலவேம்பின் தொழில்"

இதனால் வாதசுரம் நீர்க்கோவை சுரங்கள், மயக்கம் நீங்கும், புத்தி தெளிவு உண்டாகும். குழந்தைகளின் கழிச்சலுக்கும் வயிற்றுப் பொருமலுக்கும் இலைச்சாற்றைக் கொடுக்கலாம்.

காவட்டம் புல்

Andropogon nardus

Eng:- Roosa grass/ Citronella

வேறுபெயர்கள்:- காமாட்சிப்புல், மாந்தப்புல்

இது மலைநாட்டில் பயிராகும் நறுமணமுள்ள புல், இதிலிருந்து எண்ணெய் எடுக்கலாம்.

வயிற்றுவலி, கழிச்சல்தீர்:~ புல்லைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

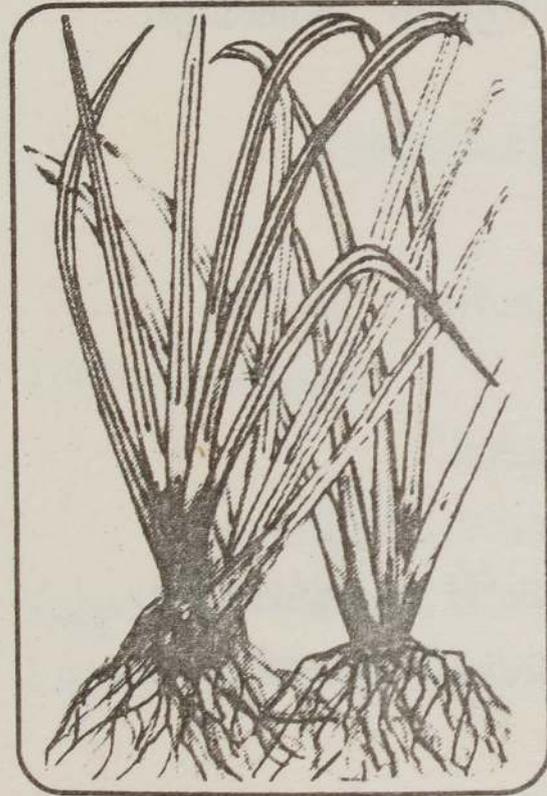
வாந்திபேதி:~ எண்ணெய் 4,5 துளிகளை சீனியுடன் கலந்து கொடுக்கலாம்.

இலாமிச்சை

Andropogon squarrosus

Eng:- Lemon grass

GRAMINEAE



இது எங்கும் வளரக்கூடிய புல்லினமாகும். 1,0.5m உயரம் வரை மிக அடர்த்தியாக வளரும் இத் தாவரத்தின் வேர் மருத்துவப் பயன் மிக்கது.

மூலவருத்தத்தீர்கு:~ இலாமிச்சை வேரை விழுதாக அரைத்து அதில் பாக்களவை வாழைப்பூச்சாற்றில் கரைத்துக் கொடுக்க இரத்தம் போவது நிற்கும். இலாமிச்சை வேர்த்தூளை நல்லெண்ணெயில் வறுத்து ஒத்தனமிட மூலநோ நீங்கும்.

அன்னமுன்னா

Annona squamosa

Custard apple

ANNONACEAE

வேறுபெயர்:- சீத்தா

இது எங்கும் வளரக்கூடிய சிறுமரம். இதன் பழங்கள் சுவையானவை.

புழுக்கள் வெளியேற:~ இலையை அரைத்து உள்ளுக்கு கொடுக்க புழுக்கள் இறந்து வெளியேறும்.

புண் ஆற:~ இலையை நீர் விடாது அரைத்து பூசப் புண் ஆறும். விதையை பொடித்து புண்களின் மேல்தாவ அவற்றிலுள்ள அழுக்கை அகற்றி எளிதில் ஆற்றும்.

கடம்பு

Anthocephalus cadamba / A.indica

Eng:- Pin cushion fruit/ tennis ball tree / Wild cinchona

RUBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- தீபம், வெள்ளைக்கடம்பு

இது கோவில்களில் வளர்க்கப்படும் மரமாகும். பூக்கும் காலங்களில் விதானத்தின் கீழ்ப்பகுதி முழுவதும் பூக்களாகக் காணப்படும்.

வாய்ப்புண், தொண்டைப்புண்:~ இலையை அவித்து அந்நீரால் கொப்பளிக்க வாய்ப்புண் தொண்டைப்புண் ஆறும்.

நஞ்சு முறிய:~ விதையை அரைத்து நீரில் கலக்கிக் கொடுக்க வேண்டும்

கொட்டி

Aponogeton natans

A.monostachyton

NAIADEAE / APONOGETONECEAE

இது மாரிகாலங்களில் வயலில் வளரும் பூண்டு. நன்னீர் குளங்களில் சாதாரணமாக காணப்படும். இதன் சிறு கிழங்கை ஏழைமக்கள் உணவாக பயன்படுத்துவர்.

தோல் நோய்களுக்கு:~ இதை உலர்த்திப் பொடிசெய்து கொடுக்க தேமல், வெள்ளை, உள்கூடு நீங்கும்.

அகில்

Aquilaria agallocha

Eng:- Aloe wood/ Eagle wood

THYMELAEACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அகரு, பூழில், காகதுண்டம்

இது எங்கும் வளரும் பெருமரமாகும்.

முக்கடைப்பு, நீர்க்கோவை:~ அகிற் கட்டையின் புகையை மணக்கத் தீரும்.

வேர்க்கடலை

Arachis hypogaea

Eng:- Ground nut/Pea nut

LEGUMINOSAE : PAPIIONACEAE

வேறுபெயர்கள்:- நிலக்கடலை, மணிலாக்கொட்டை

வெப்பவலயம் எங்கும் பயிராக்கக் கூடியது. இதனுடைய வித்து எண்ணெய் பெற உதவுகிறது. வித்து பல சுவையான இனிப்புப் பொருட்கள் தயாரிக்கப் பயன்படும்.

கூடு தணிய, மலம் இளக:~ எண்ணெய் தேக்கரண்டியை பாலுடன் அருந்திவர பலன் கிடைக்கும்.

கழுகு

Areca catechu

Eng:- arecanut tree

PALMAE

வேறுபெயர்கள்:- பாக்குமரம், கந்தி அடைக்காய்

எமது நாட்டில் எங்கும் வளர்க்கக்கூடிய மரம். இதன் விதை பாக்கு ஆகும்.

”கந்தியின் காய்தினக் கயத்தினை யறுத்திடும்”

பச்சைப்பாக்கு தொண்டையில் கட்டும் கோழையை நீக்கும்
புழுக்கள் வெளியேற:~ பாக்கை உலர்த்தி பொடியாக்கி சிறிதளவை பழச்சாற்றுடன் பருக புழுக்கள் வெளியேறும்.



பிரமதண்டு

Argemone mexicana

Eng:- Mexican poppy

PAPAVERACEAE

வேறுபெயர்கள்:- குடியோட்டிப் பூண்டு,

குருக்கம் செடி

இதன் இலை சாம்பல் பச்சை நிறத்தில் நடுவே வெள்ளை நரம்புகளுடன் கண்டங்கத்தரி இலை அமைப்பில் ஆனால் சற்றுபெரிதாக விளிம்பில் முட்கள் நிறைந்து இருக்கும். மஞ்சள்

நிற அழகிய பூ பூக்கும். காய் இலைக்காம்பில் குத்தாக அமைந்திருக்கும். காம்புகளை உடைத்தால் மஞ்சள் நிற பால் வெளிவரும்.

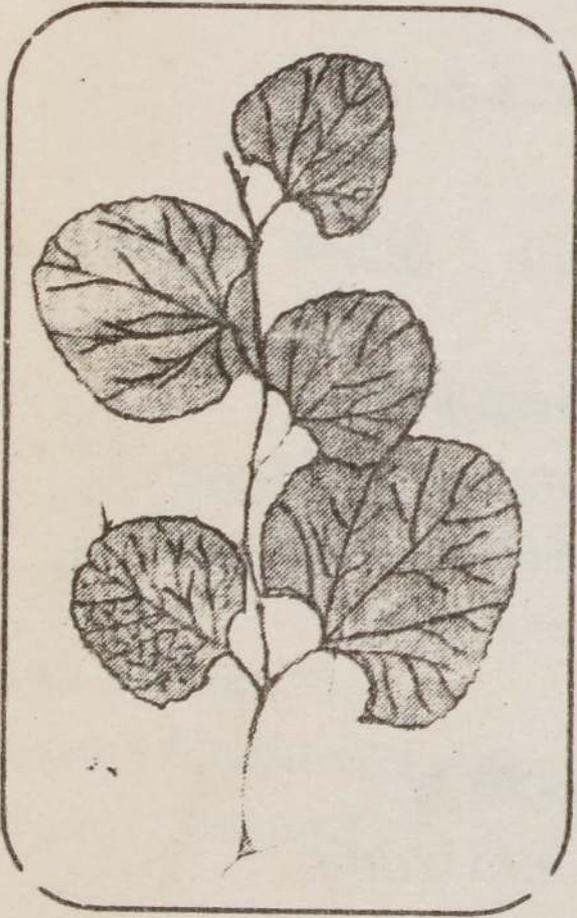
தேள்விஷம் நீங்க:~ முட்களை நீக்கி இலையை கசக்கி கடிவாயில் தேய்த்தல்

சிரங்கு:~ இலையை மைபோல அரைத்து பூசுதல் வேண்டும்.

பல் நோய்:~ விதையைத்தூளாக்கி புகையை வாய்க்குள் எடுக்க பல்வலி, பற்சொத்தை நீங்கும்.

தட்டைப்புழு:~ வேரைத்தூளாக்கி 1 ரூபா எடையுளவு கொடுக்க தட்டைப்புழு அகற்றப்படும்

கண்நோய்:~ இதன் பால் கண்வருத்தங்களைத் தீர்க்கும்.



ஆடு தின்னாப்பாலை

Aristolochia bracteolata

A. brachiata

Eng:- worm killeor/ Indian birth wort

ARISTOLOCHIACEAE

வேறுபெயர்:- பங்கம்பாளை

நிலமட்டத்தில் வளரும் இத்தாவரம் தடித்த சாம்பல் நிற வட்டவடிவ இலைகளைக் கொண்டது. முழுத்தாவரமும் மருத்துவப்பயனுடையது. இதன் பூ மேலைத்தேய ஊதுகுழலான எக்காள (trumpet) வடிவமானது.

புழுக்கள் சாக:~ உலர்ந்த இலைகளை இரண்டு மணிநேரம் வெந்நீரில் ஊறவைத்து 1/2 குவளை ஊறல் நீரைக்குடிக்க புழுக்கள் சாகும்.

நஞ்சு நீங்க:~ வேரை அரைத்து 1 ரூபா எடையுளவு கொடுக்க பாம்பு நஞ்சு முறியும். ஏனைய நஞ்சுகளுக்கும் கொடுக்கலாம்.

ஈச்சரமூல்

Aristolochia indica

Eng:- Indian birthwort

ARISTOLOCHIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஆடுதின்னாப்பாலைக்கொடி, பெருமருந்துக்கொடி, தலைச்சுருளி, தராசுக்கொடி

இது சுற்றிப் படரும் கொடியாகும். கரும்பச்சை நிறமுடையது. பூக்கள் எக்காள வடிவமுள்ளவை. கனிகள் உறி போலத் தொங்கிக் கொண்டிருக்கும்.

நஞ்சு நீங்க:- இலைச்சாறு எல்லா நஞ்சையும் போக்கும் குணமுடையது. உலர்த்திய வேர்த்தூள் 2g காலை மாலை கொடுக்க. வெப்பு, பேதி, பாண்டு, சோகை, சொறி, சிரங்கு, இருதயநோய் போன்றவை சுகமாகும். உலர்த்திய வேர்த்தூள் 1/4-1/2 வராகனெடை நஞ்சு, இரைப்பு, இருமல், சுரம் தீர்க்கும்

சதாவேரி

Asparagus racemorsus

Asparagus sartraenosus

Asparagus racemosus

வேறுபெயர்கள்:- தண்ணீர் விட்டான், சதாவேலி, நீர் வாள்

இது படரும் ஏறு கொடித்தாவரம். வேர்க்கிழங்கில் Saccharine, Mucilage ஆகியன அதிகமாக உண்டு.

வெள்ளை, வெப்பு:- இலைச்சாற்றுடன் பால் சேர்த்து உட்கொள்ள வெள்ளை, வெப்பு என்பன நீங்கும்.

நீர்முள்ளி

Asteracantha longifolia

Hygrophila auriculata

Hygrophila spinosa

ACANTHACEAE

வேறுபெயர்கள்:- இக்குரம், முண்டகம், காகண்டம்.

இது வயல் வரப்புகளிலும் ஈரமுள்ள இடங்களிலும் தானேகவே வளரும். சுமார் 1/2m வரை வளரக்கூடிய இத்தாவரத்தின் அடிமுதல்

நுனிவரை தண்டில் நீண்ட முட்கள் இருக்கும். ஊதா நிறப்பூவுள்ள இத்தாவரத்தில் மெல்லிய சிறிது நீண்ட இலைகளிருக்கும். இத்தாவரத்தின் செடி, பூ, விதை மருத்துவப் பண்புடையன.

”பாண்டு குளுப்பையறம் பாரீவற நீரேற்றம்
மாண்டு வீடும் நீர்க்கட்டு மாறுங்காண் - பூண்டதொரு
வீக்கமெல்லாம் நீராய் வீடுமேநீர் முள்ளிக்குத்
தாக்கு மயில்விழியாய் சாற்று”

இதனால் பாண்டு, நீர்க்கோவை வீக்கங்கள், போன்றவை நீங்கும்

வேம்பு

Azadirachta indica

Melia indica

M. azadirachta

Eng:- Margosa

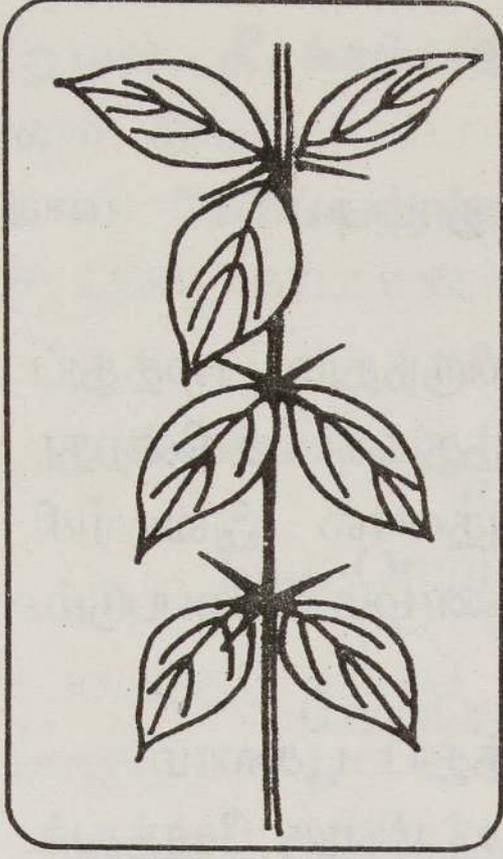
MELIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அரிட்டம், நிம்பம், பாரிபத்திரம், வாதாரி, பிசுமந்தம்

இது பொதுவாக எங்கும் காணப்படும் மரமாகும். இதன் இலை, பூ, காய், பழம், வித்து, நெய், பிண்ணாக்கு, மரப்பட்டைகள், பிசின் போன்ற அனைத்தும் மருத்துத்தில் பயன்படுவன.

”ஓதரிய வேம்பை யுறைக்கிற் சுரமுடனே
வாதமறு மூலகண மாந்தம் போந் - தீதாய்
உதிருமரி பூச்சினம் மோதா தொழியுஞ்
சிதறமலம் போகுமினத் தேர்”

சுரம், மூலச்சூடு, மாந்தம், நாட்பட்டமலம், குருதிப்பெருக்கு, வயிற்று வலி(குன்மம்) என்பன நீங்கும்.



இயங்கு

Azima tetraacantha

SALVADORACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சங்கன், முட்சங்கன்

இது வெற்றுக்காணிகளிலும் தெருஓரங்களிலும் தானாக வளரும் முட்செடியாகும். தடித்த இலையின் முனை முள்ளாக இருக்கும். தண்டு இணையுமிடத்தில் முட்கள் இருக்கும். இதன் வேரில் azimine எனும் இரசாயனப் பொருள் உண்டு.

வீக்கம் வற்ற:- வேர்ப்பட்டையை அரைத்துப் பூச வீக்கம் வற்றும்.
கோழையை அகற்ற:- இலைச்சாறு கோழையை வெளியேற்றும். இருமலைத் தணிக்கும். சிறு குழந்தைகளை முழுக்காட்டும் போது அரப்பாக (Shampoo)ப் பயன்படுத்தப்படும். குளிர்ச்சியானது, செவ்வரத்தமிலை, பழம்பாசி என்பவற்றைக் காட்டிலும் சிறந்தது.

நீர்ப்பிரம்

Bacopa monnieri

Herpestis monnieri

Erg:-Baby's tears

SCROPHULARIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பிரமி, சாம்பிராணிப்பூண்டு, பிரமியவழுக்கை

இக்கொடி நீர்நிலையோரங்களில் படர்ந்துவளரும். இச்செடியில் Herpestine, Bramine எனும் ஆல்கலாய்டுகளும் Bocoside A, Bocoside B எனும் குளுக்கோசைடுகளும் உள்ளன.

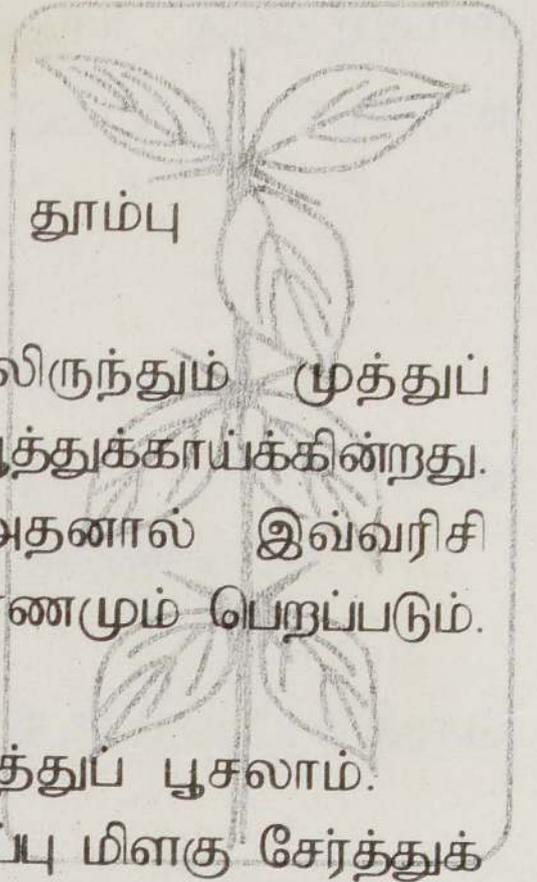
தொண்டைக்கம்மல் நீங்க:- இலையை நெய்யில் வதக்கிச் சாப்பிடலாம்.
ஆஸ்மா, காக்கைவலிப்பு:- முழுத்தாவரத்தையும் (சமூலம்) உட்கொள்ள ஆஸ்மா, காக்காய்வலிப்பு என்பன நீங்கும்.

மூங்கில்

Bambus arundinaceae

Eng:- Bamboo

வேறுபெயர்கள்:- கழை, காம்பு, கீசகம், தூம்பு



இது எங்கும் வளரக்கூடிய பயிர். மூங்கிலிருந்தும் முத்துப் பெறப்படுகின்றது. 30 வருடத்திற்கொருமுறை மூங்கில் பூத்துக்காய்க்கின்றது. இதன் அரிசியை ஏழைமக்கள் சமைத்துண்பர். அதனால் இவ்வரிசி பஞ்சங்காக்கும் அரிசி என்றும் கூறப்படும். மூங்கிற்பாசாணமும் பெறப்படும்.

நீரிழிவு:- மூங்கிலரிசி சிறந்த உணவு.
சொறி, சிரங்கு, படை:- மூங்கில் வேரைஅரைத்துப் பூசலாம்.
விலங்குகளின் கழிச்சல்:- இளம் குருத்தினை உப்பு மிளகு சேர்த்துக் கொடுக்கலாம்.

பசளி

Basella rubra

கொடிய்பசளி

Basella alba

Eng:- White basil / Indian spinach

CHENOPODIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கொடியலை குடும்பம்

இது வீடுகளில் வளர்க்கப்படுகின்றது. வெள்ளை, சிவப்பு என இருவகையுண்டு. இது கறியாக சமைக்கப்படும் கீரையினம் ஆகும்.

நீர்க்கட்டு நீங்க:- இலைச்சாற்றுடன் கற்கண்டு சேர்த்து ஒரு மேசைக்கரண்டி வீதம் புகட்ட குழந்தைகளின் நீர்க்கட்டு நீங்கும்.

இலுப்பை

Bassia longifolia

Madhuca longifolia

Eng:- Mousey mi

SAPOTACEAE

இது எல்லா இடங்களிலும் வளரக்கூடிய மரம். முழுப்பகுதியும் மருத்துவப் பணுடையவை.

இருமல், தீச்சுரம், நீர்வேட்கை:- பூவைக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க இவை தீரும்.

தோல் நோய்களுக்கு:- விதையைச்சுட்டு தேங்காய் எண்ணெயுடன் பூச புண், கரப்பான், வீக்கம் என்பன சுகமாகும்.

மந்தாரை

Bauhinia purpurea / B. blackecra

Eng:-Orchid Tree /Purple Bauhinia/Mountain Ebony

LEGUMINOSACE

வேறுபெயர்கள்:- பூங்காரம், கொக்குமந்தாரம்

இது ஆழமான செஞ்சிவப்பு அல்லது நோஸ் ஊதா நிற பெரிய பூக்களைக்கொண்ட திருவாத்தி வகையைச் சேர்ந்த இலையைக் கொண்ட மரமாகும். இதை வீடுகளில் அழகுக்கு வளர்ப்பர் சிவப்பு மந்தாரை மருத்துவக் குணம் மிக்கது.

பேதியாக:- பூவை - உலர்த்தித் தூளாக்கி சீனியுடன் உண்ண பேதியாகும்.

குருதிப்போக்கு தடைப்பு:- பூமொக்கை குடிநீரிட்டு குடிக்க குணமாகும். பம்படைவேர் என்பனவும் மருத்துவப் பயன் உடையவை.

கஸ்தூரி மஞ்சள்

Berberis aristata

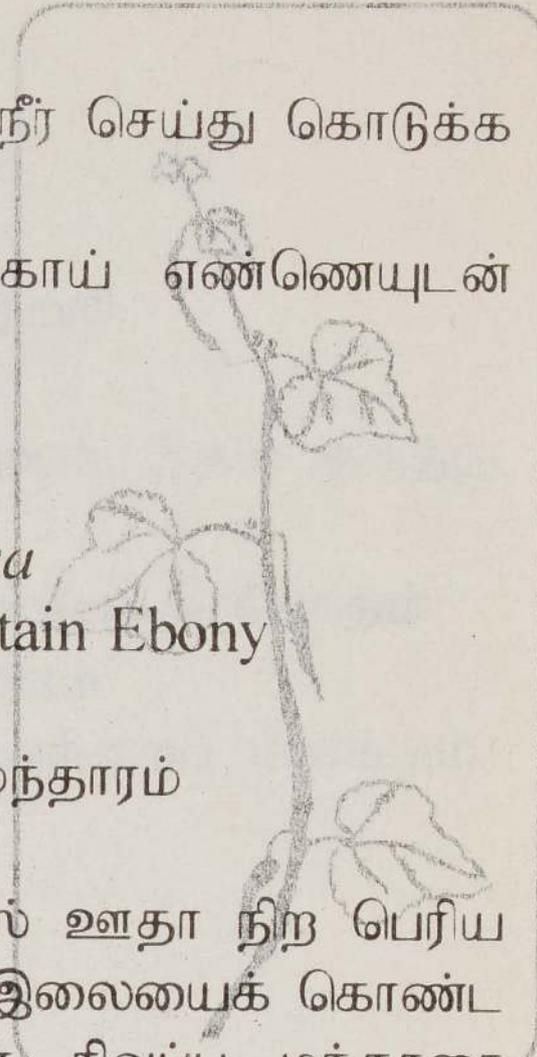
Eng:- Indian barberry

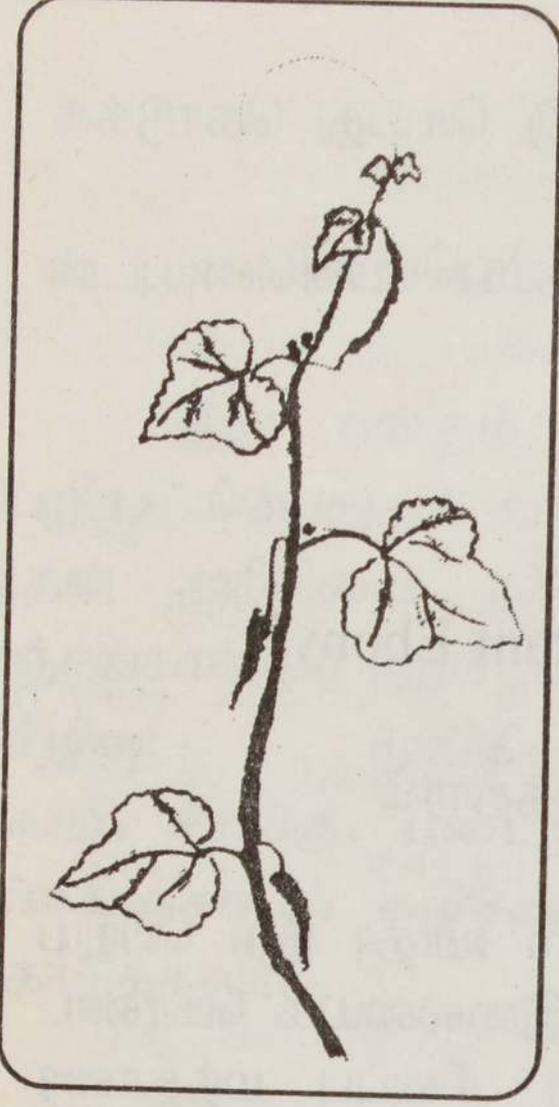
BERBERIDACEAE

இது இந்தியாவின் பல இடங்களிலும் பயிராகின்ற ஒரு வகைச் செடியின் கிழங்கு. இலைகள் மும்முனை கொண்ட முட்களாகத் திரிபடைந்திருக்கும்.

தோல் நோய்களுக்கு:- இதனை தொடர்ச்சியாக அரைத்துப்பூச தோல் நோய்கள் தீரும்.

உடல்வலி, அடிபட்ட நோ:- இதனை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சிப்பூச நோ நீங்கும்.





முசுமுசுக்கை

Blastonia garcini

Ctenolepis garcini

Mukia scavrilla

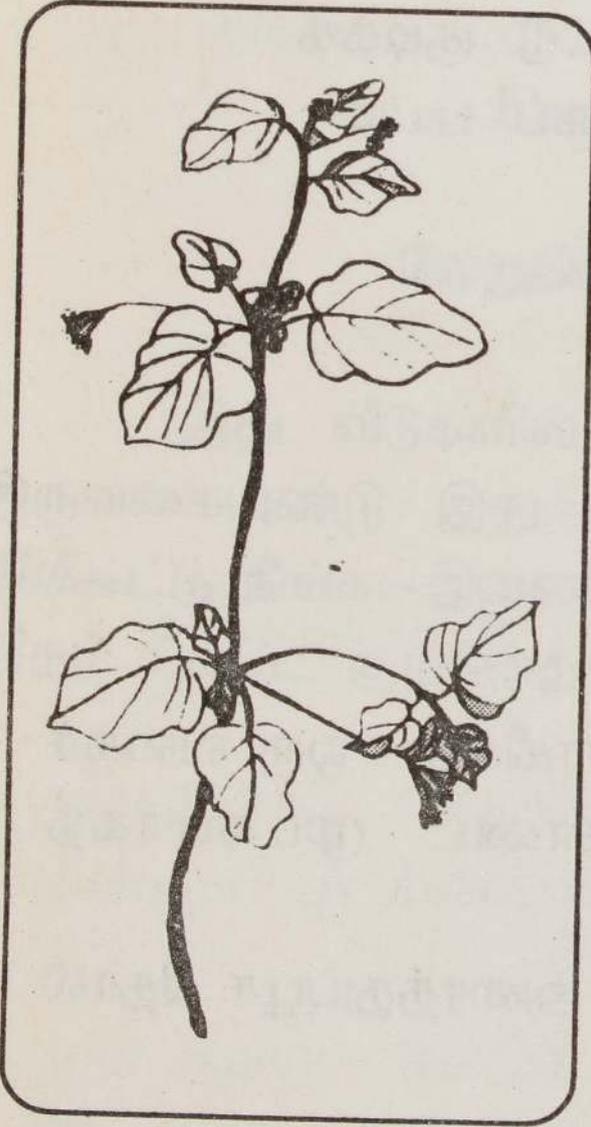
CUCURBITACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அயிலேயம், இருகுரங்கின்கை

இது எங்கும் பயிராகும். சொரசொரப்பான இலைகளைக் கொண்ட கொடி. இதனுடைய இலையை உணவாகப் பயன்படுத்துவர்.

இருமல், கோழை, இரைப்புநீங்க:-

முசுமுசுக்கை இலை இருமல், கோழை, இரைப்பு என்பவற்றிற்கு மருந்தாகும்.



முக்கிரைட்டை

Boerhaavia diffusa

Eng:- Spreading hogweed

NYCTAGINEAE

வேறுபெயர்கள்:- புட்பகம், இரத்தபுட்பிகா, முக்கிரைச்சி, முக்கிரைவெள்ளை

இது பொதுவாக எல்லாப் புற்களடர்ந்த இடங்களிலும் படரும் கொடியாகும். இதனைக் கறியாக சமைத்து உண்பர்.

”முக்கிரைட்டையினிலை முறையுண வாத நோயாக்கையிற் பெட்டி யரவென் வடங்குமே”

இவ்விலையை உணவாக அன்றேல் மருந்தாக புசித்துவர உடல் நோ பெட்டியிற் பாம்புபோல் அடங்கிவிடும்.

பனை

Borassus flabelifer

Eng:- Palmyra palm

PALMAE

வேறுபெயர்கள்:- தாலம், ஏடகம், தாளி

வரண்டபிரதேசங்களில் உயரமாக வளரும் மரம். இதன் குருத்து, வெல்லம், கிழங்கு, என்பன உணவாகும்.

”பனங்கிழங்கால் அத்திவெட்டி பன்மேகம் போகும்
இவைங்குளிர்ச்சி யோடழகும் எய்தும்”

பனங்கிழங்கு எலும்புச் சூடு, மேகம், என்பவற்றைப் போக்கும்.

* கடுகு

Brassica juncea

B. nigra

B. integrifolia

Eng:- mustard

CRUCIFERAE

இது இந்தியாவில் பயிராகும் சிறு செடிவகுப்பைச் சார்ந்த தாவரம். இது சமையலில் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

கழலைநீங்க:- கடுகுத்தைலம் கழலைகளுக்கு மருந்தாகும்.

துவரை

Cajanus indicus / C. cajan

Eng:- Dhal / Red gram

farm: Leguminosae : Papilionaceae

வேறுபெயர்கள்:- ஆடகி, ஆடகம், மிருத்தாலகம்

இது இந்தியாவில் பயிரிடப்படும். இதன் விதை சத்துமிக்க பருப்பாகும்

வாய்ப்புண் ஈற்றப்புண் ஆற:- இதன் கொழுந்தை வாயிலிட்டு

மென்றால் தீரும்

புன்னை
Calophyllum inophyllum
 Eng:- Alexandrian Laurel
 GUTTIFERAE

வேறுபெயர்கள்:- புன்னாகம், நாகம்

இது எங்கும் பயிராகக்கூடிய தாவரம். இதன் விதையிலிருந்து பெறப்படும் எண்ணெயும் (Domba oil) மருந்தாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றது. இதன் இலை, பூ, விதை, பட்டை, பிசின் ஆகியன மருத்துவப்பயனுடையவை.

கண்நோய்:- சுத்தமான இலை அல்லது பூவை தண்ணீரில் ஊறப்போட்டு, அந்நீரால் கண்களைக் கழுவ கண்வீக்கம், சொறி, சிரங்கு தீரும்.

சிரங்கு:- இதன் எண்ணெயைப் பூசலாம்.

எருக்கலை
Calotropis gigantea
 Eng:- Calotropis
 ASCLEPIDACEAE

இது வெப்பபிரதேசங்களில் தானே வளரும் செடியாகும். இது வெண்மை, நீலம் கலந்த வெண்மை ஆகிய பூக்களின் நிறத்தின் படி இருவகைப்படும். இதன் இலை, பூ, பால், பட்டை, வேர் என்பன மருத்துவப்பயனுடையவை.

"எலிவிடங் குட்டமைய மேறு கிருமி
 வலிகூலை வாயுவிட மந்தம் - மலபந்தம்
 எல்லா மகவு மெருக்கிலை யைக்கண்டால்
 வில்லார் நுதலே! விளம்பு"

எருக்கிலையினால் எலிக்கடி நஞ்சு, பாம்பு நஞ்சு, பெருநோய்: வயிற்றுப்புழு, வல், கீல்வீக்கம், வெப்பு, மலக்கட்டு நீங்கும் எனக் கூறப்படுகிறது.

வயிற்றுப்புழு:- சாற்றுடன் தேன் சேர்த்துக் கொடுக்கலாம்.

தேள், பாம்பு, விஷம்:- இலைச் சாற்றில் 4.5 துளி உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம்.

தேயிலை

Camellia sinensis

Thea sinensis

Eng:- Tea bush

THEACEAE

ஈரலிப்பான மலைச்சரிவுப் பிரதேசங்களில் வளர்க்கப்படும் பெருஞ்செடி. இதன் பானத்தைப் பேதமற்று எல்லா மக்களும் அருந்துகின்றார்கள்.

முக்கடைப்பு, காய்ச்சல் தீர்:~ தடித்த சாயத்தினால் முகம் கழுவலாம்.
வயிற்றுப்போக்குக்கு:~ வயிற்றுப்போக்கு தொடர்பான நோய்களுக்கு ஓரளவு தடித்த சாயத்தினுள் எலுமிச்சம்புளி சேர்த்துக் கொடுக்கலாம்.

கஞ்சா

Cannabis sativa

Eng:- Indian hemp

CANABIDACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஆநந்தமூலி, சிவமூலி, மூதண்டம்

இது இந்தியாவிலும் மேற்கு நாடுகளிலும் வளர்க்கப்படும் செடியாகும். இந்திய நாட்டில் விளையும் கஞ்சா மேற்கு நாட்டவர்களால் *Cannabis India* என கூறப்படும்.

கஞ்சா சிறு அளவில் உட்கொள்ள வயிற்றுவலி, கழிச்சல், என்பவை நீங்கும். அதிக அளவு உட்கொள்ள நரம்பு நோய்கள் உருவாகும்.

காரை

Canthium coromandelicum

RUBIACEAE

இது வெற்றுக்காணிகளில் வளரும் முள்ளுள்ள செடியினம். இதில் குத்துக்காரை பெருங்காரை என்கின்ற இரண்டினமுண்டு.

“காரைத் தழைக்குக் கடுப்பிரத்தம் போம்புளியைச்
சோர்ப்பிய நாக்கிச் சுவைத்தீர்”

காரை இலை குருதிக்கடுப்பு நீக்கும்
குருதிப்போக்கு, கழிச்சல்:~

பழத்தை விதையை நீக்கி உலர்த்தி குடிநீரிட்டு காலை மாலை
குடிக்கவேண்டும்.

காத்தோட்டி

Capparis zeylanica

CAPPARIDACEAE

வேறுபெயர்:- ஆதண்டம்

இது கொடியினம் ஆகும். சாதாரணமாக தோட்டங்களிலும்
வேலிகளிலும் வளரும். இதன் காய், வேர், இலை என்பன மருத்துவத்தில்
பயன்படுகின்றன. காய் உணவாகப்பயன்படுகின்றது

“ஆதொண்டையின்காய் அ:துவற்ற லென்ன
வேதின வைப்பினி யின மெலா மகலமே”

ஆதொண்டைக்காயை வற்றலாக்கி உண்வுடன் சேர்க்க நோய்கள்
தீரும்.

