ఎంపిక చేసిన ఔషధ మొక్కలపై
జాతీయ స్థాయిలో ప్రచారం

# అశ్వగంధ

"ఒక ఆరోగ్యవర్ధక మొక్క"

ప్రాంతీయ మరియు సహకార కేంద్రం (దక్షిణ ప్రాంతం)
జాతీయ ఔషధ మొక్కల బోర్డ్
కేరళ అటవీ పరిశోధనా సంస్థ
పీచి 680 653, త్రిస్సూర్ జిల్లా, కేరళ, ఇండియా

## పరిచయం

అశ్వగంధ మరియు భారతీయ జిన్సెంగ్ అని వాణిజ్యపరంగా పిలువబడే ఈ ప్రముఖ ఔషధ మొక్క శాస్త్రీయ నామం విథానియ సోమ్నిఫెరా. అశ్వగంధ మొక్కలను దాదాపు ఐదు వేల సంవత్సరాల క్రితం నుండి నరాల ఉత్తేజం కొరకు ఆయుర్వేద వైద్యంలో ఉపయోగించబడింది. చరక సంహితలో "గుర్రపు వాసనతో కూడిన ఈ మూలిక వినియోగదారుని శక్తిని పెంపొందిస్తుంది" అని పేర్కొనబడింది. అశ్వగంధ మొక్కలను చిన్న పిల్లలలో జ్ఞాపకశక్తి లోపం, పెద్దలలో జ్ఞాపకశక్తి కోల్పోయే లక్షణాలు, మరియు నరాల బలహీనత వంటి సమస్యలను నివారించడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఉబ్బసం, జలుబు మరియు దగ్గు, మధుమేహం, మూర్ఛ, కుష్టువ్యాధి, పురుషులలో లైంగిక బలహీనత మరియు వంధ్యత్వం, కీళ్లనొప్పులు, నరాల నొప్పులు మరియు వాపు వంటి పలు రకాల రుగ్మతలను నివారించడంలో అశ్వగంధ మొక్కలను వినియోగిస్తున్నారు. అశ్వగంధ ఆకులు చేదుగా ఉండి, జ్వరం మరియు తీవ్రమైన వాపులను తగ్గించడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఈ మొక్క యొక్క పువ్వులను మూత్రవర్ధకంగాను, అధిక రక్తస్రావం నివారిచడానికి, ఉద్దీపకంగాను మరియు విత్తనాలను కడుపులో నులిపురుగుల నివారణకు ఉపయోగిస్తారు.

అశ్వగంధ మొక్కలు 30 నుండి 150 సెం.మీ. పొడవుతో, ఒకటి నుండి మూడు సంవత్సరాల జీవితకాలం కలిగి, నిటారుగా, బూడిద రంగు కొమ్మలతో పెరిగి గుర్రం యొక్క మూత్రం వాసనను కలిగి ఉంటాయి. మొక్కల యొక్క అన్ని భాగాలూ చిన్న చిన్న బూడిద రంగు కేశాలతో కప్పబడి ఉంటాయి. ఆకులు సరళంగా అలల వంటి అంచులను కలిగి ఉంటాయి. పువ్వులు ఆకుపచ్చగా ఉండి ఒంటరిగా లేదా గుత్తులుగా పూస్తాయి. సాధారణంగా పరిపక్వము చెందిన ఫలాలు నారింజ-ఎరుపు రంగులో; విత్తనాలు చదునుగా గుండ్రంగా పసుపురంగులో ఉంటాయి. వేర్లు లావుగా, పొడవుగా దుంపలను పోలివుంటాయి.

మన దేశంలో ఆయుర్వేద ఔషధాల తయారీ పరిశ్రమలకు ఒక ఏడాదికి దాదాపు 7000 టన్నుల ఎండిన అశ్వగంధ వేర్లు ఆవశ్యకత ఉన్నది, అయితే మనదేశంలో కేవలం 1500 టన్నులవరకు మాత్రమే పండిస్తున్నారు. కాబట్టి, రైతులు అశ్వగంధ మొక్కలు సాగు చేయడానికిగాను, వారికీ వ్యవసాయ పద్ధతులు, పంట రక్షణ, పంటకోత విధానాలు మరియు ఆదాయ-వ్యయాలను గురించి సమగ్ర సమాచారాన్ని అందించాల్సిన అవసరం ఉన్నది.

