

കേരളത്തിൽ ഇതിനോടകം രൂപീകൃതമായ എല്ലാ നാളികേരോത്പാദക കമ്പനികളും നീര ടാപ്പ് ചെയ്യുവാനും നിലവിലുള്ള സാങ്കേതിക വിദ്യ ഉപയോഗിച്ച് നീരയധിഷ്ഠിത മൂല്യവർദ്ധിത ഉൽപന്നങ്ങൾ നിർമ്മിക്കുവാനും തുടക്കം കുറിച്ചു. സർക്കാർ വാഗ്ദാനം ചെയ്ത സഹായവും കൂടി പ്രതീക്ഷിച്ച് എല്ലാ ജില്ലകളിലും നീര ടാപ്പിംഗിനുള്ള പരിശീലനവും നീര സംസ്കരണ യൂണിറ്റുകളുടെ പ്രാരംഭപ്രവർത്തനങ്ങളും ആരംഭിച്ചു കഴിഞ്ഞു. കൊല്ലം ജില്ലയിലെ കൈപ്പുഴ നാളികേര ഉൽപാദക കമ്പനിയുടെ നീര സംസ്കരണ യൂണിറ്റ് നിർമ്മാണം അവസാന ഘട്ടത്തിലെത്തിയിരിക്കുന്നു. മറ്റു ഉൽപാദക കമ്പനികളിൽ നീരസംസ്കരണ യൂണിറ്റിന്റെ നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിൽ പുരോഗമിക്കുന്നു.

കൈപ്പുഴ നാളികേരോത്പാദക കമ്പനി കണ്ണൂർ, തേജസിനി കമ്പനി, കുറ്റാടി നാളികേരോത്പാദക കമ്പനി എന്നിവരുടെ പ്ലാന്റുകളുടെ ശിലാസ്ഥാപന കർമ്മമാണ് മുഖ്യമന്ത്രി ഉമ്മൻ ചാണ്ടി ഇതുവരെ നിർവ്വഹിച്ചത്. പാലക്കാട് പ്രൊഡ്യൂസർ കമ്പനി സി. പി.സി.ആർ.ഐയുടെ കോൾഡ് ചെയിൻ പ്രോസ്സസ്സ് സാങ്കേതിക വിദ്യ അവലംബിച്ച് ചിൽഡ് ഡിസ്പെൻസർ വഴി നീര വിൽപന നടത്തുന്നു. പാലക്കാട് കമ്പനി ഇപ്പോൾ 10 ൽ പരം കോക്കനട്ട് പോയിന്റുകളിൽ നീര വിപണനം നടത്തുന്നു. എറണാകുളം വൈറ്റില മൊബിലിറ്റി ഹബ്ബിലൂടെ പ്രതിദിനം 100 ലിറ്റർ നീര വിൽപന നടത്തുന്നു. ശീതീകരിച്ച ചില്ലറുകളിൽ നീര വിൽപന നടത്തുന്നതിന് ഒരു പോയിന്റിന് 3 ലക്ഷം രൂപയുടെ നിക്ഷേപം ആവശ്യമുണ്ട്.