மிளாகாய்

Capsicum annum

Eng:- Chillies / green papper

SOLANACEAE

இது பொதுவாக எல்லாப் பிரதேசங்களிலும் பயிரிடப்படும்
உபஉணவுப் பயிராகும். இதன் அளவு கூடினால் குருதிப்போக்கு,
மூலமுளை, மலக்கடுப்பு, வயிற்றுப்புண் உண்டாகும். அளவாக குடிநீர்,
வலி, வீக்கம் போன்றவற்றிற்குப் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

மாண்கள்ளி

Caralluma fimbriata

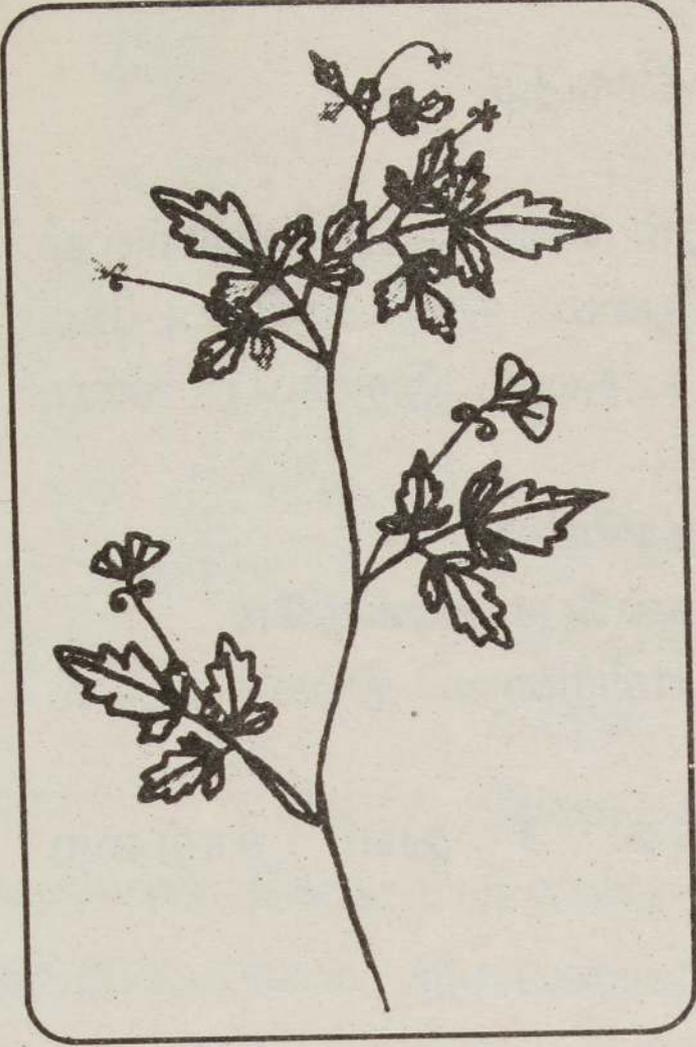
ASCLEPIDACEAE

வேறுபெயர்:- மான்செவிக்கள்ளி

இது இலைக்கள்ளியினத்தைச் சேர்ந்தது.

படை, தேமல்:~

இலையை அரைத்துப்பூசு படைதேமல் முதலியன நீங்கும்.



முடக்கொத்தான்
Carctios permum helicacabum
 Eng:- Baloon Vine
 SAPINDACEAE

இது எங்கும் வளரும் கொடியாகும். இதன் இலை வெட்டுண்டதாகவும் காய்கோளவடிவத்துடன் வெண்மையான நிலைக்குத்தான் வரைகளை உடையதாகவும் காணப்படும். இலை சொற சொறப்பாக இருக்கும். இது சமையலில் பாவிக்கப்படுகின்றது. **காதுநோய் தீர்:**~இலைச்சாற்றைக் காதிற் விட காதுவலி, சீழ்வடிதல் குணமாகும்.

முலநோய் தீர்:~ வேரை குடிநீரிட்டுக் குடிக்கலாம்.

கால்,கை, உடல் உளைவு தீர்:~ இதன் இலையை அவித்தோ, இரசமாகவோ உட்கொண்டால் தீரும்.

பப்பாளி

Carica papaya

Eng:- papaw tree

CARICACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பப்பாசி

இது பொதுவாக எங்கும் பயிராகின்றது. இதன் காய், விதை, பால் என்பன மருத்துவ பயன்பாடுடையவை

வயிற்றுவலி, குன்மம் தீர்:~ இதன் பாலை சீனி சேர்த்த பசும்பாலுடன்

கொடுக்க குணமாகும்

வீக்கம், கட்டி மறைய:~

இலையை வெதுப்பி வீக்கத்தின் மேல்

வைத்துக் கட்டலாம்.

கிளா

Carissa spinarum

APOCYNACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சிறுகிளா, கிளாத்தி

இது வேலிகளிலும் வேலியோரங்களிலும் வெற்றுக்காணிகளிலும் வளரும் செடி. இதன் காய் பழுத்தபின் கருமை நிறத்தையடையும். இதன் காய் ஊறுகாய், பச்சடியாக உண்ண உதவும். இதன் பூ, காய், பழம், வேர் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படும்.

”களாக்கனி உண்டிடக் கண்வலி நோயிலா

முளாற்றல்போ யாக்கையை யோங்கல்போ லாக்குமே”

கிளாப்பழத்தை உண்டுவர உடம்புவலி போன்றவை நீங்கி உடல் மலையைப்போல் வன்மை பெறும்

கண்ணில் பூ மறைய:- பூவைக் கசக்கி 3 துளி சாற்றை விடியற்காலையில் கண்ணில்விட பூ மறையும்.

ஓமம்

Carum copticum

Trachyspermum Copticum

Eng:- Ajowan oil

UMBELLIFERAE

வேறு பெயர்கள்:- அசமோதம், தீப்பியம்.

இது இந்தியாவில் பயிரிடப்படும் செடிவகை ஆகும். இதன் விதை ஓமம் ஆகும்.

இது எமது மருத்துவத்தில் அதிக பயன்பாடுடையதுடன் விலங்குகளின் மருத்துவத்திலும் உபயோகப்படுகின்றது.

கித்துள் பனை

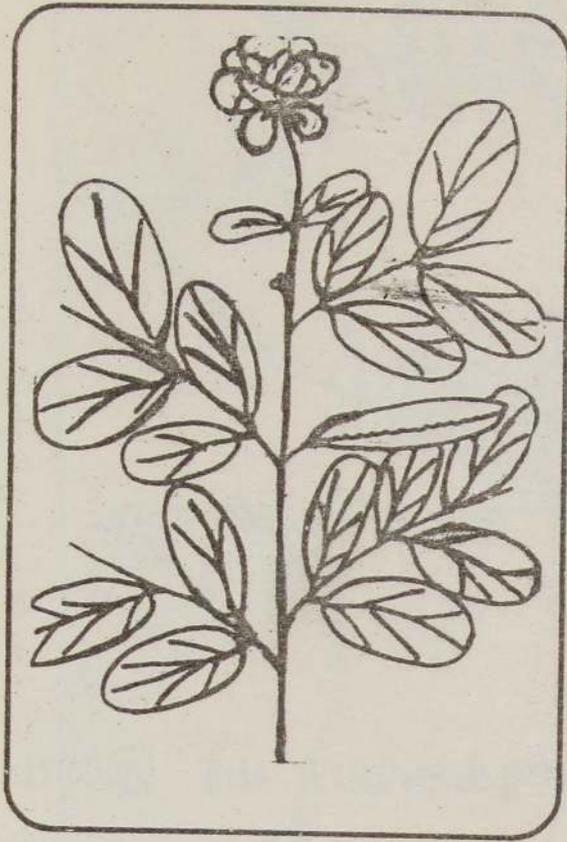
Caryota urens

Eng:- Kitul Palm

PALMACEAE

வேறு பெயர்கள்:- திப்பிலிப்பனை, கூந்தற்பனை

இது மலைப்பிரதேசங்களில் வளரும் பனையினமாகும். இதிலிருந்து வடியும் கள், கருப்பெட்டி என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படக்கூடியவை.



வண்டு கொல்லி

Cassia alata

LEGUMINOSAE

FABACEAE: CAESALPINIOIDEAE

வேறு பெயர்கள்:- சீமை அகத்தி,
ஆனைத்தகரை, பேயகத்தி

இது பொதுவாக எங்கும் வளரும் பெருஞ் செடியினம் ஆகும். இதன் இலை, பூ, வேர் என்பன மருந்தாகும். இதன் பூ மஞ்சள் நிறமாகும் இலைகள் மிகப் பெரிய கூட்டிலைகளாகும்.

படர்தாமரை நீங்க:- வேரை எலுமிச்சம் பழச்சாறு சேர்த்து அரைத்துப்பூசலாம். இலையையும் இவ்விதமே செய்யலாம்.

ஆவாரை

Cassia auriculata

Tanner's cassia

LEGUMINOSAE: CAESALPINIOIDEAE

வேறு பெயர்கள்: ஆவரசு, ஏம்புட்டி, மேகாரி, தலபோடம்

இது இலங்கை, இந்தியா, எங்கும் ஏராளமாக வளரும் பெரும் செடியாகும். இதன் மொட்டு முட்டை வடிவானது. இதனுடைய இலை, பூ, பட்டை, விதை, வேர், பிசின் என்பன மருந்தாகும்.

**"சொல்வதற்கு மட்டுமோ தொலையாத மேகநீர்
எல்லா மகற்றுமெரி வகற்று மாவாரை"**

வேருடன் தாவரப்பகுதிகளை குடிநீரிட்டு பசுப்பால் கற்கண்டு சேர்த்துப்பருக நீரிழிவு குணமாகும்.

மூலநோய் சுகமாக:-

அருகம் புல் வேருடன் அதேயளவு ஆவாரம் பூ இதழ்களை வெயிலில் உலர்த்தி தூளாக்கி, 2 சிட்டிகை தூளுடன் 1 தேக்கரண்டி நெய்யும் சேர்த்து 40 நாள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் மூலம் சுருங்கி குணமாகும்.

கொன்றை

Cassia fistula

Purging cassia

Eng:- Pudding pipe tree

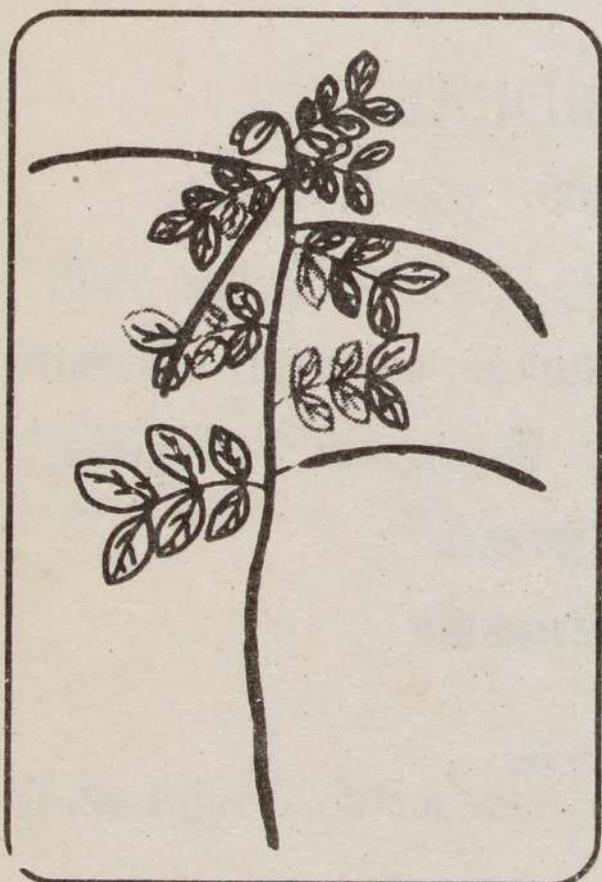
Eng:- Indian Laburnum

LEGUMINOSAE : CAESALPINIOIDEAE

வேறு பெயர்கள்: சரக்கொன்றை, கிருதாமலம், திருக்கொன்றை, தாமம், மதலை, ஆக்குவதம்

இது இலங்கையிலும் இந்தியாவிலும் வளரக்கூடிய மர இனம் ஆகும். இதன் பூ மஞ்சள் நிறமாகவும் காய் 1,1.5 அடி நீளமாகவும் இருக்கும். இலை, பூ, விதை, பட்டை, வேர் ஆகியன மருத்துவத்தில் பயன்படும்.

பூச்சி வெளியேற~ இலைக்கொழுந்தை அவித்துப் பிழிந்த சாற்றில் ஒரு குவளை உட்கொள்ள புழுக்கள் மலத்துடன் வெளியேறும்.



பேயாவரை

Cassia occidentalis

Eng:- Negro Coffee

LEGUMINOSAE : CAESALPINIOIDEAE

வேறு பெயர்கள்: சுழலாவரசு, தகரை

இது வெப்பநாடுகளில் வளரும் செடி. மஞ்சள் நிறப்பூ. இதன் இலையைச் சமைத்துண்பர். விதையை வறுத்து கோப்பி விதைபோல் பயன்படுத்துவர். இதன் இலை, விதை, வேர் மருத்துவ இயல்புடையன..

சொறி, சிரங்கு:-

இலை, விதை, வேர் என்பவற்றை

அரைத்துப்பூசலாம்.

நஞ்சு:-

வேர்க்குடிநீர் நஞ்சை முறிக்கும்



ஊசித்தகரை

Cassia tora

LEGUMINOSAE : CAESALPINIOIDEAE

வேறு பெயர்கள்: நாரத்தாரை, வட்டத்தகரை,
பாண்டித்தகரை

இதுவும் தகரை இனத்தைச் சேர்ந்த செடியாகும். இரட்டைச் சிறையுள்ள கூட்டிலை ஆகும்.

படர்தாமரை, சொறி சிரங்கு தீர்:-

இலை அல்லது வேரை அரைத்துப்பூசலாம்.

சவுக்கு

Casuarina equisetifolia

Eng:- Casuarina / Tinian tree

Whip Tree / Beef Wood

இது இறக்குமதி செய்யப்பட்ட மரம். கடலை அண்டிய மணற்பாங்கான பிரதேசங்களில் செழித்து வளரும். இதன் பட்டை மருத்துவக் குணமுடையது.

சீதபேதி :- சவுக்கின் பட்டை சீதபேதியைப்போக்கும்.

பட்டி

Catharanthus roseus

Vinca rosea

Lochnera rosea

Eng:- Rose periwinkle

APOCYNACEAE

வேறு பெயர்கள்: சுடுகாட்டுப்பூ , காக்காப்பூ

மிக வரண்ட பிரதேசங்களிலும் வளரக்கூடிய சிறிய செடி இதன் உலர்ந்த இலை, வேர், தண்டு என்பவற்றிலிருந்து மருந்து தயாரிக்கப்படுகின்றது. இதில் 72 க்கும் மேற்பட்ட ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளனவென்று கூறப்படுகின்றது. இவை புற்றுநோய் குருதியழுத்தநோய் என்பவற்றிற்கு மருந்தாகின்றது. இவ்வலர்ந்த தாவரத்தை ஜேர்மனி, இத்தாலி, அமெரிக்கா, பிரான்ஸ் போன்ற நாடுகள் இறக்குமதி செய்கின்றன.

நீர்ழிவு நீர்க்கோளாறுகள் :- 6 புவை நீர்விட்டு சுண்டக்காய்ச்சி 1நாளில் 4 வேளை பருகலாம்.வேரை உலர்த்தி தூளாக்கி 1தேக்கரண்டி தூளை வெந்நீரில் கலந்து கொடுத்தால் சிறுநீரில் சீனியின் அளவு குறையும்.

தேவதாரம்

Cedrela toona

White toon

Eng:- Himalayam cedar

MELIACEAE

வேறு பெயர்கள்: தாரு, தேவதாரு, பத்திரதாருகம்

இது ஈரவலய காடுகளில் வளரும் மரமாகும் இதன் பட்டை தண்டு என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படும்.

சுரம் கழிச்சல் தீர்:~ பட்டையை குடிநீரிட்டு குடிக்கலாம்

புண் ஆற:~ பட்டையை உலர்த்தி தூளாக்கி புண்ணின் மீது தூவலாம்.

கறுவா

Cinnamomum zeylanicum

Eng:- Cinnamon

LAURACEAE

வேறுபெயர்:- இலவங்கப்பட்டை

இது தென்மேல் ஈரவலயத்தில் வளரும் தாவரமாகும். மசாலா வகைகளிற்கு வாசனையும் சுவையும் உண்டுகின்றது
பல்வல தீர்:~ கறுவாயிலை எண்ணெய் 3,4 துளிவிட சுகமாகும்.

பிரண்டை

Cissus quadrangularis

Vitis quadrangularis

AMPELIDAE / VITACEAE

வேறுபெயர்:- வச்சிரவல்லி

இது சாதாரணமாக வேலிகளில் காணப்படும் கொடியாகும். இதன் குருத்து இலையையும் இளந்தண்டையும் சம்பல் செய்து உண்ணலாம்.

இளந் தண்டை வதக்கி நல்ல வாசனையுடைய கறியாக்கலாம். முற்றிய தண்டு வாயில் புண்களை ஏற்படுத்தும்.

”வச்சீர வல்ல வடகந் தனைத்தின
வுச்சீத மாக வெறழியங் கயப்பிணி”

பிரண்டை வடகத்தை உண்ண கபம், சமியாக்குணம் நீங்கும்.

குருதிப்போக்கு ஒளிய:- பிரண்டையை நெய்விட்டு வதக்கி அரைத்துப் பாக்களவு காலை மாலை உண்ண குருதிப்போக்கு ஒழியும்.

முறிந்த எலும்பு சேர:- வேரை உலர்த்தி தூளாக்கி 2g உண்டுவர முறிந்த எலும்பு விரைவில் இணையும். இததூளை வெந்நீரில் குழைத்துப் பற்றிடலாம்.

பேய்க்கொம்மட்டி
Citrullus Colocynthus
CUCURBITACEAE

பேறுபெயர்கள்:- வரித்துமட்டி, ஆற்றத்துமட்டி

இது வெறும் தரிசு நிலங்களில் தரையில் படர்ந்து வளரும் தாவரமாகும். இதன் கனி, விதையை மிகுதியாக உட்கொண்டால் உயிரிழப்பு ஏற்படும். இதன் கனியிலும் விதையிலும் colocynthin, colocynthetin எனும் குளுக்கோசைட்டுக்கள் உண்டு.

முலாம்

L 6739

Citrullus vulgaris

Eng:- Water melon

வேறுபெயர்:- குமட்டி

இது வத்தகப்பழம் எனவும் கூறப்படும். பூசணி போல் படரும் கொடியினம்.

புழு நீங்க:- விதையிலிருந்து பெறப்படும் மருந்துகள் குடற்புழுக்களைக் கொல்லும்.

எலுமிச்சை

Citrus acida

C. aurantifolia

Eng:- Lime

RUTACEAE

தோட்டப்பயிராக வளர்க்கப்படும் இத் தாவரம் செடி எலுமிச்சை கொடி எலுமிச்சை என இருவகைப்படும். பொதுவாக எந்த மூலிகை மருத்துவத்திலும் எலுமிச்சை பயன்படுத்தப்படுகிறது.

தோடை / நாரத்தை

Citrus aurantium

Eng:- Orange

RUTACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கிச்சிலிப்பழம், கொழுஞ்சிப்பழம்

இது எலுமிச்சைச் செடி போன்ற ஆனால் அமைப்பில் சிறிது பெரியது. இது சிறு மரமாகும் நாரத்தை, தோடை இவ்வகுப்பில் அடங்கும் இதன் பழம் நோயாளிகட்கு முக்கிய பானமாகும்.

உடல் வலிக்கு:- பழத்தோலிலிருந்து பெறப்படும் எண்ணெயைத் தடவ உடல் வலி நீங்கும்.

வாத மடக்கி

Clerodendron phlomides

VERBENACEAE

வேறுபெயர்:- தழுதாழை, தக்காரி, நந்தக்காரி

வெற்றுக்காணிகள் காட்டு நிலங்களில் வளரும் சிறு மரமாகும். இதன் இலை வேர் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன. இது பக்கவாதம் போன்ற 80 வாத நோய்களை நீக்குவதாகக் கூறப்படுகின்றது.

மேக நோய் தீர்:- இலைச்சாற்றை அல்லது வேர்ச்சாற்றை விளக்கெண்ணெயுடன் கொடுக்கலாம்.

கறுத்தப்பூக்கொடி

Clitoria ternatea

Eng:- Butterfly pea

Mzeriona

LEGUMINOSAE : PAPILIONACEAE

வேறுபெயர்கள்:- காக்கட்டான், கார்க்கணம், சங்கு புஸ்பம்

இது எங்கும் அழகுக்காக வளர்க்கப்படும் கொடி. சில இடங்களில் இது தானே வளரும் வெள்ளைப்பூவுடைய தாவரம் வெண்காக்கட்டான் எனவும் நீலப்பூவுடைய தாவரம் கருங்காக்கட்டான் எனவும் அழைக்கப்படும். இதில் வெண்மையானதே மேலானது இதன் விதை புளியும் நறுமணமும் உள்ளதாக இருக்கும். இதன் விதை, இலை, வேர் என்பன மருந்தாக பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

இதன் விதையை சிறிது வறுத்தும் வேரைப் பாலில் வேக வைத்தும் துய்தாக்கலாம்.

இளைப்பு குணமாக:- இலைச்சாறும் இஞ்சிச்சாறும் சம அளவாக கலந்து ஒரு மேசைக்கரண்டிவீதம் கொடுத்துவர குணமாகும்.

நெறிகட்டிகளுக்கு:- இலையை உப்புப்போட்டு அரைத்துப் பூசலாம்.

பேதியாக:- விதையை சிறிது வறுத்து தூளாக்கி 1,1.5g கொடுக்கப் பேதியாகும்.

கொவ்வை

Coccinea cordifolia

C. grandis

C. indica

Cephalandra indica

CUCURBITACEAE

இது எங்கும் வளரும் கொடி. இதன் துளிரை இலைக்கஞ்சி, கூழ் என்பவற்றுடன் அடுப்பிலிருந்து இறக்கும் சமயத்தில் சேர்த்தால் சுவையைக்கூட்டும். இதன் காய் கறி சமைக்க உதவும்.

சிரங்குக்கு:- இலைச்சாற்றுடன் வெண்ணையை சேர்த்து பூசலாம்.

படை, சொறி, சிரங்கு:~

கொவ்வை இலையை எண்ணெயில் பொரித்து
அவ்வெண்ணெயைப் பூச இவை நீங்கும்.

தென்னை

Cocos nucifera

Eng:- Coconut

PALMAE

வேறுபெயர்கள்:- நாளிகேரம், இலாங்கலி

இது எங்கும் வளர்க்கக் கூடிய மரம். இதில் பல வகையுண்டு.
செந்தென்னையே சிறப்பானது. இதன் குருத்து, வேர், ஓடு. காய் என்பன
மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

”தென்னங் குருத்தால் சிலேத்ம வலிநீங்கும்
மன்வாதிர மூலமது மாறுங்காண்”

தென்னங்குருத்து சிலேத்தும வலியையும் குருதி மூலத்தையும் நீக்கும்

கோப்பிச்செடி

Coffea arabica

Eng:- Coffee bush

RUBIACEAE

ஈரவலய மலைச்சரிவுகளில் வளரும் செடி. இதன் விதையிலிருந்து
கேரப்பி தயாரிக்கப்படுகின்றது. இது உற்சாகத்தைக் கொடுத்தாலும்,
அதிகமாக அருந்தும் போது தூக்கமின்மை, மலசிக்கல், வயிற்றுநோய்,
பசியின்மை ஏற்படும். மிகக்குறைவாக அருந்த அது மருந்தாகலாம்.
வயிற்றுளைவு குணமாக:- செறிவான கோப்பிப்பானம் வயிற்றுப்
போக்கைக் கட்டுப்படுத்தும்.

கற்பூரவள்ளி

Coleus amboinicus

LABIATAE

கற்பூரவள்ளி பொதுவாக எங்கும் வளர்க்கப்படும் பூண்டாகும்.
இது மருத்துவப் பண்பு மிக்கது.

”காசமிருமல் கதித்தவை சூர் சஷ்யம்
 பேசுபிற நீர்க்கோவை பேருங்காண் - வீசு சுரம்
 கற்பாறை ஒத்த நெஞ்சிற் கட்டுடனே வாதமும் போம்
 கற்பூர வள்ளி தனைக்கண்டு”

இருமல், சளி, சுரம், நீர்க்கோவை என்பன நீங்கும்.

”கற்பூரவள்ளியின் கழறிலையைத் தின்றால்
 நற்பாலர் நோரியலாஞ் நாசமாய்ப் போகுமே”
 குழந்தை மருத்துவத்தில் கற்பூரவள்ளி மிக மேன்மையானது.

சேம்பு

Colocasia esculenta

C. antiquorum

Eng:- Taro / Tania

ARACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சேப்பங்கிழங்கு, சீமைக்கிழங்கு

இது வெப்பிரதேசங்களில் அதிகம் வளரும் இதில் வெண்மை, கருமை ஆகிய இனங்கள் உண்டு.

”சேம்பிலைக்கு நற்புளியைச் சேர்த்துச் சமைத்துண்டால்
 கூம்பிட்ட மூலமறங் கூற”

இலையை அல்லது தண்டை புளியுடன் சமைத்துண்டால் மூலநோய் தீரும்.

நறுவில்

Cordia domestica

C. myxa

Eng:- Sebestens

BORAGINACEAE

இம் மரப்பட்டை சாம்பல் நிறத்துடன் வெடிப்புடையதாக காணப்படும். பழம் குலை குலையாக வெண்நிறத்தில் காய்த்துத் தொங்கும். இது எங்கும் செழித்து வளரக்கூடியது. இதன் இலை, பழம், விதை, படடை என்பன மருத்துவப் பயனுடையவை பழத்தை ஊறுகாய் செய்து சாப்பிடலாம்.

முகப்பரு, கொப்பளங்கள் நீங்க:- இலைச் சாற்றைத் தடவலாம்.

படை, தேமல் குணமாக:~ விதையைப் பொடியாக்கி எண்ணெயுடன் பூசலாம்.

பல்லரணை, பல்லசைவு, சறுகட்டு சுகமாக:~ விதையை குடி நீரிட்டு வாய் கொப்பளிக்கலாம்.

கொத்தமல்லி
Coriandrum sativum
Eng:- Coriander
UMBELLIFERAE

வேறுபெயர்கள்:- தனியா, உருள் அரிசி

இது இலைக்காகவும் கனிக்காகவும் இந்தியா எங்கும் பயிரிடப்படுகின்றது. இலை கறியாகவும் கனி மசாலாவாகவும் பயன்படுகின்றது.

சுரம் தணிய:~ கொத்தமல்லியை குடிநீரிட்டுக் குடிக்கலாம்.

மரமஞ்சள்
Coscinimum fenestratum
MENISPERMACEAE

வேறுபெயர்கள்:- காயிலேகம், தாறுவி

இது காடுகளில் பயிராகும் மரமயவேறி. இதன் கட்டையில் Berberin, Saponin, Sitosterol ஆகிய இரசாயணப்பொருட்கள் உண்டு.

மூலநோய், கணச்சுரம் நீங்க:~ கட்டையில் 9g எடுத்து குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம். இதனால் பாம்புக்கடி போன்று நஞ்சுகளும் நீங்கும். மிக அதிகமாக குடிநீரிட்டு உட்கொண்டால் உயிராபத்து ஏற்படலாம். காயங்கள் ஏற்படும் போது ரெற்றனஸ் ஊசிக்குப்பதிலாக மரமஞ்சள் அவித்துக் குடிப்பார்கள்.

மரவிலங்கை
Crataeva religiosa
C. roxburghiana
Eng:- Three leaved caper
CAPPARIDACEAE

இது எங்கும் வளரக்கூடிய மரமாகும். இதன் இலை, பட்டை, வேர் மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றது.

”மாவிலங்கைப் பட்டையினால் வாதமொடு சந்திகளும்
பாவுகின்ற கல்லடைப்பும் மாறுமே”

இதன் பட்டை வாதம், முப்பிணி, கல்லடைப்பு என்பனவற்றைக் குணமாக்கும்.

வீக்கம் கரைய:- இலையை அரைத்துபற்றிட வீக்கங்கரையும்.

விட மூங்கில்

Crinum asiaticum

Eng:- *Poison bulb / Tolabo*

AMARYLLIDEAE

வேறுபெயர்:- கல்வாழை

இச் செடி ஈரமான தோட்ட நிலங்களில் வளரும், அலங்காரத்தாவரமாக வளர்க்கப்படும், இலை, பச்சைக்கிழங்கு என்பன மருத்துவ பயன்பாடுடையவை.

நகச்சுற்று, வீக்கங்களுக்கு:- இலையை ஆமணக்கெண்ணெய் தடவி வதக்கி கட்டலாம்.

காது நோய்க்கு:- இலைச்சாற்றுடன் சம அளவு நல்லெண்ணெய் விட்டு கொதித்தபின் காதில் விடலாம்.

சணல்

Crotalaria juncea

Bengal hemp

வேறுபெயர்:- சணப்பு

இது கங்கை கழிமுகப்பிரதேசத்தில் மிக அதிகமாகப் பயிரிடப்படுகின்றது.

வயிற்று வல தீர்:- வேரைக் குடி நீரிட்டுக் குடிக்கலாம்.

கிலுகிலுப்பை

(ஊதாப்பூ கிலுகிலுப்பை)

Crotalaria verrucosa

வேறுபெயர்கள்:- நரிமிரட்டி, பேமருட்டி, வெதுப்படக்கி

இது தரிசாக இருக்கும் நிலங்களில் ஏராளமாக வளரும் செடியாகும். தனி இலையையும், ஊதாநிறப்பூக்களையுமுடையது. இதன் இலை மருத்துவப்பயனுடையது.

சொறி, சிரங்கு:- இலையை அரைத்துப் பூச ஆறும்

குங்குமப்பூ

Crocus sativus

Eng:- Saffron

IRIDACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஞாழல்பூ, காஸ்மீரம்

இது மத்திய கிழக்கிலும் காஸ்மீரத்திலும் பயிரிடப்படும் சிறு செடியாகும். இச்செடியின் உலர்ந்த சூலகத்தண்டும் சூலக முடியும். குங்குமப்பூ எனப்படும். இதில் Crocin, Crocetin, Picrocrocin எனும் குளுக்கோசைட்டுக்கள் உண்டு.

கர்ப்ப நோய்களுக்கு இது சிறந்த மருந்தாகும்.

வெள்ளரி

Cucumis melo

Eng:- Cucumber

CUCURBITACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஊர்வாருகம், கற்கடி, மிருந்து

இது இந்தியாவிலும் இலங்கையிலும் உணவுக்காகப் பயிரிடப்படும் கொடியாகும். இதன் பிஞ்சு நீர் ரோகங்களுக்குச் சிறந்தது. விதை நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு போன்றவற்றை நீக்கும்.

கெக்கரிக்காய்

Cucumis sativus

Eng:- Cucumber

CUCURBITACEAE

இது எங்கும் பயிரிடப்படுகின்ற வெள்ளரி இனத்தை சேர்ந்த கொடி. இது பச்சையாகவும், சம்பல், சலாது முதலியவைகளாகச் செய்தும் உண்ணலாம். இதனால் உடல் சூடு குறையும்.

தொண்டை நோய் நீங்க:- இலையை காயவைத்து சீரகத்துடன் தூளாக்கி 2g வீதம் 3வேளை கொடுக்க தொண்டை நோய் குணமாகும்

பூசணி

Cucurbita maxima

Eng:- Pumpkin

CUCURBITACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பறங்கிக்காய், பூழியபலம், சர்க்கரைப்பறங்கி

இது பொதுவாக எல்லா இடங்களிலும் பயிராக்கப்படுகின்ற கொடியாகும். இதன் காய் கறியாக்கப்படுவதுடன் தென் பகுதி மக்கள் அவித்த பூசணியை உணவாகவும் உண்பர். இது வெப்பத்தையும் பித்தத்தையும் நீக்கும்.

நஞ்சு நீக்க:- பழுத்த காயின் காய்பை நன்றாக உலர்த்தி நீரில் அரைத்துக் கொடுக்க நஞ்சுகள் நீங்கும்.

சீரகம்

Cuminum cyminum

Eng:- Cumin seeds

UMBELLIFERAE

வேறுபெயர்கள்:- அசை, சீரி, உபகும்பபீசம், துத்தசாம்பலம்,

பித்தநாசினி, போசனகுடாரி, நற்சீரகம்

இது இந்தியா எங்கும் பயிராகும் செடியாகும். இதன் கனி மருத்துவத்தில் பயன்படுகிறது.

"போசனகுடாரியைப் பூசிக்கில்நோ யெலாமறங்

காசம் ராதக் காரத்தி லுண்டி"

சீரகத்தை உட்கொள்ள எல்லா நோய்களும் நீங்கும். கற்கண்டு சேர்த்து சாப்பிட இருமல் நீங்கும்.

மஞ்சள்

Curcuma domestica

C. longa

Eng:- Turmeric

ZINGIBERACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அரிசனம், நிசி, பீதம்

இது இந்தியாவின் வெப்பப்பிரதேசங்களில் வளர்க்கப்படும் பூண்டு ஆகும். பக்குவப்படுத்தப்பட்ட நிலக்கீழ்த்தண்டு மஞ்சள் ஆகும்.

தடிமன் குணமாக:- மஞ்சளை சுட்டு முகர தடிமன் குணமாகும்
கொம்புளம் ஆற:- வேப்பிலையுடன் மஞ்சளை அரைத்துப்பூச அவை
பழுத்துடைந்து விரைவில் ஆறும்.

பனங்கற்றாழை

Cymbidium bicolor

Eng:- Palm orchid

ORCHIDACEAE

இது பனை மரங்களில் வளரும் கற்றாழை ஆகும். இது சுமார்
1" அகலமான தடிப்பான இலைப்பகுதியாகக் கொண்டிருக்கும்.
பனங்கூடல்களில் அதிகமாகக் காணப்படும்.

காது வலிக்கு:- சுத்தமான கற்றாழை இலையை நெருப்பில் வாட்டி
பிழிந்து 1,2 துளி சாற்றை காத்தில் விட காதுவலி சுகமாகும்.

வாசனைப்புல்

Cymbopogon citratus

Eng:- Sweet rush / ginger grass / lemon grass

GRAMINACEAE

வேறுபெயர்கள்:- எலுமிச்சம்புல், கற்பூரப்புல், தைலப்புல்

இது இந்தியாவின் மலைப் பிரதேசங்களில் வளரும் புல்லினம்
ஆகும். இதிலிருந்து பெறும் எண்ணெய் எலுமிச்சம்பழத்தின்
மணமுடையதாக இருக்கம்.

இதன் இலையை நீரில் கொதிக்க வைத்து எண்ணெய்
பிரித்தெடுக்கப்படுகிறது. இது வாசனை எண்ணெயாக
பயன்படுத்தப்படுகிறது. அமெரிக்காவில் இவ்வெண்ணெயிலிருந்து விற்றமின்
A பிரித்தெடுக்கப்படுகிறது.

அறுகம்புல்

Cynodon dactylon

GRAMINACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பதம், தூர்வை

இது எங்கும் வளரும் புல்லினம் ஆகும். மருத்துவப் பண்பு
மிக்கது

சொறி, சிரங்கு, படர்தாமரை:-
வர நீங்கும்.

மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்து தடவி

கோரை

Cyperus rotundus

Eng:- Nut grass

CYPERACEAE

வேறுபெயர்கள்:- முத்தக்காசு, தோட்டக்கோரை

இது சமவெளிப்பிரதேசங்களில் விவசாயத்தைப் பாதிக்கும் புல்லினம் ஆகும். எனினும் மருத்துவக்குணம் மிக்கது. இதில் சிறு கோரை, பெருங்கோரை என இருவகையுண்டு. சிறுகோரையில் சிறிய கிழங்குகளைப் பெறலாம்.

கழிச்சல், குன்மம், வாந்தி தீர்:- கோரைக் கிழங்கைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

தேள் கடிக்கு:- கிழங்கை அரைத்துப்பூசலாம்.

காசநோய் சுகமாக:- கோரைக் கிழங்கு மாவைத் தொடர்ந்து உட்கொள்ள வேண்டும்.

வேலிப்பருத்தி

Daemia extensa

Pergularia daemia

ASCLEPIDACEAE

வேறுபெயர்கள்:- உத்தாமணி, உத்தமகன்னிகை, உத்தமமாகாணி

இது வேலிகளில் தானே வளரும் கொடியினம். இது வெடித்துப் பரவ அதன் பழத்திலுள்ள பஞ்சு உதவுவதால் பருத்தி எனக் கூறப்படுகின்றது போலும்

முறைக்காச்சுவக்கு:- இரண்டு தேக்கரண்டி இலைச்சாற்றுடன் ஒரு தே.கரண்டி தேன் சேர்த்து காலையில் மட்டும் பருக குணமாகும்.

மாதவிடாய் வயிற்றுவலிக்கு:- வேலிப்பருத்திக் கொழுந்து இலை ஆறு, 12 மிளகு, வெள்ளைப் பூண்டு 6.7 பல்லு இவற்றை மைபோல அரைத்து மாதவிலக்கான மூன்றாம் நாளிலிருந்து தொடர்ந்து மூன்று நாள் காலையில் மட்டும் சாப்பிட சுகமாகும்.

ஊமத்தை/பூமத்தை

Datura stramonium

D. metel

Eng:- Thorn - apple/ devils trumpet

SOLANACEAE

ஊமத்தை - *Datura innoxia*

கருஊமத்தை - *Datura discolor*

பொன்னூமத்தை - *Datura metel*

சீமை ஊமத்தை - *Datura stramonium*

அடுக்கு ஊமத்தை - *Datura speicies*

(மருள் ஊமத்தை)

இது பொதுவாக எல்லாத்தரிசு நிலங்களிலும் வளரும் செடியினமாகும். வெள்ளைப் பூக்களைக் கொண்டவை ஊமத்தை எனவும் மஞ்சள் பூக்களைக் கொண்டவை பொன்னூமத்தை எனவும் நீலப் பூக்களைக் கொண்டவை கரு ஊமத்தை எனவும் கூறப்படும். கரு ஊமத்தையின் அல்லியின் உட்பக்கம் வெள்ளையாக இருக்கும். அல்லி இதழ்கள் உள்ளேயும் வெளியேயும் கரும் நீலநிறத்திலும் உள்ளே அல்லிவளரிகள் (corona) காணப்படும் இருந்தால் அது அடுக்கு ஊமத்தை எனப்படும்.

கரு ஊமத்தையும் பொன்னூமத்தையும் சிறப்பு மிக்கவை. எனினும் 50 விதைகளுக்கு மேல் உட்கொண்டால் உயிர்தப்புவது கடினம். விதைகள் நச்சுத்தன்மை வாய்ந்தவை. ஊமத்தையின் இலை, விதைகளில் Scopolamine, Hyoscyamine எனும் ஆல்கலாய்டுகளும், கரு ஊமத்தை, சீமை ஊமத்தையின் இலை, விதைகளில் Hyoscyamine, Hyoscine, Atropine ஆகிய ஆல்கலாய்டுகளும் உண்டு.

இதன் இலை, விதை போன்றவற்றை அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளுக்கு ஏற்றி வருமானத்தைப் பெறலாம்.

