

เรื่อง ขมิ้น



รายละเอียด

ลักษณะทั่วไปของขมิ้นชัน

สำหรับต้นขมิ้นชันนั้นเป็นพืชล้มลุกชนิดหนึ่งจัดอยู่ในตระกูลเดียวกับขิง มีอายุได้หลายปี ความสูงลำต้นประมาณ 30 – 95 เซนติเมตร มีรากเหง้าอยู่ใต้ดินเป็นรูปทรงไข่อวบน้ำและสั้น และมีแขนงรูปทรงกระบอกแตกออกเป็น 2 ด้าน ส่วนเนื้อในของเหง้านั้นมีกลิ่นหอมฉุนแบบเฉพาะตัว สีเหลืองอมส้ม หรือเหลืองจำปาอมสอาดเป็นใบเดี่ยว ตรงกลางใบมีสีเขียวเข้ม เหง้าเรียงตัวเป็นวงซ้อนทับกัน และดอกแทงออกมาจากเหง้ารูปทรงกระบอก กลีบดอกสีเหลืองอ่อน ส่วนใบประดับสีเขียวอ่อนๆ และส่วนผลมีด้วยกัน 3 พู เป็นรูปทรงกลม

ประโยชน์และสรรพคุณของขมิ้นชัน

1. เหง้า - ช่วยในการแก้ไข้เพื่อดี หรือเพื่อคลั่ง ตลอดจนเป็นไข้เรื้อรัง ช่วยแก้ปัญหาโรคผิวหนังต่างๆ อาการผอมเหลือง แก้เสมหะและโลหิต รวมทั้งช่วยสมานแผล แก้อาการปวดศีรษะ ช่วยสมานแผล แก้ผื่นคัน ไปจนถึง

โรคท้องร่วง ขับถ่ายล้ม ตลอดจนช่วยคุณธาตุ ขับกลิ่นและสิ่งสกปรกภายในร่างกายของเราออกมา และรักษาบาดแผลในกระเพาะอาหารได้อีกด้วย นอกจากนี้ยังสามารถนำน้ำที่คั้นได้จากเหง้าสดมาหยอดตา แก้อาการตาบวมหรือแดงได้ด้วย รวมทั้งแก้แผลถลอก ลดอาการอักเสบ แก้โรคผิวหนังจากผื่นคัน ช่วยให้ผิวพรรณเปล่งปลั่ง ให้รสฝาดหวานเย็น

2. ผงขมิ้น - ช่วยแก้เม็ดผดผื่นคันบริเวณผิวหนังได้ โดยการนำไปเคี้ยวกับน้ำมันพืชแล้วผสมน้ำเพื่อทาบริเวณที่มีผดผื่นคัน หรือใช้สำหรับแผลสดก็ได้
3. ขมิ้นสด - นำไปตำผสมกับดินประสิวเพียงเล็กน้อย และน้ำปูนใส ใช้สำหรับพอกบาดแผล และแก้อาการเคล็ดขัดยอกได้ดี หรือสามารถนำมารับประทานแก้ท้องร่วง หรือบิด โดยการนำไปเผาไฟแล้วโขลกผสมกับน้ำปูนใสรับประทาน

โดยขมิ้นชันนี้มักนิยมนำไปประกอบอาหารรับประทานกัน เป็นการแต่งสีหรือกลิ่นของอาหาร แถมช่วยดับกลิ่นคาวได้ดีอีกด้วย อาทิ แกงกะหรี่ หรือแกงไตปลา เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีสรรพคุณทางยาที่นำมาใช้รักษาอาการต่างๆ ดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้นอย่างยาวนานมากกว่า 5,000 ปีเลยทีเดียว และสำหรับบางท่านที่หาซื้อขมิ้นชันมารับประทานในรูปแบบผงสำเร็จหรือแคปซูลนั้น ควรตรวจสอบให้ละเอียดถึงมาตรฐานและคุณภาพความสะอาด เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดอันตรายร้ายแก่ร่างกายได้ **พืชสมุนไพรชนิดนี้ปลูกได้ทั่วไปเพราะเป็นพืชสมุนไพรครัวเรือน**

ภาพโดย : <https://prayod.com/ขมิ้นชัน-turmeric/>

คำสำคัญ : สมุนไพร

ที่มา : กมลทิพย์ ประเทศ และคนอื่นๆ. (2543). การสำรวจพรรณไม้ในอุทยานประวัติศาสตร์กำแพงเพชร อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร.

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2017-02-01

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=15&code_db=610010&code_type=01