



เรื่อง มะเขือพวง



รายละเอียด

มะเขือพวง ชื่อสามัญ Turkey berry, Devil's fig, Wild eggplant, Pea eggplant, Pea aubergine, Shoo-shoo bush

มะเขือพวง ชื่อวิทยาศาสตร์ Solanum torvum Sw. (ชื่อพ้องวิทยาศาสตร์ Solanum ficifolium Ortega, Solanum mayanum Lundell) จัดอยู่ในวงศ์มะเขือ (SOLANACEAE)

สมุนไพรมะเขือพวง มีชื่อท้องถิ่นอื่นๆ ว่า มะเขือละคร (นครราชสีมา), มะแว้งช้าง (สงขลา), มะแคว้งกุดลา (ภาคเหนือ), หมากแข้ง (ภาคอีสาน), เขื่อน้อย เขือพวง เขือเทศ ลูกแว้ง (ภาคใต้) เป็นต้น

มะเขือพวง เป็นพืชที่ขึ้นได้ทั่วไปในเขตร้อน โดยมีต้นกำเนิดในแอนทิลลีส ตั้งแต่รัฐฟลอริดา หมู่เกาะเวสต์ อินดีส์ เม็กซิโก จนถึงอเมริกากลางและทวีปอเมริกาใต้แถบประเทศบราซิล เป็นพืชที่ทนต่อโรคพืชต่างๆ ได้เป็นอย่างดี การเพาะปลูกจึงไม่จำเป็นต้องใช้ยาฆ่าแมลงแต่อย่างใด จึงค่อนข้างมั่นใจได้ว่าการรับประทานมะเขือพวงจะได้



ประโยชน์และปลอดภัยอย่างแน่นอน

สำหรับในประเทศไทยบ้านเรานั้นรู้จักมะเขือพวงมานานแล้ว โดยนิยมนำผลมาใช้ประกอบอาหารได้หลากหลายเมนู ไม่ว่าจะเป็น แกงป่า แกงคั่วปลาไหล แกงอ่อมปลาตุก แกงเขียวหวาน แกงเนื้อ น้ำพริกกะปิ น้ำพริกแมงดา น้ำพริกกุ้งสด น้ำพริกไข่เค็ม ปลาร้าทรงเครื่อง ผัดเผ็ด เป็นต้น

มะเขือพวงมีสารโซลานีน (Solanine) ซึ่งเป็นอัลคาลอยด์ ผู้ที่เป็นโรคไขข้อควรหลีกเลี่ยงการรับประทาน เพราะสารนี้อาจจะทำให้เกิดความไม่สมดุลของแคลเซียมในร่างกายได้

สรรพคุณของมะเขือพวง

1. สารโซลาโซดีน (Solasodine) ในมะเขือพวงช่วยต่อต้านโรคมะเร็งได้
2. มะเขือพวงมีสาร ทอร์โวไซด์ เอ, เอช (Torvoside A, H) ซึ่งมีฤทธิ์ต้านเชื้อไวรัสเริมชนิดที่ 1 (Herpes simplex virus type 1) โดยมีฤทธิ์ช่วยยับยั้งไวรัสได้มากกว่าอะไซโคลเวียร์ถึง 3 เท่า
3. มะเขือพวงมีสารทอร์วอนินบี (Torvonin B) ซึ่งเป็นซาโปนินชนิดหนึ่ง โดยเชื่อว่ามีฤทธิ์ในการขับเสมหะ
4. มะเขือพวงมีสารเพกติน (Pectin) ที่ช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยสารนี้จะมีหน้าที่ช่วยเคลือบผิวในลำไส้ ทำให้อาหารเคลื่อนตัวผ่านลำไส้ได้ช้า จึงช่วยดูดซึมแป้งและน้ำตาลที่ย่อยแล้วได้ช้าลง ทำให้ระดับของน้ำตาลในเลือดคงที่
5. สารเพกตินในมะเขือพวงมีคุณสมบัติช่วยดูดซับไขมันส่วนเกินและอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต
6. ช่วยรักษาโรคซิฟิลิส (Syphilis) หรือโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์โรคหนึ่ง มีสาเหตุมาจากเชื้อ Treponema pallidum (ไบสด)
7. สารต่อต้านอนุมูลอิสระในมะเขือพวงช่วยป้องกันความเสื่อมและช่วยชะลอความแก่
8. ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้แข็งแรง
9. ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล
10. ช่วยรักษาโรคความดันโลหิตสูง
11. ช่วยลดความเครียดออกซิเดชันในผู้ป่วยเบาหวาน
12. ช่วยให้ร่างกายผ่อนคลาย ง่วงนอน
13. ใช้เป็นยาระงับประสาท (ไบสด)
14. ช่วยบำรุงธาตุ บำรุงร่างกาย
15. ช่วยทำให้เลือดในร่างกายหมุนเวียนได้ดียิ่งขึ้น
16. ช่วยยับยั้งการแข็งตัวของเลือด



