

**துவர்ப்பு பண்டங்கள் :(ரத்தம் ஊறவும்,அதிகமாக தடை  
இல்லாமல் போகின்ற நீரையும், இரத்தத்தையும் நிறுத்தவும்)**

1. வாழைப் பூ
2. வாழைப் பிஞ்சு
3. அத்தி பிஞ்சு
4. அத்திக்காய்
5. காட்டு களாக்காய்
6. மாவடு
7. அத்திபழம்
8. விளாங்காய்
9. விளாம்பழம்
10. பேரிச்சங்காய்
11. மாம்பருப்பு
12. புளியங்கொட்டை
13. கடுக்காய் பிஞ்சு
14. கடுக்காய் +
15. அயம், மண்டுரம், காந்தம் முதலியவைகளால் செய்யப்பட்ட மருந்துகள்.

**இனிப்பு பண்டங்கள்.(சதையை வளர்க்கும்)**

1. வாழைப் பழம்.
2. மலை வாழைப் பழம்.
3. பேயன் வாழைப் பழம்.
4. கமலாப் பழம்
5. சாத்துக்குடிப் பழம்.
6. கிச்சிலிப் பழம்.
7. அன்னாசிப் பழம்
8. பேரிச்சம் பழம்.
9. ஈச்சம் பழம்.
10. களாப் பழம்.
11. நாவற் பழம்
12. இலந்தைப் பழம்
13. சீதாப் பழம்
14. மாதுளம் பழம்
15. மஞ்சட் பூசணிப் பிஞ்சு
16. கரும்பு
17. நாட்டு சர்க்கரை
18. வெல்லம்
19. அஸ்கா சர்க்கரை

20. கற்கண்டு

## புழிப்பு பண்டங்கள்

1. எலுமிச்சம்பழ ரசம் (சாறு)
2. இட்லி, தோசை, வடை முதலிய மாவு பண்டங்கள்
3. பழைய சோறு,
4. வெந்நீர் சோறு
5. பச்சரிசி
6. புழுங்கல் அரிசி
7. ஜவ்வரிசி
8. உளுந்தம் பருப்பு
9. உளுந்து
10. பயற்றம் பருப்பு (பாசி பருப்பு)
11. பயிறு
12. துவரம் பருப்பு
13. துவரை
14. கடலை பருப்பு
15. கடலை
16. பட்டாணி
17. வாதுமை பருப்பு
18. முந்திரி பருப்பு
19. சாரப் பருப்பு
20. வேர்கடலை
21. மொச்சைக் கொட்டை
22. பூசணி பருப்பு
23. தயிர்
24. மோர்
25. வெண்ணெய்
26. நெய்
27. எருமைப் பால்
28. சிற்றாமணக்கு எண்ணெய்
29. சேனைக் கிழங்கு
30. உருளை கிழங்கு
31. ஆள் வள்ளி கிழங்கு
32. வள்ளிக்கிழங்கு
33. சர்க்கரை வள்ளி கிழங்கு
34. வெற்றிலை வள்ளிக்கிழங்கு
35. கொட்டி கிழங்கு
36. கிட்டி கிழங்கு

37. பனங் கிழங்கு
38. பலாப்பிஞ்சு
39. வாழைக்காய்
40. அவரைக்காய்
41. பீன்ஸ், டபிள் பீன்ஸ்,
42. காராமணிக் காய்
43. பெங்களுர் அவரை
44. வெண்டைக் காய்
45. கொத்தவரங்காய்
46. புளியங்காய்
47. மாங்காய்
48. தமரத்தங் காய்
49. பலா கொட்டை
50. புளிச்ச காய்
51. சீமை தக்காளி பழம்
52. பருப்பு கீரை
53. வசலை கீரை
54. பசளை கீரை
55. புளியாரைக் கீரை
56. எலுமிச்சம் பழம்
57. வாழைப் பழம்
58. கிச்சிலிப் பழம்
59. கிச்சிலிக் காய்
60. மாம்பழம்
61. முலாம் பழம்
62. வெள்ளரிப் பழம்
63. நாவல் பழம்
64. பனம் பழம்
65. பலாப் பழம்
66. நாரத்தங்காய்
67. சீமைக் களாக் காய்
68. காடி நீர் (வினிகர்)
69. கேழ்வரகு
70. சோளம்
71. புளி
72. புளியங் கொழுந்து
73. டால்டா
74. தங்கம் கலந்த மருந்துகள்.

