



## เรื่อง มะดัน



### รายละเอียด

มะดัน ชื่อสามัญ Madan (ตรงตัว)

มะดัน ชื่อวิทยาศาสตร์ *Garcinia schomburgkiana* Pierre จัดอยู่ในวงศ์มังคุด ([CLUSIACEAE](#) หรือ [GUTTIFERAE](#))

สมุนไพรมะดัน มีชื่อเรียกอื่นๆ ว่า ส้มมะดัน, ส้มไม่รู้ถอย เป็นต้น

### ลักษณะของมะดัน

- **ต้นมะดัน** เป็นไม้ยืนต้น ไม่ผลัดใบ สูงประมาณ 7-10 เมตร แตกกิ่งก้านออกเป็นพุ่ม ลักษณะของเปลือกต้นจะเรียบ สีน้ำตาลอมดำ



- **ใบมะดัน** เป็นใบเดี่ยว สีเขียวเข้ม รูปขอบขนาน ขอบใบเรียบออกเรียงสลับกัน โคนใบและปลายใบแหลม แผ่นใบเรียบลื่น
- **ดอกมะดัน** เป็นดอกเดี่ยวหรือออกดอกเป็นกระจุกประมาณ 3-6 ดอก โดยดอกจะออกตามซอกใบ ดอกมีสีเหลืองอมส้มชนิด ๆ ดอกมีทั้งดอกสมบูรณ์เพศและดอกเพศผู้ มีกลีบเลี้ยง 4 กลีบ ก่อนข้างกลม กลีบดอกมี 4 กลีบ คล้ายรูปแฉกรูปไข่ ส่วนปลายกลีบจะมน และดอกเพศจะมีเกสรเพศผู้อยู่ 10-12 อัน
- **ผลมะดัน** หรือ **ลูกมะดัน** ลักษณะของผลจะคล้ายรูปรีปลายแหลม ผลมีสีเขียว ลักษณะผิวเรียบเป็นมันลื่น ผลมีรสเปรี้ยวถึงเปรี้ยวจัด ด้านในผลมีเมล็ดประมาณ 3-4 เมล็ดติดกัน เมล็ดแข็งและขรุขระ โดยในผลจะมีวิตามินซีสูงและยังมีสารอาหารหรือสารสำคัญอย่างเบตาแคโรทีน รวมไปถึงแร่ธาตุชนิดต่าง ๆ เช่น แคลเซียม เหล็ก ฟอสฟอรัส เป็นต้น

### สรรพคุณของมะดัน

1. ในทางเภสัชวิทยาพบว่ามะดันมีสารสำคัญซึ่งมีฤทธิ์ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเนื้องอกได้
2. สรรพคุณมะดันผลช่วยแก้อาการคอแห้ง ช่วยทำให้ชุ่มชื้นคอ (ผล)
3. ใบและรากปรุงเป็นยาต้มรับประทานแก้กระษัย (รก, ราก, ใบ, ผล, เปลือกต้น)
4. ใบปรุงเป็นยาต้ม ช่วยขับฟอกโลหิต (รก, ราก, ใบ, ผล, เปลือกต้น)
5. ช่วยแก้เบาหวาน (ราก)
6. มะดันมีสรรพคุณช่วยรักษาไข้หวัด (รก, ราก, ใบ, ผล, เปลือกต้น)
7. ช่วยแก้ไข้ทับระดู (รก, ราก, เปลือกต้น)
8. ช่วยแก้อาการหวัด (ใบ)
9. ช่วยแก้อาการไอ ด้วยการทำเป็นยาสูตรดองเปรี้ยวเค็ม (ใบ, ผล)
10. ใช้เป็นยาแก้เสมหะ เสมหะพิการ กัดเสมหะในลำคอได้เป็นอย่างดี หรือจะปรุงเป็นยาต้มกินก็ได้ (รก, ราก, ใบ, ผล, เปลือกต้น)
11. สรรพคุณของมะดันผลใช้ทำเป็นยาดองเปรี้ยวเค็ม ช่วยฟอกเสมหะ ล้างเสมหะ (ผล)
12. ผลมะดันนำมาดองน้ำเกลือ ใช้รับประทานเพื่อแก้อาการน้ำลายเหนียวหรือเป็นเมือกในลำคอ (ผล)
13. ใช้เป็นยาระบายอ่อน ๆ โดยปรุงเป็นยาต้ม (ราก)
14. ช่วยขับปัสสาวะ (ราก, ใบ)
15. **ใบมะดัน**และรากปรุงเป็นยาต้มช่วยแก้ระดูเสียในสตรี แก้ประจำเดือนมาไม่ปกติ หรือจะทำเป็นยาดองเปรี้ยวเค็มก็ได้เช่นกัน (ราก, ใบ, ผล)



