

เรื่อง บัวหลวง



รายละเอียด

บัวหลวง ชื่อสามัญ Lotus, Sacred lotus, Egyptian lotus

บัวหลวง ชื่อวิทยาศาสตร์ Nelumbo nucifera Gaertn. จัดอยู่ในวงศ์บัวหลวง (NELUMBONACEAE)

สมุนไพerbัวหลวง มีชื่อเรียกอื่น ๆ ว่า โโกกระณต, บัว, บัวอุบล, บัวฉัตรขาว, บัวฉัตรชมพู, บัวฉัตรสีชมพู, บุนนทริก, ปุณนทริก, ปทุม, ปัทมา, สัตตบงกช, สัตตบุษย์, ไช้ค (เขมร) เป็นต้น นอกจากนี้บัวหลวงยังมีอยู่ด้วยกันหลากหลายสายพันธุ์ ซึ่งต่างก็มีชื่อเรียกที่แตกต่างกันไปตามขนาดและลักษณะของดอก ได้แก่

ดอกสีชมพู จะเรียกว่า โโกกระณต ปทุม ปัทมา

ดอกสีขาว จะเรียกว่า บุนนทริก ปุณนทริก

ดอกเล็กสีชมพู จะเรียกว่า บัวเข็มชมพู บัวปักกิ่งชมพู บัวหลวงจีนชมพู

ดอกเล็กสีขาว จะเรียกว่า บัวเข็มขาว บัวปักกิ่งขาว บัวหลวงจีนขาว

ดอกสั้นป้อมสีชมพูกลีบซ้อน จะเรียกว่า บัวฉัตรสีชมพู บัวสัตตบงกช

ดอกสั้นป้อมสีขาวกลีบซ้อน จะเรียกว่า บัวฉัตรขาว บัวสัตตบุษย์

ลักษณะของบัวหลวง

ต้นบัวหลวง จัดเป็นไม้ล้มลุก มีอายุหลายปี ลำต้นมีทั้งเป็นเหง้าอยู่ใต้ดินและเป็นไหลอยู่เหนือดินใต้น้ำ ลักษณะของเหง้าเป็นท่อนยาว มีปล้องสีเหลืองอ่อนจนถึงสีเหลือง มีความแข็งเล็กน้อย หากตัดตามขวางจะเห็นเป็นรูปกลม ๆ อยู่หลายรู โดยส่วนของไหลจะเป็นส่วนเจริญไปเป็นต้นใหม่ สามารถเจริญเติบโตได้ดีในดินเหนียว ในระดับน้ำลึก 30-50 เซนติเมตร และสามารถขยายพันธุ์ด้วยวิธีการใช้เมล็ดหรือวิธีการแยกไหล มีถิ่นกำเนิดในทวีปเอเชีย

ใบบัวหลวง ใบเป็นใบเดี่ยว ใบอ่อนจะลอยปริ่มน้ำ ส่วนใบแก่แผ่นใบจะชูขึ้นเหนือน้ำ ลักษณะของใบเป็นรูปเกือบกลมและมีขนาดใหญ่ โดยมีขนาดประมาณ 50 เซนติเมตร ขอบใบเรียบและเป็นคลื่น ผิวใบด้านบนเป็นนวลเคลือบอยู่ ก้านใบจะติดอยู่ตรงกลางของแผ่นใบ ก้านใบมีลักษณะแข็งและเป็นหนาม หากตัดตามขวางจะเห็นรูอยู่ภายใน และก้านใบจะมีน้ำยางสีขาว เมื่อหักก้านจะมีสายใยสีขาว ๆ สำหรับใบอ่อนจะเป็นสีเทานวล ปลายจะม้วนงอขึ้นเข้าหากันทั้งสองด้าน

