

நொச்சி, சிறு

மரவகையைச் சேர்ந்தத்
தாவரம். வறட்சியையும்
தாங்கி வளரக்கூடியது.
மூன்று முதல் 5 கூட்டு



இலைகளைக் கொண்டது. வெண்ணொச்சி, கருநொச்சி, நீர்நொச்சி
எனப் பல ரகங்கள் இருந்தாலும் வெண்ணொச்சி தான்
பெரும்பாலான இடங்களில் வளர்கிறது. கருநொச்சி அதிக
மருத்துவ குணம் வாய்ந்தது.

அதிகரித்த கபத்தைச் செதுக்குவதற்கான கூர்மையான கருவி
நொச்சி. ஆவி (வேது) பிடிக்க, ஒற்றடமிட, பற்றுப் போட,
உள்மருந்தாக எனப் பல்வேறு பரிமாணங்களில் நொச்சியைப்
பயன்படுத்தலாம். சித்த மருத்துவத் தத்துவப் புரிதலின்படி, கபம்
மற்றும் வாதத்தின் அத்துமீறலைத் தட்டிக்கேட்கும் தாவரம்,
நொச்சி.

பெயர்க் காரணம்: நித்தில், நிர்க்குண்டி, நெர்க்குண்டி, இந்திர
சூரியம் போன்ற வேறு பெயர்கள் நொச்சிக்கு இருக்கின்றன. இதில்
வெண்ணொச்சி, நீலநொச்சி, கருநொச்சி, நீர்நொச்சி, மயிலடி நொச்சி
ஆகிய வகைகள் உள்ளன. 'சிந்து' என்றால் மலர் என்ற

அர்த்தத்தில், இதன் மலரை மையப்படுத்தி 'சிந்துவாரம்' எனும் பெயரும் உள்ளது. சிந்துவாரம்' என்றால், 'வாத பித்த கபத்தை' உடலிலிருந்து வெளியேற்றாமல், சம அளவில் நிலை நிறுத்தும் பொருள் என்று அகராதி பதிவிடுகிறது.

நொச்சி முழுத்தாவரமும் கைப்பு, துவர்ப்பு மற்றும் கார்ச் சுவைகள் கொண்டது. வெப்பத் தன்மையுடையது. இவை

- உடல் அசதியைத் தணிக்கும்.
- சிறுநீரைப் பெருக்கும், காய்ச்சலைப் போக்கும்.
- ஜலதோஷத்தைக் கட்டுப்படுத்தும்.
- மாதவிலக்கை தூண்டும்.
- வயிற்றுப் புழுக்களைக் கொல்லும்.

அடையாளம்: சிறுமர வகையைச் சார்ந்தது. மூன்று அல்லது ஐந்து கூட்டிலைகளைக் கொண்டிருக்கும். இலையின் அமைப்பை மயிலின் காலடியோடு பழங்காலத்தில் ஒப்புமைப்படுத்தி இருக்கிறார்கள். ஈட்டி வடிவ இலைகளின் மேல்புறம் பசுமையாகவும், அடிப்பகுதி சற்று வெளுத்தும் காணப்படும். 'நீலமணியின் நிறத்தில் நொச்சியின் மலர்' என்ற குறிப்பின் மூலம், மலரின் நிறத்தைத் தெரிந்துகொள்ளலாம்.

'வைடெக்ஸ் நெகுண்டோ' (Vitex negundo) என்பது இதன் தாவரவியல் பெயர். 'வெர்பினேசியே' (Verbenaceae) குடும்பத்தைச் சார்ந்தது.

லுடியோலின் (Luteolin), வைடெக்ஸிகார்பின் (Vitexicarpin), யுர்சோலிக் அமிலம் (Ursolic acid), பீட்டா சைடோஸ்டீரால் (Beta – sitosterol), நிஷிடைன் (Nishindine), இரிடாய்ட் கிளைக்கோசைடு (Iridoid glycoside) ஆகிய தாவர வேதிப்பொருட்கள் காணப்படுகின்றன.



1.அம்மை நோய் வந்தவருக்கு வேப்பிலையை நீரில் போட்டுக் குளிப்பாட்டுவதுபோல, சமீபத்தில் பிரசவித்த மகளிரை பல நோய்களில் இருந்து காக்கும் விதமாக, அவர்கள் குளிக்கும்

வெந்நீரில் நொச்சி இலையைப் போட்டுக் குளிப்பாட்டுவது உண்டு. பேறுகாலத்துக்குப் பின்னர் தாயின் உடல், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைவாகவும் உடல் வலியுடனும் இருக்கும். ஆதலால், நொச்சிக் குளியல் பேருதவியாக இருக்கும்.

2. சைனசைடிஸ் உடன் வரும் தீவிர தலைவலி, கூடவே கழுத்தில் நெறிகட்டி வரும் நுரையீரல் சளி, தொண்டை நோய்கள், டான்சலைடிஸ் அத்தனைக்கும் தலைமுழுகுத் தைலமாக நொச்சித் தைலத்தைப் பயன்படுத்தலாம்.