കൈപ്പുഴ കമ്പനിയുടെ നീര പ്ലാന്റിന്റെ പണി പൂർത്തിയായി. ഫെബ്രുവരി അവസാനം തുറന്നു പ്രവർത്തിക്കും. കൈപ്പുഴ കമ്പനിയുടെ നീര എസ്. സി. എം.എസ്. ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ബയോ ടെക്നോളജി ആന്റ് ബയോ സയൻസസിന്റെ സംസ്കരണ പ്ലാന്റിൽ സംസ്കരിച്ച് ബോട്ടിൽ ചെയ്യുന്നു. കൂടാതെ ചിൽഡ് കണ്ടീഷനിൽ നീര പാർലറുകൾ വഴിയും വിപണനം നടത്തുന്നു. കൊല്ലം ബിഷപ്പ് ജെറോം നഗറിലും കരുനാഗപ്പള്ളി കെ. എസ്. ആർ.ടി. സി. ബസ് സ്റ്റാന്റിലും കൈപ്പുഴ കമ്പനിയുടെ നീര പാർലറുകൾ പ്രവർത്തിച്ചു വരുന്നു. ബോട്ടിൽ ചെയ്ത നീരയും വെന്റിംഗ് മെഷീൻ വഴിയുള്ള നീരയും നീരയിൽ നിന്നുള്ള മൂല്യ വർദ്ധിത ഉൽപ്പന്നങ്ങളായ നീര ചക്കര, തേൻ, വിവിധ ഫ്ലേവറുകളിലുള്ള നീരയും വിറ്റഴിക്കുന്നു. ഇതുവരെ 4 ലക്ഷം ലിറ്ററിൽ പരം നീര കൈപ്പുഴ കമ്പനി വിറ്റഴിച്ചതായി കമ്പനി ചെയർമാൻ ഷാജഹാൻ പറയുന്നു. എക്സിബിഷനുകളിലും മറ്റും വൻ വരവേൽപ്പാണ് നീരയ്ക്ക് ലഭിക്കുന്നത്. നാളികേര ബോർഡിന്റെ ടെക്നോളജി മിഷൻ പദ്ധതി പ്രകാരം നീര പ്ലാന്റ് സ്ഥാപിക്കുന്നതിന് സമർപ്പിച്ച പ്രോജക്ടിന്റെ ആദ്യ ഘട്ട സബ്സിഡി തുക കൈപ്പുഴ കമ്പനി കൈപ്പറ്റിക്കഴിഞ്ഞു. പ്രോജക്ടിന്റെ 25 ശതമാനം തുകയാണ് സബ്സിഡിയായി നാളികേര ബോർഡ് നൽകുന്നത്. ഇതോടൊപ്പം മറ്റു ധനകാര്യ സ്ഥാപനങ്ങളായ കേരള ഫിനാൻഷ്യൽ കോർപ്പറേഷൻ, ധനലക്ഷ്മി ബാങ്ക്, കാന്നാ ബാങ്ക് തുടങ്ങിയവരുടെ സഹായ വാഗ്ദാനം നീര സംസ്കരണ പ്ലാന്റുകൾക്ക് ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്.

തിരുക്കൊച്ചി കമ്പനിയും കൈപ്പുഴ കമ്പനിയും നീര സംസ്കരിച്ച് ആകർഷകങ്ങളായ ബോട്ടിലുകളിലാക്കി വിപണിയിൽ എത്തിച്ചുവരുന്നു. നാളികേര ബോർഡിന്റെ വാഴക്കുളത്തുള്ള സി.ഡി.ബി. ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ടെക്നോളജിയുടെ സാങ്കേതിക വിദ്യയനുസരിച്ച് എറണാകുളം തിരുക്കൊച്ചി കമ്പനി നീര ബോട്ടിലുകളാക്കുന്നു.

നീരയും മൂല്യവർദ്ധിത ഉൽപന്നങ്ങളും

112 വർഷങ്ങളായി അബ്കാരി നിയമത്തിലുണ്ടായ തടസ്സങ്ങൾ നീക്കം ചെയ്താണ് നീരയും നീരയുടെ മൂല്യവർദ്ധിത ഉൽപന്നങ്ങളും വിപണിയിലെത്തിച്ചത്. നീരയ്ക്കും നീരയുടെ മൂല്യവർദ്ധിത ഉൽപന്നങ്ങൾക്കും വിപണിയിൽ വൻ ഡിമാന്റാണുള്ളത്. ഒട്ടും തന്നെ മദ്യാംശം കലർന്നിട്ടില്ലാത്ത ആരോഗ്യപാനീയമായ നീരയിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന പ്രാഥമിക ഉല്പന്നങ്ങളാണ് ശർക്കര, ചക്കര പാനി, നീര പഞ്ചസാര എന്നിവ. സാധാരണ പഞ്ചസാര ഉപയോഗിച്ച് ബേക്കറിയിലുണ്ടാക്കുന്ന ഏതു പലഹാരവും നീരയുടെ പ്രാഥമിക ഉല്പന്നങ്ങളുപയോഗിച്ചുണ്ടാക്കാം.

