

## เรื่อง ตะขบ



### รายละเอียด

ตะขบ ชื่อสามัญ Calabura, Jam tree, Jamaican cherry, Malayan Cherry, West Indian Cherry

ตะขบ ชื่อวิทยาศาสตร์ Muntingia calabura L. ปัจจุบันจัดอยู่ในวงศ์ MUNTINGIACEAE

สมุนไพรตะขบ มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า ครบฝรั่ง (สุราษฎร์ธานี), หมากตะโก้เสะ (กะเหรี่ยงแดง), ตากบ (ม้ง), เพ็ญหมาย (เมียน), ตะขบฝรั่ง (ไทย) เป็นต้น

### ลักษณะของตะขบ

ต้นตะขบ จัดเป็นไม้พุ่มหรือไม้ยืนต้นขนาดเล็ก มีความสูงได้ประมาณ 5-7 เมตร และอาจสูงได้ถึง 10 เมตร แตกกิ่งก้านแผ่ขนานกับพื้นดิน เปลือกลำต้นเรียบเป็นสีเทา ตามกิ่งอ่อนมีขนนุ่มขึ้นปกคลุม ตะขบหรือตะขบฝรั่ง นี้มีถิ่นกำเนิดในอเมริกากลางและอเมริกาใต้ พบปลูกเป็นไม้ประดับหรือไม้ผลทั่วไปในเขตร้อน ในประเทศพบปลูกเป็นไม้ประดับหรือไม้ผล และมักพบขึ้นเป็นวัชพืชตามที่รกร้างว่างเปล่าตามป่าโปร่งทั่วไป หรือมักขึ้นเอง

ตามธรรมชาติที่ทนและสัตว์ขนาดเล็กถ่ายมูลเมล็ดตะขบทิ้งไว้ สามารถขยายพันธุ์ได้เองโดยวิธีการเพาะเมล็ด ออกดอกและติดผลได้ตลอดทั้งปี

**ใบตะขบ** ใบเป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับแบบทแยงกัน ลักษณะของใบเป็นรูปไข่แกมขอบขนาน ปลายใบ เรียวแหลม โคนใบมนหรือข้างหนึ่งมนส่วนอีกข้างหนึ่งแหลม ส่วนขอบใบจักเป็นซี่ฟันเล็ก ๆ ใบมีขนาดกว้างประมาณ 1.5-3.5 เซนติเมตร และยาวประมาณ 4.5-9 เซนติเมตร หลังใบด้านบนเป็นสีเขียว ส่วนท้องใบด้านล่าง เป็นสีนวล หลังใบและท้องใบมีขนนุ่มจับดูจะรู้สึกเหนียวมือเล็กน้อย เส้นแขนงใบมี 3-5 เส้น ก้านใบยาวประมาณ 0.2-0.6 เซนติเมตร และมีขน โคนก้านเป็นปม ๆ

**ดอกตะขบ** ออกเป็นดอกเดี่ยวหรือออกเป็นคู่ โดยจะออกบริเวณเหนือซอกใบ ดอกเป็นสีขาว เมื่อดอกบาน จะมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 2 เซนติเมตร กลีบดอกยื่นเป็นสีขาวมี 5 กลีบ ลักษณะของกลีบดอกเป็น รูปไข่กลับป้อม ๆ ปลายกลีบมน มีขนาดกว้างประมาณ 9 มิลลิเมตร และยาวประมาณ 11 มิลลิเมตร ส่วนกลีบ เลี้ยงมี 5 กลีบ ไม่ติดกัน เป็นสีเขียว ลักษณะเป็นรูปหอก ปลายกลีบแหลมเป็นหางยาว โคนกลีบตัด กลีบด้าน นอกมีขนขึ้นปกคลุม ส่วนด้านในเกลี้ยง กลีบเลี้ยงมีขนาดกว้างประมาณ 3 มิลลิเมตร และยาวประมาณ 10-12 มิลลิเมตร ดอกมีเกสรเพศผู้จำนวนมาก ก้านเกสรยาวประมาณ 5-6.5 มิลลิเมตร เกี้ยง ส่วนก้านเกสรเพศเมีย สั้น ภายในมี 5-6 ช่อง แต่ละช่องจะมีไข่อ่อนจำนวนมาก ก้านดอกยาวประมาณ 1.5-1.6 เซนติเมตร มีขน

**ผลตะขบ หรือ ลูกตะขบ** ผลเป็นผลสด ลักษณะของผลเป็นรูปทรงกลม มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 0.75-1.5 เซนติเมตร เปลือกผลบาง ผลอ่อนเป็นสีเขียว เมื่อสุกแล้วจะเปลี่ยนเป็นสีแดง ผลมีรสหวาน ภายในมี เมล็ดแบนขนาดเล็กจำนวนมาก

