



## เรื่อง ถั่วแปบ



### รายละเอียด

ถั่วแปบ (Hyacinth Bean, Bonavista Bean, Lablab) เป็นพืชสมุนไพรจำพวกเถา ที่มีชื่อเรียกตามท้องถิ่นต่างๆ เช่น ภาคเหนือเรียก ถั่วมะเปกกี, มะแปบ, ถั่วแล้ง หรือถั่วหนั่ง เป็นต้น โดยเป็นพืชสมุนไพรที่มีสายพันธุ์มากมายหลากหลาย จะเรียกว่ามากกว่าบรรดาพืชสมุนไพรชนิดอื่นๆ เลยก็น่าได้ ซึ่งเป็นพืชตระกูลถั่ว มีแหล่งกำเนิดในแถบร้อนของทวีปเอเชีย รวมทั้งในภาคเหนือและตะวันออกเฉียงเหนือของไทยเราด้วย สำหรับถั่วแปบนี้มักนิยมนำมาทำเป็นขนมหวานของไทย โดยผสมกับแป้งเคี้ยวเหนียวนุ่มรับประทานอร่อย

### ลักษณะทั่วไปของถั่วแปบ

สำหรับต้นถั่วแปบนั้นจัดเป็นพืชล้มลุกเลื้อยพันซึ่งมีอายุได้หลายปีเลยทีเดียว โดยมีความสูงของลำต้นประมาณ 2.3 เมตร และลักษณะของลำต้นจะอยู่เหนือดิน ซึ่งไม่สามารถตั้งลำต้นให้ตรงได้เอง แต่จะใช้ส่วนของ



ลำต้นช่วยเกี่ยวพัน เป็นเถาทรงกลมสีเขียวแซมด้วยขนขาวขึ้นปกคลุมอยู่ประปรายตามลำต้น จะขยายพันธุ์โดยการใช้เมล็ด เติบโตได้ดีในดินร่วนและแสงแดดจัดๆ ส่วนใบนั้นจะเป็นใบคล้ายขนนก ออกเรียกแบบสลับกันไป รูปทรงไข่ และจะมีดอกออกเป็นช่อกระจะอยู่ตามซอกใบและกิ่ง ปราศจากกลิ่น โดยในแต่ละช่อจะมีดอกย่อยๆ อยู่หลายดอก มีกลีบดอกสีขาวหรือม่วงแยกจากกันเป็นรูปไต ส่วนผลของถั่วแปบนั้นจะเป็นฝักยาวโค้งงอ ตรงปลายเป็นจะงอย สีเขียวหรือม่วง และเมล็ดด้านในจะมีสีไปตามลักษณะของแต่ละสายพันธุ์เป็นรูปทรงไข่กลมๆ

### ประโยชน์และสรรพคุณของถั่วแปบ

ฝัก - ช่วยแก้อาการไข้และอ่อนเพลีย รวมทั้งบำรุงกำลังให้แก่ร่างกาย ให้รสหวานมัน

เมล็ด - ช่วยในการบำรุงร่างกายให้แข็งแรง รวมทั้งช่วยแก้ไข้ แก้โรคตา และแก้เสมหะ ให้รสหวานมัน

ดังนั้น จะเห็นได้ว่าถั่วแปบมีทั้งสรรพคุณและประโยชน์เป็นอย่างมากเลยทีเดียว แถมอร่อยอีกต่างหาก จึงนับเป็นพืชสมุนไพรที่ทรงคุณค่าเป็นอย่างมาก

คำสำคัญ : ถั่วแปบ

ที่มา : [www.samunpri.com/](http://www.samunpri.com/)

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-05-08

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=1509&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1509&code_db=610010&code_type=01)