30 ൽ പരം മധുര പലഹാരങ്ങളാണ് ബോർഡ് വാഴക്കുളത്തുള്ള സി.ഐ.ടിയിൽ വിജയകരമായി ഉല്പാദിപ്പിച്ച് വിപണിയിലെത്തിച്ചിട്ടുള്ളത്. ഇവയിൽ ചിലതാണ് നീര ചോക്ലേറ്റ്, നീര കൂക്കീസ്, നീര ഫ്രൂട്ട് ജാം, ബർഫി, ഹൽവ, ലഡു, ജാം, പുഡ്ഡിംഗ്, പേഡ, ഗുലാബ് ജാമുൻ, നീര ട്യൂട്ടി ഫ്രൂട്ടി എന്നിവ. കേരോത്പാദക ഫെഡറേഷനുകൾ

തെരഞ്ഞെടുത്തയയ്ക്കുന്നവർക്ക് ബോർഡിന്റെ വാഴക്കുളത്തുള്ള സി.ഡി.ബി ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ടെക്നോളജിയിൽ പരിശീലനം നൽകുന്നു. എറണാകുളം ജില്ലയിലെ തിരുക്കൊച്ചി കമ്പനി ക്രിസ്തുമസ് നവവത്സര വേളയിൽ നീര പാനി ഉപയോഗിച്ചുണ്ടാക്കിയ കേക്കിന് വിപണിയിൽ വൻ ഡിമാന്റ് ഉണ്ടായിരുന്നു. ഇതോടൊപ്പം മറ്റ് മൂല്യവർദ്ധിത ഉൽപ്പന്നങ്ങളായ നീര ജാഗറി, സിറപ്പ്, നീര കേക്ക്, മിഠായി എന്നിവയും പുറത്തിറക്കിയിട്ടുണ്ട്.

അംഗീകൃത സാങ്കേതിക വിദ്യകൾ

നീര സംസ്കരിച്ച് കേടു കൂടാതെ വിപണിയിലെത്തിക്കുന്നതിനുള്ള നാളികേര വികസന ബോർഡിന്റെ വാഴക്കുളത്തുള്ള സി.ഐ.ടി ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ടെക്നോളജിലും ബോർഡിന്റെ സാമ്പത്തിക സഹായത്തോടെ നീര ഉൽപാദന സംസ്കരണ ഗവേഷണ പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി മുന്നോട്ട് പോകുന്ന കളമശ്ശേരി എസ്.സി.എം.എസിന്റെ ബയോ സയൻസ് ആന്റ് ബയോ ടെക്നോളജി ഗവേഷണ വിഭാഗത്തിലും ലഭ്യമാണ്. കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാലയും സി.എഫ്.ടി.ഐ, ഐ.സി.ആർ.ഐ., ഡി.എഫ്.ആർ. എൽ., എന്നീ സ്ഥാപനങ്ങളുടേയും ടെക്നോളജി സ്വീകരിക്കാവുന്നതാണ്. 6 തരത്തിലുള്ള സാങ്കേതിക വിദ്യ രാജ്യത്ത് ഇന്ന് ലഭ്യമാണ്.

നീര ടെക്നീഷ്യന്മാരുടെ ആവശ്യകത

കേരളത്തിലെ പതിനെട്ടു കോടി തെങ്ങുകളിൽ ഒരു ശതമാനം മാത്രം നീരയുൽപാദനത്തിനായി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ അടുത്ത രണ്ടു വർഷത്തിനകം 1400 നീര മാസ്റ്റർ ട്രെയിനർമാരെയും ഒരു ലക്ഷം നീര ടെക്നീഷ്യന്മാരെയും പരിശീലിപ്പിച്ചെടുക്കാനാണ് ബോർഡ് ലക്ഷ്യം വെക്കുന്നത്. ഇതിനകം SCMS ലും CIT യിലുമായി 278 മാസ്റ്റർ ട്രെയിനർമാർ പരിശീലനം പൂർത്തിയാക്കിക്കഴിഞ്ഞു. പരിശീലനം നേടിയ 1200-റോളം നീര ടെക്നീഷ്യൻമാർ നൂതന രീതിയിൽ അതീവശുചിത്വം പാലിച്ചുതന്നെ നീര ചെത്തി ശേഖരിക്കാൻ തയ്യാറായിക്കഴിഞ്ഞു. 173 ഫെഡറേഷനുകൾക്ക് ലൈസൻസ് നൽകുന്നതിലൂടെ 26000 മുതൽ 30000 നീര ടെക്നീഷ്യന്മാർക്ക് തൊഴിൽ ലഭിക്കും. കുറഞ്ഞത് 20000 രൂപ വരുമാനം ഉറപ്പാക്കിക്കൊണ്ട്. 10% തെങ്ങുകൾ നീര ടാപ്പു ചെയ്യാൻ നൽകിയാൽ നീര ചെത്തിയാൽ 10 ലക്ഷം ടെക്നീഷ്യന്മാർക്കാണ് തൊഴിൽ സാദ്ധ്യത.

