

'අක්මැල්ල'... ඔබට මේ නම නුහුරු වනවාට සැකයක් නැත. එහෙත්, ඇතැම් අතීතයේ සිට දේශීය වෛද්‍යවරුන් විසින් නොයෙක් බෙහෙත් වට්ටෝරු (වගුව 1) සඳහා භාවිත කරන ලද ඖෂධීය පැළෑටියකි මෙය. මෙහි භාවිත ගුණ නිසා ම දත් කැක්කුමට ගන්නා පැළෑටිය (toothache plant) ලෙසින් ද මෙය හඳුන්වයි. ඊට ම ආවේණික වූ, කහ පැහැති (golden yellow) මල් පෙති රහිත පුෂ්ප මංජරියෙන් (flower pod) හා කොළ පැහැති පත්‍රවලින් යුත් කුඩා (20 - 25 cm) ඒකවාර්ෂික පැළයකි. ඇස්ටරේසියේ (Asteraceae) කුලයට අයත් අක්මැල්ල ශාකය, විශේෂ 30කින් හා අතිරේක අන්තර් විශේෂ 9කින් යුත් ඖෂධීය පැළෑටියකි. මෙය දකුණු ඇමෙරිකාවට ආවේණික පැළෑටියක් ලෙස සැලකුණත්, ලංකාව, ඉන්දියාව, තේපාලය, චීනය හා තායිවානය යන

භාවිතය දැක්විය හැකි ය. ඊට අමතර ව අක්මැල්ල ශාකයේ විවිධ කොටස් මගින්, බැක්ටීරියා නාශක, දිලීර නාශක, ප්‍රතිශක්තිකාරක, වේදනා නාශක, නිර්වින්දක, රස තීව්‍රකාරක, උදරාශ්‍රිත රෝග සඳහා පිළියම් ලෙස, දේහ බර පාලනය හා ප්‍රතිශක්තිකරණ ආදී නානාවිධ ජෛව ක්‍රියාකාරීත්වයන් ගෙන් යුත් සුවිශේෂී පැළෑටියක් බවට දෙස් විදෙස් පර්යේෂණ මගින් තහවුරු වී ඇත.

දැනට මේ ශාකයේ ප්‍රභේද ලෙස හින් අක්මැල්ල (*Spilanthes iabadicensis*), අක්මැල්ල (*Spilanthes paniculata*) හා මහ අක්මැල්ල (*Acmella oleracea*) ලංකාවේ දක්නට ලැබේ. එම අක්මැල්ල ශාක අතරින් කැපී පෙනෙන විශේෂයක් වන මහ අක්මැල්ල ශාකය එයට ම ආවේණික වූ රන් කහ පැහැති (golden yellow)

63.38%ක් ද, තන්තු 62.61% හා ඛනිජ ලවණ 10.92%ක් ඇති බව සොයාගෙන ඇත. මේ ශාකයේ සුවිශේෂී මල් පාරමපරික ව, ගැමි ජනතාව අතර දත් කැක්කුම සඳහා පිළියම් ලෙස භාවිත කර තිබේ. මේ පුෂ්ප කොටස් දත් කැක්කුම් ඇති විට දී, මුව තුළ දී හැප්‍ර විට, හිරිවැටීමක් වැනි සංවේදනයක් සමග මුළුමනින් ම වේදනා මඟහැරීමට සමත් විස්මයජනක හැකියාවක් පවතී. මෙයට හේතුව වන්නේ මේ පැළෑටියේ

කරන ලද පර්යේෂණ කටයුතු මගින් තහවුරු වී ඇත්තේ, ආහාර මගින් පැතිරෙන බෝ වන රෝගකාරක බැක්ටීරියා විශේෂ මේ ශාකයේ පුෂ්පයෙන් ලබාගන්නා නිස්සාරක මගින් සක්‍රීය ව මර්දනය කළ හැකි බවයි. එමගින් අනාගතයේ විෂබීජ නාශක නිසා ඇති විය හැකි අර්බුදවලට පිළියම් ලෙස අක්මැල්ල ශාකයේ ජලීය නිස්සාරක භාවිත කළ හැකි විමේ සුබ පෙරනිමිති පහළ වී ඇත.

