ആടലോടകം കൃഷി: നട്ട് ആദ്യവർഷം ഇലകൾ വിളവെടുക്കാം രണ്ട് വർഷം കഴിഞ്ഞ് വേരുകളും, ഇടവിളയായും കൃഷി ചെയ്യാം

കേരളത്തിലുടനീളം കണ്ടുവരുന്ന വളരെ ഔഷധമൂല്യങ്ങളുള്ള ഒരു സസ്യമാണ് ആടലോടകം. ആടത്തോഡ വസിക്ക (വലിയ ആടലോടകം) ആടത്തോഡ ബെസോമിയെ (ചിറ്റാടലോടകം അഥവാ ചെറിയ ആടലോടകം) എന്ന രണ്ട് വെറൈറ്റികൾ ആടലോടകത്തിനുണ്ട്. ഇതിൽ കേരളത്തിൽ കണ്ടുവരുന്നതും ഔഷധഗുണം കൂടുതലുള്ളതും ചെറിയ ആടലോടകത്തിനാണ്. അക്കാൻതേസി എന്ന സസ്യകുടുംബത്തിലെ അംഗമായ ആടലോടകം, വാസകഃ, വാസഃ, ആടരൂഷകഃ എന്നീ പേരുകളിൽ ആയുർവേദത്തിൽ പരാമർശിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്.

ഉപയോഗത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കാസഘ്ന ഔഷധങ്ങളുടെ ഗണത്തിലാണ് ആയുർവേദം ആടലോടകത്തെ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. ശ്വാസകോശ സംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾക്ക് ഇത് വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഔഷധമാണ്. രക്തസ്രാവം നിർത്താനും ഇതിന് കഴിവുണ്ട്. അമിത ആർത്തവത്തിൽ ആടലോടകത്തിന്റെ നീര് വളരെ ഫലപ്രദമാണ്. രാസ് നേരണ്ഡാദി കഷായം, ച്യവനപ്രാശം, വാശാരിഷ്ടം, പുനർന്നവാദി കഷായം തുടങ്ങി ആടലോടകം ചേരുവയായുള്ള ധാരാളം ഔഷധയോഗങ്ങളുണ്ട്.

ഇതിലെ പ്രൈമറി ആൽക്കലോയ്ഡ്സ് ആയ വാസിസൈൻ, വാസിസൈനോൺ, ഇവയ്ക്ക് ശ്വസന വ്യവസ്ഥയെ ഉത്തേജിപ്പിക്കാനും ബ്രോങ്കോഡൈലേറ്റർ ആയി പ്രവർത്തിക്കാനും ഉള്ള ഗുണങ്ങളുണ്ട്. കൂടാതെ വാസിസിനോലോൺ, വാസികോൾ, പിഗാനിൻ, ഡിയോക്സി വാസിസിനോൺ, തുടങ്ങിയ രാസഘടകങ്ങളും ഇതിലടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.

എല്ലാവിധ ഭൂപ്രകൃതിയിലും കാലാവസ്ഥയിലും നന്നായി വളരുന്ന കുറ്റിച്ചെടിയാണിത്. 2 മീറ്റർ ഉയരത്തിൽ വരെ വളരുന്ന ഇതിന്റെ ഇല, വേര്, പൂവ്, കായ ഒക്കെ ഔഷധയോഗ്യമാണ്. തണലിനെ പ്രതിരോധിക്കാൻ കഴിവുള്ള ഈ ചെടിക്ക് വെള്ളക്കെട്ടിനെ അതിജീവിക്കാൻ പ്രയാസമാണ്. ആടലോടകം മാത്രമായും തെങ്ങിന്റെയും റബ്ബറിന്റെയും ഇടവിളയായും കൃഷി ചെയ്യാം.