## காரம் (உமிழ் நீர் ஊற, உஷ்ணம் உண்டாக்க )

1. அறுகீரை
2. சிறுகீரை
3. கலவை கீரை
4. நச்சுக் கொண்டைக் கீரை
5. வேளைக் கீரை
6. மிளகாய்
7. கருணை கிழங்கு
8. மிளகு
9. இஞ்சி
10. சுக்கு
11. பொறி கடலை
12. கோதுமை
13. வெள்ளியில் செய்த மருந்துகள்

## கசப்பு (நரம்பு பலம் பெற )

1. தேன்
2. கத்திரி பிஞ்சு
3. கத்திரி காய்
4. சுண்டக்காய்
5. மிதிபாகற்காய்
6. கொம்பு பாகற்காய்
7. முருங்கைக்காய்
8. பாவட்டங்காய்
9. முருங்கைக் கீரை
10. அகத்திக் கீரை
11. முன்னை இலை
12. பொன்நாங் கண்ணிக் கீரை
13. வல்லாரைக் கீரை
14. தூது வேளைக் கீரை
15. தூது வேளைக் காய்
16. குப்பைக் கீரை
17. வெந்தயக்கீரை
18. சீமைக் காசினி
19. கொத்தமல்லி கீரை
20. ஆவாரம் பூ
21. கரிசாலை (கரிசலாங் கண்ணி)
22. கறிவேப்பிலை

23. துத்தியிலை
24. முடக் கொற்றான்
25. நாயுருவி இலை
26. முருங்கை பூ
27. முசு முசுக்கை இலை
28. பூண்டு
29. வெந்தயம்
30. சீரகம்
31. சோம்பு
32. பெருங்காயம்
33. கடுகு
34. தேங்காய்
35. துளசி
36. வேப்பம் பூ
37. ஆதொண்டைக் காய்
38. சுக்காங்காய்
39. வேப்பிலை
40. எள் எண்ணெய்
41. கடலை எண்ணெய்
42. கடுகு எண்ணெய்
43. எள்
44. கசகசா
45. ஓமம்
46. கம்பு
47. தினை
48. சன்னராஷ்டம்
49. வெந்நீர்
50. தம்பூலம்
51. காபி, டீ
52. லிங்கம், தாளகம், நாகம், பவளம் முதலியவைகளால் செய்யப் பட்ட மருந்துகள்.

### **உப்பு பண்டங்கள் (எலும்பு வளர்க்கும், உஷ்ணம் உண்டாக்கும்)**

1. முளைக்கீரை
2. வாழைத் தண்டு
3. கீரைத்தண்டு
4. வெள்ளை முள்ளங்கி
5. மஞ்சள் முள்ளங்கி
6. சிவப்பு முள்ளங்கி
7. பெங்களுர் கத்திரிக்காய்

8. வெண் பூசணிக்காய்.
9. புடலங்காய்
10. சுரைக்காய்
11. பீர்க்கங் காய்
12. மணத் தக்காளிக் கீரை
13. வெங்காயம்.
14. வெங்காய தாள்
15. முள்ளங்கி கீரை
16. கோஸ் கீரை
17. நூல்கோல்
18. வெள்ளரிப் பிஞ்சு
19. கீரைக் காய்
20. மஞ்சட் பூசணி
21. நெல்லிக்காய்
22. அரு நெல்லிக்காய்
23. நுங்கு
24. இளநீர்
25. சுத்தமான குளிர்ந்த நீர்
26. பசுவின் பால்
27. சோத்து உப்பு
28. தனியா (கொத்துமல்லி விதை)
29. ஆப்பிள் பழம்
30. கொடி முந்திரிப் பழம்
31. பச்சை திராட்சை பழம்
32. அன்னாசிப் பழம்
33. கமலாப் பழம்
34. சாத்துக்குடிப் பழம்
35. சோடா (எலுமிச்சை கலக்காதது)
36. வில்வ இலை
37. உப்பு சேர்ந்த மருந்துகள், ரசம், தாமிரம் முதலியவைகளால் செய்யப்பட்ட மருந்து வகைகள்.

<https://arusuvaivaihiyam.blogspot.com/>