### สรรพคุณของตะขบ

1. ผลสุกมีรสหวานเย็นหอม มีสรรพคุณเป็นยาบำรุงกำลัง ทำให้ชุ่มชื่นหัวใจ (ผล)
2. ดอกตะขบมีสรรพคุณเป็นยาแก้อาการปวดศีรษะ ด้วยการใช้ดอกแห้งประมาณ 3-5 กรัม นำมาชงเป็นน้ำชาดื่ม (ดอก)<sup>[1],[2],[4],[5]</sup> บ้างใช้เนื้อไม้เป็นยาแก้อาการปวดศีรษะ (เนื้อไม้)
3. ใช้เป็นยาแก้หวัด ลดไข้ ด้วยการใช้ดอกแห้งประมาณ 3-5 กรัม นำมาชงเป็นน้ำชาดื่ม (ดอก)<sup>[1],[2],[4],[5]</sup> บ้างใช้เนื้อ ไม้เป็นยาแก้ไข้หวัด (เนื้อไม้)
4. ใบมีรสฝาดเอียน มีสรรพคุณเป็นยาขับเหงื่อ (ใบ)
5. รากมีสรรพคุณเป็นยาแก้เสมหะ ช่วยกล่อมเสมหะและอาจมน (ราก)
6. ช่วยแก้อาการปวดเกร็งในทางเดินอาหาร ด้วยการใช้ดอกตะขบแห้ง 3-5 กรัม นำมาชงกับน้ำเป็นชาดื่ม (ดอก)
7. เนื้อไม้มีสรรพคุณเป็นยาแก้ท้องร่วง บิดมูกเลือด (เนื้อไม้)
5. ดินใช้ต้มกับน้ำกินเป็นยาระบาย เนื่องจากมีสาร mucilage มาก (ต้น) หรือจะใช้เปลือกต้นสดหรือแห้ง (รส

ฝาด) ประมาณ 1 ฝ่ามือ นำมาสับเป็นชิ้นต้มในน้ำเดือด 1 ลิตร ประมาณ 15 นาที แล้วกรองเอาแต่น้ำต้มเป็นยา  
ระบายก็ได้ (เปลือกต้น)

6. เนื้อไม้ใช้เป็นยาขับไส้เดือน (เนื้อไม้)

7. ดอกใช้ต้มรวมกับสมุนไพรอื่นกินเป็นยาขับระดูของสตรี (ดอก)

8. ใช้เป็นยาแก้โรคตับอักเสบ ด้วยการใช้ดอกนำมาต้มรวมกับสมุนไพรอื่นกิน (ดอก)

9. ใช้เป็นยาแก้ตานขโมย (เนื้อไม้)

10. ต้นใช้เป็นยาแก้โรคผิวหนัง ส่วนรากใช้เป็นยารักษาโรคผิวหนัง แก้ผื่นคันตามตัว (ต้น, ราก)

11. ดอกใช้เป็นยาแก้ปวดและแก้อักเสบ (ดอก)

### ประโยชน์ของตะขบ

1. ผลสุกมีรสหวานและมีกลิ่นหอม รับประทานได้ เป็นผลไม้พื้นบ้านที่ชื่นชอบของเด็ก ๆ

2. ตะขบเป็นผลไม้ที่อุดมไปด้วยพลังงาน เส้นใยอาหาร แคลเซียม โพแทสเซียม และโซเดียม จากการวิจัยพบว่า ตะขบสามารถช่วยลดคอเลสเตอรอล ลดความเสี่ยงมะเร็งลำไส้ และเส้นเลือดในสมองแตกได้ (ตะขบ 100 กรัม จะให้พลังงาน 97 กิโลแคลอรี, แคลเซียม 51.7 มิลลิกรัม, โพแทสเซียม 773 มิลลิกรัม, โซเดียม 12.8 มิลลิกรัม) (นพ.สมยศ ตรีศมี)

3. ผลตะขบเป็นอาหารของนกและสัตว์หลายชนิด ถ้าปลูกไว้ริมฝั่งแม่น้ำ เมื่อผลร่วงลงก็จะเป็นอาหารของปลา ด้วยเช่นกัน

4. ผลตะขบฝรั่งเป็นที่นิยมรับประทานมากในเม็กซิโก ผลสามารถนำไปแปรรูปเป็นแยมหรือไวน์ได้ และนำไปแปรรูปเป็นชา

5. เนื้อไม้ตะขบเป็นไม้เนื้ออ่อน สามารถนำมาใช้ในงานช่างไม้ได้ ส่วนเปลือกใช้เป็นแหล่งของเส้นใย

6. ใช้ปลูกเป็นไม้ประดับหรือไม้ผลทั่วไปในเขตร้อน หรือปลูกประดับริมทางเดินเพื่อให้ร่มเงา

คำสำคัญ :

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-06-01

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=1625&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1625&code_db=610010&code_type=01)