மூலமுளை நீங்க:- விதையை பசுநெய்யில் அரைத்து மூல முளையில் பூச மூலமுளை அகன்று விடும்.

எலும்பு வீக்கம், கட்டிகள் வலி ஆற:- இலையை வதக்கி ஒத்தனமிடலாம்.

கருஊமத்தை இலையை செப்புசல்பேற்றுடன் காச்சி பெறப்படும் பச்சை எண்ணை எவ்வித முனையும் ஆற்றும்.

வாதநாரணி

Delonix elata

Poinciana elata

Eng:- Creamy peacock flower

LEGUMINOSAE

FABACEAE : CAESALPINIOIDEAE

இது வெப்பப்பிரதேசங்களில் எங்கும் வளரக்கூடிய மரமாகும். இதை வேலிக்கும் சிலர் நாட்டுவார்கள் இலையை உணவாகப் பயன்படுத்த வாதநோய் சுகமாகும்.

வீக்கம் வற்ற: இலையை ஆமணக்கெண்ணெயில் வதக்கி கட்டலாம்.

புங்கு

Derris indica

Pongamia pinnata

Pongamia glabra

Eng:- Indian beach

LEGUMINOSAE : PAPILIONACEAE

இது நாட்டிலும் காட்டிலும் வளரக்கூடிய மரமாகும். இதனுடைய இலை, பூ, விதை, வேர், எண்ணெய் என்பன மருத்துவ இயல்புடையவை

**"புங்குமேற்படி புசித்திட விருமனோ
யுங்கெடு மீளையு மொழியுநிச் சமயமே"**

புங்கின் வேற்பட்டையைப் புசித்துவரின் இருமல் ஈளை ஒழியும்.

**"புங்கம்பால் புண்ணாற்றும் பொல்லாத வாய்வகற்றந்
தங்கம் போன் மெய்யளிக்கும் தான்"**

புங்கம்பால் புண்ணையும் வாய்வையும் அகற்றி உடலை பொன்போல ஒளிரச்செய்யும்.

புள்ளடி

பெரும்புள்ளடி - *Desmodium gangeticum*

சிறுபுள்ளடி - *Desmodium triflorum*

LEGUMINOSAE : PAPILIONACEAE

வேறுபெயர்கள்:- மிதியாவை, கடமாரி

பெரும்புள்ளடி வட இந்தியாப் பிரதேசங்களில் பயிராக்கக்கூடிய

பூண்டு. சிறு புள்ளடி வெப்ப பிரதேசங்களில் வளரும் பூண்டு.

மாந்தம், கடு, கழிச்சல்:~ இலையை அரைத்துப் பசும்பாலில் கொடுக்க வேண்டும். உடன் காயங்களுக்கும், புண்களுக்கும் இலையை அரைத்துக்கட்டலாம்.

விடத்தல்

Dichrostachys cinerea

LEGUMINOSAE : MIMOSOIDEAE

இது வெப்பப்பிரதேசங்களில் வளரும் முட்கள் நிரம்பிய சிறுமரம். இம்மரம் வலிமை மிக்கதாகையால் கோடரி, மண்வெட்டி போன்றவற்றிகுப் பிடிபோட பயன்படுத்தப்படும் இலைகளில் மிகவும் சிறிய இலை விடத்தல் இலையாகும்.

குருதிபோக்குக்கு:~ விடத்தல் இலையை அரிசிமாவுடன் இடித்து பிட்டு, களி என ஆக்கி உண்டால் குருதிபோக்கு நிற்கும்.

கொத்தவரை

Dolichos fabaeformis

Dolichos lablab

வேறுபெயர்கள்:- சிம்பை, நிட்பாவம், நகுலி

இது கொடி வகுப்பைச் சேர்ந்தது. ஆடிமாதத்தில் விதைத்து தை, மாசியில் அறுவடை செய்வர்

சீதக்கழிச்சல் குணமாக:~ இலைச் சாற்றுடன் கற்கண்டுப் பொடிசேர்த்து கிளறி பாக்களவு உட்கொள்ள சீதக்கழிச்சல் குணமாகும். தலைநோ, தலைப்பாரம் தீர்:~ சிறு துணியை இலைச்சாற்றில் நனைத்து நெற்றியில் போடலாம்.

குறிஞ்சா

Dregea volubilis

Hoptage madabtte

ASCLEPIADACEAE

வேறுபெயர்:- குரிந்தை

இது வெப்பப்பிரதேசங்களில் வளரும் கொடியாகும். குறிஞ்சா காற்றினால் பரவும் தாவரமாகும். இதில் சிறு குறிஞ்சா, பெருங்குறிஞ்சா

என இரு சாதியுண்டு. இவை இரண்டும் மருத்துவ இயல்பில் ஒத்தன. எனினும் சிறு குறிஞ்சா சிறப்பானது. இவை நீரிழிவு நோயைக் கட்டுப்படுத்தவல்லன.

கரிசலாங்கண்ணி

Eclipta alba

COMPOSITAE

ASTERACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கரிசாலை, கரிப்பான், காக்கச்சி

வெள்ளை நிறப்பூக்களைக் கொண்ட இத்தாவரம் சாதாரணமாக தெரு ஓரங்களிலும் முற்றங்களிலும் காணலாம். எல்லாக் கரிசிலாங்கண்ணிகளும் ஈரல், கல்லீரல், காமாலை என்பவற்றிற்குச் சிறந்தவை. வெள்ளைக் கரிசாலங்கண்ணி நரை, திரையை மாற்றும்.

நரை, திரைமாற:- வெள்ளைக் கரிசாலங்கண்ணியில் சமூலத்தை (முழுத்தாவரத்தை) தூளாக்கி இளநீரில் 1மாதமும் தேனில் 1மாதமும் உட்கொள்ள நரை திரை மாறும்.

தலைக்குத் தேய்க்கும் எண்ணெயில் வெள்ளைக் கரிசிலாங்கண்ணியைப் பொரித்து தலைக்கு இட்டுவந்தால் தலைமுடி கறுத்து நீண்டு அடர்த்தியாக வளரும். உடன் மருதோன்றியையும் பொரிக்கலாம்.

ஏலக்காய்

Elettaria cardamomum

Eng:- Cardamom

ZIZGIBERACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஆஞ்சி, கோரங்கம், துடி

இது ஈரலிப்பான மலைநாடுகளில் பயிரிடப்படும் செடியாகும். இதில் சிற்றேலம் (*Heracleamrign Var mult iradiatum*) காட்டு ஏலம் (*Amomum subulatum*) மலையேலம் எனும் வகைகளுண்டு.

கயலாவி”புண்டரீக

நாவதீர முக்கு நலிக்கேல நாவியாடு
நாவதீர முக்குபத்து நாள்”

ஏலம், மிளகு, சீரகம் முறையே ஒன்று, முக்கால், அரை அளவில் எடுத்து பச்சைப் புனுகு கூட்டி, இவற்றிற்கு இரண்டு பங்கு பசுவின் நெய்கலந்து பஞ்சினுள் தோய்த்து ஒரு நாளுக்கு ஒருவேளை பத்துநாள் உறுஞ்சிவர முக்கில் தோன்றும் பீநசம், ரத்தம் கசிதல், தலைநோய் யாவும் குணப்படும்.

குரக்கன்

Eleusine coracana

Eng:- Ragi / finger millet

வேறுபெயர்கள்:- கேழ்வரகு, கேப்பை, இராகி ருசு

இது வரண்டபிரதேசங்களில் அதிகம் பயிரிடப்படும் போசாக்குமிக்க தானியமாகும். நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்கள் இதனை அதிகம் உண்பார்கள்.

கட்டி பழுக்க:- மாவைக் கிளறி கட்டிகளுக்கு வைத்துக்கட்ட கட்டிபழுக்கும்.

நெல்லி

Emblica officinalis

Phyllanthus emblica

Eng:- Indian gooseberry

EMBELIC MYROBALAN

EUPHORBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஆமலகம், தாத்தாரி, மிறுதுபலா, கோரங்கம், பெருநெல்லி, முழுநெல்லி

இது பொதுவாக எல்லா இடங்களிலும் வளரக்கூடிய மரம். இதன் பழம் பச்சையாக இருக்கும் போது மென் மஞ்சள் நிறமாகவும் பழுத்தபின்

கருநிறமாகவும் இருக்கும் இவ்வற்றல் "நெல்லி முள்ளி" எனப்படும்.

நெல்லி மரவகைகளில் கருநெல்லி அருநெல்லி எனும் வகைகளுண்டு. கருநெல்லி கிடைப்பது மிக அரிது. இது நோய்களை நீக்கி உடலை நீண்ட ஆரோக்கியத்துடன் பேணும்.

நெல்லிவேர் வாந்தி, சுவையின்மை, மலம் இறுகல் போன்றவற்றை நீக்கும்.

நெல்லி, முள்ளி, வெப்பு, எலும்புருக்கி நோய், குருதியழல் நோய், பெரும்பாடு, வெள்ளை போன்றவற்றை நீக்கும்.

வெள்ளறுகு

Enicostema verticillare

E. littorale

GENTIANACEAE

இது தாழ் நிலங்களில் வளர்கின்றது. சதுப்பு நிலங்களிலும் உவர் நிலங்களிலும் காணப்படும் பூண்டு ஆகும். இம்மூலிகையில் ஒரு கசப்பு கிளைக்கோசைடும், ophelic acid உம் உண்டு.

வாதம், குன்மம், வெள்ளை, கழலை, சொறி சிரங்கு நீங்க:-

முழுத்தாவரத்தையும் குடி நீரிட்டுக் குடிக்கலாம்

முழுத்தாவரத்தைச் சூரணம் (தூளாக்கி) செய்தும் கொள்ளலாம்.

சொறி, சிரங்கு, குட்டம்:-முழுத்தாவரத்தையும் அரைத்துப் பூசலாம்.

வெள்ளைப் படுதல்:- சமூலத்துடன் (முழுத்தாவரம்) சிறிது மிளகும்

ஒரு பல் வெள்ளைப் பூண்டும் சேர்த்து அரைத்துப் பாலுடன்

கொடுக்கச் சீழ் ஒழுகும் வெள்ளை குணமாகும்.

கலியாண முருங்கை

Erythrina indica

Eng:- Indian Coral Tree

LEGUMINOSAE : PAPILIONACEAE

வேறுபெயர்கள்:- முள்முருங்கை, கிஞ்சுகம்

இம்மரம் பொதுவாக எங்கும் காணக்கூடிய தண்டில் முள்ளுள்ள மரம் இதன் இலை சாய்சதுரவடிவ சிறைப்பிடிப்பான முச்சிற்றிலை ஆகும். இம்மரத்தை வேலிகளில் நாட்டுவார்கள். திருணச்சடங்குகளின் போது கன்னிக்காலாக நாட்டுவார்கள் பின் வீட்டுவளவில் நாட்டுவார்கள். வெற்றிலை, மிளகுக் கொடிகள் ஏறி வளர்வதற்குப் பயன்படுகின்றது. இதன் பூ, இலை, விதை, பட்டை என்பன மருந்தாகும்.

வயிற்றுப்புழுக்கள் வெளியேற:- 1/2 குவளை இலைச்சாற்றைத் தேன்கலந்து பருக வயிற்றுப்புழுக்கள் வெளியேறும்.

மாதவிடாய் வயிற்றுவலி குணமாக:- இதன் இலைச்சாற்றை காலை மாலை தொடர்ச்சியாக உட்கொள்ள குணமாகும்.

இது பருத்த உடலையும் மெலியச் செய்யும்.

கீல்வாதம் நீங்க :- இலையைச் சுடுதண்ணீரில் போட்டு நல்ல சூட்டுடனே கட்ட சுகமாகும்.

சஞ்சீவி

Eucalyptus globulus

Eng:- Eucalyptus

MYRTACEAE

வேறுபெயர்கள்:- யூக்கலிப்டஸ், தைலமரம்

இம்மரம் அவுஸ்திரேலியாவிலிருந்து கொண்டுவரப்பட்டு இலங்கை, இந்தியாவில் அதிகமாக வளர்க்கப்படுகின்றது. இதன் குருத்து இலை என்பவற்றை நீரில் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி எண்ணெய் தயாரிக்கின்றார்கள்.

இந்த எண்ணெய் தொற்று நீக்கியாதலால் சத்திரசிகிச்சையில் தொற்று நீக்கி மருந்துகளுடன் சேருகின்றது.

இவ் எண்ணெய் தலைவலி, மலேரியா, இரைப்பு மற்றும் மூக்கு தொண்டை சம்பந்தமான நோய்களைக் குணமாக்கும். தடிமனுக்கு சஞ்சீவிஇலையை வெந்நீரிலிட்டு அளவாக வேதுவிடலாம், குணம் கிடைக்கும்.

கரம்பு

Eugenia aromatica

E. Caryophyllata

Syzygium aromaticum

Eng:- Cloves

MYRTACEAE

வேறுபெயர்கள்:- இலவங்கம்

இது ஈரவலயப் பயிராகும். இத்தாவரத்தின் பூ, மொட்டு, காய், இலை என்பவற்றிலிருந்து எண்ணெய் பிரித்தெடுக்கப்படுகின்றது.

தலைப்பாரம், நீரேற்றம்:- கரம்பை நீருடன் மைபோல அரைத்து நெற்றியிலும் மூக்குத்தண்டின் மேலும் பற்றிடவேண்டும்.

பல்நோய்:- காரம்பு எண்ணெயை பஞ்சில் தோய்த்து வைக்கலாம்

பல்லீறு கொட்டியாக:- கரம்பு நெருப்பில் வதக்கி வாயிலிட்டுச் சுவைக்கலாம்.

நாவல்

Eugenia Jambolana

Syzygium cumini

Java Plum

MYRTACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சம்பு, சாதவம், நேரேடம்

நீள்வளைவான இலைகளைக் கொண்ட நாவல் மரம். பொதுவாக எங்கும் வளரக்கூடியது. காடுகளில் மிகுதியாக காணப்படும். இதில் வெள்ளை நாவல், கொடி நாவல், குழி நாவல், கருநாவல், சம்பு நாவல் எனப்பட வகையுண்டு. இதன் கொழுந்து, பழம், விதை, பட்டை, வேர் என்பன மருத்துவக் குணமுடையவை.

கழிச்சல்:- நாவற் கொழுந்து உட்கொள்ள கழிச்சல் நீங்கும்.

”வாத மறுங்கரப்பான் மாறும் விரணமொடு
ஒதமுறு நீரிழிவு முந்துரத்த - சீதமுங்காய்
மாவன் சுரமும் வளர்மேக மும் போகும்
நாவலன் வேரதனை நாடு”

நாவல் வேர் வாதம், கரப்பான், புண், நீரிழிவு, சுரம், குருதிக்கழிச்சல் என்பவற்றைப் போக்கும்.

நீரிழிவு:- பட்டை அல்லது வேரைக் குடிநீரிட்டு உட்கொள்ள

குணமாகும்.

சதுரக்கள்ளி
Euphorbia antiquorum
 Eng:- Spurge Cactus
 EUPHORBIACEAE

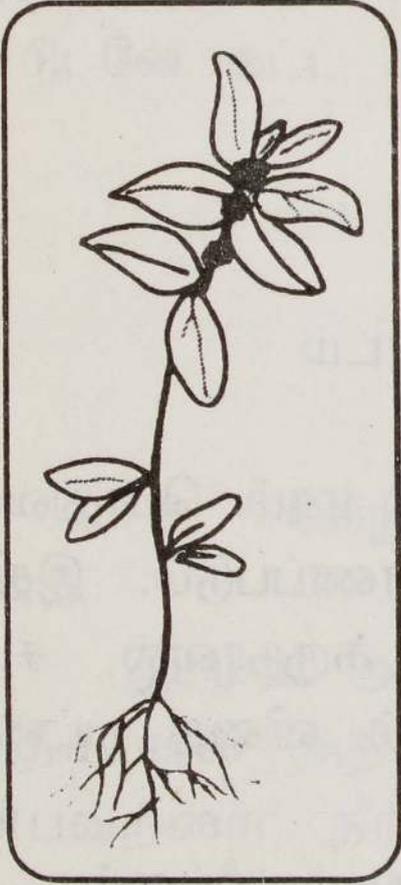
இது வரண்ட நிலமெங்கும் காணப்படும் கள்ளியினமாகும். இத்தாவரத்தில் நான்கு விளிம்புகள் காணப்படும் முட்கள் நிறைந்த இத்தாவரம் இலைத்தொழிற் தண்டாகக் காணப்படுகின்றது. இதன் பால், தண்டு, வேர் என்பன மருந்தாகப் பயன்படுகின்றன.

புண்:- தண்டைச் சுட்டுச் சாம்பலாக்கி புண்களின் மீது தாவ புழுக்கொண்ட புண்களும் ஆறி உலரும்.

நரம்புச்சுக்கு:- வேர்ப்பட்டையை வைத்துக்கட்டலாம்

”கரப்பான் சொறியுங் கடியுங் கபமும்
 உரப்பன் குன்மம் கீழிக்கும் - நிரைப்பான
 பேதிதரும் சீதமென்ற பேச்சகற்றும் பூவுலகிற்
 ஓது சதுரக்கள்ளிதான்”

இதன் பால் சொறி, காணக்கடி, கபம், குன்மம், வெள்ளை, கரப்பான் போன்றவற்றை நீக்கும்.



அம்மான் பச்சரிசி
Euphorbia hirta
 Eng:- Australian sthima weed
 EUPHORBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:-பாலாவி, பெரும்பாலாவி

இது வெற்றுக்காணிகளிலும் தெருஓரங்களிலும் ஏராளமாகக் காணப்படும் பூண்டாகும். பூமியுடன் ஒட்டிப்படரும். இலைத்தண்டில் எதிரெதிரான இலைச்சோடிகளைக் கொண்டது.

இலையடிக்காம்பில் கொத்தாக மூக்குத்திபோல் பூக்கள் அமைந்திருக்கும். இதில் வெண்ணிறமானவை சிறு அம்மான்பச்சரிசி எனவும் அழைக்கப்படும். இவை சுவையிலும் பண்பிலும் ஒத்தவை.

இருமல் சலதோஷம் குணமாக:- வயோதிபர்ப்பருக்கு பகலில் குறைவாகவும் இரவில் அதிகமாகவும் காணப்படும் இருமலுக்கு 4தேக்கரண்டி சாற்றை தேவையான அளவு சீனியுடன் காலையில் வெறும் வயிற்றில் 4.5 நாள் கொடுக்கவேண்டும். சலதோஷத்திற்கும் இவ்விதம் கொடுக்கலாம்.

தாது விருத்தியாக:- இத்தாவரத்தின் சூரணத்தில்(தூளை) 5சத நிறையானதை காலை, மாலை கற்கண்டுடன் வாயில் போட்டு பசும்பாலைப் பருகவேண்டும். தொடர்ந்தும் 40நாள் பருக வேண்டும்.

வெட்டை நோய் குணமாக:- தேசிக்காய்ச் சாறு சேர்த்து அரைத்து பாக்களவை 1தேக்கரண்டி நல்லெண்ணெயுடன் காலையில் மட்டும் நீராகாரத்துடன் கொடுக்க வேண்டும். 3நாளில் குணமாகும். அன்றேல் 3நாள் விட்டு மறுபடி 3நாள் கொடுக்கவேண்டும்.

வெள்ளைபடுதல்:- கொட்டைப்பாக்களவு விழுதை மோரில் கலக்கி காலையில் மட்டும் பருகவேண்டும். 3நாள் உப்பில்லாத பத்தியமாக பாற்சோறு சாப்பிடலாம்.

கால் ஆணி குணமாக:- இதன் பாலை காலையிலும் மாலையிலும் ஆணியின் மேல் தடிப்பாக தடவிவர நாலைந்து நாட்களுக்குள் ஆணியை வெளியேற்றும். புண்ணாக்கி வெளியேற்றுவதால் நோவு அதிகமாக இருக்கும். நடக்காது ஓய்வாக இருக்கும் நாட்களில் இதனைச் செய்யலாம்.

முள்ளு, சிராம்பு, வெறியேற:- இதன் பாலை விட முள்ளு, சிராம்பு என்பன வெளியேறி நோ தணியும்.

பால் உன்னி குணமாக:- தேகத்தில் பால் உன்னிகள் வந்தால் அவற்றில் தொடர்ந்து இதன் பாலைப்பூச அவை இல்லாது போய்விடும்.

சித்திரப்பாலாவி

Euphorbia thymifolia

EUPHORBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பெருங்குரும்பை, சிறுபாலாவி

இது அம்மான்பச்சரி போன்றதே. ஆனால் மிகவும் சிறிய நிலத்தில்படரும் இனமாகும். செந்நிறத்தில் பையரி தாவரம்போல் 3,4 அங்குல பரப்புகள் படரும். சாதாரணமாக எங்கும் காணக்கூடியது. இது குணத்தில் பசுவின் பாலுக்கு ஒத்தது.

புண், வாய்ப்புண், உதடு, நாவடிப்பு, நககற்றலுக்கு:-

இதன் பாலை நோயுள்ள இடங்களில் தடவிவர குணமாகும்.

”காந்தல் விரணமலக் கட்டுமே கந்தடிப்புச்
சேர்ந்த தின விவைகள் தேகம்விட்டுப் - பேர்ந்தொன்றாய்
கூடுமம்மா னெத்தகண்ணாய்! கூறு”

எரிபுண், மலக்கட்டு, வெள்ளைக்கசிவு, மேகத்தடிப்பு, நமைச்சல்
என்பவற்றைத் தீர்க்கும்.

கொடிக்கள்ளி
Euphorbia tirucalli
Eng:- Milk hedge
EUPHORBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- திருஷ்டிக்கள்ளி, கொம்புக்கள்ளி, தடிக்கள்ளி

இது எங்கும் வளரக்கூடிய தாவரம். காடுமண்டிய இடங்களில்
அதிகம் காணப்படும். இலைத்தொழிற் தண்டுகளால் இத்தாவரம்
அமைகிறது.

”துய்ய கரப்பான் சொறிசிரங்கும் புண்ணும் போம்
செய்யகடி குட்டநோய் சேருமோ - மெய்யில்
அடிக்கடி சேர் குன்மவலி யத்தனையும் தீரும்
கொடிக்கள்ளிப் பாலுக்குக் கூறு”

கொடிக்கள்ளியை வைக்கோற்றீயில் வாட்டிப்பிழிய தெளிந்த
சாறுவரும். இதில் 1/2 மேசைக்கரண்டியை முலைப்பாலுடன் குழந்தைக்குப்
புகட்ட செரியாமை, மந்தம், என்பவற்றை நீக்கி வயிற்றைக் கழிக்கும்.
கரப்பான், தொண்டைக்கட்டு, சொறி, சிரங்கு, புழுபூச்சிகளின் கடியினால்
உண்டாகும் நஞ்சு, குட்டம், குனம் போன்ற நோய்களையும் இது
தீர்க்கும்.

இலைக்கள்ளி
Eurya japonica
EUPHORBIACEAE

வேறுபெயர்:- கருடராஜா

இத் தாவரமும் எங்கும் வளரக்கூடியது. இதனைச் சில இடங்களில்
வேலியாக அமைந்திருப்பர்.

தேள்கொட்டிய வலி:- கள்ளிப்பாலை கடிவாயிலிட வலி நீங்கும்
குன்மம், வயிற்றுநோய்கள்:- குருத்தைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க
சுகமாகும்.

விஷ்ணுகிரந்தி
Evolvulus alsinoides
CONVOLVULACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அபராசி, பராசிதம்

இது சமவெளி நிலங்களிலும் தரிசு நிலங்களிலும் ஏராளமாகக் காணப்படும் பூண்டு.

வெப்ப, இருமல், கோழை, வாதம் நீங்க:- இப் பூண்டை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க மேற்கண்ட நோய்கள் நீங்கும்.

நரம்புத்தளர்ச்சி நீங்க:- இப்பூண்டை சீரகத்துடன் அரைத்துப் பாலுடன் கலக்கி உட்கொள்ள வேண்டும்

மலட்டுத்தன்மை நீங்க:-

"மலாகச் சூரண மழையுடன்டிடச்
சூலக மாதர்க்குச் சூட்சிய தாக்குமே"

தாவரத்தைப் பொடிசெய்து வெந்நீருடன் அருந்திவர மலட்டுத்தன்மை நீங்கும்.

தில்லை

Excoecaria agallocha

Sapium insigne

Eng:- Tigre's milk tree

EUPHORBIACEAE

இது காடுகளில் வளரும் பாலுள்ள நச்சுத்தன்மை கொண்ட மரம். சதுப்புநிலங்களை அண்டிய இடங்களிலும் வளர்கின்றது. இதன் இலையும் பாலும் நச்சுத்தன்மையுடையவை. பால் கண்ணிற்படின் கண்பார்வை கெடலாம். எனினும் இதன் பால் மருந்துவத்திலும் பயன்படுகிறது. இதன் விதையினால் எல்லாநஞ்சுகளும், திமிர்வாதம், பெருநோய் என்பன நீங்கும்.

"தில்லம் விதைக்குச் சிறுவிடம் மகாவிடமுஞ்
செல்லஞ் செருக்குந் திமிர்வாய்வும் - வெல்லங்கொள்
வாரை வருத்துகின்ற வன்கயமுங் குட்டமுமிவ்
ஊரைவிடந் தேகும் உரை"

விளா

Feronia elephantum

Limonia acidissima

Eng:- Wood apple / Elephant apple

RVTACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கடிப்பகை, கபித்தம், வெள்ளில், விளவு

இம்மரம் எங்கும் வளரக்கூடியது. கவனிப்பாரற்ற காணிகளில் தானே வளரும் மரமாகும். இதன் இலைக்காம்பு சிறகுள்ளதாகும். இதன் இலை, காய், பழம், பழத்தின் ஓடு, பட்டை, பிசின் என்பன மருத்துவ பயனுடையவை.

பெருங்காயம்

Ferula asafoetida

F.foetida

Eng:- Asafoetida

UMBELLIFERAE

வேறுபெயர்கள்:- வல்லீகம், சந்துநாசம், அத்தியாகிரகம்

இது இந்தியாவின் வடமேற்குப் பாகங்களிலும் ஈரான் ஆப்கானிஸ்தான் முதலிய இடங்களிலும் தன்னிச்சையாக வளரும் செடியின் பால் ஆகும். ஐந்தாண்டுக்கால செடியை அது பூக்கும் காலத்திற்கு முன் நிலமட்டத்தில் குறுக்கே வெட்டிவிடுகிறார்கள். இப்பகுதியில் வெளியேறும் வெண்ணிறப்பால் உறைந்து திடப்பொருளாக மாறும்போது பெருங்காயம் என அழைக்கப்படும். வெண்ணிற பெருங்காயம் சோமகாயம் எனப்படும். இது காரங்கூடியது.

கக்குவான் இருமல்:- பெருங்காயத்தை நீர்விட்டரைத்து மார்பில் பற்றிட குழந்தைகளின் கக்குவான் இருமல் குணமாகும்.

வறட்டிருமல், பக்கவல:- கோழிமுட்டை மஞ்சட்கருவுடன் காயத்தைச் சேர்த்துக் கொடுக்கச் சுகமாகும்.

காதுவலிநீங்க:- நல்லெண்ணெயிலிட்டு காய்ச்சி காதுக்கிட காதுவலி நீங்கும்.

இரைப்பு நீங்க:- பெருங்காயத்துடன் உழுந்து சேர்த்து தீயிலிட்டு புகையை உட்செலுத்த இரைப்பு தணியும்.

ஆல்
Ficus benghalensis
 Eng:- Banyan
 URTICACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பூதம், வடம், இயக்குரோதம்

இம் மரம் எப்பிரதேசங்களிலும் தெருஓரங்களிலும், கோவில்குளக்கரைகளிலும், வயற்கரைகளிலும் காணக்கூடியது. இதன் இலை, பழம், விழுது, பால், பூ என்பன மருத்துத்தில் பயன்படும் **வாய்ப்புண், வாய்நாற்றம், நலிவடிப்பு, ஈற்றுப்புண்:-** ஆலம் பட்டையை குடிநீரிட்டு வாய் கொப்பளிக்க மேற்கூறிய நோய்கள் தீரும். **நீர்ழிவு:-** பட்டையை இடித்து பத்துமடங்கு நீர்விட்டு நன்றாக ஊறியபின் ஊறலை உள்ளுக்குள் கொடுத்துவர குணமாகும். **வயிற்றலைவு:-** ஆலம் மொட்டை பால், சீனி என்பவற்றுடன் கொடுக்க குணமாகும்.

அத்தி
Ficus glomerata
Fracemosa
 Eng:- Cluster fig
 URTICACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அதம், உதும்பரம், சுப்பிரதஷ்டம்

இது எங்கும் வளரக்கூடிய மரமாகும். மரத்தின் மேற்பட்டை வெளுத்தும் பிளவுபட்டும் சொரசொரப்பாயுமிருக்கும். அத்திப் பூவைக்காண்பதரிது. அடிமரம் முதல் உச்சிக் கிளைகள்வரை மரத்தையொட்டிக் காய் காய்க்கும்.

இதன் பிஞ்சையும் காயையும் மருந்துண்ணுங்காலங்களில் பத்தியப் பொருளாக சமைத்துண்பர். இதன் பிஞ்சு, காய், பழம், பால், பட்டை, மது என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படும்.

இரத்தழலம், வயிற்றுக்கடுப்பு:- அத்திப்பிஞ்சை சமைத்துண்ண குணமாகும்.

வெள்ளை, வாதம், வெய்யு நீங்க:- அத்திக் காயைச் சமைத்துண்ணலாம். இதனால் மலங்கழிந்து வயிறு சுகமாகும்.

இரத்தபேதி, பெரும்பாடு, வெள்ளை, நீர்ழிவு:- அத்திப்பாலை வெண்ணெய் அல்லது சீனியுடன் உட்கொள்ளவேண்டும்

மேகம், வெய்யு, நீர்வேட்கை:- மரவேரிலிருந்து இறங்கும் கள்ளில் சீனியேனும், வாழைப்பழமேனுஞ் சேர்த்து தினமும் காலையில் உட்கொள்ள வேண்டும்.

அரசு

Ficus religiosa

Eng:- Bo tree

URTICACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அஸ்வத்தம், திருமரம், சராசனம், பிப்பிலம்

இது பொதுவாக கோவில்களில் காணப்படும் மரமாகும். இதன் இலை இதய வடிவிலும் இலையுச்சி நீண்டு கூர்ந்ததாகவும் இருக்கும். பௌத்தர்களின் புனித மரமாகும். இதன் இலை வித்து பட்டை, வேர் என்பன மருந்தாகும்.

மலட்டுத்தன்மை நீங்கும்:- இலைக் கொழுந்து மாதவிடாய் கோளாறுகளை நீக்கி சூல் அமையச் செய்யும்.

செறி, சிரங்கு, வைப்ய:- பட்டைத்தாளில் குடிநீர் செய்து கொடுக்க சொறி, சிரங்கு நீங்கும்.

பித்தவெடிப்ய:- மரத்திலிருந்து பெறும் பாலைத்தடவலாம்.

இத்தி

Ficus retusa

Ficus gibbosa

URTICACEAE

வேறுபெயர்கள்:- இந்திரி, இறலி, சவி

இது எங்கும் வளரக்கூடியது. ஆல் வகுப்பைச் சேர்ந்த மரமாகும். இதன் காய், பிஞ்சு, பட்டை என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

பெரும்பாடு, கழிச்சல்:- பிஞ்சுகளை அரைத்து அல்லது பட்டையைக் குடிநீர் செய்து குடித்துவர தீரும்

மலக்கட்டு நீங்க:- இதன் காயை நெய்யில் வதக்கி உண்ண வேண்டும்.

கொறுக்காய்ப் புளி

Garcinia cambogia

GUTTIFERAE

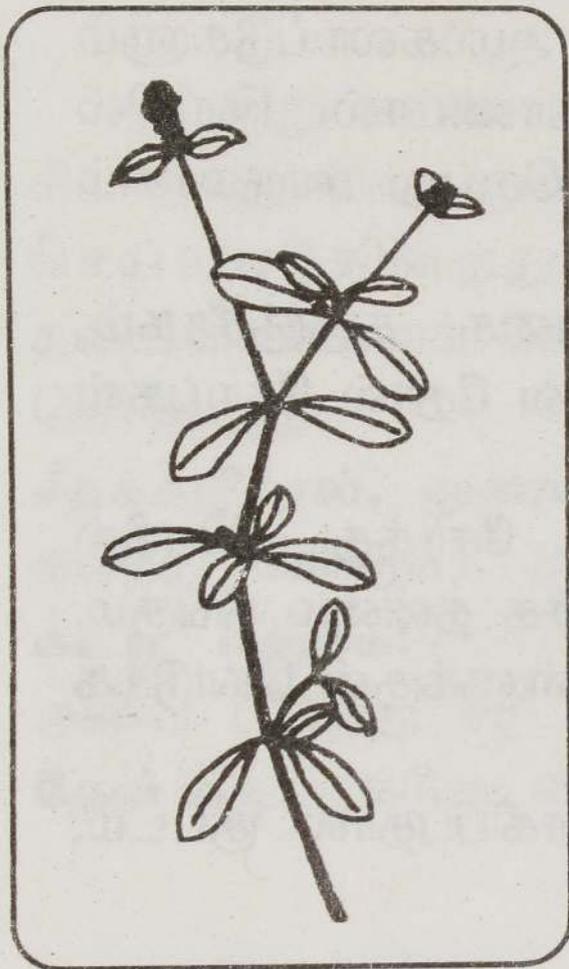
இது மரவகுப்பைச் சேர்ந்தது. புளிக்குப் பதிலாக பயன்படுத்தப்படும் **வெட்டுக்காயம் ஆற:-** கொறுக்காய் புளி இலையை மைபோல் அரைத்து காயத்தில் கட்டினால் அது காயம் ஆறியபின் விழும்.

மங்குஸ்த்தான்
Garcinia mangostana
Mangosteen

இது இலங்கையிலும், மலேசியாவிலும் ஈரவலயங்களில் வளர்க்கப்படுகப்படும் சிறுமரமாகும். இதன் பழம் சுவை மிகுந்தது. இது ஒரு கூட்டுப்பழமாகும்.

வயிற்றோட்டம்:- உலர்ந்த பழக்கோதை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க சுகமாகும்.

நாட்பட்ட கழிச்சல், வெள்ளை:- பழத்தை வேகவைத்துப் பிழிந்தெடுத்த சாற்றை சீனியுடன் காய்ச்சி சாப்பிட குணமாகும்.



செருப்படை
Glinus lotoides
Molugo llotoides
MOLLUGINACEAE

வேறுபெயர்கள்:- செருப்படி, செவ்வியம்

இது தெரு ஓரங்கள், காணிகள் நீர்நிலைகளுக்கு அண்மையான இடங்கள் போன்று எங்கும் காணக்கூடிய சிறு படர் செடியாகும். இது சிறு செருப்படை, பெருஞ்செருப்படை என இருவகைப்படும். இது அடர்த்தியான வெள்ளைக் கதிர் போன்ற பூக்களைக்கொண்டிருக்கும். நீண்ட

மினுமினுப்பான இலையைக் கொண்டிருக்கும்.

மந்தம், சூலை, குன்மம், வெள்ளை வீழல்:- இத்தாவரத்தை குடிநீராக பருக அன்றேல் தூளாக்கி உண்ண மேற்கண்ட நோய்கள் சுகமாகும்.

சொறி சிரங்கு:- இதனைத் தூளாக்கி தேங்காய் எண்ணெயில் குழைத்து பூச வேண்டும்.

மேகவியாதிகள் நீங்க:- துர்நடத்தையுடைய ஒருவரைப்பற்றிக் கூறும்போது இவர் செய்த செயலுக்குச் செருப்படி தான் கொடுக்க வேண்டும் என்பது இவருக்கு ஏற்படும் மேக நோய்களை (V.D) செருப்படியே தீர்க்கும் என்பதாலாகும். இதன் இலையையும் சம அளவு வெங்காயத்தையும் 100ml சாறாக எத்தனை முறை கொடுக்கின்றோமோ அத்தனை முறை பேதியாக மேக வியாதிகள் நீங்கும்.

கார்த்திகைப் பூக்கொடி

Gloriosa superba

Eng:- glory lily/super billy

LILIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கலப்பை, வெண்தோன்றி, இலாங்கிலி காந்தள்

இது கார்த்திகை மார்கழி மாதங்களில் பூக்கும் தாவரமாகும். இதன் இலை நுனி பற்றியாக தொழிற்படும். பூக்கள் இலக்கியங்களில் செங்காந்தள் என பெண்களின் விரல்களுக்கு உவமையாக கூறப்படும். இதன் கிழங்கு கலப்பை உருவில் அமைவதால் கலப்பைக்கிழங்கு எனப்படுகிறது. இதன் வேர்கிழங்கில் Colchicine எனும் ஆல்கலாய்டும் நச்சுத்தன்மையுடைய Superbine, gloriosine எனும் ஆல்கலாய்டுகளும் உண்டு. இக் கிழங்கில் 800மில்லிக்கிராம் உட்கொண்டால் 1நாளில் மரணம் சம்பவிக்கலாம். இக்கிழங்கை ஏற்றுமதி செய்து வருமானம் பெறலாம்.

தோல் நோய்கள் நீங்க:- கார்த்திகைக் கிழங்கை கருஞ்சீரகம், காட்டுச்சீரகம், கார்போகவரிசி சேர்த்து அரைத்து தடவ தோல் நோய்கள் நீங்கும்.

பாம்புக்கடி, நஞ்சுநீங்க:- இக்கிழங்கை உப்பு சேர்த்து மோரில் 7நாள், இரவில் ஊறவைத்து பகலில் உலர்த்திவர நச்சு தன்மை நீங்கும். இக்கிழங்கு ஒன்று அல்லது இரண்டைத் தூளாக்கி உள்ளுக்குள் கொடுக்க பாம்பு நஞ்சு நீங்கும்.

அளவுக்கு மீறாமல் இக் கிழங்கை உபயோகிப்பதால் குட்டம், மூலம், வயிற்றுவலி, மலக்கிருமிகள் நீங்கும்.