දැනට ශ්‍රී ලංකාවේ, ඌව, කරන ලද පර්යේෂණ කටයුතු මගින් තහවුරු වී ඇත්තේ, ආහාර මගින් පැතිරෙන බෝ වන රෝගකාරක බැක්ටීරියා විශේෂ මේ ශාකයේ පුෂ්පයෙන් ලබාගන්නා නිස්සාරක මගින් සක්‍රීය ව මර්දනය කළ හැකි බවයි. එමගින් අනාගතයේ විෂබීජ නාශක නිසා ඇති විය හැකි අර්බුදවලට පිළියම් ලෙස අක්මැල්ල ශාකයේ ජලීය නිස්සාරක භාවිත කළ හැකි විමේ සුබ පෙරනිමිති පහළ වී ඇත.



**මේ ශාකයේ මල්, භාරම්පරික ව, ගැමි ජනතාව අතර දත් කැක්කුම සඳහා පිළියම් ලෙස භාවිත වී තිබේ.**

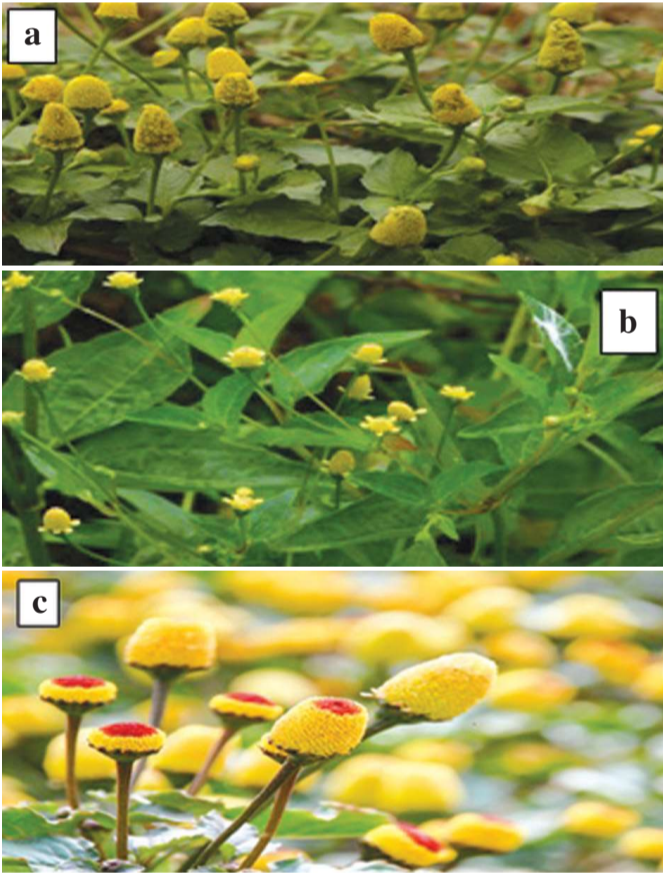
## වැඩිදුර විද්‍යාත්මක අවධානයක් යොමු විය යුතු ඖෂධීය 'අක්මැල්ල'

වගුව 1 : අක්මැල්ල පැළෑටියේ ඖෂධීය ගුණ

ශාක කොටස	ආයුර්වේද භාවිතය
පත්‍ර	දේශීය නිර්වින්දක, වේදනානාශක, ප්‍රතිශක්තිකාරක, මුඛ සනීපාරක (Oral hygiene)
මුල්	ගොතගැසීම් හා දිව පැකිලීම් සඳහා පිළියම් ලෙස, මුඛ සනීපාරක, හිස කැක්කුම්, විදුරුමහ ආසාදන, ඇදුම
පුෂ්ප	දත් කැක්කුම් සඳහා සහනය, දිවේ අංශභාගය සමනය, මුඛ සේදුම්, ගොතගැසීම් සඳහා පිළියම් ලෙස
මුළු ශාකය ම	අතිසාරය, රුමැටික් ආතරයිටිස් සඳහා පිළියම් ලෙස

පුෂ්ප මංජරිය හා එහි රන් පැහැ (red tip) පුෂ්පාග්‍රයෙන් අනෙකුත් විශේෂවලින් වෙන් කර හඳුනාගත හැකි ය.

මේ ශාකයේ පුෂ්ප විශේෂණ පසු ඉන් ලැබෙන බීජ ව්‍යාප්තියෙන් නව පැළ හටගැනීම සිදු වේ. මෙය ආස්පෙතියා මල් ව්‍යාප්තියට බොහෝ සෙයින් සමාන ය. රූප සටහන මගින් හින් අක්මැල්ල (*Spilanthes iabadicensis*), අක්මැල්ල (*Spilanthes paniculata*) හා මහ අක්මැල්ල (*Acmella oleracea*) ශාක හඳුනාගත හැකි ය.



