

වි වගාවේ වල්පැල පාලනයට අත්වැලක්

බෝගුවල, ප්‍රාදේශීය කෘෂිකම් පර්යේෂණ හා සංවර්ධන ආයතනයේ
පර්යේෂණ සහකාර බී.එම්.පී.සී.සේ. වනිගඳුරිය

ප්‍රධාන බෝගයට අමතරව වැඩෙන ඕනෑම පැළෑටියක් වල් පැළෑටියක් ලෙස හඳුන්වනු ලබයි. වි වගාවේදී වල් පැළෑටිය මගින් සැලකිය යුතු ප්‍රමාණයක සපු හා වකු අස්වනු හානි ඇති කරයි.

වි වගාවේ දැක්කට ලැබෙන වල් පැළෑටි ප්‍රධාන බාණ්ඩ 03 කට බෙදිය හැක.

එනම්:

1. තෘණ
2. පත්
3. පළුපලු

වල් පැළෑටි පැතිරිය හැකි ක්‍රම කීපයකි

- i. බිත්තර වි මගින්
- ii. ජලය මගින්
- iii. සතුන් මගින්
- iv. ගුලය මගින්

කුඹුරක වි වැටීරම හෝ පැල සිටුවීම සිට මනාව වගාව පාලනය කර වල් මර්ධනය කිරීම තුළින් වැඩි අස්වනු ලබා ගැනීමට පුළුවන.

වි වගාවේ සාර්ථක වල් මර්ධනය සඳහා අනුගමනය කළයුතු ක්‍රියාමාර්ග පහත ප්‍රකාරවි.

- ඇලෝපීලී පිරිසිදුකර සි ඇමෙන් පසු පොළොව එකාකාරව මට්ටම් වන සේ පෝරුව භාවිතා කර ගොද්දන් බිම සකස්න්න. මෙවිට ජලය කුඹුරේ සමාකාරව පතුරුවා ගැරීම මගින් සිදුවන ක්‍රියාව නිසා වල්පැල පැළෑටිම පාලනය කළ හැක.
- වල් පැළෑටි බීජ වලින් තොර පිරිසිදු බිත්තර වි භාවිතා කරන්න. (මෙයට රජයේ සහතික කළ බීජ ලබා ගැනීමට අපහසුතම අස්වැන්න නෙලීමට ප්‍රථම තමන්ගේ කුඹුරට අවශ්‍ය බිත්තර වි ගැදීමට අවශ්‍ය පමණ කරල් වල් බීජ වලින් තොරව තම කුඹුරෙන් ලබා ගැනීමට පුළුවන.)
- ගොයම පැළෑටිමෙන් දින 5-6 ක් අතර කාලයේ සිට ජල මට්ටම නිසිකාකාරව පවත්වා ගත යුතුය.
- බීජ වප්කර මගින් පේලියට බීජ පුමීම හෝ පැල සිටුවීම පේලියට සිදුකිරීමෙන්, ඒබර භාවිතා කර වල් මර්ධනය සාර්ථකව කළ හැක.
- නිසර හා ඇලෝපීලීවල වල්පැල පාලනය කරන්න.
- වල් පැල බීජ කේන්ද්‍රයට නැවත එක්වීම පාලනය කරන්න. කුඩා අවධියේ සිටම වල් පැළෑටි කේන්ද්‍රයෙන් හැකිතාක් දුරට ඉවත් කරන්න.
- වල් පැළෑටි බොහෝමයක් වි වගාවට රෝග බෝකරන දිලීර හා කෘමි පළිබෝධකයින්ට වාසස්ථාන සපයයි. ඉහත ක්‍රම මගින් වල්පැල පාලනය කිරීමෙන් ගොයමට වැළඳෙන රෝග හා පළිබෝධ භාවිත ද අඩුකර ගත හැක.
- ඉහත ක්‍රම නිසි පරිදි අනුගමනය කිරීමෙන් වල් හානක සඳහා වැඩෙන මුදුල් තමන්ට ඉතිරිකර ගත හැකි අතර පරිසරයට එකතුවන අප ද්‍රව්‍ය ප්‍රමාණයද අවම කර ගත හැක.

පොල් සම්බෝලයි බතුවයි

පොල් සම්බෝලයි බතුවයි රටවත් ආහාර වේලක් බව අපි දැනිමු. ඉන්දියාවේ විශ්ව විද්‍යාලයක කරන ලද පර්යේෂණයකට අනුව ශරීරයට අවශ්‍ය සියළු පෝෂකද්‍රව්‍ය ගුණයක් පොල් සම්බෝලයි බතුවයි අතර සම්මිශ්‍රණය වි තිබෙන බව සොයා ගෙන තිබේ. පොල් අතවශ්‍ය කොලෙස්ටරෝල් නොමැති ආශිකනු වැඩිකරගත් ශරීර උෂ්ණත්වයට සිරෝත්තු දෙන ගුණදායක බර ආහාර වේලක් ලෙස මෙය ඔවුන් නිර්දේශ කර තිබේ. එද කුඹුරු වැඩ කළ අපේ පැරැණි කොළින් උදේ ආහාර වේලට පොල් සම්බෝලයි බතුවයි යොදා ගත්තේ මෙවැනි පෝෂකදායක ගුණයක් ඇති නිසා නොවේද? පහතුවත් උදේට පිලියල කිරගත හැකි පෝෂකද්‍රව්‍ය සරළ ආහාර වේලක් ඇති වටිනාකම ඔබට ප්‍රත් අවබෝධ වෙනු ඇත.