அதிமதுரம்

Glycyrrhiza glabra

Eng:- Liqvorice

LEGUMINOSAE : PAPILIONACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அதிங்கம், மதுகம், அஷ்டி

இந்தியாவின் வடமேற்குப்பிரதேசங்களிலும் அந்தமான் தீவுகளிலும் ஈரான், ஆப்கானிஸ்தான், துருக்கி, சைபீரியா, அரேபியா போன்ற இடங்களிலும் வளரும் ஒரு செடியின் வேராகும். இது குன்றுமணியின் வேரை ஒத்திருப்பதால் கலப்படம் செய்யப்படுகின்றது. இதன் வேரில் Glycyrrhizin எனும் இனிப்பு கிளைக்கோசைட் உண்டு

வெப்பு நீங்க:- அதிமதுரத்தை வெந்நீரில் அரைத்து வடித்து காலை, மாலை கொடுக்கலாம்.

கூட்டு இருமலக்கு:- அதிமதூரம், கடுக்காய், மிளகு சம அளவில் எடுத்து இளவறுப்பாய் வறுத்துப் பொடிசெய்து தேனில் கொடுக்கலாம். **கூல்மக்கள் குருதிப்போக்கு நிற்க:-** அதிமதூரம், சீரகம் வகைக்கு 15g எடுத்து இடித்து 530மில்லிலீற்றர் விட்டு எட்டில் ஒன்றாக வற்றக் காய்ச்சி காலை, மாலை 3,4 நாள் கொடுக்கலாம்.

பருத்தி

Gossypium herbaceum

Eng:- Cotton plant

MALVACEAE

வேறுபெயர்கள்:- உத்திரி, காற்பாசம், ஆச்சாததபலை

இது எல்லா வெப்பப்பிரதேசங்களிலும் வளரக்கூடிய செடியாகும். சில நாடுகளில் ஆடைத்தொழின் நிமித்தம் பெருந்தோட்டங்களில் பயிர் செய்யப்படுகின்றது. இது அங்கையருவான சோணையுடைய தனியிலைகளைக் கொண்டது. பழம் காற்றினால் பரவும் பொறியமைப்பைக் கொண்டது.

சீதக்கழிச்சல், ழலம் :- 25கிராம் இலைச்சாற்றை பசுவின் பாலில் கலந்து கொடுக்க குணமாகும்.

கட்டி பழுக்க:- இலையை அரைத்து கட்டிகளில் வைத்தக்கட்டி அவை பழுத்து சீழ் வெளியேறும்.

தேள் கடி:- கடுகுடன் இலையை அரைத்து கடிவாயில் பற்றிட சுகமாகும்.

சிறு குறிஞ்சா

Gymnema sylvestre

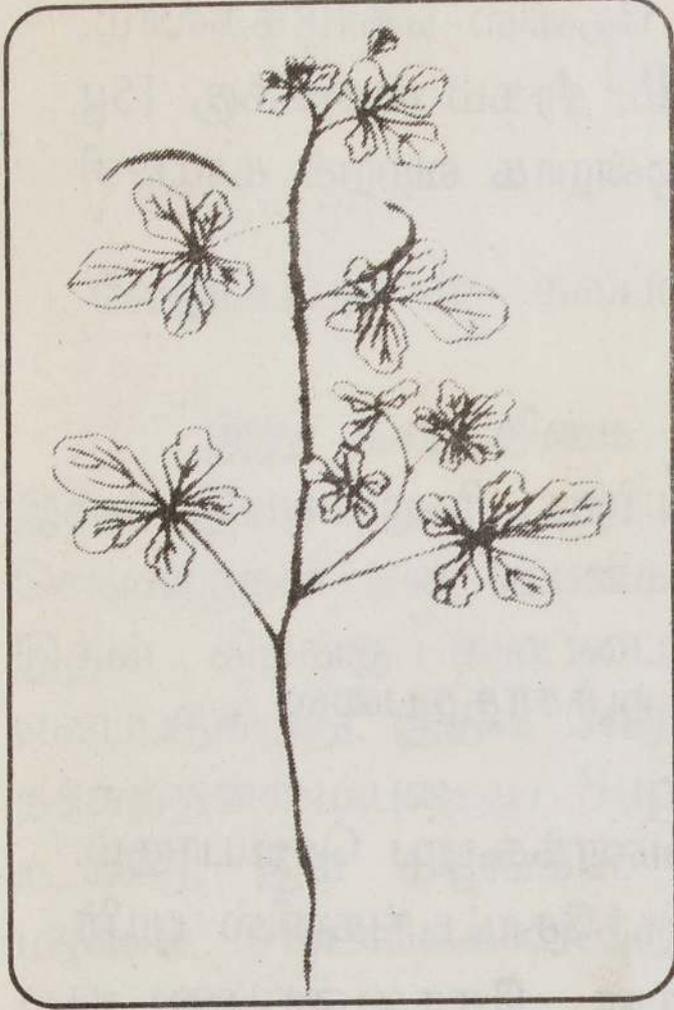
ASCLEPIADACEAE

வேறுபெயர்:- சர்க்கரைக்கொல்லி

இது வெப்பப்பிரதேசங்களில் வளரும் கொடியினம் ஆகும். நீரிழிவு நோயுள்ளவர்க்கு சிறந்த உணவாகையால் சர்க்கரைக்கொல்லி எனவும் அழைக்கப்படுகின்றது. இதன் இலை தடித்த மென்பச்சை நிறமுடைய கூர்நுனியுள்ள நீள்வளைய உருவானதாகும்.

நீரிழிவுக்கு:- இலையை அடிக்கடி உணவில் சேர்க்கலாம். இலைத்தூள், நாவல், விதைத்தூள் சம எடை எடுத்து கலந்து காலை, மாலை 1தேக்கரண்டி வீதம் வெந்நீருடன் சாப்பிடல் வேண்டும்.

நெறிகட்டிகளுக்கு:- இலையை ஆமணக்கெண்ணெயில் வதக்கி வைத்துக் கட்டலாம்.



தயிர்வளை

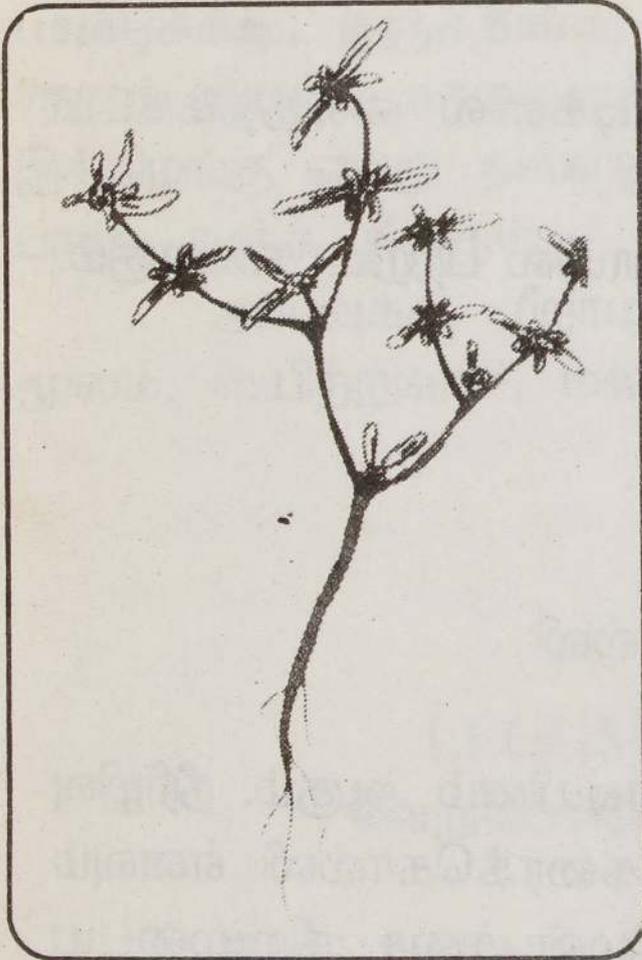
Gynandropsis pentaphylla

CAPPARIDACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பாலையம், விவிதம்

இது சாதாரணமாக தோட்டங்களிலும் தெரு ஓரங்களிலும் காணிகளிலும் காணப்படும் சிறு செடியாகும். இதில் நல்வேளை, நாய்வேளை, தைவேளை எனப்பல வகையுண்டு. தைவேளையின் பூ நீலம் கலந்த வெண்மை நிறத்திலும் இலை சிறைப் பிரிப்பானதாகவும் காணப்படும். காய்கள் 2" வரை நீளமாக குத்தாக காணப்படும்.

இரத்தப் பீநசம்:- முழுத்தாவரத்தின் சாற்றைப் பசுவின் பாலுடன் சீனி சேர்த்துப் பருகிவர குணமாகும்.



காட்டு பற்படாகம்

Hedyotis corymbosa

Oldenlandia corymbosa

RUBIACEAE

இது வெப்பப்பிரதேசங்களில் வளரும் சிறிய செடி. இதன் உயரம், அகலம் என்பன 6 சென்றிமீற்றர் வரையானதே. இதன் நீண்ட, ஒடுங்கிய நாலு அல்லத ஐந்து இலைகள் வட்ட அடுக்கான இலைபொழுங்கில் தண்டுடன் இணைந்திருக்கும் அசப்பில் இம்பூறலை ஒத்தது.

கூலக அழகு நீங்க, கரம் தணிய:- இதைக் குடிநீரிட்டு குடிக்கவேண்டும்.
வியர்வை போக:- பற்படாகத்தை அரைத்து அதனை உடல் முழுவதும் பூசிக் குளிக்க எண்ணெய் சிக்கு, வியர்வை நாற்றம் நீங்கும். அத்துடன் உடல் சூட்டைத் தணித்து கண்களுக்குக் குளிர்ச்சியைத்தரும்.



இம்பூறல்

Hedyotis puberia

H. pubera

Oldenlandia umbellata

Eng:- Chay root

RUBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சாயவேர், சிறுவேர்

இது தெருவோரங்கள், முற்றம், வெற்றுக்காணிகள் எங்கும் காணப்படும் மிகச்சிறிய செடியாகும். இது சிறிய நீண்ட நீள்வளைய இலைகளைக் கொண்டிருக்கும் இதன் பூக்கள் மிகச்சிறிய

வெண்ணிறமானவை. இச்செடி 5,6 சென்றிமீற்றர் உயரம் உள்ளது. இம்பூறல் முழுத்தாவரத்திலும் Olizarine எனும் இரசாயணப் பொருள் உண்டு.

"இம்பூறலைக் காணாது இரத்தம் கக்கிச் செத்தான்"

இம்பூறல் தாவரத்தின் சாற்றை பசும்பாலுடன் கற்கண்டு சேர்த்துக் குடித்துவர இரத்தவாந்தி நிற்கும்.

குருதிவாந்தி:- இதன் வேரினால் செய்யப்படும் லேகியம் குருதிவாந்தியை இரண்டொரு வேளையில் நிறுத்தும்

இரைப்பு, சளை:- இலையைப் பொடியாக்கி இரண்டு பங்கு அரிசிமாவுடன் உணவாக்கி உண்ண மேற்படி நோய்கள் குணமாகும்.

சூரியகாந்தி

Helianthus annus

Eng:- Sun flower

COMPOSITAE / ASTERACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சூரியகாந்தம்

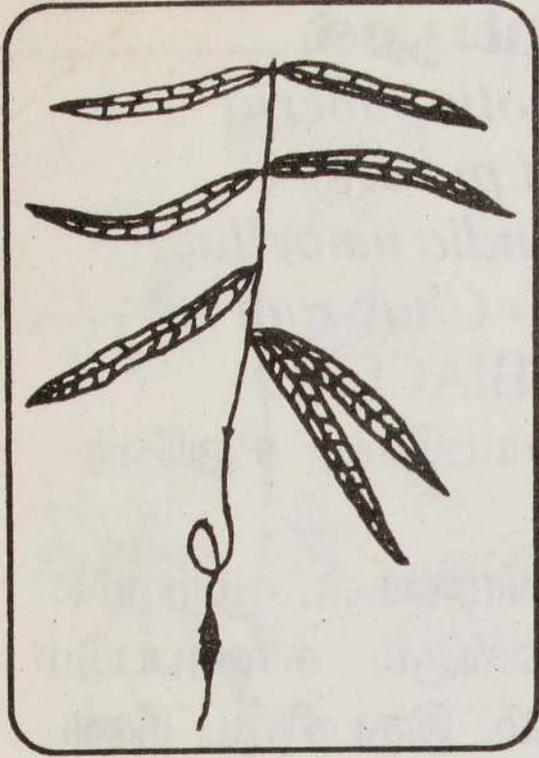
இது தோட்டங்களிலும் காணிகளிலும் எண்ணெய்க்காக வளர்க்கப்படுகின்றது. இந்த எண்ணெயில் கொலஸ்டிரல் இல்லை. அதனால் சமையலுக்கு சிறந்தது. இவ்வெண்ணெய் சவர்க்காரம், தீந்தைகளின் உற்பத்தியிலும் பயன்படுகிறது. சூரியகாந்திப் பிண்ணாக்கு சிறந்த கால்நடைத் தீவனமாகும்.

.....சந்திவறம்

பாரிய வாதம் பருகுநீ ரேற்றமும் போம்

சூரிய காந்திக்குச் சொல்"

பூவைக் குடிநீரிட்டுக் குடிக்க வாதநோய். நீரேற்றம் குணமாகும்.



நன்னாரி

Hemidesmus indicus

Indian sarsaparilla

PERIPLOCAEAE

வேறுபெயர்கள்:- பாதாளமூலி, கிருஷ்ணவல்லி, அங்காரிமூலி

இது தெருஓரங்களில் தானகவே வளரும் கொடியாகும். கரும்பச்சை நிறத்தில் வெள்ளை நரம்புகளைக் கொண்ட ஒடுங்கிய நீண்ட இலைகள்

உள்ள கொடியாகும். இதன் மேற்புறம் கறுப்பாகவும் உட்புறம் வெண்மையாகவும் நல்ல மணத்துடனும் இருக்கும்.

மேகப்படை, செரியாமை நீங்க:- நன்னாரி வேரை வெந்நீரில் ஊறவைத்து தினம் 2,3 தடவை பருக குணமாகும்.

”அங்கா ரிகைமூலி யர்ச்சியத்தோ டுண்ணா நீத்தி

யங்கா ரிகைமூலி யாளுமே - யங்காரி

பற்றாகு”

நன்னாரித் தாவரத்தை (சமூலத்தை) நெய்யில் வதக்கி வடகமாக்கி பத்தியத்துடன் உண்ண வெப்பு வெள்ளை, வியர்வை நாற்றம் போகும்.

வெண்டை

Hibiscus esculentu

Eng:- Lady's finger

இது சாதாரணமாக உணவுக்காகப் பயிரடப்படும் தாவரமாகும். வெப்பவலயங்களில் அதிக அளவில் பயிரிடப்படுகின்றது. இலை சிறைப்பிரிப்புடையது.

வெள்ளை, இருமல், நீர்க்கடுப்பு, கழிச்சல்:- வெண்டைக் காய்ப் பிஞ்சுகளை எடுத்து 5 பங்கு நீர்சேர்த்து 1/2 பங்காகும் வரை வற்றவைத்து அந்நீரைச் சீனிசேர்த்து 1/2 குவளை வீதம் 5.6 முறை கொடுக்கலாம்.

இதன் ஆவியைப் பிடித்துவர தொண்டைப்புண், தொண்டைக்கம்மல் தொண்டை எரிச்சல் மாறும்.

செவ்வரத்தை

Hibiscus rosasinensis

Eng:- Shoe flower

MALVACEAE

வேறுபெயர்:- செம்பருத்தி

இது எங்கும் அழகுக்காக வளர்க்கப்படும் தாவரமாகும். இது பல நிறங்களுடன் ஒற்றை அடுக்குடனும், பல அடுக்குடனும் பல விதங்களில் அமைந்திருக்கும். இதன் பூ உணவாவும் பயன்படுகின்றது.

**”செம்பரத்தை மேகவெட்டை தீரப்பிரமியாடு
வம்பிரத்த வெள்ளை வழுவழப்பும் ~ வெம்பும்
பெரும்பாடு ரத்தபீத்த பேதம் அகற்றும்
கரும்பா மொழிமயலே! காண்”**

இதனால் வெள்ளை, குருதி வெள்ளை, பெரும்பாடு, குருதியழல்நோய் தீரும்.

வெள்ளை:- இலைச்சாற்றை தண்ணீரில் கலந்து குடிக்கலாம்.

வெள்ளை, குருதிவெள்ளை, பெரும்பாடு:- பூவிதழ் ஒரு பங்கு நீர் ஆறு பங்கு சேர்த்து நாலில் ஒன்றாகும்வரை மெல்லிய வெப்பத்தில் வற்றவைத்து வடிகட்டி சீனி சேர்த்து மணப்பாகு செய்து மேற்கண்ட நோய்களுக்குக் கொடுக்கலாம்.

பார்லி

Hordeum vulgare

Eng: -Barley

இது வடஇந்தியாவிலும் இடை வெப்பவலயப் பிரதேசங்களிலும் பயிரிடப்படும் தானிய வகையாகும். இதன் அரிசி முட்டை வடிவில் வெண்ணிறமாகவும் மடிப்புள்ளதாகவும் இருக்கும்.

இருமல் நீர்ளரிச்சுவக்கு:- அரிசியைக் கஞ்சி காய்ச்சி அருந்தலாம். இது சிறு நீரைப் பெருக்கும். நீர் வேட்கையை அடக்கும். செரிப்பை உண்டுபண்ணும்.



ஓரிதழ் தாமரை

Hybanthus erneaspermus

VIOLACEAC

வேறுபெயர்:- இரத்தினபுருஷ்

நிலத்திலிருந்து ஒரு சில சென்றிமீற்றர் உயரத்திற்கே வளரும் மிகச்சிறிய இச் செடியின் இலை நீண்டு ஒடுங்கியதாகும். இதன் பூ ஓரிதழ் உடையதாகையால் ஓரிதழ் தாமரை எனப்படும். பூ மென்சிவப்பு நிறமானது. ஆண்களுக்கு தாது விருத்தியை ஏற்படுத்தும்.

அதனால் புருஷரத்தினம் எனும் கருத்தில் வடமொழியில் இதனை ரத்தின புருஷ் என அழைக்கின்றனர்.

மேக வெட்டை, புண், மண்டை நோய்கள்:- முழுத்தாவரத்தை பச்சைக்கர்ப்பூரம், கோரோசனை, பசுநெய் என்பவற்றுடன் சேர்த்தரைத்து மேலுக்குப்பூசிவர மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

**”சுரத்தைக் கடிந்து சுவாசத்தைப் போக்கி
யுரத்தை யுடலுக்குதவும் - பருத்தவுடல்
வாடாதவைதினமும் வைத்தடிக்கு மேகத்தை
யேடாக கோகனகமே”**

இது சுரம், இரைப்பு ஆகிய நோய்களைப் போக்கி உடலுக்கு வன்மையை தரும் பருத்த உடலை மெலிவிக்கும்.

வல்லாரை

Hydrocotyle asiatica / Centella asiatica

Indian pennywort

UMBELLIFERAE

வேறுபெயர்கள்:- சண்டகி, யோசனவல்லி

இது நீர்ப்பிடிப்புள்ள இடங்களில் படர்ந்து வளரும் தாவரமாகும். இதன் இலையை உண்டுவர ஞாபகசக்தி விரிவடையும். இதன் இலை சிறுநீரகவடிவுள்ளது.

”அக்கர நோய் மாறும் அசலும் வயிற்றிழிவு
தக்கவிரத் தக்கடுப்புத் தானேகும் - பக்கத்தில்
எல்லாரை யுமருந்தென் றேயுரைத்து நன்மனையுள்
வல்லாரை யைவளர்த்து வை”

வாய்ப்புண், கழிச்சல், வயிற்றுக்கடுப்பு, சுரம், இளைப்பு
நோயினாலுண்டாகும் தொண்டைக் கம்மல், யானைக்கால், விரைவீக்கம்,
மேகப்புண், கண்டமாலை, சூதககட்டு போன்ற பல நோய்களும்
குணமாகும்.

இவற்றிற்கு வல்லாரை இலை துளசியிலை, மிளகு என்பவற்றை
சம அளவாக அரைத்து காலை, மாலை 60மில்லிக்கிராம் உட்கொள்ள
வேண்டும்.

யானைக்கால், வாதவீக்கம், விரைவீக்கம், கட்டிகளின்வீக்கம்
என்பவற்றிற்கு:- இதன் இலைச்சாற்றைப் பூசலாம். மூன்று
வேளையும் இலைச்சாறு 4,5 துளி கொடுக்கலாம்.

சிவனார் வேம்பு

Indigofera aspalathoides

LEGUMINOSAE : PAPILIONACEAE

வேறுபெயர்:- காந்தாரி

இது கடற்கரையை அண்டிய பிரதேசங்களில் நிலத்துடன் வளரும்
தாவரமாகும். இதன் தண்டு நீர்த்தன்மையுடையதாக காணப்படும். இதன்
இலை, பூ, தண்டு, வேர் என்பன மருத்துவப் பயனுடையவை.

”குட்டம் சிரங்கு குறைப்புப் பூசமாந்தை
கட்டப் பிணிகள் கழலுமே - திட்டம்
உரனிம்பங் காயத்துக் குண்டாகு மேலை
அரனிம்ப மென்மைருந் தால்”

இதனால் தோலைப்பற்றிவரும் படைகள் நாட்பட்ட புண், சொறி சிரங்கு, பிளவை மந்தம், பாம்பு நஞ்சு என்பன நீங்கும். இலையையும் பூவையும் குடிநீரிட்டு குடிக்க தோல் நோய்கள் விலகும். வாயிலிட்டு சுவைக்க பல்வலி, வாய்ப்புண் நீங்கும். வேரை எண்ணெயில் காய்ச்சி சொறி சிரங்குக்குப் பூசலாம். இதன் வேரை இடித்து வெண்ணெயில் குழைத்து வீக்கங்களுக்குப் பூசலாம். சிவனார் வேம்புத்தைலம் நச்சுப் புண், கரப்பான், சூலை என்பவற்றை நீக்கும்.

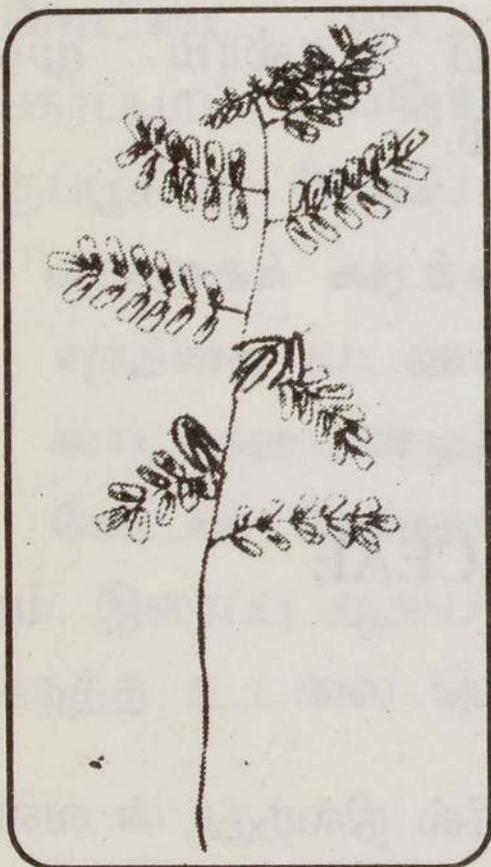
அவுர்

Indigofera tinctoria

Eng:- Indigo Plant

FABACEAE / (LEGUMINOSAE : PAPILIONACEAE) e

வேறுபெயர்:- நீலி



இது காவிளாய்ச் செடிபோல அதனிலும் உயரம் குறைவாக இலைகள் சிறிது கடும்பச்சை நிறத்துடன் தோற்றமளிக்கும். 2" வரை நீளமாக மெல்லிய காய்கள் கொத்துக் கொத்தாக காணப்படும். இச் செடியிலிருந்து நீலம் எடுக்கலாம். இதனைப் பிறநாடுகளுக்கு ஏற்றுமதி செய்யலாம்.

“எல்லா விடங்களுக்கும் ஏற்ற முறிப்பாகும்

பொல்லாச் சுர முர்ச்சை பொங்கு வெட்டை - நிலலாப்

பவுர்தருங் குன்ம முதல் பன்னோ பொழியும்

அவுர்தரும் வேருக்கறி”

எல்லா நஞ்சுகளையும் முறிக்கும், சுரமுர்ச்சை, வெள்ளை, குன்மம் போன்றவற்றைத் தீர்க்கும்.

அவுரியிலையைக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க நஞ்சு, வாதசுரம், காமாலை, மாந்தம், கீல்வாதம் நீங்கும்.

முகட்டை

Ipomoea candidams

Rivea ornata

(CONVOLVULACEAE)

வேறுபெயர்கள்:- பஞ்சி, முகட்டை

இது வேலிகளிலும் வெறும் காணிகளிலும் தானே வளரும் கொடியாகும். இதன் இலை சமையலில் பயன்படுத்தப்படும்.

”மாதே! முகட்டையது வாதமொடு ஐயத்தைத்
தீதே புரிநீரைத் தீர்க்குங்காண் - வேதனை செய்
வன் மலத்தைத் தள்ளும் வறட்சி சொறி சிரங்கைச்
சன்மாறப் போக்கிவிடுஞ் சாற்ற”

இது வாதம், வெள்ளை, நீர்த்தினவு, சிரங்கு, மலச்சிக்கல் போன்றவற்றை நீக்கும்.

இக் கொடியை குடிநீரிட்டு அல்லது பொடி செய்து உட்கொள்ள மேற்கூறிய நோய்கள் நீங்கும்.

இதை அரைத்து எண்ணெய் விட்டுக் காய்ச்சி சொறி, சிரங்கு, நமைச்சல் போன்றவற்றிற்குப் பூசலாம்.

மல்லிகை

Jasminum sambac

Eng:- Jasmine

OLEACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அனங்கம், புருனம்

வீடுகளில் அழகுக்காகவும் கோவில்களில் கிரிகைகளுக்காகவும் பயன்படுத்தப்படும் மலராகும். இது மிகவும் நறுமணமுடையது.

மல்லிகையில் சாதிமல்லி, ஊசிமல்லி, குடமல்லி எனப்பல வகையுண்டு.

இவற்றின் குணத்தில் பெரும் மாறுதலில்லை. காட்டு மல்லி இலை வெண்குட்டத்தைத் தீர்க்கும். மல்லிகை இலையை வாயிலிட்டு மெல்ல வாய்ப்புண் ஆறும். இதன் இலைச்சாறு காலாணியைப் போக்கும்.

ஆமணக்கு

மலையாமணக்கு - *Jatropha curcas euphoreiaceae*

முத்தாமணக்கு - *Ricinus communis*

Castor Oil Plant

EUPHORBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஏரண்டம், சித்திரம், தலருபம்

இவை சிறுமர வகுப்பு குத்துச்செடி வகுப்பு என இருவகைப்படும். சிற்றாமணக்கு, செவ்வாமணக்கு, பேராமணக்கு என்பன சிறுமர வகுப்பைச் சேர்ந்தவையாகும்.

காட்டமணக்கு, எலியாமணக்கு, என்பன குத்துச்செடி இனமாகும். இவை பற்றி அடுத்து குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

கீல்வாய்வு, வீக்கங்கள்:- இலையை ஆமணகெண்ணெயில் வதக்கி மெல்லிய சூட்டுடன் கட்டவேண்டும்.

மலம்போக:- ஆமணகெண்ணெயை காலையில் குடிக்கலாம்.

தோல் உராய்வுக்கு:- ஆமணகெண்ணெய் தடவ எரிச்சல் நீங்கி சுகமாகும்.

ஆமணகெண்ணெய் பொதுவா எல்லா மருத்துவங்களிலும் முக்கியபங்காக உள்ளது.

காட்டாமணக்கு

Jatropha gossypifolia

Jatropha glandulifera

physic nut

EUPHORBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- ஆதாளை, எலியாமணக்கு

ஒரேமாதிரியான, சிறுவேறுபாடுகளை உடைய இரு இனங்கள் இவையாகும். காட்டாமணக்கு பொதுவாக எங்கும் காணக்கூடியது. வெற்றுக்காணிகளில் ஏராளமாகக் காணப்படும்.

இதன் பால், வேர், வித்து மருத்துவப் பயனுடையவை.

காட்டாமணக்காற் கபவாத சூலையுடன்

வீட்டு தலைநோய் வீரகிரந்தி - வாட்டுகின்ற

உண்முலம் போகு முடம்புலர்தல் வெட்டையறுந்

திண்முல தாதுவுமாஞ் செப்பு"

இதன் இலை மேகக்கட்டி, புண், கரப்பான், பீனிசம், குன்மக்கட்டி, சிரங்கு, வாதக்குத்தல், தலைநோய், பெரும்புண், உள்மூலம், வெள்ளை என்பவற்றை நீக்கும் சுக்கில விருத்தியுண்டாக்கும்.

பல்வலி:~ பாலை வலியுள்ள பல்லில் வைக்க பல்வலி குணமாகும்.

காயம்ஆற:~ பாலை காயம்பட்டு இரத்தம் வெளிப்படும் இடத்தில் பூச குருதி நிற்கும். காயமும் ஆறும்.

பிடிப்புக்கு:~ வேரின் பட்டையை அரைத்துப் பற்றிடலாம்.

சுரை

Lagenaria Vulgaris

Eng:- Bottle gourd

இதில் இருகையுண்டு. இனிப்புச்சுரை, கைப்புச்சுரை. கைப்புச்சுரை, பேய்ச்சுரை எனவும் அழைக்கப்படும். இது கறிவகைகளில் ஒன்று. பூசனிபோல் கொடியினமாகும் இதன் இலை, கொடி, காய், விதை மருத்துவப் பயனுடையவை.

காமாலை தீர:~ இதன் இலையைக் குடிநீரிட்டுச் சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்கலாம்.

தலைவலி, கைகால் எரிச்சலுக்கு:~ சுரைக்காயின் சதையை நெற்றியில் வைத்துக்கட்டலாம்.

கண்டமாலை:~ இலைச்சாற்றுடன் எண்ணெய்சேர்த்துக் காய்ச்சி கண்டமாலைக்குப் போடலாம்.

பெருவயிறு, நீர்க்கட்டு:~ கொடியைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

மருதோன்றி

Lawsonia inermis

Lawsonia alba

Eng:- Henna Plant / Tree Mignonette

LYTHRACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அழவணம், சரணம், ஐவணம்

இது எங்கும் வளரும் பெருஞ்செடி அல்லது சிறுமரம். இதன் இலை நீள்வளைய உருவான தொடர் விளிம்புடையது.

இதன் இலை, பூ, வித்து, பட்டை என்பன மருத்துவ குணமுடையவை. இதன் வித்து பில்லி சூனியம், பேய் பூதங்களை விரட்டும் என்று நம்புகின்றார்கள்.

**”மருதோன்றி யின்விதைக்கு மாரில்லி சூன்யம்
விருதாண்ட பேய்பூதம் மேவும்”**

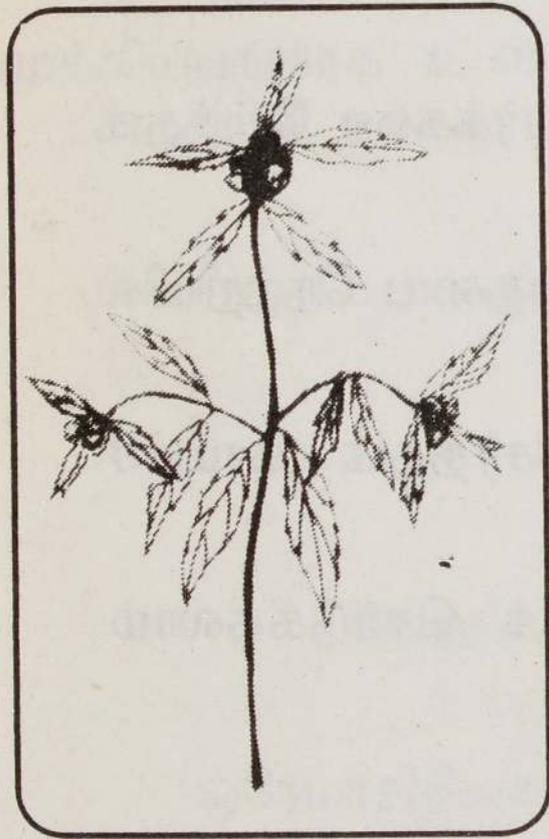
குடைச்சல், தலைநோய், கைகால்வலி, எரிச்சல்:~ இதன் இலையை எலுமிச்சம் சாறுவிட்டரைத்துப் பூசலாம். உள்ளங்காலில் இதனைப் பூசினால் கால் எரிச்சல் போகும்.

நகப்புண், கழுக்கு, புண்:~ இலையை அரைத்துவைத்துக் கட்டலாம்.

மேகச் சொறி படைகள் நீங்க:~ இலையை இரவில் நீரில் ஊறவைத்து காலையில் வடித்துவரும் நீரை தொடர்ந்து காலையில் மாத்திரம் பருக குணமாகும்.

நித்திரை சீராக:~ இதன் பூவை இரவில் தலையணையின் கீழ் வைத்துப் படுக்க உடல் வெப்பம் மாறி நித்திரையுண்டாகும்.

அதிக மாதவிடாய்க் குருதிபோக்கைத் தடுக்க:~ வேர்ப்பட்டையை ஊறற் குடிநீர் செய்து குடிக்கவேண்டும். இந்நீர் காமாலை, கல்லடைப்பை நீக்கும்



முடிதும்பை

Leucas zeylanica

L. aspera

LABIATAE

வேறுபெயர்:- தும்பை

இது எங்கும் வளரும் வெள்ளை நிறப்பூக்களைக் கொண்ட சிறு செடி. இதன் இலைகள் நீண்ட ஒடுங்கியவை. பூந்துணர் சிறு வட்டவுருவாக அமைந்திருக்கும். இதன் இலை பூ என்பன மருத்தவ குணமுடையவை.

தும்பைப் பூவினால் நீர்வேட்கை, முப்பிணிசுரம், கண்நோய் நீங்கும்.

”தாகந் கடிதொழியுஞ் சந்நிபா தங்களறம்

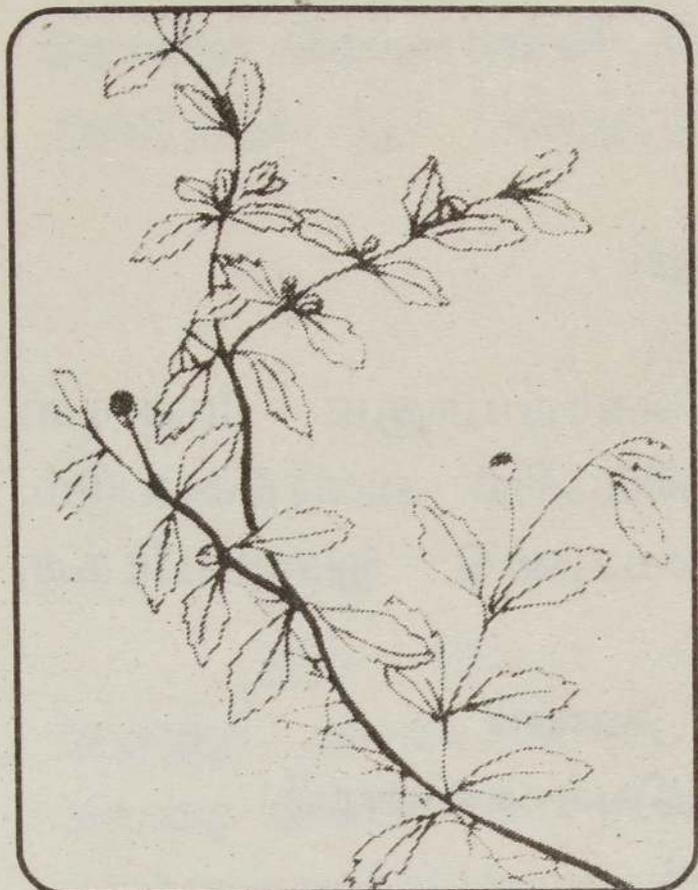
ஆகந் தனில் விழிநோய் அண்டுமோ ~ மாகந்த

வம்பைப் பீ றங்குயத்து மாதே ~ நின்செங்கரத்தால்

தும்பைப் பூத் தன்னைத் தொடு”

பாம்புக்கடிக்கு:~ பாம்புக்கடியினால் உண்டான மூர்ச்சையை நீக்க பூவின் இரசத்தை மூக்கில் பிழிந்து விடவேண்டும். பின் இதனை உள்ளுக்குக் கொடுத்தும் இலைச்சாற்றைக் கடிவாயில் பூசியும் விடவேண்டும்.

நீர்க்கோவை நீங்க:- இதன் பூச்சாற்றைப் பருக கொடுக்க வேண்டும். **தலைப்பாடு, ஒற்றைத் தலைவலி, நீரேற்றம், ழுக்கடைப்பு நீங்க:-** பூவை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி தலைக்குத் தடவிவரவேண்டும்.



பொடுதலை
Lippia nodiflora
Phyla nodiflora
VERBENACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பூற்சாதம், பொடுதிலை

இது ஆறு, குளம், குட்டை, கிணறு இவற்றின் கரைகளில் படர்ந்து வளரும் பூண்டினமாகும். இதன் இலை, காய் என்பன மருத்துவ பயனுடையவை. **"போக்கை அடைக்கும் பொடுதலை"**

ஒரு சட்டியில் சிறிது ஓமத்தை வறுத்து அதனுடன் ஒரு கைப்பிடி பொடுதலை இலையையும் போட்டு வதக்கி சிறிது முலைப்பால் அல்லது நீர்விட்டு மேலும் வதக்கி ஒரு சுத்தமான துணியில் கொட்டி சாறு பிழிந்து சங்களவு 3வேளை புகட்ட குழந்தைகளின் கழிச்சல் நீங்கும்.