วิธีการปรุงเป็นยาต้ม ด้วยการใช้ใบหรือผลประมาณ 1 กำมือ ใส่น้ำพอท่วมยาแล้วต้มให้เดือดประมาณ 10 นาที และบางตำราบอกให้ต้มแบบไม่ใช้ไฟแรง ให้น้ำค่อยเดือดๆ และต้ม 3 ส่วน เคี้ยวจนเหลือ 1 ส่วน โดยขนาดที่รับประทานคือครึ่งแก้วถึงหนึ่งแก้ว (125-250 cc)สรรพคุณช่วยแก้กระษัย ฟอกโลหิต ฟอกประจำเดือน เป็นยา ระบายอ่อนๆ แต่สำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจางไม่ควรรับประทานอาหารหรือยาที่มีรสเปรี้ยวเพราะจะยิ่งไปกัดฟอก โลหิตมากขึ้น และอาจทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกายได้

### ประโยชน์ของมะดัน

1. ประโยชน์ของมะดันช่วยในการผลิตเซลล์ผิวได้ เพราะมีสารกลุ่ม AHA และ BHA โดยได้มีการนำมาใช้ใน วงการเครื่องสำอาง ใช้เป็นส่วนผสมในสบู่ โทเนอร์ ครีมบำรุงผิว เป็นต้น
2. มีการนำมะดันมาทำเป็นน้ำหมักชีวภาพแล้วกรองเอาน้ำมาใช้ บ้างก็ใช้ปรุงในเครื่องดื่ม บ้างก็นำไปใช้ ทำเป็นโทเนอร์เช็ดหน้า
3. ผลใช้รับประทานเป็นผลไม้สด โดยจิ้มกับพริกเกลือ
4. ผลสามารถนำไปแปรรูปเป็น **มะดันแช่อิ่ม** หรือ **มะดันดองแช่อิ่ม**
5. ผลมีรสเปรี้ยวจัด ใช้แทนมะนาวได้ เช่น การดำน้าพริก น้ำพริกทรงเครื่อง น้ำพริกสับกาก หมู หรือใช้ในแกงที่ต้องการความเปรี้ยวอย่างแกงส้มหรือต้มยำ เป็นต้น
6. ยอดอ่อนและใบอ่อนใช้รับประทานเป็นผักได้
7. ยอดอ่อนนำมาใส่ต้มปลา ต้มไก่ จะให้รสเปรี้ยวแทนมะนาวได้และยังทำให้รสชาติของอาหารหวานและ หอมขึ้นด้วย
8. กิ่งของมะดันนำมาใช้หีบไต้ปั้งหรือไต้ปั้งไม้มะดัน จะช่วยทำให้มีกลิ่นหอมนำรับประทานยิ่งขึ้น
9. ต้นมะดันเป็นไม้ที่ทนน้ำท่วมขังได้ดีมากที่สุดชนิดหนึ่ง มันจึงเหมาะถ้าจะปลูกไว้ในบริเวณที่อาจเกิด น้ำท่วม
10. ต้นมะดันมีทรงพุ่มที่สวยงาม จึงเป็นต้นไม้ที่สามารถใช้ประดับสถานที่ได้เป็นอย่างดี

คำสำคัญ : มะดัน

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-07-13

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=1715&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1715&code_db=610010&code_type=01)