ดอกบัวหลวง ออกดอกเป็นดอกเดี่ยว มีสีขาว สีชมพู มีกลิ่นหอม มีกลีบเลี้ยง 4-5 กลีบ กลีบเลี้ยงมีขนาดเล็กและสีขาวอมเขียวหรือเป็นสีเทาอมชมพู ร่วงได้ง่าย ส่วนกลีบดอกจะมีจำนวนมากและเรียงซ้อนกันอยู่หลายชั้น ลักษณะของกลีบดอกเป็นรูปไข่กว้างประมาณ 5-6 เซนติเมตรและยาวประมาณ 7-9 เซนติเมตร เมื่อดอกบานเต็มที่จะมีขนาดประมาณ 20-25 เซนติเมตร ในดอกจะมีเกสรตัวผู้สีเหลืองอยู่เป็นจำนวนมาก ซึ่งมีความยาวประมาณ 4-5 เซนติเมตร และล้อมรอบอยู่บริเวณฐานรองดอกซึ่งมีลักษณะเป็นรูปกรวยหงาย หรือที่เรียกว่า "ฝักบัว" ที่ปลายอับเรณูจะมีระยางคล้ายกระบองเล็ก ๆ สีขาว ส่วนเกสรตัวเมียจะมีรังไข่ฝังอยู่ในฐานรองดอก เมื่่ออ่อนเป็นสีเหลือง หากแก่แล้วจะเปลี่ยนเป็นสีเขียว รังไข่จะเรียงเป็นวงบนผิวหน้าตัด มีจำนวน 5-15 อัน ส่วนก้านดอกมีสีเขียว ลักษณะยาวและมีหนามเหมือนก้านใบ โดยก้านดอกจะชูขึ้นเหนือน้ำและชูขึ้นสูงกว่าก้านใบเล็กน้อย ดอกบัวหลวงจะเริ่มบานในตอนเช้า โดยจะออกดอกและผลในช่วงเดือนสิงหาคมถึงเดือนธันวาคม (ดอกมีสารอัลคาลอยด์ (alkaloids) ชื่อ nelumbine ส่วน Embryo มี lotusine ส่วนเกสรมีสารฟลาโวนอยด์หลายชนิด เช่น quercetin, isoquercitrin, luteolin, luteolin glucoside และยังมีสารอัลคาลอยด์ด้วย)

ฝักบัวหลวง ในฝักมีผลอ่อนสีเขียวจำนวนมาก ผลจะฝังอยู่ในส่วนที่เป็นฝักรูปกรวยในดอก ในรูปกรวยของดอกนั้นเมื่ออ่อนจะเป็นสีเหลือง เมื่อแก่แล้วจะขยายใหญ่ขึ้นและเปลี่ยนเป็นสีเทาอมเขียว โดยจะมีผลสีเขียวอ่อนฝังอยู่ในฝักรูปกรวยเป็นจำนวนมาก

ผลบัวหลวง หรือ **เมล็ดบัวหลวง** ออกผลเป็นกลุ่มหรือที่เรียกว่าฝัก ลักษณะผลเป็นรูปกลมรี ผลอ่อนมีสีเขียวนวลและมีจำนวนมาก เมล็ดมีความกว้างประมาณ 1 เซนติเมตร ในเมล็ดมีติบัวหรือต้นอ่อนที่ฝังอยู่กลางเมล็ดมีสีเขียว (เมล็ดมีสารอัลคาลอยด์ (alkaloids) และ beta-sitosterol

ติบัวหลวง คือ ส่วนของต้นอ่อนที่อยู่ในเมล็ดบัวหลวง ติบัวมีลักษณะคล้ายสาก มีความยาวประมาณ 1-1.5

เซนติเมตร และมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 2 มิลลิเมตร มีใบอ่อน 2 ใบ ใบหนึ่งสั้น ส่วนอีกใบยาว ใบมีสีเขียวเข้มหรือสีเขียวอมเหลือง ปลายใบมีลักษณะม้วนเป็นรูปคล้ายลูกศร มีต้นอ่อนตรง ขนาดเล็กมากอยู่ระหว่างใบอ่อนทั้งสอง มีความยาวประมาณ 2 มิลลิเมตร โคนต้นมีสีเหลืองอ่อนหรือเป็นสีเหลืองอมเขียว ลักษณะเป็นรูปทรงกระบอกยาวประมาณ 2-4 มิลลิเมตร เนื้อหนาเปราะ ร้อนหน้าตัดจะมีรูเล็ก ๆ จำนวนมาก ดีบัวมีรสขมจัด แต่ไม่มีกลิ่น (ดีบัวมีสารในกลุ่มอัลคาลอยด์อยู่หลายชนิด เช่น Demethylcoclaurine, Isoliensinine, Liensinine, Lotusine, Methyl corypalline, Neferine, Nuciferine, Pro Nuciferine และยังมีสารในกลุ่มฟลาโวนอยด์ เช่น Galuteolin, Hyperin, Rutin)