உள் மூலம் தணிய:- இலையைச் சமைத்து உண்ண உள் மூலம் தணியும்.

புண், அக்கிப்புண், நெறி, வீக்கம்:- இலையை அரைத்துப் பற்றிட கட்டிகள் பழுக்கும். தொடர்ந்து பூச உடைந்து சீழ்வெளியேறி ஆறும்.

வெட்டை நீங்க:- இலையை சீரகத்துடன் அரைத்துக் கொடுக்கவேண்டும்.

முயற்காதிலை
Ludwigia Parviflora

இது நீர்த்தன்மையுள்ள இடங்களிலும் வயற்கரைகளிலும் படர்ந்து வளரும் ஒரு கொடியினம் ஆகும். இதன் இலை முயலின் காதுபோல் இருப்பதால் இப் பெயர் பெற்றது.

**"பீசத்தெழுந்த பெருவீக்கம் கைகாலில்
வீசிப்பு டைத்த வெறு வீக்கமும் - பேசாமல்
ஏது முயற்கா திலையிருக்கும் ஊரைவிட்டுப்
பாடு மொழிமாதே! பார்**

இதனால் குடலண்ட வீக்கமும் கைகால்களின் கீல் வீக்கமும் நீங்கும். இதனிலையை மிளகுடன் சேர்த்தரைத்துக் கழற்சிக்காயளவு வேர்க்கொம்பு நீரில் கலந்து மூன்று நாள் காலையில் உண்ண வாதநோய் நீங்கும்.

வீக்கம்:- முயற்காதிலையை மேற்கூறிய வீக்கங்களுக்கு அரைத்துப் பற்றிடலாம்.

பீர்க்கு

Luffa acutangula

Ribbed luffa

வேறுபெயர்:- கோசவதி

பீர்க்கு எங்கும் வளரக்கூடிய கொடியாகும். மஞ்சள் நிறப்பூக்களைக் கொண்ட இக்கொடி வேலிகளில் வளர்க்கப்படும். நுரைபீர்க்கு, பேய்ப்பீர்க்கு என இருவகையுண்டு. நுரைப்பீர்க்கு சமையலுக்குப் பயன்படும்.

"பீர்க்கின் காய்கறி பேதமீலா துண்ப

பார்க்கு ளெவர்க்குமாம் பத்தியக் கறியாம்"

பீர்க்கங்காய் மிகச்சிறந்த பத்தியக் கறியாகும்.

புண் ஆற:- இலையை அரைத்துக்கட்ட புண் ஆறும்.

நீரிழிவு:- இலைச்சாற்றை வெதுப்பிக் கொடுக்கலாம்.

மா

Mangifera indica

Eng:- Mango

ANACARDIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சேகரம், கொக்கு, ஆமிரம்

இது வெப்ப நாடுகளில் மிக அதிகமாக பயிரிடப்படும் பெருமரமாகும். இது பழ அமைப்பில் பல வகைப்படும். இதன் இலை, பூ, பிஞ்சு, காய், பழம், வித்து, பட்டை, பிசின் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படும். மாம்பிஞ்சு, சூதப்பிஞ்சு அல்லது மாவடு எனப்படும்.

நீரிழிவுக்கு:- இலைக்கொழுந்தை உலர்த்திப் பொடித்து மூவிரலளவு கொடுக்கலாம்.

தொண்டைக்கட்டு, குரற்கம்மல்:- இலையை தேன் விட்டு வதக்கி குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

வயிற்றுக்கடுப்பு, சீதக்கழிச்சல், குருதிக்கழிச்சல் நீங்க:- மாம்பருப்பைப் பொன்னிறமாக வறுத்து தூளாக்கி 325 - 650mg கொடுக்க மேற்சொன்ன நோய்கள் நீங்கும்.

கால்வெடிப்பு, தேமல், படை:- மாம்பிசினை கால்வெடிப்புக்குப் போடலாம். பட்டைப் பிசினை பழச்சாற்றுடன் கலந்து தேமல் படை என்பவற்றிற்குப் பூசலாம்.

தோலில் வெண்புள்ளி நீங்க:- மாங்கொட்டைப் பருப்பை அரைத்துப் பூச வெண்புள்ளிநீங்கும்.

அறோட்டுக்கிழங்கு
Marantha arundinaceae
Eng:- Arrow root
CANNACEAE

இது எங்கும் வளர்க்கக்கூடிய தாவரமாகும். மஞ்சள் தாவரம் போன்ற அமைப்பில் உள்ள இத்தாவர இலையடிக்காம்புகள் விசிறி வாழை போல் எதிர் எதிராக ஒன்றுன்மேல் ஒன்று அடுக்கப்பட்டிருக்கும். யாழ்ப்பாணத்திலும் நன்கு வளர்க்கூடிய இக் கிழங்கினை அவித்தும் புசிக்கலாம்.

வயிற்றோட்டத்திற்கு:- இக் கிழங்கின் மாவை கூழாக்கிக் கொடுக்கலாம்.

புதினா
Mentha spicata
Eng:- The marsh mint
LABIATAE

வேறுபெயர்கள்:- ஈயெச்சக்கீரை, புதியன்மூலி

இது ஈரப்பிரதேசங்களில் மிக அதிகமாக வளர்க்கூடிய பூண்டாகும். இதன் இலை கரும்பச்சை நிறத்தில் அழுத்தமற்றதாக இருக்கும். இது தென்னிந்தியாவில் முக்கிய கீரைவகையாகும். இவ்விலையின் மணம் எல்லோருக்கும் பிடிக்காது.

காமாலை, வயிற்றுவலி:- இக் கீரையை உலர்த்திக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

கூதக்கட்டைப் போக்கி அதனால் உண்டாகும்வயிற்றுவலி நீங்க:-

இக் கீரையையும் சம எடையாக கற்பூரபுல்லையும் எடுத்து குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க சுகமாகும்.

இக் குடிநீர் தலைவலி வாந்தி சுரம் என்பவற்றை நீக்கி சிறுநீரைப் பெருக்கும்

சவ்வரிசி
Metroxylon sago
Sagus laevus
 Eng:- Sago
 PALMACEAE

இது பனை வகுப்பைச் சேர்ந்த மரத்தின் சோற்றியிலிருந்து தயாரிக்கப்படுகின்றது.

**'மேகமத்தி மேகஞ்சீழ் மேகரத்த மேகமும்போந்
 தேகத்திற் நாதவஞ்சி லேஷமமும்உண் டாகுமெழிற்
 செவ்வரிப்ப டர்ந்த விழித் தேமொழிமா தே யுலகிற்
 சவ்வரிசி யின் குணத்தைச் சாற்ற'**

இதனால் பிரமேகம், எலும்பைப் பற்றிய மேகம், சீழ்மேகம், உதிரமேகம் என்பன நீங்கும். சுக்கிலம் உண்டாகும்.

கழிச்சல், தேகமெலிவுக்கு:- இதன் கஞ்சியைக் கொடுக்கலாம்

தொட்டாற் சுருங்கி
Mimosa pudica
 Sensitive / humble plant

வேறுபெயர்கள்:- இலச்சிகி, தொட்டாற் சுணங்கி

இது வெப்பிரதேசம் எங்கும் காணப்படும் முள்ளுள்ள படரும் பூண்டாகும். இதன் இலை கூட்டிலை அமைப்பைக் கொண்டதுடன் தொட்டவுடன் சுருங்கிவிடும்.

குழிப்புண் ஆற:- இலைச்சாற்றை குழிப்புண்ணில் விட்டு அதன் மேல் ஒரு வெற்றிலையை வைத்துக்கட்டவேண்டும். தினமும் புண்ணைச் சுத்தம் செய்து இவ்விதமே கட்டவேண்டும்.

காணக்கடிவிஷம் நீங்க:- எந்த விஷம் எனத்தெரியாது தேகத்தில் தடிப்பு ஏற்பட்டால் இலைச்சாற்றைத் தடிப்பில் பூசி அரைமணி நேரத்தின் பின் குளிக்கவேண்டும்.

நீரிழிவு:- இதன் இலையையும் வேரையும் உலர்த்திப் பொடித்து 4-8g தூளை பாலுடன் உட்கொண்டுவர நீங்கும்.

பற்படாகம்
Mollugo cerviama
MOLLUGINACEAE
AIZOACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சீதம், பற்படாம

இச் சிறு செடி வெப்பப்பிரதேசம் எங்கும் வளரக்கூடியது. இதன் தண்டுடன் வட்ட அமைப்பில் 4அல்லது5 நீண்ட ஒடுங்கிய இலைகள் இணைக்கப்பட்டிருக்கும். தாவரம் 5 செ.மீ உயரமும் அதேயளவு பரவலாகவும் இருக்கும். மழைகாலங்களில் நீர்தேங்காத இடங்களில் செழித்து வளரும்.

கூரம் தணிய, சூலக அழகுக்கு வெளியேற:- இதை குடிநீரிட்டுக் குடிக்க வேண்டும்.

முட்டுவாதம், வீக்கம்:- இதன் வேரை எண்ணெயில் காய்ச்சி அவ்வெண்ணெயை நோயுள்ள இடங்களில் தேய்க்கலாம்.

நீர் எரிச்சல், கண்எரிச்சல் தீர்:- பற்படாகத்தை நீரில் ஊறவைத்து ஊறலைக் குடிக்கத் தீரும்.

கண்எரிச்சல் நீங்க:- இதனைப் பால்விட்டரைத்து தலைக்குத் தேய்த்துக் குளிக்க கண்குளிர்ச்சியடையும்.

பாகல்

Momordica charantia

காட்டுப்பாகல் - *M. dioica*

நிலப்பாகல் - *M. humilis*

மிதிப்பாகல் - *M. muricata*

Eng:- Bitter gourd

CUCURBITACEAE

வேறுபெயர்கள்:- காரவல்லி, கூரம், சூலம்

இது எங்கும் பயிராகும் கொடியாகும். இதில் பல வகையுண்டு. ஆனால் அவற்றின் மருத்துவ பண்புகள் பொதுவானவை. பாகலின் இலை, காய், பழம், விதை என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

"கரமேகங் காசஞ்சு வாசமிமாடு மூலந்

திர்தோடங் குட்டமீவை தீருங்- கிருமியறம்

மோகப் புணர்நியனு மொய்குழலே! வெம்பிவிழாய்

பாகம் பழத்தையுண்டு பார்"

வெம்பி விழாத பாகற்பழத்தினால் சுரம், வெள்ளை, இருமல், இரைப்பு, மூலம், முக்குற்றம், குட்டம், வயிற்றுப்புழு என்பவை நீங்கும்.

கீரைப்பூச்சி வெளியேற்ற:~ 1/2 குவளை இலைச்சாற்றைக் காலையில் குடிக்கவேண்டும்.

மாலைக்கண்:~ கைப்பியளவு இலையை மிளகுடன் மைபோல அரைத்து கண்ணைச்சுற்றி பூசவேண்டும்.

நீரிழிவு:~ பாகற்காய் நீரிழிவு நோயைக் குறைக்கும்.

நுணா

Morinda tinctoria

Eng:- Indian Mulberry

RUBIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- மஞ்சவண்ணா, தணக்கு, நுணவு, மஞ்சணாத்தி

இது எங்கும் காணக்கூடிய மரம், இதனை மஞ்ச நந்தி என்றும் கூறுவர். பூ வெண்ணிறமாக இருக்கும். இதன் இலை மாவிலை போல் இருக்கும். ஒன்றில் ஒன்று பொதிந்ததுபோல் இருக்கும் இதன் காய் பழுத்தவுடன் கறுப்புநிறமாக இருக்கும். இதன் இலை, காய், பட்டை, வேர் என்பன மருத்துவப்பயனுடையவை.

”நுணாவின் ஊறுகாய் நுகரவே தனையெலாங்

கனாடவி போய்விடுங் காயநன் றாகுமே”

நுணாவை ஊறுகாய் செய்து கற்பமுறையாய்த் தினந்தோறும் புசித்துவர எல்லா நோய்களும் நீங்கும் உடல் வலுக்கும்.

தொண்டை நோய்:~ காயைப் பிழிந்து சாறடுத்துத் தொண்டையில் பூசலாம்.

குழந்தைகளின் வயிற்றுப்போக்குக்கு:~ நுணா விலைக் கொழுந்து ஒரு பிடி கருஞ்சீரகம் ஒருபிடி அளவு எடுத்து கறுக வறுத்து 2அழாக்கு 1அழாக்காக சுண்டக்காய்ச்சி மூன்றுமணிநேரத்திற்கு ஒரு தடவை சங்களவு புகட்ட வயிற்றுப் போக்கு நின்றுவிடும்.

வெண்புள்ளி நீங்க:~ நுணாவிலைக் கற்கம் நல்லெண்ணெய் சமஎடை சேர்த்துக் காய்ச்சி கற்கத்தை உள்ளுக்கும் எண்ணெயை வெளியிலும் பூச வெண்புள்ளி நீங்கும்.

கறி முருங்கை

Moringa oleifera

Eng:- Drum - stick / Horse radish

MORINGACEAE

வேறுபெயர்கள்:- கிரஞ்சனம், சோபாஞ்சனம், தீன் முருங்கை

இது உணவுக்காக வெப்பப்பிரதேசம் எங்கும் பயிரிடப்படுவது.

இதன் முழுப்பாகமும் மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

நாய்க்கடிநஞ்சு நீங்க:- இதன் இலையுடன் இரண்டுபல்லு பூண்டு, ஒரு துண்டுமஞ்சள், உப்பு, மிளகு சேர்த்தரைத்து பற்றிட்டால் புண் ஆறி நஞ்சு நீங்கும்.

தலைவலிக்கு:- இலையும் மிளகும் சேர்த்து அரைத்து நெற்றியில் பற்றிடலாம்.

கண்டமாலைக்கு:- முருங்குவிதை, கடுகு, சணல்விதை, பார்லி சமஅளவு எடுத்து தயிர்விட்டரைத்து கண்ட மாலையில் பூசலாம்.

கரப்பான், சொறிசிரங்கு:- முருக்கம் பட்டைச்சாறு குப்பை மேனிச்சாறு இவ்விரண்டையும் சேர்த்து எண்ணெயில் காய்ச்சி கரப்பான் சொறி சிரங்கு என்பவற்றின்மீது தடவ அவை நீங்கும்.

இரைப்பு, மூட்டுவாதம், முதுகுவலி நீங்க:- வேரின் சாற்றைப் பாலுடன் அருந்தவேண்டும்.

காதுவலி குணமாக:- நல்லெண்ணெயுடன் முருக்கம் பிசினைக் கலந்து காத்தில் விட குணமாகும்.

கறிவேப்பிலை

Murraya koenigii

Eng:- Curry leaf

RUTACEAE

வேறு பெயர்:- கருவேப்பிலை

இது எங்கும் வளரக்கூடிய சிறு மரமாகும் இதன் இலை கறிவகைகளிலும் ரசம் மோர் போன்றவற்றிற்கும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இதனுடைய இலை, ஈர்க்கு, பட்டை, வேர் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படும்

”வாயி் னருசி வயிற்றுளைச்ச னீடுகரம்

பாயுகின்ற பித்தமுமென் பண்ணுங்கான் - தாய

மருவேறு காந்தளங்கை மாதே! உலகிற்

கருவேப் பிலையருந்திக் காண்”

சுவையின்மை, சீதபேதியால் வரும் வயிற்றுளைவு, பழஞ்சுரம், என்பன நீங்கும்.

இதன் இலை, பட்டை, வேர் முதலியவற்றைக் குடிநீரிட்குக் கொடுக்க மேற் கூறிய நோய்கள் நீங்கும்.

வாழை

Musa Sapientum

Eng:- Plantain tree

வேறு பெயர்கள்:- அம்பணம், சுரம்பை, ஓசை, திரணபதி

இது உலகெங்கம் வெப்பவலய நாடுகளில் பயிரிடப்படுகின்றது. இதில் பழத்தின் அடிப்படையில் பல வகையுண்டு வாழையின் முழுப் பாகங்களும் பயனுடையவை

சிறு நீர்க்கல் குடலிற் சீக்கிய பிற பொருட்கள்:- வாழைத்தண்டைக் கறியாக உண்ண இவை வெளியேறும், மலச்சிக்கலை நீக்கும் **குருதீமுளை, வெள்ளை, சீதக்கழிச்சல், எரிவுபோக:-** வாழைப்பூவைச் சமையல் செய்து உண்ணலாம்

பெரும்பாடு நீங்க:- இளம் பூவை பிட்டாக்கிச் சாறெடுத்து பனங்கற்கண்டு சேர்த்துப் பருகலாம் வாழைக்கிழங்கில் ஊறும் நீரை தினமும் காலை மாலை பருகிவர பாண்டு எலும்புருக்கி போன்ற நோய்கள் குணமாகும். **பாம்பு நஞ்சு நீங்க:-** வாழைப்பட்டைச் சாறு 3,4 குவளை பருக மயக்க நிலையை உருவாக்கும் நஞ்சுவிடமும் நீங்கும் நோயாளியை பச்சை வாழை மடலில் படுக்கவும் வைக்கலாம்

தாமரை

Nelumbium speciosum

Sacred Lotus

NYMPHAECEAE

வேறுபெயர்கள்:- அரவிந்தம், கமலம், பதுமம், கஞ்சம், பங்கஜம்

இது குளம் குட்டைகளில் வளரும் கொடியினம் இதில் பூவின் நிற வேற்றுமையைக் கொண்டு வெண்மை செம்மை நீலம் மஞ்சள் என நான்கு வகையுண்டு இந்துக்களும் பௌத்தர்களும் மத வணக்கத்துக்குரிய அம்சங்களுடன் இதனையும் சேர்க்கின்றார்கள். இக் கொடியில் பூ விதை கிழங்குஎன்பன மருத்துவப் பயனுடையவை. வெண்தாமரை சிறந்த பயனுடையது

தாது விருத்தியாக, காதுகேளாமை நீங்க:- தாமரைப் பூவின் மகரந்தப் பொடியுடன் சீனி தேன்கலந்து விடியற்காலையில் பத்தியமாக புசித்து வந்தால் காதுகேளாமை பேடித்தனம் ஆண்மையின்மை நீங்கும் **இரத்தம் விருத்தியாக:-** வெண்தாமரை இதழ், வல்லாரை, காமப்பூ தனித்தனியே உலர்த்தி சம எடை எடுத்து சேர்த்து நன்றாக தூளாக்கி

துணியில் சலித்து தினசரி காலை மாலை 50 சத நிறையளவு எடுத்து பசும்பாலில் கலந்து சாப்பிட வேண்டும்

கண் எரிச்சல் குணமாக:- வெண்தாமரை இதழைப் பொடிசெய்து அதில் 50 சதநிறையளவை பால் சீனி சேர்த்து காலையிலும் மாலையிலும் பருகினால் கண் குளிர்ச்சியாகும் கண்பார்வை தெளிவாகும்.

மூலம் சிறநீர்க் கல்லுக்கு:- தாமரைக் கிழங்கை அவித்து கறி செய்து சாப்பிடவேண்டும்

அலர்

Nerium odorum,

N, indicum N, oleander

Eng:- The oleander

APOCYNACEAE

வேறு பெயர்கள்:- கணவீரம், சுரவீரம், கத்தூரிப்பட்டை

இது பெருஞ்செடி வகுப்பைச் சேர்ந்தது பூவின் நிற அடிப்படையில் வெள்ளை சிவப்பு மஞ்சள் என வகுப்புக்களாகவும் ஓர் அடுக்கு பல அடுக்கு என இதழ்களின் அடிப்படையிலும் வேறுபடும். இவை அனைத்தும் குணத்திலும் இயல்பிலும் அதிகம் வேறுபடாதவை. இவை எங்கும் வளரக் கூடியவை. வேர்ப்பட்டையில் Neriodorin, Nerioderin, Karadin எனும் நச்சுக் குளுக்கோசைட்டுக்கள் உள்ளன. இதில் Karadin இருதயத்தை பாதிக்கும் நஞ்சு (Cardiac Poison) ஆகும் அத்துடன் Cortenierin, Odorin எனும் குளுக்கோ சைட்டுக்களும் உள்ளன

இதன் 16கிராம் வேர் அல்லது வேர்ப்பட்டையால் 1, 11\2 நாளில் உயிரிழப்பு ஏற்படலாம்.

காதில் வடியும் சீழ், காதுவலி, காதுப்புண் என்பவற்றுக்கு:- வேர்ப்பட்டையை நல்லெண்ணெயுடன் காய்ச்சி ஆறியபின் அதில் 2.3 துளி காதில்விட குணமாகும்.

புகையிலை

Nicotiana tabacum

Tobacco

SOLANACEAE

வேறு பெயர்கள்:- பிரமபத்திரி, கணானந்தி, பிரமம்

இது வர்த்தகப்பயிராக இலங்கை, இந்தியா போன்ற எல்லா இடங்களிலும் பயிராகின்றது இதில் நிக்கொட்ரீன் (Nicotine) எனும் நஞ்சுப் பொருள் உண்டு எனினும் புகையிலைக்கு மருத்துவ பண்புகளும்

உண்டு.புகையிலையிலிருந்து பெறப்படும் உப்பு ஈரல்நோய், பெருவயிறு, நீர்க்கட்டு என்பவற்றைத் தீர்க்கின்றது. புகையிலையின் காம்புகளை நன்றாக உலர்த்தி சுட்டுப்பெற்ற சாம்பலில் 4 பங்கு நீரைக்கலக்கி 3 நாள் வெயிலில் வைத்துநீரைவடித்து மிகுதியை வறறும்வரை காய்ச்சி வெயிலில் வைக்க உப்பாகும். இது வெண்ணிறமாக இல்லாதுவிட்டால் திரும்பவும் நீர் விட்டு முன் போலச் செய்ய இறுதியில் வெள்ளை உப்பு பெறப்படும் இவ்வுப்பு மேற்குறிப்பிட்ட நோய்களைத் தீர்க்கும்.

புண் ஆற:~ புகையிலையை சுட்ட சாம்பலை வெண்ணையுடன் கலந்து புண்ணில் பூச புண் உலரும்

கருஞ்சீரகம்

Nigella sativa

Eng:- Black cumin \ Small fennel

RANUNCULACEAE

வேறு பெயர்கள்:- அரணம் உபகுஞ்சிகை

இது வடஇந்தியாவிலும் மத்திய இந்தியாவில் சில பிரதேசங்களிலும்பயிரிடப்படும் தாவரத்தின் விதையாகும் இது மூன்று விளிம்புகளைக் கொண்டகருமைநிறமான விதையாகும் இதன் விதை மருந்து வகைகளுடன் பயன்படுத்தப்படும்

”கருஞ்சீ ரகத்தான் கரப்பினாடு புண்ணம்

வருஞ்சிராய்ப் பீநசமு மாற்றம் ~ அருந்தினால்

காய்ச்சல் தலைவலியுங் கண்வலியும் போமுலகில்

வாய்ச்ச மருந்தெனவே வை”

மண்டைக்கரப்பன், புண், வெப்பு, தலைநோய், கண்நோய், சிரங்கு, வயிற்றுப்பொருமல், ஓங்காளம், வீக்கம், காமாளை என்பவற்றிற்கு மருந்தாகும்

கரப்பான் சிரங்கு:- விதையை அரைத்து நல்லெண்ணையுடன் பூசலாம்

பவள மல்லி

Nyctanthes atbor – tristis

Eng:- Night Jasmine

OLEACEAE

இது சிறு மரமாகும் வீடுகளில் இதை வளர்ப்பார்கள் காடுகளிலும் தானே வளரும் நறுமணத்தையுடைய வெண்மை நிறமான பூவின் காம்பு பவள (செம்மஞ்சள்) நிறமாக இருக்கும் இதன் இலை கரும்பச்சை நிறத்துடன் சொர சொரப்பாக இருக்கும் இதன் இலை வேர் விதை மருத்துவப் பயனுடையவை

கரம் தீர்:~ இலைக் கொழுந்தை இஞ்சியுடன் அரைத்து தினம் இரு வேளை கொடுக்கத் தீரும்

புழுவிழ :~ இலைச்சாற்றுடன் சிறிது உப்பும் சிறிது தேனும் கலந்து கொடுக்க புழுக்கள் விழும்

தலையில் ஏற்படும் சொறி சிரங்கு நமைச்சல் தீர்:~ விதையை பொடிசெய்து எண்ணையுடன் கலந்து தலைக்குத்தடவிவர குணமாகும்
மேகம்நீங்க:~ வேரை அரைத்துப் பாலில் கொடுக்க வேண்டும்

அல்லி

Nymphaea pulescens

Nymphaea stellata

Eng:- Water lilly

வேறுபெயர்கள்:- குமுதம் கைவரம்

இது குளம் குட்டைகளில் ஏராளமாக காணப்படும் நீர்த்தாவரமாகும் வெண்மை செம்மை ஆகிய நிறங்களில் மலரும் பூ நிறத்தால் வேறுபட்டிருப்பினும் இவை ஒத்த குணமுடையவை ஆகும்

மேக அனல் தாகம்:~ கிழங்கை உட்கொண்டால் வெப்ப நோய்கள் தீரும்

நீரிழிவு குணமாக:~ கைப்பிடி அளவு அல்லி இதழ்களுடன் கைப்பிடியளவு ஆவர இதழ்களையும் எடுத்து 112 குவளை நீர் விட்டு 1 குவளையாக வற்றக் காய்ச்சி சீனி சேர்த்து காலை மாலை தொடர்ந்து பருகிவர வேண்டும்.



கஞ்சாங் கோரை

Ocimum americanum

Ocimum canum hoary basil

LAMIACEAE \ LABIATAE

Eng:- Hoary basil

இது மாரிகாலங்களில் காணிகளில் நிறைந்து காணப்படும் செடி வகையாகும். இச் செடி மாரிகாலங்களில் நுளம்புத்தொல்லை நீங்க புகை போடுவதற்குப் பயன்படுத்தப்படும்

உடல் உரோமங்களில் ஏற்படும் பேன் நீங்க:~ கஞ்சாங்கோரையைக் கதிருக்களுடன் 50 சத

நிறையளவு எடுத்து வசம்புடன் அரைத்து உடலில் பூசி 114 மணித்தியாலத்தின் பின் குளிக்கவேண்டும்

குழந்தைகளின் மாந்தம், இருமல் கரம்:~ இதன் இரசத்தை குழந்தைகளுக்குப் புகட்ட வேண்டும்

திருந்நறுப்பச்சை

Ocimum basilicum

Eng:-Sweet Basil

LABIATAE

வேறுபெயர்கள்:- உருத்திராச் சடை,கற்பூரத்துளசி, பச்சைசப்ஜா

இது இலங்கையிலும் இந்தியாவிலும் பயிரிடக்கூடிய செடியாகும் இலையிலிருந்து நறுமணமான எண்ணெய் எடுக்கப்படுகின்றது.

சீதக்கழிச்சல், மேகம் தீர்:- நீரில் ஊறவைத்த விதைகளை சீனியுடன் சாப்பிடலாம்.

காது நோய்:- இலைச்சாற்றை காத்தில் விடலாம்

துளசி

Ocimum sanctum

Eng:- Sacred basil

LABIATAE

வேறுபெயர்கள்:- இராமதுளசி கிருஸ்ணதுளசி

இது கோயில்களிலும் வீடுகளிலும் வளர்க்கப்படும் செடியாகும் இதன் இலை காரமும் மணமுமுடையது இதில் துளசி, கருந்துளசி, செந்துளசி எனப்பட வகைகள் உண்டு இவற்றில் பல மருத்துவ இயல்புகளுக்க ஒத்தன இதில் கருந்துளசி சிறப்பு மிக்கது. இதனை வைணவர்கள் வீட்டில் வளர்த்து வழிபடுவர் வெண்துளசியை சைவ மக்கள் வைத்து வழிபடுவர் இவை விஷ ஜந்துக்களை அணுகவிடாது குழந்தைகளின் நெஞ்சுக்காயம், ஜலதோசம், காய்ச்சல், மூக்கடைப்பு, மாந்தம்:- ஒரு பாத்திரத்தில் துளசியை வேடு கட்டி அதில் பசும்பாலை ஊற்றி அது வடிந்தவுடன் இரண்டு கைப்பிடி துளசியிலை போட்டு பிட்டவியல் அவிக்க வேண்டும் பின் இவ்விலையை கையில் வைத்து கசக்கிப் பழியவரும் சாற்றை வடிகட்டி அதனுடன் கோரோசனை சேர்த்து 1 நாள் குழந்தைக்கு அரைச்சங்களவு கொடுக்கலாம் எனக் கூறப்படுகின்றது குழந்தைகளின் வயதிற்கு ஏற்ப ஒரு சங்குவரை அளவை அதிகரிக்கலாம்

அடிக்கடி வாந்தியிருத்தல்:- துளசியிலையை கையில் வைத்து கசக்கி 5துளி சாற்றுடன் 5துளி தேன் கலந்து குழந்தைகளின் நாவில் தடவினால் வாந்தி நிற்கும்

காது வலிக்கு:- குழந்தையின் காதில் 1 துளி துளசியிலைச் சாற்றை விட்டு பஞ்சினால் மூடவேண்டும்

சளி அகற்ற:- துளசியிலை குப்பைமேனியிலை என்பவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் 8துளி சாறடுத்து சங்கில் விட்டு கொஞ்சம் வெந்நீர் கலந்து குழந்தைகளுக்கு புகட்ட முழுச்சளியும் வெளியே வந்துவிடும் குழந்தைக்குக் கொடுக்கும் பசும்பாலில் துளசியிலைகளை போட்டு காய்ச்சிக் கொடுத்தால் நோய்கள் அணுகாது

மாலைக்கண் குணமாக:- துளசிச் சாற்றில் ஒவ்வொரு கண்ணுக்கும் இரு துளியாக காலை மாலை தொடர்ந்து விட்டுவந்தால் மாலைக்கண் குணமாகும். துளசிச்சாற்றைத் தினமும் காலையில் இவற்றின் மீது பூச வேண்டும்

ஒதி

Odina wodier

வேறுபெயர்கள்:- மோதகம், உதி.

இது எங்கும் வளரக்கூடிய பெருமரம், வேலிக்கும் நாட்டுவார்கள் இதன் இலை, வேர், மரப்பட்டை, பிசின் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படும்

“புண்புரைகி ராணிரத்தப் போக்கதீசா ரங்கடுப்புந்
திண்பொறுதா கஞ்சோயஞ் சீதளமும் - நண்பில்
அதிவிரவாய்த் தாண்டு மணங்கே! பருத்த
ஒதிமருந்தின் வேருக்கிகாதுங்கி”

இதன் வேர் புண், புரை, கழிச்சல் வகைகளை விலக்கும் **வீக்கம் குணமாக:-** இலையை மிளகுடன் சேர்த்தரைத்துக் கட்டவேண்டும்.

பெரும்பாடு, வெள்ளை சுகமாக:- இதன் பட்டையைக் குடிநீரிட்டுக் குடிக்கலாம்.

இருமல் குணமாக:- இதன் பிசினைப் பொடி செய்து 400 மி.கிராம் கொடுக்க குணமாகும்

நாகாதாளி
Opuntia dillenii
 Eng:- Prickly pear
 CACTACEAE

வேறுபெயர்:- சப்பாத்துக்கள்ளி

இது எங்கும் தானே வளரும் கள்ளியினமாகும். எமது உணவில் கத்தரிக்காய்க்கு உள்ள முக்கியத்துவத்தைப் போல் மெக்சிக்கோ போன்ற நாட்டு மக்களின் அன்றாட உணவிலும் நாகதாளி பிரதானமானது. இதன்காய் பழுக்கும்போது செந்நிறமாகும். பழம் இனிப்பானது. நாகதாளி இலைத்தொழிற்றண்டாகும்.

**”செந்துவி டங்கள் செடிவிடங்க ளெத்தொலைக்கும்
 நொந்திடச்செய் வாதத்தை நூறுங்காண் - முந்தவெகு
 வேகமா லிக்குமடி வேல்விழிமாதே! பனைத்த
 நாகதா ளிக்குணத்தை நாடு”**

இது நஞ்சுகள் வாதத்தினால் ஏற்படும் நோய்களைப் போக்கும். **புண், கண்நோய்:-** முட்களகற்றிய சதைப்பகுதியை புண்ணில் கட்ட புண்மாறும், கண் நோய்களுக்கும் கண்ணில் கட்டலாம். **இருமல், வெள்ளை தணிய:-** பழச்சாற்றில் செய்யப்படும் மணப்பாகு இருமல் வெள்ளை நோய்களை தீர்க்கும்.

நெல்
Oryza sativa
 Eng:- Paddy
 GRAMINAE

வேறு பெயர்கள்:- தோரை, வை, சாலி

இது ஆசிய நாடுகளில் மிகுதியாகவும் வேறு பல நாடுகளில் ஓரளவாகவும் உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றது நெற்பொரிக் கஞ்சி உணவைச்சீரணிக்க முடியாத அளவுக்கு நோய் வாய்ப்பட்டவர்க்கு உணவாக அமைகின்றது **வாந்தி விக்கல் போக:-** நெல்லின் வேரைப்பிடுங்கி கழுவி குடிநீரிட்டுக்கொடுக்க வாந்திவிக்கல் நீங்கும்.

புளியாரை

Oxalis esculentum

Eng:- Wood sorrel

OXALIDACEAE

வேறு பெயர்கள்:- புளிக்கீரை கொடிப்புளியாரை

இது வெப்பப்பிரதேசங்களில் ஈரலிப்பான இடங்களில் ஏராளமாகக் காணப்படும் படர் கொடியினமாகும் இது கீரையாக சமைத்து உண்ணப்படுகிறது இதனை உண்பதால் வாதம் சம்பந்தமான நோய்கள் மூலநோய்கள் என்பன சுகமாகும்

சுரம் குணமாக:- இதன் இலையை குடிநீரிட்டுக் குடிக்கலாம்
தாமரைமுள் பாவுணணி மறைய:- இலைச்சாறு மிளகுப்பொடி வெண்ணெய் என்பவற்றைக்கலந்து பூச இவை நீங்கும்
சீதபோதி நீங்க:- இலையைப் பசுமோரில் வேக வைத்துக் கொடுக்கலாம்.

அபின்

Papaver somniferum

Opium

PAPAVERACEAE

வட இந்தியப் பிரதேசங்கள், துருக்கி போன்ற இடங்களில் வளர்க்கப்படும் போத்தக்காய் எனப்படும் கசகசாச் செடியின் காயைக் கீறி அதிலிருந்து வடியும் பால் உறைந்தபின் அபின் ஆக சேகரிக்கப்படுகின்றது. அபினின் Morphine, Codeine, Thebaine, Narcotine, Papaverine என 25 வகை ஆல்கலாய்டுகள் உண்டு Morphine அல்கலாய்டிலிருந்து Mor- phine எனும் வலியை நீக்கி உறக்கத்தை ஏற்படுத்தும் ஊசி மருந்தும் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது சிறந்த வலி நிவாரணியாக Pathidine எனும் ஊசிமருந்து அபினிலிருந்து தயாரிக்கப்படுகின்றது. எனினும் அபினை அதிகம் பயன்படுத்துவோர் நரம்புத்தளர்ச்சிக்கு ஆளாவார் சில சமயம் நஞ்சுத்தன்மை அதிகரித்து இறப்பர்.

வரகு

Paspalum lumentaceum

Eng:- Monocot

GRAMINAE

வேறு பெயர்:-கோத்திரவம்

வெப்பப்பிரதேசங்களில் வளர்க்கப்படும் ஓர் உணவுத்தானியம் வெண்மையான அரிசி கறுப்பு உமியால் மூடப்பட்டிருக்கும் இச் சுவையான உணவரிசி தற்போது காணக்கிடைப்பதரிது இவ்வரிசி சுவையானதும் இலகுவில் சமிபாடடைவதுமாக உள்ளதால் சிறு குழந்தைகளுக்கு களியாக்கி ஊட்டுவார்கள் கள்ளி வகைகளில் இருந்து சாற்றை வரகு வைக்கோலில் வாட்டியே எடுக்கின்றார்கள்

கொடித்தோடை

ஊதாப்பூ :- *Passiflora caerulea*

வெண்பூ :- *Passiflora edulis*

Eng:-Passion Fruit

PASSIFLORACEAE

பொதுவாக எங்கும் வளர்க்கக்கூடியது இக் கொடியின் இலை மூன்று சிறைப் பிரிப்புள்ள அங்க உருவானது இதன் பழம் மஞ்சள் நிறமாகவும், செம்மை கலந்த மஞ்சள் நிறத்திலும் காணப்படும் இப் பழம் ஊட்டம் மிக்கது அத்துடன் உடலுக்குக் குளிர்ச்சியைக் கொடுக்கும் நாவறட்சியைப் போக்கும் இதன் இலையில் அயடின் அதிகமாக உள்ளதால் இளம் இலைப்பகுதியை சுண்டல் செய்து சாப்பிட கண்டல் கழுலை போன்ற நோய்களை தவிர்க்கலாம்.