මධ්‍යම, බස්නාහිර හා වයඹ පළාත්වල ව්‍යාප්ත ව පවතින මේ ශාකය, හුදෙක් අත්හරින ලද ගොවිබිම්වල, ඇළ මාර්ග ආශ්‍රිත තෙත්බිම්වල හා ගෙවතු වල දක්නට ලැබෙන්නකි. විවිධ අක්මැල්ල ප්‍රභේද තුළ පෙර සඳහන් කරන ලද ජෛව ක්‍රියාකාරීත්වයන් අඩු-වැඩි වශයෙන් පැවතුණත්, මහ අක්මැල්ල ශාකයේ ඇති ගුණ ඉහළ බව සැලකේ. අක්මැල්ල ශාකයේ විවිධ ප්‍රභේද අප රටේ තිබුණ ද බොහෝ දෙනා හඳුනා නො ගත්, ඉතා සුළු ජන කොටසක් අතර ප්‍රචලිත, දත් කැක්කුමට පිළියම් ලෙස භාවිත වන අනෙකුත් පිළියම් ලෙස සැලකේ. මෙය අප රට තුළ හුදෙක් ආයුර්වේදයට පමණක් සීමා වුවත්, ලොව පුරා රටවල ආහාර සඳහා යොදාගන්නා සුවිශේෂී පැළයකි.



බුසිලය වැනි බටහිර රටවල ආහාර රසගැන්වීම සඳහා යොදාගන්නා මේ ශාකයේ විශේෂ කොළවල ප්‍රෝටීන 24.01%ක් ද, ලිපිඩ 1.54%ක් ද, කාබොහයිඩ්‍රේට්

ආසියාතික රටවලත් මෙක්සිකෝව, බ්‍රසීලය හා බොලිවියාව යන බටහිර රටවලත් ව්‍යාප්ත ව ඇත. තව ද Jambu, Sichuan buttons, Buzz buttons, Ting flowers, Eye ball plant, Electric daisy සහ Paracress ආදී නොයෙකුත් නම්වලින් ද මෙය හඳුන්වනු ලබයි.

මේ ශාකය ලොව පුරා බහුල ලෙස වගා කිරීම් කටයුතු සිදු කෙරෙන අතර එහි ප්‍රධාන භාවිතයන් ලෙස, වෛද්‍ය කටයුතු, ආහාර සඳහා කුළුබඩු ලෙස, කෘමිනාශක ආදිය නිපදවීමට අමුද්‍රව්‍ය ලෙස හා උද්‍යාන අලංකරණය සඳහා



අඩංගු සක්‍රීය සංඝටකයක් වන ස්පිලන්තෝල් (*Spilanthol*) නම් රසායනයට ආවේණික, වේදනා නාශක (analgesic) ගුණයක් මගින් දත් හිරිවැටීමකට (numb) ලක් වීමයි.

දැනට ලොව පුරා නොයෙක් විද්‍යාඥයන් විසින් කරන ලද පර්යේෂණවලින් අක්මැල්ල පැළෑටියේ පත්‍ර, කඳ, පුෂ්පවල සුවිශේෂී ජෛව ක්‍රියාකාරීත්වයන් අධ්‍යයනය සඳහා යොමු වීමක් පවතින බව වාර්තා මගින් තහවුරු වෙයි. මේ අතර ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර සරසවියේ, ව්‍යවහාරික විද්‍යා පීඨයේ, ආහාර විද්‍යාව හා තාක්ෂණ අධ්‍යයනයේ මහාචාර්ය එස්. බී. නවරත්න මහතා ඇතුළු කණ්ඩායමක් විසින් මැනක දී



**විශේෂ ස්තූතිය :**  
මහාචාර්ය එස්. බී. නවරත්න මහතා, මහාචාර්ය දිනිති පිරිස් මහත්මිය, ආචාර්ය හෙලනි මුණසිංහ මහත්මිය ඇතුළු ආහාර විද්‍යාව හා තාක්ෂණ අධ්‍යයනයේ ආචාර්ය මණ්ඩලයට

ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්වවිද්‍යාලයේ, ව්‍යවහාරික විද්‍යා පීඨයේ, ආහාර විද්‍යාව හා තාක්ෂණ අධ්‍යයනයේ ආචාර්ය උපාධි අපේක්ෂක හා පර්යේෂණ සහායක

ගිම්හානි උත්පලා තිබ්බොටුවාව