

వస్తు విశేషములు

సుగుణ

ఉప్పు

“ఉప్పే సస రుచుల తెల్ల” అన్నారు పెద్దలు. కారం, పులుపు లోపించినా పదార్థాలు తినగలం గాని ఉప్పు లేకుండా తినలేము. అంతేకాకుండా వైద్య విధానాల్లో కూడ ఉప్పు ఉపయోగపడుతుంది.

గొంతు నొప్పి చేసినప్పుడు మెత్తని ఉప్పు (టేబిల్ సాల్ట్) ఒక టీ స్పూను తీసికొని వేడి నీళ్లలో పేసుకుని 5, 6 సార్లు పుక్కిలిపడితే నోరు, గొంతుక శుభ్రపడి శ్లేష్మము, నొప్పి తగ్గుతుంది. దంతాలవాపు, పళ్లనొప్పి వచ్చినపుడు ఉప్పు వేడిచేసి గుడ్డలో వేసి కాపడం పెడితే తగ్గుతుంది.

వేసవికాలంలో నిమ్మరసంలో చక్కెరకు బదులు చిటికెడు మెత్తని ఉప్పు నీళ్లలో కలిపి తాగితే ఇడదెబ్బ తగలదు. వేసవి కాలంలో చెమటద్వారా శరీరంలోని ఉప్పు నిమిషము పోతుంది. అందువల్ల ఆ రోజుల్లో ముఖ్యంగా, ఉప్పు కొంచెం అధికంగా సమరోపదం అవునటం చూటి పిల్లలకు చల్లటి నీళ్లలో చిటికెడు మెత్తని

ఉప్పు వేసి ఎండాకాలంలో రోజుకు 2, 3 సార్లుగా స్నానముతో తాగిస్తూంటే వడ దెబ్బ తగలదు. నీరసం రానివ్వదు. తల నొప్పి, కడుపులో నులినొప్పి వచ్చినపుడు ఒక గ్లాసు నీళ్లలో ఒక చెక్క నిమ్మరసం పిండి, అర టీ స్పూను ఉప్పు వేసుకు తాగితే నొప్పి తగ్గి నేరదీరినట్లుంటుంది. కొబ్బరి నీళ్లలో (ముఖ్యంగా బొండాలో) శరీరానికి ముఖ్యమైన పోటాషియం సాల్టు ఉన్నది. కొబ్బరి జ్వరం వచ్చినపుడు, డయేరియాకు జాండీస్కు కొబ్బరి బొండాలు నీళ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటే మంచిది కలరా వచ్చినపుడు, అపరేషన్ తరువాత రోగి నీరసించినపుడు, చాక్లర్లు ఉప్పు నీటినే పెరైన్, పేరుతో రక్తనాళాలద్వారా రోగి శరీరంలోకి ఎక్కిస్తారు.

చిన్న చిన్న దెబ్బలను, గాయాలను, కుదుపులను తేలి ఉప్పు నీటితో కడిగి శుభ్రపరచవచ్చును. (దెబ్బలకు బదులుగా ఉపయోగించ వచ్చును.) విప్పి పన్నుకు ఉప్పు కొలికి కలిపి మెత్తగా నూరిపెడితే బాధ తగ్గుతుంది.