பாவட்டை

Pavetta indica

Jungle ceranium

RUBIACEAE

வேறு பெயர்கள்:- வெட்பாவட்டை, வெட்சி

இது 11\2 மீற்றர் வரை வளரும் குத்துச் செடியாகும் இவை கொய்யா இலைபோல ஆனால் அழுத்தமாக கறுப்புப் பச்சை நிறமாக இருக்கும் பூக்கள் சிறியவைஒரு கொத்தில் 75 - 100 பூக்கள் காணப்படும்

இவை வெண்மை, மஞ்சள், இளஞ்சிவப்பு என பல வண்ணத்தில் இருக்கும் இதன் இலை காய் வேர் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன. இதன் இலையை குடிநீரிட்டுக் குடிக்க வாதநோய்கள் வரட்சி என்பன நீங்கும் காயை வற்றலிட்டு அல்லது கறியாக சமைத்துண்டால் சீதக்கடுப்பு கழிச்சல் சுரம் என்பவை நீங்கும்

மூலம் சுருங்க:~ வேரைப் பொடியாக நறுக்கி ஆவியில் அவித்து ஆசனவாயில் வைத்துக் கட்டலாம்

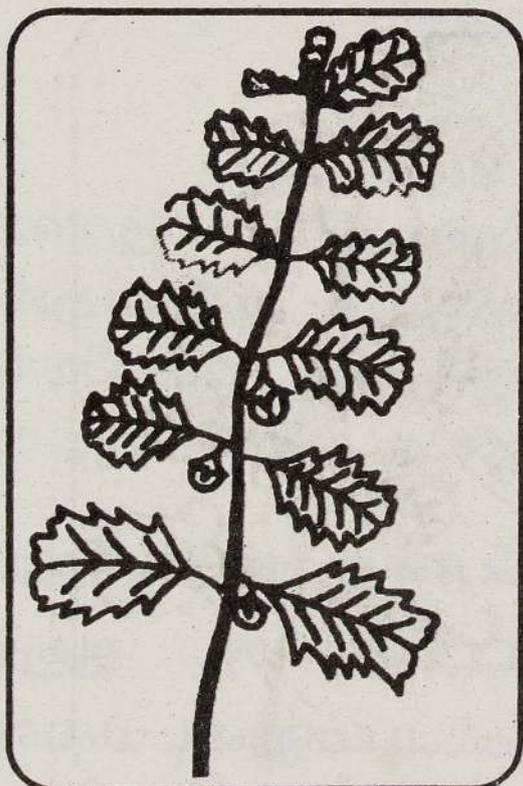
சோகை நீங்க:~ வேரை குடிநீரிட்டு மூன்று வேளையும் சீனியுடன் அருந்த வேண்டும்

வெள்ளைய்நோய்க்கு:~ பூவை அரைத்து வெள்ளாட்டுப் பாலுடன் அல்லது மோருடன் கொடுக்கலாம்

வெட்டொட்டி
Pavonia hastata
MALVACEAE

வேறு பெயர்:-வெட்டறாமூரி

இது தெருஓரங்களிலும் காணிகளிலும் சடைத்து வளரும் சிறு செடி சிறிய மஞ்சள் நிறப்பூக்களைக் கொண்டிருக்கும் இலையின் விளிம்புகள் அழுத்தமற்றிருக்கும் இதனைச்சிலர் நிலவேம்பு எனத்தவறாக அழைப்பர் உடன் காயங்களுக்கு வெட்டொட்டியை அரைத்துப் பூசலாம்



ஆனை நெருஞ்சி
Pedaliium murex
PEDALIACEAE

இது தடித்த சாம்பல் பச்சை நிறமுடைய வளைந்த விளிம்புடைய தனி இலைகளைக் கொண்ட பூண்டாகும் இதன் காய் சாதாரண நெருஞ்சியின் காயை விடப்பெரியவை இதன் காயிலுள்ள முட்கள் குத்தி யானைக்கும் நோவு ஏற்படும் எனக் கூறுகின்றார்கள்.

மேக வெள்ளை குணமாக:~ கைப்பிடியளவு இலையை எடுத்து இரு குவளை நீர் விட்டு ஒரு குவளையாக வற்றக் காய்ச்சி காலையிலும் மாலையிலும் பருகுதல்

வெப்பம் தணிய:~ ஆனை நெருஞ்சி இலையை அரைத்து பாக்களவை காலையில் பசுப்பாலில் கலந்து பருகலாம் குழந்தைகளின் குளிர்மைக்காக இலையை அரைத்து அதனைப் பூசி முழுக்காட்டுவார்கள்

பயறு

Phaseolus mungo

Eng:- Green gram

LEGUMINOSAE

வேறு பெயர்:-முற்கம்

இதுவும் அவரையினத் தாவரமாகும் இதில் எலிப்பயறு, தட்டைப்பயறு எனப் பல வகையுண்டு காயாக இருக்கையில் பச்சையாகவும் காய்ந்த பின் பயற்றங்காய் கறுப்பு நிறமாகவும் இருக்கும் **பித்தக் கொதிப்பு:**~ பித்தமுடையவர்கள் பச்சைப்பயிற்றை அவித்து அதன் நீரை வெறும் வயிற்றில் பருகவேண்டும் **குளிர்ச்சிக்கு:**~ பச்சைப்பயறை அரைத்து முழுகினால் தலை சுத்தமாவதுடன் தலையும் கண்ணும் குளிர்ச்சியடையும்.

உழுந்து

Phaseolus sativus

Eng:- Black gram

வேறு பெயர்:- மாடம்

இது எங்கும் பயிரிடக் கூடிய அவரையினத் தாவரம் **வீக்கத்திந்து:**~ வேரை அரைத்து சூடாக்கி வைத்துக் கட்டலாம் **வாத நோய்:**~ உழுந்தை ஊறவைத்து அதிலிருந்து பெறப்படும் எண்ணெயைப் பூசலாம்

பேர்ந்து

Phoenix dactilifera

Eng:- Date palm

PALMACEAE

இது மத்திய கிழக்கு வட ஆபிரிக்கா போன்ற நாடுகளிலும் இந்தியாவின் ராஜஸ்தான் பிரதேசத்திலும் பயிரிடப்படும் மரம் ஆகும் ஈந்தைப்போன்றே இதன் பாகங்களும் மருத்துவப்பயனுடையவை. இப்பழத்தைத் தொடர்ந்து சாப்பிட பித்தம் நீர்க்கோவை நீர்வேட்கை மதுமேகம் மலபந்தம் ஆகியவை நீங்கும்.

”பேர்ச்சுத் தன்குருத்தைப் பேணியே தின்பவருக்

கீர்ச்ச குன்மவல யேகுங்காண்”

பேர்ச்சம் குருத்தை உண்டால் குன்ம நோய் அகலும்

ஈந்து

Phoenix sylvestris

Eng:- Small date/ Indian Date Palm

PALMACEAE

ஈந்து இலைநுனி மிகவும் கூர்மையான, வறண்ட பிரதேசங்களில் வளரும் ஒற்றையிலைத் தாவரமாகும் இதன் பிசின் விதை கள்குருத்து வெல்லம் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

சிறுநீர் ரோகங்கள்:- சிறிது பிசினை நீரில் கலந்து பருக சிறு நீர் ரோகங்கள செமியாக்கழிச்சல் என்பன நீங்கும்

கண்ணீல் வீழும் பூவிற்கு:- விதையை பால் அல்லது தண்ணீரில் தேய்த்து அதனைக் கண்களில் தீட்டலாம்

“சிறியவீச் சுக்குருத்தைத் தின்றால் வயிற்றின் மறியுதிர வாயு வறம் வாழ்த்து”

குருத்தை உண்பதால் பெண்களுக்குண்டாகும் உதிரச்சிக்கல் நீங்கும்.

தவசி முருங்கை

Phyllanthus

EUPHORBIACEAE

பொதுவாக எங்கும் வளர்க்கக் கூடிய செடியினம். 1.5m வரை உயரமானது. இதன் இலை காய் என்பன கறியாகப் பயன்படுகின்றன.

“தவசியி் னதண்மறிக் தயிரினி லுண்டிட வவசிய ரெமல்கடி யறமிது நிச்சயம்”

தவசி முருங்கைப்பட்டையை அரைத்து வெள்ளாட்டுத் தயிருடன் கலந்து உட்கொண்டால் எலிக்கடி நஞ்சு நீங்கும்.

அடிப்பட்ட இரத்தக்கட்டி கரைய:- தவசி முருங்கை இலையை மைபோல் அரைத்து இரத்தக்கட்டி மீது தடிப்பாக தொடர்ந்து பூசு மூன்று நாளில் கரையும்.

அருநெல்லி

Phyllanthus distichas

Eng:- Star gooseberry

EUPHORBIACEAE

வேறு பெயர்:- சிறுநெல்லி

இது வெப்பப் பிரதேசங்களில் வளர்க்கப்படும் சிறுமரமாகும் இதன் காய்களின் மேற்புரங்கள் முழுமையான கோளமாக அமையாது உயர்வு தாழ்வுகளுடன் அமைந்தருக்கும் இதன் காய் உணவுடன் சம்பல்

ஊறுகாய்போன்றவையாக உண்ணப்படுகின்றது. மேலும் பழப்பாகு பழச்சாறு என்பனவும் இதிலிருந்து தயாரிக்கப்படுகின்றது இதன் இலை காய் வேர் என்பன மருத்துவப்பயன்உடையன.

காமாலைநீங்க:~ இதன் இலையை அரைத்து பாக்களவை ஒரு குவளைமோரில் கலந்து காலையில் மாத்திரம் பருக வேண்டும் உப்பு நீக்கி பத்தியமாக இருக்கவேண்டும்

வாந்திநீர்க:~ அருநெல்லி வற்றல் சீரகம் நெற்பொரி திப்பிலி வகைக்கு 1 ரூபா நிறை எடுத்து குடிநீர் செய்து குடிக்கலாம்.

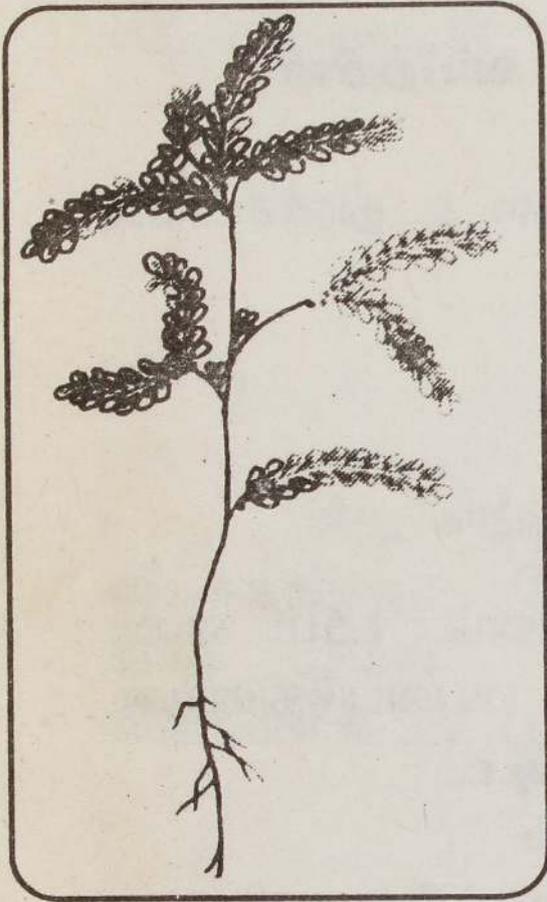
கீழ்க்காய் நெல்லி

கீழ்க்காய் நெல்லி- *Phyllanthus niruri*

சிகப்புக்காய்நெல்லி- *Phyllanthus nivosu*

EUPHORBIACEAE

வேறு பெயர்கள்:-கீழ்க்காய்நெல்லி, கீழாநெல்லி



இதனை வெப்பிரதேசமெங்கும் காணலாம் நிலத்துடன் அல்லது நிலத்திலிருந்து சிறிது உயரம் வளரும் செடியாகும் இலைகள் இணையும் இடங்களில் சிறு சிறு காய்கள் தொடர்ச்சியாக அடுக்கப்பட்டிருக்கும் இவை தண்டு போலவே தெரியும் தண்டின் கீழ்ப் பாகத்தை தடவினால் காய்களை அறியலாம்.

செங்கீழா நெல்லி சிவப்பு நிறமுடையது ஆனால் சிறு சிறு பக்கக் கிளைகளைக் கொண்டிருக்கும் இவை குணம், சுவை, இயல்பு என்பவற்றில் வேறுபடாதவை.

செங்கமாரீக்கு:~ கீழ்க்காய் நெல்லியை முழமையாக அரைத்து பாக்களவு எடுத்து காலை மாலை மோருடன் கொடுக்க முற்றாக குணமாகும். மஞ்சட்காமாலைக்கு மிகச்சிறந்த மருந்தாகும் கல்லீரலை வலுவடையச் செய்யும்

சீதக்கழிச்சல்:~ இளங்கொழுந்தை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

சொறி சிரங்கு:~ இலையை உப்புடன் அரைத்து பூச நீங்கும்

குன்ம நோய் தீர்:~ செங்கீழாநெல்லியை குடிநீரிட்டுக் குடிக்கலாம்.

காட்டுத்தக்காளி

Physalis minima

Wild Gooseberry

SOLANACEAE

வேறு பெயர்கள்:-தோல்த்தக்காளி, மணத்தக்காளி

இது மாரிகாலங்களில் எங்கும் காணக்கூடிய சிறு செடியாகும் தாவரத்தின் அடிப்பக்கமாக காய்கள் காணப்படும் இதன் காயானது தக்காளி போன்ற மிகச்சிறிய பாகத்தைச் சுற்றி மெல்லிய இலைபோன்றபகுதியால் மூடப்பட்டு இருக்கும் இதன் இலை மிளகாய் இலைபோல் ஆனால் சிறிது அகலமாக இருக்கும்.

காதுவல்:- காதுவலிக்கு காட்டுத்தக்காளி இலைச்சாற்றை விடலாம்.

பெருஞ்சீரகம்

Pimpinella anisum

Eng:- Anise seeds

RANUNCULACEAE

வேறு பெயர்கள்:- சோம்பு, வெண்சீரகம்

இது இந்தியாவிலும் ஐரோப்பிய நாடுகளிலும் ஈரானிலும் பயிரிடப்படுகின்றது. சிறிய செடியின் விதை பெருஞ்சீரகமாகும்.

கூதக வாயு நீங்க:- இளவறுப்பாக வறுத்து தூளாக்கி 11\2 கிராம் தனியாக அல்லது சீனியுடன் தினம் இருவேளை கொடுக்க சுகமாகும்.

வால் மிளகு

Piper cubeba

Eng:- Tail-pepper

PIPERACEAE

இது சுமாத்திரா ஜாவா போன்ற கிழக்கிந்திய தீவுகளில் வளரும் கொடியின் முற்றாத காய்களை உலரவைத்துப் பெறுவதாகும். உலர்ந்தபின் காய்களின் காம்பு வால் போல் இருக்கும்.

தொண்டைக்கம்மல் நீங்க:- வால் மிளகுப் பொடியை பாலில் கலந்து குடிக்கத் தொண்டைக்கம்மல் நீங்கும்

தலைவலிக்கு:- வால்மிளகைப் பன்னீரில் அரைத்து நெற்றியில் பூசலாம்

திப்பிலி

Piper longum

Eng:- Long- pepper

PIPERACEAE

வேறு பெயர்கள்:- கோழையறுக்கி, செளண்டி, கோலகம்

தென்னிந்தியாவிலும் வங்காளத்திலும் இக் கொடி வளர்கின்றது. இக் கொடியின் பழமே திப்பிலி ஆகின்றது. திப்பிலி காரம் அதிகமானது. இதில் அரிசித்திப்பிலி யானைத்திப்பிலி என இரு வகையுண்டு. திப்பிலிக் கொடியின் வேர் நீண்டு மெல்லியதாக சிறு முடிச்சுக்களுடன் மெல்லிய மஞ்சள் நிறமாக இருக்கும்.

கோழை, இருமல், கரம் தீர்:- திப்பிலிப்பொடி மூன்று விரல் அளவு எடுத்து வெற்றிலைச் சாறும் தேனும் கலந்து உட்கொள்ள தீரும்.

கோழை வெட்ட:- திப்பிலிப் பொடியை மூக்கினால் உள் இழுக்க கோழை வெளியேறும்.

மிளகு

Piper nigrum

Eng:- Pepper

PIPERACEAE

வேறு பெயர்கள்:- கறி, கோளகம், சருமபந்தம்

இது இலங்கையிலும் இந்தியாவிலும் உள்ள ஈரவலயத்திலும் மலைப்பிரதேசங்களிலும் வளரும் கொடியாகும். மிளகின் இலை வெற்றிலைபோல இருக்கும். இக் கொடியின் பழம் மிளகு ஆகும். முக்கடுகுகளில் மிளகும் ஒன்று.

வாந்திபேதி நிற்க:- மிளகு, பெருங்காயம், அபினி வகைக்கு 2கிராம் எடுத்து அரைத்து 12மாத்திரைகளாக்கி 1மணிக்கு ஒரு முறை 1மாத்திரை வீதம் கொடுக்க வாந்திபேதி நிற்கும்.

சண்டி

Pisonia alba P. morindifolia P. grandis

Eng:- Lettuce tree

NICTAGINACEAE

வேறு பெயர்:- இலட்சக்கொட்டை

இது எங்கும் வளர்க்கக்கூடிய சிறுமரமாகும். இதன் இலை ஓரளவு அகன்ற தனித்த இலையாகும். பதிய முறையில் இனம் பெருக்கலாம். இதன் கீரை உணவாகும்.

வாத, வாயு தொடர்பான நோய்கள்:- இக்கீரை உணவில் சேர்த்து வர வாதநோய்களும் நாரிப்பிடிப்பு போன்ற வாயு சம்மந்தப்பட்ட நோய்களும் குறையும்

ஆகாயத்தாமரை

Pistia stratiotes

Eng:- Water lettuce

ARACEAE

இது குளம், குட்டை, ஓடை போன்ற நீருள்ள இடங்களில் நீர் மேற்பரப்பில் மிதக்கும் தாவரம். தென்பகுதியில் இதனை அதிகமாகக் காணலாம்

"அழகிரந்தி குட்டம் அடர்ந்த கரப்பான்
புழுவுறமக் கூடுமுத்து போகும் - அழகாகும்
இந்திர நீ லக்கருங் கண் ஏந்திழையே! எப்போதும்
அந்தரத் தாமரையா லாய்"

இதனால் கிரந்தி, குட்டம், கரப்பான், நீர்குருக்கு, மூலம், சீதபேதி, வரட்டிமலம் என்பன நீங்கும்.

மூலம்:- இலையை அரைத்துக்கட்டலாம்

சீதபேதி:- அரிசி, ஆகாயத்தாமரை தேங்காய்ப்பால் சேர்த்து சமைத்துக் கொடுக்கலாம். மூட்டைப்பூச்சிகள் நிறைந்த இடத்தில் இத் தாவரத்தை வைத்தால், தாவரம் வாடும்போது ஏற்படும் மணத்தால் பூச்சிகள் மயங்கி இறக்கும்.

சித்திர மூலம்

கருங்கொடிவேலி *Plumbago Copensis/P.auriculata*

செங்கொடிவேலி *Plumbago Rosea/P.indica*

வெண்கொடிவேலி *P.Zeylanico*

Eng:- Flowered Sandikit

PLUMBAGINACEAE

வேறு பெயர்கள்:- கொடிவேலி கொடிவண்ணி



இத்தாவரம் ஊசி மல்லிகை போன்ற ஆனால் சிறிது சிறிய பூக்களையுடைய செடியாகும் தெரு ஓரங்களிலும் காணிகளிலும் பூத்திருக்கக் காணலாம் பூநிறத்தின் அடிப்படையில்

வெண்மையானது வெண்கொடிவேலி எனவும்

சிவந்தது செங்கொடிவேலி எனவும் நீலமானது கருங்கொடிவேலி எனவும் அழைக்கப்படும் இவற்றின் குணங்கள் பெரும்பாலும் ஒன்றாகும் கொடி வேலிவேரில் Plumbagin எனும் இரசாயணப் பொருள் உண்டு அதிக அளவு வேர் அல்லது வேர்ப்பட்டையால் மரணம் ஏற்படும்

”கட்டிவிர னாகிரந்தி கால்கள் அரையாப்புக்
கட்டிச்சு ஸைவீக்கங் காழ்முலம்-முட்டிரத்தக்
கட்டுநீ ரேற்றங் கனத்த பெருவயிறும்
அட்டுங்கொடிவேலியாம்”

கொடிவேலி கட்டி புண் கழலை வாதம் அரையாப்புக்கட்டி
குத்தல் சோபை மூலரோகம் உதிரக்கட்டு நீரேற்றம் பெருவயிறு
என்பவற்றைப் போக்கும்

சீறியா நங்கை
Polygala grinersis
Eng:- Milk Wort
POLYGALACEAE

இது இந்தியாவிலும் இலங்கையிலும் காணக்கூடியசிறு செடியாகும்
சிவந்தசிறிய பூக்களைக் கொண்டிருக்கும் நிலவேம்பை அமைப்பில் ஒத்தது
இதுமிகச் சிறந்த விடநீக்கியாகும்

”சீறியா நங்கையைக்கண்டவுடன் சீறியநாகம் கட்டழியும்”
பாம்புக்கடிக்கு:- இதன் இலையைக் கைப்புச்சுவை தோன்று மட்டும்
உண்ணக் கொடுக்க வேண்டும் வேறு விசக்கடிக்கும் இதன் இலையை
அரைத்துப்பூசியும் உண்ணக் கொடுத்தும் நீக்கலாம்

புங்கு
Pongamia glabra
Eng:- Indian Beech

இது எங்கும் வளரக்கூடிய மரம் இதன்விதை வேர் இலை பு
எண்ணெய் என்பன மருந்தாகும்
ஈளை இருமல் ஒழிய:

”புங்கு மேற்படி புசித்திட விருமனோ
யுங்கொடு மீளையுமொழியு நிச்சயமே”

புங்கும் வேர்ப்படை ஈளை இருமலைநீக்கும்.

”புங்கம் பாலானது புண்ணாற்றும் பொல்லாத வாய்வகற்றும்
தங்கம்போன் மெய்யழிக்கும் தான்”

புங்கம் பாலானது புண்ணையும் வாய்வையும் நீக்கும் உடலுக்குப்
பொன்போன்ற ஒளியைக் கொடுக்கும்

பயற்
Portulaca quadrifida
PORTULACACEAE

வேறு பெயர்கள்:- சின்னப்பருப்புக்கீரை பசறை சின்னப்பசளிக்கீரை

இது ஈரப்பற்றுள்ள இடங்களிலும் தோட்டங்களிலும் வளரும் படர் தாவரமாகும் இத்தாவரம் சிவந்த நிறத்துடனும் மிகச் சிறிய ஒன்றுக் கொன்றுளதிரான இலைகளையும் கொண்டிருக்கும்.

நீர்நோய்கள் வெள்ளை வாரந்தி:~ இக்கீரையை தொடர்ந்து புசித்துவர மேற்சொன்ன நோய்கள் தீரும்

"பசறையைப் பட்டுணைப் பற்றது மேகம்"

இக் கீரையை உண்ண மேக நோய் தீரும்

வாய் நாக்கு இதழ்கள் வெடிப்புக்கு:~ பயறியையும் பச்சை வெண்ணையையும் உண்ணவேண்டும்

புளிப்புக்கீரை
Portulaca oleracea
Eng:- Purslane
PORTULACACEAE

வேறு பெயர்:- புளிச்சல்கீரை

புளிப்புச்சுவையுள்ள இக்கீரை காணிகளிலும் தோட்டங்களிலும் வளரும்

"வாத மறும் பித்தமுறும் மாறா வரோசி விடுஞ்
சீதமுட நேயகலஞ் சேயிலையே~போதப்
புளித்த விலைக் கறிக்குப் போமிரத்த பித்தங்
களித்த கரப்பனோடு காண்"

இது வளிக் குற்றப் பெருக்கையும் சுவை இன்மையையும் குரதியழலையும் போக்கும்

சொதிமுல்லை
Premna procumbens
VERBENACEAE

காணிகளிலும் வேலிகளிலும் வளரும் இத்தாவரம் பெருஞ்செடி அல்லது சிறுமரமாகும். இதன் இலைகள் சிறியனவாக விளிம்பு முறிந்த அமைப்பில் உள்ளன இலைகள் மணம் பொருந்தியவை சொதிதயாரித்து அடுப்பிலிருந்து இறக்கும் சமயம் முல்லைஇலைகள் போடவேண்டும்.

மலச்சிக்கல் நீங்க:~ முல்லையைத் தினமும் உண்ண வயிற்றுச்சிக்கல் தீரும்

வாதுமை

Prunus amygdalus

Eng:- almond

ROSACEAE

வேறு பெயர்:- அடம்பு

இது மத்திய கிழக்கு ஐரோப்பா போன்ற நாடுகளில் பயிரிடப்படுகின்றது

கழிச்சல் தீர்:- வாதுமைப்பருப்பும் அத்திப்பழமும் சேர்த்தரைத்துக் கொடுக்க வேண்டும்

இருமல், நீர்எரிச்சல் நீங்க:- பிசின் 4,5 கிராம் எடைவீதம் உட்கொள்ளவேண்டும்

கொய்யா

Psidium guajava

P. guayava

Eng:- Guava

MYRTACEAE

இது பொதுவாக எல்லா இடங்களிலும் பயிராகும் சிறுமரம். கருணைக் கிழங்கின் காறல் போக கொய்யா இலையுடன் அவிய வைப்பார்கள்

பல்வலி போக:- இலையை வாயிலிட்டு மெல்ல பல்வலி தீரும்.

வேங்கை

Ptelocarpus marsupium

Eng:- Indian Kino Tree

Papilionaceae

LEGUMINOSAE

இது காட்டில் மிகுதியாக வளரும் மரமாகும் இதன் இலை பட்டை பிசின் என்பன மருத்துவ இயல்பானவை.

கட்டிகள், தோல்நோய்க்கு:- இலையை அரைத்து களி கிளறி கட்டிகள் புண் தோல்நோய்கள் மீது பூச கட்டிகரையும் அல்லது பழுக்கும் புண்கள் ஆறும் தோல்நோய் நீங்கும்

சீதக்கழிவு:- இதன் பட்டையை குடிநீரிட்டுக் குடிக்கலாம்.

செஞ்சந்தனம்
Pterocarpus Santalinus
 Eng:- Red Sandalwood
 LEGUMINOSAE PAPILIONACEAE

இது இந்தியாவின் கன்னட தமிழ்நாட்டு எல்லைகளில் மலைக்காடுகளில்வளருகின்றது இதில் வெண்மை செம்மை மஞ்சள் என மூன்று வகையுண்டு இது மிகவும் நல்ல மணமுள்ள மரம்.

மாந்தம், சுரம்:~ சந்தனக்கட்டையை பொடிசெய்து காய்ச்சிய குடிநீர் மாந்தம் சுரத்தை நீக்கும்.

தோல் நோய்களுக்கு:~ கட்டையை எலுமிச்சம் சாறு விட்டரைத்து நமைச்சல் சொறி சிரங்கு அக்கி படர்தாமரை, தேமல், வீக்கம் என்பவற்றிற்கு பூச குணமாகும்.

மாதுளை
Punica granatum
 Pomegranate
 PUNICACEAE

வேறு பெயர்கள்:- தடிமம், பீசுபுரம், கழுமுள்

இது சிறு மரவகுப்பைச் சேர்ந்தது எங்கும் பயிரிடக் கூடியது சிவத்தப் பூக்கள் கொண்டது.

முக்கிலிருந்து குருதிவடிவது:~ மாதுளம்பூவின் சாறும் அறுகம்புல்லின் சாறும் சம எடை சேர்த்துக் கொடுக்க வேண்டும்

சீதபேதி:~ பிஞ்சை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கவேண்டும்.

காரை
Randiadumetorum

இது வறள் நிறங்களில் வளரும் முட்செடியாகும் இதில் குத்துக்காரை, பெருங்காரை என இரண்டினமுண்டு இதன் இலை பழம் என்பன மருத்துவப் பயனுடைவை

"காரைத் தழைக்குக் கடுப்பிரத்தம் போம் புளியைச்
 சேரப் பெய் தாக்கிச் சுவைத்தறி நீ "

இலை குதிக்கடுப்பை விலக்கும்

குருதிப்போக்கு, கழிச்சல்:~ விதையை நீக்கி பழத்தை உலர்த்திக் குடிநீரிட்டு இருவேளை குடிக்க குருதிப்போக்கு கழிச்சல் குணமாகும்.

முள்ளங்கி
Raphanus vulgaris
R. sativus
 CRUCIFERAE

ஈரப்பிரதேசங்களில் வளரும் வெள்ளை, சிவப்பு, மஞ்சள் என
 மூன்று வகையுண்டு

"காமாலை முள்ளங்கிக் காழால்வித் தானா-சடைவித்
 தோமாலை யுள்ளடக்குஞ் சொல்"

இது விந்து நடத்ததைப் போக்கும்

சிறநீர் பெருக்கு:~ கிழங்கின் சாறைப் பருக சிறுநீர் நன்றாகப் போகும்.
வெள்ளை, நீர்த்தினவு:~ கொடியை குடிநீரிட்டு அல்லது பொடிசெய்து
 கொடுக்க மேற்கூறிய நோய்கள் நீங்கும்.

சொறி சிரங்கு நமைச்சல்:~ இலையை அரைத்து எண்ணெயுடன் காய்ச்சி
 பூச குணமாகும்

நாகமல்லி
Rhinacanthus nasutus
 ACANTHACEAE

வேறுபெயர்கள்:- நாகமல்லிகை, அனிச்சை

இது எங்கும் வளரக்கூடிய 1, 1 1/2m உயரமுள்ள செடியாகும்.
 இதன் வெள்ளை நிறச்சிறிய பூ நாகத்தின் படம் போன்ற வளைந்த
 இதழைக் கொண்டிருக்கும். இதன் இலை வேர் என்பன மருத்துவப்
 பயனுடையவை.

"சீராரு நாகமல்லி கைச்சிவையைக் கண்டக்காற்
 நீரா நமைச்சல் செறிபுடைக - வீராருஞ்
 சன்னம் புழுச்சங்கந் தங்காவாஞ் சரம்னத
 வன்னக் குயிலனையாய் வாழ்த்து"

இதன் வேரால் தினவு, நெருங்கிய புடைகள் நீங்கும். நுண்புழுக்கள்
 சாகும்.

பாம்புவிடம் நீங்க:~ இதன் இலையை மென்று தின்ன பாம்பு விடம்
 நீங்கும்.

ஆண்மை பெருக:~ வேரைப் பாலில் வேகவைத்துச் சாப்பிடலாம்.

ஹோசா

Rosa gallica

Eng:- Rose

ROSACEAE

வேறு பெயர்கள்:- பன்னீர்ப்பூ, குலாப்பூ, சிற்றாமரை

முட்கள் நிறைந்த இச்செடி உலகெங்கும் வளர்க்கப்படுகின்றது பல நிறங்களில் புஸ்பிக்கும்.

”சிற்றா மரைப்பூவால் சேர்ந்தமலக் கட்டுவீடும்
ஒற்றவெய்யு தாகமதி ஒங்காளஞ் - சற்றவீடா
முல எரிவுரத்த முத்திரம் வயிற்றிசிவும்
ஞாலம் வீட்டேகும் நவில்”

இதனால் சுரம் தாகம் ஒங்காளம் கீழ்வாய் எரிச்சல் வெள்ளை வயிற்றிசிவு போன்றவை போகும் கழிச்சலை உண்டாக்கும்.

கரும்பு

Saccharum officinarum

Sugar cane

GRAMINEAE \ POACEAE

வேறு பெயர்கள்:- புனற்பூசம், இக்கு, வேய்

சீனி உற்பத்திக்காக பெருந்தோட்டங்களில் வளர்க்கப்படும் தாவரமாகும் இதன் சாறு வேர் என்பன பயனுடையவை

நஞ்சுமுறி:- செம்பு, வெள்ளைப்பாடாணம் போன்ற நஞ்சு அருந்திய வர்களுக்கு சீனி சிறந்த நஞ்சு முறிப்பாகும்.

சிறநீர் எரிச்சல்:- கருப்பம் வேரைக் குடிநீரிட்டு குடிக்க குறையும்

பருக்களுக்கு:- மஞ்சள் மெழுகும் சீனியும் சேர்த்துப் பூசலாம்

நாணல்

Saccharum spontaneum

Thatch grass

GRAMINEAE

இது ஆறு குளம் குட்டை போன்ற நீர் நிலை ஓரங்களில் நெருக்கமாக உயர்ந்து வளரும் புல்லினம் இதில் பெரும்நாணல் சிறுநாணல் என இருவகையுண்டு

அழல்நோய் போக:- நாணல் சாற்றாலும் குடிநீராலும் அழல்நோய் போகும் இதன் சாற்றைத் தக்க அளவில் பருக வாந்தி சுவையின்மை இரைப்புப் பாண்டு நீங்கும்

பாம்புக்கற்றாளை

Sansevieria zeylanica

Eng:- Bowstring Hemp

LILIACEAE; AGAVACEAE

வேறு பெயர்கள்:- மருள், மருட்கற்றாளை

இச் செடி எங்கும் வளரக்கூடியது இச் செடியின் நிறம் பாம்பின் தோல் போல சாம்பல் நிறத்தில் வெள்ளைத் தளிம்புகள் போலிருப்பதால் இப் பெயர் வந்தது

காதுவல:- இம்மடலை அனலில் பிடித்து காதில் பிழிந்து 1,2 துளி விட காது நோய் தீரும்

கோண்டிக்கட்டு நீங்க:- இச்சாற்றை குழந்தைகளின் கோழையை தவிர்க்க கொடுக்கலாம்

எள்

Sesamum orientale

S. Indicum

Eng:- gingelly \ Sesame oil Plant

PEDALIACEAE

இது எண்ணெய்க்காகப் பயிரிடப்படும் செடி வெள்ளை நிறப்பூக்களைக் கொண்டது.

புண் ஆற:~ எள்ளுக்காயை தோலுடன் உலர்த்திச் சுட்டுச் சாம்பலாக்கி புண்களுக்குத் தூவ அது ஆறும் நல்லெண்ணெயுடன் மஞ்சட் கருவைச் சேர்த்துப் பூசிவர கழலை தினவு கரப்பான் போன்றவை குணமாகும்.

அகத்தி

Sesbania grandiflora

LEGUMINOSAE/PAPILION ACACE

வேறு பெயர்கள்:- அச்சம், முனி, கரீசம்

கீரைக்காக வளர்க்கப்படும் இத்தாவரம் . சிறுமரம் எனக் கூறப்பட்டாலும் மிக உயரமாகவும் வளரும் கைப்புச்சுவையுடையது இதன் பெரிய வெள்ளைப் பூக்களையும் சமைத்து உண்ணலாம். பத்தியகாலங்களில் இக் கீரையை சாப்பிடக்கூடாது

கண்ணோய் நீங்க:~ அகத்திப்பூவின் சாற்றை கண்களில் விடவேண்டும்
புழு ஒழியும்:~ அகத்திக் கீரையை தொடர்ந்து உண்ண வயிற்றுப்புழுக்கள் ஒழியும்

குங்கிலியம்

Shorea robusta

Eng:- Saul tree

வேறு பெயர்கள்:- சருவரசம், குக்குலு

இது வட இந்தியாவிலும் மேற்கு மலைத்தொடரிலும் காணப்படும் ஒரு மரத்தின் பிசினாகும் இம் மரம் கருமருது எனவும் அழைக்கப்படும் வெள்ளைக் குங்கிலியம் சிவப்பு குங்கிலியம் என இரு வகையுண்டு.
சீதக்கழிச்சலுக்கு:~ 1கிராம் குங்கிலியப் பொடியுடன் சீனி சேர்த்து குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கலாம்

சிற்றாமுட்டி
Sida rhombifolia
MALVACEAE

வேறு பெயர்கள்:- சித்தமட்டி அரிவாள்மனைப்பூண்டு அரிவாள் மூக்குப்
பச்சிலை

இது இலங்கையிலும் தென்இந்தியாவிலும் அந்தமான் தீவுகளிலும் அதிகம் வளர்கின்றது இதன் இலை விளிம்புகள் அரிவாள் போன்று இருப்பதால் அரிவாள் மனைப்பூண்டு எனப்படுகிறது. மஞ்சள் நிறப் பூக்களைக் கொண்டவை

அழல் நோய் தீர்:- சிற்றாமுட்டிவேரை குடிநீரிட்டுக் குடிக்க அழல் நோய் குணமாகும் சுரதாகம் தீரும் இது வாதநோய்கள் சிறுநீர் சம்பந்தமான நோய்கள் மேகநோய் வெள்ளை எலும்புச் சுரம் என்பவற்றைத் தீர்க்கும் தன்மையுடையது

பழம்பாசி
Sida veronicaefolia
MALVACEAE

இது துத்தி இலையைப் போன்ற ஆனால் தரையுடன் படரும் தாவரமாகும். இதனைத் தெரு ஓரங்களிலும் காணிகளிலும் காணலாம். இதன் இலையை அரைத்து தலையில் வைத்துக் குளிக்க கண்ணுக்குக் குளிர்மையாகும்.

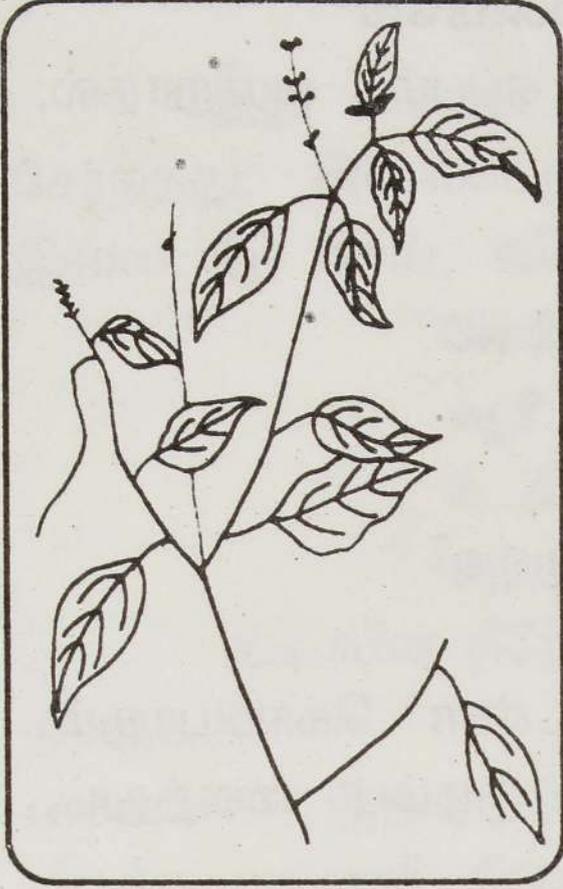
முலநோய்க்கு:- இதன் இலையை அரைத்து மோருடன் கலந்து பருகலாம் இதன் வேரைக்குடிநீராக சிறுநீர் சம்பந்தமான ரோகங்களுக்குப் பருகலாம்

வட்டுக்கத்தரி
Solanum indicum
SOLANACEAE

வேறுபெயர்கள்:- சிறுவழுதலை, சிறுவழுதுணை

இது நிலத்துடன் படரும் மிக முள்ளுள்ள தாவரமாகும். வயல் வெளிகளிலும் தோட்ட நிலங்களிலும் சாதாரணமாக இதனைக் காணலாம்.