สรรพคุณของบัวหลวง

1. รากและเมล็ดบัวมีรสหวานเย็นและมันเล็กน้อย ช่วยบำรุงกำลัง ใช้เป็นยาชูกำลัง (ราก, เม็ดบัว, ดอก)
2. ช่วยบำรุงร่างกาย แก้กษัย (เม็ดบัว, ใบอ่อน, กลีบดอก)
3. เม็ดบัวมีคุณค่าทางอาหารสูง ช่วยเพิ่มพลังงานและไขมันในร่างกาย จึงเหมาะสำหรับผู้ป่วยที่เพิ่งหายป่วยใหม่ ๆ ที่ยังมีอาการอ่อนเพลียอยู่ หรือใช้เป็นอาหารบำรุงกำลังของหญิงตั้งครรภ์ที่มีอาการแพ้ท้อง มีอาการอ่อนเพลียหรืออาเจียน (เม็ดบัว) หรือจะใช้

รากต้มเป็นน้ำกระสายดื่มแก้อาการอ่อนเพลียก็ได้ (ราก) ทำให้ร่างกายกระชุ่มกระชวย (เม็ดบัว)

4. ดอกบัวสดสีขาวใช้ต้มกับน้ำดื่มติดต่อกัน จะมีสรรพคุณเป็นยาบรรเทาอาการอ่อนเพลีย ทำให้สดชื่นขึ้น และช่วยลดอาการใจสั่น (ดอก, เกสร, กลีบดอก)
5. ช่วยบำรุงโลหิต (เม็ดบัว, ใบแก่)
6. ช่วยลดความดันโลหิตสูงและลดไขมันในเส้นเลือด ด้วยการใช้ใบสดหรือแห้งนำมาหั่นเป็นฝอยต้มกับน้ำพอท่วมจนเดือดประมาณ 10-15 นาที ใช้ดื่มครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 ครั้ง โดยให้ดื่มติดต่อกันอย่างน้อย 20 วัน และตรวจวัดความดันเป็นระยะพร้อมทั้ง

สังเกตอาการได้แก่ อาการปวดศีรษะ เวียนศีรษะ มึนงง ปวดท้ายทอย หากดื่มแล้วความดันโลหิตลดลงก็ต้องหมั่นตรวจวัดความดันอย่างน้อยเดือนละ 2-3 ครั้ง พร้อมทั้งสังเกตอาการดังกล่าวไปด้วย ถ้าหากพบว่ามีอาการผิดปกติควรรีบไปพบแพทย์ (ใบ)

หรือจะใช้ดีบัวประมาณ 5-6 กรัม นำมาต้มเอาน้ำดื่ม ก็มีสรรพคุณช่วยลดความดันโลหิตได้เช่นกัน อีกทั้งยังช่วยขยายเส้นเลือดเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจในกรณีที่เส้นเลือดตีบ (ดีบัว)

7. ช่วยบำรุงประสาทและสมอง (เม็ดบัว, เกสร)
8. ช่วยผ่อนคลายความเครียด อาการหงุดหงิดนอนไม่หลับ ช่วยทำให้นอนหลับสบาย ด้วยการใช้ดีบัวประมาณ 5-6 กรัม นำมาต้มเอาน้ำดื่ม (ดีบัว)