ഇളയ കമ്പുകൾ നട്ടാണ് പ്രജനനം നടത്തേണ്ടത്. 15-20 സെ.മീ നീളവും മൂന്ന് മുതൽ നാല് നോഡുകളും ഉള്ള കമ്പ് നടാൻ ഉചിതമാണ്. മാർച്ച്,ഏപ്രിൽ മാസങ്ങളിൽ പോട്ടിങ് മിശ്രിതം നിറച്ച് പോളിബാഗിൽകമ്പുകൾ നടാം. രണ്ടുമാസം കൊണ്ട് പുറമേ നടാൻ പാകമാകും. നന്നായി കിളച്ച നിലത്ത് 60 സെ.മീ. അകലത്തിൽ വരമ്പുകൾ ഉണ്ടാക്കണം. 30 സെ.മീ. അകലത്തിൽ മഴയാരംഭത്തോടെ ചെടികൾ നടാം. മൺകൂനകളിൽ നടുകയാണെങ്കിൽ അഞ്ച് ചെടികൾ വരെ നടാം. ചെരിവുള്ള ഭൂപ്രദേശങ്ങളിൽ കുഴികളെടുത്ത് നേരിട്ട്

കമ്പുകൾ നടാവുന്നതാണ്. നാല് ദിവസം കൂടുമ്പോൾ നനവ് കൊടുക്കണം. ജൈവവളവും എൻ:പി:കെ യും ആവശ്യാനുസരണം കൊടുക്കാം.

നട്ട് ആദ്യവർഷം തന്നെ ഇലകൾ വിളവെടുക്കാം. നട്ട് രണ്ട് വർഷം കഴിഞ്ഞ് മാത്രമേ വേരുകൾ വിളവെടുക്കാൻ പറ്റുകയുള്ളൂ. ഡിസംബർ, ജനുവരി മാസങ്ങളാണ് വിളവെടുപ്പിന് അനുയോജ്യം. രണ്ട് വർഷം കഴിഞ്ഞ് ചെടി മുഴുവൻ, വേരടക്കം ശ്രദ്ധയോടെ പിഴുതെടുക്കണം. തണ്ടും വേരും ഇലകളും അടക്കം പച്ചയായും ഉണക്കയായും വിപണിയിൽ ലഭ്യമാണ്. പച്ച ആടലോടകത്തിന്റെ വിപണിവില കിലോഗ്രാമിന് 40-45 രൂപ വരെയാണ്. ഉണക്ക ആടലോടകത്തിന് കിലോയ്ക്ക് 60 മുതൽ 90 രൂപ വരെ ലഭിക്കാറുണ്ട്. ഉണങ്ങിയ തറിച്ച ആടലോടകത്തിന് കിലോയ്ക്ക് 120 മുതൽ 150 വരെ വിലയുണ്ടാകാറുണ്ട്.

കേരളത്തിലുടനീളം കണ്ടുവരുന്ന വളരെ ഔഷധമൂല്യങ്ങളുള്ള ഒരു സസ്യമാണ് ആടലോടകം. ആടത്തോഡ വസിക്ക (വലിയ ആടലോടകം) ആടത്തോഡ ബെസോമിയെ (ചിറ്റാടലോടകം അഥവാ ചെറിയ ആടലോടകം) എന്ന രണ്ട് വെറൈറ്റികൾ ആടലോടകത്തിനുണ്ട്. ഇതിൽ കേരളത്തിൽ കണ്ടുവരുന്നതും ഔഷധഗുണം കൂടുതലുള്ളതും ചെറിയ ആടലോടകത്തിനാണ്. അക്കാൻതേസി എന്ന സസ്യകുടുംബത്തിലെ അംഗമായ ആടലോടകം, വാസകഃ, വാസഃ, ആടരൂഷകഃ എന്നീ പേരുകളിൽ ആയുർവേദത്തിൽ പരാമർശിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്.

ഉപയോഗത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കാസഘ്ന ഔഷധങ്ങളുടെ ഗണത്തിലാണ് ആയുർവേദം ആടലോടകത്തെ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. ശ്വാസകോശ സംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾക്ക് ഇത് വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഔഷധമാണ്. രക്തസ്രാവം നിർത്താനും ഇതിന് കഴിവുണ്ട്. അമിത ആർത്തവത്തിൽ ആടലോടകത്തിന്റെ നീര് വളരെ ഫലപ്രദമാണ്. രാസ്നേരണ്ഡാദി കഷായം, ച്യവനപ്രാശം, വാശാരിഷ്ടം, പുനർന്നവാദി കഷായം തുടങ്ങി ആടലോടകം ചേരുവയായുള്ള ധാരാളം ഔഷധയോഗങ്ങളുണ്ട്.