## సాగు పద్ధతి

అశ్వగంధ వర్షధారపు పంట. సగటు వార్షిక వర్షపాతం 600 - 750 మి.మీ. మరియు 14 - 42 డిగ్రీల సెంటీగ్రేడ్ ఉష్ణోగ్రత కలిగిన ప్రాంతాలలో ఈ పంటను సాగు చేసుకోవచ్చు. అశ్వగంధ వర్షాకాలం చివరిలో (ఖరీఫ్) సాగు చేసుకోగలిగే స్వల్పకాలిక (4 నుండి 4.5 నెలలు) పంట. శీతాకాలంలో కురిసే వర్షాలకు వేర్లు బలపడతాయి. ఈ పంటసాగుకు, నేలను ఒకటికి రెండుసార్లు బాగా దుక్కిదున్ని చదును చేసుకోవాలి. నేల సారాన్నిబట్టి 10 నుండి 20 టన్నుల వరకు సేంద్రీయ ఎరువులను వేసుకోవాలి.

సాధారణంగా మొక్కలను నర్సరీలో పెంచుకొని లేదా విత్తనాలను నేరుగా పొలంలో చల్లుకొని పంటను సాగుచేసుకోవచ్చు. విత్తనాలను ఎక్కువ కాలం నిల్వఉంచితే మొలకెత్తవు, కాబట్టి సేకరించిన కొద్దిరోజులలోనే వినియోగించుకోవాలి. ఒక కిలోకు దాదాపు 3.50 నుండి 4.25 లక్షల విత్తనాల వరకు తూగుతాయి. వర్షాధార ప్రాంతాలలో సాధారణంగా ఒక హెక్టారుకు 15 కిలోలు చొప్పున విత్తనాలు నేరుగా పొలంలో విత్తుకునే పద్ధతిని పాటిస్తారు. విత్తనాలలో అంకురోత్పత్తి సుమారు 80 శాతం వరకు ఉంటుంది. ఆగస్టు 2వ లేదా 3వ వారంలో విత్తుకోవాలి. ఆ సమయంలో అధిక వర్షాలు పడుతున్నట్లయితే విత్తుకోవడం సెప్టెంబరుకు వాయిదా వేసుకోవచ్చు.

ప్రస్తుత కాలంలో, రైతులు విత్తనాలను పొలంలో వరుసలలో విత్తి సాగుచేస్తున్నారు. ఈ విధంగా చేయడం వలన వేర్ల యొక్క నాణ్యత మరియు దిగుబడి పెరుగుతుంది. నారుమొక్కలను పొలంలో నాటుకునే పద్ధతి ద్వారా కూడా సాగు చేసుకోవచ్చు. ఇందుకోసం, జూన్-జూలై నెలల్లో నర్సరీ బెడ్లలో 1-3 సెంటీమీటర్ల లోతులో 5 సెంటీమీటర్ల ఎడంతో విత్తనాలను వరుసలలో నాటుకోవాలి. విత్తనాలు నాటిన తర్వాత నర్సరీ బెడ్లను తేలికగా తడుపుకోవాలి. ఆరు నుండి ఏడు రోజుల్లో విత్తనాలు మొలకెత్తడం మొదలయ్యి పది రోజుల్లో ముగుస్తుంది. బాగా ఎదిగి ఆరు వారాల వయస్సు కలిగిన మొక్కలను జూలై-ఆగస్టులో 15 x 15 సెం.మీ. ఎడంతో పొలంలో నాటుకోవాలి. ఒక హెక్టారులో నారుమొక్కలు నాటుకోవాలంటే దాదాపు 5 కిలోల విత్తనాలు అవసరం అవుతాయి.

## మొక్కల సంరక్షణ మరియు అంతరకృషి

విత్తనాలు నేరుగా పొలంలో విత్తుకున్నట్లయితే, విత్తిన 25-30 రోజులకు ఒక హెక్టారుకు సుమారు 3 నుండి 6 లక్షల ఆరోగ్యకరమైన మొక్కలను ఉంచి మిగిలిన వాటిని చేతితో పెకలించివేయాలి. విత్తువేసిన తొలిదశలోనే కలుపుమొక్కల్ని తీసివేయడంవల్ల అశ్వగంధ మొక్కలు బాగా పెరుగుతాయి. కలుపు నివారణ మరియు నేల తేమ పట్టిఉంచడం కోసం, మునుపటి పంటల అవశేషాలను ఉపయోగించి మల్చింగ్ చేసుకోవడం ఉత్తమం. అధిక వర్షపాతం లేదా నీరు నిల్వ ఉండే ప్రదేశాలు అశ్వగంధ పంటకు హానికరం. కేవలం మొక్కలకు అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే సాగు నీటిని అందించాలి.