9. รากบัวหลวงช่วยเสริมฤทธิ์ยานอนหลับ ทำให้หลับสบาย โดยมีฤทธิ์ไม่แรงมากนัก (ราก)
10. เม็ดบัวมีสารต่อต้านอนุมูลอิสระสูง ซึ่งมีคุณสมบัติช่วยป้องกันมะเร็ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งมะเร็งตับ (เม็ดบัว)
11. ช่วยชะลอความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ และผิวพรรณ (เม็ดบัว)
12. เกสรบัวหลวงนำมาใช้ปรุงเป็นยาหอม เป็นยาชูกำลัง บำรุงกำลัง บำรุงหัวใจ ทำให้ชุ่มชื่นใจ แก้อาการหน้ามืดวิงเวียนศีรษะ เป็นยาสงบประสาท และช่วยขับเสมหะ โดยใช้เกสรแห้งนำมาบดเป็นผงครึ่งละ 5-1 ช้อนชา ใช้ชงกับน้ำร้อนดื่ม หากเป็นเกสรสด ให้
ใช้ประมาณ 1 หยิบมือ นำมาชงกับร้อน 1 แก้ว (ขนาดประมาณ 240 มิลลิลิตร) ทิ้งไว้ประมาณ 10-15 นาที แล้วนำมาดื่มในขณะที่ยังอุ่นครึ่งละ 1 แก้ว วันละ 3-4 รอบ (เกสรตัวผู้)^{[1],[4],[5],[12]}
13. ใช้เป็นยาบำรุงหัวใจ (ดอก, เกสรตัวผู้, เม็ดบัว)
14. ดีบัวมีสาร Methylcorypalline ซึ่งเป็นตัวช่วยให้เส้นเลือดขยาย ใช้เป็นยาขยายหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจ แก้เส้นเลือดตีบในหัวใจเนื่องจากมีไขมันไปเกาะที่ผนังหลอดเลือด เพิ่มแรงบีบตัวของหัวใจ และช่วยบำรุงหลอดเลือดหัวใจ โดยใช้ดีบัวแห้ง 1
หยิบมือ นำมาชงกับน้ำร้อน 1 แก้วปกติ แล้วใช้ดื่มในขณะที่ยังอุ่น ๆ ก่อนอาหารวันละ 3 ครั้ง หรือจะปั้นเป็นเม็ดขนาด 5 กรัม ใช้รับประทานครึ่งละ 3-5 เม็ด ก่อนอาหารเช้าและเย็นก็ได้ แถมยังช่วยแก้อาการร้อนในกระหายน้ำ ช่วยแก้ไข้และช่วยบำรุงร่างกาย
ได้อีกด้วย (ดีบัว)
15. ช่วยคุมธาตุในร่างกาย (เกสรตัวผู้)
16. เหง้าหรือรากบัวใช้ต้มกับน้ำดื่ม เป็นยาแก้ธาตุไม่ปกติในเด็ก (ราก)
17. ช่วยลดไข้ (ราก, ดีบัว) ช่วยแก้ไข้ (เกสรตัวผู้, ใบแก่, ดอก)
19. 18. ช่วยแก้ไข้รากสาตและไข้มีพิษร้อน (ดอก, เกสร)
20. ช่วยระงับอาการหวัดคัดจมูก ลดเสมหะ ด้วยการใช้ใบบัวมาหั่นเป็นฝอยแล้วผึ่งแดดให้แห้ง ใช้ทำเป็นมวนสูบเพื่อช่วยบรรเทาอาการหวัดคัดจมูก (ใบ)
21. ใบแก่ใช้สูดกลิ่น ช่วยแก้ริดสีดวงจมูก (ก้านดอก, ใบแก่)
22. ช่วยแก้อาการไอ (ราก)
23. ช่วยแก้เสมหะ (ราก, เหง้า, เม็ดบัว, ดอก, เกสรตัวผู้)
24. ช่วยแก้อาการคลื่นไส้อาเจียน (เกสร, เม็ดบัว, ราก)
25. ช่วยแก้อาการติดเชื้อในช่องปาก ด้วยการใช้ดีบัวประมาณ 5-6 กรัม นำมาต้มเอาน้ำดื่ม (ดีบัว)¹
26. ช่วยแก้ลม (เกสร)
27. ช่วยแก้อาการอาเจียนเป็นเลือด (ดีบัว)