17. ช่วยขับเหงื่อ (ใบสด)
18. แก้อาการชัก (ใบสด)
19. แก้อาการหืด (ทั้งต้น)
20. ช่วยแก้พิษในร่างกาย ด้วยการนำน้ำมะขามแฉะราดมะเขือพวงแล้วนำมาต้มดื่ม (ราก)
21. ช่วยป้องกันภาวะเลือดแข็งตัว
22. ผลแห้งนำมาตากกินแก้อาหารจะช่วยบำรุงสายตา
23. แก้อาการปวดฟัน ชาวมาเลเซียนำเมล็ดมะเขือพวงไปเผาให้เกิดควัน แล้วสูดเอาควันรมแก้ปวดฟัน (เมล็ด)
24. น้ำคั้นใบสดช่วยลดไข้ (ใบสด)
25. ช่วยบรรเทาและแก้อาการไอ รวมไปถึงอาการไอเป็นเลือด
26. ช่วยบรรเทาและรักษาอาการภูมิแพ้
27. สารสกัดจากมะเขือพวงมีผลยับยั้ง Platelet activating factor (PAF) ซึ่งเป็นสาเหตุของโรคหอบหืด
28. ช่วยให้เจริญอาหาร รับประทานอาหารได้มากยิ่งขึ้น
29. ช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกันของลำไส้ เพื่อป้องกันสารพิษที่เข้ามายังระบบทางเดินอาหาร
30. ช่วยในการย่อยอาหาร
31. ช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะมีสารเพกทินที่ทำหน้าที่ดึงน้ำไว้ได้จำนวนมาก เพื่อเพิ่มปริมาณของอุจจาระ จึงช่วยกระตุ้นการขับถ่าย และทำให้อุจจาระนุ่ม ถ่ายง่ายขึ้นมาก
32. ช่วยป้องกันโรคท้องผูกและริดสีดวงทวาร
33. ช่วยในการขับปัสสาวะ (ผล, ใบ)
34. มะเขือพวงช่วยรักษาแผลในกระเพาะอาหาร โดยมีฤทธิ์ต้านการเกิดแผลในกระเพาะอาหารที่เกิดจากการใช้ยา แอลกอฮอล์ และความเครียด
35. ช่วยบำรุงตับ
36. ช่วยบำรุงไต ช่วยป้องกันและรักษาอาการเป็นพิษต่อไตที่เกิดจากยาเคมีโมที่ใช้รักษามะเร็งได้
37. ใบสดใช้แก้ปวด ปวดข้อ (ใบสด)
38. ช่วยแก้อาการฟกช้ำ
39. ช่วยแก้พิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย ด้วยการใช้น้ำสกัดจากลำต้นมะเขือพวง (ต้น)
40. ช่วยรักษาฝีบวมมีหนอง
41. ใบสดใช้พอกให้ฝีหนองแตกเร็วขึ้น ช่วยทำให้ฝียุบ (ใบสด)
42. ช่วยรักษาโรคกลาก เกื้อยตามผิวหนัง (ต้น)



43. ช่วยรักษาโรคผิวหนัง (ใบสด)
44. ในแคเมอรูนใช้ใบสดในการช่วยห้ามเลือด (ใบสด)
45. ผลแห้งนำมาอย่างกินแก้ลมอาหารช่วยรักษาอาการติดเชื้อแบคทีเรียได้
46. มีฤทธิ์ต่อต้านการอักเสบ ป้องกันการอักเสบเฉียบพลัน
47. ช่วยรักษารอยเท้าแตก ด้วยการนำรากสดมาตำแล้วพอกบริเวณรอบเท้าแตก (ราก)
48. ช่วยแก้โรคตาปลา ด้วยการนำรากสดมาตำแล้วพอกบริเวณที่เป็นตาปลา (ราก)

คำสำคัญ : มะเขือพวง

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-07-10

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1701&code_db=610010&code_type=01

The Office Of Academic Resource Information And Technology