இளமையைத் தரும் இளநீர்

உலக அளவில் இலங்கையிலும், இந்தியாவில் கேரளாவிலும், யூனியன் பிரதேசமான லட்சத் தீவிலும் அதிக எண்ணிக்கையில் தென்னை மரங்கள் உள்ளன.

கேரளாவில் தென்னைக்கென தனி வாரியமே உள்ளது. தென்னையில் இருந்து கிடைக்கும் இளநீர் மிகவும் சுத்தமானது. உடல் நலம் இல்லாமல், உண்ண முடியாமல் இருப்பவர்களுக்கு இளநீரை, நேரடியாக நரம்பில் ஏற்றும் அளவுக்கு இளநீர் சுத்தமானது. இதனை பதப்படுத்தி கேன்களில் அடைத்து, இளநீர் கிடைக்காத நாடுகளுக்கு ஏற்றுமதி செய்கின்றனர். கேன்களில் அடைக்கப்பட்டு விற்கும் இளநீர், அதிக துவர்ப்புத் தன்மையுடன் இருக்கும்.

இளநீர் தொடர்ந்து குடித்து வந்தால், முதுமை தள்ளிப் போகும் என சமீபத்திய ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. இளநீரில் உள்ள பொட்டாசியமும், மக்னீசியமும் சேர்ந்து செயல்படுவதால் எலும்புகள், தசைகள் புத்துணர்ச்சி பெறுகின்றன. குளிர்பானங்கள், மென்பானங்கள் குறித்த மாறுபட்ட செய்திகள் வருவதால், மெட்ரோபாலிடன் நகரங்களில் தற்போது இளைஞர்களும் இளநீர் குடிக்கவே விரும்புகின்றனர்.