28. ช่วยแก้อาการเลือดกำเดาไหล (เกสรตัวผู้)
29. ช่วยแก้อาการร้อนในกระหายน้ำ (ราก, เม็ดบัว) หรือจะใช้ใบนำมาหั่นเป็นฝอยขงต้มแทนน้ำชา ก็ช่วยแก้
อาการร้อนในกระหายน้ำได้เช่นกัน (ใบ)^[6] หรือจะใช้ดีบัวนำมาต้มเอาน้ำดื่มก็ช่วยแก้กระหายน้ำด้วยเช่นกัน และ
ยังช่วยอาการกระหายหลังอาเจียนเป็น
เลือดได้ด้วย (ดีบัว)
30. ช่วยบำรุงปอด (เกสรตัวผู้)
31. ช่วยแก้อาการท้องเสีย (เกสรตัวผู้, ฝัก, เปลือกฝัก)
32. ช่วยแก้อาการท้องเดิน (ยางจากก้านใบและก้านดอก, เปลือกฝัก)
33. กลีบดอกชั้นในและก้านใบ ใช้เป็นยาแก้อาการท้องร่วง (ใบ, กลีบดอกชั้นใน)^[6] ส่วนชาวอินเดียจะให้เด็กดื่มน้ำ
น้ำรากบัว เพื่อช่วยระงับอาการท้องร่วง (ราก, สายบัว)
34. เม็ดบัวช่วยรักษาอาการท้องร่วงและบิดเรื้อรัง (เม็ดบัว)
35. ช่วยแก้ลำไส้อักเสบ (เม็ดบัว)
36. ช่วยสมานแผลในมดลูก (เปลือกฝัก)
37. ช่วยขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะบ่อย (ดอก, เกสรตัวผู้, ราก)
38. กลีบดอกชั้นในนำมาตำใช้พอกแก้โรคซิฟิลิส (กลีบดอกชั้นใน)
39. ช่วยแก้อาการตกขาวของสตรี (เกสรตัวผู้)
40. ช่วยแก้อาการประจำเดือนมามากกว่าปกติ (เกสรตัวผู้^[4], เม็ดบัว)
41. ช่วยบำรุงถุงน้ำดี (ดีบัว)
42. ช่วยแก้ตีเฟิกการ (ราก, เม็ดบัว)
43. ช่วยบำรุงตับ (เกสรตัวผู้)
44. ช่วยบำรุงไต ม้าม-ตับ (เม็ดบัว)
45. ดีบัวช่วยแก้หิวาตกโรค โดยชงดีบัวในน้ำร้อน แล้วดื่มในขณะที่ยังอุ่นครั้งละ 1 แก้ว วันละ 3 ครั้ง (ดีบัว)
46. ช่วยแก้พุพอง (ราก, เม็ดบัว)
47. รากหรือเหง้าช่วยห้ามเลือด ทำให้เลือดหยุด (ราก, ดอก, กลีบดอก, ก้านใบ)
48. ใช้เป็นยาฝาดสมาน ช่วยสมานแผล (ดอก, เกสรตัวผู้^{[1],[6]}, เปลือกฝัก)
49. ช่วยแก้อาการน้ำกามเคลื่อนหรืออาการฝันเปียก (เกสรตัวผู้^[4], เม็ดบัว, ดีบัว)
50. ช่วยแก้อาการผดผื่นคัน (ดอก)
51. ช่วยแก้พิษเห็ดเมา (ฝัก)
52. บัวทั้งต้นใช้แก้พิษจากการรับประทานเห็ดพิษและอาการเป็นพิษจากพิษสุราเรื้อรัง ด้วยการใช้ทั้งต้นประมาณ

10-15 กรัม นำมาต้มรับประทาน (ทั้งต้น)

53. ในบางตำราระบุว่าใบบัวสามารถใช้รักษาอาการปวดบวมและอาการอักเสบได้ ด้วยการนำใบบัวหลวงมาล้างให้สะอาดแล้วโขลกให้ละเอียด จากนั้นสกัดด้วยแอลกอฮอล์ แล้วนำสารสกัดที่ได้มาทาบริเวณที่มีอาการ (ใบ)

54. ช่วยบำรุงไขข้อ เส้นเอ็น แก้อาการต่าง ๆ (เมื่อดับ)

55. ช่วยแก้อาการช้ำใน (ดอก)

56. ช่วยบำรุงครรภ์ของสตรี (เมื่อดับ, ดิบัว, ดอกบัว)

57. ใบแก่ใช้รับประทานจะช่วยเพิ่มแรงเบ่งขณะคลอดบุตรของสตรี (ใบแก่) ช่วยทำให้คลอดบุตรง่าย (ดอกบัว)

58. ช่วยขับรกออกมาให้เร็วขึ้น (ฝัก)