நொச்சி இலைச் சாறு 200 மி.லி., நல்லெண்ணெய் 200 மி.லி-யை அடுப்பில் வைத்து, நீர் வற்றும் வரை காய்ச்சிப் பெறும் தைலம் தான் நொச்சித் தைலம்.

3. நொச்சி இலைச் சாற்றில் நல்லெண்ணெய் கலந்து காய்ச்சிக் தலைக்குக் குளித்து வந்தால் தலை வலி, கழுத்து வலி, பிடரி வலி போன்றவை குணமாகும்.

4. வயிறு உப்புசத்துடன் மாந்தம் பிடித்து இருக்கும் குழந்தைகள் சரியாகச் சாப்பிட மாட்டார்கள். அவர்களுக்குச் சரியாக செரிமானம் ஆகி மலம் கழியாது. அந்தக் குழந்தைகளுக்கு, நொச்சி, நுணா, வேலிப்பருத்தி இலைகளை வகைக்கு ஒரு கைப்பிடி எடுத்து, அரை லிட்டர் தண்ணீர் ஊற்றி, 60 மி.லி-யாகக் காய்ச்சி, பொழுதுக்கு 30 மி.லி அளவு சாப்பிடக் கொடுக்க மாந்தமும் சளியும் போய், குழந்தைக்குப் பசி இயல்பாக வரத் தொடங்கும்.

5. குழந்தைப்பேறில்லாத மகளிருக்கு, கருமுட்டை வளர்ச்சியை ஊக்குவித்து, சரியான நாளில் முட்டையை சினைப்பாதையில் தள்ளும் நிலைக்கு இந்த மூலிகை உதவு வதாக, சமீபத்திய சித்த மருத்துவ ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன.



6. நொச்சி, மூட்டு வலிக்கு ஓர் அமிர்த மூலிகை. நொச்சித்தழையை ஆமணக்கு எண்ணெயில் வதக்கி, வலி வீக்கம் உள்ள மூட்டில் ஒத்தடமிட, மூட்டு வலி உடனடியாகக் குறையும். தொடர்ச்சியான சிகிச்சையில் நோயும் மெல்ல மெல்ல அகலும்.

7. பொதுவாக, இரைப்பு எனும் ஆஸ்துமா உள்ளவருக்கு, வயிற்றில் மாந்தமும் இரைப்புடன் சேர்ந்து இருக்கும். நொச்சி, மிளகு, பூண்டு, லவங்கம் சிறிது அளவாகச் சேர்த்து மென்றால், இரைப்பு நோயின் எழுச்சி உடனே அடங்கும்.

8. ஒரு தேக்கரண்டி நொச்சி இலை சாற்றில் 1 கிராம் மிளகுத் தூள் சிறிதளவு, நெய் சேர்த்து, காலை மாலை வேளைகளில் சாப்பிட மூட்டுவலி, இடுப்பு வலி, வீக்கம் குணமாகும்.

9. நொச்சி இலைகளை தலையணையாகச் செய்து உபயோகிக்க, காய்ச்சல், தலைவலி, பீனிசம் ஆகியவை குணமாகும்.



10. நொச்சி இலை (ஒரு கைப்பிடி), துளசி (ஒரு கைப்பிடி) இரண்டையும் தண்ணீரில் போட்டுக் கொதிக்கவைத்து நீராவி பிடித்தால் தலை வலி, உடல் வலி, ஜலதோஷம் போன்றவை குணமாகும்.

11. கால் வீக்கத்தை குறைக்க கரு நொச்சி இலைகளை அரைத்து பற்றுப் போடும் பழக்கம் கிராம மருத்துவத்தில் உள்ளது.

12. வெள்ளை நொச்சி இலையைக் கொதிக்கும் தண்ணீரில் போட்டு நீராவி பிடித்தால் வியர்வை (கெட்ட நீர்) அதிகம் வெளியேறி காய்ச்சல் குணமாகும்.
13. நொச்சி இலையை உப்பு சேர்த்து வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் நெற்றியில் வைத்துக் கட்டினால் தலை வலி, தலைபாரம் குறையும்.
14. நொச்சி இலையை நன்றாக அரைத்துச் சாப்பிட்டு வந்தால் ஈரல் வீக்கம் குணமாகும்.
15. நொச்சி இலைச் சாறு (ஒரு லிட்டர்) எடுத்து நன்றாகக் கொதிக்க வைத்து, நான்கில் ஒரு பங்காக சுண்டக் காய்ச்சி தினமும் 60 மில்லி அளவுக்குக் குடிப்பதுடன், வலி உள்ள இடத்தில் தேய்த்தால் அனைத்து விதமான மூட்டு வலிகளும் விரைவில் தீரும்.
16. தானியங்களைச் சேமித்து வைக்க நொச்சி இலையைப் போட்டு வைத்தால் பூச்சிகள் வராது. அனைத்து வீடுகளிலும் இருக்க வேண்டிய அற்புத மூலிகை நொச்சி. கிராமப்புறங்களில் தானியங்களை சேமிக்கும் பொழுது நொச்சித்தழைகளை உடன் வைத்து விடுவர். இது பூச்சிகள் தோன்றுவதை தடுக்கும்.