ഇതിലെ പ്രൈമറി ആൽക്കലോയ്ഡ്സ് ആയ വാസിസൈൻ, വാസിസൈനോൺ, ഇവയ്ക്ക് ശ്വസന വ്യവസ്ഥയെ ഉത്തേജിപ്പിക്കാനും ബ്രോങ്കോഡൈലേറ്റർ ആയി പ്രവർത്തിക്കാനും ഉള്ള ഗുണങ്ങളുണ്ട്. കൂടാതെ വാസിസിനോലോൺ, വാസികോൾ, പിഗാനിൻ, ഡിയോക്സി വാസിസിനോൺ, തുടങ്ങിയ രാസഘടകങ്ങളും ഇതിലടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.

എല്ലാവിധ ഭൂപ്രകൃതിയിലും കാലാവസ്ഥയിലും നന്നായി വളരുന്ന കുറ്റിച്ചെടിയാണിത്. 2 മീറ്റർ ഉയരത്തിൽ വരെ വളരുന്ന ഇതിന്റെ ഇല, വേര്,

പൂവ്, കായ ഒക്കെ ഔഷധയോഗ്യമാണ്. തണലിനെ പ്രതിരോധിക്കാൻ കഴിവുള്ള ഈ ചെടിക്ക് വെള്ളക്കെട്ടിനെ അതിജീവിക്കാൻ പ്രയാസമാണ്. ആടലോടകം മാത്രമായും തെങ്ങിന്റെയും റബ്ബറിന്റെയും ഇടവിളയായും കൃഷി ചെയ്യാം.

ഇളയ കമ്പുകൾ നട്ടാണ് പ്രജനനം നടത്തേണ്ടത്. 15-20 സെ.മീ നീളവും മൂന്ന് മുതൽ നാല് നോഡുകളും ഉള്ള കമ്പ് നടാൻ ഉചിതമാണ്. മാർച്ച്,ഏപ്രിൽ മാസങ്ങളിൽ പോട്ടിങ് മിശ്രിതം നിറച്ച് പോളിബാഗിൽകമ്പുകൾ നടാം. രണ്ടുമാസം കൊണ്ട് പുറമേ നടാൻ പാകമാകും. നന്നായി കിളച്ച നിലത്ത് 60 സെ.മീ. അകലത്തിൽ വരമ്പുകൾ ഉണ്ടാക്കണം. 30 സെ.മീ. അകലത്തിൽ മഴയാരംഭത്തോടെ ചെടികൾ നടാം. മൺകൂനകളിൽ നടുകയാണെങ്കിൽ അഞ്ച് ചെടികൾ വരെ നടാം. ചെരിവുള്ള ഭൂപ്രദേശങ്ങളിൽ കുഴികളെടുത്ത് നേരിട്ട് കമ്പുകൾ നടാവുന്നതാണ്. നാല് ദിവസം കൂടുമ്പോൾ നനവ് കൊടുക്കണം. ജൈവവളവും എൻ:പി:കെ യും ആവശ്യാനുസരണം കൊടുക്കാം.

നട്ട് ആദ്യവർഷം തന്നെ ഇലകൾ വിളവെടുക്കാം. നട്ട് രണ്ട് വർഷം കഴിഞ്ഞ് മാത്രമേ വേരുകൾ വിളവെടുക്കാൻ പറ്റുകയുള്ളൂ. ഡിസംബർ, ജനുവരി മാസങ്ങളാണ് വിളവെടുപ്പിന് അനുയോജ്യം. രണ്ട് വർഷം കഴിഞ്ഞ് ചെടി മുഴുവൻ, വേരടക്കം ശ്രദ്ധയോടെ പിഴുതെടുക്കണം. തണ്ടും വേരും ഇലകളും അടക്കം പച്ചയായും ഉണക്കയായും വിപണിയിൽ ലഭ്യമാണ്. പച്ച ആടലോടകത്തിന്റെ വിപണിവില കിലോഗ്രാമിന് 40-45 രൂപ വരെയാണ്. ഉണക്ക ആടലോടകത്തിന് കിലോയ്ക്ക് 60 മുതൽ 90 രൂപ വരെ ലഭിക്കാറുണ്ട്. ഉണങ്ങിയ തറിച്ച ആടലോടകത്തിന് കിലോയ്ക്ക് 120 മുതൽ 150 വരെ വിലയുണ്ടാകാറുണ്ട്.