ข้อมูลทางเภสัชวิทยาของบัวหลวง

1. สารอัลคาลอยด์ที่พบในบัวหลวงมีฤทธิ์ช่วยลดอาการปวดและช่วยต้านอาการอักเสบ โดยสารสกัดเมทานอลจากเหง้าในขนาด 200 มก./กก. และขนาด 400 มก./กก. จะมีผลช่วยลดการอักเสบในหนู และมีประสิทธิภาพเทียบเท่ากับ Phenylbutazone และ

Dexamethasone ทั้งการทดสอบในหลอดทดลองและสัตว์ทดลอง

2. สารบริสุทธิ์ที่แยกได้จากบัว มีฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อ HIV โดยสาร (+)-1(R)-coclaurine และสาร 1(S)-norcoclaurine มีฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อ HIV ในหลอดทดลอง โดยมีค่า EC₅₀ = 0.8 และน้อยกว่า 8 กรัม/ไมโครลิตร โดยมีค่า Therapeutic index

มากกว่า 125 และมากกว่า 25 ตามลำดับ ส่วนสาร Liensinine และสาร Isoliensinine มีฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อ HIV ในหลอดทดลอง โดยมีค่า EC₅₀ น้อยกว่า 0.8 กรัม/ไมโครลิตร โดยมีค่า Therapeutic index มากกว่า 9.9 และมากกว่า 6.5 ตามลำดับ และ

สาร Nuciferine มีฤทธิ์ในการยับยั้งเชื้อ HIV ในหลอดทดลอง โดยมีค่า EC₅₀ เท่ากับ 0.8 กรัม/ไมโครลิตร โดยมีค่า Therapeutic index เท่ากับ 36

3. สารอัลคาลอยด์ที่พบในบัวหลวง มีฤทธิ์ทำให้อ่อนหลับ ซึ่งจากผลการทดลองพบว่า มีผลทำให้อ่อนหลับ โดยสารสกัดเมทานอลจากเหง้าบัวนั้น มีผลในการลดพฤติกรรมและกิจกรรมต่าง ๆ ของสัตว์ โดยเพิ่มการเกิด pentobarbitone-induced sleeping

time ในหนูทดลอง

4. รากบัวสามารถช่วยลดการดูดซึมของกลูโคสและทำให้ไม่เพิ่มขนาดปริมาณของอินซูลิน จึงสามารถช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดได้ทั้งคนปกติและในผู้ป่วยเบาหวาน

5. เกสรและดอกบัวหลวงมีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ โดยมีสารกลุ่มฟลาโวนอยด์ที่มีฤทธิ์ต่อต้านปฏิกิริยาออกซิเดชัน

โดยเกษตรกรผู้จะมีฤทธิ์ยับยั้งอนุมูลอิสระ DPPH โดยมีค่า EC50 42.05 ?g/ml

6. เกสรบัวหลวงตัวผู้มีฤทธิ์ต้านเบาหวาน โดยไปยับยั้ง advance glycation end products (AGE) และ rat lens aldose reductase (RLAR) โดยมีค่า IC50 125.48 และ 30 ?g/ml ตามลำดับ โดยฤทธิ์การยับยั้ง AGE และ RLAR นั้นมีผลต่อการลดการเกิด

ภาวะเบาหวาน

7. สารสกัดจากเกสรบัวหลวงสามารถแทรกซึมเข้าสู่ชั้นใต้ผิวหนังได้ดี มีผลทำให้ชะลอการเจริญของเม็ดสี Melanin ได้ และยังช่วยทำให้ผิวหนังเต่งตึงขึ้น เนื่องจากสารสกัดดังกล่าวประกอบไปด้วยสารต่อต้านอนุมูลอิสระ ที่ยับยั้งการทำงานของ Tyrosinase

enzyme นอกจากนี้ยังพบ Vitamin A - Palmitate ซึ่งเป็นตัวช่วยทำให้ผิวหนังอ่อนนุ่มเมื่อนำสารสกัดจากเกสรดังกล่าวมาผลิตเป็นเครื่องสำอางประเภท ครีมบำรุงผิว และครีมกันแดด

8. สารสกัดแอลกอฮอล์ของเกสรบัวหลวงในขนาด 10 ก./กก. ด้วยการบ้วนหรือฉีดเข้าใต้ผิวหนังของหนูถีบจักร ไม่ก่อให้เกิดความเป็นพิษ

9. สารสกัดที่ได้จากดอกและใบบัวหลวง มีฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรียทุกชนิด

10. สารสกัดแอลกอฮอล์จากดีบัวมีฤทธิ์ในการต้านเชื้อ Streptococcus group A

11. สารสกัดด้วยน้ำจากดีบัว มีฤทธิ์ช่วยลดความดันโลหิต โดยสาร Demethylcoclaurine จากดีบัวมีฤทธิ์ในการคลายกล้ามเนื้อเรียบ ส่วนสาร Methylcorypalline มีฤทธิ์ในการช่วยขยายหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจ และสาร Neferine มีฤทธิ์ในการลดความดัน

โลหิตและช่วยด้านการเต้นของหัวใจที่ผิดปกติ โดยมีผลต่อการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด

ประโยชน์ของบัวหลวง

1. รากบัวหลวง(เหง้าบัว) สามารถนำมาใช้ปรุงเป็นอาหารได้ทั้งคาวหวาน เช่น เหง้าบัวผัดน้ำมัน เหง้าบัวอ่อนต้มหรือตุ๋นกระดูกหมูกับเครื่องยาจีน นำมาเชื่อมแห้งรับประทานเป็นของหวาน ทำเป็นน้ำรากบัว หรือนำมาต้มเป็นน้ำสมุนไพรรากบัว

2. ไหลบัว (หลอดบัว) สามารถนำมาประกอบอาหารได้ทั้งสดและแห้ง เช่น การนำมาทำแกงเลียง แกงส้ม ต้มกะทิ ผัดเผ็ดต่าง ๆ ฯลฯ

3. สายบัวนำมาปรุงเป็นอาหารหรือใช้แทนผักได้หลายชนิด เช่น แกงส้มสายบัวกับปลาทุ แกงส้มสายบัว ต้มกะทิปลาทุ ฯลฯ

4. ดอกนำมาบูชาพระหรือนำมาใช้ในทางศาสนา เนื่องจากดอกบัวหลวงเป็นสัญลักษณ์แห่งความตั้งงามทางพระพุทธศาสนา มีความเกี่ยวข้องโดยตรงสำหรับการบูชาพระรัตนตรัย อันได้แก่ พระพุทธรูป พระธรรม และพระสงฆ์

- มี
5. กลีบดอกนิยมนำไปทำเมี่ยงดอกบัว ยำดอกไม้ หรือทำเมี่ยงกลีบบัวชุบแป้งทอด
 6. กลีบดอกแห้งในอดีตใช้มวนเป็นบุหรี่
 7. สารสกัดจากเกสรนำมาใช้ทำเป็นเครื่องสำอางที่เป็นตัวช่วยชะลอการสร้างเม็ดสีผิว ทำให้ผิวหนังเต่งตึงและอ่อนนุ่ม เช่น ครีมกันแดด ครีมบำรุงผิวทั้งกลางวันกลางคืน
 8. เกสรตัวผู้เมื่อนำมาตากแห้ง สามารถใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องยาไทยและจีนได้หลายชนิด เช่น ยาลม ยาหอม ยานัตถ์ ฯลฯ
 9. ใบบัวหลวงนำมาใช้สำหรับห่อข้าว ห่ออาหาร ห่อขนม ซึ่งจะช่วยเพิ่มความหอมน่ารับประทานยิ่งขึ้น หรือจะนำมาห่อผักสดเก็บในตู้เย็น หรือใช้ในงานประดิษฐ์ต่าง ๆ ส่วนใบอ่อนใช้รับประทานเป็นผักสดแก้มกับน้ำพริกได้
 10. ใบบัวแก่เมื่อนำมาตากแห้ง ใช้เป็นส่วนผสมของยากันยุง
 11. ก้านใบและก้านดอกบัวสามารถนำมาใช้ทำเป็นกระดาษ และเส้นใยใช้ทำใส่ตะเกียง
 12. เม็ดบัวทั้งอ่อนและแก่สามารถนำมารับประทานหรือใช้ประกอบอาหารได้หลากหลาย ที่รู้จักกันดีก็คือ น้ำอาร์ซี ข้าวอบใบบัว เม็ดบัวต้มน้ำตาลทรายแดงผสมในเต้าฮวยหรือเต้าทึง สังขยาเม็ดบัว เม็ดบัวเชื่อม สาकुเม็ดบัว ขนมหม้อแกงเม็ดบัว เป็นต้น และยัง
สามารถนำมาใช้ทำเป็นแป้งได้เป็นอย่างดี
 13. เปลือกบัวนำมาใช้เป็นวัสดุในการปลูกเห็ดชนิดหนึ่ง หรือที่เรียกว่า "เห็ดบัว"
 14. เปลือกเมล็ดและฝักแก่ใช้ทำเป็นปุ๋ย
 15. เนื่องจากดอกบัวหลวงมีความสวยและมีกลิ่นหอม จึงนิยมปลูกไว้ประดับในสระน้ำหรือปลูกไว้ในกระถางทรงสูง

