

अश्वगंधाचे फायदे आणि उत्पादन तंत्रज्ञान

डॉ. नेहा दिलीप काळे

सहाय्यक प्राध्यापक (विस्तार शिक्षण विभाग)

डॉ. अतुल मोहनलाल मुराई

प्राचार्य

कृषी महाविद्यालय, अचलोली, महाड

कु. प्रवीण जाधव

कृषी पदवी विद्यार्थी

अश्वगंधाचे झाड सोलॅनेसी कुटुंबातील असून त्याचे शास्त्रीय नाव विथानिया सोमनीफेरा असे आहे. अश्वगंधाचे झाड हे १.५ ते २ मीटर उंच झुडूपासारखे वाढते. फांटा मुख्य खोडापासून चारही बाजूस वाढतात. पाने ५ ते १० से.मी लांब असून त्यावर पांढरी लव असते. फुले पिवळसर हिरवट असून गुचाने येतात. फळे पिकल्यानंतर गर्द केशरी रंगाची होतात. अश्वगंधाचे बी पिवळ्या रंगाचे असते.



भारतामध्ये मध्य प्रदेश, गुजरात, हरीयाणा, महाराष्ट्र, पंजाब, राजस्थान आणि उत्तर प्रदेशात अश्वगंधाची लागवड मोठ्या प्रमाणावर केली जाते. एकट्या मध्य प्रदेशात अश्वगंधाची लागवड ५००० हेक्टरपेक्षा जास्त क्षेत्रावर केली जाते. अश्वगंधाच्या मुळ्या, बिया आणि पाने यांचा उपयोग आयुर्वेदिक औषधामध्ये केला जातो. अश्वगंधाच्या झाडामध्ये विविध प्रकारची अल्कलाईड्स आढळतात. ही अल्कलाईड्स विविध प्रकारची औषधे तयार करण्यासाठी उपयोगात येतात. अश्वगंधाच्या मुळ्याचा उपयोग वीर्यवृद्धी, प्रदर, धातुविकार, धातुश्रय, चर्मरोग, यकृत, पोटातील छाले, सुज, कटीशूल यावरील उपचारात केला जातो. झाडाच्या हिरव्या पानांमध्ये स्टेरोइड्स असून त्यांचा उपयोग सांधेदुखी, क्षयरोग तसेच नेत्ररोगावर केला जातो. बियांचा उपयोग मुत्रविकारावरील औषधामध्ये केला जातो.

अश्वगंधाचे फायदे:

- शरीराचे पुनरुज्जीवन करून शारीरिक व मानसिक आरोग्यात सुधार करण्यासाठी सहाय्य करते.
- त्वचा स्वच्छ करणे आणि वय वाढवण्याच्या सुरवातीची लक्षणे टाळण्यासाठी योग्य आहे.
- अश्वगंधा एक उत्कृष्ट इम्युनो स्टीमुलेटर आहे. ती तुमच्या रोगप्रतिरोध प्रणालीची क्षमता वाढवून सक्रमणाविरुद्ध लढण्यास मदत करते.

- अश्वगंधा तोंडाद्वारे दिल्याने पूर्ववेदकीय प्रणालीमध्ये जखम बरी होण्याच्या प्रक्रियेला गती मिळते.
- तणाव आणि उत्कंठा कमी करून, अश्वगंधा तुमचा मेंदू शांत ठेवून झोप मिळण्यास सहाय्य करते.
- अश्वगंधा तुमच्या हृदयाला सर्वांगीण सुरक्षा देऊन हृदयाच्या रनायू बळकट होतात, रक्ताचा थक्का जमणे टळते आणि हृदयावरील तणाव कमी होतो.
- अश्वगंधा ट्रोपिकल पद्धतीने लावल्याने शरीरात विषवा प्रसार कमी होतो ही एक पारंपारिक विषरोधी वनऔषध आहे.
- अश्वगंधामुळे केसांना पोषण मिळते. ज्याने केसगळती टळते आणि अधिक लांब व सोनेरी केसास वाव मिळतो.
- अश्वगंधाचा मुळा, दुध, मध आणि अखरोट यांचे मिश्रण एक झोपेचे टॉनिक बनवण्यासाठी होतो.

हवामान:

हे पीक कोरड्या हवामानात चांगले येते. या पिकाच्या जोमदार वाढीसाठी उष्ण व कोरडे हवामान अनुकूल असते.