ഗ്രീൻ കോളർ നീര ടെക്നീഷ്യന്മാരായി ജോലി ചെയ്യുന്നതിനുമുമ്പായി ഇതിനു വേണ്ട പരിശീലനം നേടേണ്ടതുണ്ട്. പരമ്പരാഗത ചെത്തു തൊഴിലാളികൾക്കാണ് മാസ്റ്റർ ടെക്നീഷ്യൻമാരാകാൻ പരിശീലനം നൽകുന്നത്. നാളികേര ബോർഡിനു കീഴിൽ ആലുവ വാഴക്കുളത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്ന സി.ഡി.ബി. ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ടെക്നോളജിയും കളമശ്ശേരിയിലെ എസ്.സി.എം.എസുമാണ് പരമ്പരാഗത ചെത്തു തൊഴിലാളികളെ ശാസ്ത്രീയമായും വൃത്തിയായും നീര ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്നതിന് പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു. രണ്ടാഴ്ചത്തെ പരിശീലനമാണ് നൽകുന്നത്. പങ്കെടുക്കാൻ താൽപര്യമുള്ള ചെത്തു തൊഴിലാളികൾ തങ്ങളുടെ പ്രദേശത്തുള്ള കേരോൽപാദക ഫെഡറേഷനുമായി ബന്ധപ്പെടുകയും ഇവരുടെ ശുപാർശയോടെ ബോർഡിന്റെ ജില്ലാതല ചാർജ്ജ് ഓഫീസർമാർവഴി നാളികേര ബോർഡിന്റെ വാഴക്കുളത്തുള്ള ട്രെയിനിംഗ് സെന്ററിലേക്ക് അപേക്ഷ നൽകാം.

നീര ടെക്നീഷ്യൻമാരാകാൻ താൽപ്പര്യമുള്ള യുവാക്കൾക്ക് ഓരോ ജില്ലയിലും രൂപീകരിച്ചിട്ടുള്ള കേരോൽപാദക ഫെഡറേഷനുകളിലൂടെ പരിശീലനം നേടാം. 42 ദിവസമാണ് പരിശീലനം. കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് ജില്ലാ തലത്തിലുള്ള കമ്പനികളെയോ ബോർഡിന്റെ ജില്ലാതല ചാർജ്ജ് ഓഫീസർമാരുമായോ ബന്ധപ്പെടുക.

കേരോൽപാദക ഫെഡറേഷനുകൾക്ക് ലൈസൻസ് ലഭിക്കുന്ന മുറയ്ക്കു തന്നെ ടെക്നീഷ്യൻമാരെയും വിവിധ ഫെഡറേഷനുകളിലൂടെ ഒരേ സമയം ട്രെയിനിംഗ് നൽകി പുറത്തിറക്കുന്നു. ഒരു ശതമാനം തെങ്ങ് ടാപ്പു ചെയ്യുന്നതിനായി ഏകദേശം ഒരു ലക്ഷം ടെക്നീഷ്യൻമാരാണ് ആവശ്യം. രണ്ടു വർഷത്തിനകം ഉദ്ദേശിച്ച വിധം ടെക്നീഷ്യന്മാരെ പുറത്തിറക്കുകയാണ് ബോർഡിന്റെ ലക്ഷ്യം. തെങ്ങിൽ കയറി ജോലി ചെയ്യാനുള്ള താൽപര്യവും അർപ്പണ ബോധവും മനസാന്നിദ്ധ്യവുമുണ്ടായാൽ ടെക്നീഷ്യന്മാരായി സ്ത്രീകൾക്കും അപേക്ഷിക്കാം. കേരളത്തിൽ നീര ടെക്നീഷ്യന്മാരുടെ കുറവനുഭവപ്പെടാത്ത പാലക്കാടും കൊല്ലവും നീര ഉൽപാദനത്തിൽ മുന്നേറാനാണ് സാദ്ധ്യത. 25000 നീര ടെക്നീഷ്യന്മാരെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതിനു വേണ്ട സാമ്പത്തിക സഹായം ലഭ്യമാക്കുന്നതിന് സംസ്ഥാന തൊഴിൽ വകുപ്പിനോടും കേരള സ്റ്റേറ്റ് ഇനോവേഷൻ കൗൺസിലിനോടും സംസ്ഥാന ശാസ്ത്ര സാങ്കേതിക പരിസ്ഥിതി കൗൺസിലിനോടും നാളികേര വികസന ബോർഡ് ആവശ്യപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്.

