



## เรื่อง กล้วยน้ำว่า



### รายละเอียด

กล้วยน้ำว่า (Banana) เป็นพืชผลไม้จำพวกต้น มีชื่อเรียกตามท้องถิ่นต่างๆ เช่น ในเชียงใหม่หรือเชียงราย เรียกกล้วยใต้ ส่วนจันทบุรีเรียกกล้วยมะลิอ่อน หรือชัยภูมิเรียกกล้วยอ่อน และในอุบลราชธานีเรียกกล้วยตานีอ่อน เป็นต้น ซึ่งเป็นพันธุ์กล้วยชนิดหนึ่งที่ผสมผสานระหว่างกล้วยป่าและกล้วยตานี ปลูกง่าย รสชาติอร่อย เป็นที่นิยมบริโภคกันมาก มีอยู่ด้วยกัน 3 ชนิด คือ น้ำว่าขาว น้ำว่าแดง และน้ำว่าเหลือง

### ลักษณะทั่วไปของกล้วยน้ำว่า

กล้วยน้ำว่าเป็นไม้ล้มลุก ลำต้นสูงประมาณ 3.5 เมตร กาบเรียงซ้อนกันเป็นลำต้น สีเขียวอ่อน เป็นใบเดี่ยวขนาดใหญ่ เรียงสลับกัน รูปขอบขนาน ปลายมน ขอบและแผ่นใบเรียบ ก้านใบเป็นร่องแคบๆ ส่วนดอกจะออกเป็นช่อตรงปลายห้อยลง หรือที่เรียกกันว่า หัวปลี และผลเป็นรูปทรงรี ยาวประมาณ 11-13 เซนติเมตร ผิวเรียบ เนื้อในขาว ผลดิบมีสีเขียว เมื่อสุกจะเป็นสีเหลือง รสชาติหวาน อร่อย โดยใน 1 หวี มีผลอยู่ประมาณ 10-16 ผล

### ประโยชน์และสรรพคุณของกล้วยน้ำว่า

ประโยชน์ของกล้วยน้ำว่าทางสมุนไพรนั้นมีมากมาย เรียกได้ว่าแทบจะทุกส่วนของต้นกล้วยเลยก็ว่าได้ มีดัง



นี้

**ราก** – ใช้ต้มดื่มแก้ไข้ ร้อนใน กระจายน้ำ ตลอดจนช่วยสมานแผลภายใน และอาการท้องเสีย ผื่นคัน หรือ บิด ให้รสฝาดเย็น

**ใบ** – นำไปปิ้งไฟสามารถปิดแผลที่เกิดจากไฟไหม้ หรือต้มอาบแก้ผื่นคัน ให้รสเย็นจืด

**ยาง** – ช่วยในการห้ามเลือด และสมานแผล ให้รสฝาด

**ผลดิบ** – สามารถนำไปหั่นบดเป็นผง หรือชงน้ำร้อนรับประทาน ช่วยแก้อาการท้องเสียเรื้อรังที่เป็นสาเหตุให้อาหารไม่ย่อย และช่วยรักษาแผลที่เกิดในกระเพาะอาหารได้ ให้รสฝาด

**ผลสุก** – ใช้เป็นยาระบาย ช่วยในการขับถ่ายอุจจาระ ช่วยบำรุงร่างกายให้แข็งแรง และรักษาแผลในกระเพาะอาหารได้ ให้รสหวาน

**หัวปลี** – ช่วยแก้โรคโลหิตจาง ลดระดับน้ำตาลในเลือด และแก้กระเพาะอาหารในลำไส้ ให้รสฝาด

**น้ำตาลจากหัวปลี** – ช่วยบำรุงโลหิต แก้อาการถ่ายเป็นมูกเลือด ให้รสฝาดเย็น

นอกจากความอร่อยและหาซื้อรับประทานได้ง่ายของกล้วยน้ำว้าแล้ว ยังมีความเชื่อว่าหากรับประทานกล้วยน้ำว้าหลังตื่นนอนก่อนแปรงฟันจะช่วยลดกลิ่นปากได้ด้วย และยังสามารถนำไปแปรรูปเป็นอาหารรับประทานกัน ได้มากมาย เช่น กล้วยเชื่อม กล้วยกวน กล้วยทอด กล้วยปิ้ง ฯลฯ

คำสำคัญ : กล้วยน้ำว้า

ที่มา : เกร็ดความรู้.net/กล้วยน้ำว้า/

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-04-29

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=1458&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1458&code_db=610010&code_type=01)