लागवड:

बियापासून लागवड करताना ५० से. मी. अंतरावर बी टोकून पेरणी करतात. एका ठिकाणी २ ते ३ बिया पेरल्यात.

अश्वगंधासाठी खते आणि पाणी व्यवस्थापन:

अश्वगंधाच्या पिकाला भरपूर खते देण्याची आवश्यकता नसते. प्रती हेक्टर १० टन शेणखत अथवा गांडूळखत लागवडीपूर्वी जमिनीत मिसळून द्यावे. लागवडीच्या वेळी ५० किलो नत्र, ३० किलो स्फुरद आणि ३० किलो पालाश द्यावे.

अश्वगंधा हे पीक कोरडवाहू आहे. त्यामुळे या पिकाला पाण्याची जास्त आवश्यकता नसते. आवश्यकते नुसार आणि जमिनीच्या मगदुरानुसार १० ते १५ दिवसांनी एकदा पाणी दिल्यास उत्पादन चांगले येते.

अश्वगंधावरील किडी आणि त्याचे नियंत्रण:

अश्वगंधाच्या पिकावर कोणत्याही विशेष किडीचा प्रादुर्भाव आढळत नाही. मात्र मावा आणि तुडतुडे यासारख्या किडीचा प्रादुर्भाव आढळल्यास १० लिटर पाण्यात रोगर अथवा नुवान किंवा मोनोक्रोटोफॉस ३६ टक्के प्रवाही २० मिली घेऊन १० ते १५ दिवसांच्या अंतराने पिकावर फवारणी करावी.

अश्वगंधावरील रोग आणि त्यांचे नियंत्रण:

अश्वगंधाच्या पिकावर रोपांची कुज आणि करपा या दोन रोगांचा प्रादुर्भाव दिसून येतो. उष्ण आणि दमट वातावरणात रोगांचा प्रादुर्भाव वाढून रोपांची मर जास्त प्रमाणात होते. रोगमुक्त बियाण्याचा वापर करून आणि लागवडीपूर्वी बीजप्रक्रिया करून रोपांची मर कमी करता येते. रोगांचा प्रादुर्भाव टाळण्यासाठी कार्बोफुरोन २-२.५ किलोग्रॅम प्रती हेक्टरी पेरणीच्या वेळी जमिनीत मिसळून द्यावे.

काढणी, झाताळणी आणि प्रतवारी:

अश्वगंधाचे पीक १०५ ते १७० दिवसात काढणीसाठी तयार होते. झाडाची पाने पिवळी पडून सुकण्यास सुरुवात झाल्यानंतर व फळाचा रंग लालसर केशरी झाल्यानंतर अश्वगंधाचे पिक काढणीयोग्य झाले असे समजावे. पूर्ण पिकांची काढणी एकाच वेळी केली जाते. काढणी करताना झाडे मुळासकट उपटून अथवा ट्रॅक्टरच्या किंवा नांगराच्या सहाय्याने पिकाची काढणी करावी. मुळ्या झाडापासून वेगळ्या कराव्यात. मुळ्याचे ७-१० सेमी लांबीचे तुकडे करून ते वाळविण्यास ठेवावेत. सुकलेल्या झाडावरील लाल फळे गोळा करून त्यातील बी वेगळे करावे.

अश्वगंधाच्या मुळ्याची त्यांच्या आकारानुसार तसेच स्टार्व आणि अल्कलॉईडसच्या प्रमाणानुसार प्रतवारी केली जाते. पेन्सिल जाडीच्या मुळ्या सर्वोत्कृष्ट प्रतीच्या समजल्या जातात. अश्वगंधाच्या मुळांची ब्रेड ए, ब्रेड बी, ब्रेड सी आणि ब्रेड डी अशा चार प्रतीत प्रतवारी करतात.

१. ब्रेड ए: या गटामध्ये मुळ्याचा वरचा भाग येतो. या वरच्या भागाची साल पातळ असते. हा भाग चमकदार आणि पूर्ण पांढऱ्या रंगाचा असतो. या प्रतातील मुळ्याची लांबी ६ ते ७ सेमी असते. या मुळ्या जाड असून त्यांचा व्यास ६ ते ८ मिलीमीटर इतका असतो. मुळ्याच्या या भागामध्ये स्टार्वचे प्रमाण जास्त (७५ %) असते तर अल्कलॉईडचे प्रमाण कमी असते.