വൃത്തിയുള്ള സാഹചര്യത്തിൽ നീര ഉൽപാദനം

ഭൗതികമായും രാസപരമായും രണ്ട് വ്യത്യസ്ത പദാർത്ഥങ്ങളാണ് നീരയും കളളും. നീരയിൽ മേൽപ്പറഞ്ഞ പ്രകാരം ഗ്ലൈസീമിക് ഇൻഡക്സ് കുറവും പൂജ്യം ശതമാനം ആൽക്കഹോളുമാണുള്ളത്. ടാപ്പ് ചെയ്യുമ്പോൾ ആന്റി ഫെർമെന്റിംഗ് സൊല്യൂഷൻ (AFS) ചേർക്കാത്ത പക്ഷം നീരയിലെ പഞ്ചസാര തനിയെ പുളിച്ച് 8 ശതമാനം വീര്യമുള്ള മദ്യാംശമുള്ള കളളായി മാറുന്നു. പുളിച്ച കളളിൽ വിറ്റാമിനുകളും പ്രോട്ടീനുകളും ഇല്ലാതാകുന്നു. മിനറലുകൾ മാത്രം അവശേഷിക്കും. സാധാരണക്കാരന്റെ ഭാഷയിൽ പാലും തൈരും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസമാണ് നീരയും കളളും തമ്മിലുള്ളത്. നീര ശേഖരിയ്ക്കുന്നതോടൊപ്പം പ്ലാസ്റ്റിക് ക്യാനുകളിൽ എഎഫ്എസ് ഉപയോഗിച്ച് പുളിയ്ക്കാൻ പ്രക്രിയ തടയണം. എ.എഫ്.എസിന് 12-16 മണിക്കൂറോളം പുളിയ്ക്കാൻ പ്രക്രിയ തടയാനാകും. വീര്യം കുറഞ്ഞ ബയോ disinfectant പുകുലയിൽ സ്പ്രേ ചെയ്ത് ഈച്ചകളും പ്രാണികളും നീര ശേഖരിക്കുന്ന പാത്രത്തിൽ പ്രവേശിക്കുന്നത് തടയുന്നു. 1% വീര്യമുള്ള സോഡിയം ഹൈപ്പോ ക്ലോറേറ്റ് ലായനി പുകുലയിൽ സ്പ്രേ ചെയ്താൽ പ്രാണികളെയും കീടങ്ങളെയും തടയാം.

പ്രൈവറായി നീര ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്നത് അനുവദനീയമല്ല; തീർത്തും ശിക്ഷാർഹവുമാണ്. നാളികേര വികസന ബോർഡിനു കീഴിലുള്ള ഫെഡറേഷനുകൾക്കുമാത്രമാണ് നീര ഉൽപാദിപ്പിക്കുന്നതിന് ലൈസൻസ് നൽകിയിട്ടുള്ളത്. അണുവിമുക്തമാക്കി സീൽഡ് ബോട്ടിലുകളിൽ നിറച്ച നീര മാത്രമാണ് നാളികേര വികസന ബോർഡ് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നത്.