అశ్వగంధ పంట సాధారణంగా తెగుళ్లు మరియు వ్యాధుల బారిన పడదు. అయితే, కొన్ని ప్రాంతాలలో పేనుబంక మరియు అక్షింతల పురుగు వంటి తెగుళ్లు, మరియు నారుకుళ్లు ఆకు ముడత వంటి వ్యాధులు సోకవచ్చు. వీటిని నియంత్రించడానికిగానూ వేప, చిత్రమూలం, దత్తూర మరియు గోమూత్రాన్ని ఉపయోగించి తయారుచేసిన జీవ-రసాయనాలను పొలంలో పిచికారీ చేసుకోవాలి.

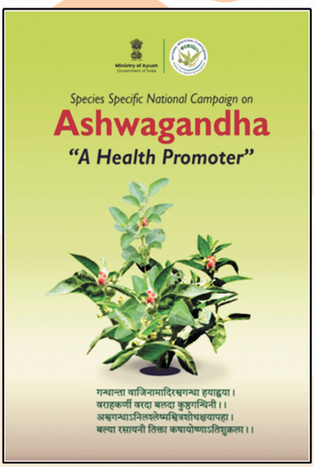
## పంట/ పంట పూర్వానంతర ప్రక్రియలు

కర్ణాటకలోని గదగ్ జిల్లా హులకోటి గ్రామంలో కోతకు సిద్ధంగా ఉన్న 120 రోజుల అశ్వగంధ పంట

అశ్వగంధ మొక్కలు డిసెంబరులో పుష్పించడం, కాయలు కాయడం ప్రారంభమవుతుంది. పరిపక్వము చెందిన కాయలనుండి విత్తనాలను సేకరించుకుని, తదుపరి పంట వేయడంకోసం ఉపయోగించుకోవచ్చు. విత్తనం వేసిన 4 నుండి 4.5 నెలల్లో అనగా జనవరి - మార్చి నెలల మధ్య పంట కోతకు వస్తుంది. పంట కోతకి వచ్చినప్పుడు ఆకులు వాడిపోయి, కాయలు నారింజ-ఎరుపు రంగులోకి వస్తాయి. పొడి వాతావరణం ఉన్న సమయంలో వేర్లు దెబ్బతినకుండా అశ్వగంధ మొక్కలను పెకలించి, వేర్లనుండి 1-2 సెం.మీ. ఉంచి కాండాన్ని కత్తిరించి వేరు చేయాలి. మొక్కలను సులువుగా పెకిలించివేయడానికి కోత సమయంలో నేలలో తగినంత తేమ ఉండేలా చూసుకోవాలి. సేకరించిన వేర్లను 10 రోజులు ఎండబెట్టి, పాలిథీన్ సంచుల్లో ప్యాక్ చేసుకోవాలి.

## ఆదాయం

ఒక హెక్టారులో పండించిన అశ్వగంధ మొక్కల నుండి 625 - 750 కిలోల వరకు ఎండిన వేర్లు దిగుబడి పొందవచ్చు. సాగుకు అయ్యే ఖర్చు హెక్టారుకు రూ. 20,000 నుండి రూ. 25,000; సగటు ఆదాయం రూ. 92,500 నుండి హెక్టారుకు రూ. 1,12,500. సగటు B:C నిష్పత్తి 4.5తో, 5 నుండి 6 నెలల అశ్వగంధ పంట సాగులో ఒక హెక్టారుకు దాదాపు 100 పనిదినాలు అవసరం అవుతుంది.




### ఎన్.ఎమ్.పి.బి.- ఆర్.సి.ఎఫ్.సి.(దక్షిణ ప్రాంతం)

ఎన్.ఎమ్.పి.బి. - ప్రాంతీయ మరియు సహకార కేంద్రం (దక్షిణ ప్రాంతం) అనేది జాతీయ ఔషధ మొక్కల బోర్డ్ (ఎన్.ఎమ్.పి.బి.) యొక్క ఏడు ప్రాంతీయ కేంద్రాలలో ఒకటి. ఎన్.ఎమ్.పి.బి. ఆయుష్ మంత్రిత్వ శాఖ (భారత ప్రభుత్వం) క్రింద పనిచేస్తోంది.

**Contact**

NMPB Regional-cum-Facilitation Centre
(Southern Region)
KSCSTE-Kerala Forest Research Institute
Peechi 680653, Thrissur District, Kerala, INDIA
Phone: +91 487 2690100; +91 8289995600
E-mail: rcfcsouthern@gmail.com
Website: www.rcfcsouthern.org