

Munggai / Kelor Tumbuhan Anti-Penuaan

Oleh Zuliaty Zulkiffli, BH



Sebelum ini ramai yang mengetahui buah kelor atau dipanggil munggai di kawasan utara digunakan dalam masakan kerana rasanya enak dan mudah diperoleh. Selain buah, daunnya turut digemari untuk dijadikan sayur dan enak jika dimasak lemak.

Bagaimanapun, perkembangan pesat bidang bioteknologi menyebabkan tumbuhan yang juga nama saintifiknya *Moringa Olifela* kini dikomersialkan apabila daun, buah, batang serta akarnya boleh diproses menghasilkan pelbagai produk seperti teh, minyak, salad, syampu, sabun, jus dan kosmetik.

Pokok kelor dipercayai berasal dan kawasan sekitar Himalaya serta India dan disebarkan ke benua Afrika, Asia Tenggara dan Asia Barat. Di beberapa negara Afrika, termasuk Etiopia, Sudan, Madagaskar, Somalia, dan Kenya selain Arab Saudi dan Israel ia dijadikan tanaman untuk program pemulihan tanah kering dan gersang.

Ini disebabkan sifat tanaman itu yang mudah tumbuh di tanah gersang selain tahan lasak. Di Asia Tenggara, dahan kelor biasanya ditanam sebagai tiang pagar kerana ia mudah hidup, selain daun dan buahnya boleh dimakan. Pokoknya boleh membesar sehingga mencapai ketinggian 10 meter, daunnya kecil, batangnya rapuh manakala buahnya sebesar ibu jari dan panjangnya sehingga 60 sentimeter.

Biarpun manfaat Moringa sudah dikenali dan digunakan sebagai herba tradisional oleh suku kaum asli di beberapa negara, tetapi potensi khasiat tumbuhan ini hanya mula mendapat perhatian daripada saintis moden pada akhir abad ke-19.

Ilmu penggunaan Moringa oleh suku kaum asli direkodkan di 80 negara dalam lebih dari 200 bahasa tempatan. Biarpun nilainya dan segi perubatan sudah lama disedari, ia masih belum begitu meluas khususnya di kalangan masyarakat moden.

Tumbuhan itu mengandungi satu kompaun unik yang dikenail sebagai cytokini yang mana kajian saintifik dan klinikal mendapati ia amat sesuai untuk mempercepatkan tumbesaran. Selain itu ujian cytokini ke atas ternakan mendapati haiwan yang diberikan diet mengandungi bahan itu mampu meningkatkan pengeluaran susu, selain mempercepatkan penyembuhan atau penggantian sel rosak.



Menyedari kelor mempunyai banyak khasiat untuk kesihatan tubuh badan, sebuah syarikat tempatan, FM Alliance Marketing Sdn Bhd yang berpangkalan di Jitra, Kedah mengorak langkah mengkomersialkan tumbuhan itu untuk menghasilkan pelbagai produk.

Pengurus Pemasaran dan Promosinya, Abdul Hadi Ismail, berkata kajian klinikal mendapati cytokini juga mengandungi unsur anti keuzuran atau penunaan, sekali gus membolehkan ia menjadi bahan awet muda atau merawat pelbagai penyakit. Katanya, walaupun akarnya terasa pahit, ia sangat berkesan untuk membantu sistem penghadaman, membasmi cacing parasit dalam usus, mengatasi sembelit, melegakan sistem saraf dan membina ketenangan dan meningkatkan tenaga batin.

"Selain itu, ia juga sering digunakan untuk merawat lumpuh, demam, batuk, selsema, inflamasi salur nafas, paru-paru, sawan babi dan histeria. Daunnya juga berguna untuk menyembuhkan penyakit skurvi (gusi berdarah), anemia (kekurangan sel darah merah), mengimbangkan dan memulihkan sistem fungsi badan. Malah Moringa atau kelor juga kaya dengan vitamin B, B1, B2, B3, C, D, E, antioksidan, fiber dan sumber klorofil yang tinggi. Ia membekalkan kandungan klorofil tertinggi dalam rekod tumbuhan yang dikenali sejak permulaan tamadun manusia," katanya ketika ditemui Berita Minggu, baru-baru ini.

Abdul Hadi berkata, ia juga mengandungi kompaun beta sitosterol yang berpotensi untuk menurunkan tekanan darah dalam badan yang mana ia banyak digunakan untuk merawat darah tinggi di India.

Beliau berkata, tumbuhan ini mempunyai nilai perubatan yang tinggi kerana ia bersifat bebas racun atau tidak bertoksik selain mempunyai sejarah yang lama dalam bidang perubatan Ayurveda di kalangan masyarakat India.

"Rekod Ayurveda mengenalpasti 300 ramuan daripada Moringa sesuai diamalkan untuk mengatasi dan merawat pelbagai penyakit. Pencairan zat dan jus hijau Moringa mempercepatkan penyerapan biologi badan dan larutan zat yang bersifat 100 peratus biokimia membolehkan badan menggunakannya terus tanpa proses penghadaman," katanya.