சிறிய கோள வடிவக்காயைக் கொண்டது. இதன் இலை சூட்டினால் உண்டாகும் நோய்களைப் போக்கும்.



மணித்தக்காளி

கறுப்பு *Solanum nigrum*

சிவப்பு *Solanum rubrum*

Eng:- Black nightshade

SOLANACEAE

வேறுபெயர்கள்:- உலகமாதா, விடைக்கந்தம், மிளகுதக்காளி

இச் செடியும் எங்கும் வளரக்கூடியது. மிளகாய் இலைபோல சிறிது அகலமான இலையுடன் கிட்டத்தட்ட அச்செடியின் உயரத்திற்கு வளரும் செடியாகும். பழநிற அடிப்படையில் கறுப்பு, சிவப்பு என இரு வகையுண்டு. சிறுபழங்கள் தண்டுடன் தொடர்ச்சியாக அடுக்கப்பட்டிருப்பது போல் தோன்றும். இதன் இலை, பழம் என்பன சமையலில் உபயோகிக்கப்படும்.

இதனைச் சமைத்துண்ண வாய்ப்புண், நாக்குப்புண், குடல்புண், வயிற்றுப்புண் என்பன குணமாகும். ஆஸ்துமா நோய் கட்டுப்படும். இதிலுள்ள கல்சிய சத்தால் எலும்பு வலுப்படும்.

**"மணத்தக் காளியுண மாப்பினிற் பையுளின்
கணத்தினிற் புறப்பட்டு கயமுத லறமே"**

மணித்தக்காளியை உண்ண மாப்பினிற் சேரும் கோழை, இருமல், கசம் முதலியன நீங்கும்.

கண்டங்கத்தரி

Solanum torvum

SOLANACEAE

இது கத்தரியினத்தைச் சேர்ந்தது. ஆனாலும் 1.1.5m உயரம் வரை படர்ந்து வளரக்கூடியது. பல்லாண்டு வாழும் இயல்புடையது.

"கண்டக்காய் கால் பணம் கமை கூலி முக்கால் பணம்" என்பார்கள். இதன் சிறுகாய்களை தட்டி விதைகளை அகற்றியே சமைப்பார்கள். இச் செடியில் கத்தரியை ஒட்டுவதன் மூலம் நீர் குறைவான காலங்களிலும் தொடர்ச்சியாக கத்தரிக்காய்களைப் பெறலாம். இது மிகையாக கிடைக்கும் காலங்களில் விதைகளை நீக்கி தயிரில் போட்டு வற்றலிடலாம். இதனைப் புளி சேர்க்காது சமைத்து உண்ண சீதபேதி.

பூச்சிகளினால் உண்டாகும் வயிற்றுவுலி. மூலவியாதி. பெரும்பாடு முதலியன குணமாகும்.

**“சுண்டையின் காயமந் துறையுட னயின்றி
மண்டிய பயித்திய வலியலா மகலமே”**

சுண்டைக்காய் வற்றலை சமைத்துண்ண ஏப்பம், வயிறூதல், வயிற்றுவுலி என்பன நீங்கும்.

தூதுவளை
Solanum trilobatum
SOLANACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அளர்க்கம், சிங்கவல்லி

இது எங்கும் வளர்க்கக் கூடிய முள் உள்ள கொடியாகும். இதன் காயை வற்றலிட்டும், இலையை சம்பல், குழம்பு வைத்தும், பூவை சம்பல் ஆக்கியும் உண்ணலாம்.

காதடைப்பு நீங்க:- இலையைப் பிழிந்து காதில் விடலாம்.

கோழைக்கட்டு அற:- இலையைச் சம்பல்செய்து உண்ணலாம்.

ஞாயகசக்தியை வளர்க்க:- இதன் பூவை சூரணமாகவும் கஷாயமாகவும் பருகிவர மனம் ஒருநிலைப்படும். மூளை வலுவடையும்.

இரைப்பு, இருமல், கரம் நீங்க:- இலையைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கலாம்.

உருளைக்கிழங்கு

Solanum tuberosum

Eng:- Potato

SOLANACEAE

வேறுபெயர்:- அபிசிதமூலம்

இது நுவரெலியா மாவட்டத்தில் அதிக அளவிலும் யாழ்ப்பாணத்தில் ஓரளவும் பயிரிடப்படுகின்றது. குளிர், பனி காலங்களில் நன்றாக வளரும் இலை, கிழங்கு என்பன மருத்துவப்பயனுடையவை.

இருமல், நித்திரையின்மை:- இதன் இலைச்சாற்றை உண்டுவர இருமல் குணமாகும். நித்திரையின்மை குணமாகும்.

தீப்புண்:- கிழங்கைப் பசையாகச் செய்து தீயினால் சுட்டப்புண்ணுக்கு வைத்துக் கட்டலாம்

கண்டங்கத்தர்

Solanum xanthocarpum

Eng:- Wild eggs plant / Bitter - sweet woody nightshade

SOLANACEAE

இது எல்லா இடங்களிலும் வளரக்கூடியது. செடிவகையைச் சேர்ந்தது. இலைமேற்பரப்பு முழுவதும் முள்செறிந்தது. இதனுடைய இலை, பூ, காய், விதை, வேர் என்பன மருத்துவப்பயனுடையவை.

”வேர்லைபூ காய்பழமவ் வித்துமதன் பட்டையுமீவ்
வூர் லிருக்க உடற்கனப்பும் - நீராய்
உத்தரிக்கும் தீபனத்தை யுண்டாக்கி டுங்கண்டங்
கத்தரிப்ப ழக்குணத்தைக் காண்”

உடலின் நீரேற்றம் முக்கில் நீர்பாய்தல், ஈளை, இரைப்பு என்பன நீங்கும்.

பல்வலி:~ இதன் விதைகளை எரித்து எழும் புகையை வாயினுள் பிடிக்க பல்வலி நீங்கும். புழுக்கள் சாகும்.

பீனாறிமரம்

Sterculia foetida

Stinking sterculia

Eng:- Poon tree

STEREULIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பூதகரப்பான், பெருமரம், காட்டுத்தேங்காய்

இம்மரம் காடுகளிலும் காடர்ந்த பிரதேசங்களிலும் வளரும். இதன் இலை, பூ, பட்டை, பிசின் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன. இம் மரத்திலிருந்து பெறும் கரிய பிசின்(Indian Tragacanth gum) தொண்டை நோய்களைக் குணமாக்கும்.

”பெருமரம் பட்டையது பேதி கிராணி
மருவிரத்த நோயினத்தை மாற்றந் - திருவே
நடலைபுரி வாதத்தை நாடாத கற்றம்
உடலையிரட் சிக்குமின வோது”

இது கழிச்சல், வயிற்றுநோய்கள், குருதிநோய், வாதம் என்பவற்றை நீக்கி உடலை வளர்க்கும்.

சொறி, சிரங்கு, சுரம்:~ இதன் விதையிலிருந்து பெறும் எண்ணெயை உட்புகட்டி, வெளியில் பூச சொறி சிரங்கு ஆறும்.

பாதிரி

Stereospermum suaveolens

BIGNONIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- பாடலிமரம், கன்னி, புன்காலி

இது இலங்கை இந்தியா போன்ற நாடுகளில் வளரக்கூடிய மரமாகும். இதன் பூ மிகவும் சுகந்த மணமுள்ளது. இதனை "மதனகாமேஸ்வரப்பூ" என்பர். இதன் வேரில் Palmitic acid, Stearic acid என்னும் அமிலப் பொருட்கள் உண்டு. இதன் இலை, பூ, பட்டை, வேர் என்பன மருத்துவப் பயன்பாடுடையவை.

**"பாதிரியின் வேர்குணந்தான் பார்கில் மதுமேகம்
ஒதுகரப் பாணுழலை யோடிவீடும் - மாதேகேள்!
கண்ணொர்வு காரிதர்வு கையெர்வு காரிலர்வு
நிண்ணையமாய்ப் போகும் நிசம்"**

வேரை குடிநீரிட்டு அல்லது பொடி செய்து கொடுக்க நீரிழிவு, கரப்பான், உழலை, நீரிழிவுக்கட்டிகள், புண்கள், எருவாய்முனைகள்(மூலம்) சொறி சிரங்கு என்பன குணமாகும்.

காஞ்சுரை

Strychnos nux - vomica

Eng:- Strychnine tree/Vomit nut

LOGANIACEAE

வேறுபெயர்கள்:- எட்டி, விடமுட்டி, காஞ்சிரம்

இது வெப்பவலயக் காடுகளிலும் காடர்ந்த நாட்டுப்பிரதேசங்களிலும் தானே வளரும் மரமாகும். இதன் இலை, பழம், விதை, மரப்பட்டை, வேர்ப்பட்டை என்பன மருத்துவப்பண்புடையன. எனினும் இதன் விதையில் strychnine எனும் கொடிய நஞ்சுண்டு. விதை விதைமேற்றோலுடன் உட்கொண்டால் நச்சுப்பாதிப்பு இல்லை. விதையை தூளாக்கி உட்கொண்டால் 1,2 மணித்தியாலத்தில் மரணம் ஏற்படும். இதன் விதை மேலைத்தேய மருத்துவத்தில் முக்கிய இடம் வகிக்கின்றது. **தேள் விடம் நீங்க:-** மரப்பட்டையை உப்புடன் மென்று தின்னக் கொடுத்தல்.

எட்டி வேர்ப்பட்டை விடபேதி, காதடைப்பு, சூதகவலி, வாதநோய்கள், வலி, நஞ்சு போன்றவற்றைப் போக்கும்.

தேற்றான்

Strychnos potatorium

Eng:- Clearing nut tree

வேறுபெயர்கள்:- இல்லம், கதகம், தேறு

இது வெப்பவலய நாடுகளில் வளரக்கூடியது. இதன் பழம், விதை என்பன மருத்துவப் பண்புடையன. இதன் விதையை நீரில் உரைத்துக் கலங்கிய நீருள் விட்டால் தொங்கல்கள் அடியில் படிந்து தெளிந்த நீராகும். "தேற்றான் கொட்டையீட்டுத் தேற்ற மைந்தரை" என்பர். சிறிய அளவில் விதையைக் குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க உடல் வலுவடையும்.

கோழை வெளியேற:- தேற்றான் விதையைப் பொடியாக்கி தினமிருவேளை உட்கொள்ள மார்புசளி, கோழைக்கட்டு இளகி வெளியேறும்.

சாம்பிராணி

Styran benzoin dryander

Benzoin

வேறுபெயர்கள்:- தூபம், பெண்குமைஞ்சான்

இது தாய்லாந்து, ஜாவா, போர்னியோ, சுமத்திரா போன்ற இந்தோனேசியா தீவுகளில் வளரும் செடியின் பட்டையிலிருந்து வடியும் பிசினாகும். இதில் பென்சோயிக்கமிலம் (Benzoic acid) எனும் இரசாயணப் பொருள் உண்டு. இது துர்நாற்றத்தைப் போக்கும். சாம்பிராணித்தைலம் சாம்பிராணிப்பதங்கம் சாம்பிராணிக் களிம்பு என்பன மருத்துவத்தில் பல வழிகளில் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

நந்தியாவட்டை

Tabernaemontara dichotoma

Ervatamia dichotona

Eng:- East Indian Rose

Rejona dichotoma

APOCYNACEAE

வேறுபெயர்கள்:- நந்திபத்திரி, வலம்புரி, நந்தியாவர்த்தம்

இது கோவில்களிலும் வீடுகளிலும் வளர்க்கப்படும் பெரும்செடியாகும். பாலுள்ள இத்தாவரத்தின் வெண்மை நிறப்பூக்கள் ஒற்றை அல்லது பல அடுக்காக அமைந்திருக்கும். ஒற்றடுக்குப்பூவே சிறந்ததாகும். இதன் பால்,

பூ, வேர் என்பன மருந்தாகும்.

வயிற்றுப்புழுசாக:- வேரை நீர்விட்டரைத்து உட்கொள்ள வயிற்றுப்புழு சாகும்.

பல்வலி நீங்க:- வேரை வாயிலிட்டு மென்றால் பல்வலி தீரும்.

வெட்டுக்காயம் ஆற:- வெட்டுக்காயங்களில் பாலைப் பூச சீழ்பிடியாது எளிதில் ஆறும்.

கண்ணிரிச்சல் நீங்க:- பூச்சாற்றை கண்ணில் விடலாம்.

புளி

Tamarindus indicus

Eng:- Tamarind

LEGUMINOSAE : CAESALPINIOIDEAE

வேறுபெயர்கள்:- திந்துருணி, சிந்தூரம், சிந்தகம், ஆம்பிரம்

இது இலங்கை இந்தியா பர்மா போன்ற வெப்ப நாடுகளில் ஏராளமாக வளர்கின்றது. இது அன்றாட நமது உணவில் அத்தியாவசியப் பொருளாகும். இதன் இலை அழுகிய புண், சோகை, பாண்டு, கண்ணோய் என்பவற்றிற்கு மருந்தாகும். இதன் பூ வாந்தியை நிறுத்தும்.

நீர்க்கடுப்பு:-

“புளிக்கொட்டை தின்றவிடிற்
போகுமே நீர்க்கடுப்பு”

நீர்க்கடுப்புள்ளபோது புளியங்கொட்டையை வாயிற்போட்டு மென்று தின்னவேண்டும்.

தேள்கடிக்கு:- புளியுடன் சுண்ணாம்பு சேர்த்து கடிவாயில் அழுத்தல்.

தேக்கு

Tectona grandis

Eng:- Teak tree

வேறுபெயர்கள்:- சாகம், சாதி

இம்மரம் பர்மாவில் அதிகமாகவும் இந்தியா, மலேசியா போன்ற நாடுகளிலும் வளர்கின்றது. இலங்கையில் “மீள்காடாக்கம்” செயற்படுத்தும் போது இம்மரங்களை அதிக அளவில் நாட்டுகின்றார்கள். இது பெறுமதிமிக்க மரமாகும்.

மரக்கட்டையை நீருடன் அரைத்து சேராங்கொட்டை, முந்திரிக்கொட்டை முதலியவற்றின் நஞ்சை நீக்க பூசலாம்.

இதன் விதையிலிருந்து பெறப்படும் எண்ணெய் முடியை வளர்க்கும்

காய்வேளை

Tephrona purpuria

Eng:- purple tephrosia

இருப்புக்காய்வேளை - *Galega villosa*

பூனைக்காய்வேளை - *Galega spinosa*

முட்காய்வேளை - *Tephrosia spinosa*

வேறுபெயர்:- காவிளாய்

இதில் பல வகையுண்டு. தரிசு நிலங்களிலும், வெற்றுக்காணிகளிலும் காணப்படும். இரட்டைச் சிறைப்பிடிப்பான கூட்டிலையைக் கொண்ட இச்செடியின் இலை, விதை, வேர், வேர்ப்பட்டை என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன.

வெள்ளைநோய்:- முட்காவேளை இலை இருபங்கு மிளகு ஒருபங்கு சேர்த்து அரைத்து தயிரிற் கலந்து கொடுக்கச் சுகமாகும்.

வயிற்றுப்புழுவிழ:- விதை ஒரு பங்கு நீர் பத்துப் பங்கு சேர்த்துக் காய்ச்சி குடிநீராக்கி 1 தேக்கரண்டி வீதம் தினம் மூன்று வேளை கொடுத்துவர வயிற்றுப் புழுக்கள் விழும்.

கல்லீரல், மண்ணீரல், சிறு குண்டிக்காய்:- வேர் இருபங்கு மிளகு ஒரு பங்கு எடுத்து குடிநீரிட்டுக் குடிக்க மேற்படி உறுப்பு நோய்கள் குணமாகும்.

மருது

Terminalia arjuna

T. glabra

Eng:- Arjunamyrobalan

COMBRETACEAE

வேறுபெயர்கள்:- வெள்ளைமருது, அருச்சனம், பூதவம், இந்திரன்பார், ககுபம்

இது வயற்கரைகளிலும் குளக்கரைகளிலும் கோவில்களிலும் காணப்படும் பெருமரமாகும். இதில் வெண்மை செம்மை என இரு வகைகள் உண்டு. இவை ஏறக்குறைய ஒரே பண்புகளைக் கொண்டவை. இதன் இலை பழம், விதை, பட்டை, என்பன மருத்துவ இயல்புடையன. **பித்தவெடிப்பு நீங்க:-** 11கிராம் இலையை 180மில்லி லீற்றர் பாலில் அரைத்து தினம் இருவேளை மூன்று தினம் பருக பித்தவெடிப்பு நீங்கும்.

புண்குணமாக:~ இதன் பழத்தை நன்றாக அவித்துப் பிழிந்து புண்களின் மேல் வைத்துக் கட்ட குணமாகும்.

வாதம் நீங்க:~ மருதம் பட்டையைத் தூளாக்கி வெந்நீருடன் உட்கொள்ள வேண்டும்.

தான்றி

Terminalia bellerica

Beleric myrobalan

COMBRETACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அமுதம், சதகம், அக்கந்தம், தாபமாரி, திறிலிங்கம், தானிக்காய்

இது காடுகளில் வளரும் மரமாகும். திரிபலாவில்(கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய்) இது அடங்கும்.

அம்மை நோய் நீங்க:~ தான்றிக்காய் பொடியை தேனுடன் கலந்து கொடுக்கவேண்டும்.

புண்ஆற:~ விதையின் பருப்பை உரைத்துப்பூச ஆறும்.

கடுக்காய்

Terminalia chebula

Eng:- Ink nut / Chebulic myrobalan

COMBRETACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அரிதகி, வரிக்காய், ரோகிணி, பாரியம்

இது காடுகளில் வளரும் மரமாகும். இதன் பழம், பிஞ்சு என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றன. இவற்றின் இலைகளில் சிறுபூச்சிகளினால் புற்றுக்கள் உருவாக்கப்படுகின்றன. இவை கடுக்காய்ப் புற்றுக்கள் எனவும் பார்வைக்கு அழகாக பூப்போல அமைந்திருப்பதால் கடுக்காய்ப்பூ எனவும் அழைக்கப்படும். கடுக்காயில் பல வகைகளுண்டு.

மூலநோய்:~ கடுக்காய்ப் புற்றிலிருந்து பெறப்படும் களிம்பு மூலநோய்க்கு வெளிப்பூச்சாகும்.

”கடுக்காயுந் தாயுந் கருதிலான்றென் நாவும்

கடுக்காயத் தாய்க்கதிகங் காணநீ ~ கடுக்காய்நோய்

ஒட்டி யுடற்றேற்றம் உற்றவன்னை யோகவைகள்

ஊட்டியுடற் றேற்று முவந்தி”

தாய் அறுசுவை உணவை ஊட்டுவாள். கடுக்காய் உடற்பிணிகளை ஒட்டி உடலைத் தேற்றும். பிணி நீங்கினால்தான் உணவு பயன்பெறுமென்பதால் தாயிலும் கடுக்காய் சிறந்தது.

பூவரசு

Thespesia populnia

Eng:- Portia tree / Tulip tree

MALVACEAE

வேறுபெயர்கள்:- புவிராசன், பூளம்

இது வேலிகளில் சாதாரணமாக நாட்டப்பட்டிருக்கும். இதன் இலை, பூ, காய், விதை, பட்டை, வேர் என்பன மருந்தாகும்.

சிரங்கு:- பூவை அரைத்துப்பூசிவர சிரங்கு நீங்கும்.

வெண்குட்டம் நீங்க:- நூற்றாண்டு முதிர்ந்த பட்டையின் சதையிலிருந்து பெறப்பட்ட சாற்றால் வாயைக் கொப்பளித்து விழுங்க கழிச்சலுண்டாகும். தொடர்ந்து மருத்துவத்தைச் செய்ய உதட்டில் வரும் வெண்புள்ளி நீங்கும்.

மூட்டுவீக்கம், எச்சிற்றழும்பு:- காயிலிருந்து வரும் பாலை தோலிலுண்டாகும் நோய்களுக்குப் பூசலாம். எச்சிற்றழும்புக்குப்பூச அது ஆறும். மூட்டு வீக்கங்களுக்குப்பூச வீக்கம் கரையும்.

மஞ்சள் அலர்

Thevetiaperuviana

T.Nerifolia

Eng:- Yellow oleander

வேறு பெயர்கள்:- கத்தூரிப்பட்டை, கணவீரம், கரவீரம், கவீரம்.

இது உயர்வலயங்களில் வருடம் முழுவதும் பூக்கும் செடியாகும். வெண்மை மஞ்சள் சிவப்பு என பல வகைப்பட்டது. இவற்றின் குணங்கள் ஏறக்குறைய ஒன்றாகும் இதன் காய் வேர் என்பன நச்சுத்தன்மையுடையவை **காது நோய்க்கு:-** வேர்ப்பட்டையை நல்லெண்ணையில் கொதிக்க வைத்து ஆறிய பின் 2,3 துளி காதில்விட காதுவலி, புண், சீழ் என்பன நீங்கும்.

சீந்தில்

Tinospora cordifolia

Heart leaved moon seed

MENISPERMACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அமிர்தவல்லி, சோமவல்லி

இது வேலிகளிலும் காடுமண்டிய இடங்களிலும் வளரும் கொடியாகும். சீந்தில், பொற்சீந்தில், பேய்ச்சீந்தில் என மூன்று வகைக் கொடிகள் உண்டு. பேய்ச்சீந்தில் அகாசக்கருடன் அல்லது கொல்லன் கோவை எனப்படும். இலை, கொடி, வேர் என்பன மருத்துவத்தில் பயன்படும். **புண் ஆற:**~ இலையை அனலில் வாட்டிப் போட்டு வர புண் ஆறும். சீந்தில் சர்க்கரை, சீந்திலெண்ணெய், சீந்திற் கிழங்கு என்பன மருத்துவத்தில் மிகவும் பயன்படுகின்றன.

**”அமுதவல்லிக் கொடி அக்கார முண்டிடில்
திமருறு மேகநோய் தீதெல்லாம் தீருமே”**

சீந்திலை தேன், நெய்யுடன் உண்ண நீரிழிவு தீரும்.

முலநோ வேதனை தீர:~ சீந்தில் சாற்றை முலத்தில் பூசலாம்.

சாறணை

வெள்ளை - *Trianthema decandra*

சிவப்பு - *Trianthema portulacas*

T.monogyna

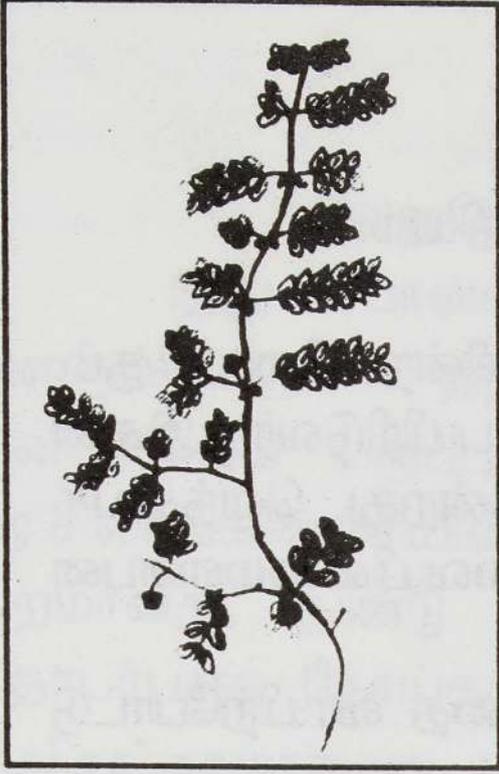
AIZOACEAE

வேறுபெயர்:- விருச்சிகம்

இது தெரு ஓரங்களிலும் காணிகளிலும் வளரும் படர் தாவரமாகும். **மலச்சிக்கல் தீர:-**

**”சாரண வேர்முதற் சமுலச் சூரணம்
பாரணர் செய் மல பந்தம தேகுமே”**

வேரை நிலலிலுலர்த்தி தூளாக்கி உட்கொள்ள மலச்சிக்கல் தீரும்.



நெருஞ்சி

Tribulus terrestris

Eng:- Small caltrops

ZYGOPHYLLACEAE

வேறுபெயர்கள்:- திரிகண்டகம், கோகண்டம்,
திரிதண்டம்

இது தரையில் படரும் முட்செடி. மஞ்சள் நிறப் பூக்களைக் கொண்டது. தெரு ஓரங்களிலும் காணிகளிலும் வளர்ந்திருக்கும்.

ஆண்மை விருத்தியாக:- காயுடன் செடியை இடித்து வெள்ளாட்டுப்பாலில் ஊறவைத்து வடிகட்டி தேனுடன் கொடுக்கவேண்டும்.

நீர் அடைப்பு, நீர் எரிச்சல்:- நெருஞ்சிகாய் கொத்தமல்லி சேர்த்து குடிநீராக்கி உட்கொள்ளலாம்.

புடோல்

Trichosanthes anguina

Eng:- The serpent cucumber

வேறு பெயர்:- சோத்தினி

இது உணவுக்காக பயிரிடப்படும் கொடியாகும். புடோலை, உண்பதால் ஆண்மை பெருகும்.

**”போகம் விளையும் பொருந்தி வளருமையம்
அகமதிற் பீத்த மணங்குங்காண் - மேக
புடலங் கவியளகப் பாவாய் கேணாரும்
புடலங்காய்க்குள்ள புகழ்”**

வெந்தயம்

Trigonella foenum - graecum

Eng:- Fenugreek

LUGUMINOSAE

வேறு பெயர்கள்:- மேதி, வெந்தை, மெந்தியம்.

இது இந்தியாவில் அதிக அளவில் வளர்க்கப்படுகின்ற கீரையாகும். தமிழ் நாட்டில் தமது தேவைக்கு தாமே வீட்டில் பயிரிடுவர் இதன் விதை மசாலா வகைகளிலும் மருந்தாகவும் பயன்படுகின்றது. வெந்தயக் கீரை உண்பதால் வயிற்றுப்பிசம், மாந்தம், இருமல், சுவையின்மை என்பன நீங்கும்.

வயிற்றுக்கடுப்பு, வயிற்றளைவு:- சிறிதளவு வெந்தயத்தை வாயிற்போட்டு நீருடன் விழுங்கினால் வயிற்றுக் கோளாறுகள் நீங்கும்.

நொச்சி

Vitex negundo

VERBENACEAE

வேறுபெயர்கள்:- இந்திரசூரியம், நீர்க்குண்டி, சிந்துவாரம்

இது வறண்ட நிலங்களில் வாழும் தாவரமாகும். இதில் கருநொச்சி, நீர்நொச்சி, வெண்ணொச்சி எனும் பிரிவுகள் உண்டு. வெண்ணொச்சி எங்கும் கிடைக்கும்.

"நொச்சிற் பட்டையது துள்ஞ்சந்தி வாதமகற்றம்"

நொச்சியை குடிநீரிட்டுக் குடிக்க குளிர்காயம் முறைச்சுரம் என்பன தணியும்.

குருதிவாந்தி:- பூவை தூளாக்கி கற்கண்டு போன்றவற்றுடன் கொடுக்க குருதி வாந்தி நிற்கும்

திராட்சை

Vitis vinifera

Eng:- grapes

VITACEAE / AMPELIDEAE

வேறுபெயர்கள்:- அராவாரம், கொடிமுந்திரி, திராக்கம், பலோத்மை

இது குளிர்ச்சியான நாடுகளில் அதிகமாக வளரும் கொடியாகும். இதில் விதையுள்ள திராட்சை விதையில்லா திராட்சை எனும் வகைகளும் உண்டு. பழங்களின் நிறத்தால் பச்சைத் திராட்சை கறுப்புத் திராட்சை எனவும் அழைக்கப்படும்.

பேதியாக:- திராட்சை ரசம் புளித்து நுரைக்கும் போது அடியில் தங்கும் உப்பு (grape Sugar) கழிச்சலை உண்டாக்கும்.

திராட்சை வற்றல் மலத்தை இளக்கும் கோழையை அகற்றும்.

மஞ்சள் கரிசிலாங்கண்ணி

WEDELIA CHAIRENSIS

Eng:- COMPOSITAE

வேறுபெயர்:- பொற்றலைக்கரிசிலாங்கண்ணி

இது பொன்னாங்காணித் தாவரம் போல் நிலத்தில் படர்ந்து வளரும் மஞ்சள் நிறப்பூக்களைக் கொண்ட செடியாகும். இத்தாவரம் தனியாகவும் பருப்புடன் சேர்த்தும் சமைக்கப்படுகின்றது. வெள்ளைக் கரிசிலாங்கண்ணியின் இலையைப்போன்ற இதன் இலை இளம் பச்சை நிறமானது. தண்டு மஞ்சள் கலந்த பச்சை நிறத்தையுடையது. ஈர் தொடர்பான நோய்களுக்கு இது சிறந்த மருந்தாகும்.

மஞ்சட்காமாலை:- இதன் இலையை மைபோல அரைத்து அதில் தேசிக்காய் அளவை தயிரில் கலந்து மூன்று நாள் காலையில் குடிக்கவேண்டும் அந்நாட்களில் உப்பில்லாத மோருமஞ் சோறும் பத்தியமாக உண்ணவேண்டும்.

உள்நாக்கு வளர்தல்:- கரிசிலாங்கண்ணிச் சாற்றுடன் கால்பாகம் நல்லெண்ணெய் கலந்து காய்ச்சிய எண்ணெயை வடித்து மறுபடி, மறுபடி அதே சாற்றுடன் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டிப் பெறுவது "மடக்குக் கரிசாலைத் தைலமாகும்" ஒரு தென்னம் ஈர்க்கின் நுனியில் பஞ்சைச் சுற்றி இத்தலைத்தில் தோய்த்து அண்ணாக்கில் பூசுவதும் இவ்வெண்ணெயை வாயில் நெடுநேரம் வைத்திருந்து கொப்பளித்துத் துப்புவதும் சிறந்த மருந்தாகும்.

இஞ்சி

ZINGIBER OFFICINALIS

Eng:- GINGER

ZINGIBERACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அல்லம்

இது ஈரவலயத்தில் அதிக அளவு வளர்க்கப்படும் தாவரத்தின் நிலக்கீழ்த்தண்டு ஆகும். இதனைப் பக்குவப்படுத்தித் காயவைத்துப் பெறப்படுவதே வேற்கொம்பு அல்லது சுக்கு ஆகும்.

"சுக்கிற்கு மஞ்சிய மருந்தில்லை" என்பர்.

இஞ்சி, சுக்கு என்பன மருத்துவத்தில் அதிகம் பயன்படுபவை ஆகும்.

நரை, தீரை நீங்கி உடல் நலம் பெற:- தோல் நீக்கிய இஞ்சியை சிறு துண்டுகளாக்கி சிறிது உலர்த்தி அரைப்பங்கு தேன் விட 21நாளில் அது கற்பமாகும். இதில் காலை மாலை ஒரு துண்டுவீதம் உண்ணல் வேண்டும்.

இலந்தை
ZIZYPHUS JUJUBA
JUJUBS Furit

வேறுபெயர்கள்:- குல்வலி

தெரு ஓரங்களிலும் தானே வளரும் முள்ளுள்ள சிறுமரமாகும். இதன் பழம் புளிப்பு கலந்த சுவையானது. இதன் இலை மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றது.

சீதபேதி குணமாக:- கைப்பிடியளவு இளந்தளிரை 2 தேக்கரண்டி சீரகத்துடனும் சிறிது வெங்காயத்துடனும் மசித்து 1 குவளை நீர்விட்டு கொதிக வைத்து பாதியை காலையிலும் மீதியை மாலையிலுமாக 3 நாள் பருகுதல்

உடல் பெலிய:- இலந்தை இலையை மைபோல் அரைத்து கழுநீருடன் கலந்து கஞ்சியாக காய்ச்சிக் குடித்தல்.

உசாத்துணை நூல்கள்

1. சி.கண்ணுச்சாமி, ஆரோக்கியவாழ்வும் அதற்குரிய மூலிகை மருந்துகளும், விநாயகதருமநிதிய வெளியீடு, பருத்தித்துறை
2. குச்சமாமா, குடும்ப வைத்தியம், மங்களநூலகம், சென்னை, 1957
3. S.S குப்தா, குடும்ப வைத்தியம், ஸ்ரீமகள் கம்பனி, சென்னை, 1982
4. எஸ்.சோமசுந்தரம், மருத்துவ தாவரவியல், இளங்கோ பதிப்பகம் பாளையங்கோட்டை 1997
5. இ.மங்களாம்பிகை அம்மாள், மூலநோய்களும் முறையான சிகிச்சைகளும், மங்களபதி வெளியீடு, நல்லூர் 1994
6. V.முத்தையா ஜோன், சித்தவைத்திய சிகிச்சைக் கிரமம், கலாபவன அச்சகம், பருத்தித்துறை 1972
7. க.ச.முருகேசு முதலியார், பொருட்பண்பு நூல் பயிர்வகுப்பு குணபாடம் (மூலிகை வகுப்பு) முதற் பாகம் தமிழ்நாடு சித்தமருத்துவ வாரியம் சென்னை, 1988
8. என்.ஜனார்த்தனன், மூலிகைகள் மருத்துவ குண அகராதி, நர்மதா பதிப்பகம், 1993
9. . நோய்தீர்க்கும் பச்சிலைகள்
10. விநாயக தருமநிதியம் உடல்வாழ்வும் மூலிகை மருத்துவமும் உணவு வகைகளும், பருத்தித்துறை 1992, 1996

அட்டவணை

தாவரம்	தாவரவியற் பெயர்	பக்கம்
1. அகத்தி	SESBANIA GRANDIFLORA	103
2. அகில்	AQUILARIA AGALLOCHA	14
3. அதிமதுரம்	GLYCYRRHIZA GLABRA	60
4. அத்தி	FICUS RACE MOSA	57
5. அபின்	PAPAVER SOMNIFERUM	87
6. அம்மான் பச்சரிசி	EUPHORBIA HIRTA	52
7. அரசு	FICUS RELIGIOSA	58
8. அருநெல்லி	PHYLLANTHUS DISTICHUS	91
9. அலரி	NERIUM ODORUM	81
10. அல்லி	NYMPHAEA STELLATA	83
11. அவரை	DOLICHOS LABLAB	46
12. அவுரி	INDIGOFERA TINCTORIA	68
13. அழிஞ்சில்	ALANGIUM ECAPETALUM	07
14. அறக்கீரை	AMARANTUS TRISTIS	11
15. அறுகு	CYNODON DACTYLON	42
16. அறோட்டுக்கிழங்கு	MARANTHA ARUNDINACEAE	75
17. அன்னமுன்னா	ANNONA SQUAMOSA	13
18. அன்னாசி	ANANUS SATIVUS	12
19. ஆகாயத்தாமரை	PISTIA STRATIOTEUS	95
20. ஆடாதோடை	ADHATODA VASICA	04
21. ஆடுதின்னாப்பாலை	ARISTOLOCHIA BRACTEOLATA	16
22. ஆமணக்கு	RICINUS COMMUNIS	70
23. ஆல்	FICUS BENGHALENSIS	57
24. ஆவாரை	CASSIA AURICULATA	29
25. ஆனைக்கற்றாளை	AGAVE AMERICANA	07
26. ஆனைநெருஞ்சி	PEDALIUM MUREX	09
27. இஞ்சி	ZINGIBER OFFICINALIS	117
28. இத்தி	FIGUS RETUSA	58
29. இம்பூறல்	HEDYOTIS PUBERIA	63
30. இயங்கு	AZIMA TETRACANTHA	19

31. இலந்தை	ZIZYPHUS JUJUBA	118
32. இலாமிச்சை	ANDROPOGON SQUARROSUS	13
33. இலுப்பை	BASSIA LONGIFOLIA	20
34. இலைக்கள்ளி	EURYA JAPONICA	54
35. ஈச்சுரமூலி	ARISTOLOCHIA INDICA	17
36. ஈந்து	PHOENIX SYLVESTRIS	91
37. உயில்	ALBIZZIA AMARA	08
38. உருளைக்கிழங்கு	SOLANUM TUBEROSUM	106
39. உழுந்து	PHASEOLUS SATIVUS	90
40. உள்ளி	ALLIUM SATIVUM	09
41. ஊசித்தகரை	CASSIA TORA	31
42. ஊமத்தை	DATURA METEL	44
43. எருக்கலை	CALOTROPIS GIGANTIA	24
44. எலுமிச்சை	CITRUS ACIDA	34
45. எள்	SESAMUM ORIENTALE	102
46. ஏலக்காய்	ELETTARIA CARDAMOMUN	47
47. ஒதி	ODINA WODIER	85
48. ஒமம்	CARUM COPTICUM	28
49. ஓரிதழ்தாமரை	HYBANTHUS ERNEASPERMUS	66
50. கஞ்சா	CANNABIS SATIVA	25
51. கஞ்சாங்கோரை	OCIMUM AMERICANUM	83
52. கடம்பு	ANTHOCEPHALUS CADAMBA	14
53. கடுகு	BRASSICA JUNCEA	23
54. கடுக்காய்	TERMINALIA CHEBULA	112
55. கண்டங்கத்தரி	SOLANUM XANTHOCARPUM	107
56. கமுகு	ARECA KATECHU	15
57. கரம்பு	EUGENIA AROMATICA	51
58. கரிசிலாங்கண்ணி	ECLIPTA ALBA	47
59. கருஞ்சீரகம்	NIGELLA SATIVA	82
60. கரும்பு	SACCHARUM OFFICINARUM	100
61. கருவேலமரம்	ACACIA INDICA	01
62. கல்யாணமுருங்கை	ERYTHRINA INDICA	50
63. கறிமுருங்கை	MORINGA OLEIFERA	79
64. கறிவேப்பிலை	MURRAYA KOENIGII	79