രാജ്യത്തെ ഭക്ഷ്യോൽപന്നങ്ങളുടെ ഗുണനിലവാരം പരിശോധിക്കുന്നതിനും നടപ്പിലാക്കുന്നതിനും 2006-ൽ സ്ഥാപിതമായ സംവിധാനമാണ് (FSSAI - ഭക്ഷ്യസുരക്ഷാ നിലവാര സംരക്ഷണ അതോറിറ്റി). ഗവേഷണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെയും സർവ്വകലാശാലകളുടെയും ദൗത്യം നിലവാരമുള്ള സാങ്കേതിക വിദ്യകൾ കണ്ടുപിടിച്ചു കൈമാറുന്നതോടെ കഴിയുന്നു. ഒരു കമ്പനി നീര ഉൽപാദനം ഏറ്റെടുത്താൽ നിലവാരം ഉറപ്പുവരുത്തേണ്ടത് FSSAI പോലുള്ള സംവിധാനങ്ങളാണ്. ഉൽപാദക കമ്പനികളുടെ ഫാക്ടറിയിൽ നീര സംസ്കരിച്ച് അണുവിമുക്തമാക്കി അടച്ച കുപ്പികളിലാക്കുന്നതിന് ഫെഡറേഷനുകളും കമ്പനികളുമായി ഏകോപനം ആവശ്യമാണ്. ഫെഡറേഷനുകൾ നീര വിതരണത്തിനു മുമ്പായി ശരിയായ സംസ്കരണം ഉറപ്പാക്കണം.

നീരയുടെ പോഷകഗുണങ്ങൾ

വിരിയാത്ത പുകുല ചെയ്തിയെടുക്കുന്ന നോൺ ആൽക്കഹോളിക് ആയ പോഷക സമ്പുഷ്ട പ്രകൃതിദത്ത ആരോഗ്യ പാനീയമാണ് നീര. നീരയിൽ കൊഴുപ്പും കൊളസ്ട്രോളും ഇല്ല. വിറ്റാമിനുകളായ എയും ബിയും സിയും ഒരുമിച്ച് അടങ്ങിയ മറ്റൊരു പ്രകൃതിദത്ത പോഷക പാനീയമില്ല; അയണും ഫോസ്ഫറസും, പൊട്ടാഷ്യം ഒരുമിച്ചടങ്ങിയ ആരോഗ്യ പാനീയമാണിത്; ന്യൂട്രിയന്റ്സ് ധാരാളമുള്ളതിനാൽ എനർജി ഡ്രിങ്കായി ഉപയോഗിക്കുന്നു. അമിനോ അമ്ലങ്ങളുടെയും വിറ്റാമിൻ, ഇരുമ്പ്, കാത്സ്യം, സോഡിയം, പൊട്ടാസ്യം സിങ്ക് തുടങ്ങിയ ധാതുക്കളുടെ കലവറയാണിത്. നീരയിൽ 16% പഞ്ചസാര അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഗ്ലൈസീമിക് ഇൻഡക്സുള്ള ഇനുലിൻ എന്ന ഷുഗറാണിത്. ഏകദേശം 82 ശതമാനത്തോളം പ്രീബയോട്ടിക് ഫൈബർ ധാരാളമടങ്ങിയ ഇനുലിൻ ശരീരാരോഗ്യം പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന പഞ്ചസാരയിലൊന്നാണ്. രക്തത്തിലേക്ക് ആഗിരണം ചെയ്യുന്ന പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് (ഗ്ലൈസീമിക് ഇൻഡക്സ് 35) മാത്രമായതിനാൽ നീര പ്രമേഹ രോഗികൾക്കൊരു വരമാണ്. സാധാരണ കരിമ്പിൻ പഞ്ചസാരയുടെ ഗ്ലൈസീമിക് ഇൻഡക്സ് 70 ആണ്. പ്രോട്ടീൻ നിർമ്മാണത്തിനാവശ്യമായ ഗ്ലൂട്ടാമിക് ആസിഡ് ഉയർന്ന അളവിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. നേത്ര രോഗങ്ങൾക്കും എക്സീമ തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങളുടെ ചികിത്സയ്ക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്ന ഇനോസിറ്റോൾ നീരയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. 1947 ൽ നവജീവൻ പബ്ലീഷിംഗ് ഹൗസ് പുറത്തിറക്കിയ **ഇന്ത്യ ഓഫ് മൈ ഡ്രീംസ്** എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ രാഷ്ട്രപിതാവ് മഹാത്മാഗാന്ധി ഇങ്ങനെ പ്രതിപാദിക്കുന്നു. **പ്രഭാതത്തിൽ ചായയ്ക്ക് പകരമായി ആരോഗ്യത്തിന് ഏറെ ഗുണകരമായ പ്രകൃതിദത്ത നീര പാനീയം ഒരു ഗ്ലാസ്സ് കുടിച്ചാൽ പ്രഭാത ഭക്ഷണം കഴിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല.**