२. ब्रेड बी: ब्रेड बी मध्ये मुळ्याचा मधला भाग येतो. हा भाग सुद्धा चमकदार आणि पूर्ण पांढऱ्या रंगाचा असतो. या भागाची लांबी ७ ते ८ सेमी आणि व्यास ८ ते १० मिलीमीटर असतो. या भागामध्ये स्टार्वचे प्रमाण ४० % असते तर अल्कलॉईडसचे प्रमाण थोडे जास्त असते.

३. ब्रेड सी: मुळ्याचा शेवटचा भाग ब्रेड सी या गटामध्ये येतो. या भागातील मुळ्या कमी जाडीच्या असतात आणि त्यांवर केश मुळ्याचे तंतू असतात. या भागामध्ये स्टार्वचे प्रमाण कमी असते, मात्र अल्कलॉईडसचे प्रमाण जास्त असते.

४. ब्रेड डी: या प्रतीतील मुळ्या निकृष्ट दर्जाच्या असतात. त्यामध्ये एकदम जाड, दूतक्या मुळ्या, किंवा मुळ्याचे वाशीक तुकडे येतात.

उत्पादन:

अश्वगंधाच्या पिकापासून हेक्टरी ३ ते ७ विवंटल वाळलेल्या मुळ्यांचे उत्पादन मिळते. उत्कृष्ट पद्धतीने पिकाचे व्यवस्थापन केल्यास हेक्टरी ६ ते ७ विवंटल पर्यंत वाळलेल्या मुळ्याचे उत्पादन मिळते. बियाचे उत्पादन हेक्टरी २ ते ३ विवंटल पर्यंत मिळते.

(संपर्क: +९१ ८२०८८२६९४२)



कोंबड्याचे परसबागेतील प्रकार

कारी निर्भिक (असील संकरीत):

असीलचा खरा अर्थ आहे खरे किंवा शुध्द, असील ही जात तिच्या लढवय्येपणा, उच्च कार्यक्षमता, दिमाखदार रूप आणि संघर्ष कौशल्यांसाठी परिचित आहे. झुंज देण्याच्या तिच्या उपजत गुणांमुळे या देशी जातीला असील हे नाव दिले असावे. या महत्वाच्या जातीचे मूळ स्थान आंध्रप्रदेश असावे असे म्हणतात. या जातीतील चांगल्या प्रकारच्या कोंबड्यांची झुंज लावली जाते आणि देशभरात लोक त्यांच्या झुंजी आयोजित करीत असतात. असील ही जात मोठ्या हाडा-पेराची आणि राजेशाही दिसणारी आणि दिमाखदार रूप असलेली आहे. यातील नर कोंबड्यांचे प्रमाणित वजन ३ ते ४ किलो तर मादी कोंबड्यांचे वजन २ ते ३ किलो असते.

कारी श्यामा (कडकनाथ संकरीत):

या जातीचे स्थानिक नाव "कालामासी" असे आहे ज्याचा अर्थ काळी मांस असलेली कोंबडी. मध्य प्रदेशातील झाबुआ आणि धार जिल्हे आणि राजस्थान तसेच गुजरातलगतचे जिल्हे मिळून अंदाजे ८०० चौरस मैलांचा प्रदेश या जातीचे मुळ उगमस्थान समजले जाते. आदिवासी, स्थानीय निवासी आणि ग्रामीण गरीब लोक बहुतांशी या जातीच्या कोंबड्या पाळतात. हा पक्षी पवित्र समजला जातो आणि दिवाळीनंतर देवीला त्याचा बळी चढवला जातो.

एक दिवसाच्या पिलांचा रंग निळसर ते काळा असतो आणि पाठीवर अनियमित गडद पट्टे असतात. या जातींचं मांस काळे असले आणि पाहायला अयोग्य वाटले तरी ते चविष्ट त्याचबरोबर औषधी असल्याचे मानले जाते. आदिवासी लोक कडकनाथचं रक्त मानवांच्या जुनाट आजारांमध्ये उपचारांमध्ये वापरतात आणि त्याचे मांस कामोत्तेजक म्हणून सेवन करतात. मांस आणि अंडी प्रथिन (मांसामध्ये २५.४७ टक्के) आणि लोह यांनी समृद्ध असल्याचे मानले जाते.