65. கறுத்தப்பூக்கொடி	CLITORIA TERNATEA	35
66. கறுவா	CINNAMOMUM ZEYLANICUM	32
67. கற்பூரவெள்ளி	COLEUS AMBOINICUS	36
68. கஸ்தூரிமஞ்சள்	BERBERIS ARISTATA	21
69. காஞ்சுரை	STRYCHNOS NUX - VOMICA	108
70. காட்டாமணக்கு	JATROPHA GOSSYPIFOLIA	70
71. காட்டுத்தக்காளி	PHYSALIS MINIMA	93
72. காட்டுப்பற்படாகம்	HEDYOTIS CORYMBOSA	62
73. காத்தோட்டி	CAPPARIS ZEYLANICA	26
74. காய்வேளை	TEPHRONA PURPURIA	111
75. காரை	CANTHIUM COROMANDELICUM	29
76. கார்த்திகைப்பூக்கொடி	GLORIOSA SUPERBA	60
77. காவட்டம்புல்	ANDROPOGON NARDUS	13
78. கிடைச்சி	AESCHYNOMENE INDICA	06
79. கித்துள்பனை	CARYOTAURENS	28
81. கிலுகிலுப்பை	CROTOLARSA VERRUCOSA	39
82. கிளா	CARISSA SPINARUM	28
83. கீரை	AMARANTHUS OLERACEUS	11
84. கீழ்க்காய்நெல்லி	PHYLLANTHUS NIRURI	92
85. குங்குலியம்	SHOREA ROBUSTA	103
86. குங்குமப்பூ	CROUS SATIVUS	40
87. குண்டுமணி	ABRUS PRECATORIUS	01
88. குப்பைமேனி	ACALYPHA INDICA	02
89. குரக்கன்	ELEUSINE CORACANA	48
90. குறிஞ்சா	DREGEA VOLUBILIS	46
91. கெக்கரிக்காய்	CUCUMIS SATIVUS	40
92. கொடிக்கள்ளி	EUPHORBIA TIRUCALLI	54
93. கொடித்தோடை	PASSIFLORA CAERVLEA	88
94. கொடிப்பசளி	BASELLA ALBA	20
95. கொட்டி	APONOGETON NATANS	14
96. கொத்தமல்லி	CORIANDRUM SATIVUM	38
97. கொத்தவரை	DOLICHOS FABAEFORMIS	46
98. கொய்யா	PSIDIUM GUAJAVA	98

99. கொறுக்காய்புளி	GARCINIA CAMBOGIA	58
100. கொவ்வை	COCCINEA CORDIFOLIA	35
101. கொன்றை	CASSIA FISTULA	30
102. கோப்பி	COFFEA ARABICA	36
103. கோரை	CYPERUS ROTUNDUS	43
104. சஞ்சீவி	EUCALYPTUS GLOBULUS	50
105. சட்டிக்கருணை	AMORPHOPHALLUS CAMPANULATUS	11
106. சணல்	CROTALARIA JUNCEA	39
107. சண்டி	PISONIA ALBA	94
108. சதாவேரி	ASPARAGUS RACEMOSUS	17
109. சதுரக்கள்ளி	EUPHORBIA ANTIQUORUM	52
110. சவுக்கு	CASUARINA EQUISETIFOLIA	31
111. சவ்வரிசி	METROXYLON SAGO	76
112. சாம்பிராணி	STYRAN BENZOIN DRYANDER	109
113. சாறணை	TRIANTHEMA MONOGYNA	114
114. சித்திரப்பாலாவி	EUPHORBIA THYMIFOLIA	53
115. சித்திரமூலம்	PLUMBAGO ZEYLANICO	95
116. சிவனார்வேம்பு	INDIGOFERA ASPALATHOIDES	67
117. சிறியாநங்கை	POLYGALA GRINERISIS	96
118. சிறுகுறிஞ்சா	CYMNEMA SYLVESTRE	61
119. சிறுவெங்காயம்	ALLIUM ASCALONIUM	09
120. சிற்றரத்தை	ALPINIA OFFICINALIS	10
121. சிற்றாமுட்டி	SIDA RHOMBIFOLIA	104
122. சீந்தில்	TINOSPORA CORDIFOLIA	114
123. சீரகம்	CUMINUM CYMINUM	41
124. சுண்டங்கத்தரி	SOLANUM TORUM	105
125. சுரை	LAGENARIA VULGARIS	71
126. சூரியகாந்தி	HELIANTHUS ANNUS	63
127. செஞ்சந்தனம்	PTEROCARPUS SANTALINUS	99
128. செருப்படை	GLINUS LOTOIDES	59
129. செவ்வரத்தை	HIBISCUS ROSASINENSIS	65
130. சேம்பு	COLOCASIA ESCULENTA	37
131. சொதிமுல்லை	PREMNA PROCUMBENS	97
132. தயிர்வளை	GYNANDROPSIS PENTAPHYLLA	62

133.	தவசிமுருங்கை	PHYLLANTHUS	91
134.	தாமரை	NELUMBIUM SPECIOSUM	80
135.	தான்றி	TERMINALIA BELERICA	112
136.	திப்பிலி	PIPER LONGUM	94
137.	திராட்சை	VITIS VINIFERA	116
138.	திருநீற்றுப்பச்சை	OCIMUM BASILICUM	84
139.	தில்லை	EXCOECARIA AGALLOCHA	55
140.	துத்தி	ABUTILON HIRTUM	01
141.	துயிலிக்கரை	ACHYRANTHES POLYGONOIDES	03
142.	துவரை	CAJANUS INDICUS	23
143.	துளசி	OCIMUM SANCTUM	84
144.	துாதுவளை	SOLANUM TRILOBATUM	106
145.	தென்னை	COCOS NUCIFERA	36
146.	தேக்கு	TECTONA GRANDIS	110
147.	தேங்காய்ப்பூக்கீரை	AERVA LANATA	05
148.	தேயிலை	CAMELLIA SINENSIS	25
149.	தேவதாரம்	CEDRELA TOONA	32
150.	தேற்றான்	STRYCHNOS POTATORIUM	109
151.	தொட்டாற்குருங்கி	MIMOSA PUDICA	76
152.	தோடை	CITRUS AURANTIUM	34
153.	நந்தியாவட்டை	REJONA DICHOTOMA	109
154.	நறுவிலி	CORDI DOMESTICA	37
155.	நன்னாரி	HEMIDESMUS INDICUS	64
156.	நாகதாளி	OPUNTIA DILLENII	86
157.	நாகமல்லி	RHINACANTHUS NASUTUS	100
158.	நாணல்	SACCHARUM SPONTANEUM	102
159.	நாயுருவி	ACHYRANTHES ASPERA	03
160.	நாவல்	SYZYGIIUM CUMIUM	51
161.	நிலவேம்பு	ANDROGRAPHIS PANICULATA	12
162.	நீர்ப்பிரமி	HERPESTIS MONNIERII	19
163.	நீர்முள்ளி	HYGROPHILA SPINOSA	17
164.	நுணா	MORINDA TINCTORIA	78
165.	நெருஞ்சி	TRIBULUS TERRESTRIS	115
166.	நெல்	ORYZA SATIVA	86

167. நெல்லி	EMBLICA OFFICINALIS	48
168. நொச்சி	VITEX NEGUNDO	116
169. பசளி	BASELLA RUBRA	20
170. பட்டி	LOCHNERA ROSEA	31
171. பப்பாளி	CARICA PAPAYA	27
172. பயறி	PORTULACA GUADRIFIDA	97
173. பயறு	PHASEOLUS MUNGO	90
174. பருத்தி	GOSSYPIUM HERBACEUM	61
175. பவளமல்லி	NYCTHINTHES ATBOR TRISTIS	82
176. பழம்பாசி	SIDA RHOMBIFOLIA	104
177. பற்படாகம்	MOLLUGO CERVIAMA	77
178. பனை	BORASSUS FLABELIFER	23
179. பனங்கற்றாளை	CYMBIDIUM BICOLOR	42
180. பாகல்	MOMORDICA CHARANTIA	77
181. பாதிரி	STEREOSPERMUM SUAVEOLENS	108
182. பாம்புக்கற்றாளை	SANSEVIERIA ZEYLANICA	102
183. பார்லி	HORDUM VULGARE	65
184. பாவட்டை	PAVETTA INDICA	88
185. பிரண்டை	VITIS QUADRANGULARIS	32
186. பிரமதண்டு	ARGEMONE MEXICANA	15
187. பிள்ளைக்கற்றாளை	ALOE VERA	10
188. பீர்க்கு	LUFFA ACUTANGULA	74
189. பீனாறிமரம்	STERCULIA FOETIDA	107
190. புகையிலை	NICOTIANA TABACUM	81
191. பூங்கு	DERRIS INDICA	45
192. புடோல்	TRICHOSANTHES ANGUINA	115
193. புதினா	MENTHA SPICATA	75
194. புளி	TAMARINDUS INDICUS	110
195. புளிப்புக்கீரை	PORTULACA OLERACEA	97
196. புளியாரை	OXALIS ESCULENTUM	87
197. புள்ளடி	DESMODIUM TRIFLORUM	45
198. புன்னை	CALOPHYLLUM INOPHYLLUM	24
199. பூசணி	CUCURBITA MAXIMA	41
200. பூவரசு	THESPESIA INDICUS	113

201.	பெருங்காயம்	FERULA FOETIDA	56
202.	பெருஞ்சீருகம்	PIMPINELLA ANISUM	93
203.	பேயாவாரை	CASSIA OCCIDENTALIS	30
204.	பேய்க்கொம்மட்டி	CITRULLUS COLOCYNTHUS	33
205.	பேரீந்து	PHOENIX DACTILIFERA	90
206.	பொடுதலை	PHYLA NODIFLORA	73
207.	பொன்னாங்காணி	ALTERNANTHERA TRIANDRA	11
208.	மங்குஸ்தான்	GARCINIA MANGOSTANA	59
209.	மஞ்சள்	CURCUMA DOMESTICA	41
210.	மஞ்சள் அலரி	THEVETIA PERUVIANA	113
211.	மஞ்சள் கருசலாங்கண்ணி	WDELIA CHAIRENSIS	117
212.	மணித்தக்காளி	SOLANUM NIGRUM	105
213.	மந்தாரை	BAUHINIA PURPUREA	21
214.	மரமஞ்சள்	COSCINIMUM FENESTRATUM	38
215.	மரமுந்திரிகை	ANACARDIUM OCCIDENTALE	12
216.	மருது	TERMINALIA ARJUNA	111
217.	மருதோன்றி	LAWSONIA INERMIS	71
218.	மல்லிகை	JASMINUM SAMBAC	69
219.	மா	MANGIFERA INDICA	74
220.	மாதுளை	PUNICA GRANATUM	99
221.	மாவிலங்கை	CRATAEVA RELIGIOSA	38
222.	மாண்கள்ளி	CARALLUMA FIMBRIATA	26
223.	மிளகாய்	CAPSICUM ANNUM	26
224.	மிளகு	PIPER NIGRUM	94
225.	முசுட்டை	IPOMOEA CANDICAMS	69
226.	முசுமுசுக்கை	BLASTONIA GARCINI	22
227.	முடக்கொத்தான்	CARCTIOSPERMUM HELICACABUM	27
228.	முடிதும்பை	LEUCAS ZEYLANICA	72
229.	முயற்காதிலை	LUDWIGIA PARVI FLORA	73
230.	முலாம்	CITRULLUS VULGARIS	33
231.	முள்ளங்கி	RAPHANUS VULGARIS	100
232.	மூக்கிரட்டை	BOERHAAVIA DIFFUSA	22
233.	மூங்கில்	BAMBUS ARUNDINACEACE	20
234.	வசம்பு	ACORUS CALAMUS	03

235.	வட்டுக்கத்தரி	SOLANUM INDICUM	104
236.	வண்டுக்கொல்லி	CASSIA ALATA	29
237.	வரகு	PASPALUM LUMENTACEUM	88
238.	வல்லாரை	CENTELLA ASIATICA	66
239.	வாகை	MIMOSA LEBBEK	08
240.	வாசனைப்புல்	CYMBOPOGON CITRATUS	42
241.	வாதநாரணி	DELONIX ELATA PHLOMIDES	45
242.	வாதமடக்கி	CLERODENDRON	34
243.	வாதுமை	PRUNUS AMYGDALNS	98
244.	வால்மிளகு	PIPER CBEBA	93
245.	வாழை	MUSA SAPIENTUM	80
246.	விடத்தல்	DICHROSTACHYS CINEREA	46
247.	விடமுங்கில்	CRINUM ASIATICUM	39
248.	வில்வம்	AEGLE MARMELOS	05
249.	விளா	FERONIA ELEPANTUM	56
250.	விஷ்ணுகிரந்தி	EVOLVULUS ALSINOIDES	55
251.	வெங்காயம்	ALLIUM ASCALONIUM	09
252.	வெட்டொட்டி	PAVONIA HASTATA	89
253.	வெண்டை	HIBISUS ESCULENTU	64
254.	வெந்தயம்	TRIGONELLA FOENUM - GRAECUM	16
255.	வெள்ளரி	LUCUMIS MELO	40
256.	வெள்ளறுகு	ENICOSTEMA VERTICILLARE	49
257.	வேங்கை	PTELOCARPUS MARSUPIUM	98
258.	வேம்பு	AZADIRACHTA INDICA	18
259.	வேர்க்கடலை	ARACHIS HYPOGAEA	15
260.	வேலிப்பருத்தி	PERGULARIA DAEMIA	43
261.	றோசா	ROSA GALLICA	101

மஞ்சள் கரிசிலாங்கண்ணி

WEDELIA CHAIRENSIS

Eng:- COMPOSITAE

வேறுபெயர்:- பொற்றலைக்கரிசிலாங்கண்ணி

இது பொன்னாங்காணித் தாவரம் போல் நிலத்தில் படர்ந்து வளரும் மஞ்சள் நிறப்பூக்களைக் கொண்ட செடியாகும். இத்தாவரம் தனியாகவும் பருப்புடன் சேர்த்தும் சமைக்கப்படுகின்றது. வெள்ளைக் கரிசிலாங்கண்ணியின் இலையைப்போன்ற இதன் இலை இளம் பச்சை நிறமானது. தண்டு மஞ்சள் கலந்த பச்சை நிறத்தையுடையது. ஈர் தொடர்பான நோய்களுக்கு இது சிறந்த மருந்தாகும்.

மஞ்சட்காமாலை:- இதன் இலையை மைபோல அரைத்து அதில் தேசிக்காய் அளவை தயிரில் கலந்து மூன்று நாள் காலையில் குடிக்கவேண்டும் அந்நாட்களில் உப்பில்லாத மோருமஞ் சோறும் பத்தியமாக உண்ணவேண்டும்.

உள்நாக்கு வளர்தல்:- கரிசிலாங்கண்ணிச் சாற்றுடன் கால்பாகம் நல்லெண்ணெய் கலந்து காய்ச்சிய எண்ணெயை வடித்து மறுபடி, மறுபடி அதே சாற்றுடன் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டிப் பெறுவது "மடக்குக் கரிசாலைத் தைலமாகும்" ஒரு தென்னம் ஈர்க்கின் நுனியில் பஞ்சைச் சுற்றி இத்தலைத்தில் தோய்த்து அண்ணாக்கில் பூசுவதும் இவ்வெண்ணெயை வாயில் நெடுநேரம் வைத்திருந்து கொப்பளித்துத் துப்புவதும் சிறந்த மருந்தாகும்.

இஞ்சி

ZINGIBER OFFICINALIS

Eng:- GINGER

ZINGIBERACEAE

வேறுபெயர்கள்:- அல்லம்

இது ஈரவலயத்தில் அதிக அளவு வளர்க்கப்படும் தாவரத்தின் நிலக்கீழ்த்தண்டு ஆகும். இதனைப் பக்குவப்படுத்தித் காயவைத்துப் பெறப்படுவதே வேற்கொம்பு அல்லது சுக்கு ஆகும்.

"சுக்கிற்கு மஞ்சிய மருந்தில்லை" என்பர்.

இஞ்சி, சுக்கு என்பன மருத்துவத்தில் அதிகம் பயன்படுபவை ஆகும்.

நரை, திரை நீங்கி உடல் நலம் பெற:- தோல் நீக்கிய இஞ்சியை சிறு துண்டுகளாக்கி சிறிது உலர்த்தி அரைப்பங்கு தேன் விட 21நாளில் அது கற்பமாகும். இதில் காலை மாலை ஒரு துண்டுவிதம் உண்ணல் வேண்டும்.

இலந்தை
ZIZYPHUS JUJUBA
JUJUBS Furit

வேறுபெயர்கள்:- குல்வலி

தெரு ஓரங்களிலும் தானே வளரும் முள்ளுள்ள சிறுமரமாகும். இதன் பழம் புளிப்பு கலந்த சுவையானது. இதன் இலை மருத்துவத்தில் பயன்படுகின்றது.

சீதபேதி குணமாக:- கைப்பிடியளவு இளந்தளிரை 2 தேக்கரண்டி சீரகத்துடனும் சிறிது வெங்காயத்துடனும் மசித்து 1 குவளை நீர்விட்டு கொதிக வைத்து பாதியை காலையிலும் மீதியை மாலையிலுமாக 3 நாள் பருகுதல்

உடல் பெலிய:- இலந்தை இலையை மைபோல் அரைத்து கழுநீருடன் கலந்து கஞ்சியாக காய்ச்சிக் குடித்தல்.

உசாத்துணை நூல்கள்

1. சி.கண்ணுச்சாமி, ஆரோக்கியவாழ்வும் அதற்குரிய மூலிகை மருந்துகளும், விநாயகதருமநிதிய வெளியீடு, பருத்தித்துறை
2. குச்சமாமா, குடும்ப வைத்தியம், மங்களநூலகம், சென்னை, 1957
3. S.S குப்தா, குடும்ப வைத்தியம், ஸ்ரீமகள் கம்பனி, சென்னை, 1982
4. எஸ்.சோமசுந்தரம், மருத்துவ தாவரவியல், இளங்கோ பதிப்பகம் பாளையங்கோட்டை 1997
5. இ.மங்களாம்பிகை அம்மாள், மூலநோய்களும் முறையான சிகிச்சைகளும், மங்களபதி வெளியீடு, நல்லூர் 1994
6. V.முத்தையா ஜோன், சித்தவைத்திய சிகிச்சைக் கிரமம், கலாபவன அச்சகம், பருத்தித்துறை 1972
7. க.ச.முருகேசு முதலியார், பொருட்பண்பு நூல் பயிர்வகுப்பு குணபாடம் (மூலிகை வகுப்பு) முதற் பாகம் தமிழ்நாடு சித்தமருத்துவ வாரியம் சென்னை, 1988
8. என்.ஜனார்த்தனன், மூலிகைகள் மருத்துவ குண அகராதி, நர்மதா பதிப்பகம், 1993
9. . நோய்தீர்க்கும் பச்சிலைகள்
10. விநாயக தருமநிதியம் உடல்வாழ்வும் மூலிகை மருத்துவமும் உணவு வகைகளும், பருத்தித்துறை 1992, 1996

அட்டவணை

தாவரம்	தாவரவியற் பெயர்	பக்கம்
1. அகத்தி	SESBANIA GRANDIFLORA	103
2. அகில்	AQUILARIA AGALLOCHA	14
3. அதிமதுரம்	GLYCYRRHIZA GLABRA	60
4. அத்தி	FICUS RACEMOSA	57
5. அபின்	PAPAVER SOMNIFERUM	87
6. அம்மான் பச்சரிசி	EUPHORBIA HIRTA	52
7. அரசு	FICUS RELIGIOSA	58
8. அருநெல்லி	PHYLLANTHUS DISTICHUS	91
9. அலரி	NERIUM ODORUM	81
10. அல்லி	NYMPHAEA STELLATA	83
11. அவரை	DOLICHOS LABLAB	46
12. அவரி	INDIGOFERA TINCTORIA	68
13. அழிஞ்சில்	ALANGIUM ECAPETALUM	07
14. அறக்கீரை	AMARANTUS TRISTIS	11
15. அறுகு	CYNODON DACTYLON	42
16. அறோட்டுக்கிழங்கு	MARANTHA ARUNDINACEAE	75
17. அன்னமுன்னா	ANNONA SQUAMOSA	13
18. அன்னாசி	ANANUS SATIVUS	12
19. ஆகாயத்தாமரை	PISTIA STRATIOTEUS	95
20. ஆடாதோடை	ADHATODA VASICA	04
21. ஆடுதின்னாப்பாலை	ARISTOLOCHIA BRACTEOLATA	16
22. ஆமணக்கு	RICINUS COMMUNIS	70
23. ஆல்	FICUS BENGHALENSIS	57
24. ஆவாரை	CASSIA AURICULATA	29
25. ஆனைக்கற்றாளை	AGAVE AMERICANA	07
26. ஆனைநெருஞ்சி	PEDALIUM MUREX	09
27. இஞ்சி	ZINGIBER OFFICINALIS	117
28. இத்தி	FIGUS RETUSA	58
29. இம்பூறல்	HEDYOTIS PUBERIA	63
30. இயங்கு	AZIMA TETRACANTHA	19

31. இலந்தை	ZIZYPHUS JUJUBA	118
32. இலாமிச்சை	ANDROPOGON SQUARROSUS	13
33. இலுப்பை	BASSIA LONGIFOLIA	20
34. இலைக்கள்ளி	EURYA JAPONICA	54
35. ஈச்சுரமுலி	ARISTOLOCHIA INDICA	17
36. ஈந்து	PHOENIX SYLVESTRIS	91
37. உயில்	ALBIZZIA AMARA	08
38. உருளைக்கிழங்கு	SOLANUM TUBEROSUM	106
39. உழுந்து	PHASEOLUS SATIVUS	90
40. உள்ளி	ALLIUM SATIVUM	09
41. ஊசித்தகரை	CASSIA TORA	31
42. ஊமத்தை	DATURA METEL	44
43. எருக்கலை	CALOTROPIS GIGANTIA	24
44. எலுமிச்சை	CITRUS ACIDA	34
45. எள்	SESAMUM ORIENTALE	102
46. ஏலக்காய்	ELETTARIA CARDAMOMUN	47
47. ஒதி	ODINA WODIER	85
48. ஒமம்	CARUM COPTICUM	28
49. ஓரிதழ்தாமரை	HYBANTHUS ERNEASPERMUS	66
50. கஞ்சா	CANNABIS SATIVA	25
51. கஞ்சாங்கோரை	OCIMUM AMERICANUM	83
52. கடம்பு	ANTHOCEPHALUS CADAMBA	14
53. கடுகு	BRASSICA JUNCEA	23
54. கடுக்காய்	TERMINALIA CHEBULA	112
55. கண்டங்கத்தரி	SOLANUM XANTHOCARPUM	107
56. கமுகு	ARECA KATECHU	15
57. கரம்பு	EUGENIA AROMATICA	51
58. கரிசிலாங்கண்ணி	ECLIPTA ALBA	47
59. கருஞ்சீரகம்	NIGELLA SATIVA	82
60. கரும்பு	SACCHARUM OFFICINARUM	100
61. கருவேலமரம்	ACACIA INDICA	01
62. கல்யாணமுருங்கை	ERYTHRINA INDICA	50
63. கறிமுருங்கை	MORINGA OLEIFERA	79
64. கறிவேப்பிலை	MURRAYA KOENIGII	79

65. கறுத்தப்பூக்கொடி	CLITORIA TERNATEA	35
66. கறுவா	CINNAMOMUM ZEYLANICUM	32
67. கற்பூரவெள்ளி	COLEUS AMBOINICUS	36
68. கஸ்தூரிமஞ்சள்	BERBERIS ARISTATA	21
69. காஞ்சுரை	STRYCHNOS NUX - VOMICA	108
70. காட்டாமணக்கு	JATROPHA GOSSYPIFOLIA	70
71. காட்டுத்தக்காளி	PHYSALIS MINIMA	93
72. காட்டுப்பற்படாகம்	HEDYOTIS CORYMBOSA	62
73. காத்தோட்டி	CAPPARIS ZEYLANICA	26
74. காய்வேளை	TEPHRONA PURPURIA	111
75. காரை	CANTHIUM COROMANDELICUM	29
76. கார்த்திகைப்பூக்கொடி	GLORIOSA SUPERBA	60
77. காவட்டம்பூல்	ANDROPOGON NARDUS	13
78. கிடைச்சி	AESCHYNOMENE INDICA	06
79. கித்துள்பனை	CARYOTA URENS	28
81. கிலுகிலுப்பை	CROTOLARSA VERRUCOSA	39
82. கிளா	CARISSA SPINARUM	28
83. கீரை	AMARANTHUS OLERACEUS	11
84. கீழ்க்காய்நெல்லி	PHYLLANTHUS NIRURI	92
85. குங்குலியம்	SHOREA ROBUSTA	103
86. குங்குமப்பூ	CROUS SATIVUS	40
87. குண்டுமணி	ABRUS PRECATORIUS	01
88. குப்பைமேனி	ACALYPHA INDICA	02
89. குரக்கன்	ELEUSINE CORACANA	48
90. குறிஞ்சா	DREGEA VOLUBILIS	46
91. கெக்கரிக்காய்	CUCUMIS SATIVUS	40
92. கொடிக்கள்ளி	EUPHORBIA TIRUCALLI	54
93. கொடித்தோடை	PASSIFLORA CAERVLEA	8
94. கொடிப்பசளி	BASELLA ALBA	20
95. கொட்டி	APONOGETON NATANS	14
96. கொத்தமல்லி	CORIANDRUM SATIVUM	38
97. கொத்தவரை	DOLICHOS FABAEFORMIS	46
98. கொய்யா	PSIDIUM GUAJAVA	98

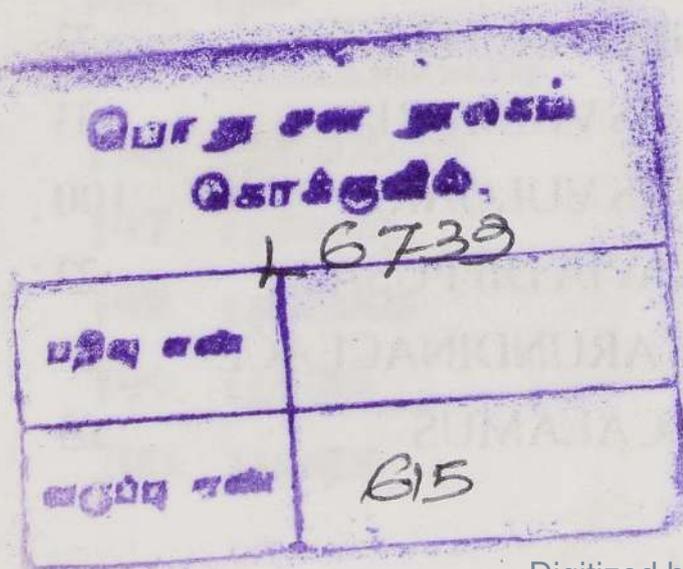
99. கொறுக்காய்புளி	GARCINIA CAMBOGIA	58
100. கொவ்வை	COCCINEA CORDIFOLIA	35
101. கொன்றை	CASSIA FISTULA	30
102. கோப்பி	COFFEA ARABICA	36
103. கோரை	CYPERUS ROTUNDUS	43
104. சஞ்சீவி	EUCALYPTUS GLOBULUS	50
105. சட்டிக்கருணை	AMORPHOPHALLUS CAMPANULATUS	11
106. சணல்	CROTALARIA JUNCEA	39
107. சண்டி	PISONIA ALBA	94
108. சதாவேரி	ASPARAGUS RACEMOSUS	17
109. சதுரக்கள்ளி	EUPHORBIA ANTIQUORUM	52
110. சவுக்கு	CASUARINA EQUISETIFOLIA	31
111. சவ்வரிசி	METROXYLON SAGO	76
112. சாம்பிராணி	STYRAN BENZOIN DRYANDER	109
113. சாறணை	TRIANTHEMA MONOGYNA	114
114. சித்திரப்பாலாவி	EUPHORBIA THYMIFOLIA	53
115. சித்திரமூலம்	PLUMBAGO ZEYLANICO	95
116. சிவனார்வேம்பு	INDIGOFERA ASPALATHOIDES	67
117. சிறியாநங்கை	POLYGALA GRINERISIS	96
118. சிறுகுறிஞ்சா	CYMNEMA SYLVESTRE	61
119. சிறுவெங்காயம்	ALLIUM ASCALONIUM	09
120. சிற்றரத்தை	ALPINIA OFFICINALIS	10
121. சிற்றாமுட்டி	SIDA RHOMBIFOLIA	104
122. சீந்தில்	TINOSPORA CORDIFOLIA	114
123. சீரகம்	CUMINUM CYMINUM	41
124. சுண்டங்கத்தரி	SOLANUM TORUM	105
125. சுரை	LAGENARIA VULGARIS	71
126. சூரியகாந்தி	HELIANTHUS ANNUS	63
127. செஞ்சந்தனம்	PTEROCARPUS SANTALINUS	99
128. செருப்படை	GLINUS LOTOIDES	59
129. செவ்வரத்தை	HIBISCUS ROSASINENSIS	65
130. சேம்பு	COLOCASIA ESCULENTA	37
131. சொதிமுல்லை	PREMNA PROCUMBENS	97
132. தயிர்வளை	GYNANDROPSIS PENTAPHYLLA	62

133. தவசிமுருங்கை	PHYLLANTHUS	91
134. தாமரை	NELUMBIUM SPECIOSUM	80
135. தான்றி	TERMINALIA BELERICA	112
136. திப்பிலி	PIPER LONGUM	94
137. திராட்சை	VITIS VINIFERA	116
138. திருநீற்றுப்பச்சை	OCIMUM BASILICUM	84
139. தில்லை	EXCOECARIA AGALLOCHA	55
140. துத்தி	ABUTILON HIRTUM	01
141. துயிலிக்கரை	ACHYRANTHES POLYGONOIDES	03
142. துவரை	CAJANUS INDICUS	23
143. துளசி	OCIMUM SANCTUM	84
144. தூதுவளை	SOLANUM TRILOBATUM	106
145. தென்னை	COCOS NUCIFERA	36
146. தேக்கு	TECTONA GRANDIS	110
147. தேங்காய்ப்பூக்கீரை	AERVA LANATA	05
148. தேயிலை	CAMELLIA SINENSIS	25
149. தேவதாரம்	CEDRELA TOONA	32
150. தேற்றான்	STRYCHNOS POTATORIUM	109
151. தொட்டாற்குருங்கி	MIMOSA PUDICA	76
152. தோடை	CITRUS AURANTIUM	34
153. நந்தியாவட்டை	REJONA DICHOTOMA	109
154. நறுவிலி	CORDI DOMESTICA	37
155. நன்னாரி	HEMIDESMUS INDICUS	64
156. நாகதாளி	OPUNTIA DILLENII	86
157. நாகமல்லி	RHINACANTHUS NASUTUS	100
158. நாணல்	SACCHARUM SPONTANEUM	102
159. நாயுருவி	ACHYRANTHES ASPERA	03
160. நாவல்	SYZYGIIUM CUMIUM	51
161. நிலவேம்பு	ANDROGRAPHIS PANICULATA	12
162. நீர்ப்பிரமி	HERPESTIS MONNIERII	19
163. நீர்முள்ளி	HYGROPHILA SPINOSA	17
164. நுணா	MORINDA TINCTORIA	78
165. நெருஞ்சி	TRIBULUS TERRESTRIS	115
166. நெல்	ORYZA SATIVA	86

167. நெல்லி	EMBLICA OFFICINALIS	48
168. நொச்சி	VITEX NEGUNDO	116
169. பசளி	BASELLA RUBRA	20
170. பட்டி	LOCHNERA ROSEA	31
171. பப்பாளி	CARICA PAPAYA	27
172. பயறி	PORTULACA GUADRIFIDA	97
173. பயறு	PHASEOLUS MUNGO	90
174. பருத்தி	GOSSYPIUM HERBACEUM	61
175. பவளமல்லி	NYCTHYNTHES ATBOR TRISTIS	82
176. பழம்பாசி	SIDA RHOMBIFOLIA	104
177. பற்படாகம்	MOLLUGOCERVIAMA	77
178. பனை	BORASSUS FLABELIFER	23
179. பனங்கற்றாளை	CYMBIDIUM BICOLOR	42
180. பாகல்	MOMORDICA CHARANTIA	77
181. பாதிரி	STEREOSPERMUM SUAVEOLENS	108
182. பாம்புக்கற்றாளை	SANSEVIERIA ZEYLANICA	102
183. பார்லி	HORDUM VULGARE	65
184. பாவட்டை	PAVETTA INDICA	88
185. பிரண்டை	VITIS QUADRANGULARIS	32
186. பிரமதண்டு	ARGEMONE MEXICANA	15
187. பிள்ளைக்கற்றாளை	ALOE VERA	10
188. பீர்க்கு	LUFFA ACUTANGULA	74
189. பீனாறிமரம்	STERCULIA FOETIDA	107
190. புகையிலை	NICOTIANA TABACUM	81
191. பூங்கு	DERRIS INDICA	45
192. புடோல்	TRICHOSANTHES ANGUINA	115
193. புதினா	MENTHA SPICATA	75
194. புளி	TAMARINDUS INDICUS	110
195. புளிப்புக்கீரை	PORTULACA OLERACEA	97
196. புளியாரை	OXALIS ESCULENTUM	87
197. புள்ளடி	DESMODIUM TRIFLORUM	45
198. புன்னை	CALOPHYLLUM INOPHYLLUM	24
199. பூசணி	CUCURBITA MAXIMA	41
200. பூவரசு	THESPESIA INDICUS	113

201. பெருங்காயம்	FERULA FOETIDA	56
202. பெருஞ்சீருகம்	PIMPINELLA ANISUM	93
203. பேயாவாரை	CASSIA OCCIDENTALIS	30
204. பேய்க்கொம்மட்டி	CITRULLUS COLOCYNTHUS	33
205. பேரீந்து	PHOENIX DACTYLIFERA	90
206. பொடுதலை	PHYLA NODIFLORA	73
207. பொன்னாங்காணி	ALTERNANTHERA TRIANDRA	11
208. மங்குஸ்தான்	GARCINIA MANGOSTANA	59
209. மஞ்சள்	CURCUMA DOMESTICA	41
210. மஞ்சள் அலர்	THEVETIA PERUVIANA	113
211. மஞ்சள் கருசலாங்கண்ணி	WDELIA CHAIRENSIS	117
212. மணித்தக்காளி	SOLANUM NIGRUM	105
213. மந்தாரை	BAUHINIA PURPUREA	21
214. மரமஞ்சள்	COSCONIMUM FENESTRATUM	38
215. மரமுந்திரிகை	ANACARDIUM OCCIDENTALE	12
216. மருது	TERMINALIA ARJUNA	111
217. மருதோன்றி	LAWSONIA INERMIS	71
218. மல்லிகை	JASMINUM SAMBAC	69
219. மா	MANGIFERA INDICA	74
220. மாதுளை	PUNICA GRANATUM	99
221. மாவிலங்கை	CRATAEVA RELIGIOSA	38
222. மான்கள்ளி	CARALLUMA FIMBRIATA	26
223. மிளகாய்	CAPSICUM ANNUM	26
224. மிளகு	PIPER NIGRUM	94
225. முசுட்டை	IPOMOEA CANDICAMS	69
226. முசுமுசுக்கை	BLASTONIA GARCINI	22
227. முடக்கொத்தான்	CARCTIOSPERMUM HELICACABUM	27
228. முடிதும்பை	LEUCAS ZEYLANICA	72
229. முயற்காதிலை	LUDWIGIA PARVI FLORA	73
230. முலாம்	CITRULLUS VULGARIS	33
231. முள்ளங்கி	RAPHANUS VULGARIS	100
232. மூக்கிரட்டை	BOERHAAVIA DIFFUSA	22
233. மூங்கில்	BAMBUS ARUNDINACEACE	20
234. வசம்பு	ACORUS CALAMUS	03

235.	வட்டுக்கத்தரி	SOLANUM INDICUM	104
236.	வண்டுகொல்லி	CASSIA ALATA	29
237.	வரசு	PASPALUM LUMENTACEUM	88
238.	வல்லாரை	CENTELLA ASIATICA	66
239.	வாகை	MIMOSA LEBBEK	08
240.	வாசனைப்புல்	CYMBOPOGON CITRATUS	42
241.	வாதநாரணி	DELONIX ELATA PHLOMIDES	45
242.	வாதமடக்கி	CLERODENDRON	34
243.	வாதுமை	PRUNUS AMYGDALNS	98
244.	வால்மிளகு	PIPER CBEBA	93
245.	வாழை	MUSA SAPIENTUM	80
246.	விடத்தல்	DICHROSTACHYS CINEREA	46
247.	விடமூங்கில்	CRINUM ASIATICUM	39
248.	வில்வம்	AEGLE MARMELOS	05
249.	விளா	FERONIA ELEPANTUM	56
250.	விஷ்ணுகிரந்தி	EVOLVULUS ALSINOIDES	55
251.	வெங்காயம்	ALLIUM ASCALONIUM	07
252.	வெட்டொட்டி	PAVONIA HASTATA	89
253.	வெண்டை	HIBISUS ESCULENTU	64
254.	வெந்தயம்	TRIGONELLA FOENUM - GRAECUM	16
255.	வெள்ளரி	LUCUMIS MELO	40
256.	வெள்ளறுகு	ENICOSTEMA VERTICILLARE	49
257.	வேங்கை	PTELOCARPUS MARSUPIUM	98
258.	வேம்பு	AZADIRACHTA INDICA	18
259.	வேர்க்கடலை	ARACHIS HYPOGAEA	15
260.	வேலிப்பருத்தி	PERGULARIA DAEMIA	43
261.	நோசா	ROSA GALLICA	101







ISBN=955-8531-00-6

Cover Printed By:- Pillaiyar Offset Printers, Nallur.