คำแนะนำและข้อควรระวัง

1. โดยทั่วไปแล้วเม็ดบัวส่วนใหญ่ที่เราเห็นจะเป็นสินค้านำเข้ามาจากประเทศจีนซึ่งเม็ดบัวจะมีขนาดใหญ่ และผ่านการแกะเปลือกและดองดีบัวออกแล้ว ส่วนเม็ดบัวไทยนั้นมีขนาดเล็กกว่าจึงไม่เป็นที่นิยมมากนัก แต่จากผลการวิจัยพบว่าสารต่อต้านอนุมูล

อิสระในเม็ดบัวไทยจะมีมากกว่าเม็ดบัวจีนถึง 5-6 เท่า !

2. การรับประทานเม็ดบัวเพื่อให้ได้ประโยชน์สูงสุดนั้น ควรเลือกรับประทานเฉพาะเมล็ดบัวสดเท่านั้น ซึ่งเราสามารถหาซื้อฝักบัวสดที่ขายเป็นกำ ๆ ได้ตามตลาด (แต่อาจจะหาได้ยากสักหน่อย) วิธีการรับประทานเมล็ดบัวอย่างแรกก็ให้แกะเปลือกที่หุ้มเมล็ดอยู่

ออก (เนื้อเม็ดบัวควรจะมีสีขาวอมเหลือง) แล้วให้รับประทานเข้าไปทั้งเม็ด โดยไม่ต้องเอาดีบัวหรือต้นอ่อน

ภายในเม็ดออก อาจจะมีรสฝาดขมบ้าง แรก ๆ อาจจะไม่คุ้นลิ้น แต่เมื่อรับประทานไปสักกระยะจะเฉย ๆ เพราะดีบัวนั้นมีสรรพคุณทางยาหลายอย่าง โดย

ให้รับประทานไม่น้อยกว่าวันละ 20 เม็ด จะทานมากกว่านี้ก็ไม่ห้าม

3. การเลือกซื้อฝักบัวสด ควรเลือกฝักสดและมีเมล็ดขนาดใหญ่มีสีเขียวอ่อน เพราะจะได้เม็ดบัวที่มีเนื้อหวานกรอบกำลังดี
4. สำหรับการเลือกซื้อเม็ดบัวชนิดอบแห้ง ควรเลือกเฉพาะเม็ดบัวที่มีสีเหลืองนวลเท่านั้น ถ้าหากเม็ดบัวมีสีเหลืองเข้มแสดงว่าเก็บไว้นานแล้ว และควรเลือกเม็ดที่ไม่แตกหัก ไม่มีฝุ่นละอองปนเปื้อน ไม่มีกลิ่นสาบหรือกลิ่นเหม็นหืน และข้าวเม็ดบัวไม่ดำคล้ำ
5. หากนำเม็ดบัวมาปรุงเป็นอาหารร่วมกับลำไยแห้ง จะช่วยทำให้สรรพคุณทางยาของเม็ดบัวเพิ่มมากขึ้น
6. เกสรบัวหลวงอาจทำให้เกิดอาการแพ้ได้ในบางราย โดยเฉพาะในผู้ที่มีอาการแพ้เกสรดอกไม้
7. สำหรับผู้ที่มีอาการท้องผูก ท้องเฟ้อ อาหารไม่ย่อย ไม่ควรรับประทานเม็ดบัว
8. ไม่ควรปรุงอาหารที่มีเม็ดบัวอยู่ในภาชนะที่ทำจากเหล็ก เพราะจะทำให้เม็ดบัวกลายเป็นสีดำ

คำสำคัญ : บัวหลวง

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-06-02

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1651&code_db=610010&code_type=01