

## เรื่อง คำฝอย



### รายละเอียด

คำฝอย (American Saffron, Safflower) หรือคำทอง, ดอกคำฝอย เป็นพืชสมุนไพรจำพวกต้น มีชื่อเรียกตามท้องถิ่นต่างๆ เช่น ลำปางเรียก คำยุง, คำหยอง หรือคำยองคำยอง ส่วนภาคเหนือเรียก ดอกคำ, คำ หรือ คำฝอย และชาวจีนเรียก หงฮั่ว เป็นต้น โดยต้นคำฝอยนั้นมีถิ่นกำเนิดอยู่ในตะวันออกกลาง ส่วนในประเทศไทยนั้นมีแหล่งผลิตดอกคำฝอยส่วนใหญ่อยู่ทางภาคเหนือของประเทศ โดยเฉพาะในจังหวัดเชียงใหม่ และเชียงราย

### ลักษณะทั่วไปของคำฝอย

สำหรับต้นคำฝอยนั้นเป็นไม้ล้มลุก ลำต้นสูงประมาณ 40 – 130 ซม. มีลำต้นเป็นสัน แตกกิ่งก้านสาขามากเป็นใบเดี่ยว ลักษณะแบบเรียงสลับ รูปทรงรี ขอบใบหยักเป็นฟันเลื่อย บริเวณปลายเป็นหนามแหลม ออกดอกเป็นช่อ ดกช่อ ออกดอกที่ปลายยอด และมีดอกย่อยขนาดเล็กๆ จำนวนมาก เมื่อบานใหม่ๆ กลีบดอกมีสีเหลือง

แล้วจึงค่อยๆ เปลี่ยนเป็นสีแดง ใบประดับแข็งเป็นหนามคอยรองรับช่อดอก ส่วนผลแห้ง ไม่แตก เมล็ดรูปทรงสามเหลี่ยมเล็กเป็นสีขาว

### ประโยชน์และสรรพคุณของคำฝอย

**ดอก** – ช่วยบำรุงประสาท บำรุงหัวใจ ขับระดู ขับเหงื่อ แก้ดีพิการ บำรุงโลหิต ระวังประสาท รวมทั้งแก้อาการตกเลือด แก้ดีซ่าน แก้ไข้ในเด็ก แก้ไขข้ออักเสบ ตลอดจนแก้ปวดรอบเดือน และแก้อาการหวัดน้ำมูกไหล ให้รสหวานร้อน

**เกสร** – ช่วยบำรุงโลหิตและนำเหลืองให้เป็นปกติ รวมทั้งบำรุงโลหิตระดู และแก้อาการแสบร้อนตามผิวหนัง ให้รสหวานร้อน

**เมล็ด** – ช่วยในการขับโลหิตระดู ช่วยขับเสมหะ ใช้เป็นยาถ่าย แก้ปวดมดลูก ลดอาการอักเสบของมดลูก รวมทั้งช่วยแก้โรคผิวหนัง แก้บวม และแก้โรคลมเนื่องจากเส้นเลือดในสมองแตก ให้รสหวานร้อน

**น้ำมันจากเมล็ด** – ช่วยแก้โรคอัมพาต แก้ขัดตามข้อ แก้ฝี และช่วยลดไขมันในเส้นเลือด ให้รสร้อน

นับเป็นสมุนไพรที่มีประโยชน์มากมาย ไม่ใช่แค่เพียงแค่นี้ไทย อย่างในประเทศจีนเขาก็นิยมนำดอกคำฝอยมาใช้เป็นยาในการขับเลือดประจำเดือนที่ผิดปกติของผู้หญิงเช่นกัน แต่สำหรับผู้หญิงที่ตั้งครรภ์ต้องระวังไม่ควรรับประทาน

คำสำคัญ : คำฝอย

ที่มา : เกียรติความรู้.net/คำฝอย/

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-04-29

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=1479&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1479&code_db=610010&code_type=01)